

周公解梦書



南宮一著

海南人民出版社

周公解梦书

——中国古代实用释梦本

南宫一

中国古代实用释梦术

南宫一著

* * * *

海南人民出版社出版发行

国营三五〇四印刷厂印刷

新华书店经销

787×1092毫米 32开本 8印张 200千字

1994年10月第一版 1994年10月第一次印刷

印数：1—15000册

* * * *

ISBN7—80587-128-3/G·158

定 价：5.80元

内容简介

此书是我国第一部系统、完整地运用现代研究手段对我国古代梦占古籍加以研究、整理而成的释梦、解梦著作。对梦兆、梦因、驱梦、占梦等方面作了深入细致的整理、研究。具有极高的史料价值和实用价值。



目 录

卷上： 释梦与祈梦

第一章 释梦小史

一、什么是梦	1
二、中国古代对梦因的探索	7
三、中国古代对梦的分类研究	11
四、中国古代占梦小史	12
五、中国古代释梦基本方法	23

第二章 祈梦与驱梦（恶梦）

一、怎样才能做一个好梦	33
二、如何避化恶梦	38
(1) 梦的控制	38
(2) 疾病与梦	42
(3) 正确对待恶梦	44
(4) 美梦器	44
(5) 中国古代的恶梦禁忌	45
(6) 避化恶梦符	46
(7) 驱逐恶梦咒	46
(8) 祈梦	49

卷下： 中国古代实用释梦精华

第一章 周公解梦

第一节、天地篇	52
第二节、自然篇	55
第三节、身体篇	59
第四节、穿着篇	61
第五节、刀剑钟鼓篇	63
第六节、神佛篇	65
第七节、城楼屋宇篇	66
第八节、门厕井厨篇	68
第九节、金银珠宝篇	71
第十节、镜梳篇	73
第十一节、床帐器物篇	74
第十二节、船车道桥篇	76
第十三节、饮食篇	79
第十四节、夫妻篇	81
第十五节、文书兵器篇	82
第十六节、欢乐死亡篇	84
第十七节、神鬼佛道篇	86
第十八节、杀打篇	87
第十九节、牢狱刑司篇	89
第二十节、五谷耕种篇	90
第二十一节、水火炭烛篇	91
第二十二节、污垢沐浴篇	93

第二十三节、禽兽篇	94
第二十四节、家畜篇	97
第二十五节、鱼虾昆虫篇	99

第二章 圆梦歌

第一节、身体篇	103
第二节、衣物篇	111
第三节、食物篇	119
第四节、人物篇	126
第五节、禽兽篇	133

第三章 敦煌解梦书

第一节、天文篇	152
第二节、地理篇	153
第三节、山林草木篇	155
第四节、水火盗贼篇	156
第五节、官禄兄弟篇	157
第六节、人身梳镜篇	158
第七节、饮食篇	159
第八节、佛道音乐篇	159
第九节、庄园田宅篇	160
第十节、衣服篇	161
第十一节、畜禽篇	162
第十二节、龙蛇篇	163
第十三节、刀剑弓弩篇	164
第十四节、夫妻花粉篇	165
第十五节、楼阁钱帛篇	166
第十六节、舟车轿谷篇	167

第十七节、死族胡老篇·····	168
第十八节、坟墓棺材篇·····	169
第十九节、十二支日篇·····	170
第二十节、十二时篇·····	171
第二十一节、建除满日篇·····	172
第二十二节、恶梦篇·····	174
第二十三节、懷梦篇·····	175

卷上：释梦与祈梦

第一章 释梦小史

一、什么是梦：

(1) 中国古代对梦的解释。我们生活在谜一般的世界里，但最大的谜却是人自身。在我们心灵和肉体之间，存在着众多的难解之谜，无数不可思议的奇迹就发生在我们的灵肉之间。

