

后精神 梦典

● 编著 / 艾克曼

后现代主义梦象新解释
破译人生梦象万有全书

后精神分析对人
造梦象的创造性解读，
为消除当代人世间生
存压力和价值观焦躁提
供了最有效的行为。解
梦就是创造意义！

——国际心理学权威
诺贝尔获得者罗杰·斯伯瑞



青海人民出版社

国际后现代精神

中心

INTERNATIONAL POSTMODERN PSYCHOANALYSIS CENTRE

后精神梦典

后精神分析对人类梦象的创造性解读,为消除当代人的生存压力和价值焦虑提供了最有效的方法。释梦就是创造意义!

——国际心理学权威

诺贝尔奖获得者罗杰·斯伯瑞

青海人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

后精神梦典/艾克曼编著. —西宁: 青海人民出版社,
1999. 2

ISBN 7-225-01673-3

I. 后… II. 艾… III. 精神分析学派—研究 IV. B84-065
中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 04369 号

后精神梦典

艾克曼 编著

出 版： 青海人民出版社(西宁市同仁路 10 号)
发 行： 邮政编码 810001 电话 6143426

经 销： 新华书店
印 刷： 四川大学印刷厂
开 本： 850×1168 毫米 1/32
印 张： 14.75
字 数： 380 千字
版 次： 1999 年 2 月第 1 版
印 次： 1999 年 2 月第 1 次印刷
印 数： 1-8000

书 号： ISBN7-225-01673-3/B·25
定 价： 23.00 元

版权所有 翻印必究

(书中如有缺页、错页及倒装请与工厂联系)

后现代主义是一场影响广泛的文化运动,精神分析首当其冲地经受了它的洗礼。自本世纪 60 年代起,在修正弗洛伊德的浪潮中,涌现出了梅拉尼·克莱温、玛格丽特·马勒、哈里·盖特里普、D·W·温尼科特,埃利克·艾里克斯、丹尼尔·斯顿、安德烈·格林等一大批新秀,被人们称为后精神分析家。他们修正弗洛伊德释梦理论的一个重要表现便是将东方的特异体能预测论与现代信息论相结合,提出“希望→预测”理论,来对人类梦象作出全新的解释。

前言：用后现代方法解读梦象人生

梦是一个巨大的神秘，它把人类生活截然分成两部份，使我们不能完整的看见自己。

根据芝加哥大学、哈佛大学、兰德研究所、蒙特·希纳医院和全世界数十家权威研究机构的研究实验表明：我们每个人每天都要做梦，一个人一晚上至少要做3个梦，多者则有9个梦。梦中的内容则更是光怪陆离：有美梦，有恶梦；有似曾相识的人，有没有去过的地方；我们在梦中可以飞天，可以做平时做不到的事……醒来后有的梦我们记得，大多数的梦象内容则遗失在睡眠中而无法记起。

梦到底是什么？它包含着什么？它想要告诉我们什么？已有的多种关于梦的理论在回答这些问题时，都没有让我们感到完全满意。

在弗洛伊德之前，人类对梦的解释，大致有以下几种：

(1)视梦为“神谕”和“预见”。在东方各民族的传统文化和观念中，都有着对梦的崇拜，认为“梦兆”可以预见远处发生的事和将要发生的事，种种梦象（梦主要是以视觉形象出现的）分别代表“好

运”和“恶运”。典型的如古代巴比伦“魔术藏书室”的学者，他们所专事的工作，便是让求助者夜宿于寺庙里，然后对其所做的梦予以解释，借以获知神意。

(2)视梦为“肉体内在障碍的表现”。这种观念盛行于印度，适用于临床诊断学范围。比如，当一个人告诉医生，他反复梦见自己被大鱼吞食或屡次梦见从山峰跌下，医生便会据此认为这个人身体器官内的某一部分正在发生危险的病变。

