

感悟生活系列

诠释梦境奥秘 助君逢凶化吉
抓住好梦机遇 人生尽享太平

解梦学

婚姻 性格 生育 前程

现学现用

周公·弗氏 ● 著



延边大学出版社

感悟生活系列

诠释梦境奥秘 助君逢凶化吉
抓住好梦机遇 人生尽享太平

解梦学

婚姻 性格 生育 前程

现学现用

周公·弗氏 ● 著



延边大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

解梦学/周公·弗氏著.-延吉:延边大学出版社 1999.5

ISBN 7-5634-1008-2

感悟生活系列丛书

I.解… II.周… III.感悟-格言-公民读本 IV.G634.303

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (1999) 第 086616 号

感悟生活系列丛书

解梦学

责任编辑:贾 锐 马永林

出 版 延边大学出版社出版发行 发 行 延边大学出版社

印 刷 成都老年事业印刷厂

787×1092 毫米 1/16 开 8 插页 25 印张 600 千字

2007 年 7 月第 2 次印刷

ISBN 7-5634-1008-2/Z·83 定价:40.00 元

解梦学,中外民俗文化的瑰宝

(前言)

梦,是古往今来全人类都公认的一种人的生理现象。有科学家甚至发现,不仅人要做梦,某些哺乳动物,羽类动物也做梦。梦,成为人们每天夜间都要发生,白昼茶余饭后都会提及的一个千古话题。

由此便形成了千姿百态、博大精深的梦文化。在中国,“祝你好梦”、“梦绕魂牵”、“痴人说梦”、“黄粱美梦”、“梦想成真”、“庄周梦蝶”……等等等等,成为人们常用成语;在国外,“梦断札幌”、“廊桥遗梦”、“蝴蝶梦”,更成为脍炙人口的艺术绝唱;而一代代哲学家,精神分析家们,更不遗余力地深入研究梦的产生,动因规律,形成了一套中外民俗文化的瑰宝——解梦学。

中国人最早对梦现象的解释,最通俗的一句话就是:“日有所思,夜有所梦”。即梦是人在睡眠中对白日所历之事的延续、回忆或复制。如《周公解梦全书》“占梦总论”开章就讲:“阴阳成梦”:

《皇帝内经》云:阴盛则梦涉大水,恐惧,阳盛则梦大明火,若阴阳俱盛则梦相杀,上盛则梦飞,下盛则梦坠,饱盛则梦与,饥盛则梦取,肝气盛则梦怒,肺气盛则梦哭。

其意是讲,梦跟人的身体健康状况,衣食饱暖有关。再就是跟人的经历有关——

形接而为事,神遇而为梦,浮则梦扬,沉则梦溺,寝带则梦蛇,寝中则梦鸟,衔发则梦飞,将阴则梦水,将晴则梦火,将病则梦食,将优则投歌舞。

为此鼓呼者如东莱颜,孙真人等,最通俗的例子就是少男少女的“梦遗”。“有女怀春,吉士诱之”。当身体发育成熟的小伙,姑娘在白日里,遭到性的诱惑后,夜间梦中便会发生与异性接触,甚至交欢的春梦。甚至男、女都会在梦中产生高潮。当然,洋洋十万言的《周公解梦学》,对有些梦的解释是与现实生活相反的,如“梦死得活”,“梦尸得富贵”,梦自己被群蛆所食,反是“公得天下矣,群嘴共食,趋附也。”因此,中国封建社会的解梦观念,与封建文化的忠、教、悌、仁、义等是分不开的。对死、尸等的梦释,毫不遮掩地打上了对鬼、神崇拜的烙印。

比较之下,外国人对梦的解释虽没有中国的博大精深,但更具有其科学性。最突出的代表就是弗洛伊德。弗氏关于梦的著作《梦的解析》以及《少女杜拉的故事》,形成了一套完整的弗氏解梦原理,在弗洛伊德看来,他的解梦学,“并没有超越神经病理学的范围。因为心理学上的探讨显示梦是许多病态心理现象的第一种;它如歇斯底里性恐惧、强迫性思想、妄想也是属于此现象”。“梦一定有某种意义的,即使那是一种晦涩的‘隐意’用以取代某种思想的过程。因此我们只要能正确地找出此‘取代物’,即可正确地找出梦的‘隐

