

出版说明

关于梦的解释，历来充满了神秘主义的、宗教迷信的色彩。1900年，弗洛伊德的《梦的解释》问世，企图从科学的意义上来建立梦学、把它用于精神病治疗的研究。实际上，梦的现象极其广泛、普通，且多出于正常的心理和生理机制，用非正常的精神状态下的梦的解释来一概而论，往往不通，甚至漏洞百出。因此，弗洛伊德以后的“梦学”研究不断地扩大领域，从心理学、生理学、医学等各方面探寻做梦的机制，籍以发掘人在睡眠中自身潜在的(或是受压抑的)想象能力和创造能力。

《梦的真谛》，正是从这方面进行探索、研究的一本专著。作者不同意弗洛伊德和容格的关于梦的一些论点，提出了自己的“梦学”理论。具有一定的科学与借鉴价值。为此，我社出版由上海社联求知书刊社组织翻译的这部著作，供有关人员研究参考之用。

学林出版社

目 录

[1]序

[8]第一章 弗洛伊德的梦的理论

引言——欲望实现说——主过程和二次过程——
融汇——移换——潜意识和“伊德”——梦的外显
意和内隐意·做梦功——自由联想和二次重
现——深层梦和表层梦——回归——精神病患者的
梦和健康人的梦——弗洛伊德的艾玛梦

[31]第二章 容格论梦

集体潜意识——角色和影子——初始梦——预兆
梦——扩充和主动想象

[37]第三章 想象,做梦和自我

想象——梦——意义——释梦——梦作为交流手
段——梦作为信息的来源——对于分析治疗中的
病人的梦——行为语言——自我

[69]第四章 比喻和象征

比喻——象征——性或弗洛伊德象征——人体象
征符号——出生象征——汽车象征——动物象

征——衣服象征——旅行象征——房屋象征——
食物象征

〔 99 〕第五章 各种类型的梦

创伤梦——恶梦——焦虑梦——俄底浦斯梦——
便利梦——性冲动梦——月经梦——儿童的梦——
异化梦——盲人的梦——双关语梦——重复出
现的梦——考试梦——身体疾病和梦——命令梦

〔 133 〕第六章 睡眠和梦生理学

梦的遗忘和记忆——梦的剥夺——动物的梦——
梦的颜色——梦中的阴茎勃起

〔 144 〕第七章 催梦和神灵显现

文化梦和催梦——上帝和梦——神灵显现——耶
稣和梦

〔 152 〕第八章 小结

〔 155 〕第九章 梦与文学想象力

〔 170 〕译者后记

序

毋庸讳言，男女老少都会做梦，往往会对梦颇有感触，有时，还会把自己做的梦告诉别人。然而，只有到了我们这个世纪，梦才真正引起了严肃的科学兴趣，而且被认为是和我们清醒的时候所共有的客观世界一样值得研究。对梦的这种科学兴趣之所以姗姗来迟，看来不应该推诿于缺乏研究它的技术和仪器，而主要是因为梦所具有的特性使它顽固地抵触科学的方法，至少大家公认如此。自然科学所研究的现象，是那些有目共睹，持续一段时间，或者在可以预见的条件下还会重新出现的现象；而梦只能由做梦者独享，梦中之物则如过眼烟云；虽然它们能够记住，却失去了重演的可能。谁也不能重温旧梦，或找一个同事来证明自己描述的正确与否。

事实上，尽管梦符合《简明牛津英语词典》中对“现象”一词的定义，即“是一种感官和头脑直接记录的事物”，但是梦却缺少那种使之成为“事物”的属性。所以即使非要把梦叫做“现象”，或者“事件”不可，就象弗洛伊德和大部分当代心理学家所做的那样，也必须给梦加上“主观”或“精神”等字眼以

资区分。可是，就算把梦说成“主观现象”也只是一种虚构，一个思维上的策略或手段，其作用就是为了让我们的象谈论日常生活中的所闻，所见，所察，所做那样谈论梦。把梦叫做现象其实是为了克服它对科学方法的抵触，把主观的活动当成能够观察到的客观事物来看待。