(3)视梦为“某种灵感与创造力的启示”。这种看法为科学家和艺术家们所普遍认同。最典型的是德国化学家卡库勒的例子：有一天晚上他梦见一条蛇咬住自己的尾巴形成一个六角形的大环，使他发现了苯分子六个碳原子的大环形结构。还有一个更近的例子是心理学家奥托·卢威梦见用两只青蛙做实验，他醒来后照此去做，结果证明了神经刺激互相传送的理论，他也因此而荣获诺贝尔奖。

弗洛伊德不同意以上的看法，他认为，梦不是什么预言未来的神谕，也不会警示疾病，至于科学家在梦中得到的灵感和启示，则不过是白天的精神活动在睡眠中的继续。他根据对自己的梦的分析判定：所有的梦都是以自我为中心并都是与自我有关的，从每一个梦中，都可以找到梦者所爱的自我，并且都表现着自我的愿望。例如，囚犯的梦“没有比脱逃更好的主题了”。但是如何理解不愉快的，甚至痛苦的、悲惨的梦呢？弗洛伊德回答说，无论怎么不愉快的梦，都不外乎是愿望满足的一种“变相的改装”。他认为：“一个愿望的未能满足，其实象征着另一愿望的满足。”因为做梦的人对此愿望有所顾忌，从而使这一愿望只得以另一种改装的形式来表达。“梦是一种(被压抑的，被抑制的)愿望的(经过改装的)满足。”这就是弗洛伊德叙述梦的完整的公式。有了这么一个公式，

不管什么样的梦，便都可以纳入“愿望的满足”这个范畴了。

弗洛伊德的释梦理论无疑是一次划时代的革命，但它的泛性论基点，以及对梦的预测作用的否定等理论局限，使它的释梦方法在面对更多的梦象实例时无能为力。走出弗洛伊德，便引发了精神分析运动的“后现代”革命。

后现代主义是一场影响广泛的文化运动，精神分析首当其冲地经受了它的洗礼。自 60 年代起，在修正弗洛伊德的浪潮中，涌现出了梅拉尼·克莱温、玛格丽特·马勒、哈里·盖特里普、D·W·温尼科特、埃利克·艾里克斯、丹尼尔·斯顿、安德烈·格林等一大批新秀，被人们称为后精神分析家。他们修正弗洛伊德释梦理论的一个重要表现便是将东方的特异体能预测论与现代信息论相结合，提出“希望→预测”理论，来对人类梦象作出全新的解释。

弗洛伊德认为梦是过去经验的再现，它只面对过去；后精神分析则认为，梦不只面对过去，也面向未来，梦是人类的“未来生存空间”。如同“希望”是人对未来的期待一样，作为一种积极的力量，梦也参予“希望”的工作：预测未来。同时，人的另一种潜能——防患于未然，也由梦来担负实践了。从某种意义上可以说：梦就是我们的未来生活。如果我们放弃了解它，我们就是放弃了解我们的明天。弗洛伊德认为构成我们每个人梦的内容的主要是性压抑的焦虑；后精神分析则认为现代人的梦象焦虑更广泛：包括生存的焦虑、竞争的焦虑、人际障碍的焦虑、成就的焦虑，以及自我价值实现的焦虑，其中生存焦虑和价值焦虑是最主要的。弗洛伊德认为梦的象征意义总是确定的、单一的、无法替换的，释梦的工作便是通过对梦的内隐思想的还原去发现这种意义；后精神分析则认为梦所象征的意义是不确定的、多面的、可替换的，每一次解读都不是去发现既有的意义，而是创造新的意义。

根据以上原则,这本《后精神梦典》的具体辞条便不是对某一梦象所象征的既定意义的最后确认,而是创造新意义的开始。也因此,读这本书切忌过于严肃。你完全可以把它当作消遣性读物,或一本精神游戏手册,有空时翻一翻,休闲时对照解读一下自己的梦,一定会得到意想不到的收获。

后精神梦象解读要点

梦象解读需要掌握一些基本的技巧和方法,就像学习其它的技能一样,只要认真学习,细心总结,就能做到熟而生巧,运用自如。下面是使用本书时应记住的一些方法要点:

