



时尚你我他

属于你私人的、最贴身的解梦大师！
国内外著名梦学家亲临现场，破解神秘梦境！
全面分析每个梦的内涵、梦的预兆！

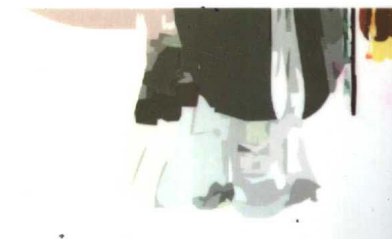
梦境圆解

MENG JING 图解 YUAN JIE

解梦、圆梦与人生1000例

郭樱妍 刘燕 编著

珠海出版社



 时尚你我他

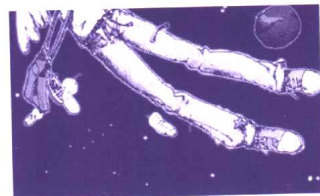
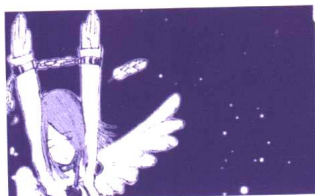
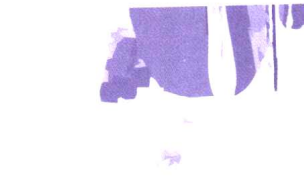
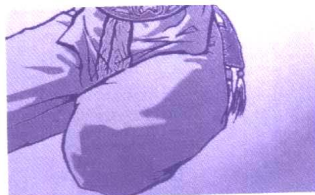
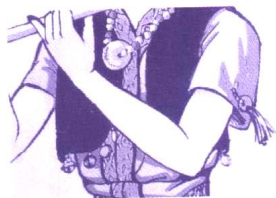
梦境圆解

MENG JING 图解 YUAN JIE

解梦、圆梦与人生1000例

郭樱妍 刘燕 编著

 珠海出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

时尚你我他/郭樱妍, 刘燕编. —珠海: 珠海出版社, 2003.11

ISBN 7-80689-127-7

I. 时… II. ①郭…②刘… III. 生活—知识 IV. TS976

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 082963 号

作 者 ■ 郭樱妍 刘燕

责任编辑 ■ 雷良波

封面设计 ■ 姜嘉雪

出版发行 ■ 珠海出版社

社 址 ■ 珠海银桦路 566 号报业大厦三层

电 话 ■ 2639303

邮政编码 ■ 519002

E-mail: Shigege@vip.sina.com

Http://www.shushang.com

印 刷 ▲ 广东省肇庆新华印刷有限公司

开 本 ▲ 787×1092 1/24

印 张 ▲ 66 字数 ▲ 1200 千字

版 次 ▲ 2004 年 3 月第 1 版第 2 次印刷

印 数 ▲ 5000~10000 册

书 号 ▲ ISBN 7-80689-127-7/TS · 23

定 价 ▲ 90.00 元 (全五册)

版权所有: 翻印必究

序 言

“有人说梦见掉牙预示着有亲人要去世，又有人说那是成长的象征，要相信哪一种说法好呢？”

“孩子马上要出生了，怎么给他取个吉祥如意又不落俗套的好名字呢？”

“我是双鱼座的，他是射手座的，不知道我们俩到底配不配……”

“A 型血的人含蓄内向、O 型血的人热情冲动，那么 AB 型血的人有什么特点呢？”

“我们属猴的人今年的事业小有成就，不知明年哪方面的运势会更好呢？”

现在只要拥有了《时尚你我他》(图解版)，在这个 DIY 的时代，解梦占卜、取名改名、情爱心理测试、血型分析、星座运势预测、生肖速查可以全靠自己，不求别人！

新版《时尚你我他》(图解版)突现高雅、新潮、实用三大特点，插入了大量精美图片，以更生动活泼的形式表现精彩的文字内容，并且在原有内容的基础上增加更多、更新、更实用的内容，例如新年新运程预测、网名域名的构思、趣味古法占卜……大大增强了可查性和趣味性，完全满足读者强烈的求知欲望。这套精彩的系列丛书，是您现代生活的完美自助读物，丰富生活、启迪人生，尽在其中。

