

解梦

一部用精神分析法破解梦境的百年传世名著
一位颇有争议的西方人文科学界的思想大师

听弗洛伊德谈解梦

Explain the dream world

[奥]弗洛伊德 原著

杨东雄 译

台海出版社

解梦

——听弗洛伊德谈解梦

(奥)弗洛伊德 原著
杨东雄 译

台海出版社

图书在版编目(CIP)数据

解梦:听弗洛伊德谈解梦/(奥)弗洛伊德著;杨东雄译. —北京:台海出版社,2004.3

ISBN 7-80141-344-X

I. 梦… II. ①弗…②杨… III. 弗洛伊德, S. (1856~1939) —精神分析 IV. B84-065

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 015661 号

书 名/ 解梦——听弗洛伊德谈解梦

作 者/ 杨东雄

责任编辑/ 杨燕民

发 行/ 台海出版社

经 销/ 全国新华书店

印 刷/ 九州财鑫印刷有限公司

开 本/ 640×960 毫米 1/16

印 张/ 16.25

字 数/ 280 千字

版 次/ 2004 年 4 月第 1 版

2004 年 4 月第 1 次印刷

台海出版社(北京景山东街 20 号 邮政编码:10009 电话:010-84045801)

ISBN 7-80141-344-X/G·121 定价:29.80 元

版权所有 违者必究

凡我社图书,如有印刷质量问题,请与我社发行部联系调换。



序 言

我在本书中讲述的是有关解梦的问题，我相信这些方法和理念，并没有超出神经病理学的范畴。因为，从心理学角度来说，梦是病态心理现象的一种表现。它就像歇斯底里性恐惧一样，有其强迫性成份存在。

人的幻想也属于这种现象，在现实生活中，医生们是很关注这种现象的。当然，从后遗症来看，梦就没有实际意义了。但从它的理论价值来说，梦的重要性还是不能否认的。无论是什么人，如果他不能说明梦境中现象的来源，他就不可能了解恐惧症、强迫症或妄想之类的东西，如果他是医务工作者，就不可能从梦的角度给病人带来治疗效果。

我承认，形成这种论题争议的原因，也许正是书本无法负责的原因——在这本书里出现了许多说不清的线索，导致论述不得不时断时续，这些失落的线索很多，如同梦的形成和那比较容易了解的病态心理问题之间所存在的一些联系一样。

关于这些问题，我在本书不进行探讨了，如果时间富裕，精力充满，并能掌握到丰富的资料，我也将会接着研究下去的。

这本书出版时有困难，阅读时有可能仍存在一定的困难，这是由那些比较抽象的说明梦的解析方法的资料造成的，那些引用的资料都有其特殊性。

当你阅读这本书时，你就会理解为什么那些公开在大众媒体上的梦或来源不祥的梦都会被引用。再说明一点，只有我自己的和那些接受我心理治疗的病患者的梦才有资格被选用。有许多病人的梦的例子我都没有选用，这是为什么呢？那是因为他们的梦形成格局难以解读，从医学上的神经质特征来说，是很杂乱的。当然，我在本书中所讲论的梦不可避免地将许多病人的个人生活隐私披露在大众眼前了，这已经超越了我写本书的初衷，或者说，超过了科学家发表其论述时所要牵涉到的个人问题事情。这正是我的痛苦，但这是没有办法的事情。从医学、心理学来讲，舍弃提供对这心理学上发现的证据是常有的，但我不想这样做。

在本书中，我不可能以替代品来取代我的论证资料，如果这样做了，



它就没有什么价值了。但愿读者能站在我写作时的痛苦心境来思考问题，来体谅我的难处。如果有人认为我在论述中引用的资料涉及到了个人隐私，请不要多心，希望你能允许我拥有论述做梦者的个体思想的权利。

弗洛伊德
1900年



引 子

弗洛伊德这个名字，对许多中国人来说并不陌生。他是一个犹太人，出生于奥地利，毕业于维也纳大学医学院。他是本世纪世界名人中最有争议的人物之一。在近一百年的人类历史上，至少有三个犹太人，对人类的发展作出了贡献，这三个人就是：马克思、爱因斯坦和弗洛伊德。

虽说他只是一位心理学家，但他因为创立了精神分析学派，使其影响却远远超出了专业学术领域，而成为了20世纪为数不多的具有世界性知名度的人物之一。他所创立的精神分析学，在世界上产生了影响。他的学说接触了传统心理学较为忽视的潜意识，扩大了心理学研究领域，使心理学研究的层次加深了，他的学说在文学、医学、哲学等方面都引起了反应。