●通常有象征意义的梦象会在你入睡最深沉时出现,这段时间一般在午夜两点到凌晨七点之间。在这个时段里,身体各部分已完全放松,大脑基本上已摆脱白天经历的事物。在这一时段里出现的梦象一般具有解读的意义。

●受外部原因影响的梦一般是没有解读意义的。比如一个人梦见自己置身于一座漂流的冰山上,醒来后发现屋里的暖气停了,或被被子没盖住身子;有时在梦里听到铃声,醒来发现电话铃或门铃正在响;还有在看完一部恐怖电影后所做的恶梦等等,这一类梦象都没有解读的价值。

●具有预示意义的梦象主要有以下几种:

▲有预言性质的:往往暗示将有重要的事情发生。

▲有预警性质的:可能暗示即将遇到的麻烦和危险。

▲有启示性质的:往往启发你对工作中某一个难题的解决,或研究中某一重大成果的发现。

●确定有象征意义的梦象时应注意的几点特征:

▲梦中的梦象是你醒来后能非常清晰、生动回忆起来的。

▲除了清晰、生动之外，还要注意梦象(或情节)的完整性，只能记起片断的那些梦是没有多少解读价值的。

▲如果梦中有多个梦象场景，则应根据记忆中的清晰程度和在梦中与梦者的相关程度来判定你应选择解读的主要梦象。

●梦常常被打断或记不完全。要想清晰、完整地记起自己的梦，有以下三种方法可供你参考：

▲准备一支笔和几张纸、或一台录音机，在入睡前提醒自己：作梦时要记住梦的内容，并尽量在梦刚做完不久或刚做完时醒来。

▲将闹钟按正常起床时间往前拨半小时，醒来之后在床上静躺回想，往往能记忆起梦中的各种情景细节和自己在梦中的感受。

▲万一梦境因睡眠惊醒被打断，由于大脑皮层此刻还沉浸在梦境中，这时只要在心里暗示自己继续中断的梦境，则往往能如愿，并且醒来后一般都能记起完整的梦象。

后精神梦象分类索引

第一类 人物梦象

婴孩	(2)	侏儒	(6)	看门人	(9)
儿童	(2)	尼姑	(6)	逃亡者	(9)
影星	(2)	邮递员	(6)	作家	(9)
哥哥	(2)	邻居	(6)	名字	(9)
姐姐	(2)	国王	(7)	监护人	(10)
医生	(3)	英雄	(7)	理发师	(10)
助手	(3)	姑娘	(7)	艺术家	(10)
客人	(3)	印刷工人	(7)	对手	(10)
弟弟	(4)	少女	(7)	伪装者	(10)
售货员	(4)	妓女	(7)	单身者	(10)
司机	(4)	野蛮人	(8)	新娘	(10)
工匠	(4)	矮子	(8)	新郎	(10)
外国人	(4)	水手	(8)	傻瓜	(11)
醉汉	(5)	巨人	(8)	编辑	(11)
工程师	(5)	丑陋	(8)	眼科医生	(11)
领导	(5)	骗子	(9)	船长	(11)
处女	(5)	隐士	(9)	部长	(11)
叔父	(6)	百万富翁	(9)	白痴	(11)
歌星	(6)	老处女	(9)	小丑	(11)
岳父	(6)	建筑师	(9)	哑巴	(11)

来访人	(11)	天文学家	(14)	女傣相	(17)
听众	(11)	木匠	(14)	外科医生	(17)
屠夫	(11)	寡妇	(14)	贵族	(17)
敌人	(11)	赛马骑手	(14)	售票员	(17)
董事	(12)	服务员	(14)	祖先	(17)
护士	(12)	残疾人	(14)	主人	(17)
乞丐	(12)	美食家	(14)	名人	(17)
教授	(12)	人群	(14)	守财奴	(18)
飞行员	(12)	好友反目	(15)	骑士	(18)
父母	(12)	朋友来访	(15)	铁匠	(18)
姑娘	(12)	朋友相处	(15)	两性人	(18)
妹妹	(13)	刺客	(15)	生人	(18)
官员	(13)	劝告者	(15)	科学家	(18)
伙伴	(13)	助产士	(15)	男傣相	(18)
亲戚	(13)	裁缝	(16)	仆人	(18)
公证人	(13)	问路者	(16)	仆从	(18)
贪食者	(13)	出纳员	(16)	差使	(18)
熟人	(13)	敌手	(16)	医生	(18)
群体	(13)	女人	(16)	药物学家	(18)
性别	(13)	恶汉	(16)	专家	(18)
伪君子	(14)	尊长	(17)	双胞胎	(18)
私生子	(14)	同床者	(17)		
影子	(14)	出生	(17)		

