

日有所思 夜有所梦

解梦全书

诸葛君 / 著



梦中可怕的事物代表什么？

性梦危害身心健康吗？

哪些梦与身体疾病有关？

中国城市出版社

解梦全书

诸葛君 著

中国城市出版社

图书在版编目(CIP)数据

解梦全书/诸葛君著. —北京:中国城市出版社, 1999.5

ISBN 7-5074-1082-X

I. 解… II. 诸… III. 梦-精神分析 IV. B845.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 11089 号

责任编辑	郭 晔
责任设计编辑	张建军
出版发行	中国城市出版社
地 址	北京市朝阳区和平里西街 21 号
邮 编	100013
电 话	84275833 传 真 84278264
电 子 信 箱	cncity@peoplespace.net
经 销	新华书店
印 刷	北京集惠印刷有限责任公司
字 数	319 千字 印 张 17
开 本	850×1168(毫米) 1/32
印 次	1999 年 5 月第 1 版 2001 年 4 月第 4 次印刷
印 数	29001—32000 定 价 28.80 元

版权所有 翻印必究

11082/08

前言

神秘的事物并不一定都存在于深山古寺、百慕大、或印地安，实际上，在我们的生活里，我们每天都接触一种神秘的事物，那就是梦。当人处于所谓边缘睡眠时，眼睛会一眨一眨地动，这个时候，你正在做梦。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。

梦中被一个蒙面人拿着刀子追赶，被追到的话就会被砍到，可你怎么也逃不掉，然而就在刀子刺进的一刹那，你醒了，发现自己原来还活着，这只不过是一个梦。生与死的局面突然反转过来，回想梦中的情景，总算为自己活着松了一口气，庆幸还好只是做了一个恶梦。

你也许正在做的是一个性梦，在梦里与自己的上司或电影明星，或看不清脸面、也不相关的人，做一些连自己也觉得下流的事；也许你自己还没有结婚，也许你自己的婚姻非常美满，但时常也会有这样的梦。

你也可能正在做一个美梦，梦见自己升职，股票在升值，马路两边全是金山。

在梦里面，那个追赶你，和自己做爱的人，其实是另一个你；说是另一个，你可能会很奇怪。正确的说法，那是你的另一颗心。

在我作关于梦的心理学讲座或谈及关于梦的问题时，由于对梦的一无所知，大家对我的提问往往都是由一些极为简单的问题开始。比如：

“梦见狗好不好？”

“我现在晚上根本不做梦，好不好？”

“我的梦特别多，这好不好？”

于是，我也总是要先回答这些基本的问题。

“梦见一种东西是好还是不好，不可以一概而论。梦见什么就代表什么的这种简单的对应，是不符合梦的规律的。要知道梦中见到的事物的意义，必须分析整个梦。”

“没有人会不做梦，生理心理学研究证明，每个人每个夜晚都会做梦。如果你感觉你没有做梦，那只是因为你把做过的梦忘记了——这说明你的睡眠很深，很踏实。”

“感到梦多，往往是因为睡眠较浅。如果睡眠较浅是因为你睡得时间较长，这没有什么不好；如果睡眠较浅是因为神经衰弱，那当然不好，这说明你的身心状态不佳。”