意’。”梦应该可以将它利用来作为由某种病想意念追溯至昔日忆间的桥梁。”弗氏原理虽然也承接了国人“日有所思，夜有所梦。”但他以心理学，病理学作为“解梦”的理论依据，这不啻为解梦学的科学发展作出了巨大贡献。

因此，为让读者全面了解解梦知识，我们特意将周公解梦法和弗洛伊德解梦法合编在一起，成为现在的《解梦学》，相信它的出版，会对解梦这一领域的更深层次科学探讨，对健康人类的身心，对娱乐人们的业余文化生活，对减轻在现代生活中日益加重的人们的心理负担，创造一个和谐的社会生活环境，必将起到积极的作用。

编 者

2007年5月20日

用
现
学
现
学

FENGSHUIXUE

2

学
梦
解

目 录

上篇：周公解梦学

解梦学, 中华民俗文化的瑰宝(前言)	1
第一章 什么是梦?	3
梦是传递信息的密码	5
梦与睡眠	5
梦游与梦话	6
夜惊与梦魇	6
第二章 怎样解梦?	8
一、一语道破	9
二、一语道破方式的变式	12
三、层层剥笋式	14
四、混合式	17
释梦也要有尺子	18
送你一把量梦的尺子	20
梦的象征	25
梦的象征的多义性	27
梦语的秘密	28
释梦同心圆	29
第三章 占梦总论	33
第四章 周公解梦辞典	59