但是，正如我将在本书正文中谈到的那样，我们也完全可以从另一个角度来看待梦，也就是说，梦不是我们所观察到的现象，而是我们自己所创造，所体验的经历。它貌似客观，其实是一种假象。这有两个原因：第一，有时候我们不愿意承认我们的某些思想和感情是自己的，第二，我们可以同时以多种不同的方式思维、感觉和想象，但是却很难同时意识到它们的存在——更具体一点说，身处在一个对理性和文字表达能力十分推崇的文化环境里，我们很难把我们那些形象而直观的念头看成是我们的思想。

由于梦虽然是做梦者自己想象力的创造，却又可以算作一种“现象”，虽然无法证明给别人看，但做梦者又真真实实地感到它的存在，因此导致了科学家们几个世纪以来对梦的忽视。美国分析学家B. D.勒文(Lewin)认为，“科学史起源于将梦划出科学家们应该关心的领域之外。”公元前500年左右，自然科学以对梦的否定而开始，赫拉克利特(Heracleitos)发表了两句科学宣言：

“梦者所言乃吾所不言，梦者所为乃吾所不为”；“醒亦一世界，梦亦一世界；醒时世界人所共处，梦中世界己所独享。”

勒文所引赫拉克利特的第二句话，简单明了地说明了梦所引起的迷惑和在思想上造成的困难。在做梦的时候，我们仿佛进入了自己的世界，在于着各种各样兴奋、惊险、恐怖、愉悦、荒唐甚至离奇的事情；我们可以旧事重温，旧地重游；我们可以成为自己梦想，或曾经梦想过的人——也可能成为自己害怕，或者曾经害怕变成的人。但是，任何人无法与我们分享这一切。的确，我们可以把自己的梦讲给别人听。而且，幸运的话，听梦的人富于想象力的反应还会使我们产生一种仿佛共有此梦的感觉。但是如果听梦者碰巧对什么都怀疑，那我们就毫无办法使他相信我们确实做过这个梦。如果他要我们拿出证据，证明我们做的是此一梦，而不是彼一梦，并且我们的记忆正确无误，那我们定然是束手无策的。谁也不能让梦中人出来作证。梦不象日常生活中的事件在原则上可以寻根究底，或者用证明法则来验证；也不象密友之间交往，可以由另一方的相同或相吻合的回答来证实。梦的经历自有一种独特的隐秘性，即使我们告诉别人，这种隐秘性也只是部分地，甚至是自欺欺人地被减弱了。

鉴于梦所具有的这种独特的隐秘性，弗洛伊德之前的绝大部分科学家都对它避而远之，把它看成无关紧要的小事而不予以认真考虑，是不足为奇的。但是，正如我在正文中扼要说明的那样，在古代和中世纪，因为人们普遍（至少是广泛地）认为，人脑中的意象不仅仅只是提到客观事物，并且还和它们直接有关，所以梦在当时极受人们重视，包括有识之士在内。在当时的社会里，包括知识分子在内的绝大多数人都接受了古典的，尔后是基督教的宇宙观，而少数持异

议者又几乎都噤若寒蝉，所谓天使、恶魔和鬼魂的存在，以及善良精灵的显现和魔鬼附体之说都得到公众舆论的首肯，于是，相信死者在梦中还魂，或者在梦中可以得到预言性的神喻，都绝对不会被认为是迷信或者是精神病。可是随着十七世纪“科学革命”，理性主义崛起，人们（甚至包括虔诚的教徒）对基督教宇宙观的信仰丧失，梦就被打入了思维的冷宫，这种隐秘的，主观的，而又转瞬即逝的现象是和自然科学的方法格格不入的，并且，教徒们对精灵客观存在的怀疑又意味着他们不会再用梦来证明精神世界的存在。

