

夢

常 識 叢 書
第 二 十 六 種
夢



上海中華書局印行

中華書局發行

近代西洋哲學史大綱

繆鳳林 一冊 三角半

此書敘述近代西洋哲學思想之變遷，對於現代大哲倭鏗、柏格森、羅素、杜威諸家學說，有所比較，文筆雅馴。

西洋古代中世哲學史大綱

繆鳳林 一冊 五角半

此書以民國十年南高暑期學校劉伯明教授之講演為主，參酌羣書而成。講者係提鍊羣書之精華，融以心得；述者更經長期的研究，達以明暢簡練之文字。與「近代西洋哲學史大綱」參看，可畧窺西洋哲學史之全境。

有著作權不准翻印

民國十六年一月初版

常識叢書 夢 (全一冊)

△定價銀三角

(外埠酌加郵滙費)

編者 舒新城

發行者 中華書局

印刷者 中華書局

印刷所 中華書局

總發行所 中華書局

分發行所 中華書局

北京 天津 張家口 烟台
保定 濟南 青島 太原 開封
西安 蘭州 成都 重慶 長沙
常德 衡州 漢口 沙市 南昌
九江 安慶 蕪湖 南京 徐州
杭州 蘭谿 福州 廈門 廣州
汕頭 潮州 梧州 雲南 貴陽
奉天 吉林 長春 新加坡

小引

長夏炎熱，不能閉戶作參考繁多之文字，便提椅依桐，執卷於戶外自遣。

某日，因偶聽唱道情者說夢，少選，歸爲家人述之；因而牽及夢的各方面：遂就平日閱覽所及，關於夢之論證，爲之逐項疏解，似可以增進一點變態心理的常識，并以之可望破除一般夢的迷信。

暇時，就所講的內容整理寫出，付之中華書局，刊爲常識叢書之一，或於一般讀者不無小補！

舒新城十五年八月，南京

夢目次

一	道情說夢	一
二	夢與睡眠	六
三	夢的現象	一六
四	夢的原因	二三
五	夢的學說	三二
六	夢與預兆	六〇
七	夢與人生	七五
附錄	自八三至一一四	一四

下意識之作用

周禮 春官

列子 周穆王篇

潛夫論 夢列

無能子 答通問

朱子大全集 答陳安卿 二則

靈樞經 淫邪發夢

法苑珠林眠夢篇 三性部論夢

參考書

叢書
識夢

一 道情說夢

人生若夢，爲歡幾何；有酒且飲，有曲且歌；

說什麼，夫妻恩愛，兒女情長；

說什麼，子孫繞膝，福壽雙享；

說什麼，高車駟馬，冠冕堂皇；

說什麼，金銀財帛，用了又藏；

說什麼，高官厚祿，誇耀鄉黨；

說什麼，生殺予奪，權操我掌。

* * * * *

君不見：山前黃土，埋沒了多少英豪；
又不見：山後孤墳，有誰來辨賢不肖。

什麼威風凜凜，聲名赫赫；

什麼妻嬌妾美，子肖孫賢；

都不過是過眼雲煙。

大限到時，還不是狂風過耳，誰能繫牽！

※ ※ ※ ※ ※

要知道：數十寒暑的榮華富貴，敵不過邯鄲一夢！

我勸你：有酒且飲，有曲且歌，切不要將夢作真，把真當

夢！

※ ※ ※ ※ ※

這是我最近在南京貢院坪偶然聽到的一段道情。

唱道情的是一位中年女子，圍坐而聽者，均係北方人，而以兵士爲最多。上面幾段詞，自然不能說是怎樣好，但我能斷定，決不是那唱道情的女子所自製。我因偶然因事經過，不能久聽，其上下文如何，不得而知；不過這幾段詞卻給我以一種很深的印象。我在歸家的途中，固曾時時玩味牠底意義，過了許久，還不能忘記。我想：這些話底根本意思是在勸人看破塵世上的一切都是幻象，個人生活不必認真。這思想之發源地，當然是佛教底出世觀，然而確能代表中國人大部分底人生觀。

「今朝有酒今朝醉，明日無錢明日憂」，是中國多數人對於生活所持的態度。「有酒且飲，有曲且歌」，本是人生當作

的事，當然沒有什麼奇怪。不過因此而說人生如夢，使一切人都在夢裏過生活，而把夢與覺等量齊觀，我總覺得不大穩，因而連想及夢的說明之重要。

夢的事實是與人類共始終的：古人有夢，今人有夢，未來的人還是有夢；老者與男子有夢，幼者與女子也有夢；中國人有夢，外國人也有夢。不過夢底內容常因時代環境年齡個性等之差異而有區別。因為夢底現象大異於醒時的活動，而且有許多離奇的情景，竟不可以常理來解釋，所以原人都把夢視為奇蹟，就是有史以後之紀載，還是如此。中國舊籍論夢者很多，但都不離神怪與預兆：周官有專司占夢的人，即視夢為神怪之徵；詩云：「維熊維羆，男子之祥；維虺維蛇，女子之祥。」