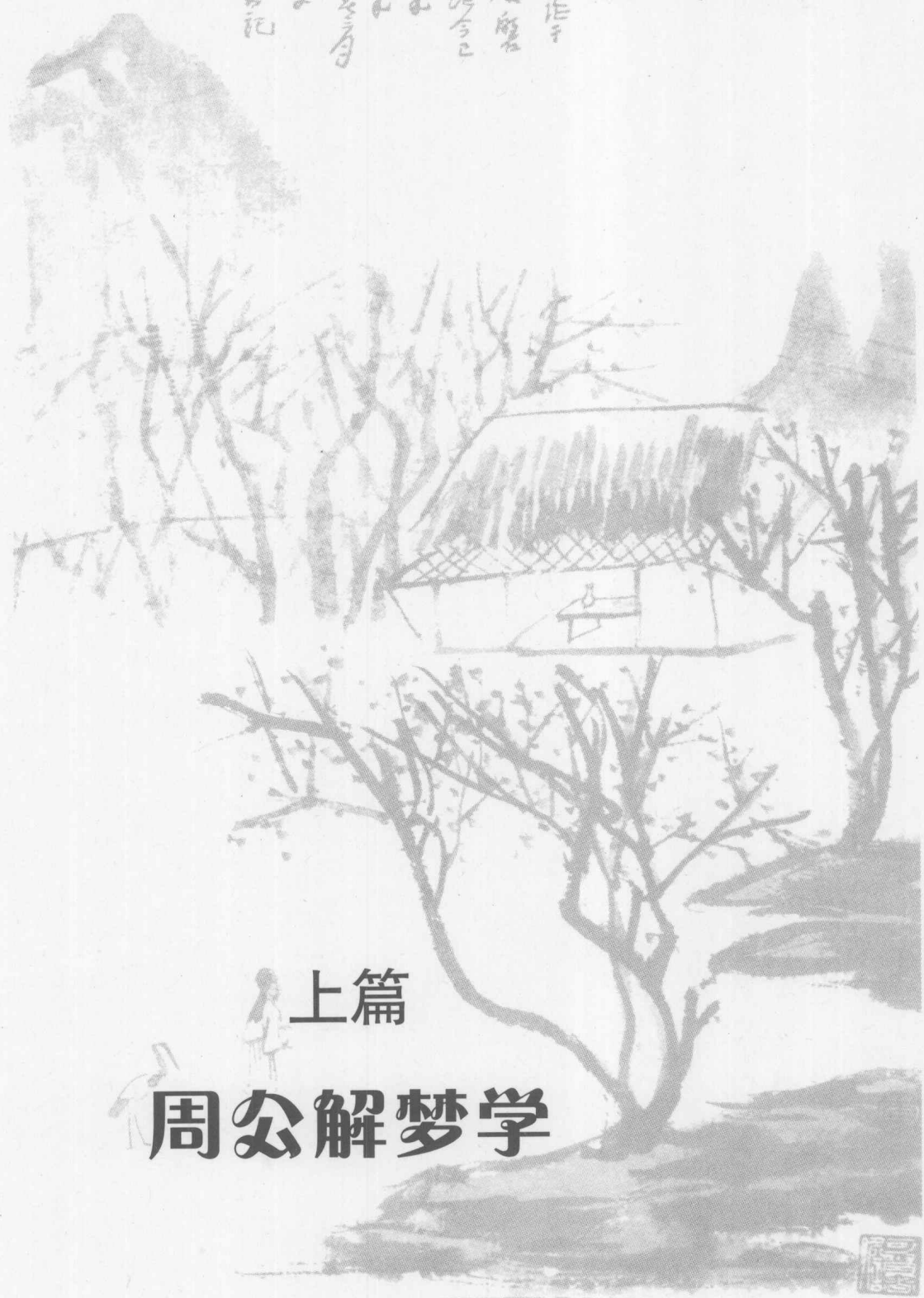


下篇：弗氏解梦学

前言	135
第一章 梦是愿望的达成	144
第二章 梦的改装	152
第三章 梦的材料与来源	165
第四章 梦的运作	227



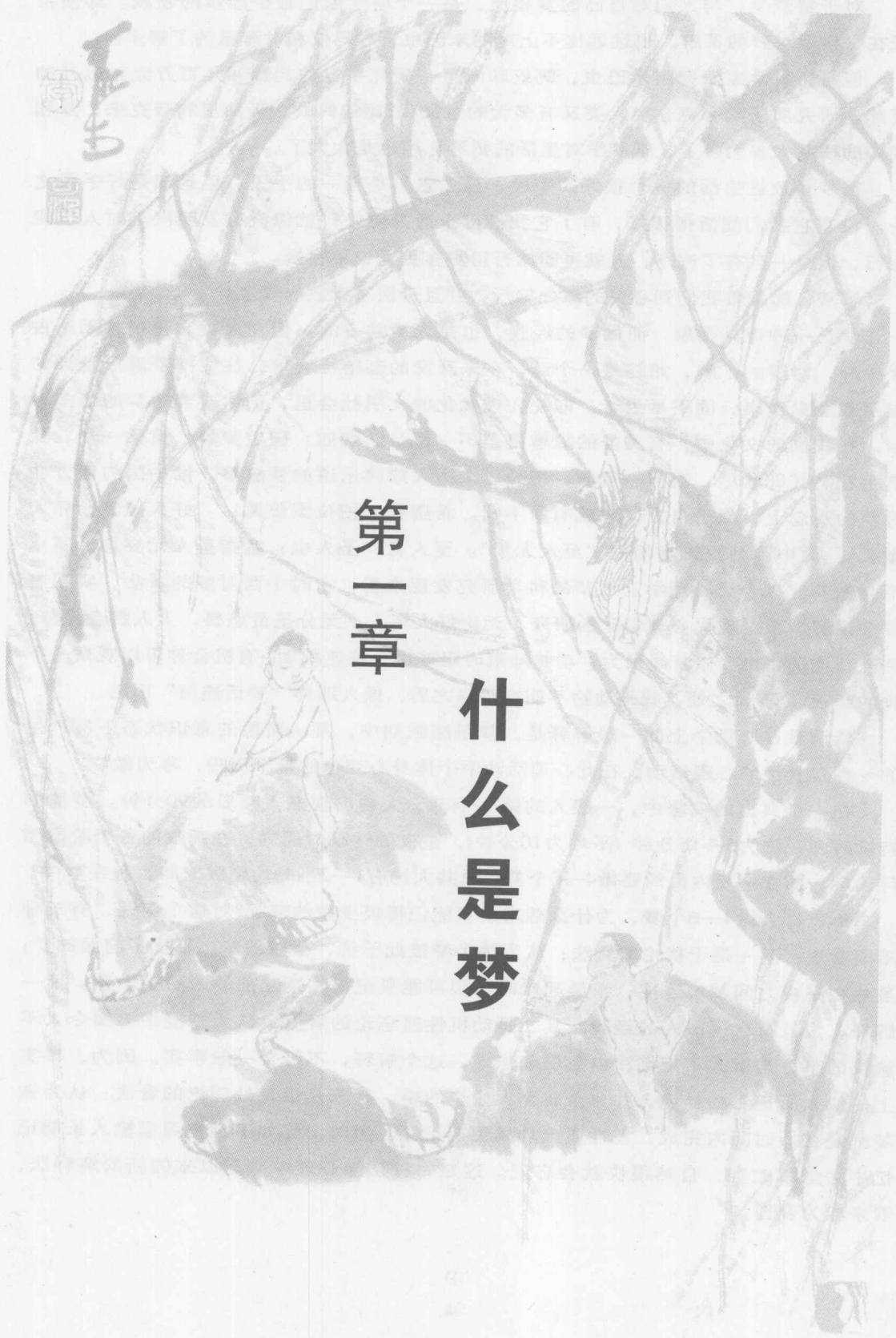
梅花書屋圖書
 有作
 重慶版
 後張今
 のすゝ
 天つ
 甲子年
 作
 記