但是，当弗洛伊德将自然科学的思维方法运用于梦的研究取得了成功，并且还由此使得对梦的兴趣成为可敬的科研活动之后，人们发现，正是他所采用的那个方法产生了一系列没有料到的，令人误解的后果。首先，通过把梦归入到现象之中，他得以把科学法则运用于梦，但同时也就忽视了做梦者，把导致梦的原因和它的意义混为一谈了。正如我在早年的一篇论文中所指出的，如果说梦有意义，并且可以诠释，那么它们必定是由一个人，或一个主体创造出来，而且被赋予了意义的，但是如果它们仅仅是由某种原因而导致的现象，那么它们就应该可以通过在它们之前所发生的事件来解释，而不必牵涉到一个主体，我们没法做到两者兼有，任何这样的企图只会导致混乱。

其次，通过把梦归入“不正常心理现象”，弗洛伊德颇为得意地把梦解释为精神病的症状，但却以抹杀了健康和疾病之间的界限作为代价。如果说梦既是普遍发生的事实，又是不正常的心理现象，那么健康人也就是精神病者，身体健康，

精神健全与生病和精神失常之间的界限也就不存在了。更进一步说，假如果真象弗洛伊德所认为的那样，做梦和清醒时的想象有着某种联系，那么想象不也就是病态的心理活动，既然想象类似于做梦，而做梦又类似于精神病症状，于是想象力以及它的产物也就是精神错乱的表现和结果。人类赞叹不已的美而真的艺术作品在科学上却变成了只能以病态来解释的现象，溢美与诽谤，杰出与病态，便可同日而语了。

弗洛伊德为了把梦纳入科学的方法，便把梦当成类似于疾病症状的心理现象来看待，由此造成了一些混乱。在本书各个章节里，我希望能澄清，而且始终坚持在许多方面和他相反的观点，我认为想象是一个主体或自我的自然而正常的活动，而梦则是想象在睡眠时的活动形式，我同时也注意到想象的内部的自我矛盾，或者说，是这个“自我”的不同方面，或不同部分之间的矛盾。这些矛盾将会在梦中体现。做梦者有点儿三心二意，吃不准该不该去理解自己的梦，——或者该不该让自己的梦能够为人所理解——于是就用象征，也就是弗洛伊德所谓梦的普遍特征来掩盖，而不是泄露梦的真实含义。我们只有认识到这一点，才能够理解这些矛盾。我深信我在本书中所采取的观点有这样两个优点：既可以澄清梦的理论由于弗洛伊德用病理语言来描述一种正常活动而引起的种种扭曲，又可以充分利用作家和文艺批评家们长期以来对比喻本质和作用的认识来解释梦的意义，因为我把梦和清醒时的想象活动联系了起来。

从逻辑与合适的角度出发，我一开始就对深层心理学的

两位始祖——弗洛伊德和容格作了评论性说明，但是，对精神分析学的术语不熟悉的读者也许最好从第三、第四章开始读起，然后再回到第一、第二章，从而可以从中比较一下我所提出的梦是想象力活动的理论和弗洛伊德及容格的理论有何异同。困难基本上是在弗洛伊德的理论，或者不如说是在他所使用的那个概念体系。我想这大概需要在一定程度上适应于把心理活动比喻成一架仪器里的能量活动的系统。但是，要不是暂时将自己卷入弗洛伊德的比喻系统，我们似乎就无法谈论他的思想。

在第五章里我谈到各种类型的梦，包括那些引起普遍好奇的，那些读者们自己熟悉的，还有一些是引起了特殊的理论上的兴趣的，在第六章里，我讨论了睡眠和梦的生理学，主要采用了近二十五年来对睡梦的科研成果，并注意（区别）这些实验只是在什么程度上证实，或是未证实现存的有关梦的心理学理论，并且是否和我的理论相符合。