目 录

梦

替“梦”作个说明	1
梦之谜	2
睡眠与做梦	4
梦源于“固有记忆”?	4
做梦影响大脑休息?	5
一辈子 1/12 的时间在做梦	6
做梦是大脑在做操	6
做梦是大脑在学习	6
做梦是大脑在玩耍	6
梦中能思考学习	7
做梦是学习的重要环节	8
噩梦可能是疾病的预兆	8
梦是身体的透视	9
如果你梦见的是	9
关于梦的趣闻	10
BABY 也做噩梦?	10
半夜醒来未必是做了梦	10



美国科学家发现老鼠睡觉也做梦	11
梦的语录	12
关于梦文化与解梦	13
古代中国的析梦术	14

周公解梦

周公姬旦	21
原版周公解梦	22
昨夜梦魂中	33
玄学上的解释	34
精神分析学说法	34

弗洛伊德的解析

弗洛伊德与荣格	35
我梦故我在	37
梦是愿望的达成或满足	38
灵异之梦的心理学解释	39
梦里的预见性	43
新版“梦的解析”	45
近代人的梦探寻	48
美国科学家解释六种梦	49

暹罗解梦

暹罗解梦	50
寻梦天涯路	56
梦见读书	56
纸	57
笔	57
地图	58
衣服	58
被子	58
床	59
袜子	59
帽子	59
衬衣	59
拖鞋	60
鞋	60
丝绸	61
阳伞	61
钱包	61
行李	62
拐杖	62
钥匙	62
扇子	63
梯子	63
家具	63
针	63
剃刀	63



烟斗	64
镜子	64
刺	64
秤	65
剪刀	65
打孔机	65
钢琴	65
手风琴	66
吉他	66
首饰	66
香水	66
项链	67
耳环	67
布娃娃	67
戒指	67
钻石	68
手枪	68

梦学大师现场解梦

梦学大师现场解梦	69
梦中动物代表什么	69
梦中交通工具代表什么	78
梦中房屋代表什么	81
梦中衣物代表什么	82
梦中身体各部位代表什么	84
梦中的物品代表什么	85

梦中人物代表什么	90
梦中的可怕事物代表什么	96
梦中的水代表什么	99
梦中的路代表什么	102
关于梦的主题	107
你也能释梦	124
释梦也要看主人	125
哪个梦更珍贵?	129
谈梦中人物	132
梦作品有风格	134
扩充和表演梦	134
多一点细节	135
往事如梦	135
奇梦共欣赏	145
如何记住自己的梦	171
学好记好梦境的笔记	172
学会控制梦	173



梦游伊甸园

性梦与情梦	179
恋爱之梦与解析	181
怀念初恋	182
电话号码总也拨不对	182
婴儿的饭丢了	183
女朋友的表姐	184
送上门的美女	184

见工·	185
话剧·	187
床头柜里的蛇	188
作文·	189
以追杀告终的三角恋情	190
女友送的毛背心	191
牵狗的男友·	192
昔日女友的礼物	192
陪女友出游·	193
异国来信·	194
死去的男友·	195
梦见亡父·	195
我们前生是姐妹	196
失恋·	197
思念·	198
她何以成了我女友	198
梦境中的婚姻关系	199
继子·	199
离婚·	200
渴望偷情·	201
丈夫的呻吟声	202
插座都坏了·	203
大白天遇到了流氓·	203
旅途中的浪漫	205
分床而眠·	206
放风筝与游泳	207
击剑手	210
妻子要离婚·	211

情人之梦与解析	211
做情人的感觉	211
扣子掉到地上了	212
他是不是花花公子	212
约会	214
性病	215
性别角色之梦与解析	215
恐惧被社会抛弃	216
向往苗条身材	217
芭蕾舞演员	218
回到过去	219
女人的革命	220
金钱与两性平等权	221
受到攻击的女邮递员	222
一个未记住名字的女人	224
女人的忧虑	226
强暴与被强暴	227
认识异性的过程	230
现实起来的男人形象	230
不是莎朗·斯通	231
男人在争斗	233
女人是蛇	234
同性之爱	235
人头鸡身的怪物	236
两个男人	236
怀疑“反常”	237
我的梦与贝克尔	238