梦是其中一个最普遍但也是最神秘的谜，是谜中之谜。

中国古代哲人对梦发表过许多有价值的看法，其中凝聚着我们汉族祖先的智慧和精微目光。

在甲骨文中，“梦”字写成：



这是一个典型象形字，从字形字义上看是表示一个人睡在床上，用手指指着眼睛——意即目有所见。

这个意思（睡着以手指目、目有所见）很耐人寻味：睡眠之后，一般来源视赏功能已不起作用（尽管有人睁眼睡觉，

但视网膜上是没有图象的，即使有、图象信息也不能通过视觉神经传送到大脑），怎么属目有所见呢？

实际上我们的祖先在这里表达了另外一层含义：目有所见，并不是真的人入睡后还能目所见，而是指人入睡以后梦魂出游，目虽不能有所见，但梦魂却能有所见。《梦书》说：“梦者象也，精气动也，魂魄离身，神来经也。”

大哲人庄周是中国第一个论述梦的人。

《庄子·齐物论》：“其寝也魂交，其觉也形开。”寝指睡眠，魂交即梦；觉指清醒时的状态，形开指肉体感官对外物的接触。

庄子把人生分成两种状态：寝与觉。

这实际上是极其具有概括力的划分，人生尽管充满万千变化，经顺杂当，但说到底只不过是清醒与睡眠（梦）的循环往复而已，在时间上则与昼夜相对应（也有个别人因工作或习性，形成昼眠夜醒的生活习惯），古语说：

日出而作→觉

日入而息→寝

庄子还进一步指出，人生寝（梦）与觉的区分在有些时刻是不十分清晰的，在梦与觉之间，有时甚至找不到分水岭（庄子更多的是从他的人生虚无哲学的高度来谈论这个问题的）：

昔者庄周梦为蝴蝶，栩栩然蝴蝶也。

自喻适志与，不知周（庄周）也；俄然觉，则蓬蓬然周也。不知周之梦为蝴蝶与，蝴蝶之梦为周与？

庄子这种虚无主义梦幻观对国古代人的心灵生活产生了巨大影响，尤其是汉魏以降，佛教传入中土后，二者相辅以

行，梦幻人生的认识，更是深入人心。《金刚般若波罗密经·应化非真分》上说：“一切有为法、如梦、幻、泡、影，亦如电、应作如是观。”宋人王 云：“梦幻泡影，知既往之本无；地水风火，悟本来之不有。”苏东坡亦有“人生如梦”的浩叹。

荀子提出“心卧则梦，偷则自行，使之则谋”的认识。梦自行（幻想）和谋都属人的思维意识活动，但彼此有区别：梦与睡眠紧密相联可不受主体控制，而偷（幻想）则在清醒与睡眠之间均可驰骋（白日梦实际上也是一种幻想），但却受着意识的控制（使之则谋）。

墨子，说：“卧，知天知边。”又说：“梦，卧而以为然也。”

所谓“知无知”，第一个“知”（知，材边），是指人的知觉能力，第二个“知”（知，接边），是指知觉对外物的接触。知无知，即人入睡后知觉能力丧失知觉外物的能力、没有知觉活动，意识处于潜在状态（从科学角度看，人入睡后并没有完全丧失知觉能力）。

“卧而以为然”，亦即《说文解字》中所谓“梦寝而有觉”的意思，它指出了梦的虚幻性（以为然而未似然）。

宋代哲学家张载在《正蒙》一书中指出：

志，形开而志交诸处也；梦，形闭而气专手内也。所以知新于耳目，梦所以缘于习心。

张载继承了庄子的理论，把人生划分为“梦”（形闭、魂交）与“志”（志交诸外）两种状态，同时他以有志（志）和无志（梦）为标志来划分寢与梦：形开而志交诸外，强调人表醒时意识活动的自觉与目的性；形闭而气专于内，即清人王夫子所云：“气专于内而志隐，则神亦藏而不灵。”强调了人处于睡眠状态下意识的潜伏性质。 则志显（交于外），梦

则志隐（神藏），意识潜伏起来，因此梦境扑朔迷离。

寝有新知，梦为缘的，则准确指出了人在清醒与睡眠状态中对世界的认识和接触之区别。志交于外（寝），许多新事物和信息由耳目进入大脑，使我们不断扩大视听范围，增加新的内容，缘为于心（梦），梦时由于人的意识感官处于潜伏状态，因此梦中内容，一般只能来源于旧有的印象或经验、所谓日所思夜所梦，这具有朴素的唯物主义观点。