也有人将弗洛伊德与爱因斯坦、哥白尼并列为20世纪最有影响力的人物。弗洛伊德以其对人类精神和行为所作出的惊世骇俗的发现，不仅对心理学、哲学、历史学、人类学、社会学、伦理学、政治学、美学等几乎所有的人文学科和精神领域都有研究，他的各种著作便成为了20世纪世界上经久不衰的畅销书。

他于1900年出版的《释梦》一度被人们认为是揭出了20世纪的序幕，而弗洛伊德在很长时间内一直被人与马克思、爱因斯坦等伟人并列，视为对20世纪结束的时候，欧美思想家之一。

热心的读者现在手中拿到的这本书，就是根据他的传世之作《释梦》精心翻译出来的。因为本书是他用精神分析法对梦进行研究的心得体会及思想观点和解梦法则，原作没有加特别醒目的小标题，许多章节前后也有重复内容的梦例，而且阅读起来也因过于专业化的词语及冗长的西文名字出现，造成了中国读者对文本本意的理解困难，鉴于这些原因，在本书的翻译过程，译者就从中国人的阅读习惯和兴趣出发，对本书按原意加上了小标题，并对部分较精深难懂的内容进行了删节，使本书尽量地符合现代人的阅读习惯，突出思想性、权威性的同时，体现出了趣味性和可读性。希望我们用这种尝试能得到你的认可。



在此，还须说明，因为中国出版的弗洛伊德的著作并不多，似乎只有那么权威的几家。我们在译这本书时参考了丹宁先生的《梦的解析》（国际文化出版公司，1998）的版本。丹宁老师的译文风格独特，用词准确，可以看出他尊重和体现原作本意凝结的心血和思想。可以说，如果不参考他的译本，原作中许多专业用词我们都无法很确切地用汉文表达出来。在此，对丹宁老师鞠一躬，深表谢意。也要向花钱买这本书的亲爱的读者鞠一躬，恳请你们指正。

译者

2004年2月15日于北京海淀

弗洛伊德(1856—1930)

奥地利心理学家，毕业于维也纳大学医学院。他是本世纪世界名人中最有争议的人物之一。在近一百年的人类历史上，至少有三个犹太人，对人类的发展作出了划时代的贡献，这三个人是：马克思、爱因斯坦和弗洛伊德。弗洛伊德最初只是一位精神病学家和心理学家，但他因为创立了精神分析学派，使其影响却远远超出了专业学术领域，而成为了20世纪为数不多的具有世界性知名度的人物之一。

解梦

听弗洛伊德谈解梦

Explain the dream world

【奥】弗洛伊德 著

杨燕民 译

台海出版社

责任编辑：杨燕民

责任编辑：红十月工作室

RED OCTOBER STUDIO
TEL: 13901105614



目 录

1 对梦的认识	(1)
2 一个女病人的梦	(6)
3 用精神分析法解梦的步骤	(8)
4 对梦内容的理解	(13)
5 如何理解梦是心理愿望的达成	(15)
6 关于我子女的梦	(19)
7 对梦改装问题的认识	(22)
8 怎样解析梦的秘密含义	(24)
9 对梦是愿望达成的不同说法	(30)
10 有关梦的材料问题	(40)
.....	
11 梦中的印象问题	(41)
12 有关植物学的梦	(43)
13 梦的刺激来源	(51)
14 如何理解置换作用	(54)
15 为什么会出现替代现象	(56)
16 对一个女性的梦分析	(58)
17 梦的来源是什么	(59)
18 对四个梦例的解析	(66)
19 解析自己的梦	(70)
20 我的第二个梦	(73)



21	梦与肉体的关系	(79)
22	典型的梦例之一:赤身裸体	(91)
23	典型梦例之二:亲友之死	(95)
24	如何解析孩子的梦	(103)
25	对有关考试梦的破解	(107)
26	梦的凝缩作用是如何表现的	(109)
27	关于梦的转移问题	(120)
28	梦的表现方法	(123)
29	对梦中情节因果关系的分析	(127)
30	梦中的仿同(集锦)作用	(130)
31	关于主题颠倒问题	(134)
32	关于主题隐蔽现象	(137)
33	如何分析素材的表现力	(142)
34	梦境中的象征问题	(146)
35	关于花的梦	(148)
36	如何解释梦中的象征含义	(150)
37	帽子是男性(或性器官)的象征	(155)
38	象征着性器官的东西	(157)
39	用人和风景来象征两性性器官	(160)
40	有关楼梯的梦真实含义	(162)
41	正常人梦中出现的象征	(165)
42	梦中的性愿望表达	(173)
43	如何解释焦虑的梦	(175)