上篇

周公解梦学





第一章

什么是梦

对于解梦学，与人们对自己的梦相反，是一个科学家们很少涉步的领域。即使在现在，科学对梦的了解，也远远比不上对阿米巴虫，对蚂蚁和对海星的了解多。

但是，科学家研究阿米巴虫，蚂蚁和海星，研究宇宙的起源和几百万光年以外的星球，研究质子和夸克，对人类又有多大的意义呢？比起蚂蚁、天狼星和夸克来，梦和我们的联系太多太多了，解梦学对生活的指导作用也是太大了。

释梦是改进生活的一个很好的手段。虽然它不是唯一的手段、但是却是好手段之一。没有它我们能活得很好，有了它我们可以活得更好；就像没有发明汽车时人也能旅行，但是一旦有了汽车，人就可能旅行得更多更远也更轻松。

解梦，能载着我们到心灵的深处旅行，并且带回来无数的珍宝。

梦是一种奇异现象，而做梦的经验，也是人所共有的。但在人类文化中，无论古今中外，对梦的了解，始终是一个谜。在未开发的部落社会里，往往把梦看成是神的指示或魔鬼作祟，固不足为奇。即使在现代化的文明社会里，仍然有着对梦的诸多迷信。在我国的文化中，有关梦的故事更是不一而足。诸如：庄生梦蝶、黄粱一梦、梦笔生花、江郎才尽、南柯一梦等，都是历来为人津津乐道的梦故事。惟中国与西方在对梦的观念上，似乎自古以来就有所不同。希腊哲人柏拉图曾说：“好人做梦，坏人做恶。”而中国的祖先却相信“至人无梦”。至人者，圣人也；意指圣人无妄念，所以不会做梦。以今天心理学上对梦的科学研究发现来看，古时中西对梦的看法，实在有很多误解。根据现代心理学家的研究，无论好人坏人，无分圣贤愚鲁，人人都会做梦，甚至，连动物也会做梦。因为，动物睡眠时眼球也会快速跳动（有机会你可以观察一下狗的睡眠）。不同之处，就是动物不能在醒来之后，像人那样“梦话连篇”而已。

所谓梦在心理学上的一般解释是，梦是睡眠期中，某一阶段的意识状态下所产生的一种自发性的心理活动。在此心理活动中个体身心变化的整个历程，称为做梦。

在一个典型的夜睡中，一般人的第一个梦，大约出现在入睡后的90分钟。梦境的持续时间，约为5—15分钟（平均为10分钟），整夜的睡眠时间内，在睡眠的各个阶段循环出现，而在一夜内大约要做4—6个梦；总共大约有1—2小时的睡眠时间，是在梦中。

