

「人生密码全书」

宁一◎主编

中国物资出版社

梦境

中的信息密码

梦到底是什么？

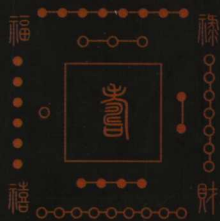
梦告诉人们什么？

为什么预感与现实发生惊人的重合？

梦是密码，传递神秘信息。

科学帮你揭开梦的神秘面纱。

幸福，从懂梦开始



人生密码全书

RENSHENG MIMA QUANSHU

梦境中的信息密码

宁一 主编

中国物资出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

梦境中的信息密码/宁一主编. —北京: 中国物资出版社,
2005. 1

(人生密码全书)

ISBN 7-5047-2262-6

I. 梦… II. 宁… III. 梦—精神分析 IV. B845.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 124554 号

责任编辑 黄 华

责任印制 方鹏远

责任校对 王云龙

中国物资出版社出版发行

网址: <http://www.clph.cn>

社址: 北京市西城区月坛北街 25 号

电话: (010) 68589450 邮政编码: 100834

全国新华书店经销

北京季蜂印刷有限公司印刷

开本: 880 × 1230mm 1/32 印张: 15 字数: 340 千字

2005 年 1 月第 1 版 2005 年 1 月第 1 次印刷

书号: ISBN7-5047-2262-6/R·0030

印数: 0001-5000 册

定价: 125.00 元 (全五册)

(图书出现印装质量问题, 本社负责调换)

写在前面的话

梦到底是个什么东西?梦是怎样发生的?人为什么会做恶梦?做梦有害健康吗?为什么会有很多颇为灵验的预感与实际经历之间发生惊人重合?梦在告诉人们什么?

在人类的一切奥秘中,再没有比那些来自人内心的奥秘更让人着迷了。梦这个黑夜中的神秘怪客,数千年来,始终困扰着人类,它的神秘吸引了更多的人们去寻梦,去解梦。

人每天清晨都在梦境中渡过。在梦里,人们竟然可以编出一个世界,有人,有物,有情节,有过程,一切都和真的相仿。有些梦令你刻骨铭心,有些则早已忘记,而有些则正在你不知不觉中发生,而你根本就不知道自己已经做了一个梦。

梦是虚幻的,梦中的情境绝大多数是奇妙的,但却是虚构的幻象。梦又是真实的,作为梦本身,它是的确确实存在的。梦千奇百怪,在荒谬的外表下有更深的意义。梦好像是密码,传递着秘密的信息。

梦是人体的一种很特殊的精神现象,因而也是人类精神生活中的一种很特殊的现象。人对梦的思考,属于人对自身的一种“反应”,一种审视,因而也是一种自我认识。人类对梦的探索,反映了人类的现性精神和对真理孜孜不倦的追求。在漫长的历史过程中,各个历史时期,各个国家,各个民族都依靠自己的智慧对梦进行了卓有成效的研究。这些研究都反映了当时人们对自然,对自身的了解程度,也为生来者提供了新的线索和更多的资料。

事实上,大量的梦学研究表明,梦之对于人生,有着神奇的作用,梦会尽最大努力让清醒的人知道,他们的日常生活和工

作中发生了哪些隐而不显的事情，梦会让人们有所启发，使之对自己和对世界有一个全新的领悟。梦能给我们带来更有益的东西，梦是我们的良师益友，懂得梦的人是有福的人。梦有很神奇的力量，认识梦、善待梦、驾驭梦，它可以指导你的人生，让人生美梦成真。

在梦面前，人们不再像古人那样一筹莫展，也不再害怕有什么神灵在暗中窥探，梦不仅可以被认识，还能被控制为自己服务。要想这样，我们还要掌握正确解梦方法，这样才不会误解梦的意义。科学可以帮你掀开梦的神秘面纱。

本书运用精神分析的原理和方法讲解如何科学地解梦。既然梦是人类精神生活中的一种很特殊的现象，人对梦的解释并非只有一个固定答案，要因人而异作出变通。我们所谓的经验，不过是概括出一些规律，仅作参考，读者还需判定梦的解释对自己而言是否可靠是否适用。相信聪明的读者会根据自己的经验和认识去了解梦，去解读梦，试着为自己或朋友解一个有思的梦，也不失为一件趣事。