明末清初的哲学家和科学家方以智提出了著名的“醒制卧逸”学说，他在《炮在药庄·大宗师》中说：

“梦者，人智所现，醒时所制，如既终之马卧则逸去。然既经络过，即脱亦驯，其神不昧，反来告形。”

方以智认为梦也是人的一种意识活动，好比脱疆野马，不受人拘束，梦可以自由自在地活动，而且不加阻拦，所谓“昼伪遏蔽，夜吐其情。但尽管智虑意识在梦中失去控制，但最终仍不能摆脱主体控制，好比马一样，“即络络过，即脱亦驯。”

古希腊哲学家帝以马之疆络的关系来阐述梦、觉之间的区别，古罗马的奥古斯汀也发现：他自己在醒时所控制的各种欲念，在睡梦之中却纷至沓来。德国作家霍夫曼亦有“醒时心官如守关吏”、“游思逸想，眉禁出境”游比喻，这与方以智的学说（醒制卧逸）有异曲同工之妙。

（2）西主人对梦的解释。

对于梦，西方人通常把它解释为一种精神作用。

古典时期的柏拉图和亚里士多德都曾发表类似看法。柏拉图说：“梦是一种感情的产物。”亚里士多德说：“梦是一种持续到睡眠状态中的思想。”

劉岐

邪智為不善，善飲吊津水。

仙者昇仙，緣木上者，戲之。



醒制卧逸

“不如意的梦往往是忧郁症的症状。”

近代诸家的认识更近一步：

喻特曼(1842—1960)：人可借梦而追溯出自我的另一领域(潜意识)。

尼采(1844—1900)：梦是白天失却的快乐与美感的补偿。

格利辛格：梦的状态其实相当于疯狂的状态，因为两者均呈现智力的混乱，并且均以内在主观的反应投射于外在世界。

苏利斯(1859—1939)：梦使脱离道德上的自我约束，而看到自我感情生活的原形。

佛洛伊德(1856—1939)：梦是愿望的达成。

荣格(1875—1961)：梦是人压抑的个性及群体遗传的洪口。

阿德勒(1870—1937)：个人由四周的环境的不如意而导致自卑感，而可以在梦境中得到补偿，并由此而储备日常生活的能力，梦是生活的预演。

赫尔妮(1885—1952)：人并非只是被本能驱策而已，他是与周围环境有交互作用的，梦即用来表示驯造，断定生命的欲望。

(3) 科学对梦的解释。梦是人直入睡眠状态后，由于局部的大脑皮层尚没有完全停止兴奋活动，从而引起的一种头脑中的表象活动。

现代睡眠实验研究证明，每个人皆有梦，而且梦的数量相当固定。入睡后先在进入约九十分钟的慢波睡眠(非快速眼动睡眠)。然后出现第一阵快速眼动睡眠。持续五至十分钟，再转为九十分钟左右的非快速眼动睡眠，尔后又转为快速眼

动，后半夜临近觉醒的最后一次快速眼动可长达三十至五十分钟，一夜之间的快速眼动睡眠期总和在九十至一百二十分钟之间，快速眼动期即为做梦期，如果脑电图呈现快波眼动时将人唤醒，几乎所有的人都可清晰记住自己的梦。

人大凡在第一、二次眼动中所做的梦，其内容一般是日间经历的重现；在第三、四快速眼动睡眠中，为梦境常出现儿时或旧日情景；在第五时快速眼动睡梦中，时空交织，过去的和现在的物事混杂于一炉、梦境最为玄妙离奇。