每夜都会做4—6个梦，为什么醒来后只能记得极少数的梦呢？对这个问题，有三种不同看法：其一是干扰论的看法：认为数个梦彼此干扰，新做的梦，干扰了前面的梦；虽然在一夜之间梦境连连，早晨起床时，很可能只记得临醒之前的最后一个梦。此一解释，大致符合一般人的经验。其二是动机性遗忘论的看法：认为梦境中多属令人不愉快的事，当事人不记忆，以免引起焦虑。这个解释，不符合一般事实。因为，事实上一般人所记忆的梦境，并非全属令人愉快的事。其三是讯息处理论的看法：认为做梦都是在短时间内完成，在性质上均属短期记忆。短时记忆如不经复习或输入长期记忆中去加以贮存，自然很快就会忘记。这是一种认知心理学兴起以来的新的解释法，看来较为合理。

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声音。他们认为,这是人对内外界刺激的反应,如果说有意义的话,这类梦有一点点意义,它指出了我们正感受着一种刺激。提出这种观点的,是俄国的生理学家巴甫洛夫。从20世纪50年代到70年代,我国的科学界一直把他的理论奉为正统,他关于梦的观点也被当成了唯一的科学解释。

相信梦有意义的人,相比较之下多一些,但是他们对梦的意义看法却形形色色。迷信、谬误和真理混杂在一起,至今仍未完全澄清。

这些观点的共同之处,是认为梦的意义不是它的表面意义。在你的梦里,你会飞,能飞上山,人们会把糖当宝石抢;冰能变成宝石。这些显然不可能在现实生活中发生。因此,相信梦有意义的人都同意,梦在荒谬的外表下有更深的意义。梦仿佛是密码,传递着秘密的信息。

梦与睡眠



各种不同的意识状态中,与清醒时意识状态相对立者是睡眠。虽然睡眠一事表面看来极为平常,然如深入探究,就会使人感到相当神秘。例如:有时睡眠能自行控制,何时就寝,何时起床,个人均能适度处理;有时睡眠期间能对外界刺激作选择式的反应,为母亲者入睡后虽不致为窗外机车噪音所惊醒,但对睡在隔房婴儿的一点哭声,她却会听到。由此可知,睡眠并非完全失去意识,睡眠只是意识的一种状态。睡眠时做梦,醒后能记忆梦中情节,甚至有人在睡梦中作文章或思考解决问题,这些都是睡眠时仍有意识活动的明证。

梦游与梦话



梦游是睡眠中自行下床行动，而后再回床继续睡眠的怪异现象。这现象虽称为梦游，但事实上与作梦无关。因为，脑波图的记录，梦游时患者的脑波，正显示在睡眠的阶段3与阶段4；显示正值沉睡的阶段。沉眠阶段是不会作梦的，因此，本词应称“睡中行走”较为符合事实。梦游者多为儿童，年龄多在6—12岁之间。梦游并非严重病态，也与情绪困扰无关，多数到成年后不医而愈。梦游者下床后的行动期间，仍在沉睡状态，睡醒后对自己夜间的行动，一无所知。梦游的奇怪现象是，当事人可在行动中从事很复杂的活动，会开门上街，会拿取器具，会躲避障碍物，而不致碰撞受伤。活动结束后，再自行回到床上，继续睡眠。几年前，台北师范大学有个住宿舍的男生，夜间梦游，居然在双人床上拆下天花板上的灯罩，未曾跌落床下受伤。家中如有梦游儿童，不必过于担心，只要注意家中安全，夜间谨慎关锁门户即可。至于梦游的原因，至今尚无法确知。惟据心理学家研究发现，梦游者的家庭成员中，也往往还有其他人也会梦游。因此，梦游可能与遗传有关。曾有一个案例，一家人假期团聚，晚上分宿各房间各自的床上，第二天早晨发现全家人都睡在客厅里，而均无所知。

