

Po Yi Ren Sheng Mi Ma

破译人生密码 把握人生航向 扬起生命之帆

破译人生密码

梦境中的信息密码



梦对于人生，有着神奇的作用，梦会尽最大努力让清醒的人知道，他们的日常生活和工作中发生了哪些隐而不显的事情，梦会让人们有所启发，使之对自己和对世界有一个全新的领悟。

吉林文史出版社
吉林音像出版社

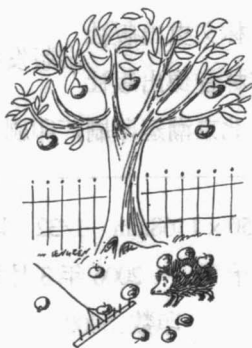
po hi ren sheng mi ma

破译人生 密码

梦境中的信息密码·上

第 1 卷

丁华民 宁一〇 编译



吉林文史出版社
吉林音像出版社

图书在版编目(CIP)数据

破译人生密码/丁华民主编。—长春:吉林文史出版社,2006.2

ISBN 7-80702-343-0

I.破... II.丁... III.人生密码—解密 IV.G.222

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 080158 号

破译人生密码

丁华民 宁一 编译

吉林文史出版社
出版发行
吉林音像出版社
北京潮运印刷厂印刷

开本:850×1168mm 1/32 印张:46

字数:1200千字 2006年3月第1次印刷

印数:5000

ISBN 7-80702-343-0/G·222

定价(全6卷):138.00元

写在前面的话

梦到底是个什么东西？梦是怎样发生的？人为什么会做恶梦？做梦有害健康吗？为什么会有很多颇为灵验的预感与实际经历之间发生惊人重合？梦在告诉人们什么？

在人类的一切奥秘中，再没有比那些来自人内心的奥秘更让人着迷了。梦这个黑夜中的神秘怪客，数千年来，始终困扰着人类，它的神秘吸引了更多的人们去寻梦，去解梦。

人每天清晨都在梦境中渡过。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。有些梦令你刻骨铭心，有些则早已忘记，而有些则正在你不知不觉中发生，而你根本就不知道自己已经做了一个梦。

梦是虚幻的，梦中的情境绝大多数是奇妙的，但却是虚构的幻象。梦又是真实的，作为梦本身，它是的确确实存在的。梦千奇百怪，在荒谬的外表下有更深的意义。梦好像是密码，传递着秘密的信息。

梦是人体的一种很特殊的精神现象，因而也是人类精神生活中的一种很特殊的现象。人对梦的思考，属于人对自身的一种“反应”，一种审视，因而也是一种自我认识。人类对梦的探索，反映了人类的现性精神和对真理孜孜不倦的追求。在漫长的历史过程中，各个历史时期，各个国家，各个民族都依靠自己的智慧对梦进行了卓有成效的研究。这些研究都反映了当时人们对自然，对自身的了解程度，也为生来者提供了新的线索和更多的资料。

事实上，大量的梦学研究表明，梦之对于人生，有着神奇的

作用，梦会尽最大努力让清醒的人知道，他们的日常生活和工作中发生了哪些隐而不显的事情，梦会让人们有所启发，使之对自己和对世界有一个全新的领悟。梦能给我们带来更有益的东西，梦是我们的良师益友，懂得梦的人是有福的人。梦有很神奇的力量，认识梦、善待梦、驾驭梦，它可以指导你的人生，让人生美梦成真。

在梦面前，人们不再像古人那样一筹莫展，也不再害怕有什么神灵在暗中窥探，梦不仅可以被认识，还能被控制为自己服务。要想这样，我们还要掌握正确解梦方法，这样才不会误解梦的意义。科学可以帮你掀开梦的神秘面纱。

本书运用精神分析的原理和方法讲解如何科学地解梦。既然梦是人类精神生活中的一种很特殊的现象，人对梦的解释并非只有一个固定答案，要因人而异作出变通。我们所谓的经验，不过是概括出一些规律，仅作参考，读者还需判定梦的解释对自己而言是否可靠是否适用。相信聪明的读者会根据自己的经验和认识去了解梦，去解读梦，试着为自己或朋友解一个有思的梦，也不失为一件趣事。

宁一

思于蓬莱

2004年11月

目 录

第一章 追寻梦的遗迹

一、古人对梦的探索·····	(1)
二、古人如何解释梦意·····	(9)
三、占梦的社会影响·····	(13)
四、外国人对梦的研究·····	(20)
五、古今中外的解梦大师·····	(22)

