新世纪版

shao nian er tong ke pu zhi shi xiao bai ke



少年儿童科普知识小百科

(二)

杨　华/主编

人体的奥妙

奇异的恐龙之谜

可爱迷人的海洋

天津人民美术出版社

[全国优秀出版社]

需要全本请访问 www.ertongbook.com





☞有的人为什么脸上雀斑特别多

雀斑是颜面部的一种黄褐色斑点，属于色素增多性皮肤病中的常见病。

雀斑多见于女性，常自 5 岁左右开始，随年龄增长而逐渐加多，至青春期达到高峰，到老年又逐渐减轻。雀斑好发于面部特别是鼻梁部及眼眶下，严重者可累及颈部、手背及前臂甚至胸、背、四肢。雀斑在夏季加重，冬季减轻或消失。

雀斑是一种常见的染色体显性遗传病，换言之，雀斑具有明显的家庭集聚性。我们知道，决定皮肤颜色的色素主要是黑素。黑素产生于皮肤基底层的黑素细胞内，生成后通过黑素细胞的树枝状分支而被输入到邻近的表皮细胞中去。黑素的代谢，受交感神经、丘脑、脑垂体的支配和内分泌如性腺、肾上腺、甲状腺等的影响。由于遗传基因的影响，某些人面部的黑素细胞比较活跃，当呈点状增深时，便有雀斑的表现。雀斑的发病与日晒也有关系，日晒是皮肤变黑的重要外部条件。对于有雀斑素质的人来说，日光中的紫外线可以使部分黑素细胞变得更为活跃。

雀斑一般没有任何不适，只在大量出现时可能有碍美容。现在医院中有一些治疗方法，可以前往就诊，切忌自行涂药。

☞脸红是什么原因

“脸红什么？”

“精神焕发。”









“怎么又黄啦？”

“防冷涂的蜡。”

这是《智取威虎山》中座山雕与杨子荣初次见面时的一段对话。杨子荣的回答虽是土匪的黑话，却也有科学根据：当一个人精神焕发时，他的脸色就会显得红润而有光彩。

同样，人遇到意外的事，内心激动不已，脸就会发红；当处境尴尬（gān gà）或感到羞耻时，面部也会充血变红。事情一过，心态恢复正常，脸色便逐渐恢复正常了。

这些都不属于病态。

人身体发生病变，也可以从脸的颜色反映出来。五脏热病的征兆在脸上的反映是：

肝热病者，左边脸颊先发红；

肺热病者，右边脸颊先发红；

心热病者，颜面发红；

肾热病者，下巴发红；

脾热病者，鼻子发红；一般红鼻子多有脾胃不适症。

春秋时期，晋国的师旷看到周灵王太子晋后曾说：太子面色红，红似火。因为火易灭，所以凡有红色脸的人将不易长寿。太子晋果然活了 40 多岁就去世了。师旷的道理并非没有根据，他是根据中医的望诊而得出结论的。

当今在美容大潮的冲击下，一些人经常为自己的火红脸面烦恼。有些人与生俱来就是赤红脸，像三国时的关云长。他们若想去掉这红色，是不可能的。其实只要不是病，这些人就不必为此而烦恼。而有一些人面部潮红经久不退，却是一种病态，医学上称之为“面红症”。

随着现代科学与医学的发展，特别是光学在医学上的应





用，面红症已经能够治疗了。

☞为什么被蚊子叮咬后皮肤会发痒

关于这个问题一句话很难解释清楚。要想搞清楚这个问题，首先应该弄清楚人为什么会感觉到痒。

通过试验我们发现，有好几种化学物质都能使人的皮肤里的神经感到搔痒。蚊子在叮咬人时，很可能把某种特殊的物质注入到人的皮肤里。如果把蚊子研碎后提取液体，再把液体注射到人体内，人的皮肤就会变红发痒。这种能使人的皮肤变红发痒的成分就产生在蚊子分泌涎液的地方。也就是说，蚊子的涎液能使人的皮肤感到搔痒。

而且，蚊子还特别喜欢叮咬小孩儿。只要你仔细观察就会发现，当大人和小孩儿在同一房间里睡觉时，他们被蚊子叮咬的情况却大不相同。相比之下，蚊子更喜欢叮咬小孩儿。当小孩儿用脏手抓破搔痒处时，手上的细菌就会乘虚而入，使被蚊子叮咬的地方感染。

