

一例日常对话中切入移空技术的案例报告

张海英¹ 经纬²

1. 北京市通州区宋庄镇宋庄卫生室，北京；
2. 移空技术研究院，徐州

摘要 | 来访者是咨询师的亲属，咨询师去家中探望生病的来访者，在聊天中随机切入移空技术，为来访者做了两次移空共处理了两个症状，分别是心里颤抖和腰酸沉，当场疗效显著。本文以关键对话方式呈现了两次移空治疗的过程，并重点探讨了蕴含传统文化精髓的移空技术具有的开放性、灵活性、生活化的特点。

关键词 | 移空技术；传统文化；灵活性；生活化

Copyright © 2022 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/). <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



1 背景

1.1 来访者基本情况

女，72岁，主管会计退休，之前对移空技术未有了解。

1.2 主要生活事件

来访者于2021年3月的一般性检查中怀疑为子宫内膜癌，但因恐惧未做进一步检查，后同年8月经某三级甲等肿瘤专科医院专项检查，确诊为子宫内膜癌。同时来访者有心衰，室颤，心率过速等问题，在另一家医院诊治。

2 评估

2.1 咨询师对来访者感性认识

咨询师见来访者在床上躺着，虽显有气无力，但愿意和咨询师聊天，情绪正常。

2.2 评估

来访者虽受病痛折磨，精神状态欠佳，但有较强的交流欲望，对自身的情绪、主观想法及生活事件表述较为清晰，自知力正常，感受性良好。咨询师评估无危机风险。聊天中发现来访者有明确要解决的负性症状，负性感受明显，决定尝试聊天中应机切入移空操作。

3 咨询过程

来访者是咨询师的亲属，咨询师去家中探望生病的来访者。见来访者在床上躺着，有气无力的感觉，咨询师于是坐到她的床边椅子上，以聊家常的方式询问来访者为何不去晒太阳，是不是哪里不舒服，在发现来访者回应中有明确的适宜用移空技术处理的负性感受，并对来访者做了理性评估后，在接下来的闲谈中随机切入了移空技术流程，没有告知来访者是在为她治疗。

咨询师为来访者共做了两次移空，先后处理了两个症状，共用时70分钟左右。

第一次移空处理的靶症状是心里颤抖、乱跳。象征物是4个小孩在蹦蹦跳跳床，来访者在具象中将4个蹦蹦跳跳床的小孩劝走，又找公园里的工人师傅帮忙拆掉蹦蹦跳跳床后，来访者心里颤抖乱跳的症状也随之消失，述非常平静，心里觉得特别舒服。

以下是第一次移空关键对话摘录：

咨：你身体哪里不舒服，以至于躺在床上不去晒太阳了，那可是你最喜欢干的事儿了。用你自己的话说叫作走进大自然，神清气爽。

访：没力气了。心里似乎老要颤抖起来，扑腾扑腾乱跳。腰也不得劲儿，酸沉酸沉的。就是躺着也不觉得舒服。（语声低微，气虚气短）

咨：心里乱跳又要颤抖，那是真的很难受。你觉得在生活中有什么场景和这个相似呢？（因为患者太过虚弱，为节省她的精力，咨询师给了她生活中常见的一些情景）像一根绷紧的绳子被弹起来那样颤抖？像小孩蹦蹦跳跳床那样颤抖？不要着急回答我，用你自己的身体去感受，看看什么场景更适合你心里乱跳又颤抖的感觉。

访：……（比较紧张，很认真的表情）

咨：不要着急回答我，现在和我一起做，放空你的大脑，放松你的身体，当下只关注你自己呼气时的感觉。慢慢来，不急的。用你自己的身体去感受它究竟怎么不舒服。

访：（约4分钟）。找到了，感觉有4个小孩在蹦蹦跳跳床，我的心里乱跳就像那张跳动的弹力网。

咨：非常棒，点赞。既然你觉得看到这种情景你感到很不舒服，我们把它假装移走如何？看不见它了，说不定心里乱跳颤抖就好了呢。我们尝试一下如何？

访：好的，不反对。

咨：假装移走，怎么移走？自己想办法哦。

访：（表情专注，身体放松状态）我把4个小孩劝走了。

咨：这不是最佳方案吧。要再有别的孩子来蹦呢，你总不能总在这里守着吧。

访：也是。应该拆掉蹦蹦跳跳床的网。我怎么没想到呢。

咨：我看你一个人做不了这事儿。蹦蹦床放在公园里，你应当去找公园里的工人师傅帮忙。

访：好。知道了。

咨：（过了一小会儿）怎么解决的？

访：我找到公园工作人员，向他们说明了情况，他们扛着梯子帮助我来了。来了3个人，3个师傅都挺爽快的。

咨：你点真正，这么多人帮你。

访：（欢喜的表情）我看得清清楚楚，这个蹦蹦床有六个铁桩，蹦蹦床的网就拴在铁桩上的环上。我看着师傅们解网绳，解开1个了……解开2个了……解开3个了……师傅们熟门熟路，配合默契，解得可快了……（约过了10分钟）。他们解完6个结了，把网收起来放进仓库里了。我向他们表示了感谢。