第二章 走入神秘梦境

一、梦是传递信息的密码·····	(27)
二、每天做一定的梦是必需的·····	(28)
三、不做梦少做梦有哪些不利影响·····	(32)
四、梦到底是怎样发生的·····	(39)
五、梦的材料来源·····	(47)
六、为什么会做喜梦和恶梦·····	(51)
七、梦的运作·····	(57)
八、梦与梦游、梦话、夜惊和梦魇·····	(66)
九、梦过程的心理·····	(68)

第三章 如梦如幻的潜意识

一、梦与潜意识·····	(77)
二、潜意识的特征和原本思考法则·····	(82)
三、潜意识的洞察力和预言性·····	(87)
四、潜意识中的自我愿望·····	(94)
五、潜意识的智慧·····	(98)
六、潜意识与意识·····	(104)

第四章 预感未来的梦

一、梦的象征意义·····	(106)
二、梦反映现实·····	(111)
三、梦显示未来·····	(114)
四、梦奇特的预感力·····	(121)
五、预感并不神奇·····	(131)

第五章 梦与健康

一、梦能预报疾病·····	(136)
二、梦可以平衡心理·····	(142)
三、梦者的心理治疗·····	(149)

第一章 追寻梦的遗迹

一、古人对梦的探索

我国古人对梦曾有很多记述，其中最广为人知的就是“庄周梦蝶”的故事。庄子有一天酣然入睡，发现自己变成了一只蝴蝶，自由自在地飞来飞去。醒来后才知道是一场梦。于是思考起来：“不知（庄）周之梦为蝴蝶欤？蝴蝶之梦为（庄）周欤？”

成语“南柯一梦”也是来自一个关于梦的故事。唐代传奇小说《南柯太守传》中讲述了这样一个故事：

一天，一个名叫淳于棼的人过生日，他在门前的大槐树下摆宴和朋友饮酒作乐，结果喝得酩酊大醉，被朋友扶到廊下小睡。恍恍惚惚之中，仿佛有两个紫衣使者请他上了马车，马车朝大槐树下一个树洞奔驰而去。他来到了“大槐安国”。该国丞相亲自出门遮道相迎，国王还将公主许配于他，招淳于棼为驸马，并委任他为“南柯郡太守”。

淳于棼到任后，果然不负重望，他勤政爱民，把南柯郡治理得政通人和。前后历经二十年，上得君王器重，下受百姓拥戴。没想到，邻国的檀罗国突然大兴兵戈，入侵大槐安国。淳于棼率兵奋力抗敌，可结果却是屡战屡败。真是祸不单行，爱妻又不幸病故……淳于棼从此失去国君宠信。他心中闷闷不乐，肯求君王

准许他回故里探亲，君王应允了，并派原来的两名紫衣使者护送而回。淳于棼返回家中，只见自己身子睡在廊下，不由吓了一跳，惊醒过来。真是“世上只半日，梦中二十年”。

据《晋书》记载，曹操曾梦见三匹马同槽吃食，曹操心存疑虑，担忧司马氏父子抢夺曹氏天下。

无论我们是否情愿，每夜都会做梦。人生，总是被许许多多的梦追随。因为有梦，人生才五光十色，激情荡漾；也正因为有梦，人生才变幻莫测，难以捉摸。那么，梦到底是个什么东西？

这个黑夜中的神秘怪客，数千年来，始终困扰着人类，它的神秘吸引了更多的人去寻梦，去解梦。可以说，在人类的一切奥秘中，再没有比那些来自人内心的奥秘更让人着迷了。

我们中国，解梦跟华夏文明一样，也有着悠久的历史。相传黄帝轩辕氏著有《占梦经》。在先秦时期，一些著名学者开始对梦进行理性的思考。而后，历代都有人分别从不同方面探讨梦，也正是由于这些人对梦的不断辩论，才促使我国对梦的研究在横向上逐渐扩大，纵向上逐渐加深。在对梦的探索中，我们中国已经有自己的思路 and 方式，并提出了一些理论。像《黄帝内经》的“淫邪发梦”说、《周礼》的“六梦”说、《列子》的“情化往复”说，以及王清任的“脑气阻滞”说等等。