☞为什么人一上了年纪就出现皱纹

如果按或捏一下你自己的脸蛋或婴儿的身体，你会感到它们非常有弹性，就像碰到了打足了气的橡皮球上一样。但是，出现了许多皱纹的老爷爷和老奶奶的皮肤，你再怎么按或捏都没有那种充实而有弹性的感觉。在皮肤中，提供弹性的纤维，恰像纺织品中的纤维一样密密麻麻地交织在一起。年轻人皮肤的纤维里长满了果冻那样的物质。而人一上了年纪，这些物质

就逐渐变得脆弱和干松，从而失去弹性。人们现在才明白人之所以产生皱纹，一个很大的原因就是日光中的紫外线。如果晒太阳过多，就会过早产生皱纹。

泄了气的气球会变得皱皱巴巴的，同样，人如果上了年纪，皱纹就会明显增多。虽然也有消除皱纹的手术，但更重要的还是要记住沐浴阳光要适度。

☞人为什么会打呵欠

据调查，病重的人很少打呵欠，精神病患者几乎从不打呵欠。对此，专家们尚不能作出令人满意的解释。

狒狒打呵欠是表示敌对的信号，但人类打呵欠却是一个自发的生理反应，它可以帮助纠正血液中氧气和二氧化碳的不平衡。二氧化碳是体内的废气，当血中积聚过多时，呵欠的反射便被激发。

呵欠开始时，由于口腔和咽喉部肌肉强烈收缩，使口腔被强行开大，同时胸腔扩展，双肩抬高，使肺能吸入较平常多的空气。呼气时，大量二氧化碳也随即被排出。

呵欠多半在长时间处于慢或浅的呼吸之后发生。引起呵欠的原因有过度疲劳、紧张、久坐、专心致志做作业、腰带束得过紧、房间过热或通风不良等。人们在离开电影院或游乐场所时常会打个呵欠，这决不是厌烦的表示，而是由于静坐过久，浅呼吸的时间较长的缘故。

除了可补充所需的氧气外，呵欠尚有其他一些作用，如可缓解紧张，消除疲劳，松弛肌肉等。飞机降落时打个呵欠，能帮助平衡中耳内的压力。

需要全本请访问 www.ertongbook.com





打呵欠是人类身体的一种有益的生理性反应，不要因为在公众场合下打呵欠有伤大雅，因而拼命加以抑制。也不要误认为打呵欠是一种疾病信号，从而忧心忡忡。如果你不断地打呵欠，说明你疲劳了，应该适当地活动一下或去休息。

☞看人家打呵欠，自己也要打呵欠，这是怎么回事

人打呵欠的时候，嘴张得很大很大，作了一次深呼吸。

也就是说，打一个呵欠可以呼出身体中积聚下来的二氧化碳气，吸入新鲜空气。

呵欠起保护身体的作用。很多人集聚在一个房间长时间听别人讲话时，人们总是爱打呵欠。

很有意思的是，一个“啊，啊啊”打呵欠，其他人也跟着打呵欠。是不是“传染”了别人？

呵欠是大脑的作用，大脑能够暂时抑制住呵欠。可是见到别人打呵欠，不知不觉中精神松懈下来，不听大脑的指挥，自然也打呵欠了。结果好像“传染”给了别人似的。当然，在人多的屋子里呆的时间长了，屋里空气中氧气在减少，二氧化碳在增加，人们都想多吸一点氧气，这也是打呵欠的原因之一。

☞心脏为什么不“睡眠”，这是谁的命令

这是一个很有意思的问题。

心脏也该有累的时候呀！

所以，它说不定悄悄地休息呢。





其实心脏在扑通扑通跳动的间隙，就是短暂的休息。为了说清这个问题，先要弄明白心脏的功能是什么。

它是把血液输送到身体各部位的泵。血液将营养和氧气等送到身体各个部位。缺血，人或动物就要死亡；有血液，心脏停止跳动，人或动物也还是活不了。所以，我们一生下来，心脏就在跳动。不，更准确地说，从在母亲的肚子里开始，心脏就在跳动。它总是跳个不停，无假可休，直到一个人死亡为止。

那么，心脏的跳动是受谁的指挥呢？

原来，我们的大脑中有一种神经叫自律神经。就是这种自律神经使心脏和肺等始终动作。这种指挥心跳和呼吸的神经中枢，合称生命中枢，它们位于人的延脑，相当于人的后脑勺位置。