宁一

思于蓬莱

2004年11月

目 录

CONTENTS

第一章 追寻梦的遗迹

- (28) 梦到底是个什么东西? 在人类的一切奥秘中, 再没有比那些来自人内心的奥秘更让人着迷了。这个黑夜中的神秘怪客, 数千年来, 始终困扰着人类, 它的神秘吸引了更多的人们去寻梦, 去解梦。
- 一 古人对梦的探索 (3)
- 二 古人如何解释梦意 (13)
- 三 占梦的历史作用 (19)
- 四 外国人对梦的研究 (27)
- 五 古今中外的解梦大师 (30)

第二章 走入神秘梦境

(91) 人每天早晨都在梦境中渡过。梦是怎样发生的?
(121) 为什么会做喜梦和恶梦? 什么是显梦和隐梦? 梦话、梦
(135)

魔与梦有何关系？梦千奇百怪，在荒谬的外表下有更深的意义。梦好像是密码，传递着秘密的信息。

- 一 梦是传递信息的密码 (37)
- 二 每天做一定的梦是必需的 (39)
- 三 不做梦、少做梦有哪些不利影响 (44)
- 四 梦到底是怎样发生的 (51)
- 五 梦的材料来源 (61)
- 六 为什么会做喜梦和恶梦 (67)
- 七 梦的运作 (74)
- 八 梦与梦游、梦话、夜惊和梦魇 (83)
- 九 梦过程的心理 (86)

第三章 如梦如幻的潜意识

潜意识在每个人的身上构成了最大、最有力的部分。我们醒着的时候，潜抑的潜意识影响我们思考感觉和行动的方式；在夜间，它又出现在我们所做的梦境里。不管我们的梦多么离奇，多么精彩，里面都少不了潜意识的影子。

- 一 梦与潜意识 (99)
- 二 潜意识的特征和原本思考法则 (105)
- 三 潜意识的洞察力和预言性 (112)
- 四 潜意识中的自我愿望 (119)
- 五 潜意识的智慧 (124)
- 六 潜意识与意识 (132)

第四章 预感未来的梦

预感的梦常常被认为是未来的启示。很多颇为灵验的预感与实际经历之间的惊人重合,着实让人感到不可思议。上帝这个慈祥老人,因为人类的愚蠢无知想予以惩罚,当举手要打时却又下不了手,于是悄悄告诉了一些人。

- 一 梦的象征意义 (137)
- 二 梦反映现实 (143)
- 三 梦显示未来 (146)
- 四 梦奇特的预感力 (153)
- 五 预感并不神奇 (164)

第五章 梦与健康

梦能预报疾病,梦中的焦虑发作、梦魇、遗尿等都是睡眠障碍的表现。根据现代的研究发现,做梦对睡眠具有保护作用,梦还有调节心理平衡作用,能使心理及行为更趋于和谐,无梦反而会导致基本生命体征紊乱和精神障碍。

- 一 梦能预报疾病 (171)
- 二 梦可以平衡心理 (178)
- 三 梦者的心理治疗 (187)

第六章 性爱之梦

任何男女到了性成熟后都会有性冲动,在清醒状态下它被理智所抑制,然而在梦中性冲动却不受理智约束。性的需求可以通过梦得到一定程度的满足,有些性梦的背后,还有更深刻的意义。有性梦是一种很正常的生理现象。

- 一 性梦是什么 (207)
- 二 性梦的形式多种多样 (216)
- 三 性的象征物 (222)
- 四 隐晦的性梦 (233)
- 五 男性的色情梦 (236)
- 六 女性的色情梦 (240)
- 七 随时代变化的色情梦 (246)
- 八 不愉快的色情梦 (248)

第七章 梦的积极利用

梦能给我们带来更有益的东西,梦是我们的良师益友,懂得梦的人是有福的人。梦有很神奇的力量,它可以指导你的人生,不过可千万别为此抱有错误想法,就是一切都幻想由梦来决定,结果会落得人生梦,在梦中过一辈子。

- 一 懂梦智慧的人有福 (253)

二	神奇力量的梦	(271)
三	心想事成	(280)
四	梦为成功创造灵感	(288)
五	想梦见什么可以预谋	(297)
六	把握做梦的能力	(308)

第八章 科学解梦

科学可以帮你拨开梦的神秘面纱。在梦面前,人们不再像古人那样一筹莫展,也不再害怕有什么神灵在暗中窥探,梦不仅可以被认识,还能被控制为自己服务。要想这样,我们还要掌握正确解梦方法,这样才不会误解梦的意义。

