

千 奇 百 怪 的

梦

赵怀庆 赵 涛
赵过渡 编著
河南人民出版社



Q Q B G D M

千 奇 百 怪 的



赵怀庆 赵 涛
赵过渡 编著
河南人民出版社

千奇百怪的梦

赵怀庆 赵涛 赵过渡 编著

责任编辑：陈金川

河南人民出版社出版发行

郑州商城印刷厂印刷

河南省新华书店经销

737×1092毫米 32开本 7.25印张 142千字

1991年3月第1版 1991年3月第1次印刷

印数1—19,300册

ISBN7—215—01163—1/Z·62

定价3.15元

前 言

从孩提时代起到现在，我记不清自己做过多少梦了。总之，我做过的梦非常之多，其中有一些给我留下了深刻的印象。我总想弄明白这些梦与我自己（有时甚至是梦中的其他人）的现实生活有什么关系。

通过观察和交谈，我发现对梦感兴趣的还真 是大有人在，只是由于对梦的研究还存在着手段上的局限、方法上的差别及研究角度的不同，对梦的解析仍然没有统一的结论，而且似乎还没有一个人能百分之百地说：“我拿到了打开梦境那神秘之门的万能钥匙。”当我读了精神分析法的创始人、奥地利著名医生兼心理学家弗洛伊德的享誉世界的巨著《梦的解析》之后，更促使我自己站在更现实的角度，对梦作一些尝试性的研究。

不言而喻，弗洛伊德创立精神分析法和他的《梦的解析》的出版，都具有划时代的意义，以致有人将此书称为一本改变世界的书。以往对梦的研究和论述之作，大多是站在医学或心理学的角度，写给学者们看的。人人都做过梦，但

站在一个“普通做梦人”的角度写一本给“普通做梦人”看的书却如凤毛麟角，少得可怜。换句话说，即研究之作多，普及之作少。

现在，国内的图书市场上可以见到为数不多的释梦的书，大多是从国外著作翻译过来的或是由港台著作翻印而来的，《析梦辞典》和《一万个梦的解释》便是其中的两本。我见到这两本书时，我的这本小册子即将脱稿，但我还是饶有兴趣地翻阅了这两本书。我发现，这两本释梦的书，皆是采用的所谓“符号释梦法”，即是套一个“梦见××，象征或预兆××”的公式。这种“符号释梦法”可能是建立在一种统计的基础上的（不敢肯定），编写者亦称其在“科学与荒谬之间徘徊”。很明显，这种释梦法存在着极大的缺陷，因为不同的人梦见同一种东西，意义是不同的，有时甚至毫无意义，只是一个梦而已。而这一类的书，对同一“符号”——梦见的同一事物，有着完全不同的解释，令人无所适从。《析梦辞典》的编者也说：“做梦的读者如果企图对照辞典作些验证，最好当作茶余酒后的一桩消遣娱乐，万不可当真‘进入角色’，自寻烦恼或自得其乐。”

由此可见，弗洛伊德等人的各种著作是深奥而不易懂的；“符号释梦法”极其简单明了，象查字典一样，一查便知结果，却又不尽科学。这样看来，编写一本普及性的能帮助读者分析梦的书实属必要，这便是我当初要写《千奇百怪的梦》这本书的宗旨。

梦伴随着人的一生，自从有人类文明以来，多少人企图解

析梦。释梦（亦称圆梦）并非易事，要写一本释梦的书，难度就更大了。为此，我除了认真阅读手头仅有的一本参考书以外，即除了读弗洛伊德的《梦的解析》之外，开展了较为广泛的调查，寻问亲朋同事之梦，并寻求梦者自己对这个梦的看法。我不是心理学家，但我是医学院毕业，又曾在医院临床行医14年之久的医生，学起心理学来还不算十分吃力。另外，我还走访了一些心理学工作者及精神病医师，向他们请教。所有这些，对本书得以顺利完成都是十分重要的。

为了丰富本书的内容，使其涉及的面更广，我邀请了赵涛同志和赵过渡同志一起撰写。正是赵涛同志首先向我推荐读《梦的解析》这本书的，他还收集了有关梦的资料。赵过渡任教于中山大学，业余研究亦涉足梦的领域。我们的合作有利于更全面地研究探索梦的奥秘。

本书共分四部分。前两部分分别为“人为什么会做梦”和“梦的作用”，以科学为依据，用通俗的语言，从理论上将梦的基本知识简明地介绍给读者。

本书的第三部分为全书的重点，我们将大部分的笔墨泼在这一部分，通过对各式各样的比较典型的梦的分析，为读者指出各种各样释梦的思路。读者在读完这一部分后，在分析梦的时候，便知道从何处着手了。同时，在分析各式各样的梦的同时，将各种有关释梦的理论融合进去。也即是用简单的实例（有时是几个，有时比较复杂）说明复杂的释梦理论，使读者便于理解。

