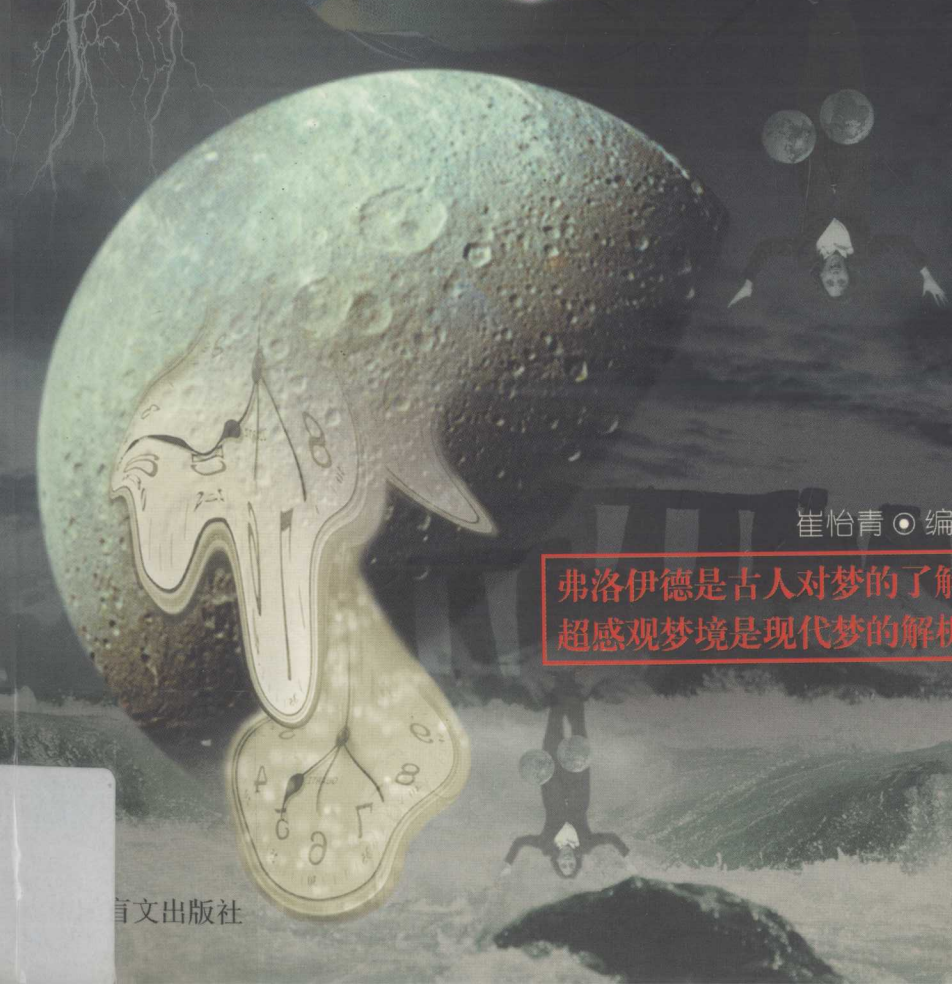


心理分析专家特别推荐

生命和梦幻之间的真实关系

超感官梦境



崔怡青 ● 编

弗洛伊德是古人对梦的了解
超感官梦境是现代梦的解析

盲文出版社

超感官梦境

崔怡青 著

中国盲文出版社

图书在版编目(CIP)数据

超感官梦境/崔怡青著. —北京:中国盲文出版社, 1999

ISBN 7-5002-1234-8

I. 超… II. 崔… III. 梦—研究 IV. B845.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 08201 号

超感官梦境

编 著:崔怡青

出版发行:中国盲文出版社

社 址:北京市丰台区卢沟桥城内街 39 号

邮政编码:100072

电 话:(010)83891765 83893585

印 刷:中国文联出版社印刷厂

经 销:新华书店

开 本:850×1168 1/32

字 数:265 千字

印 张:13

版 次:2003 年 7 月第 2 版

书 号:ISBN 7-5002-1234-8/C·2

定 价:24.80

此书盲文版同时出版

盲人读者可免费借阅

版权所有 侵权必究

印装错误可随时退换

前言

睡梦中我们活在另一个世界

不同的梦伴随我们走过不同的人生

你曾经做过恶梦吧！

蒙面男子拿着刀，朝你快速追来；如果被追到，就会被杀，可以说必死无疑。你怎么也逃不掉，然而就在刀子要刺进的一刹那，你醒了……醒过来之后，心还怦怦地跳，惊魂未定。可在这个节骨眼儿醒来的人，还算十分幸运的。有的人被那男子追到，手臂被反扭过去，一刀刺下，血一滴滴地滴到地面，梦还不结束，还持续着……等到自己被杀死了，才惊醒过来。目睹杀人现场，而且是自己被杀，一时间，心情当然恶劣到极点。