第二类 衣着装饰梦象

衣服	(20)	制服	(23)	皮革	(27)
西装	(20)	领带	(24)	皮带	(27)
便服	(20)	蝴蝶结	(24)	双肩包	(27)
时装	(20)	帽子	(24)	丝线	(27)
大衣	(20)	裙子	(24)	头盔	(27)
手套	(20)	靴子	(24)	内衣	(27)
鞋	(21)	领章帽徽	(24)	羽绒	(27)
拖鞋	(21)	假发套	(24)	戒指	(28)
白衬衫	(21)	腰带	(24)	围裙	(28)
裤子	(21)	绣花	(25)	围巾	(28)
斗篷	(21)	钮扣	(25)	各色衣服	(28)
丧服	(21)	奇装异服	(25)	着新装	(28)
手袋	(22)	面纱	(25)	共穿衣裤	(28)
凉鞋	(22)	乳罩	(25)	男人着女装	(28)
皮包	(22)	衬裙	(25)	鞋不合脚	(28)
紧身衣	(22)	手提包	(25)	遮阳帽	(29)
结婚礼服	(23)	花边	(26)	手镯	(29)
牛仔褲	(23)	手帕	(26)	美容	(29)
皮革外套	(23)	礼帽	(26)	脂粉	(29)
裘皮大衣	(23)	女服	(26)	香水	(29)
鞋跟	(23)	丝绸	(26)	面具	(30)
短裙	(23)	布料	(27)	袖子	(30)
长袍	(23)	丝带	(27)	印花方帕	(30)

雨披	(30)	披巾	(30)	化妆品	(31)
服饰	(30)	肩章	(30)	项链	(31)
吊袜带	(30)	耳环	(30)	饰针	(31)
顶针	(30)	黑色	(31)	颜色	(31)

第三类 金钱财富梦象

保险箱	(34)	收入	(378)	奢华	(40)
宝石	(34)	借钱	(37)	象牙	(40)
支票	(34)	工资袋	(37)	玛瑙	(40)
抽奖	(34)	金矿	(37)	数钱	(40)
股票	(34)	铜板	(38)	纪念品	(40)
银	(34)	现金	(38)	小银币	(40)
银元	(34)	钱包	(38)	水晶	(40)
金银丝箔	(34)	储藏	(38)	银行	(40)
财富	(35)	珍珠	(38)	财宝	(40)
金钱	(35)	帐单	(38)	琥珀	(40)
珠宝	(35)	典当	(38)	天青石	(40)
抵押品	(35)	工资	(39)	古玩	(41)
金叶	(35)	黄金	(39)	施舍	(41)
翡翠	(36)	硬币	(39)	丰富	(41)
钻石	(36)	津贴	(39)	王冠	(41)
提款单	(36)	奢侈	(39)	保险	(41)
钞票	(36)	蓝宝石	(39)	赡养费	(41)
拾钱	(36)	遗产	(39)	支票	(41)
存钱	(37)	财产	(39)	信用卡	(41)

收集	(41)	富裕	(42)	红利	(42)
传家宝	(42)	抚恤金	(42)		
赎金	(42)	青铜器	(42)		