第四部分为圆梦。为了让读者对“圆梦”有所了解，我

们用不多的文字，特地写了这一部分。其中也讲了“符号释梦法”，虽然其不尽科学，但是，如果能通过读者的验证，辨明其中合理的或荒谬的成分，那么，对于释梦理论的科学化也就不无贡献了。另外，在这部分后面，我们还附了一些较符合我国情态的“符号释梦法”的词条，虽不多，可使读者了解“符号释梦法”之一斑。为什么要说较符合我国情态呢？因为不少有关“符号释梦法”书籍的作者是西方人，他们的经验以及搜集的对梦的解释，明显有西方世界的色彩、情绪和愿望，许多东西与我们是完全不同、甚至格格不入的。

精神分析鼻祖弗洛伊德曾说过：“天下有三种事情是无论你怎样努力均无法做到完善至美的，第一是‘为人父母’，第二是‘执掌政权’，第三便是‘精神分析’。”可见，要非常合理地分析出每一个梦，并不是一件易事，希望读者能不吝赐教，指出书中不足之处，以便进一步探索、完善科学的释梦学说。

在本书的撰写过程中，得到不少亲朋同事的帮助，在此一并致谢。

赵怀庆

1989·6 于郑州

目 录

前言.....	(1)
一·人为什么会做梦.....	(1)
二·梦的作用.....	(6)
三·说梦.....	(13)
• 救命的梦.....	(13)
• 飞天的梦.....	(19)
• 梦见母牛.....	(25)
• 梦见死人.....	(30)
• 考试的梦.....	(36)
• 恐惧的梦.....	(39)
• 应激的梦.....	(45)
• 转胎人之梦.....	(51)
• 梦游.....	(55)
• 说梦话.....	(59)
• 白日梦.....	(63)
• 性梦 (梦遗与梦交)	(67)
• 白日梦与性幻想.....	(73)
• 赤身裸体的梦.....	(80)

• 掉牙齿的梦.....	(87)
• 令你成功的梦.....	(91)
• 发明创造的梦.....	(94)
• 梦的安慰.....	(104)
• 临终前的梦幻.....	(111)
• 梦中梦.....	(118)
• 荒诞的梦.....	(126)
• 预示的梦.....	(135)
• 回忆的梦.....	(147)
• 梦的遗忘.....	(156)
• 焦虑的梦.....	(165)
• 梦的思维.....	(173)
• 困惑的梦.....	(180)
• 其他与动物有关的梦.....	(186)
• 梦的控制.....	(193)
• 学会做好梦.....	(198)
四 • 圆梦.....	(201)
• 现代西方的“符号释梦法”.....	(202)
• 了解一个人的近况.....	(205)
• 梦所象征的意义之例举.....	(206)
• 中国传统“符号释梦法”.....	(212)
• 中国传统“符号释梦”举要.....	(214)

一、人为什么会做梦

所谓梦，就是人在睡眠之中，部分脑组织活动的精神现象。所以，要知道做梦是怎么回事，就必须先弄明白睡眠是怎么回事。

“睡眠”，人人皆知，从旷世奇才到愚人呆子都知道，就是睡觉。其实，对于睡眠，并不是每一个人既知其然又知其所以然的。

觉醒与睡眠是两个对立的生理状态，也是生命活动所必需的生理过程，二者相互联系，相互转化。人只有在觉醒状态下才能进行各种活动（梦游是个特殊的例外），而觉醒必然要转化为睡眠，才能使精力和体力得到恢复，更好地维持觉醒状态。

无论你愿意与否，在人的一生中，大约有 $1/3$ 的时间都在睡眠中度过。如果一个人活到90岁，可以说他睡了30年的觉。这种“似是而非”的计算，会使有些人感到睡觉是个惊人的浪费。这只是说说而已，其实睡眠在人的生活的位置并不比吃饭次要，人不吃饭会饿死，人不睡觉，恐怕会被

“困”死吧。

睡眠对机体是非常重要的，良好的睡眠可以使人体获得充沛的精力和体力，以利于生活、学习和工作。在睡眠过程中，生长激素的分泌增多（这一点对少年儿童更为重要）。睡眠可以促进核蛋白的合成，也与大脑的记忆的贮存功能有关。

一个人每天所需的睡眠时间，随年龄、体质和工作情况而异。成人每天约需睡眠7~9小时；小孩的睡眠时间比成人长，新生儿约需18~20小时，儿童约需12~14小时；老年人的睡眠时间较短，只需5~7小时。睡眠是机体的一种本能的需要，盲目地减少或延长睡眠时间对机体都是不利的，过长或过短的睡眠都是危及人们身体健康的主要因素。