尽管历代人们不断对梦进行研究，同时也取得了一些成就，但由于梦太神秘了，人们还是不能完全认清它，有很多东西按书上的理论是解释不通的，一些人于是就认为梦是灵魂离身而外游，是独立的精神活动，这也是占梦迷信之所以产生甚至影响中国历史几千年的根本原因。占梦在中国已有很长的历史了，在殷国奴隶制时代，占梦是观察国家吉凶、决定国家大事的一个主要

工具，因而占梦迷信也就成了官方宗教神学的一个主要组成部分。但到了春秋以后，占梦逐渐变成了一种世俗迷信，占梦一方面仍然保持着自身的特点，另一方面又同其它宗教神学互相渗透。

关于梦的探索可以追溯到原始社会，当时原始人把梦同灵魂联系在一起，这与当时生产力条件低下是分不开的，至于他们究竟是怎样把梦同灵魂联系在一起的这个问题，现在恐怕很难找到直接的证据。但是我们如果根据原始人的智力水平和原始民族宗教习俗去推测，就可以发现，原始人的梦魂观念是这样产生的。

当原始人躺在他们的洞穴里边睡觉时，他们的肉体并没有离开洞穴。但是，为什么梦中的他和他的同伴们一起到野外去打猎？按照当时人们的想象，梦中在外打猎的那个自身，肯定不会是躺在洞穴里那个有肉体的自身，而应该是一个没有肉体、不受自己肉体束缚的自身。原始人做梦时肯定也会梦见他们那些已经死去的亲人。但亲人的尸体不是早就掩埋了吗？不是早已经腐烂了吗？那种没有肉体、不受肉体束缚的人，究竟是一种什么样的东西呢？

经过很长时间的思考，在原始人的头脑里逐渐形成这样一种观念：在人的肉体当中，有一种支配肉体而不是肉体的东西，睡眠时这种东西能离开肉体，做梦时这种东西在外边活动，在肉体死亡后它们仍然继续存在，仍能活动。于是，人在梦中仍然可以到野外打猎，仍然能够看见那些已经死去的亲人。后来他们把这种东西叫做“灵魂”。

原始人通过对梦的思考，形成了灵魂的观念；反过来，他们又用灵魂观念来解释梦境和梦象。就这样，原始人的梦魂观念，

就难解难分地联系在一起。在梦魂观念的基础上，和鬼神观念联系起来，于是就形成了梦兆迷信。

最初，原始人对梦兆迷信是不自觉的，他们只关心那些与自己生活有密切关系的梦，只是后来随着人类活动愈来愈复杂，人们要预卜的事情也就愈来愈增加，这样被纳入预卜的梦也就愈来愈多。于是占卜迷信由自发迷信某些梦兆就转变成有意识去寻找各种梦兆，由对梦兆的习惯性解释转化成了对梦兆的复杂辨析。

根据现有文献，黄帝是提到占卜最早的人物。皇甫谧在《帝王世纪》上说：“黄帝梦大风吹天下之尘垢皆去，又梦人执千钧之弩驱羊万群。”醒后黄帝自我分析：“风为号令，执政者也；垢去土，后在也。天下岂有姓风名后者哉？夫钧弩，异力者也；驱羊万群，能牧民为善者也。天下岂有姓力名牧者哉？”，于是“依二占求之”，得风后、力牧两位名臣。

关于黄帝和尧舜禹时代的占梦活动，只是远古的传说，而直到殷朝时，中国历史对梦和占梦才有了可靠的文字记载。甲骨卜辞中有关殷王占梦的记载很多。殷王总是问，其梦有没有祸，其梦有没有灾。这一方面说明，殷王对其梦的吉凶非常关心，另一方面也说明，占梦在殷王的生活中占有相当重要的地位。

不过，梦的传说和占梦活动极为频繁的时期是在周人灭殷之前。据说当时周文王和周武王做了不少好梦，预兆着周必定会取代殷。

《帝王世纪》上说：文王曾梦“日月着其身”。日月是帝王的象征，这显然是说文王受命于天。《逸周书·程寤解》上记载太妣的梦：“太妣（武王的母亲）梦商之庭产棘，太子发（武王）取周庭之梓，树之于阙间，梓化为松、柏、榧、柞。寐觉以告文

王，文王乃与太子发占于明堂，王及太子发并拜吉梦，受商之大命于皇天上帝。”

依照释梦师的说法，棘是灌木，此梦中代表的是殷商。梓是乔木，此梦中代表的是周人。梓在棘间化为松、柏、榧、柞之类的大树，此梦的意义很清楚，就是让人们以为是皇天上帝把“商之大命”给予周人。

