

改 变 人 类 历 史 的 心 理 学 巨 著



梦 的 解 析

THE INTERPRETATION
OF DREAMS

插图导读版

[奥地利]

西格蒙德·弗洛伊德 著

陈晓云 那振玲 译



 武汉出版社
WUHAN PUBLISHING HOUSE



梦的解析

THE INTERPRETATION
OF DREAMS

插图导读版

[奥地利]

西格蒙德·弗洛伊德 著

陈晓云 那振玲 译



 武汉出版社
WUHAN PUBLISHING HOUSE

(鄂)新登字 08 号

图书在版编目 (CIP) 数据

梦的解析:插图导读版 / (奥)弗洛伊德

(Freud, S.) 著; 陈晓云, 那振玲译. —武汉: 武汉出版社, 2013.3

ISBN 978-7-5430-7392-0

I. ①梦… II. ①弗… ②陈… ③那… III. ①梦 - 精神分析 IV. ①B845.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 305799 号

书名: 梦的解析: 插图导读版

著 者: [奥]弗洛伊德 著 陈晓云 那振玲 译

特约编辑: 李异鸣 杨 肖

责任编辑: 黄义和

文字编辑: 刘 璇

封面设计: 木头羊工作室

出 版: 武汉出版社

社 址: 武汉市江汉区新华路 490 号 邮 编: 430015

电 话: (027)85606403 85600625

<http://www.whcbs.com> E-mail: zbs@whcbs.com

印 刷: 北京中振源印务有限公司 经 销: 新华书店

开 本: 787mm × 1092mm 1/16

印 张: 20 字 数: 320 千字

版 次: 2013 年 3 月第 1 版 2013 年 3 月第 1 次印刷

定 价: 29.80 元

版权所有 · 侵权必究

如有质量问题,由承印厂负责调换。



梦的解析
v
v
v
v
v

梦
的
解
析

The interpretation of dreams

251	115	049	031	023	005	001
第七章	第六章	第五章	第四章	第三章	第二章	第一章
梦过程的心理学	梦的工作	梦的材料及来源	梦的伪装	梦是欲望的满足	梦的解析方法	关于梦的科学文献

>>>>>

The interpretation of dreams

梦 的 解 析



第一章
关于梦的科学文献



以下我将向大家证明，有一种心理学可以将梦的解析变为现实，利用这种方法，我们还可以将梦看成一种有意义的精神结构，并在现实生活的精神活动中为它寻找到相应的位置。我还会尽力解释梦中出现的一些奇怪的或令人不解的事物的缘由，并由此推导出某种精神力量，是这些精神力量促成梦接连不断地发生。

我想以一种前言的形式对前人关于这一问题的解释进行整理，并研究一下如今的科学界对梦的看法。在这些资料中，我可以看到很多有意思的事件，它们为我研究梦提供了大量材料，但是它们却没有涉及梦的本质，也没有讲到如何解释难以理解的梦的方法。显然，这些知识对于那些没有受过良好教育的人或非专业人士也是毫无用处的。

人们也许会问，原始的人类对梦有着怎样的看法？梦对他们的世界观和灵魂观念又产生了怎样的影响呢？这些问题的确很有意思，但是由于一些条件的限制，我无法对此加以解释。我希望将约翰·卢波克（John Lubbock）爵士、赫伯特·斯宾塞（Herbert Spencer）和泰勒（E.B.Tylor）等人的作品介绍给大家。

古代关于梦的解释观点，对现代人也有着一定的影响。他们认为梦与他们所信仰的神灵世界密切相关，梦即是神灵对某种意旨的传达——这在古代人的生活状况中可以看出。并且，可以肯定的是，梦是对未来的预测，是极为重要的。但是，由于梦的内容太过复杂，人们对它们的印象和看法也不尽相同，所以很难对它们进行统一的解释，也就没有必要对其可信度和重要性进行划分了。因此，古代的哲学家对梦的划分在某种程度上包含了很多个人的观点。