一	解梦的原则	(319)
二	解梦的方法	(323)

第九章 常见梦速查

梦的解释并非只有一个固定答案,要因人而异作出变通。我们所谓的经验,不过是概括出一些规律,这里提供的常见梦速查案例仅作参考,读者还需判定梦的解释对自己而言是否可靠是否适用,不要过于相信以免误导自己。

一	生活类梦解析	(339)
二	人物类梦解析	(377)

三	植物类梦解析	(394)
四	动物类梦解析	(405)
五	器物类梦解析	(421)
六	建筑物类梦解析	(433)
七	疾病类梦解析	(437)
八	情爱类梦解析	(446)
九	人身类梦解析	(449)
十	神鬼类梦解析	(455)
十一	天象类梦解析	(457)
十二	山地类梦解析	(461)
十三	文化类梦解析	(463)
	参考文献	(465)

人生密码全书

RENSHENG MIMA QUANSHU

第一章

追寻梦的遗迹

梦到底是个什么东西？在人类的一切奥秘中，再没有比那些来自人内心的奥秘更让人着迷了。这个黑夜中的神秘怪客，数千年来，始终困扰着人类，它的神秘吸引了更多的人去寻梦，去解梦。

一 古人对梦的探索

我国古人对梦曾有很多记述，其中最广为人知的就是“庄周梦蝶”的故事。庄子有一天酣然入睡，发现自己变成了一只蝴蝶，自由自在地飞来飞去。醒来后才知道是一场梦。于是思考起来：“不知（庄）周之梦为蝴蝶欤？蝴蝶之梦为（庄）周欤？”

成语“南柯一梦”也是来自一个关于梦的故事。唐代传奇小说《南柯太守传》中讲述了这样一个故事：

一天，一个名叫淳于棼的人过生日，他在门前的大槐树下摆宴和朋友饮酒作乐，结果喝得酩酊大醉，被朋友扶到廊下小睡。恍恍惚惚之中，仿佛有两个紫衣使者请他上了马车，马车朝大槐树下一个树洞奔驰而去。他来到了“大槐安国”。该国丞相亲自出门遮道相迎，国王还将公主许配于他，招淳于棼为驸马，并委任他为“南柯郡太守”。

淳于棼到任后，果然不负重望，他勤政爱民，把南柯郡治理得政通人和。前后历经二十年，上得君王器重，下受百姓拥戴。没想到，邻国的檀萝国突然大兴兵戈，入侵大槐安国。淳于棼率兵奋力抗敌，可结果却是屡战屡败。真是祸不单行，爱妻又不幸病故……淳于棼从此失去国君宠信。他心中闷闷不乐，肯求君王准许他回故里探亲，君王应允了，并派原来的两名紫衣使者护送而回。淳于棼返回家中，只见自己身子睡在廊下，不由吓了一跳，惊醒过来。真是“世上只半日，梦中二十年”。



据《晋书》记载，曹操曾梦见三匹马同槽吃食，曹操心存疑虑，担忧司马氏父子抢夺曹氏天下。

无论我们是否情愿，每夜都会做梦。人生，总是被许许多多的梦追随。因为有梦，人生才五光十色，激情荡漾；也正因为有梦，人生才变幻莫测，难以捉摸。那么，梦到底是个什么东西？

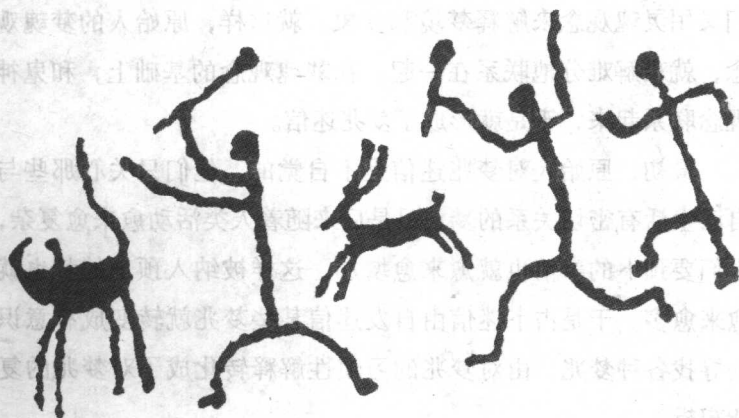
这个黑夜中的神秘怪客，数千年来，始终困扰着人类，它的神秘吸引了更多的人去寻梦，去解梦。可以说，在人类的一切奥秘中，再没有比那些来自人内心的奥秘更让人着迷的了。