所以，能让人很容易地了解自己的梦，应该是很有必要的。这本书不讲占梦卜卦，而是运用精神分析的原理和方法讲解如何科学地释梦。占梦卜卦和心理分析是完全不同的，

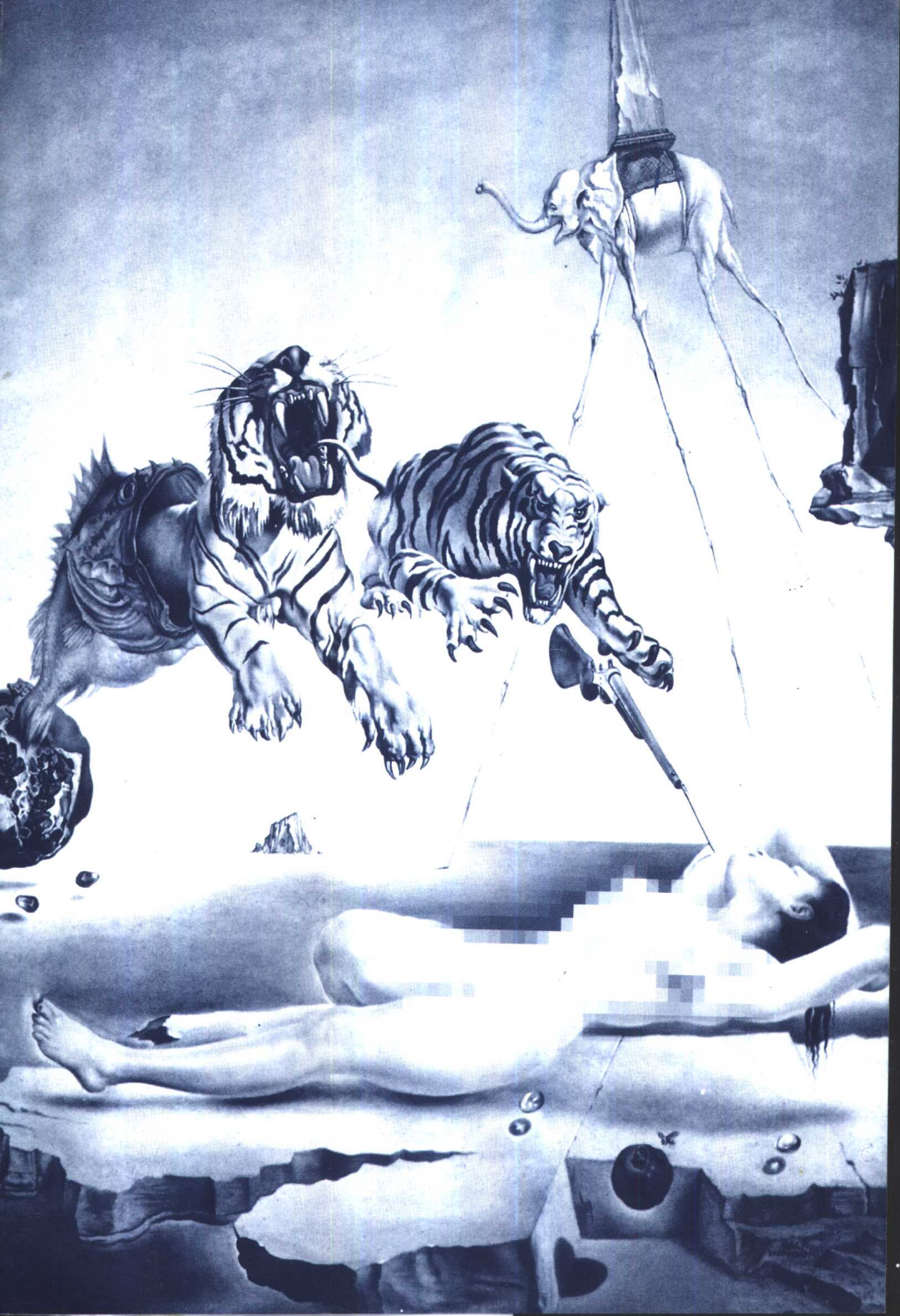
心理分析有助于自我成长，告诉你目前正处于哪种情绪状态下，让你知道自己的潜意识中正在为什么担心、忧虑，或者，又是什么让你兴奋不已？如何通过梦让自己拥有更丰富，更加开拓的心，更能充满自信地掌握自己的生活。

任何事情在发生前都会有预告，“梦”就是最早的事前预告，你千万不要不信。事前的预防胜过事后的补救。

当你自己懂了梦，有了释梦的体会，那些神奇的境界，你自己就可以亲自体验了——你会发现，在我们内心中还有一个世界，它的神奇不是刚才那两句话能形容其百分之一的。

愿此书为大家打开梦的神秘大门，让我们发现那个新世界。

日
有所思
夜
有所梦



目 录

前 言	(1)
第一章 看梦	(1)
第一节 梦的解释:众说纷纭	(2)
梦是传递信息的密码	(2)
梦的吉凶预兆	(3)
看到“魂在飞”	(5)
醒梦皆虚幻	(6)
梦对身心活动的影响	(14)
第二节 靠得住的梦观	(15)
靠不住的梦观	(16)
靠得住的梦观	(17)
送你一把量梦的尺子	(18)
释梦也要有尺子	(28)
梦需要解释	(32)
第三节 这就叫一双慧眼	(34)
看破梦中鬼魅	(35)
看出自己的精神	(36)
看透人间万象	(39)
第四节 掀起梦的盖头来	(42)

