

神奇的梦
(三)

创洁
编著



己或亲友被恶魔或怪兽追杀、阴森、诡异而血淋淋的场面，这种梦通常是既“噩”又“长”，而且栩栩如生，梦者在最后都会被吓得惊醒过来，全身冒冷汗。经常做噩梦的人，严重者甚至会恐惧睡眠，不敢闭上眼睛，以免为“噩梦所扰”。

根据调查，3岁到7岁的小孩最容易做噩梦，此后随着年龄的增加即慢慢减少，但到成人时，仍有10%的人偶尔或经常做噩梦。爱伦坡、柯尔瑞基、卡夫卡等知名作家都是经常做噩梦的人（他们的作品也刚好都具有“诡异”的特色）。柯尔瑞基在写给友人的信中说，他“四个晚上有三个晚上会从惊叫中醒来”，噩梦令他“生不如死”。

焦虑发作与性冲动有关

为什么会做噩梦？梦魇中的魔鬼、怪物或恐怖景象是否有什么特殊的含义？对这些问题的解释就像对普通梦的解释一样，众说纷纭，而且每一种说法似乎都各有道理，各能解释一部分的梦魇。

佛洛伊德在《梦的解析》里，并没有特别提到梦魇，但他认为“焦虑的梦”与性冲动有关，他曾提到一个27岁的病人，在11岁到13岁之间反复梦见“一个男人拿着斧头在追赶他，他想要逃开，但他的脚似乎麻痹了，不能移动半步”的梦魇，在分析里，佛氏认为这和病人童年时（装睡）听到父母性交时的奇怪声音及举止有关。他说：“成人之间算是家常便饭的性交却会使看见的小孩认为奇怪，并且导致焦虑的情绪……因为这种性激动不能为小孩所了解，并且因为父母之牵涉在内而遭受排挤，所以转移为焦虑。”在小孩子的心目中，这种性行为含有暴力与恐怖的成分在内，而梦魇可能就是这种暴力与恐

怖的具象化。

柯尔瑞基在他的笔记本里，曾记载了如下的一个噩梦：

“在这个可怕的梦中，一个有着斑驳黑纹的女人紧紧抓住我的右眼，想要把我的眼睛挖出来，我则死命抓着她的手臂抵抗——这种感觉真恐怖。华滋华斯听到我的尖叫声，也大声呼喊，但他只是大喊，而没有跑过来相助，我觉得他真残忍，直到听到他第三次大喊，我才从梦中醒过来……”

从精神分析的观点来看，这似乎是个“去势焦虑”(Castration anxiety)之梦，因为“掏出眼睛”乃是“去势”的象征，梦中要掏出柯尔瑞基眼睛的“斑驳黑色的女人”可能是他迷恋的一个女人，而这种迷恋让他产生道德上的罪恶感。这种解释虽然“有趣”，但更可能的原因也许是生理刺激所引起的。在前一个梦中，也许是做梦者的腿在睡眠中被什么东西压到了，生理刺激引发“脚似乎麻痹了，不能移动半步”的梦魇。而在柯尔瑞基的梦中，我们若看到他自己的解说将更能豁然开朗。柯尔瑞基说，他醒来后，发现自己的“右眼睑肿了起来”梦见有人要挖他的眼睛虽然可怕，但不可能使眼睛真的肿起来，更可能是先有眼睛肿，然后才做那个梦。

感官知觉的客体化

有很多梦魇其实是来自身体感官知觉的客体化。在日常生活中，我们常用“蚂蚁在头皮上爬来爬去”，“胃里面满是蜘蛛”等来形容我们的感官知觉，因此，若在梦中出现这种“概念的影像化”，可以说相当合理。