在亚里士多德关于梦的作品中，将梦提到了心理学的范畴。从中我们知道了梦并非神灵的旨意，也没有神圣的性质，而是一种“人神各半”的

性质。梦即使再“神通广大”，也不会超出自然的范畴，然而自然本就是人神共有的。梦是人精神世界的一部分，然而精神和神在某些程度上来说确有相似之处。梦可以被界定为做梦者睡眠过程的一种精神活动。

亚里士多德认识到梦的一些特征。例如，他知道，梦是将睡眠时的细微刺激进行夸大而形成的，“在梦中感觉自己像行走在火中，身上异常的热，而现实只不过是受到某一些发热的东西的烘烤罢了”。由此，他得出以下结论：在清醒的时候常常无法感受到细微的刺激，因而不能够让医生有正确的判断。

众所周知，在亚里士多德之前的人们常常将梦视为神的旨意，认为其中暗含着深刻的意义，而非精神的产物。由此，我们可以看出，对于梦的解释自古以来就存在分歧，且难以达成一致。它们主要的区别在于：一种是现实而有价值的，可以让梦者预知未来或带给梦者某种警示；一种是虚拟而毫无价值的，只会让梦者更加迷茫，甚至将其导入歧途。

格鲁伯关于梦的划分，曾借用了马克罗比斯和安迪米德鲁斯的思想：“梦可以分为两类，一类是对生活的影响，现在的或过去的，但是并不包括未来的；一类则与之相反，是对未来的预测。这包括三个方面：①直接接受对事物的预测；②对未来事物的预知；③具有象征意义的梦。这种思想盛行长达数百年之久。”

根据梦的价值划分梦的类型就和“梦的解析”问题联系了起来。我们一般可以判断出梦的重要与否。由此人们就会寻找一种方法，将不能解释的内容转换为可以理解的内容。

曾经，马克罗比斯和安迪米德鲁斯对梦的解释被认为是最有权威性的，他们的观点弥补了前人对梦理解的缺失。毋庸置疑，古人对于梦的科学认知与他们对于世界的认识相一致。这种认知致使他们将心中幻想的事物映射到了外部的世界，好像这些东西完全是现实存在的。并且，这种对梦的认知还包括他们醒来之后对梦存有的整体记忆，此时他们的梦境好像与他们的生活毫不相关，无法与他们心灵中的某些东西相对应。

除此之外，还有另外一些人，他们虽然并不愚蠢、混沌，但是却常常用“梦是无法解释的”这一观点来为自己信奉神灵和进行某些宗教活动找

借口。古代的一些哲学家，比如与谢林观点一致的人们，一直认为梦与神灵密不可分，在他们身上梦的神灵性质已经不容争辩。如今，梦的预知能力和对未来的启示力量仍是人们探讨的话题，准确的答案仍在探寻中。

如果我们将梦的科学解释进程进行总结，将是件特别困难的事情，因为即使这一研究在某些方面取得了一些成就，但仍没有一条确定的研究方向。那些研究者想根据已有的材料和发现来构建一个基础，但是都未能如愿，因为每当他们沿着前人的方向投入到自己的研究中时，就好像这项工作刚刚开始一样。如果按照时间



顺序给这些研究者的成果进行整理的话，是无法给大家一个清晰明确的结构图的。所以，我还是根据题目而非作者的顺序进行总结，并将其中的材料运用到我所要解答的梦的问题中。但是限于个人能力，我不确定自己对于各种有关梦的文献都已经一一翻阅，所以如果我没有遗漏其中重要的或基本的问题的话，还是请读者接受我简略的概括。