头上的电极	(42)
酒馆里的纪念碑	(47)
你心里的原始人	(55)
神秘的原型世界	(59)
荣格释的一个梦	(70)
“梦语”的秘密	(72)
原始人来了	(74)
第二章 解梦	(86)
第一节 梦王国的宝库	(86)
迷雾中的寻宝者	(86)
得到藏宝图	(87)
芝麻开门:释梦	(93)
真正的“象形字”:象征	(94)
象征的多义性	(97)
寻找线索	(101)
宝库的门开了:释梦方法	(114)
一、一语道破	(115)
二、一语道破方式的变式	(123)
三、层层剥笋式	(126)
四、混合式	(131)
释梦同心圆	(135)
释梦者的直觉	(140)
第二节 梦象征参考词典	(143)
梦中动物代表什么——	
鱼、蛇、公牛、鸟、狗、马、猫、蝙蝠、狼、野猪、	
熊、其它动物	(144)

梦中交通工具代表什么——	
汽车、自行车、船、火车	(159)
梦中房屋代表什么——	
房子、地下室、亭子、门厅或前亭、庙宇	(163)
梦中衣服代表什么? ——	
衣服、鞋、帽子	(167)
梦中身体各部位代表什么——	
肚子、胸和乳房、阴道、胡须、血、身体	(169)
梦中的物品代表什么——	
电话、瓶子、瓶颈、盒子、灯、钱、炸弹、书、汽球、刷子、 篮子、包裹、武器、轮子、天鹅绒、丝绒、粪便	(172)
梦中人物代表什么——	
智叟或智姬、女巫、外国人、警察、女人、婴儿、新娘、 新郎、老板、兄弟/姐妹、年轻人、妻子、工人	(179)
梦中的可怕事物代表什么? ——	
坟、鬼、沼泽、丧服、黑纱、砍头、阴间	(189)
梦中的水代表什么——	
水、井和泉水、河、漩涡、溪谷、海、桥	(194)
梦中的路代表什么——	
路	(200)
两条道路	(202)
梦见其它事物代表什么? ——	
野地、自己瞎了、阻碍、阻塞、疯狂、风、旋风、莲花、 火山、墙、缺乏、零、天象宫、背面、后退、板球拍、 棒球棒、洗澡、天气、翅膀、冬天、西方	(203)
第三节 梦的主题	(209)

为什么要追我——梦见被追赶·····	(209)
永远只差一会儿——梦见迟到、误车·····	(213)
我会飞了——梦见飞翔·····	(217)
能及格吗——梦见考试·····	(221)
我舅舅没事吧——梦见掉牙·····	(223)
好在只是梦——梦见裸体·····	(225)
真正太暴力了——梦见战斗·····	(227)
太棒了,我死了——梦见死亡·····	(228)
这个梦不能告诉你——梦见性爱·····	(231)
吾将上下而求索——梦见上下楼梯·····	(233)
画地为牢——梦见入监狱·····	(235)
第四节 死生一梦·····	(236)
一生出生几次·····	(237)
代表出生的象征·····	(238)
代表死亡的象征·····	(242)
“关于死亡的思考”·····	(246)
“命运之线”·····	(251)
第五节 云雨巫山:性梦·····	(255)
今夜的放纵·····	(255)
如果你是鲜花,我是灵蛇:代表性的象征·····	(260)
第六节 做原始人的知音·····	(273)
做梦八法——	
集锦、变形、省略、借代、拟人、以部分代表全体、	
并列、反语·····	(274)
人只为自己做梦·····	(288)
梦中没有废话·····	(291)