我们中国，解梦跟华夏文明一样，也有着悠久的历史。相传黄帝轩辕氏著有《占梦经》。在先秦时期，一些著名学者开始对梦进行理性的思考。而后，历代都有人分别从不同方面探讨梦，也正是由于这些人对梦的不断辩论，才促使我国对梦的研究在横向上逐渐扩大，纵向上逐渐加深。在对梦的探索中，我们中国已经有自己的思路 and 方式，并提出了一些理论。像《黄帝内经》的“淫邪发梦”说、《周礼》的“六梦”说、《列子》的“情化往复”说，以及王清任的“脑气阻滞”说等等。

尽管历代人们不断对梦进行研究，同时也取得了一些成就，但由于梦太神秘了，人们还是不能完全认清它，有很多东西按书上的理论是解释不通的，一些人于是就认为梦是灵魂离身而外游，是独立的精神活动，这也是占梦迷信之所以产生甚至影响中国历史几千年的根本原因。占梦在中国已有很长的历史了，在殷国奴隶制时代，占梦是观察国家吉凶、决定国家大事的一个主要工具，因而占梦迷信也就成了官方宗教神学的一个主要组成部分。但到了春秋以后，占梦逐渐变成了一种世俗迷信，占梦一方面仍然保持着自身的特点，另一方面又同其它宗教神

学互相渗透。

关于梦的探索可以追溯到原始社会，当时原始人把梦同灵魂联系在一起，这与当时生产力条件低下是分不开的，至于他们究竟是怎样把梦同灵魂联系在一起的这个问题，现在恐怕很难找到直接的证据。但是我们如果根据原始人的智力水平和原始民族宗教习俗去推测，就可以发现，原始人的梦魂观念是这样产生的。



当原始人躺在他们的洞穴里边睡觉时，他们的肉体并没有离开洞穴。但是，为什么梦中的他和他的同伴们一起到野外去打猎？按照当时人们的想象，梦中在外打猎的那个自身，肯定不会是躺在洞穴里那个有肉体的自身，而应该是一个没有肉体、不受自己肉体束缚的自身。原始人做梦时肯定也会梦见他们那些已经死去的亲人。但亲人的尸体不是早就掩埋了吗？不是早已经腐烂了吗？那种没有肉体、不受肉体束缚的人，究竟是一种什么样的东西呢？

经过很长时间的思考，在原始人的头脑里逐渐形成这样一种观念：在人的肉体当中，有一种支配肉体而不是肉体的东西，睡眠时这种东西能离开肉体，做梦时这种东西在外边活动，在肉体死亡后它们仍然继续存在，仍能活动。于是，人在梦中仍然可以到野外打猎，仍然能够看见那些已经死去的亲人。后来他们把这种东西叫做“灵魂”。

原始人通过对梦的思考，形成了灵魂的观念；反过来，他们又用灵魂观念来解释梦境和梦象。就这样，原始人的梦魂观念，就难解难分地联系在一起。在梦魂观念的基础上，和鬼神观念联系起来，于是就形成了梦兆迷信。

最初，原始人对梦兆迷信是不自觉的，他们只关心那些与自己生活有密切关系的梦，只是后来随着人类活动愈来愈复杂，人们要预卜的事情也就愈来愈增加，这样被纳入预卜的梦也就愈来愈多。于是占卜迷信由自发迷信某些梦兆就转变成有意识去寻找各种梦兆，由对梦兆的习惯性解释转化成了对梦兆的复杂辨析。

根据现有文献，黄帝是提到占卜最早的人物。皇甫谧在《帝王世纪》上说：“黄帝梦大风吹天下之尘垢皆去，又梦人执千钧之弩驱羊万群。”醒后黄帝自我分析：“风为号令，执政者也；垢去土，后在也。天下岂有姓风名后者哉？夫钧弩，异力者也；驱羊万群，能牧民为善者也。天下岂有姓力名牧者哉？”，于是“依二占求之”，得风后、力牧两位名臣。

关于黄帝和尧舜禹时代的占梦活动，只是远古的传说，而直到殷朝时，中国历史对梦和占梦才有了可靠的文字记载。甲骨卜辞中有关殷王占梦的记载很多。殷王总是问，其梦有没有祸，其梦有没有灾。这一方面说明，殷王对其梦的吉凶非常关