44	特殊的梦象征表现	(178)
45	对梦中出现的画面和数字的理解	(182)
46	关于梦中的理智活动问题	(189)
47	对梦中第四个因素的探讨	(197)
48	梦中的感情流露	(205)
49	梦中的自我满足现象	(214)
50	再次润色现象的出现	(217)
* * * * *		
51	梦的遗忘问题	(223)
52	梦的退化现象	(233)
53	愿望达成	(236)
54	梦中焦虑现象的含义	(244)
55	解梦时遇到的一些矛盾	(246)
56	对梦中潜意识的理解	(249)





1

对梦的认识

在本书的序言中，我已经讲到了，我对梦的理解和研究是受了传统看法的影响的。我试图让读者进一步明白，解梦的方法是存在的。那些已经讨论过的，那些对梦的解释所作的贡献，其实都是我这份工作的副产品。

在梦是可以解释的这一论断之下，我完全不赞同当前一些人对梦的看法。其时，除休奈尔外，所有梦的理论都有其片面性。因为许多解梦者都想讲出梦意义，用一些具有确定性、有价值的内容来对梦进行解析。

就目前情况来看，有关梦的科学理论是没有什么意义的，在解梦的过程中根本起不了什么作用。为什么这么讲呢？这是因为，其一是这些理论认为，梦并不是心理活动，它只是一种通过肉体，透过符号出现在感官中的映象。外行的意见却与此相反，有人强调梦的动作是完全不合逻辑的。虽说有人认为梦是不可理解的、荒谬的，但却无法鼓足勇气否认梦的意义。

从人的本能推断角度来说，应该承认，梦一定有某种意义，就算是一种晦涩的“隐意”在取代某种思想的过程中，也有其意义存在。所以，只要我们能正确找出这种“取代物”，就能正确地解梦的“隐意”了。

非专业人士一直在试图用两种不同的方法，对梦做一番解释。他们不是将整个梦作为一个整体来研究，而是以另一内容来取代从某些现象来看，这是利用了“相似”的原则，这也叫“符号性的释梦”。从处理方法来讲，这种方法并不科学，是很荒谬的。人们熟悉的《圣经》上约瑟夫对法老的梦的解释，就是一个典型的例证。“先出现七头健壮的牛，后来又出现七头瘦弱的牛把前七头健壮的牛吃掉”，这被解释为暗示着“埃及将有七个灾年，并且这七年将会把过去丰收的七年储藏全部耗掉”。

想象力丰富的作家编造出来的梦都是采用这种“符号性的释梦”。这是因为他们是用一般人在梦里所表现出的那种“相似”性将自己的思考表现了出来。



有些赞同梦是预言未来观念的人，就经常用“符号解梦法”来分析梦，并从梦的内容和形式推测未来。怎样使用符号解梦呢？这个问题是很难说清的，要想正确运用，是不太可能的事情。你对梦的破解是否正确呢？很难讲清的，这个标准并不好把握，可以说这只是人们的主观意愿而已。因此，并不是人人都是解梦高手，只有天分很高的人，才能成为解梦专家。

人们常用的方法是密码法。这种方法是把梦看成一种密码。每一个符号，都可以用另一个已具有确切意义的内容来解释。比如说，我梦到一封“信”和一个“丧体”等等，我便查那“释梦天书”，于是我发现“信”是“懊悔”的代号，而“丧体”是“订婚”。接着，我就在这些没有什么联系的事件中间寻求必然联系，推测出将来可能发生的事情在有关的解梦作品中，我们也可找到类似这种“密码法”的方法。他在解梦时，不太注重梦的内容，还将做梦的人格特质、社会地位都列入考虑范围，所以，虽说都是同一个梦，但对富人、已婚男人或演说家，与对穷人、独身者、普通百姓来说，其意义就完全不同了。这种方法的主要特点是认为梦是许多片段的组合体，应该对每个片段进行解析。所谓杂乱无章、矛盾百出、荒诞离奇的梦，都是用这种方法来破解的。