内心的矛盾在梦中的反映·····	(292)
梦怎样表达人名、数字和时间·····	(296)
做个快乐彩色梦·····	(299)
梦中的情绪·····	(303)
梦的表达有技巧——	
找借口、影射和双关·····	(306)
第七节 你也能释梦·····	(309)
先从自己的梦开始·····	(309)
释梦也要看主人·····	(311)
哪个梦更珍贵?·····	(316)
同夜的梦都相关·····	(320)
再谈梦中人物·····	(322)
梦作品有风格·····	(324)
扩充和表演梦·····	(325)
多一点细节·····	(326)
往事如梦·····	(327)
找证人和线索:侦破梦的案子·····	(331)
第八节 奇梦共欣赏·····	(341)
恶梦·····	(341)
清醒的梦·····	(350)
提示疾病的梦·····	(355)
启发性的梦·····	(360)
创作性的梦·····	(364)
具有预言的梦·····	(366)
心灵感应的梦·····	(375)
第三章 造梦·····	(380)

第一节 捕捉梦的影子	(380)
影子逃犯	(380)
捕梦之术	(383)
梦境的内容	(392)
评注自己的梦	(393)
复习自己的梦	(393)
第二节 命题做梦	(395)
第三节 做梦的主人	(404)
梦不好就改	(404)
随心所欲做清醒梦	(411)
留一份清醒在梦里	(414)
第四章 用梦	(419)
第一节 梦是智慧的体现	(419)
第二节 你我皆凡人	(423)
第三节 懂梦的人有福	(427)
因为他们能完善自我	(427)
因为他们有真性情	(430)
因为他们能得到警示	(432)
因为他们能择善而从	(434)
因为他们能改善性格	(440)
因为他们爱邻如己	(448)
因为他们心得安宁	(451)
梦能辅助心理咨询	(456)
第五章 读梦	(469)
第一节 梦文化的解读	(469)

解读梦的灵魂观	(469)
解读梦的文化	(473)
解读古代占梦术	(481)
解读攘梦术	(484)
解读中国梦故事	(487)
民间剪纸中的性象征	(495)
第二节 文化的梦解读	(496)
文化是一个梦	(499)
梦的兄弟姐妹	(500)
西方文化之梦	(503)
中华文化之梦	(505)
阿拉伯人之梦	(507)
一个神秘故事	(510)
重现本来面目	(513)
易经中的梦象	(516)
后 记	(527)

第一章 看 梦

“我绕着街道和房屋飞，我能看到别人的屋子，和屋里的女人。有人驱赶我，我飞向天空。这时我看到地上有许多人争夺绿宝石，我也想去抢，可是却不敢。于是我飞到高高的冰山上，这山叫凤凰石山，我在上面捡了几块冰，有白的、有红的、有绿的。后来我惊奇地发现，冰是宝石；白的是钻石、红的是红宝石、绿的是绿宝石，而别人抢的宝石只不过是糖块。”这是什么，是一个童话故事吗？

不，它是我在 1993 年 4 月做的一个梦。一种现象很常见并不意味着人们就了解它。我们人人都做梦，而且常常做梦，可是人们对梦的理解仍然很少。彩虹，我们一年也许只能看见一两次，可是我们对它的原理清清楚楚。而梦是怎么回事，有多少人能说清楚呢？

虽然谁也不很清楚，但是人们对它却一向很有兴趣。梦是闲谈的好题目。你讲一个梦，我讲一个梦，这么一件简单的事足可以消磨掉一个夏夜。

第一节 梦的解释：众说纷纭

这一半是因为梦的新奇。人对新奇的事物总是有兴趣的。报纸上登什么连体婴儿、五条腿的牛、人体自燃、野人怪兽，总是可以吸引读者，尽管连体婴儿只不过是种丑陋的畸型，而人体自燃也许根本不存在。报上的怪事终归数量有限，情节简单；远不如梦人人都有，又千奇百怪。自然，人们会对梦有兴趣了。

人们对梦感兴趣的另一个原因，则是很多人或多或少相信：梦是有意义的。

◎梦是传递信息的密码

梦有意义吗？有些人认为没有。他们认为梦不过是这么一回事：在睡眠时，大脑皮层总体上停止了活动，而少数地方还有微弱的活动，像熄灭的篝火中零零星星的火星。白天看到的形象毫无秩序地显现在眼前，这就是梦。这就是建立在巴甫洛夫条件反射理论基础上的看待梦的观点。持这种观点的人认为总的来说，梦是没有意义的。梦，就像是小孩子用一只笔在纸上信手涂鸦。但是，他们也不能不承认：当一个人在梦中感到饥饿时，他会梦见吃饭；感到渴时，他会梦到水。当一个人梦中听到铃声时，他会梦到某种类似铃声的