另外，心脏肌肉本身也有一种自动节律性。在心肌组织中普遍存在着一种自律细胞，最集中的是在右心房的窦房结，这个小结就是正常心跳的发源地。正是它不时地有节奏地发出一股股微小电流促使心脏跳动。

看来，心脏的跳动还是蛮复杂的呢！

☞人不睡觉行不行

我们天天都睡觉，却不知为何要睡觉。只是感觉困了、累了，该躺下歇会儿了，也就睡觉了。虽然当今社会的各种创新发明层出不穷，生命新学不断深入发展，但对睡眠的原因机理尚不完全清楚。通常认为，人的一切活动都受大脑支配，脑细胞消耗了大量能量之后，出现了疲劳，于是从兴奋转而进入抑

制状态。经过一段睡眠，大脑消除了疲劳，也就增加了能量。因此，睡眠是脑细胞和整个神经系统最彻底的休养生息的方式。

但最新的见解认为：睡眠并不是单纯消极的抑制过程，它是人与动物的一种特殊的生理状态。这是因为许多激素都能在睡眠中增加分泌，人身体各部位显然仍然在“工作”。

据报道，美国、日本等国的科学家不久前从尿液中发现了一种叫做“睡眠因子”的东西。这是一种肽物质，它不仅可以催眠，还能对付有害的细菌，增强人体的免疫功能。

不睡觉行不行?对这个问题回答最好的是长期失眠的人。他们的痛苦不是一两句话就能说清楚的。从生理上讲，长期不睡觉，脑细胞的疲劳不能消除，思维混乱，到一定程度还会影响内分泌，使全身的新陈代谢不能正常运行，久而久之，必死无疑。

那么，睡多长时间最科学最有益呢?这也得因人而异。但人类的睡眠时间明显表现在年龄的差异方面。新生婴儿每天睡20小时以上，2～4岁睡12小时，5～6岁睡11小时，7～14岁睡10小时，15岁之后大约8小时就可以了。60岁以上睡眠时间越来越短，6小时就足够了。

在我国农村，过去人们习惯“日出而作，日落而息”，因而冬天睡眠时间长，夏天相对就短些。居住在城市中的人，不受白天黑夜的影响，睡眠的时间相对少些。尤其是电视的普及，许多人为看节目熬得很晚才入睡。

该不该午饭后小睡呢?对这个问题我国前几年还讨论过一次，各种意见都有。赞成者认为：中午睡一会儿，可消除疲劳，下午更有精力去工作。午间休息，小睡一会儿有利无害。

睡眠专家的最新意见是：白天最好有 3 次短暂的睡眠。因为根据人的情况，在完全清醒状态下只能持续工作 4 小时左右，工作之余，小睡一下，好比“充电”一次，能提高工作效率。

睡眠应适可而止。长期在床上当“卧龙”也对健康不利。不久前，美国和德国的科学工作者从 80 万份调查表中发现，每晚睡 10 小时的比睡 7 小时的人更容易得突发性心脏病、中风等病。这是由于睡眠时血液流动缓慢，容易形成血栓的缘故。

☞睡眠有什么奥秘

一只猫静静地躺在实验室里，它吃饱喝足了，把头枕在爪子上，全身蜷曲，睡得正香呢!

实验室里静悄悄的。

“丁”的一声响，研究人员把一根针扔在地上。

那只猫转动它的头，双耳竖起，对向声源；然后睁开眼睛，专心地注视着出声的地方；它的心跳加快；它似乎已看到了那枚针，便起身走了过去，用鼻子闻了闻，见那根针并没有什么敌意，就放下心来，又回到原处，继续它的美梦。

这就是猫的睡眠特点!

猫每天总要这样的醒来几次，尽管它显出清醒的样子，好像十分在乎身边出现的动静。实际上，猫的这些动作，是在迷迷糊糊之中，带着瞌睡完成的，根本不像它清醒时那样警觉。

为什么研究人员要用猫来做睡眠研究?