但是，死了的自己醒了过来，发觉自己还活着，生死的局面突然反转过来，回想梦中的情景，不禁对还活着的自己松了一口气，庆幸还好只是做梦！

无论如何这都是个恐怖的梦，恐怖得没有人想做。但是人们做的大部分梦都是这种“被追赶的梦”。

手上正拿着这本书的人或许会担心：做这种被追、被杀的梦，是不是表示自己很奇怪、很异常或者会有什么不好的事情发生。其实做这种梦是十分普通的事。

我们常常说“好像在做梦一样”，这里的梦指的是很罗曼蒂克、很成功的好梦。但实际上，人们平常所做的梦里面，恐怖的梦、困扰的梦、心情不好的梦、不可思议的梦都比幸福的梦来得多，而且那些恶梦留下的印象也比较持久。

有个电视节目曾分析过一位年轻演员的梦。这个演员在叙述梦境时，印象最深的部分，就是他一直在被追赶。讲到一半，有人提议说：“不要再说这种被追赶的梦了。”可见被追赶的梦十分普遍，普遍到有人不想再听了。

人一旦做了恐怖的梦，也许会担心这是不是什么坏事的前兆。请放心，在梦中被杀，这绝不是预知的梦。恐怖的梦并非凶梦。被杀的梦对成长来说，是很重要的梦，甚至说是好梦。恐怖的梦怎么会是重要的梦？事实上，被追赶的梦和心灵的成长之间有很密切的关系。在梦里面，那个在追赶你、要杀了你的人，其实是另一个你。这样说也许使你感到很奇怪，正确一点的说法是，那是你的另一个心灵。

我们非常了解自己是怎样一个人，有怎样的心思。自己虽然很优秀，但有时候也会有点胆怯，某些时候还会有一点点因为俗望不张而产生的懦弱。自己以为十分了解自己，但其实那只是一小部分的自己而已！

所谓发现现在的自己，也只是意识当中的自己而已，这在

心理学上称为自我。当然,现今心理的中心是自我,但是在心理学上,我们所要探测的心灵,比现在这层自我要更加深刻。

画一个三角形在斜线上标出 1、2、3,然后确定这个三角形图形的上层是“意识”,是指此刻思考着的心,称为“前意识”即指如果加以思考的话,所思考出的自己。到此为止,是平常我们自己的心灵能够感受到的部分。但是,在此之下,有数十倍、数百倍的空间存在,那是无意识的心灵。

无意识的心灵无论如何去思考、如何去想像,仍旧是不容易意识到的。因为意识不到,就容易以为没有,即所谓无意识,这是不对的。它是存在的,但对自我来说,它并不合适,所以被压抑着。

它被压抑在内心深处,并且被封闭起来,所以平常人们无法发现它。它存在的证据是,当压抑的力量薄弱时,这个无意识的心灵就会来到有意识的世界。夜里睡觉时,自我压抑力量较弱,无意识的心灵便容易浮上意识层面。这正表现在梦里,所以梦是平常自己压抑着的你的另一面。

平常优雅乖巧的女孩子,有时候也会生气,想要发脾气,但是如果真的在公司或学校这么做的话,以前给人家的温和文雅的印象,就消失殆尽了。既然不能发泄,就只好压抑着。这时候想要发泄的想法,就会在梦里爆发出来,像变身的狼一样,疯狂的攻击……这种梦是在发泄平日的愤怒。像这样,解除日常的不满,正是梦的功能之一。

梦甚至有更大的功能和意义,即意味着人的不断成长和再生。这是同为自己的另一个人(心)的典型表现,前面说追赶你的人是另一个自己,就是这个意思。梦中的追杀,就是另

一个自己要杀现实中的自己。总而言之，就是对目前的自己不满意，要自己脱胎换骨。梦里被杀是很恐怖的；死而复生，意味着新自我的诞生。年轻人需要成长，有必要追寻新的自我。所以，年轻人比较容易做被杀和死亡的梦，这种梦有再生的意义。