梦话也称为梦呓，是指睡眠中说话的现象。根据心理学家的研究，梦话根本与作梦无关。因为，几乎所有说梦话的现象，都是在沉睡阶段发生，沉睡阶段是不会作梦的。因此，本词不宜称为梦话，应称为“睡话”才名副其实。梦话的原因，迄今尚不能确知。

夜惊与梦魇



夜惊与梦魇是睡眠中发生的两种不同现象。惟因两者均发生在儿童期，故而常被一般人误解两者有因果关系；认为儿童的夜惊系由梦魇的缘故。事实上，两者并无直接关系。只是两者均发生在儿童期，在3—8岁的儿童中，约有四分之一的儿童会有夜惊或梦魇的经验。

夜惊之所以被认定与梦魇不同，原因是夜惊的发生时间，正值睡眠期间内的阶段4。阶段4是沉睡期，沉睡期内是不会作梦的。所以儿童的夜惊现象，并非因恶梦所致。儿童夜惊的主要现象是：睡眠中突然惊醒，面露痛苦表情，两眼无神向前直视，爬起坐床上，呼吸迫促，发汗，甚至尖声惊叫。因为夜惊只在沉睡阶段发生，所以不易将当事者唤醒。按医学上的看法，夜惊时不宜将当事者唤醒，也不必刻意予以治疗。夜

惊的原因，迄今尚未确切了解。一般认为，可能与儿童发育阶段神经生理功能暂时失调有关。夜惊儿童，并非如一般人所说的有情绪困扰。一般儿童期过后，神经生理发育成熟，夜惊现象就会自然消失。

梦魇即俗称的作恶梦。梦魇与夜惊的区别，除前述夜惊总是发生在沉睡期之外，另外一点是，夜惊通常多发生在睡眠后的一小时左右；而梦魇现象的出现，则通常是在黎明前发生。此一睡眠阶段，正是快速眼动睡眠阶段，所以梦魇现象的成因，可以确定是由于作了可怕的恶梦。儿童醒后也多半能记得梦中情境。根据心理学家的研究，梦魇现象与儿童日间情绪压力有关。日夜压力如不能轻易解除。使儿童对早晨起床一事，难免形成心理上的焦虑与恐惧。为父母者如发现儿童在早晨起床前重复一再出现梦魇现象，除注意儿童日间生活之外，应带儿童去看心理辅导或精神科医生。寻找象征，寻找梦外线索和联想都是释梦的一些基本操作，还不是完整的释梦过程，完整的释梦有以下几种方式。





第二章

怎样解梦



一、一语道破



这种方式应用的前提是，梦很简单，梦里的象征你都懂，而且你也很容易知道这个象征在此梦中的意义，那么你可以一语道破：把你理解的梦的意义原原本本解释给做梦者听，问他对不对，核实你的解释。如果对，释梦初步完成，不对，再重新释。

例如，一位老年女性讲了这样一个梦：“我梦见肚子痛，后来在腿肚子上发现一个开关。一关上腿肚子上的开关，肚子就不痛了。”

我马上知道了梦的意义，但是这个意义和她的年龄不符，于是我问她：“这个梦是以前做的吗？”她回答说：“是”。我再问：“很久以前吗？”她回答：“是的，20多年以前。”这证实了我的猜测，于是我点破：“这个梦和更年期，和绝经有关。”再如：

某人小时候梦见一个人长了个鹅卵石脑袋，而且用鹅卵石砸她（梦者）的头，把她的头砸出一个个坑，后来她的脑袋也变成了鹅卵石。

这是一个较简单的梦，鹅卵石脑袋象征着顽固、生硬和冷漠无情的性格，砸头表示伤害。梦的意思是，在她小时候，有个人性格顽固而又冷漠，这个人经常伤害她。常常受到这种伤害使她自己的性格也变得顽固而又冷漠。