也许你想不到，你身边的猫，是一种好睡的动物。人每天

睡眠时间是 8 小时，猫要睡 12 小时，几乎生命的一半时间花在睡眠上面！所以研究人员就选中了猫。

无论是猫、狗、狮子，还是人，睡眠都是一模一样，这是一种奇妙的境界。

假如你觉得困，想睡觉，你先进入“入睡期”；几分钟之后，就来到“浅睡期”；接着就是“中度睡眠期”；最后就是“深睡期”。可能你会奇怪，这个期那个期，凭什么划分的？那就是脑电图。从脑电图上所出现的不同电波，能够知道人或者动物的睡眠已经到达了什么样的深度。如果把入睡前开始觉得困意的“觉醒期”都算上，整个睡眠过程，一共要有 5 个时期。

是不是一夜之间，就简单地分为这 5 个时期呢？

不，问题并不如此简单。走完后面 4 个时期（不算觉醒期），睡眠又会从深睡转至中度睡眠，再转成浅睡，然后又回到入睡期。接着又进入新的一轮睡眠时期。这样周而复始，始而复周，经过四五个来回的反复，正好鸡叫天亮，睡眠结束，新的一天来到了。

睡眠的奇妙，并不止这些。1928 年，两位俄国学者，以及 25 年之后的两名美国神经生理学家，他们先后都做过这样的试验：把熟睡婴儿的眼皮轻轻扒开，发现婴儿的眼球总在左右快速转动，而且快速转动的时间多，不动的时间少。这是为什么？

那两位研究神经生理的学者发现：人在从深睡转向浅睡时，眼球会转动；而从浅睡转向深睡过程中，眼球就静止下来。这一发现给睡眠的研究打开了一扇新的大门。科学家开始领会在“非动眼期”，人的呼吸、心跳、血液流动，以至全身





的肌肉力量，都会转缓减弱，所以眼球一点也不动(学者因此称这个阶段的睡眠为“无快动眼睡眠”)。在由深转浅的睡眠过程中，照理心跳、呼吸等应该越来越快。事实刚好相反，这时的心跳反而更慢，血压更低，肌力更差，神经反应更迟缓，甚至想叫醒他都得费很大力气。眼球的快速转动，也正是在这个时期出现，它就成了认识睡眠的一个最好标记(这样的睡眠就称之为“快动眼睡眠”)。

发现了睡眠的这些奥秘，科学家自然会问：

为什么睡眠转浅，全身的变化反而更慢了呢?

为什么要出现“快动眼”这种奇特的睡眠方式?它对人体有什么作用?

是身体的哪一部分在指挥调动“快动眼睡眠”的产生?

所有这些问题，直到今天，科学家还没有找到确确实实的答案!

睡眠，还有好些问题等待解决。

比如，开头所说的那只猫，一根针落地的声响都能引起它的警觉，那么，猫的睡眠是不是总处在浅睡阶段?

不是。经过进一步研究，科学家发现，猫和其他哺乳动物的睡眠都有快动眼这一时期。快动眼睡眠使它们对外界刺激的反应能力减低了，这时，要是遇到敌人想来吃掉它们，它们怎么办呢?这点，你可放心，一定会有身体的某些部门(科学家猜想是它们的脑)在监视着自身的安全。那么，这是谁呢?如果是脑，又是脑的哪一部分呢?科学家还没有找到答案。

再有，人觉得困、想睡觉，睡眠就悄悄地走近我们。那么，睡眠又是怎样开始的呢?不少科学家把动物脑的某部分切断，这些动物就会只睡不醒；又切断另外动物的另一部分脑，

需要全本请访问 www.ertongbook.com

这些动物又只醒不睡，由此似乎可以看出脑是睡眠的主宰者。但脑的这些部门又怎么能想起这时该睡，那时该醒的呢？于是，有些科学家就设想：是不是身体内部会产生一些特殊物质，能催促负责睡眠的那部分脑起来发动睡眠呢？比如，有位科学家故意让一条狗不睡觉，一睡就轰它。如此经过 1～2 周的时间，然后抽取这条狗的脑脊液，注入到另一条狗的脑内，不久，这条被注入脑脊液的狗，昏昏沉沉睡了起来，少则入睡 2 小时，多的可睡 6 小时。可见那条不让睡觉的狗的脑内可能有唤起睡觉的化学物质，不然怎么会使醒着的狗大睡起来呢？

可是，这些引发睡眠的物质，究竟有没有？如果有，那是什么，它来自何方？都是尚无答案的问题！

☞梦是什么

我问过不少孩子：“你做梦吗？”

多数孩子说：“做！”也有少数说不做。

实际上，人在睡着之后，都做梦，就连婴儿都不例外。

据专家们说：初生婴儿，他们睡眠的 55～80% 的时间是在做梦，因为他们不会说话，所以在他们的梦里，顶多也只有些丁丁当当的响声。婴儿长到一岁左右，他们的梦就要少一些，只占整个睡眠的 1/3。孩子长到三四岁，梦更少了，不过占睡眠的 1/5，一直到长大成人，都是这样。