然而，睡眠的效果并不完全取决于睡眠时间的长短，主要是取决于睡眠的深度。一般来说，短时间的深睡比长时间的浅睡效果要好。

应该说，人在睡眠之前，总有许多“暗示现象”。我们的眼球开始作圆周式转动，渐渐失去聚集能力，虽然眼睛还睁着，但常常出现瞬间的“双目失明”。支撑身体的各种肌肉，则进入了不协调状态，使得整个身体渐渐失去平衡，摇摇欲坠。这时如果倒在床上，将很快地进入睡眠的状态。

开始，睡眠是不牢固的，外界的各种刺激，如声音、光线、气味等都可能使人醒来，这时的状态被称为第一度睡眠。大约半小时以后，才过渡到第二度、第三度睡眠，而后则进入比较深沉的第四度睡眠。此时心率降低，全身的括约肌紧

紧地收缩起来，于是此时不会有排大、小便和分泌唾液等现象。

当睡眠超过了第四度时，大脑皮层即进入了一个新阶段。这时大脑的血流量突然增加，脑细胞活力增强。白天的活动在大脑皮质所遗留下来的印象，以及睡眠中来自体内或体外的刺激，传递到大脑皮质（此时我们的一对眼球在眼皮下不停地、不规则地转动），一部分脑细胞，打个不太恰当的比喻，即“值夜班”的脑细胞活动起来，使我们常常看见许多奇怪的画面，有形、有声、有色、有各种活动，甚至自己也参与了那些不可思议的事件。这便是我们常说的进入了“梦”的境界。也就是说，一部分兴奋着的大脑皮层细胞在内外环境的影响下的活动，产生了梦。梦中所反映的大都是在清醒时的意识或自己感觉不到的潜意识，只不过又通过大脑中兴奋的那部分脑细胞的加工、复制，曲折地表现出来罢了。我国格言所谓的“日有所思，夜有所梦”，揭示的正是这个道理。

科学家告诉我们，做梦有特定的节律性，大约每90~150分钟出现一次梦，每次持续十来分钟。做梦时的睡眠叫有梦睡眠，也叫快波睡眠、异相睡眠、快速动眼睡眠。不做梦时的睡眠叫无梦睡眠，也叫慢波睡眠、同步睡眠、非快动眼睡眠。

在整个睡眠过程中，两种睡眠互相交替。一般说来，睡眠开始时，首先进入慢波睡眠，然后转入快波睡眠，这两种睡眠各持续约80~120分钟和20~30分钟，又转入慢波睡眠。

整个睡眠过程如此交替 4~5 次，也就是说，你一个晚上大约要做 4~5 个梦。人们有时从快波睡眠期醒来，有时从慢波睡眠期醒来。如果从快波睡眠期醒来，那么大多数人都能记得做了什么梦，梦境有时朦朦胧胧，有时却历历在目。如果从慢波睡眠期醒来，那么对梦中的事就毫无记忆，于是你就根本不知道你做过梦。可见梦是人人都做的，而且每晚睡觉都做，只不过是醒来时所处的睡眠阶段不同，有的有记忆，有的无记忆罢了。

正常情况下，人们在快波睡眠期和慢波睡眠期都可被唤醒；但觉醒状态只能转入慢波睡眠，而不能直接转入快波睡眠。爱在清早睡回头觉的人，一般都有这个体会，哪怕只有 10 分钟的回头觉，也会做梦。在这种情况下，可能是慢波睡眠期大大缩短了之故。

有梦睡眠的一个明显特征就是快速动眼，故有人把快速动眼作为梦活动的标志。好奇的读者，当你发现你熟睡的伙伴快速动眼时，你把他（她）唤醒，他（她）一定会告诉你一个离奇而不可思议的故事。

有记录的最长的梦是 2 小时 23 分钟。1967 年 2 月 15 日，美国芝加哥伊利诺斯大学心理学系对贝尔·卡斯克顿进行测试时记录了上面的数据。这时，卡斯克顿的睡眠受到了打扰。如果他的梦不遗忘的话，全部记录下来，再经过加工整理，可以编成一本神奇的书。

新近的研究，对以上的观点又进行了修订，认为在慢波睡眠时亦会做梦，这种梦多为“思维性”的，而且这个时期

(慢波睡眠期)做的梦所迸发的灵感，与文学创作、科学发明发现有关。关于这一点，将在后面《发明创造的梦》一节中作较详细的介绍。

二、梦的作用

现在，我们弄明白了做梦是怎么回事了，而且人人都做过梦，人人都有梦的体验。唐代大诗人李白曾抒发过“天生我才必有用”的感叹，在这里，我想将这句千古传诵的诗句借用一下：既然自然界存在着做梦这种现象，那这种现象必定有它的用处。

