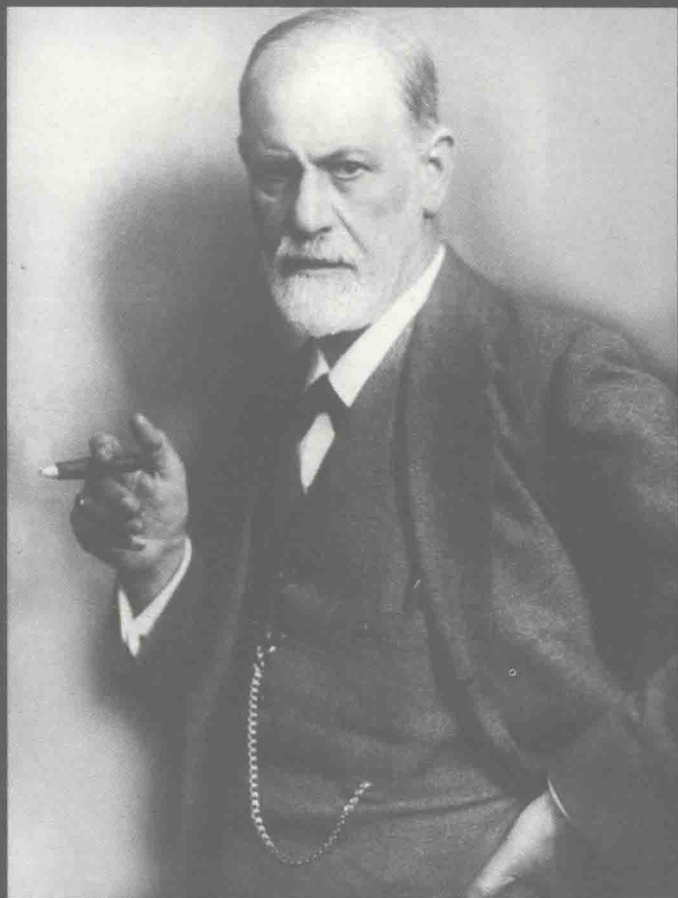


Sigmund Freud

〔奥〕西格蒙德·弗洛伊德 / 著

亦珊 / 编译



梦的解析

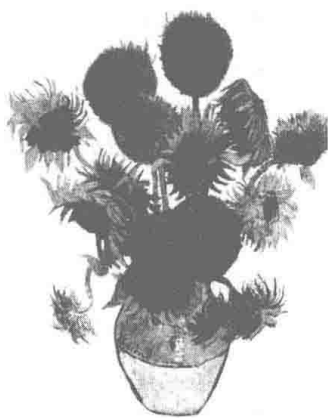
一本影响了
人类看待自我
和世界的方式的书。

用理性触摸情感、欲望，用科学解密灵性的诡秘

中国华侨出版社

梦的解析

〔奥〕西格蒙德·弗洛伊德 著
亦珊 编译



中国华侨出版社
北京

图书在版编目 (CIP) 数据

梦的解析 / (奥) 西格蒙德·弗洛伊德著; 亦珊编译. — 北京: 中国华侨出版社, 2018.5

ISBN 978-7-5113-7629-9

I. ①梦… II. ①西… ②亦… III. ①梦—精神分析 IV. ①B845.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第049157号

梦的解析

著 者: [奥] 西格蒙德·弗洛伊德

编 译: 亦 珊

出 版 人: 刘凤珍

责任编辑: 安 可

封面设计: 施凌云

文字编辑: 聂尊阳

美术编辑: 杜雨翠

经 销: 新华书店

开 本: 880mm×1230mm 1/32 印张: 13.5 字数: 313 千字

印 刷: 三河市双峰印刷装订有限公司

版 次: 2018 年 6 月第 1 版 2018 年 6 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5113-7629-9

定 价: 36.00 元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号通成达大厦 3 层 邮编: 100028