专家们做过这样的实验：让两个人进入睡眠状态，其中一人在出现眼球快速转动的快动眼时期，马上叫醒他，问他做没做梦，他会告诉你：“啊，我正梦着吃又大又甜的苹果，忽然听到有人喊我，我一惊就醒了。”另外一人，却不在快动眼期





让他醒来，他会回答你：“我正睡得香着呢，你叫醒我，看你多讨厌！”所以，专家们说，如果你正好在快动眼时醒来，你会记得梦中情景；如果不是，那就不会记起做过的梦。

上面的例子只是说明了一个问题：

梦在什么时候出现，并没有告诉我们，梦是什么？

本世纪初，奥地利有名的神经精神病学家弗洛伊德用他的“精神分析法”，对梦做了如下解释。在弗洛伊德看来，梦是深藏在我们内心的一种愿望。平时我们的这种愿望决不轻易向人流露，即使在睡梦中，也总要乔装打扮一番，在一个故事里表现出来。弗洛伊德对自己所做的梦和一些病人所做的梦进行了研究。下面，就是他对自己所做两个梦的剖析：

如果我晚饭吃的东西过咸，入睡之后，我就会做一个喝水的梦。醒来之后，我口渴得很，我确实想喝水。

弗洛伊德解释说：做这个梦的原因，当然是口渴，由于口渴而有想喝水的愿望。他通过做梦来实现这个愿望。弗洛伊德接着说：实现我们内心的愿望，这正是梦的功能（换句话说，这正是梦的本领）。

弗洛伊德的另一个梦，是这样引起的。

1897 年春天，弗洛伊德所在大学的两位教授，准备推荐他晋升为副教授，弗洛伊德非常惊喜。不过，他转眼一想，大学里推荐升迁的事，往往一搁几年，自己什么时候能晋升为副教授，还不好说。

下面是弗洛伊德的回忆：

一天晚上，同事 R 先生来找我，谈起了提升副教授这件事。当晚我做了一个梦。梦中的 R 先生变成了我的一个叔叔，他的长脸有些变了形，满腮长着黄胡子。

早上醒来，一想起这梦，就觉得荒唐、无聊。R 先生怎么成了我的叔叔，我只有一个叔叔，他确是长脸、黄胡子，这个形象怎么会安到 R 先生头上去了呢？

从这个梦里，弗洛伊德发现了梦的另一个重要内容，那就是“伪装”。弗洛伊德说，人和人在交往中，除了亲人和好朋友，谁也不会把心中的秘密随便向别人去诉说。比如，明明我讨厌你，可出于礼貌或别的什么原因，见到你，还总是面带微笑，向你点头打招呼。这就是“伪装”。梦，也有这一手，它把心中的秘密或愿望，委婉地表现出来，总是表演得让人不易看出你内心的痕迹。

弗洛伊德说：他的叔叔曾经犯过法；而 R 先生是他的同事，相当受人尊重。

不过，在晋升副教授这件事情上，他的梦让 R 先生变成了他叔叔，成为一个犯法的人。犯法的人，是不能晋升的。他自己没有犯过错误，言外之意，只有弗洛伊德自己才有晋升的资格。这个梦虽然作了伪装，但还是露出了自己希望晋升的意愿。对于这种伪装，按弗洛伊德的说法，是不让人直接认出自己的愿望，是自己存在顾忌的缘故。

愿望和伪装，成了梦的两种本领，只有看清梦的愿望和看穿梦的伪装，我们才能弄懂梦本身所代表的意义。弗洛伊德正是利用这一方法，分析出隐藏在病人内心的秘密，给心理和精神有病的人进行治病的。弗洛伊德开创了一个治疗精神病和心理疾病的新天地，救治了不少一向认为无药可治的病人。弗洛伊德本人也因此获得了诺贝尔医学奖。

说到这里，可以回过头来，回答开头的问题：梦是什么？梦，是人在入睡之后的一种精神活动；梦里也有思想、情感和

各种想象，看上去好像很真实；梦把自己内心的一种向往与愿望，经过乔装打扮之后，曲折地表达出来。

尽管弗洛伊德对梦的认识，作出了贡献，但他所说明的梦，只是梦的一个方面，梦究竟是什么，还没有一个明确的答案。

人为什么做梦?

这仍然是个谜!

人一入睡，应该什么都不知道。可是，做起梦来，心里却又相当清楚明白。这梦究竟是怎么做起来的呢?是人脑的哪一部门在指挥、安排和编造这些梦幻的呢?