我以上所讲的这两种普通的解梦方法并没有什么可靠性。从科学角度看，“符号法”在应用时有局限，并不适用于所有的梦。密码法的可靠性又取决于每一件事物的密码代号是否可靠。其实，密码的确定性也谈不上有多少科学证据。所以，人们在都赞同一般哲学家与精神科医师的立场，批评这种解梦方法是一种幻想。

我有另外一种看法。我曾多次被迫承认：“古代的通俗看法竟比目前的科学见解更能接近真理”，因此，我必须坚持认为梦具有某种意义，科学的解梦方法是存在的。

近年来，我试图在找寻对几种精神病态——如歇斯底里性恐惧症、强迫意念等的根本疗法。但是当我听到约瑟夫·布劳耳那段报道——“视此种病态观念为一种症状，而尽其可能地在病人以往的精神生活中，找出根源，症状就能消失，病人就能康复”。

另外，因为过去我们运用的其他疗法的失败，及这些精神病态所显示的神秘性，又促使我克服许多困难，渐渐走上布劳耳所创的这条道路，直到我能在这条道路上开创出一番奇迹来。我将在适当的情况下详细讲述我的这种方法、技巧、形式及其所达到的效果。在这一精神分析的过程中，



我无法回避解梦这个问题。

当我要求病人将自己有关某种梦的思想、主题所发生时的意念、想法全都告诉我时，就不得不涉及到他的梦了，这就使我联想到，梦是可以利用的，应该将它作为由某种病态意念追溯到过去记忆的纽带。其第二步就演变成把梦本身当作一种症状，利用梦的解释来追溯梦的病源，从而进行治疗。

我这样去做，当然需要病人要有心理准备。我会多次告诫病人，让他们注意自己心理上的感受，要尽量减少心理上习惯地对这些感受引起恐惧。为了达成这个目的，最好的办法是让病人轻松地躺在床上，闭上眼睛，并在心中牢记：决不容许任何心内浮现出来的恐惧来影响自己的真实感受。要让他明白，精神分析的成功与否，主要取决于他本身能否将所有涌上心头的感受全都讲出来，不能因为自己认为没有什么，并不重要、毫不关系或愚蠢而不讲出来。他应该对自己的各种意念保持一颗平常心，要公正，不能太离谱。

这是为什么呢？这是因为一旦他的梦、强迫意念及其他症状，不能正确地反映出来，这就等于自己容许本身恐惧存在，并在左右着自己的思想。

在我进行精神分析的过程中，一个人的内心状态与他自己观察自己的心理运作过程是不一样的。一般而言，能作自我观察者，所需要的精神活动就大。一个人在反省时，常常有忧郁情绪，神色失常，面容难看。他在进行自我观察时，却常常是保持着那份悠闲之情。

这两种情形，都要求病人的精力要高度集中。一个正在进行自我反省的人，必须利用他的批判能力，来排斥某些出现到意识境界，并让他感到不愉快东西，阻止它继续在心里进行活动。另外一些观念，会在没有达到意识境界之时，被他杜绝或根本无法感觉到。

当然，我所说的自我观察只有一个，即抑制自身的判断力。如果他成功地做到这一点，将会有许多的思想，完完全全地浮现到他的大脑里。借着这些本来不被自我观察者觉察的资料，我们就能对这些精神病态的意念进行分析和解释了，这就是说，梦的形成也可以由此做出合理的解释。

应该承认，用这种方式产生的精神状态，从人的流动注意力的分布来说，有点像人入睡前的状态。催眠状态在入睡前，常常因为某种判断能力的低下使不理想的意念涌上心头，从而影响到意念的产生。这种松懈习惯可以称为疲乏，涌现出的一些不理想的意念，也经常会变化为视觉或听觉



上的幻象。在对梦或病态意念进行解析时，这种变化为幻象的活动，都会被放弃，会保留一些可能有用的精神能量，在用来评判这些出现到意识的并不希望的意念究竟是什么东西呢？睡前，人们常将这种意念转为幻象。在自我观察中，也常以意念的形式存在。因此，不希望的意念可由此变成某种希望的东西。