在前一章我们曾经提到一个脊椎骨长了恶性肿瘤的青年，梦见自己“被一条大蟒蛇缠住，不能动弹”，这虽

是一种敏锐的“内视力”，但在感官知觉的客体化过程中，就成了一个典型的梦魇。

被客体化的感官知觉，有时候是来自过去的经验。譬如有一个因胃癌而手术的英国妇人，在相当成功的手术后数年，做了如下的一个梦魇：

“我和我丈夫，还有我们的两个友人（也是一对夫妻）到看起来像美国的地方旅游，我们玩得很愉快。看着黑人小孩和白人小孩高兴地玩在一起，跑进又跑出海水，我则对他们指指点点。我们沿着游览的路径走，我觉得有4个我们在英国认识的人总是走在我们前面，但他们是我的敌人。后来我看到一条黑色的香肠，尾端和一条红色的香肠系在一起，突然之间，两条香肠翻腾起来扭在一起，变成一条可怕的响尾蛇。响尾蛇蜿蜒地朝我爬来，但我却无法动弹，当我倒在水泥地上时，它想钻进我的体内，我则一再拼命地捏紧它的头，不让它从我的嘴巴爬进去，我疯狂地叫喊，向我丈夫求救，但他们似乎都陷入昏迷状态中，无法过来救我。我一直捏紧响尾蛇可怖的头，免得它杀了我，最后我惊叫地醒过来，全身冒冷汗，才发现这是一场梦魇。”

虽然病已复原，但过去的记忆或者是伤口的慢性疼痛，却使她梦见一条响尾蛇要进入她的消化道“咬啮”她。

因人而异的特殊梦魇

小孩子多梦魇，有一个原因是他们对真实与虚构尚欠缺明确的区分能力，常将电影或故事书里的恐怖情景搬入自己的心灵剧场；而且对现实生活里的某些特殊经验，也会因无法理解，而渲染上恐怖的色彩。譬如一个小孩在儿童时期一直梦见：“一根棍子，棍尾有一群泥泞

的婴儿”，更详细的梦魇如下：

“我正沿着一条巷子走，路的两旁有某些颤动的小东西，像是雏菊。梦中的每件东西都呈现僵直的恐怖状态，且像煤气灯火焰般地颤动着，天空像是要打雷的样子，万物之上都笼罩着一种不祥的征兆，我知道某件恐怖的事情即将发生。于是无法想象的大灾祸降临了，所有的东西都膨胀起来，然后全部通过一个小小的不可思议的空间，而从另一端出来——我最感到恐惧的时刻就是当所有的东西都膨胀起来的时刻。”

从表面上看来，这似乎是儿童性欲的幻想产物，“一根棍子”“所有的东西都膨胀起来”象征勃起的阴茎，“通过一个小小的不可思议的空间”象征进入阴道之中，但在病人的联想里，他却想到了一岁半时的一次恐怖经验：大人们带他到野外散步回来，把他和野生的风信子放在桌上，他拿起花来就吃。保姆进来看见时大喊一声，但吃下去的风信子已吐不出来，最后只好请医师洗胃，此后他就病得很厉害，并且做上述的梦魇。这个联想很清楚地显示“棍子”象征插进他喉咙中的洗胃管，而“一群泥泞的婴儿”象征他的疾病与呕吐。“颤动的雏菊”是在插胃管时，医师所穿上衣上的贝壳钮扣逼近他眼前的景象再现，“僵直的状态”是插入胃管时，全身动弹不得的感觉，他当时的心情正像“煤气灯火焰般地颤动着”，知道某件恐怖的事情将发生。然后胃管伸进他的喉咙、食道……“所有的东西都膨胀起来”“通过一个小小的不可思议的空间”。

这可以说是小孩对其无法理解，但却非常恐怖的洗胃经验记忆之“再现”，它在梦中以象征的方式呈现，生动地显示了一个小孩对某些问题的概念。

感官知觉、性象征与原型

下面这位青年的梦魇相当有趣：

“我梦见一条摸起来很敏感而细致微妙的乳白色的蛇，这条蛇不停地前后蠕动着。它似乎一点也不隶属于我，而我也未拥有它。它只是在那儿，在半空中！然后恐惧来自蛇的尾端，当它出现时，蛇就萎缩而消失了，然后变成一只吸血蝙蝠。在某种无法了解的力量支配下，我觉得自己整个被撕裂开来，我被吓呆了，觉得一定要想办法来破除这个咒语才行，我旋转着，但恐惧仍向我逼来——那条蛇、那只吸血蝙蝠并没有什么，它只是悬浮在那儿，吸血蝙蝠悬在我的上面。当吸血蝙蝠过来时，我尖叫起来并且哭喊：‘我不会再干那种事了，我不会再和性发生任何关系。’我蠕动且旋转身体想摆脱那只吸血蝙蝠。”