第四类 日常生活用品梦象

电话	(44)	暖水瓶	(48)	毛毯	(51)
毛巾	(44)	床	(48)	菜碟	(51)
沙发	(44)	床单	(48)	手杖	(51)
针	(44)	眼镜	(48)	锁	(51)
照相机	(44)	盆	(48)	尿布	(51)
照片	(45)	衣厨	(48)	玩具	(51)
窗帘	(45)	钥匙孔	(48)	镜子	(51)
壁橱	(45)	钥匙	(49)	席子	(52)
地毯	(45)	绳索	(49)	肥皂	(52)
盘子	(46)	钟	(49)	桶	(52)
摇篮	(46)	钟声	(49)	录音电话机	(52)
猫眼	(46)	钟摆	(49)	墙纸	(52)
门环	(46)	长柄勺	(49)	扶手椅	(52)
门闩	(46)	跪垫	(50)	袋(包)	(52)
搓衣板	(46)	表	(50)	胶水	(52)
铁锅	(46)	刮胡刀	(50)	毛巾	(53)
床罩	(47)	叉子	(50)	伞	(53)
家具	(47)	毛线	(50)	收音机	(53)
抽屉	(47)	碗橱	(50)	扇子	(53)
水壶	(47)	梳子	(51)	瓶子	(53)

陶瓷	(53)	录音机	(56)	搪瓷	(58)
刻度	(53)	剪刀	(56)	玻璃纸	(58)
油	(53)	沙发床	(56)	童床	(58)
玻璃	(54)	长凳	(56)	菜谱	(58)
吊床	(54)	被子	(56)	渗滤器	(58)
饭桌	(54)	相册	(56)	套索	(58)
秤	(54)	高脚杯	(56)	摇椅	(58)
磨刀石	(54)	扫帚	(56)	盒子	(58)
枕头	(54)	枕头	(57)	窗帘绳	(58)
筷子	(55)	碗	(57)	尼龙	(58)
大缸	(55)	风箱	(57)	薄纱	(58)
长颈瓶	(55)	大剪刀	(57)	摇木马	(59)
真空吸尘器	(55)	扣带	(57)	薰香	(59)
包裹	(55)	拉链	(57)	擀面杖	(59)
拖把	(55)	帷幕	(57)	有盖大篮	(59)
冰箱	(55)	搅乳器	(57)	老鼠夹	(59)
烟斗	(55)	电视天线	(57)	拐杖	(59)
胶卷	(56)	纱线	(57)		
电视	(56)	碎布片	(58)		

第五类 生活细节梦象

化妆	(61)	睡觉	(61)	洗澡	(62)
扫除	(61)	剥皮	(62)	休息	(62)
开关窗户	(61)	咀嚼	(62)	匆匆忙忙	(62)

照镜子	(62)	看电视	(65)	流口水	(68)
洗手	(62)	责骂	(65)	修理	(68)
收拾房间	(63)	熨烫	(65)	打哈欠	(68)
看书报	(63)	按门铃	(65)	擦除	(68)
戴眼镜	(63)	跳越障碍	(65)	擦干	(68)
理发烫发	(63)	挖掘	(66)	大便	(68)
洗脸梳头	(63)	爬行	(66)	粉碎	(68)
刷牙	(63)	捉迷藏	(66)	缝纫	(68)
核对时间	(63)	损坏东西	(66)	染色	(68)
清洗眼睛	(63)	献殷勤	(66)	坐	(69)
修剪指甲	(63)	逃避	(66)	敲门	(69)
擦皮鞋	(64)	蒙住双眼	(67)	跪	(69)
闲聊	(64)	斗蟋蟀	(67)	打喷嚏	(69)
看电影	(64)	织毛衣	(67)	打鼾	(69)
欣赏戏剧	(64)	洗脚	(67)	尿	(69)
逛妓院	(64)	按摩	(67)	洗衣	(69)
过生日	(64)	偷听	(67)	炖食物	(69)
试穿旅游鞋	(64)	咬	(67)	烤全牲	(70)
戴戒指	(64)	借用	(67)	烤食品	(70)
修补旧衣物	(65)	漱口	(67)	洗澡	(70)
喂奶	(65)	舔	(68)	洗	(70)

第六类 商务活动梦象

百货公司	(72)	工作	(72)	推销员	(72)
------	------	----	------	-----	------