卽以夢爲預兆之徵。近代鄉間流行之玉匣記，所附詳夢大全，更離奇之至：據其所載，宇宙間一切現象之映入夢境者，均有所主，而且吉凶確乎不爽。這種卜筮之說，照理不足影響及於「讀書明理」之士，然而科學思想素不發達的中國，越是士大夫之流，其趨吉避凶之念也越重於平民，其常識也因而更不及平民。夢覺不分的過生活，在中國社會上並非奇事，而且歷代史冊所載關於夢的事實，多逃不出預兆底範圍：殷高宗以夢得傳說於傅巖之野，周文王以夢得呂尙於磻溪之濱，光武夢乘赤龍上天而卽帝位，關羽夢豬嚙足而失地被擒；其他類似之紀載，更隨處皆有。換言之：中國文人之傳記名人，必以佳夢顯其異於常人，所以近時的哀啟中，猶常引夢徵。可見夢的迷信之

普遍。至於「邯鄲夢」、「南柯夢」之以驚醒利祿的迷網爲目的，小說戲劇之託夢寫真，雖然也是很普通的事實，然而牠們底暗示力卻很小，不足與預兆之說相敵。

夢的現象因其異於覺的事實，所以常被人視爲神奇，實則從科學上研究，並非不可解釋。我因聽道情說夢，而聯想及夢的說明之重要，因就平日見聞所及，向讀者做一回「痴人說夢」！

二 夢與睡眠

夢都是在睡眠中做的，所以要說明夢是什麼，不得不先說睡眠。

睡眠是人人經驗中所有的事，所以沒有什麼神秘。你若作

事作得疲勞，便自然要睡。若果你底身體很健康，疲倦極了，倒在什麼地方都可睡，而且睡得很甜蜜；倘若你底身體不大健康，思慮又很多，雖然疲倦，也不容易睡着。萬一你心裏有放不下的很重要的事情：如怕情人底愛情轉變，或懸念與一生最有關係的事情失敗，竟要終夜睡不着，雖然勉強倒在床上，用盡種種方法要睡着，也是無效。就是你身罹熱病，也有睡不着底事情，這不過那時的大腦已完全失其統制的作用，腦中各種印象底起伏，完全無系統、無聯絡罷了。所以睡眠雖是一種很平常的事，然有時在身罹疾病或思慮過多的人看來，卻是人間至寶，萬金不易的！

睡眠與醒覺有什麼不同？我想大家都能辨別：因為一日之

中，誰也睡過，誰也醒過。不過睡時的生理狀態究竟怎樣？現在的生理學與心理學者還不能完全明白。我們所說的，只是介紹些科學上的普通原則而已。

倘若你底身體很健康，工作未疲倦以前，作事精神煥發，系統了然；到了相當的疲勞程度，手足軟了，不知怎樣動作；眼睛睜不開，不能看見什麼；就是你正在做最重要的工作，如練習數學題目，結算賬目，或謄寫文稿，也會一切停止。此時頭也重了，體重也不能支持而東斜西倒；即或有人在旁監察你，若你底睡眠還沒達適當的程度，就是叫也叫不應。可是你底呼吸與血液循環並沒有停止，不過比醒時緩慢；有時並能伸展手足，轉動身體。

由此我們知道：人當睡眠時最大的特徵，是他對於外部的刺激不能照常吸收，不能照常發生反應。何以有這種現象？據生理學者的見解，可得以下的答案。

人當醒覺時，一切動作能調節得宜，而且能照着個人底意思做去，是因為神經系統中之各神經組織，能互相聯絡，受腦中樞神經之支配，所以五官並用，不會發生衝突，而且能照着個人意思，自由進行。若用譬喻來說：腦中樞神經好似總司令，其他如知覺神經、運動神經，好比受命的將卒。醒時中樞神經主持一切，故一切動作井然有序；睡時總司令不管事，外來的一切事務，無人處理分配，所以將卒也任其自然，不發生什麼動作。若用生理學上的名詞來說：人當疲倦時，神經細胞

已達衰竭的狀態，睡眠就是要補償衰竭以恢復其原來的功用，所以當睡眠時，各個細胞都與神經系統中之鄰近細胞脫離關係而單獨休息。在特殊情狀之下——如熱病——神經細胞底桿狀竟收縮成球形，不與他細胞溝通，所以外部的刺激，不易通過。當睡眠時，桿狀體之交通機關也常收縮，不過不如病態時之甚而已。因此，睡眠時對於外部之刺激，也不能照常吸收而發生反應。

睡眠時對於外部的刺激雖然不能照常發生反應，但程度卻有深淺之分。這就是說：睡有酣睡、熟睡、淺睡、假寐之別，因而神經對於外部刺激之吸收，也有種種階段。據心理學者研究，身體健康者，初睡下一點鐘的時候最爲深酣，以後逐漸減

淺，於一點至一點半之間，減得最快，一點半至兩點半之間漸慢，以後更慢，至三點以後，逐漸達於醒覺之閾，外部刺激很易擾其醒覺，至第八點鐘則神經的疲勞已漸恢復，即無人相擾，亦自然醒覺。

下圖爲生理學者 Kohl-

schütter 實驗所得之結果。橫

線底面之數目，示睡眠後之時間，縱線左邊之數目，示使人