法律顾问: 陈鹰律师事务所

发 行 部: (010) 88893001

传 真: (010) 62707370

网 址: www.oveaschin.com

E-mail: oveaschin@sina.com

如果发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换。

前言

弗氏原序（第一版）

本书尝试描述“梦的解析”；梦并没有超越神经病理学的范围。在心理学中梦是病态心理现象的第一种，如恐惧症、强迫症、妄想症等，并被医生们所看重。虽然梦在后遗症方面并没有实际意义，但它具有作为范例的重要理论价值。如果不能解释梦中影像的来源，就不可能在病人治疗上有好的办法和效果。

我在这本书里常常有许多失落的线索，以致我的论述常常不得不中断，就像梦的形成和病态心理问题之间所存在的许多相关点，这也是我对本著作无法完全负责的原因之一。如果能得到足够的资料，以后我会陆续地加以探讨。

当然，我觉得发表本书存在的另一困难是“梦的解析”材料的特殊性。读者一般会认为只有本人或接受过我心理治疗过的患者的梦才有资格被选用，而我却选用了时下一些刊载于文献上的稀奇古怪的梦或者来源不明的梦。我之所以放弃病人的梦不用，是因为其

梦形成的程序由于现存的神经质特征而有不必要的混杂。而在发表自己的梦时，我不情愿又不可避免地要将许多私人的精神生活呈现在众人面前，任何科学家发表其论述时所牵涉到的私人事情是很痛苦的，但却是必要的；但如果能为心理学研究提供证据，我宁可选择后者。但很自然地，我无法避免会出现以省略或用替代品来取代我的一些草率行为。然而这么一来，它的价值就减低了不少。我只希望读者多多包涵；另外，如果有谁发现我的梦涉及他时，请允许我在梦中生活有这种自由思想的权利。

弗洛伊德（1900年）

目 录

第七章	梦程序的心理	340
第八章	梦的运作	152
第五章	梦的材料和来源	057
第四章	梦的改装	034
第三章	梦是愿望的达成	026
第二章	梦的解析方法	005
第一章	一九〇〇年以前有关梦的科学研究	001

第一章 一九〇〇年以前有关梦的科学研究

梦是一种奇异的现象，也是一个令人困惑难解的问题，数千年来人们一直没有找到合理的解释。从以往资料来看，很少有人从科学的角度研究梦的现象。另外，关于梦的相关说法，人们也很难用一个人的观点概括所有的现象。读者也许对梦有过切身的体验或了解相关的材料，但不一定了解梦的本质并对其做出根本的解释。

以下我们将用心理技巧来对梦进行解析，让大家认识到所有的梦都充满了特别的意义，它与梦的主人白天的精神活动有所联系。我需要对梦所隐藏的迹象进行一番演绎，以期探寻出梦的形成过程中的冲突或吻合之处。为了使梦的问题变得更容易了解，我首先对有关梦的各方说法做一通盘整理。

这里我先对早期以及当代有关梦的理论先做一简要介绍。虽然早已在几千年前梦就令人困惑不解，但对梦的科学了解其实仍是非常有限的。任何有关这方面的论述，从来就没有人能引用一家说法涵盖一切现象。每个人也许都有过不少奇异的经验或有关梦的丰富材料，但能从本质上了解梦或其根本的解释方法，相信也仍暂付阙如，那些非梦分析专家对这方面的认识就更不用说了。

对于原始人类来说，梦深深地影响他们对宇宙和灵魂的看法，有兴趣的朋友可以读读拉巴克、斯宾塞、泰勒及其他作者的名作。在梦的本质没有被解析以前，他们对梦的推测与思考所做的重要贡

献是我们永远都无法真正理解的。

这种对梦的原始评价，一直影响至今。梦的看法的守旧者仍深信梦来自他们所信仰的鬼神所发的启示，认为梦能预卜未来，是一种超自然现象。也因此，梦者对多姿多彩的梦境会留下特殊印象，但是很难总结出一套系统的观念，只能对梦以其个别的价值与可靠性做各种不同的分化与聚合。所以，古代哲学家们对梦的评价也就完全取决于其个人对一般人文看法的差异。

古人曾试图将梦分成两类，一种是真正有价值的梦，它能带给梦者警告或预卜；而另一种无价值、空洞的梦只是带来困惑或引入歧途。自古以来这两种不同的说法就一直无法妥协，但在亚里士多德以前，坚信梦是神谕的观点一直是那个时代的主流思想。