梦的主题

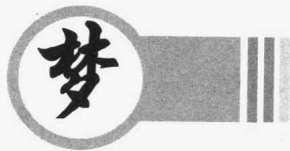
气候	242
树木	244
其他植物	245
花卉	246
水果	248
蔬菜	249
黑牛之梦	249
风景	251
超自然现象	253
音乐	255
技能	257
能量	258
创造力	259
记录	259
色彩	260
画	262
计算	263
柯佩丽雅之梦	264
数字	265
时间	266
剧场	267
超现实的梦	268
衣服	270
出生	273
死亡	273

童年时期	275
年轻	276
身体	277
健康	279
疾病	282
影子	283
去势	283
跑车之梦	284
建筑物	285
家	287
房间	288
井之梦	289
饮食	292
容器	295
用具	296
金钱	297
气球人的梦	299
珠宝	300
工具	301
工作场所	302
废物	303
不安全	304
敌意	305
愤怒	307
爱情	308
爪子之梦	311
情绪	313
竞赛	315



目 录

运动	318
冒险	319
逃避现实	320
沟通	321
赌博	323
犯罪	324
服务	325
竞赛之梦	325
活动	327
净化	329
动作	330
职业	331
野心	334
欺骗	336



替“梦”作个说明

梦，人人都熟悉她，却谁也说不清道不明，由古至今困扰了多少人，然而她始终蒙着厚厚的面纱，任由人们努力地把它一层层拨开，却怎么也见不到



她的庐山真面目，也许这恰恰是她吸引人的地方，在此也只能把她几分清晰几分模糊的面容呈现给大家，让大家体味一下她那朦胧神秘的内涵。

让我们先替“梦”作个说明吧！我们的祖先一度认为“至人无梦”，“至人”即圣人，圣人没有妄念，也就不会做梦了；古希腊哲人柏拉图也曾经说过：“好人做梦，坏人作

恶。”难道圣贤愚鲁，好人坏人，真的有做梦不做梦的区别吗？当然不是，不管你是什么人，你都会做梦，甚至连动物都会做梦，只不过它们醒来不会津津乐道于此罢了。

诚然，有时我们也觉得要是没有各式各样的梦来打扰，我们睡得该有多香甜，然而做梦却是必要的。曾有心理学家如此研究过：他们设法干扰睡眠者，使他们的梦无法做成，结果睡眠者做梦的次数越来越多，前数夜被剥夺的梦，须在以后得有机会加以补足。可见做梦与睡眠一样必要，缩短做梦时间会引起猜疑、偏执、忧虑、急躁、幻觉、个性分裂、食欲加大及体重增加等现象。

心理学家把每夜睡眠超过9小时者称为长睡眠的人，低于6小时者称为短睡眠的人，有关研究表明：长睡眠者每夜平均做梦时间为121.2分钟，而短睡眠者为65.2分钟。



在一个典型的睡眠中，一般人的第一个梦，大约出现在入睡后的 90 分钟左右，梦境的持续时间约为 5~15 分钟(平均约为 10

分钟)，一夜内大约要做 4~6 个梦，有的梦很短，只有一个或几个印象，或一个单独的思绪，也

许只有一个字；有些则内容特别丰富，如演戏、故事一般，持续时间很长；有些梦条理清楚，好像实际的经验，以至醒后不知是否为梦；有的模糊混乱，不可追述；有的令人愉快，有的则令人痛苦焦虑。然而尽管有这么多梦，我们醒来记得的只是少数，因为每个梦，只是在短时间内完成，印象不深，未经复习、深层次加工，也就无法进入长时记忆中，结果便很难回忆，或者因为梦很多，互相干扰，新梦记得较清楚，先前的梦已淡忘。

做梦也是有标志的，无数实验证明：睡眠周期的最后一个阶段——快速眼动睡眠阶段是做梦的时期。这时除了脑电波发生变化外，睡眠者的眼皮、眼球会快速跳动，这一特征成为心理学家研究梦的重要根据。根据这个标志，我们可以知道梦游、说梦话其实都不是发生在这个阶段，也就是说，这二