《尚书·太誓》中还记载着武王伐纣时的明誓之言：“朕梦协朕卜，袭于休祥、戊商必克。”武王到底做了一个什么梦，《太誓》里没有讲。在《墨子·非攻下》里是这样说的：“武王践阼，梦见三神曰：‘予既沉湎殷纣于酒德矣，谷攻之，予必使汝大戮之。’武王及攻。”

可见，占梦在周人政治生活中占有极其主要的地位，周王对梦的态度比殷王更严敬。殷周时代，凡国家大事都须经过占卜后才定，周王统治时期，还没有专职的占梦官。

殷周时代人们对梦的迷信还算不上很深，到了春秋时期，人们对梦的态度非常认真。《左传》昭公七年记载：卫卿孔成子梦见卫国的先祖康叔对他说：立元为国君。史朝也梦见康叔对他说：我将命令荀和圉来辅仁元。就因为两人的梦相合，卫襄公死后，孔成子就把元立为国君，他就是卫灵公。

昭公十七年还记载，韩宣子曾梦见晋文公拉着荀吴，而把陆浑交给他，所以他认定让荀吴领兵挂帅。荀吴灭了陆浑之后，他特地把俘虏奉献在晋文公的庙里。

孔成子立国君和韩宣子之命统帅，他们都把梦作为根据，认为康叔在梦中说的话，就是祖先的命令，而晋文公在梦中的活动，也就是祖先的旨意。当时人们对梦的迷信之深由此可见一

斑。

不过到了战国时期，由于生产力得到了发展，人的作用得到了充分的显示，无神论思想也空前的活跃。那时，占梦在统治阶层中的市场骤然减小。很少看到这一时期的文献记载有关哪个国君及其臣僚以占梦决定政治军事活动。在思想界里，无论是儒家代表人物孟子、荀子，还是法家代表人物商鞅、韩非子，以及通家、兵家和阴阳家等，都没有关于他们对占梦迷信的记述。虽然如此，但占梦在民间的影响还是很深远的。

占梦在春秋战国以后的市场的确是越来越小，但由于梦本身的神秘性尚未揭开，所以这种迷信仍然在代代相传着。不过有一点不同就是，迷信本身在随着时代的变化而相应地发生了变化。同先秦相比，秦汉以后的占梦在三个方面有了显著的变化：

首先是占梦已经从官方的一种宗教信仰，逐渐变成了民间的一种世俗迷信。正如前文所述，占梦在殷周时期，首先是统治者的一种信仰，占梦是作为国家的一种制度登台的。只要遇到大事，殷王和周王就会严肃地进行占卜。即使没梦，他们还向神祈梦呢。占梦的人或梦官，他们属于国家的政府官员，有一定的政治位置。而秦汉以后，随着占梦在上层统治阶级中的市场逐渐缩小，占梦一般已经不登大雅之堂了，官制中也不再设有梦官一职了。此后的占梦主要是在民间流行，逐渐成为世俗迷信，如：卜卦、算命、风水、相面等中的一种。

其次是占梦作为一种迷信，它同其他宗教信仰之间相互交流、相互渗透、相互利用。始创于东汉时期的道教，开始本来没有占梦的内容，但两晋以后，道教开始不断吸收占梦迷信，为其主旨服务。《抱朴子》这样记载，方士李少君离开人世前，“武帝

梦与之共登嵩高山，半道，有使者乘龙持节，从云中下。云太乙请少君。帝觉，以语左右曰：‘如我之梦，少君将舍我去矣。’数日，而少君称病死。”葛洪记载这个梦，显然是通过梦兆迷信，宣扬仙人不死，可以升天。

唐代《酉阳杂俎》指出：“道门言梦者魂妖，或谓三尸所为。”至此，道教已经有了它的梦说梦论了。“魂妖”云云，源自传统的梦魂观念；“三尸所为”，属于道教的一种创造。道教所谓“三尸”，指的是在人体当中作祟的三条虫，被称为“三尸神”。名曰彭倨、彭质、彭矫，或又名曰青姑、白姑、血姑。据说，“三尸”能记人的过失，每至庚申之日，乘人熟睡之际，而“谗之上帝”。“谗之上帝”，也就是向玉皇大帝打小报告。所以道教总是推崇“至人无梦”、“真人无梦”。于是道士每逢庚申之日，彻夜不眠，以防“三尸”上天“谗之上帝”。