在第七章里，我讨论了做梦和做梦者文化之间的关系，并用“科学革命”所引起的对做梦和对待梦的态度上的变化作为例子，因为这场革命把我们的文化从一种用一个崇高的精神意志来解释一切世俗和物质的事物改变为一种用世俗的物质的原因来解释一切精神的现象——也就是说，完全颠倒了解释的方向；用部分解释全体，用低层解释高层，而不是象从前那样，反其道而行之。在我看来，这个例子特别有意思，因为，第一，先前的那种观点在虔诚的教徒中仍然存在，事实上存在于所有汲取了过去的艺术和文学的人们中；第二，最新的一些进展，如控制论和传播学理论等，意味着一种新

的组合即将出现，即目的和原因，人的作用和非人力所致的事件，精神和物质，都可以统一起来。

第九章尽管风格和前几章不同，其实是对主题的概括，而不是本书的题外之音。

最后，我必须解释一下本书标题中的“真”这个字的含义。我既不是指做梦者的纯真无邪，也不是指梦本身的清白无瑕——相反我倒要指出，在做梦时我们知道得比清醒时还要多，而且，有时梦中的思想和愿望在清醒时看来倒是大逆不道的。我这里的“真”指的是梦是无意识的，它无视既成的规范，而且梦的实质只能是真实的，没有被自我意志所污染。

第一章 弗洛伊德的梦的理论

引 言

弗洛伊德认为，梦是精神病的症状，或者更确切地说，梦和精神病症状产生于同一种心理机制，不仅精神病病人做梦，正常人也做。正如他在《释梦》第一版序中所说的：（1900）

“心理调查已经说明，梦是一组不正常精神现象的开始，随之而来的诸如歇斯底里的恐惧，烦扰和臆想，则往往会引起医生们的关注。”

在这一章接下来的几个部分里，我将针对弗洛伊德所说的梦和精神病症状所共有的心理机制作一些评述。不过简单地说，弗洛伊德的思想大致是：梦是两种力量妥协的结果，一方是受压抑的欲望，另一方则是施行压力的主体在制止欲望的公开表露，而这种妥协又是以幻觉的形式来表现的。因此，虽然受压抑的欲望是实现了，但是描述其实现的词句或

意象又掩盖了这些欲望的真相。“……梦的涵义就是对欲望实现的描述，其模糊性是因为潜意识检察员迫使受压抑的欲望改头换面地出现。”弗洛伊德还认为大多数成年人的梦体现了被压抑的性欲，做梦是为了保护睡眠——就好比精神病的症状维持了病人清醒时的平静。

他还认为，梦和精神病症状说明，还存在着一种与我们清醒时的思维完全不同的心理活动模式。这种模式就是他所谓的“主过程”，是由融汇和移换两种机制构成的——这我会在下面几节里谈到——这个过程无视时空的规范，所产生的不是行动，而是欲望得到满足的幻觉。在弗洛伊德看来，主过程是简单、原始的，只有当我们把它压抑下去之后，才可能产生理性的思维和行动。梦和精神病症状则代表了这种努力的失败。我在较后的一节里讨论了弗洛伊德的主过程和二次过程的概念，并且就我为什么主张用“开放性”和“非开放性象征”来代替这两个概念，作了一些解释和说明。

欲望实现说

弗洛伊德认为，从本质上说，梦就是欲望在幻觉中实现，假如不让这些欲望在梦中出现，它们就会搅扰睡眠。但是，由于明显实现欲望的梦并不多见，弗洛伊德便设想到有这么一种心理力量，一旦它看不惯某些欲望，或者觉得它们不可取，它就禁止它们公开出现，而且一旦发觉它们想在梦中露面，就固执地把梦的意象扭曲成不可辨认和难以理解的形式。他把这种心理力量先是叫做“潜意识检查员”，后来又叫做“超

我”。

因此弗洛伊德提出，所有的梦都是一种妥协，是威胁着睡眠的受压抑的欲望与禁止它公开露面的潜意识检查员之间的妥协——结果是让受压抑的欲望在乔装打扮之后出现，于是那个大逆不道的欲望得到了至少是暂时的解脱和缓和，而同时做梦者对其庐山真面目仍是浑然不觉。