很久以前，有人说梦是灵魂干的事。在每个人的身体里，都装着个灵魂。身体睡着了，这个灵魂就跳出躯壳，自由自在地飘荡。灵魂就是梦中的主角。这话当然是没有科学根据的。

医学家们发现，一个精神紧张或者精神受到很大刺激的人(比如听到了一个坏消息)，往往容易做梦；内脏有病，特别是慢性病，隐隐约约的不舒服症状或者疼痛不适，时常干扰着睡眠，梦也会增多。

现代医学把上面说的几种情况，都归于一种症状，叫做“睡眠障碍”(说得明白些，就是“睡不好觉”)。不过，睡眠障碍不能从根本上解释人为什么做梦，这个问题现在还没有得到最后的解答。

☞人为何做梦

如果周公真的解过梦，那么他当属研究梦的天下第一人，距今天已有 2800 多年的历史了。汉朝的王符在《潜夫论笺》中对梦有专门的研究，他把梦列为 10 种：“有直，有象，有

精，有想，有人，有感，有时，有反，有病，有性。”并对10种梦进行归纳和分析。现代研究梦的大家当属奥地利的病理学家，精神与分析学派的创始人西格蒙德·弗洛伊德。他有一部精神分析学的重要著作叫《梦的释义》，是一部洋洋40余万字的巨著。书中对梦进行了研究和解析，是目前最具有权威性的著作。

人人都做梦，因此做梦的机理正在被一些医学家、生理学家作为一个课题进行着研究。生理学家认为：没有一个人不做梦，对一个活到古稀的老人来说，他一生中至少有5年时间是在梦中度过的。

梦的基本原理是：我们在睡眠时，大脑中的一些神经细胞仍处于兴奋状态，它们产生了断断续续的思维，于是便做起了梦。梦是处于清醒与熟睡的中间状态。因为只有少量的脑细胞参与活动，梦往往是不合常理的片断。正常人讲梦，说得有头有尾，合乎逻辑，那一定经过了加工，一半是梦，一半是谎；只有“痴人说梦”，才是真实可靠的。

虽然“同床异梦”，但同一职业、文化层次、年龄的人，往往能做出相似的梦来。中美研究梦的学者合作，对男女各100名大学生进行梦的调查，发现他(她)们的梦境是：

1. 梦见心爱的人　93.5%
2. 梦见被人打或被人追　92%
3. 梦见死去的人　74%
4. 梦见从高处摔下来　72.5%
5. 梦见与别人打架　70%
6. 梦见做某事已为时太晚　69%
7. 梦见与自己有暧昧关系的人　66%





8. 梦见自己飞起来了　65.5%

9. 梦见自己没准备就参加一场考试　64.5%

10. 梦见自己被吓呆了　55%

这 10 种梦境多是青年人做的，我们仔细想想，此类的梦我们大都做过。这种梦与我们日常生活经历密切相关。

睡觉时外部的某些刺激也会形成梦境。午睡时，阳光晒在脸上，就可能梦见熊熊大火在燃烧；冬天睡觉时，双脚露在被外，就可能梦见在冰雪中行走。有人曾做过一个试验，给 33 个入睡者皮肤上轻轻滴水，其中有 14 人梦见了水。身体发育长个时，多做飞翔的梦。膀胱胀满则多做找厕所的梦，而且困难重重。

日有所思，夜有所梦。有时梦境中也会突然解决苦思多日所不能解决的疑难问题。

有些著名诗人的警策性的诗句，是在梦中形成的；一些科学发明与发现亦是通过梦境实现的。著名俄罗斯化学家门捷列夫的元素周期表，即是在梦中排列好的。德国化学家开普勒发现“苯”分子结构，也是受了梦的启发：他在梦中看到原子如长蛇那样忽然首尾相连，变成了环形，惊醒后即悟出苯的分子结构应该是环形的。硫化橡胶的发明人查尔斯·古德伊尔，同样是在梦中听人告诉他应在橡胶内加入硫磺。

据调查，英国剑桥大学有 70% 的科学家承认从梦中得到过帮助。英国的艾斯文说：“人若持续深思某个问题，这个问题常由梦来解决。梦中可以理顺思路，排除别的信号干扰，疑难问题就有可能迎刃而解。”

1926 年，荣获诺贝尔医学奖的英国学者克里克认为：只要做了梦，人的头脑就会灵敏。做梦时可以消除大脑中无用信

需要全本请访问 www.ertongbook.com