者与做梦无关。

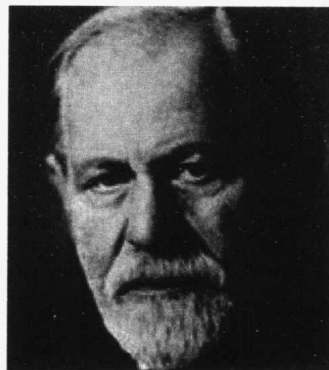
梦之谜

人为什么会做梦，梦有什么意义，梦对人有什么影响，千百年来，解梦学家、心理学家以及神经生物学家一直为此苦苦求索，然而至今仍未能找到解开这个谜底的答案。

人类对做梦的较为严谨的科学研究始于 19 世纪。1886 年，梦学专家罗伯特认为，人在一天的活动中有意或无意地接触到无数的信息，必须经过做梦把这些信息释放一部分，这就是著名的“做梦是为了忘记”的理论，这个理论在一百年后的 20 世纪 80 年代又开始重新流行。在罗伯特以后不久，又出现了弗洛伊德心理学解梦理论。弗洛伊德

认为，人不停地产生着愿望和欲望，这些愿望和欲望在梦中通过各种伪装和变形表现释

放出来，这样才不会闯入人的意识，把人弄醒。也就是说，梦能够帮助人排除意识体系无法接受的那些愿望和欲望，是保护睡眠的



卫士。

弗洛伊德的理论从 20 世纪初一直流行到 60 年代, 后来世界上对梦的研究慢慢地离开心理学领域, 进入生物学实验室, 做梦从此被视为是一种生物现象。法国里昂梦学实验室的神经生物学家米歇尔·儒韦是梦学研究的国际知名专家, 米歇尔·儒韦把有梦定义为“反常睡眠”。他通过脑电图测试发现, 人每隔 90 分钟就有 5~20 分钟的有梦睡眠, 仪器屏幕上反映的信号不同, 显示了人在睡眠中大脑活动的变化。如果在脑电图的电波上显示无梦睡眠时把接受测试的人唤醒, 他会说没有任何梦境; 假如在显示有梦睡眠时唤醒他, 他会记得刚刚做的梦。

此外, 研究人员采用 X 线断层摄像仪测试发现, 大脑在有梦睡眠阶段的图像接近于清醒时的图像。

有趣的是, 研究人员用仪器进行测试发现, 做梦不是人类特有的现象, 鸟类和所有的哺乳类动物也都会做梦。20 世纪 70 年代末, 一位科学家通过老鼠实验发现, 有梦睡眠还和记忆有关, 做梦的老鼠比被剥夺有梦睡眠的老鼠更能记住经验, 但是这一研究结果并不适用于人类, 因为医生在治疗精神沮丧病人时用一种叫做单一氧化酶的抑制剂, 这种药完全取消了人的有梦睡眠, 但却不会引起记忆紊乱。

法国梦学专家米歇尔·儒韦认为, 做梦

是由遗传基因决定的。他把老鼠有梦睡眠中发出的信号进行比较, 发现相同亲缘系统的老鼠有近似的信号, 这一理论又被前不久美国科罗拉多大学研究员布尔加的一项实验证实。布尔加对同卵双胞胎进行了研究, 发现生下来后就被不同地方的两个不同家庭分别抚养大的双胞胎竟然有相似的做梦经验, 由此证明, 人的梦境表现是遗传记忆。

另外, 在刚刚出版的美国《科学周刊》上有一篇关于做梦研究的最新报告,



报告的作者华盛顿神经科学研究院和马里兰州博才斯达国家卫生研究所的合作小组通过一台高性能神经断层摄像仪为十几个接受实验的人进行测试, 发现他们在有梦睡眠阶段大脑皮层的这个特定区域的血液循环异常加快, 研究人员由此发现, 大脑中负责看梦中景象和看外部视觉景象的视觉神经系统原来是各自独立存在的。

报告说, 看梦的内视系统被证实独立存在以后, 就能够解释为什么我们在梦中会有扩大的情感, 为什么能接受那些不合理的古怪情节以及紊乱的时空观念。