如果说，梦就是乔装改扮了的受压抑的欲望在幻觉上的满足，那么其意义必然只能由释梦来发现，也就是说，要去掉潜意识检查员给它们加上的种种伪装，而且梦一经解释，人们就会发现梦所表现的欲望都在某种程度上触犯了做梦者的自尊心和道德感：比如对友人的死咒，反常的，乱伦的，或者是婴儿的性倾向，还有就是在梦里表现出来的自私自利和妄自尊大都超出了做梦者的自我估价。

用欲望实现说来诠释梦，显而易见与之抵触的就有两种，一是创伤梦；一是焦虑梦。前者一直被看成是欲望实现说的例外，而后者则被解释为可行的妥协未能达成，潜在的，受压抑的欲望跃跃欲试地寻求满足。更有甚者，弗洛伊德在形成他关于梦的理论时，把焦虑解释为被压抑的性冲动的一种表现。这种提法把一个对他的理论明显的异议变成了有利于他的论据，从而使他更能自圆其说了。假如说焦虑就是乔装改扮了的性冲动，那么梦中出现焦虑便正好说明这个梦暗含着一个欲望。关于这个问题我在后面还会谈到的（见第五章）。

因为明显的欲望实现的梦如此之少，弗洛伊德对这种说法的固执便显得颇令人费解。但是我们应该记住，他对梦的

兴趣主要不是为了梦本身，而只是把梦作为例子，论证他的整个以“有目的的思维”和“欲望的幻觉满足”为倾向的心理学理论。这种倾向也可以用精神病症状来说明，他认为这些症状也是受压抑的欲念和阻止欲念流露的力量之间达成的妥协。

尽管当代许多弗洛伊德学派的分析学家们仍然同意人类总的说来都倾向于“有目的的思维”和“欲望的幻觉满足”这个观点，但是我怀疑他们是否还赞成释梦的本质就是为了找出梦里暗含的欲念这种提法。他们很可能认为梦表现了做梦者当时整个的心理状况，而梦中人既有可能象征着做梦者个性中的某一面，也有可能代表着他梦寐以求的那个“事物”。例如，梦到异性恋爱可以解释为做梦者希望将自己天性中男性粗犷的一面和女性柔和的一面统一起来，而不一定是做梦者对“梦中人”的性爱冲动。

虽然弗洛伊德的梦的欲望实现说已经基本上被分析学家们所遗弃，或者说得更确切些，只是在一个复杂而全面的释梦观之中占了小小的一席地位，但它至今仍然是一个受人欢迎的假说。随之而来的还有这么一种说法：在梦中出现的欲望要比压抑它、阻止它的相反欲望来得更真实、更可靠。

最后一点，欲望实现说只承认梦具有表现作用和发泄作用，却忽视了它们具有协调作用和交流作用的可能性。

主过程和二次过程

弗洛伊德在理论上对梦的研究的最大贡献就是提出了人

脑以截然不同的两种方法进行活动的思想，一种以做梦为代表，一种以清醒的思维为代表。他认为，人具有两种心理机能，即主过程和二次过程。前者以融汇、移换和象征为特点，毫不顾忌时空规范，并用在睡眠时满足欲念的幻觉来缓解本能的冲动；而后者，也即二次过程，则严格遵循语法和形式逻辑，遵守时空规范，并且以世故而得体的举止来缓解本能的冲动。他还认为，主过程先于二次过程——两个概念因此而得名——也正因为如此，要发展自我，要获得二次过程的思维能力，都必须首先压制主过程。所以，弗洛伊德指出，主过程是粗糙、原始而无适应性的，做梦则代表着在压抑下拼命寻求幻觉满足的原始欲念尚未消失，因而从根本上说，梦是一种精神病症状。