一直到现在，仍然有很多人认为睡眠和梦是一回事，并认为梦和精神病学中的一些病症或者一些幻觉、幻象相似。最近，出现了一种与此相反的观点，将梦作为一个单独的话题进行研究，就像研究其他专题一样。针对这一变化，我们看到了它们传达的信念：对于这些模糊的话题，只有进行一系列的研究才可以找到答案并得出统一的结论。本书所提供的正是一份具有心理学特征的调查。对于睡眠的问题我没有多余的时间加以研究，那只是生理性问题。虽然睡眠是让精神发生变化的基础，然而却不在于本书的研究范畴。

科学研究之下，梦所引发的一系列问题，将在下面分条研究。当然，其中会有些重复的观点，这是不可避免的。

The interpretation of dreams

梦 的 解 析



第二章
梦的解析方法

一个梦例的分析

在本书的开头，我已经交了我所要采用的解析梦的问题的传统方法，我的目的是要人们相信：梦是可以被解释的。在之前的章节里，我已经在解决这一问题了，在我追求目标的过程中，这一收获并不意外。在提出自己的观点——“梦是可以被解释的”的时刻起，我就几乎公然向一切的梦的权威理论宣战了。而施尔纳是唯一的例外，对梦进行解析，就相当于是赋予它“意义”，使它变得有价值。正如我们所知道的，对于解释梦，科学理论没有任何的帮助，因为它们所秉持的是：梦只是一个躯体过程，而不是一种心理活动，它是呈现于感官的符号作品。而在外行人看来，则恰恰是相反的。我们都有权利坚持自己的看法；即便我们承认了梦是不可理解、不足为信的，却不能武断地认为梦是没有意义的。然而，被本能驱使着，我们能够确信，任何一个梦都有着它特殊的含义，即便这些意义并不容易发现。梦是其他思想的反映，想要对它进行解释，我们需要先彻底地对其他思想进行剖析。

给梦以解释并不是当下人才有的想法，在很久之前，科学界就曾以其为课题展开过研究，他们采用了两种在本质上截然不同的方法。

其一是视梦为一个整体，并致力于用可以被理解的、在某种意义上来讲有象征性的内容来代替它。然而这种方法却不适用于那些抽象且很复杂的梦。例如，《圣经》中提到的约瑟夫给埃及法老释梦。“七头肥牛被七头瘦牛追赶着，并最终被七头瘦牛吃掉。”这个梦可以解释为：在七个丰收之后会出现七个灾荒之年，最终七个丰收年的盈余将会被消耗掉。这种对梦的象征性的解释，符合大部分作家的想象力，他们的意图在一种

与自己编造的梦有共同特点的的解释的掩饰下重现。

梦的主要意义即是预示未来，与未来将发生的某些事物相关。因此讨论能够预先显示未来的象征性的梦，便是我们探求梦的意义的目的所在。然而，这种象征性解释梦的方法却是不能仅凭语言传授的，睿智的头脑和敏锐的直觉是成功应用此法的关键。也正因为如此，应用这种象征性解释方法解析梦，并将它上升到一种艺术境界是完全可能的。

其二是“解码法”，它将梦作为一种密码进行解析，对于上述的要求也是不必完全遵守的。应用此法解析梦的过程中，梦里的每个符号，“解梦书”里都有一种与其对应的、意义已经明确的符号。例如，在我的梦中，我收到了一封信，参加了一个葬礼。在密码系统里，与“信”固定搭配的是“麻烦”，而“葬礼”被解释为“订婚”，应用同样的方式我可以替其他关键词也找到意义，如此所有的符号对号入座后，未来就清晰可见了。

显而易见，尽管这两种梦的解析方法都是行得通的，却都不能给梦以科学的解析。正如上文提到的，象征法的应用是受限制的，一些梦无法用它来解释。而若是没有了“解梦书”，解码法也不能够运用。而更需要特别提到的一点是，我们并不能足够确信“解梦书”的正确性。它是否可以信赖的，我们无法确认。在这种情况下，人们便开始参考哲学家和心理学家的观点：将梦的解析视为空想，从而完全忽略它。