梦伴随着人的一生，自从有人类文明以来，多少智者企图解析梦。原始民族视“梦”为“神谕”，他们甚至认为“梦”比自己白天的感受更可信。在有的地方，如果我“梦见我拥有了你的土地”，那你的土地就得归我所有，你就得拱手相让。而在另外的地方，如果一个人“梦见他和别人的太太性交”，那他就犯了“万恶淫为首”的通奸罪。如果“梦见自己偷了东西”，那就是犯了“该砍掉手指”的盗窃罪。

在科学如此发达的今天，相信梦是神的暗示或灵魂出游的人，恐怕已很少了。早在2000多年前，印度学者就视梦为“一种肉体内在障碍的表现”。印度的外科文献曾这样写道：“一个人屡次梦见自己被大鱼吞下或由山峰跌下，往往暗示着这

个人身体器官内有某种病变正在进行。”这种论断虽有过于绝对之嫌，但现代医学证明，这种对梦的分析是有道理的。

有一位科学家曾经对两万个梦进行过分析，发现恶梦的内容与疾病的性质和部位有着某种关联。他将梦分为正常生理性与异常病理性两类。例如，高血压动脉硬化病人多梦且多恶梦，这与大脑供血不均匀有关；心脏病患者，常梦到从高空摔下来，这与心律不齐有关；肺病患者常梦见被装进笼子里，喘不过气来；肾脏病患者常梦到腰部被人踢了一脚。也有人统计表明：冠状动脉血流不畅的患者，容易梦见被追赶，甚至在梦中惊叫不已；心脏病病人常梦见从高处跌下，因而惊醒后还伴有心慌、心跳加速的感觉；肺炎、胸膜炎、肺结核等患者，多梦见胸部受压，身负千斤重担远行；发烧病人，常梦见腾空飞行，大火烧身，与怪兽搏斗；生命垂危的病人，多梦见与死亡有关的人和事或已故的亲友。甚至有人认为，梦不仅能预示疾病（指异常病理性的梦而言），而且梦的发生时间，常与该病的潜伏期长短相一致。所以，作为一个高明的医生，往往为了诊疗上的需要，常常耐心倾听病人关于他离奇古怪的梦境叙述。聪明的读者一定会提出疑问，为什么白天清醒时不能明显觉察出来，偏偏晚上在梦里呈现出这些“不祥的预兆”呢？这是因为白天大量的刺激信号传入大脑，人体内轻微的病理信息就显得微不足道而被掩盖了。人入睡后，这种微弱信息形成刺激信号不断传入大脑，构成梦浮意寄于梦境之中。还有一位科学家对4000个梦进行分析，经过统计学处理认为：黄疸病人在1个月前，肺结

核病人在2个月前，高血压病人在3个月到1年前，即可有病理性的异常恶梦。由此看来，反复做同样的恶梦，在医学上有一定的诊断价值——提供信息。更有人认为，做梦时来自骨髓和淋巴结的保护性物质会大量产生，而这些物质都具有防御疾病的功能。儿童做梦，可以促进神经系统发育；青少年做梦，有助于思维能力和聪明才智的发展。

我国古代的医学家们，对梦与疾病的关系也有许多论述。我国最早的著名医书《黄帝内经·灵枢篇》中，就有这样的记载：“正邪从外袭内，而未定舍，反淫于藏，不得定处，与营卫俱行，而与魂魄飞扬，使人卧不得安而喜梦。”意思是说，做梦与人体五脏正气不足有关。古人认为，凡风、寒、暑、湿、燥、火六种邪气侵入人体，引起阴阳营卫失调，使人夜卧不安，因而做梦。并且指出，邪气如果侵犯于心，则梦见丘山烟火；侵犯于肺，则梦见飞扬、金铁之奇物；侵犯于肝，则梦见山林树木；侵犯于脾，则梦见丘陵、大泽、坏屋、风雨；侵犯于肾，则梦临深渊，设居水中等等。这些都是由于脏气虚，导致外邪淫内，引起阴阳失调的缘故。

当然，做这种异常病理性恶梦也并没有什么可怕，它可为我们提供有病早治、无病早防的参考证据。更何况，这里需要说明的是，做恶梦并不一定意味着就会患病（关于梦的分析见后面的章节），因为还有一种梦是正常生理性的梦，这其中也包含有恶梦。特别是正在生长发育的儿童做恶梦是正常的现象。尤其是6岁以下的儿童最容易做恶梦。儿童的恶梦往往是由于睡觉的姿势不对，例如，趴着睡或是仰卧时