亚里士多德的作品有两部分内容曾涉及梦，他把梦归结为心理问题。他认为梦并非来自神灵，而是一种由于精力过剩而来的产物。他在这里所说的“精力过剩”，是指梦并不是超自然现象的再现，而是受制于人的精神控制的。梦是与梦者本人的睡眠深度有很大关系，因睡眠的深度不同而产生的不同精神活动。为观察梦与睡眠的关联，亚里士多德对梦进行观察实验，他观察到梦能将轻微的睡中知觉道出强烈的感官刺激（“一个人在睡觉中感到身体上某部分较寒冷时，他可能梦见自己走在冰天雪地中”），因此他推论梦可能是某些身体疾病的先兆（在希波克拉底的作品中也曾提过梦与疾病的联系）。

以下是布利尔（译者注：有系统地将弗洛伊德精神分析理论介绍入美国者）对第一章所作的节译：

“古人对宇宙整体的观念惯于将其精神生活依附于假想的外在现实之中，他们将梦境的一些残留记忆与醒来以后的现实相联系，

而这方面的记忆较之其他精神内容就变得陌生，这些不寻常的梦境仿佛来自另外一个世界，这也是科学问世以前人们对梦的观念。而且这种视梦为超自然力的理论今日仍然存在。事实上，现在也不只是信奉鬼神及写小说者，就是一些成功人士及社会中的佼佼者，他们一方面在学术研究、商海创业等有着超乎常人的智慧，但他们的宗教信仰却使他们在内心深处深信科学界无法解释的梦的现象是神灵之力，梦的预卜力量在一些思想家头脑里依然存在，某些哲学派，如谢林仍然深信神力对梦的影响。就是科学家们也清楚地知道神对梦的影响是一种迷信而不可信，但争论一刻也没有停止过，这主要是因为心理学方面的研究和解释不足以解决积存盈库的梦之材料。要想对梦的科学研究进行系统地整理和归纳确实是一大难事，因为有些研究在某个时段、某一时期确实有价值，但至今却不能在一特定的方向有真正的进展，每位学者对同一问题进行研究都要从头开始重新整理，最终却无法破解这个解不开的结。这里如果我们按照研究的学者、按年列出各家的说法，很难给读者一个清晰而中肯的交代，因此我这里按其学说的内容进行分别讨论，不是按照作者来分类，我将手头上所整理到的资料，按照梦的不同情况来介绍各种不同的解析。我尽量努力避免漏掉任何基本的事实或观点，但是由于资料来源于不同的人群和文献，比较分散，请读者阅读时不要做太多的挑剔，我尽力让读者对梦的研究有一个全面的了解。”

弗洛伊德在后来的德文增版中有以下的增补：

“在第一版时，我对以往的文献做整理，可谓耗尽心血、开宗明义，在这第二版问世时，我决心不对其有所增补，我觉得这次如果再有所增补，将不见得能有多大助益，因为在这两版相隔的9年中，对梦的研究及文学论著没有任何新颖的卓见。我的第一版《梦

的解析》问世无人问津，那些思想保守的所谓“梦的研究学者”表现出“食古不化”与“故步自封”，更完全忽略了我的见解，难以接受新观念。正如法国讽世小说家A.法郎士（1844~1924）的《没有好奇心的学者》。如果在科学研讨上也有报复的权利的话，那么这回也该轮到我，可以名正言顺地忽略掉他们在我这书出版以后所发表的心得。对于一些杂志上出现的少数研究者对我缺乏了解的错误看法，我建议他们最好再重读我的书，或者应该说他们才是应该好好读我的书的人。”

在1914年德文第四版问世时，也就是布利尔的英文译本第一版问世一年之后，弗氏又加了如下数语：

“最近，我这部《梦的解析》所做的贡献已受到研究者的重视。但这本书也出现了一些新事端与问题，虽以各种不同的方式解释说明过，却难以架构出整套理论来反驳，使我更难做整理和添加任何新的补注。不过，如果将来有任何卓越的文献出现的话，我一定会在以后的版本内附加上去的。”