如果你的梦是女性被男性追逐，就永远不要逃避男性关系，正面面对他，这是另一个自我成长的关键。逃避是无法解决问题的，会徒然使自己不能成为成熟的人，这是忠告。

有些女性好几次梦到被不认识的男性追赶，从梦里醒来，已精疲力尽，厌烦极了，可能会害怕回到床上去睡。做这样的梦，正显示出另一个自我相当着急。虽然现实中的自己并没有发觉，但处于无意识世界的自己，却判断现在的自己非改变不可了。

睡觉前可以想一想，如果这次梦中又被追赶，是不是不要逃避了，可以停下来看一看，如果这个人还不错，说不定可以从敌人变成朋友。不可思议的是，不会再做被追赶的梦了，而且梦的情境也变了。

当然不只是在梦里有所改变，在现实生活中，面对男性，也要改变以往的态度才行。在梦里能正面地应对，在现实中应也可以顺利地应对。梦和现实相互促进，使我们不断成长，这是梦最大的功用。

这样思考就可以认识到梦的重要性。如果认为梦没什么大不了的话，就错过了一个自我成长的机会。所以，一定要好好地面对梦，只是觉得梦很恐怖、很可怕，是无法了解自己的另一面的，也无法自我成长。

当你为了多了解一些梦的知识而去翻一些分析梦的书时,你也许会发现:有的艰涩难懂、又缺乏让人相信的理由;有的连古代的神话都出笼了,而且充满“之、乎、者、也”,很难一目了然;有的满篇批判文字,根本不知意在何处,真让人有点莫名其妙。

因此,有这样一本能让人轻松地了解梦的知识的书,是很必要的。书中既有梦的情境,又有心理分析;既阐明梦的生理暗示和象征意义,又绝不是占卦;既内容丰富、知识性强,又生动有趣、不乏味。

心理分析有助于帮助自我成长,透过梦让自己拥有更丰富、更深刻的内心世界,梦中的自己和现实中的自己共同努力,使自己迈向更高点。解梦决不单是“猜梦”而已!

谈自我成长,或许有些故弄玄虚,但是了解自己内在的可能性及多面性,跟至今还不很了解的自己交往,会使人生多出二十倍、三十倍的快乐!

无意识的愿望被掩饰起来, 为的是让意识能够接受它们

从古代开始,人类就对梦的起因以及产生过程发生过疑问。那时对于梦的解释具有魔术和宗教的意味,这在巴比伦文化、《圣经》和古希腊文化中,都能找到证据。由于文化背景的差异,各民族对梦的看法也不相同:因纽特人相信,在睡眠时人的灵魂离开躯体到一个梦幻世界中去;圭亚那的马库齐印第安部族相信,梦与现实一样真实;易洛魁印第安人认为,

醒后必须尽快重演梦中的事件。梦可预卜是一种古老且流传甚广的信仰：从埃及十二王朝切斯特·贝蒂的纸草文书到《伊利亚特》、《旧约》均有梦具有预卜和启示功能的记载，而释梦常常是僧侣、长者或巫医的专职；在中国，相传黄帝轩辕氏曾著有《占梦经》11卷，《周礼·春官》中有关于专司占梦之事的官的记载。在古希腊，对梦的探讨甚至变成了哲学研究课题。柏拉图作为古希腊最伟大的哲学家之一，曾论述过梦和无意识（尽管他没有使用这个词汇）；亚里士多德曾写过一篇较短的论文，称梦是“在睡眠中出现的一种形象”，认为梦是从客观外界事物得来的感觉印象在体内的滞留和盘桓，但常因与障碍冲突而组合得支离破碎。19世纪中期，法国医师埃·莫里研究了3000多例梦的叙述后，断定梦是由外界刺激所引起的。

如果说，拉丁诗人奥拉齐奥认为有预兆的梦是在后半夜做的话，那么，对于生活在2世纪的古希腊作家阿尔特米多卢斯^①来说，解释梦成了一种职业，成了一种与民间解释很不相同的自然科学。同样，阿拉伯人对梦的信息也很重视，即使在今天，当他们想做出具有启示意义的梦时，他们仍要去清真寺附近睡觉。

直至本世纪初的1900年，由于出版了精神分析创始人西格蒙德·佛洛伊德（1856年—1939年）的著作——《梦的解析》，才使人们能够从真正科学的意义上来谈论梦。在佛洛伊德之前，一场梦局限在表面意义上的解释，就像看一场电影一