而我的直觉和所见的事实告诉我，在一些极常见的梦例中，一种古来有之、人们奉行已久的观点，相对于时下流行的科学判断似乎更接近真理。因此我不得不承认：任何一个梦都是有着某种特定意义的，而且用科学的方法为这些意义找到理论依据是可行的。

我对于这种方法的认识来源于下文中我即将陈述的途径。

在过去的很多年里，在寻求治疗的过程中，我也在努力地想要阐明一些精神病理结构。之所以会这样做，是因为我从约瑟夫·布洛伊尔那里获悉：将病理症状视为一些结构，当将这些结构攻克时，病症也就随之消失了。了解到这些之后，我就照着做了。这一观念的形成源于精神生活的元素对病人的影响，这些影响因素一旦消失，病人就康复了。在尝试了其他的方法，得到行不通的结论后，出于对这些疾病的复杂性的考虑，我决定

跟随布洛伊尔的思路走。自然，我了解要做一个根本的解释是十分困难的。在后面的章节中，我将详细讲述采用这种方法后所选择的形式，以及最终努力成果。也正是在对精神做分析的过程中，我初识了梦的解析的问题。对于病人报告的每一个因某件事而产生的观念或思想，我都会了解。并且对于他们做过的梦，我也要求如实讲述。如此这样我便意识到，在对一个人的精神状态产生影响的时候，这个梦一定在里面发挥了作用。受到这样的启发，我认为我们应该将梦视为一种症状，针对这种症状的解除我们采取的方法就是解析梦。即便是有了这样深刻的了解，我们对梦的解析也只是有了初步的认识。

在应用此法开始治疗前，我们必须让病人有这样的心理准备：使自己对精神感受的注意力变得更强；对每天出现在头脑中的种种思想学会接纳和包容。只有实现这两点变化，一个人才能全身心地对自我进行观察。实施这种观察的最好环境是：合上双眼静静地躺在床上，并且停止对所有感受到的想法的批判。我们需要让病人明确地知道，他能否聚精会神地集中注意力，决定了精神分析的成败，在他头脑中出现的所有东西都要让我们了解。期间产生的任何想法，都不能因为主观上认为是无意义、没关联或是与自己不相关的内容而被舍弃，产生于头脑中的所有想法都要认真且没有偏见地对待。而他的梦、强迫观念或其他的一些症状不能得到合理的解释，正是他的批判态度所导致的后果。

在对精神分析展开的工作中，我清楚地意识到，处于不同情景环境中的人的心灵结构不同。例如，一个正在冥思苦想的人和一个正在观察他自己的人的心灵结构就是完全不同的。相比于专心观察自己，思考有着更多种精神活动。这一结论的依据，我们可以在下面的情形中找出答案，反省者、沉思者的表情是：严肃，庄重，紧皱眉头；观察自己的人的表情是：宁静，平和。处于这两种情境中的人的注意力都是高度集中的，不同的是人在沉思时，是带有批判功能的，因为这样，一些主观上以为不重要的感知就会被否定，而不会主动进入自己的意识状态中。一些别的、根本无法意识到的观念在未被感受之前，就会被阻止，而被追随的思想观念则会占据全部的思想空间。与之相反，自我观察者不会任由他的批判功能胡来，

他的任何感知都不会受到压制。若是一个人能很好地压制住自己的批判功能，那么绝大多数进入他意识之中的观念都会被他感知。通过这种方式积累的用来解释病理观念和梦的结构的新资料，才能够连续和具有逻辑性。显而易见，我们首要解决的问题是：建立某种在分配精神能量上与一些睡眠前的状态相当的精神状态。当进入梦乡后，我们的大脑就停止了某些思考活动，而此时一些“非任意”观念开始运行。在醒来后，正是因为这些“非任意”观念的阻挠，我们自身的一些思想活动的发生才受到了主观的抑制。在这种思考活动运行后，它们便以意象的形式出现在我们的视觉和听觉中。在解释梦和病理观念的过程中，病人要坚决避免分散精力在这种思考活动上，而是要集中能量去思考追随时产生于头脑中的不随意思维，这些思维都是保存着一定的观念特性的。由此，就完成了“非任意”观念到“任意”观念的转变。