也有一些人研究发现，对自由出现的意念要采取这种方式的确有一定的难度。这种批判性的弃权办法，的确不好做到。不合希望的意念，常常会产生很大的阻力，使这些意念无法浮现到意识上层。但是，如果根据诗人席勒的说法，人们就会发现文学的基本创作正是靠这种功夫。在与哥尔纳的通信中，席勒对一位抱怨自己缺乏创作能力不足的朋友，是这样回答的，他说：“我认为，你之所以会有这种抱怨思想，那是因为你的理智和你的想象力导致的，就此我可以提出一份观察，作个比喻进行说明。如果理智对那已经涌入大门的意念仍要作太严格的检查，那就会扼杀你心灵的创作激情。这也许对某一个意念来说，是毫无意义的，甚至相当荒唐，但跟随着来的其它意念，可能是很有价值的。也许别的意念都同样荒谬，但联系在一起却很有意义了。

应该承认，理智并不能批判所有意念，除非它能先把所有涌现在心头的意念全都保留下来，然后再进行比较性地批判。我认为，一个充满创作激情的心灵，是能把理智之门打开的，是会让所有意念自由地、毫无限制地涌入，接着再进行检查。你的那份珍贵的批判力，因为不能容忍所有创造者的心灵的那股短暂的杂乱，而扼杀了灵感的泉涌。这份容忍态度，就是一位有思想的艺术师与一般梦者的区别。你发现自己没有灵感，那就是因为你对自己的意念批判存在问题，要求太严格。”（1788年12月1日的信）

应该说席勒所讲的把大门口的哨兵撤回来的那种非批判的自我观察技巧，是人人可以做到的，并没有多大难度。

在我接受的病人中，许多人在我第一次指导后就能做到。如果我自己把出现在心头的念头全都记下来，都能轻易地完全做到。这种批判活动所耗的精神能量越少，自我观察的能量便越多，当然，这种情况还取决于人与物之间所耗的注意力的多少。

应用这种方法时应该明白：一个人不可能对整个梦作出什么解释，只能对梦中的某些小节部分进行分析。如果你去问一个没有什么经验的病人：这个梦与你有什么关系？一般情况下，他是根本无法说清楚的。我只



好替他把梦进行解析，然后再让他把各细节告诉我，这些细节到底隐藏着什么意念。在这些重要的步骤里，我采用的解梦法与从前那种通俗的野史记载的符号解梦法是不同的，但与前面所讲的密码法较为相似。与此相同，我也是用片断地，而不是整体地来加以研究，我也同样把梦看成是一团杂乱意念的元素组合体。

在我的那些对心理病症的精神进行论述作品中，曾提出 1000 多个梦的解释，但在这里介绍解梦的理论和技法时，我不想引用这些材料。普通人有可能认为：由这病态的梦所作的解释，并不完全适合普通人的梦。另外，还有一个理由，那就是这些梦的主题，往往脱离不了这些引起他一般心理病态的根源。对这些梦都必须加注释进行说明，和有关他（一般人）心理症的性质及病源的研究报告，这是很奇特的，与常人梦的本质有很大区别。反之，我的目的是希望能创出一条新路，借着梦的解释来解决有心理症的病人心理上一些复杂问题。但是，我所收集到的梦，几乎全都是这种心理症病人的梦，如果要不用这些材料，那我就只剩下一些健康的朋友在闲谈中偶尔提到的梦或一些我的演讲中已经谈过的一些例子。但是，这些梦我却又无法做出合理的解释，也说不明其真实意义。

为什么呢？这是因为我的方法比通常的密码要难，密码法只要将内容对照那已确立的《密码代号簿》就可以了。我认为，同样的一个梦，对不同的人、不同的事物关系将有不同的意义。所以，我只有用我自己的梦——一种几近常人所做的梦，极力找出一些清楚的联系。我也承认我曾遇到过究竟自我分析的可靠性问题，这种分析法存在不确定性，但有其存在理由。

拿我自己的判断来说，自我观察总比观察别人来得真实一些，这样做还能看出用自我分析的方法，究竟能完成多少解梦的技法。当然，我自身也存在一些问题，也有很多需要克服的困难，人们对暴露出自己精神生活中的情节，总是不情愿谈论的，这主要是担心他人对自己产生误解。一个人，应该具有超越这些顾虑的思想。德尔贝夫曾说：“心理学家必须有勇气承认自己的弱点，如果那样做了，将有利于解决许多困难问题。”

我深信，读者朋友会因这种心理问题的解析所带来的快乐而原谅我所犯的一些错误。