① 最著名的释梦书《评梦》的作者

样。而弗洛伊德则把梦看成是一种对无意识愿望的满足；—这个无意识被掩饰起来，为的是让它变得能够被意识所接受。因此，它表现出来的并非是一种真实的内容，而是具有潜隐意义的内容，这潜隐的内容可以通过分析研究来发现。梦的潜隐内容与一个人的压抑情绪相符，因为它与不可接受的愿望（特别是性方面的）有关联。

弗洛伊德的学生和合作伙伴荣格（1875 年—1961 年）提出了不同的理论，从此诞生了无意识分析心理学或心理学。对荣格来说，与个人的无意识并存的还有一种集体无意识，它是由属于整个人类的概念组成的。因此，梦不仅仅是人与人之间冲突的反映，而且还是集体无意识的表现。1930 年左右，由于脑电图的普及，人们开始了对梦神经生理学基础的研究，由此发现了梦的 REM^① 阶段，这样一来，就可以在心理分析的基础上，再加上生物学和神经生理学的分析，这也许使解梦变得更为，但仍不乏引人入胜的趣味。

通过学习睡眠生理学，我们了解到，人一个晚上大概会做 3~5 次梦。处于所谓的边缘睡眠时，人的眼睛会一眨一眨地动，这时正是在做梦。边缘睡眠一晚有 3~5 次，所以一晚只会做这些梦。对梦不关心的人，起床就忘了自己做梦。

有多少科学家的灵感是在睡梦中诞生的

诺贝尔物理奖获得者、存在介子^②这一假想理论的创立

① REM 是睡眠活动的一个关键阶段，REM 来源于 3 个英文单词的编写：rapid eye movement，意为快速眼动。

② 一种新型的亚原子粒子

者场川秀树,每当上床睡觉时总是在枕头底下放上一支笔和一个笔记本,为的是将半睡半醒阶段可能产生的灵感随手记录下来。19世纪德国化学家弗理德里希·克库勒,假设了苯的六边形环状化学结构,这是他发展了在睡梦中获得的启示——他梦见一条衔着自己尾巴的蛇。

类似的事例表明,灵感可能通过做梦表现出来。人的大脑左、右两部分的功能略有不同,一般地说,大脑的左半球在理解语言和理论方面强一些,而其右半球则是在感知视觉信息方面更为突出。我们能“看见”梦的形象这一事实意味着,当我们做梦时,是大脑的右半球在工作。因此,灵感与其说是在清醒时运用大脑的左半球进行理论思考的结果,还不如说是来自做梦时大脑右半球对视觉形象的感悟。

日本的神经科医生大隈拜雄在研究了一个大学生过年做的梦之后,认定视觉梦占96%,听觉梦占25%,运动的梦占19%,有味觉的梦占2%,有触觉的梦占1%。在同一场梦中,可以有很多类型的感觉。

为什么视觉梦占主导地位?梦是因信号对大脑的刺激而产生的。这种信号叫做“带刺激的波”,是由大脑神经干的“桥”发射出来的。信号在整个大脑中传播,但是通常最容易做出反应的是大脑细胞。因为,要了解我们周围的世界,我们主要是利用视觉,因此,我们首先体验的也是视觉梦。

日常生活中与我们相伴的十二种梦

1. 带视觉形象的梦:起源于大脑右半球的顶骨中枢。在这里,它接收视觉信息,分辨并理解诸如“在哪儿”和“是什么”

的信息。浮现在梦中的形象常常是鲜明的,但内容却是支离破碎的、不连贯的。

2. 有音乐的梦:诞生在大脑右半球的听觉中枢,它控制着对音乐的理解。

3. 忆往昔的梦:在大脑右半球的颞中枢形成,这一中枢负责视觉回忆。如果用电刺激这个部分,对过去的回忆就会像万花筒一样地急速旋转起来。

4. 运动的梦:诞生在运动中枢,指使身体的肌肉进行运动的命令就是从这里发出来的。

5. 带表面感觉的梦

6. 带味觉的梦

7. 性事方面的梦:在身体的感觉中枢形成,是这个区域对从皮肤或关节所接受到的触觉、疼痛和其他感觉产生的反应。

8. 能听到谈话的梦:产生于大脑左半球的听觉中心,它主管对讲话和声音的理解。

9. 能嗅到气味的梦:形成于负责嗅觉的嗅觉中枢。制定新型香水配方的研究人员声称,他们经常做带有味觉的梦。

10. 带感情色彩的梦:产生于大脑中的海马,即大脑中控制情绪和本能动作的那个部分,使我们愉快或让我们感到悲伤的梦就来源于这里。

11. 眼睛运动的梦:这是前额运动中枢,它让眼睛朝着视野中确定的点转动。REM 睡眠的眼球运动追逐着在大脑内部展现的梦的情景,但是,这并不意味着,形象被投射到了视网膜上。随着大脑活动的转移,眼球最后也会自动地移动