第二章 梦的解析方法

弗洛伊德通过结合梦例的方式更加详细地解析了梦的前因后果，并初步提出了梦的分析方法、步骤和注意要点。把整个梦作为一个集中注意的对象是很难办到的，我们只有将每个小部分逐一解释。同样的一个梦对不同的人、不同的关联将有不同的意义。弗洛伊德认为，梦不外乎是一大堆心理元素的堆砌物。

一个梦的分析

首先说明的是我在梦的观念上是受传统看法影响的。我主要是希望传递“梦是可以解释的”的思想，而前面所说的对梦的解释所做的贡献，只是我工作的附加物而已。在“梦是可以解释的”这一前提下，我发现梦的科学理论帮不了梦的解释的忙，因为要“解释梦”，即给予梦一个“意义”，需要用某些具有确实性的、有价值的内容来作为“梦”的解释。但从这些理论看，它否认了梦是一种心理活动，他们认为梦只是透过符号呈现于感官的一种肉体的运作。而另外一类外行人一直是持相反的意见。它们强调梦的动作是不可理解的、不合逻辑的、荒谬的，却不敢大胆地否认梦是有任何意义的。因此我推断说梦一定有某种意义，哪怕是一种晦涩的“隐意”用以取代某种思想的过程，只要我们能找出这个“取代物”，就可以准确地找出其“隐意”。

非科学界对梦的解释方法有两种。第一种方法是利用“相似”

的原则，即“符号性的释梦”。它将整个梦作为一个整体，并尝试着寻找另一内容来取代，如果没遇到极不合理、极端荒谬的梦时，有时这种方法相当高明。比如《圣经》上有个例子，是约瑟夫对法老的梦所提出的解释，“先出现了七只膘肥健壮的牛，后来又出现七只瘦弱多病的牛，后面的七只瘦弱多病的牛把前七个膘肥健壮的牛吃掉了”，被他解释为此梦暗示着“埃及将有七个饥荒年，并且预言这七年会将以前丰收的七年的盈余一律耗光”。这种用我们一般人在梦里所发现的那份“相似”来把他们的想法表现出来的“符号性的释梦”，也是大多数有想象力的文学作家们编造梦的手法。

释梦一直被认为只是属于那些与生俱来、天生有特殊禀赋者的专利。主张“梦是预言未来观念”的人，通常是利用“符号释梦法”来解释梦的种种现象，其正确与否完全是一种直觉反应和主观推测，要想整理出一个详细介绍“符号释梦法”的方法，当然是不太可能的。

第二种释梦方法是“密码法”，与“符号性的释梦”观念完全不同。这种方法将梦中的每一个符号编制成一个密码，每个密码对应一个具有意义的内容，就像一本密码册，然后将梦中的情形用对应的密码一个个予以解释。例如，我梦到一封“信”和一个“丧礼”等等，于是我对照密码小册子或者说“释梦天书”，发现“信”是“懊悔”的代号，而“丧礼”是“订婚”，然后，我开始寻求这些毫不相干的事件或事物之间的联系，编织出对将来所作的预示。在达底斯的亚特米多罗斯的释梦作品里，就有利用这种“密码法”的释梦方法，但他在释梦时，除了梦的内容，他还对做梦者的人格、婚姻家庭、社会地位进行综合考虑，所以说，即使做同样的梦，对不同身份、地位、职业的人来说，则有着完全不同的意

义。比如说一个富人与穷人、已婚的男人或独身者、演说家与贩夫走卒意义是完全不同的。这种方法先将梦看作一个个片段的组合，再对每一个片段进行个别处理。那些矛盾重重、杂乱无章、怪诞离奇的梦，用此法来解释再合适不过了。

以上所介绍的两种常用的释梦方法的不可靠性当然是明显的。那么要从科学的观点来看，“符号法”存在应用上的局限性，不能广泛适用于所有的梦。而“密码法”的可靠性，完全取决于编制的每一件事物或事件对应的编码代码，以及对应的解释的可靠性，而事实上编制的密码根本没有任何科学性的保证。所以，人们斥责释梦是一种幻想，大多同意哲学家和精神科医生的看法。