在使用一语道破的释梦步骤时，可以根据你对梦者的了解，根据你对人的心理的了解，加上一些合理的推断。如第一个梦可以这样解：在她小的时候，她家里有个人（因为对儿童来说，影响最大的人是家庭成员，特别是父母。对那些由祖父母抚养大的孩子来说则是祖父母），可能是她爸爸或妈妈，是个性格很顽固、很冷漠无情的人。她经常被训斥、批评和责骂，于是她觉得很痛苦。为了不痛苦，她只好让自己变得冷漠、麻木，就如同把血肉的脑袋变成鹅卵石脑袋。

于是她发现自己也成了那种顽固而又冷漠的人。这种性格至今仍深深地影响着她，使她感到生活得不幸福，她很难和别人建立亲密关系，友谊和恋爱都不顺利。在她内心中，她认为这一切都应归因于童年的经历，归因于她的父母。（由于她至今记着这个梦，可见此事对她的今天仍有影响。具体影响如何，我是根据心理学知识推断的。）

那么，情况是不是这样呢？

经核实，完全正确。梦者的母亲的确性格固执而且对她缺乏母爱，梦者童年不幸福，因而性格也不太好，现在正为此进行心理咨询。

一语道破式释梦的优点是：

能让梦者信服释梦者。梦者只说了一个短短的梦，有经验的释梦者就可能说出他目前的心理，目前的生活状况，童年经历，婚姻状况，家庭状况，性格等等多方面的情况。这会使梦者惊讶并且信服释梦者。这样，释梦者对于梦者心理的进一步分析和释梦者提出的建议都容易被梦者接受。

一次开讨论会，我在会上做了个简短的发言，讲释梦的作用和意义。一位中年人听后，不以为然他说：“梦哪有什么意义？我说一个梦看你怎么可以了解我的心理？”与会的不少人纷纷说：“让咱们眼见为实。耳听为虚，于是我请他说一个梦。”

“一次，我梦见一位领导到我们家来找我，我就让孩子去买2碗面。我们边吃边聊，他还给我分析农村形势。”

我问他，这是你什么时候做的梦？他说前不久。

我决定用一语道破的方式来分析这个梦，我说：“这个梦概括一下叫安贫乐道。你一方面的社会地位，经济状况不满意（招待客人买2碗面），另一方面又有很高的自我期望（领导人来找他）。你的妻子对你很不满，觉得你眼高手低，很可能已离开你（这是我的推测）。而且，你对你的孩子也是按你的要求来塑造，不关心他的需要和愿望让孩子去，但只买2碗面）。你认为自己并不是很痛苦，因为你总有办法化解它。”

这个一语道破显然对他起了作用。散会后他对我说：

“其实我也很痛苦，事业、家庭都没有。”

“其实，梦可以在不同层面解，在更深的层面你这个梦里的小孩也是你自己。你可以试着关注你儿子的需要，在这个过程中，你也会逐渐意识到自己发自内心的需要。这样你就不会太累。为一个外在的标准活着，对你、对你儿子都是太残酷了。”我顺势开导他。

一语道破的另一个优点是可以突破梦者的心理防御。许多人对内心中的心理冲突和矛盾讳莫如深，尽力掩藏不让人知道。而有时不揭开这些内心的秘密，他的心理冲突就无法解决。在这种情况下，懂得释梦术的心理咨询者如果使用了一语道破法，就可以一下子突破梦者的掩盖隐藏，一语道破他内心中的问题何在。相反，如果释梦过程很缓慢，释梦者释一点点梦，问问梦者对不对，梦者就有机会构筑一个防御，从而使内心中的东西不暴露出来。这恰似审讯员在审讯犯人时，把关键的证据突然拿出来，让犯人在猝不及防时暴露真象。假如审讯员把证据一点点分批拿出来，犯人就有时间编造谎言了。用心理学术语说，一语道破法有利于突破来访者的阻抗。

人的心理冲突、心理问题，大多是为了解决某种痛苦而作出的无效努力。比如：有位强迫洗手的病人，在他的潜意识看来，反复洗手就可以洗去“自己曾有的一个不该有的冲动或不该做的行为”。但在他的意识里，他可以给自己的强迫洗手做出一番貌似合乎逻辑的解释，最常见的解释就是怕脏，怕手上残留细菌。