梦者在梦中自行透露这个梦魇和“性”有关，整个梦魇从头到尾可以说是性欲由兴奋至手淫射精而至消退的客体化，“乳白色的蛇”是阴茎的形象化，“前后蠕动”“不隶属于我”“在半空中”是因兴奋而勃起的感受，来自蛇“尾端”的恐惧使蛇“萎缩”代表射精后的感受，而“吸血蝙蝠向他逼近”“悬在他的上面”则是射精后骨盆区器官感受的客体化（他觉得所有的血和精力都被“吸光”了）。

虽然这个梦是入睡前手淫残留的感官知觉的客体化，但以“不停蠕动的蛇”来“客体化”他勃起的阳具，也相当符合佛洛伊德的“性象征”说法。

另一个有趣的问题是，在这个及上述几个梦魇中，为什么感官知觉总是被“客体化”成蛇、吸血蝙蝠、毒龙等在现实生活里很少看到的东西呢？

杨格认为，出现于梦魇中的恶魔、貌丑而心狠的巫婆、从地底冒出来的怪兽、龙、蛇、吸血蝙蝠、自海底深处冒出来的巨大章鱼等，亦常见于各民族的神话及童话中，这些恐怖的东西可能是一种原型，它并非来自个人经验，而是来自种族经验，也就是集体潜意识，“它来自亿万年古老经验的累积，是史前事件的回声，每个世纪都仅增加极少量的变化差异”。

即使梦魇中的恶魔和怪兽不是集体潜意识中的原型显影，也可能是人脑在知觉转换上的一种共通特征，就好像世界各民族的酒瘾患者，在他们的幻觉中总是会出现蛇或似蛇的怪物般。

心理创伤引起反复性梦魇

梦魇也有可能来自个人过去的心理创伤，而其中最常见的莫过于残酷战争中的幸存者。

在第二次世界大战期间，有一位名叫查理的美国士兵被德军俘虏，他的两条胳膊都断了，和其他生病的俘虏被关在阴森、老鼠猖獗的地牢里。他和垂死的伙伴在幽黑的地牢里，要随时提高警觉，躲开老鼠的骚扰，黑暗中不时传来同伴被老鼠活活咬死前凄厉的哀号声。

查理在退役后 30 年，昔日地牢中的恐怖景象、猖獗的老鼠以及伙伴痛苦的哀号声仍不时进入他的梦中，让他满身冷汗地惊醒。即使在白天清醒时，也会经常陷入惊惶状态中，感到恐惧、胸痛、流冷汗、恶心等。

越战后，不少回到美国本土的士兵，在白天发生适应的困难，在夜里则为梦魇所扰。几部以越战为题材的电影，对这种梦魇也都有戏剧性的表现手法。

事实上，在第一次世界大战后，即有不少退伍军人一再梦见战场上的恐怖、悲惨情景，这些恶梦使病人的

身心极度痛苦，有些人甚至怕得不敢入睡。原来主张“‘梦是愿望达成’的佛洛伊德，也因此对他的观点做了修正，他认为这些反复性的、逼真的恐怖梦境“乃是试图借忧虑的滋长来恢复对刺激的控制能力”。也就是说，当事者在过去身临某个令他受到创伤的情境，他要弥补失败，所以在梦中重新架构恶劣的环境，与之再度遭逢，试图重新控制它，借以抚慰心灵的创伤。

但更简单的说法也许是，这些经验执拗地“沾附”在神经通道上，神经“清道夫”一直想“扫掉”它，但却一直难以连根拔除。

人格解体产生的梦魇

另一种梦魇相当怪异——在梦中梦见被肢解、残缺不全的身体(大部分是“自己的身体”)，四肢被砍断、头颅裂开来、五脏六腑被撕扯出来、骷髅、遗骸等，甚至梦见自己死亡(被处死)，它有一个名称叫做“毛骨悚然之梦”(gruesomedream)。

为什么会在梦中一再出现残缺不全的肢体、头颅、迸出的五脏六腑等令人毛骨悚然的画面呢？美国康乃狄克大学的精神科医师史东(MStone)说，这意味着做梦者的人格已经开始解体，它可能是精神病最初且唯一的迹象。“好像病人的脑中已出现某种缺陷，使他在梦中无法看到完整的自己。”脑中的缺陷使病人在夜晚的梦中看到残缺不全的肢体，在白天的生活里，则造成人格的分崩离析。

精神病人的“视幻觉”正具有这种特性，其实，我们亦可将病人的“视幻觉”视为“白天的梦境”。在精神科的绘画疗法里，病人常会以画面来呈现他们的视幻觉，譬如一个患有“青春型精神分裂病”的少女，就根据她