然而，我对梦的解释一直持有另一种看法。我坚持认为梦的确具有某种意义，而且采用科学的方法释梦是有可能的。我曾经不止一次地被迫承认：“的确，古代冥顽执拗的通俗看法竟比目前科学见解更能接近真理”，我的研究方法和主要途径是：

一直以来，我尝试着对歇斯底里性恐惧症、强迫意念等几种精神病态进行根本治疗。我能够克服重重困难，走上布劳尔所创的这条对精神病治疗的道路，并在这条绝径上拓展出一番新天地，完全是关于约瑟夫、布劳尔“如果把这种病态观念看作是一种症状，能够想方设法在病人的以往精神生活中找出其根源，那么这种症状就可以消失，病人也就可以康复”这段意味深长的报道，再加上以往我们其他各种疗法的失败，以及精神病态患者在日常行为上及人们心目中所显示的神秘性。我的这套方法技巧、形式及其成果，将来我将在其他地方再另行详细补述。而就在对精神分析的探讨中，我不断地接触到释梦的问题。在我对病人进行治疗前的一些了解、询问过程中，了解到许多其他有关某种主题所曾发生过的意念、想法

都牵涉到他们的梦。因此，我想我们可以利用梦来作为寻找某种病态意念追寻到往日记忆之间的桥梁。第二步我就将梦当作一种症状，并利用梦的解释来追溯梦的病源，进而加以治疗。

为此，在治疗之前，我再三地叮咛病人做好各方面的心理准备，要求病人注意自己心理上的感受，并要求其尽量减少过去心理上习惯地对这些感受曾经引起的批判，使其知晓精神分析之成功与否，完全取决于他自己能否将所有涌上心头的感受全盘托出，而不是有选择性地将那些自认为不重要、不相干，甚至愚蠢的感受藏在心中。为了配合治疗，最终达到这一目的，要布置好安静、轻松的环境，使病人完全放松地躺在床上，微闭双眼，病人心中要对自己的各种意念保持绝对公平，不掺杂任何杂念。因为一旦他的梦、强迫意念或其他病状无法理想地被解决时，那就是因为他们内心仍容许本身的批判阻滞了它的道白。

我在精神分析工作中注意到，一个人在“反省”时，往往愁眉深锁、神色凝重，而当他做“自我观察”时，却往往仍保持那份悠闲飘逸。这两种情形，均需个人集中注意，由此可见，一个人在反省时的心理状态与自我观察时的心理运作过程是截然不同的。“反省”中的精神活动较大，通常是比较专心地做“自我观察”，并且要利用自我批判的能力，来拒绝、排斥某些浮现到意识境界那些曾经使自己感到不祥、不安或不希望出现的意念，以达到阻止、清除它继续在其心理中进行，至于其他有些观念，甚至在未达到意识境界，在其本身还没有察觉前就已经杜绝了。而“自我观察”只有抑制本身的批判力这一项任务，如果能很好地做到这点，那么无数的意念想法就会丝毫不漏地浮现到意识里。凭借这些自我观察者所没有觉察的资料，就可以帮助我们对精神病态的意念做出解释，由此

可见，梦的形成同样也可以依此做出合理的解释。在这种情况下所产生的精神状态，就精神能量（也就是流动注意力）的分布而言，与人们入睡前的状态很相似。处于催眠状态的个体，在入睡前，因为心理上对某种批判能力的放松，一些不虞的意念就会涌上心头，进而影响了意念的变化，往往变化为视觉或听觉上的幻象，我们习惯地称之为“疲乏”。这些变化为幻象的活动在进行梦或病态意念分析时都被剥离、废弃，而精神能量被保留了下来，用来帮助我们专注地追寻浮现到意识里的不希望的意念究竟来自何种意念。

但是研究中我们发现，要对“自由浮现的意念”做到“批判”的扬弃，实在是一件比较难的事情，不合希望的意念，往往很自然地会引起强大的阻力，这些意念无法浮现到意识层。我们可以从伟大诗人席勒的作品中看出，文学的基本创作也正需此种类似的功夫。席勒在与科纳的通信中，对一位抱怨自己缺乏创作力的朋友的回答是：“在我看来，你之所以会有这种抱怨，完全归咎于你的理