了。

12. 在睡眠中讲话的梦:是一种叫我洛卡的语言中枢的反应,它位于大脑的左半球,主管语言的产生。

目 录

前言：睡梦中我们活在另一个世界

第一部 梦象与心理分析

杂乱无章不可思议的梦

- | | |
|----------------------|------|
| 1. 何时何地见过这个人 | (2) |
| 2. 在梦中听到控电铃的声音 | (3) |
| 3. 月台的离别 | (5) |
| 4. 床垫被雨淋湿了 | (7) |
| 5. 不可思议的结婚典礼 | (8) |
| 6. 附了钻石戒指的信 | (10) |
| 7. 找不到衣服 | (11) |
| 8. 和家人走失的我 | (13) |
| 9. 仓库里神秘阳生的人物 | (14) |
| 10. 在寺庙看到最美的朝阳 | (16) |

目
录
↑

11. 乘豪华客轮旅行到的地方却是 (17)
12. 寻找被抓捕的爱犬 (19)
13. 出口被塞住的洞穴 (20)
14. 做拔牙的梦 (21)
15. 牙齿一颗一颗地拔掉了 (23)

梦中最为精彩的人生

1. 天使围绕着幸福的两个人 (25)
2. 恋人般的老师与我 (27)
3. 音乐家的求婚 (28)
4. 谜一般的恋情告白 (30)
5. 我正在编织婴儿裤子 (31)
6. 没感觉到痛苦就生出了婴儿 (33)
7. 抱着婴儿的我 (34)
8. 悠闲地乘坐电车 (36)
9. 心情很好地在天空飞 (37)
10. 美丽女神与湖泊 (39)
11. 演唱电影主题曲 (40)
12. 孩提时代令人怀念的风景 (42)
13. 决定公司之花的抽签 (44)

不做亏心事却恶梦缠身

1. 我是杀人犯 (46)
2. 重复做杀人的梦 (47)
3. 被手枪击中 (49)

4. 以前的同学拿着刀追赶过来	(50)
5. 被黑衣男子拼命追赶	(51)
6. 机器人追赶过来	(53)
7. 被魔鬼杀害	(54)
8. 恐怖的吊桥	(56)
9. 窗户玻璃一块块的破裂	(58)
10. 拨弄被烟火烧焦的脚	(59)
11. 我家烧起来了	(60)
12. 蝉变成苗条的青年	(62)
13. 棉被里有一条蛇	(63)
14. 遇到一条黄金蛇	(65)

男女之情最为激烈的梦

1. 被父亲溺爱的我	(67)
2. 我做了好几次性交之梦	(69)
3. 朋友和别人发生住行为	(71)
4. 袭击女性的凶犬	(73)
5. 黑衣女子间的暧昧关系	(74)
6. 讨厌那些不排队的人	(76)
7. 下车之后发现没有穿裙子	(78)
8. 和公司的前辈大吵一架	(79)
9. 写着戒名与命日的明信片	(80)
10. 我被通缉	(82)
11. 昔日男友死在我怀里	(83)
12. 坐救护车找母亲	(84)

13. 恐怖分子闯入建筑物引爆····· (86)
14. 跟死去的祖父撒娇····· (87)
15. 活捉长毛象····· (89)

古怪和奇妙的梦常伴左右

1. 使劲搓洗手帕的我····· (91)
2. 把警官推下去····· (92)
3. 被小女孩戏弄····· (94)
4. 奇妙的淋浴····· (95)
5. 一点都不恐怖的小偷····· (97)
6. 所有东西都被小偷偷走了····· (98)
7. 被白色小猫欺负····· (100)
8. 被猫咬醒····· (101)
9. 在高速公路无照驾车····· (103)
10. 我是明星超速列车的领队····· (104)
11. 推着很重的行李上坡道····· (106)
12. 公司考试时看别人的答案····· (107)
13. 毕业典礼当天丢掉毕业证书····· (109)
14. 算术的试卷无法解决····· (110)
15. 奇怪的电话声音····· (111)

新梦之日却每晚悲哀

1. 悲哀的葬礼····· (113)
2. 为母亲的死而悲伤····· (115)
3. 我不想遗失东西····· (116)