看上去让人们以这样的对待观念的态度来处理自己的思想活动似乎困难重重，因为这些观念的产生根本不是人们的主观希望，而是由它们自己的意愿决定的；此外，撇开批判功能的干涉也是相当困难的，因为批判功能对这些观念发挥作用是最正常不过的事，人的“非任意”观念会竭尽全力地阻挠它们被感知到。若是我们相信伟大的诗人兼哲学家弗里德里希·席勒的话，那么，我们也必然相信诗歌的创作也应用了相似的态度。在写给哥尔纳的一封信中，他是这样回复那些自认为缺乏创造力而怨天尤人的朋友们的：



奥西昂的梦

在我看来，你们的这些抱怨是因为你们自身想象力的发展受到了自身理智的压抑。为了讲得更具体些，我给大家打一个比方。若是出现在我们周围的各种意念都要经过理性严厉的筛查，这样做不仅是没有必要的，反倒会使我们的创造力受到损伤。当研究对象是单个思想时，进行讨论是没

有意义的，即便说成是疯狂的行为也不为过。而若是接连出现的思想与上一个思想有着类似的特征，那么我们就不能说对其进行讨论是没意义的了；若是接着再有许多相似的思想出现，并拼接成连续的流动画面，那么这一系列思想的联结将是极有价值的。这一过程的发生，若是不能保存从前的思想以最终做统一批判，理性是无法把握的。此外，一颗创造性的心灵，能使理性放松对“大门”的看守，以使得各种观念有机可乘，可以作为一个整体接受理性的批判。你可能是批判家或是别的什么人，这种无时无刻不在变化的放纵现象都会让你吃不消，然而对于每一个创造性的头脑来讲，这种放纵现象又都是普遍存在的。

需要强调的是这种存在是有区别的，它长久地存在于一些人的头脑中，例如艺术家；而在某些人那里却如昙花一现，例如梦者。在你因为自己缺乏灵感而怨天尤人时，你是否想过，自己就是真正的元凶，是你早早地安于了这种放纵现象的束缚，使得你的理性的批判变得无比的严厉。

（一七八八年十二月一日的信）

席勒所主张的使理性放松把关、采用非批判的自我观察态度，并不难实现。在我的授课中，绝大多数病人仅在听了一次课后就做到了。而若是要求记下所有出现在头脑中的观念，这一点我是可以实现的。用在批判活动上的能量与用于加强自我观念的能量成反比，批判活动耗用的能量越少，就有越多的精神能量用在加强自我观念的强度上。可以肯定的是，我们的关注目标在这其中起到了决定作用。

在运行这个方法的过程中，结束第一个步骤后我们发现，让一个人去关注梦的整体是不可能的，只能将它拆分开来进行逐一检查。当问一个没有经验的病人“这个梦和你有什么关联”时，极有可能出现的情况是他不明所以。然而，若是将他的梦拆分成一个个小部分再来问他，他的回答则会包含大量与它们相关联的信息，通过了解这些我就能给这一部分的梦以解释。这样，我对梦的解析方法就和一般的、由来已久的象征梦的解析法不同了，而与第二种解释梦的方法——“解码法”有着相似之处，它们都是将整体的梦分开来看。

在应用此法解梦之初，就将梦视为一个复合性事物，是包含了众多精神元素的混合体。在为神经症患者治疗的时候，我曾引用过的梦例有上千个，然而在此刻，在我介绍梦的解析的技术及理论的时候，它们却不能作为我的例证。因为一定会有这样的声音响起：那些梦都是精神神经症患者的，我们是正常人，它们不能代表我们。除此之外，我还有一个考虑，即是一些患者的病史与他们的梦的含义是有着必然关联的，因此我不得不放弃那些有价值的材料。