在我看来，弗洛伊德这一部分的理论有以下四个严重弱点。第一，把梦归于病态这一范畴，就必然要以这样一个前提来自圆其说，即人人都是精神病。弗洛伊德也确实这么说了。这提法固然匠心独具，只是健康和精神病之间的区别便化为乌有了。

第二，弗洛伊德认为，自我的发展，理性的、二次过程思维能力的获得都必须以压制主过程为前提，这也就等于是承认了人类一开始进入这个世界时，对主过程完全不能适应。这一假说在根本上是不可能的，违背了生物学和生态学已经证明了的事实，并且给个体发育学带来了无法解决的问题。如果说我们是以“一种混乱，一大锅毫无组织的发酵物”开始我们的生命，并且喜欢用幻觉来满足我们的愿望的话，很难想象我们怎么还会尽力去适应，去体验这个外部世界。但是

我们设想把这两种心理过程并存于生命的起源，如果有时产生矛盾而并非是水火不相容的话，那么，这个困难也就迎刃而解了。

第三，弗洛伊德认为主过程本质上是原始的、不适应的、非理性的、非现实的和粗糙的，与本质上文明、适应、理性而现实的二次过程截然不同，这就迫使他把想象、创造活动、乃至直觉和情感统统归入精神病的、退化的、病态的一类现象。众所周知，这一点曾经使弗洛伊德和早期分析学家们陷入难以自拔的困境。弗洛伊德最终也只能无可奈何地承认，“在对待创造性的艺术家的问题上，分析学只能缴械投降了。”（弗洛伊德，1928年）

第四，弗洛伊德关于主过程和二次过程理论的形成是他的心理机制假说的一部分。他认为人脑是一部心理仪器，心理能量运行其中，而这两个过程则代表着心理能量在仪器的不同部分或静或动两种不同的运动方式。遗憾的是我们弄不懂这玄乎的“心理能量”究竟为何物，这个概念又是什么意思。所以在本书中，我只引用了弗洛伊德的那些可以用人们所谓“意义”来解释的概念，例如融汇和移换。我同意苏珊·朗格（Langer）的观点，认为象征是人类的一种基本需求，而不是冲突和压抑造成的病态；人类的行为是一种语言，而不是一套释放紧张能量的机制。也正因为如此我使用了苏珊·朗格的“开放性”与“非开放性”象征的概念来区分思维类型，而没有使用弗洛伊德的“主过程”和“二次过程”的概念。

下面这一段话摘自苏珊·朗格的《哲学新论》的引言，大家从中可以看出开放性象征和非开放性象征之间的区别。

狭义的语言本质上是开放性的，它具有永恒的意义单位，可以组合成较大的单位；它有固定的同义词，使我们能够进行翻译和解释；它的内涵很广，所以它要借助于非语言的动作，比如指、看，或者强调性的语音变化来给自己加上外延。这些显著的特征使语言区别于无言的象征。后者是非开放性的，不能翻译，也无法用自己的系统下定义，更没有普遍的共性。用语言表达的意思能完全被人理解，并通过“语篇”这一过程结合为一个整体；然而所有能够组成一个较大的，有意义的象征的因素，却只能通过其整体，或是通过它们和整体结构的关系去理解。它们之所以成为象征，正是因为它们同属于一个同步的，有机地结合的表象之中。

一个典型的开放性象征的例子就是一句话。句中的每一个词都符合辞典的定义，但是一旦变动了词序，整句话的原意就会失去，或者改变。一个典型的非开放性象征的例子就是梦。梦中所有的意象同时出现，而做梦者在讲叙它们时，顺序是无关紧要的。

融 汇

这是指两个或更多的意象融合成一个复合意象的过程或者手段。这个复合意象的意义来源于两个(或多个)意象的综合，也可能是取意于所有意象的共同之处。在弗洛伊德的理论中，这是主过程的一种，是典型的潜意识思维。

这便是一例：一个年青人梦见自己一跤跌进了一部机器，