源于印度的佛教，开始时就迷信梦兆和占梦。当佛教传入中国时，便与中国传统的占梦迷信携起手来。不过佛教的占梦迷信主要是宣扬佛教的善恶，因果报应的。如《善见律》所谓“天人梦”，认为善人修善则天现善梦，以使善根增长；恶人做恶则天现恶梦，使之由恐惧而反恶从善。所谓“想梦”则认为，常想善事则现善梦，常想恶事则现恶梦。

占梦迷信在渗入道教、佛教的同时，自身也深受道教、佛教的影响。在敦煌遗书现存的一些梦书残卷中，专门有《佛法仙篇》、《佛道音乐章》以及相关的兆辞占辞。不过有的推崇道教，有的推崇佛教，从中也曲折地反映了佛道两家的斗争。例如，“梦见老子，为人所念”、“梦见僧尼，所求不成”，很明显反映了道教的倾向以及它对佛教的诋毁。又如，“梦见僧尼，弘福大

吉”、“梦见大浮屠，大富贵”、“梦见菩萨者，主长命”，这些很显然是在宣扬佛教。另外，佛教的咒、道教的符，也都不知不觉地进入占梦。

最后一个变化就是占梦作为一种方术，逐渐变得复杂、精巧和圆滑。从《左传》和《诗经》提供的材料可以看到，先秦占梦用的是“直解”方式解释梦意，而后人的吉凶也是同梦中情节直接应验的。如昭公七年，穆子“梦天压己，弗胜”，有牛助余来帮助，后来果然遇到了牛助余。同年，郑人梦见伯有要杀带杀段，后来果然带和段相继被杀。

再一种方式是“转释”，不过主要是“象征”的解法。这种方式认为梦象并不是直接表现梦意的，而梦象所象征的内容才是真正的梦意。如成公十六年吕奇射月之梦，十七年声伯涉洹之梦，两梦并不表明他们将要“射月”、“涉洹”，“射月”和“涉洹”只有象征的意义。《诗经》中的熊黑之梦和蜃蛇之梦，也不表明梦者将要看见熊黑、蜃蛇，熊黑和蜃蛇只是象征生男生女的一种象征物。但这两种方式都很简单，是否灵验，梦者也很容易判断。但有些梦却不好占释，这样，占梦迷信要存在和发展，占梦方式也就出现新的方式。

秦汉以后，除了“直解”和“转释”之外，由“象征法”又衍生了许多新的解法，象什么“连类法”、“类比法”、“破译法”、“解字法”、“谐音法”等等。另外，还出现了一种“反说”的新占法。“反说”，顾名思义就是梦凶为吉、梦吉为凶，把梦象反过来以说明梦意。这样，一个梦到底是“直解”，还是“转释”，以至于“反说”，占者就有很大的主动权和灵活性。这样，占者就很容易根据当时的需要随意附会，应不应验都可应对自如。

二、古人如何解释梦意

根据梦象预卜吉凶是一种迷信，又由于占梦迷信总是说，梦是神灵的启示或鬼魂的通引，因而占梦的过程就是从梦象中寻求神灵或鬼魂所预示的内容。但是占梦家和占梦者对他们的占梦术总是秘而不宣的，这样不但可以保持并能增强占梦活动的神秘性，还便于他们根据占释需要而随意附会，这也正是占梦的关键。

按照梦象，梦兆和未来的人事之间关系可以分为三种方式：梦象、梦兆和未来的人事之间如果一致就是同一关系，需要使用“直解”占梦方式；如果不一致就是相异关系，需要使用“转释”占梦方式；如果完全相反就是相反关系，需要用“反说”占梦方式。

1. 直解 直解是把某种梦象直接解释成所预兆的人事，也就是说，有什么样的梦象，就认为有什么样的人事，梦象和它所预兆的人事无论在形式上和内容都属于一种同一关系。由于是同一关系，梦者都可以自占。有时因为知识经验不足而不能自占，但一经占梦者提示，很快也就会清楚。直解是一种最简单的占梦术。

例如，武王梦见三神告诉他：我一定要让你去讨伐殷纣。梦象是如此，武王认为这就是三神给他的命令，他果然出兵去讨伐殷纣，这就是直解和自占。

又如，殷高宗梦得傅说，即找到了傅说。他虽然梦中不知道