梦是难以解释的，因此对它的附加说明是很长的。在面对一个精神神经症的患者时，他的病症以及病因需要我们做一个较为详细的报告，可想而知这些问题的新鲜程度和难以理解程度，如此一来，我们对梦本身的注意力就会降低。而我们要牢记的是，以对梦的解析作为起点，解决更加棘手的神经症的心理学问题是我们的最终目的。然而，若是将我的那些神经症患者的梦抛开的话，我所要做的事的独特意义也就无从体现了，只是去听听周围的一些正常人不时向我讲述的梦例，以及去看些有关梦生活的文献里引用的别的梦例。然而这些梦都未曾被分析过，自然它们的意义我也无从发掘。

较之平常的“解码法”，凭借一本解码书就能把梦所包含的意念阐述出来，我的梦的解析方法是一个不简单的过程，对于同一个梦的片段，我希望发现在不同人和不同背景下有着不同的意义。因此我能依靠的只剩我自己的梦了，可喜的是，借由这些梦我获得了全面且便捷的材料，它们是一个正常人在日常生活中发生的种种事。不可避免的是，这种“自我分析”的可靠性会受到人们的质疑，而且一些人也会误以为凭借这些我就可以实现我的目的。对于这两点我有必要解释一下。首先分析自己要比对他人进行分析有利，自我分析对梦的解析可发挥的作用是巨大的，这一点我们可以通过做实验来证明。然而，就我自身来讲，一些困难是我必须克服的。将自己的许多隐私公布于众，我不但要在自身内心的激烈挣扎中取胜，还要做好这些内容会被他人误解的心理准备。然而这些困难是可以战胜的。正如德尔波夫所说：“当一位心理学家意识到袒露自己的弱点可以解决掉某个难题的时候，他就要义无反顾地去做。”这里我也许可以先做

一个论断：可能最先吸引读者们兴趣的是我坦诚不做作的言行举止，但是慢慢地，他们则会被借助它们可以解决的心理学问题所吸引。

因此，此时我要列举一个我的梦例，以使梦的解析的方法能够被肯定。一个前言是所有的这类梦所必需的，在此我希望读者朋友们能把我的兴趣当成是自己的兴趣，即便是我个人生活中的那些繁杂小事，因为我们探求梦的隐匿意义所需要的。

前言

在1895年的夏天，我接收了一位女病人，名叫伊尔玛，在治疗的过程中，我采用了“精神分析”法。

这位女士是我和我的家人的一位很好的朋友，因此对她的治疗我是很为难的，我总是担心治疗失败会影响我们两家的友好关系。医生的权威性会因为他对病人以及病情的个人兴趣越大而越小。最终这次治疗并未取得全面的成功，尽管病人的歇斯底里症状得到了很好的控制，但她的部分躯体症状却没有得到彻底的消除。因为当时的我对歇斯底里终结的标准还把握不清，为了能更彻底地治疗，我提出了一个新的治疗方案，但这却遭到了病人的反对。于是彼此间就产生了些许不愉快，治疗在暑假就终止了。

一次，我的一位同事奥托来拜访我，他是个年轻的小伙子，我们之间也有着很好的交情。因为他曾与伊尔玛一家一同度过假，我向他问起伊尔玛的情况，他告诉我：“较之以前是有了些好转，但进步并不大。”也许是他说话的语调，我的不自在感油然而生，我听出了他对我的不满，诸如我不该给病人那么多的承诺等等。最后我为奥托对我的反常表现找到了缘由——是病人的亲属影响了他，在我看来，他们并不满意我的这次治疗。然而当时我将我的这种情绪很好地掩藏了，并没有让他发觉到我有什么异样。当天晚上，我拿着伊尔玛的病历找到M医师，以证实我观点的正确性。就在那个晚上，即1895年7月23日晚，我做了下面的梦。