的恐怖幻觉，画了一个人面树身的“树人”抓着一颗血淋淋人头的画。哥雅(Goya)与安索(Ensor)分别是 18 世纪及 19 世纪的知名画家，两人却不幸在成名之后罹患精神疾病，我们从他们罹患前及罹患后的作品转变，不难想象在夜晚的睡眠中折磨他们的梦魇是什么，残缺不全而恐怖的人体，正象征着他们的人格已日渐解体。

精神科的大量观察显示，精神病人夜晚所做的梦，“美梦”出现的机率与正常人差不多，但“噩梦”出现的机会则较正常人为高，经常做噩梦，特别是如上面所说的，梦见被肢解的、残缺不全的躯体、骷髅、血淋淋的五脏六腑等，可能表示梦者的人格开始解体了。

惊醒是唯一的解脱

看了以上的介绍，也许有些读者已掉进另一个“梦魇”中，觉得自己晚上做噩梦，可能是因为内在的器官有什么潜在的病变或是自己的人格正在解体之中，其实，大部分的人偶而都会做一些噩梦的，有些人甚至渴望做噩梦，譬如一个专门写恐怖小说的女作家雷德克丽芙(A. Radcliffe)，她在入睡前就专门吃难以消化的食物，希望“噩梦连床”，以获得她写小说的灵感。

从梦魇中惊醒过来，那种解脱感，是人生难得的“美妙”体验。然而，所有的梦，都不该视为小事而一笑置之。

不好的梦，正像身体发烧一样，表示我们生活某处出现问题。身体发烧，我们不该等闲视之，同样，梦境的灾难信息，随意忽略也相当危险。精神科医师卡尔曼(Milton Kramer)指出，梦是“心灵体温计”。根据他的研究，做梦时的情感变化，会影响我们第二天的行为、态度。通常，做完恶梦后醒来，我们的心情比昨晚就寝时更恶

劣，但如果是美梦，我们则觉得更开朗、乐观。

有时候，当我们身处危机之中，悲凄的夜晚，让我们不愿回想白天的痛苦经验，然后我们因此而无法修正内心图像，促成必要的改变，对于明白，我们更一筹莫展，在这样的时刻，我们的梦境纵使有孙悟空的七十二变，也逃不出如来佛的手掌心。身处窘境的人，经常梦见隐入某种困局，譬如说，梦见被困在电梯，或困在动弹不得的拥挤车潮里。

有位病人，她梦见开车到城里的“圆环”去，无论怎么转，一定会闪入单行道，最后又回到原转弯点。另一位女士不断梦见，开车在停车大楼上上下下，就是找不到停车位。

当我们发生重大疾病、意外、被陷害、被强暴时，总会密集出现具有威胁性的梦境。而我们可能被梦惊醒，半夜吓出一身冷汗。曾有战争、屠杀，或飓风、洪灾等恐怖经历的人，很可能经年累月，把这样的经历细节，重复再现于梦境里。甚至，有些人在睡梦中的情绪太过骇人，暂时藉梦游的方式，逃避带来恐怖的睡床。

总之，重复的梦，以及被惊醒的梦，代表做梦系统负荷过重，崩溃了。

噩梦解读

一天，一个在社会上很有地位的人来请教荣格。他患有焦虑(anxiety)和不安(insecurity)之感觉，他向荣格诉苦说，有时候头一晕就会作呕，常觉头重、呼吸困难——这些都是“山岳病”的病症。他的事业非常成功，由于心怀大志，再加上他的努力与才华，所以他已从一

位贫穷的农夫之子一跃而为成功的企业家了。他更一步一步地往上爬，最后到了一个可使他再往上进的地位。当他确已爬到了一个可跻身上流社会的地步时，突然他患了心理症。当他口述至此时，他不得不说出一般我们常听到的话：“就在这个时候，当我……”他患有“山岳病”的病症正和他所处的特殊地位不谋而合。他带来了两个前一晚所做的梦，想请教荣格。

第一个梦如下所述：“我又再一次回到我诞生的地方，街上有几个和我一道上学的农夫孩子，我通过他们，假装不认识他们。我听见他们之中的一个指着我说：‘他不常回到我们村里来。’”要了解或认识该梦无须费太大的理解。他的梦已说得很清楚：“你忘了你是从多么低的地位发迹的。”