咨：你现在感觉一下，心脏是什么感觉？

访：心脏？（特别高兴）没感觉了，非常平静，心里特别特别舒服。出气畅快了。

第一次移空处理结束后，咨询师发现效果显著，来访者身心状态有明显改善，来访者精力情绪等均允许接着进行第二次移空处理。于是理性评估后，果断切入第二次移空处理，该次移空处理的靶症状是腰酸、沉。腰酸的象征物是一大瓶子的老陈醋，在咨询师的引导下，来访者用4斤糖中和醋。接着继续处理腰沉的症状，来访者用注射器吸出中和的液体，放进空的可乐瓶，又把瓶子放进一个白色塑料桶，将塑料桶移至看不见、完全没有印象后，来访者觉得很舒服。

以下是第二次移空关键对话摘录：

咨：你的心脏舒服了，你的腰现在感觉怎么样了？比我刚来时有什么变化吗？

访：腰还是酸沉，又有点软。反正不知道究竟怎么难受吧。

咨：跟着我做，现在放空你的大脑，放松你的全身，只关注你自己的呼气状态……慢慢用身体去体会你的腰到底是怎么不舒服呢？

访：相比较而言，腰还是酸沉引起的不舒服。

咨：酸？去感受它，有多大范围？是身体表面还是身体里面？酸的程度如何？我们吃过杏子，梅子，米醋，老陈醋等，像那种酸呢？

访：老陈醋那样酸。

咨：你觉得老陈醋在那存了多少呢？几斤几两？

访：觉得有大可乐瓶子那么多吧。

咨：（咨询师觉得先要解决酸然后再解决沉，怕患者太疲劳，就给她节省时间直接给出建议）我看放糖把酸中和，你就不酸了，先给你4斤。

访：好。

咨：你想象把糖一点一点放入去中和你的酸，去体会酸的改变过程。

访：好。

（再现专注神态约6分钟后）

咨：糖够用吗？不够我再去买，足量供应。

访：刚刚好，腰不酸了。（她在床上活动活动腰）

咨：现在需要你把多余的让你腰沉的液体移出体外，能做到吗？

访：可以。

咨：用负压吸水用具吸液体？

访：不用。大粗管的注射器就行了。我自己可以做到。

咨：我不打扰你了，你自己把多余的液体移出你的身体之外吧。吸出来的液体要放到容器里移走，你准备放什么容器里？

访：空可乐瓶子吧。我家刚好有个绿色大的。

（约4分多钟后）

咨：身体里的液体抽吸干净了吗？

访：吸干净了。开始我找来的是小可乐瓶子，盛不下，我又换了个大的，快装满了。

咨：你把它清洁一下，包装好，一会儿我们要把它移走，不要让液体撒出来。包装好了告诉我，并且告诉我你是怎样包装的，记住一点，所有包装用品都要做好清洁工作。

（做得很认真，很仔细）

访：找个白色带盖塑料桶把瓶子放进去，周围固定好，盖子粘上胶条。

咨：（咨询师看她有些疲劳，带着她做了三调放松）准备好了吗？我们可以开始移动了吗？

访：准备好了，没问题的。

咨：把你打好的包装放到你眼睛正前方向，人不动，你感觉你可以移动它吗？

访：可以，不难。

咨：先向前移动1米，到了点头示意我。

访：好。

咨：向前移动3米。

访：到了。

咨：再移动5米

访：到了。

（直到移到40处，移动物变得模糊不清了）

咨：再向前移动7米。

访：到了。

咨：还看得见吗？

访：看不见了，什么都没有了。

咨：被移走的物体还有印象吗？

访：什么印象都没有了。

咨：好。那你就在被移动物体消失的地方停留一会儿，看有什么样的感觉吧。

（2分钟左右）

访：很安静，就是太黑了，可也不害怕，挺舒服。

咨：既然舒服就多享受一下那种感觉吧。

4 咨询效果

本次运用移空技术共处理了来访者的两个大症状——心里颤抖和腰酸沉。均未评分。咨询师去探望来访者的时候，当时来访者就躺在床上，说话有气无力，精神不振，面色暗黄还有些气肿的感觉。移空治疗结束后，咨询师刚到客厅坐定，来访者就穿好衣服出来和咨询师聊天了，这时可以用精神抖擞来形容，注意此“抖”非彼“抖”。来访者说“我吃了这么长时间的药都没有吃出什么效果来，你和我聊了一会儿天，你也没用药也没动针，我这里心也不抖了腰也不酸了人也精神了，你真成神医了。”咨询师说“我不是什么神医，我是治‘神’的医生。”随后咨询师给来访者简单地介绍了移空技术治疗的相关知识，来访者说这种治病方法闻所未闻，但治疗疾病效果还真是“话到必见神效”呀。