为了不触及痛苦的根源，人的潜意识会设置重重的防御，以使自己的意识不去触碰那个痛楚。有一个强迫症患者，他的强迫症状是反复洗手，“要洗去什么、要洗干净”是这个强迫行为的意义。在意识里，他的观念是洗去手上的脏东西，而且认为脏东西不是轻易就会彻底洗尽的。但这个行为之所以成为一个强迫行为，也就是说，在潜意识里，他还有什么东西（观念或经验或愿望）想被“洗去”即清除。

而潜意识想清除的东西，才是致病的根源。

但是，强迫症治疗最大的困难在于，他有一套颇严密的逻辑链条甚至是体系。他

的这条逻辑链条或体系就像一队反应机敏的防御高手，使得心理治疗的每一次向问题症结探索的努力都不得受阻而止。所以，在这种时候，梦及梦的分析，可以直接深入问题的根源。这样就避免了治疗中拉锯战般的反复与僵持。在他的潜意识里，要清除的到底是什么呢？一次谈话治疗中。他讲的一个梦告诉了我答案：

“我的家在中学校舍的楼梯上。我和一个外国人在一起，我发现他在偷我的枪，这时我意识到他可能是个间谍。他显出很得意地样子，对我说“你完蛋了”，又好像他偷走了我的藏宝图。我很害怕，想司令，司令是我妈妈的样子，要开除我。如果我被开除了，就会被孤立，因为没有人愿意理被开除的人。再后来，我和一个女同学在一个桥上玩，她好像嫌弃我，把我推下去。我发现自己不是掉在河里，而是掉进一个很深的湿乎乎的洞里，很多老鼠窜来窜去地咬我。”

做了一两个简单的联想之后，我对他的梦做了一语道破式的解释：

“你在中学时有过同性性行为，但当时你是被动参与的。”

对这种行为你很害怕、惶恐。也怀疑是不是自己有问题，才招致这种事发生。你认为女性包括你母亲会因此而厌弃你。而你会一直陷在同性恋的行为中。”

他的脸涨得很红，两只手反复不停地搓着，像要把什么搓掉似的。慢慢地他抬起头，眼神里充满悲痛的神情。“我还有救吗？”他急切地问。

通过一个梦找到问题的核心，可以使心理咨询的进展更顺利些。

一语道破法的缺点是：

释梦者需要有较丰富的释梦经验和心理咨询经验。假如释梦者经验不足，就很容易作出错误的推断，反而使梦者不信任释梦者的能力。再有，如果释梦者作出了一个错误的解释，而这个错误的解释本身言之成理，很能自圆其说，梦者也许会相信这个错误解释，这反而使梦的真意得不到阐释。

这种情况在刚学释梦的人那里比较常见。越是新手，越想尽快建立权威。取得人的信任，这也是人心理的普遍现象，只是“欲速则不达”，如果没有足够的经验，则往往是草率的武断。

当然即使有丰富的释梦经验，在实际运用中，尤其在心理咨询的临床实践中，也同样忌讳自恃经验的主观。因为每个人的梦就像每个人的性格、相貌一样有自己独特的东西。而我们所谓的经验，不过是概括出的一些规律。不是每个新鲜、生动的梦例都会符合释梦者已有的经验；再有释梦者对梦的理解也难免有自己的投射。自己性压抑的释梦者更倾向于把一个梦解释为性梦。所以，在释梦过程，保持一份清醒，尽量客观地理解梦，是释梦大师弗洛伊德一再告诫人们的。弗洛伊德本人一生释过数不清的梦例，经验不可谓不多。但他还是尽可能地让梦者尽量地自由联想，以保证自己对梦的解释是正确的。否则，粗率的一语道破只会误导梦者，也误导释梦者自己。

小C刚学释梦不久，因为悟性高，所以进步很快。一天，她的一个朋友来看她。“最近有没有做什么梦？我给你分析分析？”小C很主动地说。

小C的朋友给她讲了这样一个梦：

“我和一个小学的一位同学，一起睡在床上，我发现那个女孩长得很漂亮、很动