二、中国古代对梦因的探索：

《世说新语·文学篇》中记载了一段卫阶与乐广的对话：

卫阶总角时（童子时）问乐广梦。乐云：是想。卫云：形神所不接而梦，定是想耶？

乐云：因也。未尝乘车入鼠穴，捣蕤啖铁杵，无想无因故也。

卫阶认为梦为精神独行所致（形神不接），乐广则提出反对：梦之所想心有所因（因依），人们之所以“未尝乘车入鼠穴、捣蕤啖铁杵”原因在于人们没有这样的经验（无此因）。

苏东坡《梦离铭》中指出：

人有牧羊的寝者，因羊而念马，因马而念车、因车而念盖，遂梦曲盖鼓吹，身为王公。夫牧羊之与王公亦远矣！想想所周，岂足怪乎！

东坡在此中解释了梦境离奇荒诞的一个主要原因：即人的幻想、联想能力在梦中的作用，比之乐广似又进了一层。乐广说：“人不能乘车入老鼠洞，所以便不会梦见乘车入老鼠洞。实际上乐广忽略了梦的自由无荒诞性：每个人都会梦见自身

从未经历或生活中不可能的物事，梦是对现实局限的一种弥补，是一种不可能的可能，因此虽不能真的乘车入鼠穴，但做一个乘车入鼠穴的梦，是完全可能的。就如东坡所说：从一个牧羊人转瞬间变成一个王公贵臣，在现实生活中可能性是极小的，但在梦中却可轻易实现：因羊念马，因马念车，因车念盖、因盖念鼓吹富丽……人的欲念的确如普希金笔下的那个渔婆子。

北宋词人张耒对“因”与“想”亦发表过很有见地的认识：

夫“因”者，“想”之变。其初皆有非于余，近流失本，其远已甚，故谓之“因”，然其初皆“想”也。而世不能明其故，以所“周”者为非“想”。夫使如至人之无“想”敌？则无梦矣！它有梦而非想者哉！

张来说“周”与“想”其初皆非于我心，“非”即迹象之意，即肉体感官，知觉意识对外物的接触的在心中（思维意识中）留下的印象，开始是清晰完整的，但随着时间的推移与变化，心迹“迁流失本”而丧失本来面目，变得支离破碎，或者迷离不清，并且在梦中出现、“岂有梦而非‘想’者哉！”一切梦皆有其现实根源。

明代叶子奇指出：梦之大甚有二：“想”也，“因”也。“想”以目见，“因”以类感。谚云：“南人不梦驼，北人不梦‘象’”，缺于所见也。

叶子奇的观点基本上与乐广差不多，但他明确指出“因”以目“见”，则与现代科学实验的结果相吻合；现代心理学者指出，梦中景象眼睛看到的居多，而听见的则极少出现。唐人段成式说：“瞽者无梦”，瞎子无梦，虽然说得太绝对了，

但瞎子之梦（尤其是先天盲人或幼年失明者）的确是极其甚从的。

“‘因’以类感”，指类似的刺激在意识活动中会引起联想，在睡眠中产生类似的梦境，所谓“马？枯箕喧干枕，梦成风雨浪翻江”就是说的这种“类感”。

《列子·周穆王》：“藉带后寝则梦？飞鸟衔发则梦飞。”

张湛注《列子》时说：“梦为鸟而戾于天，梦为鱼而潜于渊。

说的都是这个道理（因以类感）。

清人恽敬指出内外因学说，他在《释梦》中指出：

心所喜怒，精气从之，其周手内者软？一体之盈虚消息，皆通于天地，应于物类，其因之兼乎外者软？

恽敬把“想”归于“因手内者”、“因”则归于“因乎外者”，因手内者精气从之，因手外者应于物类。

在中国古代学者之中，对梦因分析得最为透癖的是明代王延相。

王延相在《雅述》下篇时梦与为两个类型：①有感于魄识者。魄识却肉体知觉；②有感于因念者。

所谓有感于思念之梦，按王延相的解释，即：何谓思念之感？道非至人，思扰莫能绝也。故首尾一事，在未寝之前则为思，既寝之后即为梦，是梦即思也。凡旧之所履、昼之所为，入梦则为缘习之感；凡未尝所见、未尝所闻，入梦则为因衍之感。谈鬼怪而（梦）鬼神图象作，见台榭丽（梦）天阙王宫至，（梦）马千蟾蜍也以踏加之误，（梦）遇女子以？髻之思。反复变化，忽鱼忽人，寢觉两忘，梦中说梦。推此类也，人心思念之感着者。