5 咨询师反思

移空技术在临床中应当如何应用，刘天君老师讲课时已经讲得很清楚明白了，但是要真正做到活学活用，还要在实践中找到更适合自己的方法。俗话说得好“师傅领进门，修行在个人”，要想熟练掌握这门治疗技术，首先要把老师讲的纲领抓住，其次要提升自己看问题的维度和高度，只有这样在接诊不同的患者、治疗的不同疾病时才能找到适合的切入点，在最短时间内取得患者（来访者）的信任与支持，从最恰当的角度看清疾病实质引领患者（来访者）走出痛苦、走向身心愉悦之旅。

6 总结与讨论

移空技术是一项基于中国传统文化本土心身治疗技术，传统文化的特点之一是理论背景深厚、意义深远但又很接地气、贴近生活本身。移空技术有着浓厚的传统文化特点，移空技术的治疗其实越生活化越好，而不是说一大堆理论知识。运用移空技术最高的境界是不显山、不露水，玩着就把病治了。此案例咨询师去探望生病的亲戚，闲谈中随机切入移空技术，并没有告知来访者是在为她治疗，在拉家常式的轻松聊天中就完成了移空治疗。本案移空技术的治疗过程也很生活化，第一次移空处理的象征物是“4个小孩在蹦蹦跳跳”，这生动地表达了“心里乱跳”的靶症状，在咨询师自然地引导下，来访者处理象征物的方式也很生动，“我把4个小孩劝走了”。移空技术的象征物其实越通俗越好，并非要复杂、奇特，把生活中鸡毛蒜皮的小事信手拈来用上就最好，这个移空案例整个过程做得很灵活、不死板，虽然有的地方并不符合移空技术的操作规范，但较为生动地体现了移空技术中所蕴含的传统文化的开放性、生活化、灵活性的特点，总体而言不失为一个好的移空案例。

同时读者也应注意到，咨询师能够在此案例中不知不觉地带领来访者切入移空流程，达到良好咨询效果的个性化辅助因素。本案例中，除了咨询师的移空经验丰富，对移空流程的灵活掌握外，咨询师和来访者之间的亲属信任关系、咨询师的医务工作背景带来的信任度增加、咨询师在日常医务工作中总结内化的和患者聊天的语言运用技巧，以及力求照顾患者感受的习惯，都可能起到了相应的辅助作用。

移空技术是一项注重感性的技术，虽然理论背景较深，但应用中并不需要高深的理论，移空技术强调在实践中学习，移空技术熟练掌握了以后，可以灵活运用，如不必拘泥于十个操作步骤的顺序或完整；如存想象征物时咨询师要回到来访者的水平去引导，要灵活、不能死板等等。移空技术虽然入门快，但

真正做好并不容易，移空咨询师要有开放的态度和眼界，要有广阔的知识背景，还要有日常生活经验，这些是做好移空技术的“功夫在诗外”。

（致谢：本案例公开发表获得来访者知情同意。）

参考文献

- [1] 刘天君. 移空技术操作手册 [M]. 北京: 中国中医药出版社, 2019.
- [2] 刘天君. 当心理咨询遇见传统文化 [M]. 北京: 中华书局, 2019.
- [3] 刘天君. 移空技术操作过程简述 [J]. 心理学进展, 2015, 5 (11): 702-708.

Case Report of a Covert Conversational Treatment Using Yikong Skill

Zhang Haiying¹ Jing Wei²

1. Songzhuang Health Clinic, Songzhuang Town, Tongzhou District, Beijing;

2. Yikong Skill Research Institute, Xuzhou

Abstract: The client was a relative of the consultant. The consultant went to visit the sick client at home. During the chat, the consultant covertly entered into the process of Yikong Skill and handled two symptoms, namely, trembling in the heart and numbness in the back and clinical cure was achieved later on. This paper presents the process of the two Yikong Skill treatments respectively in the style of key dialogues, and focuses on the open, flexible and casual conversational way of using Yikong Skill, which also demonstrates the essence of traditional culture within Yikong Skill.

Key words: Yikong skill; traditional culture; Flexibility; Casual conversational style