“歇斯底里症”患者

“歇斯底里症”患者在病发时会将自己的肢体扭曲成各种奇形怪状的姿态，看到的人总是心生畏惧。弗洛伊德认为只有在病人的精神生活中才能找到其真正的病源，这样这种症状才会消失，病人才能够康复。

智对你的想象力所产生的限制，这里我举一比喻做一说明。如果理智对已经浮现的意念要做太严格的检查，那便扼杀了心灵创作的一面。也许就单个意念而言，它是毫无意义的，甚至是极端荒唐的，但随后而来的几个意念就可能是很有价值的，几个看似荒谬的意念合在一起，就成了一个有意义的联系。理智并不能将涌现心头的所有意念都保留下来，再分门别类地统筹做一比较批判，所以说理智是无法批判所有意念的，就我个人来说，为了保持一个充满创作力的心灵，我撤掉了理智大门的警卫哨，让所有意念毫无限制、自由地涌入，然后再进行全面检查。我们内心的批判力会因为对创造者心灵的那股短暂的纷乱无法容忍，进而扼杀不断涌现的创作灵感。思想的艺术师与一般梦者的区别就在于这份容忍功夫的深浅。因此，你觉得自己毫无创作的灵感，其实都是因为你太早、太严格地对自己的意念进行毫不容忍的批判。”（1788年12月1日的信）

这里，席勒所述将大门口的警卫哨撤回来就是非批判的自我观察，也并不是十分困难的。

我接触到的大多数病人，在接受我的第一次指导之后，可以很轻易地、完全地做到，我把这些闪过心头的所有意念一一记下。这种自我观察的能量与日俱增，而批判活动所消耗的精神能量则与日俱减，同时人与物之间所耗费的注意力的多少对这种情形起着决定性的作用。

应用此法的第一步告诉我们，一个人不可能把整个梦作为集中注意的对象，他们只能够对其中的某一部分或者片段进行解释。如果我询问一个病人，这个梦与其有何关联，答案肯定没有什么眉目的。所以，我首先要替病者做一套梦的剖析资料，然后使他将隐藏在每一片段中的意念逐一地告诉我。在这里，我采用的释梦方法

与前述的第二种方法“密码法”较为相近，而与流传的“符号释梦法”不太一样。不过我也只是将梦视为一大堆心理元素的堆砌物，对其用片段而非整体来进行研讨。

我在对“心理症”进行精神分析的作品中，曾提出很多梦的解释，但在此我并不想利用这些材料来介绍释梦的理论和技巧。因为对这些病态的梦所做的解释并不适于推广到正常人的梦。而另外还有一个原因是，每个梦都要加上注释说明，说明其心理症的性质及病源的研究报告，以及其的不寻常，因为这些梦的主题的根源往往脱离不了其心理病态的病根，而与梦的本质将有很大的差异。我一直希望能找出一条借着梦的解释来帮助解决“心理症”病人心理上的问题。但是我的资料库里所收集的梦，多半是这种“心理症”病人的梦，如果我不用这些材料的话，那我手头上就只剩下我在“梦生活”的演讲中所举过的例子或者在同一些健康人闲谈中得知的梦而已。可是我无法对这些梦做出真正的分析来寻求它的真实意义，因为我的方法比普通的“密码法”更复杂，密码法只是将内容对照已确立的“密码代号簿”即可。而我认为，同样的一个梦对不同的人、不同的关联有着不同的意义。所以，最后我只有用自己——一种接近正常的人所做的梦，既方便又可寻出与日常生活相接近的关系，而且其内容的解析比较丰富。当然，这种分析的不确定性是不可否认的，我对自我分析的真实性、可靠性问题一直在求证。但是我发现，观察自己总是比观察别人真切，并且可顺便看出自我分析究竟对“释梦”有多大的帮助。当然，对我个人来说，要暴露出自己精神生活中的细节，需要克服自身内在的很多困难，一是每个人总是有相当的不情愿，二是担心旁人对它的误解所产生的影响。但是研究要求我必须能克服顾虑。德尔贝夫曾说过：“每一个心理