下面是第二个梦：“因为我要去旅行，因此我很匆忙。我要收拾行李，但找不到，时间一分一秒地过去，火车马上就要开走了。最后我终于准备好了。我赶快往街上跑，但我又发现我忘了带一个里边有很重要文件的公事包，因此我又上气不接下气地冲回家。找到了它，然后再往车站跑，可是就是跑不动。最后我使尽全力，冲到了月台，此时正好看到火车的烟消失在停车场外。那是一段很长的距离，成 S 形状的曲线。我当时想，假如司机不小心，当他驶至上线道时便加马力的话，后面的车箱一定正好在曲线道上，那些车箱一定会因火车的速度而被抛落轨道外。当我正要喊出来时，司机把节流阀打开了。后几节的车箱摇动得很厉害，最后果然被抛出轨外。当然发生了一场大车祸。我从惊慌中醒来。”

于此，我们也同样很容易就可了解该梦的涵义。它说明了该患者那种极想上进的狂热。既然司机在火车前

头无忧无虑地往前驶，后面的车箱却摇动了；最后也翻了——这便是导致其心理症的原因。很显然地，此时患者已达到事业的高峰——他长时期从下往上奋斗的结果已经使他筋疲力尽了。他应该满足于他的成就，可是他却不然，他还是雄心勃勃，一心一意想要爬到不适合于他的成功地位。心理症于是来临警告他。由于环境不允许荣格去治疗这位患者，荣格对他所处之情况的看法无法满足他。结果是事情按他梦中所显示的发生了。他尝试要在事业上冒险，因此他的作法离正轨太远了，而火车出事的事件也就真的发生在实际生活里。根据患者的叙述，我们可推断，他的“山岳病”一定是说明他再也无法往上爬。此一推想经由他的梦证明，他确已无能为力了。

从这里我们可以看到，当一个人的生活潜藏着危险时，梦常常会出来警告他，要他悬崖勒马，好自为之，企业家的情况正是这样，然而，他没有重视梦的告诫，终于酿成灾祸。

关于梦的预兆作用，不知为多少梦心理学研究者所感兴趣，弗罗姆再一次地强调，梦有着非凡的现实意义和价值。弗罗姆曾援引一个梦例来阐明他的观点：

一个在他的公司里地位仅次于董事长的总经理做了一个梦。平日醒着的时候，这位总经理确信他和他的老板相处得很好。他喜欢这位老板，他和老板之间没有任何问题。他做了这样一个梦：他的双手被一根电话线缚住了，垂下的电话在摇晃着。这时，他看到他的老板，他似乎睡着了，躺在近处的地上，这位总经理非常愤怒。他发现了一把锤子，用双手把它拣起来，然后，尽力用锤子去砸董事长的头，他击中了目标，但是没有发生任

何事。这时董事长睁开眼睛，对着攻击者冷笑着。

弗罗姆对此梦例继续分析道：

尽管这个人可能感到他和他和老板相处得很好，但他的梦告诉他，他实际上恨他的上司，他感到董事长压迫他，把他缚了起来，他感到没有权力，受他头儿的摆布。这就是这个人在他的梦中所感受的真实。在他醒着的生活中，那个现实似乎对他隐瞒着。

果然不久，这位总经理因一件事与他的上司观点不同，意见不合，而离开了那个公司。他所做的那个看似有些荒诞，与现实感受截然相反的梦，不幸被他自己变成了现实。这也就是梦的预兆作用。

梦见蝴蝶后她开始眩晕迷路

——性压抑之梦周丽内在的性冲突通过梦境和病症反映了出来，以下是周丽的经历：

“啊！这不是周丽吗？”在对方吃惊的招呼声中，周丽这才突然意识到自己的存在。因为现在她的头像针扎一般疼，从早上到现在，她都像失魂落魄的人一般，不知道自己在干什么，要到哪儿去。定神一看，王老师正站在面前。

大约是王老师发觉了周丽的神情慢怠，感到很吃惊。可周丽对眼前发生的事一点都不明白，自己究竟为什么要来到这里，她自己都不知道。

“你还记得我啊，周丽，干吗痴痴地站在那儿，先进屋来吧。”王老师亲切地招呼周丽，周丽的眼泪一下子流出来了，她同样不知道自己为什么要流眼泪。

在读初二时，周丽经常郑重其事地把樱花信封式便函偷偷寄给老师。上课时，周丽优美的歌声常常受到王老师的夸奖，她有点不好意思。小初中生写的信有点像

