

| 经 | 典 | 超 | 译 | 本 |

The Interpretation of Dreams

梦的解析

[奥地利] 西格蒙德·弗洛伊德◎著
冯与蓝◎编译

Sigmund Freud

B845.1

6

| 经 | 典 | 超 | 译 | 本 |

The Interpretation of Dreams

梦的解析

〔奥地利〕西格蒙德·弗洛伊德◎著
冯与蓝◎编译



太原工业学院图书馆



B0647594

广西师范大学出版社
· 桂林 ·

图书在版编目(CIP)数据

经典超译本. 梦的解析 / (奥地利) 弗洛伊德 (Freud, S.) 著; 冯与蓝编译. —桂林: 广西师范大学出版社, 2013. 1

ISBN 978 - 7 - 5495 - 2373 - 3

I. ①经… II. ①弗… ②冯… III. ①梦—精神分析
IV. ①B845. 1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 167710 号

出品人: 刘广汉

策划: 刘广汉 任 春

责任编辑: 周 丹

装帧设计: 尚书堂

广西师范大学出版社出版发行

(广西桂林市中华路 22 号 邮政编码: 541001)
网址: <http://www.bbtpress.com>

出版人: 何林夏

全国新华书店经销

销售热线: 021 - 31260822 - 882/883

山东临沂新华印刷物流集团印刷

(山东省临沂市高新技术开发区新华路东段 邮政编码: 276017)

开本: 787mm × 1 092mm 1/32

印张: 7.125 字数: 85 千字

2013 年 1 月第 1 版 2013 年 1 月第 1 次印刷

定价: 25.00 元

如发现印装质量问题,影响阅读,请与印刷厂联系调换。

1 前人对于梦的研究由来已久。古人认为梦的内容表达了神灵的旨意；到了近代，随着科学发展，大部分学者倾向于认为梦的来源是多样的，大致可归纳为四类。首先，睡眠并不意味着切断了我们和这个世界的所有联系，在梦中，我们的身体仍有感知力。无论是光线、声音、气味，还是皮肤感受到的冷和热，或者只是因为翻了一个身所带来的不同触觉……许许多多感官体验都能影响我们的梦境。当它们出现在梦中，常常更换了面目。我们的心灵会凭借过往的经验去辨识，去感受。然而，经验毕竟是有限的，那些稍纵即逝的感觉很容易使我们产生错觉，于是，某些光怪陆离的梦便应运而生。

2 除去客观的感官体验给梦境带来的素材以外，人们内部感官的兴奋同样可以造梦。当我们进入睡眠状态，眼睛和耳朵可能产生幻觉，这些幻觉进入了梦境，变成各种形象。和客观的体验相比，这种主观感受难以观察或实验，也就无法证实存在，幸而只要生

命不息,幻觉便不会停止。曾有节食者在饥饿的幻象中梦见了丰盛的菜肴,眼睁睁看着别人大快朵颐。这一常见的梦例告诉我们视觉意象对于造梦的重要性。除了视觉幻象外,关于字词、音乐的幻觉在梦境里也有着相当比重的地位。

3 有一个已经被证实的观点是:身体器官的疾病会引发某类梦境,但不是说只有生了病才会做梦——除了之前说的人们的主客观体验之外,梦的素材来源还包括了躯体内部的感受。我们入睡时,心灵将更多的关注投入于我们的身体,当内部器官处于兴奋状态,则无须疾病的侵扰也能造就梦境。只是这些梦中意象并不以躯体的变化作为唯一准绳,换句话说,即使因为躯体的刺激而做梦,也不能断定什么样的刺激就必然导致什么样的梦境,梦依然是神秘的,无规律的,不可掌控的。

4 如果以为组成梦的材料就是由主客观感官体验

和躯体刺激三方面组成,则大错特错。虽说这些素材容易被人察觉,其中还有相当一部分可通过实验的方法证实,然而,大多数梦境的来源依然不能用这三个方面去解释。这就引出了一个至关重要的问题:梦是有精神来源的。相比较之前说的那些生理方面的刺激,精神来源对于梦的形成尤其重要。诚然,大脑支配着我们的身体,而自发的精神生活独立于身体以外。曾有许多精神病专家极力否认精神的存在,他们认为由大脑控制的躯体才是收容心灵的唯一场所,却无法解释诸多的精神现象。既然如此,就不能否认精神来源对于梦境的重要性。

5 梦的一个奇怪之处在于,我们常常知道自己做过梦,却无法准确地回忆梦。有时早晨醒来,还能清楚记得梦中的情景,随着时间推移,梦便渐渐淡去,只剩下吉光片羽。甚至在梦醒时分就已经失去记忆,如同进入一间充满气味但空无一物的房子,徒然地感觉似乎有梦经过。让人感觉荒诞的还不止这些,

如果说梦都是如此难以留存,我们却无法解释为何有的梦能在心中镌刻,无论多少年都记忆如新。也许正因太多的梦被遗忘,才使得为数不多的梦显得尤其珍贵。

6 无数个被遗忘的梦都有相似之处,可能因为本身过于微弱,不够刺激,也可能是情节只出现一次便消失无踪,我们没有机会通过不断重复来加深记忆。同时,梦的缺乏逻辑也是个考验,那些彼此间缺少直接联系的碎片很快因为过于散乱而被人忘却,倘若有人试图还原梦境,也可能因为缺少现实背景而无法拼凑出原貌。对于那些对梦境毫无兴趣的家伙们来说,忘记前一晚做的梦简直太容易了;反之,对于研究梦的学者们而言,对梦的强烈兴趣足以使他们记住更多的精彩片段。

7 几乎所有人都做过不道德的梦,它们难免令人对自身操守产生困惑:难道夜晚使人暴露本性?抑或

梦境本不该为道德负责？以前的研究者们自然而然地分成了两派，一派认为人的道德感无法操纵梦境，另一派坚持认为梦境呈现的是人的道德本性。当越来越多品行端正的绅士们参与到梦的道德感的研究中时，观点便明显倾向于前者。无论两派观念如何对立，对不道德梦境根源的追溯是他们的共同之处。随着研究深入，还引发了另外的争论：究竟是心灵本身不道德还是受到了身体罪恶的唆使？然而不管怎样，两派学者都不得不承认不道德的梦是有精神根源的。

8 梦与精神疾病的关系这一论题涵盖广博，它可以指研究梦引发的精神疾病，可以指对精神疾病患者的梦境研究，也可能是关于梦与精神病之间的联系，旨在证实两者本质的相似。前人的文献报告了妄想性精神病初次发作的源头常是焦虑或恐怖之梦。在某一种“夜发性精神错乱”中，白天正常的病人在夜晚陷入狂乱和幻觉，如同经历一场噩梦。处于恢复

期的精神疾病患者,也可能在无法自控的梦境中回归疯狂。

9 鉴于梦和精神错乱之间有着无可辩驳的相似性,我们有理由认为对梦的研究也应该划归医学范畴。但是,由于人们对精神疾病的起源依然莫衷一是,因此对它们的研究是无法帮助我们解开梦境之谜的。反之,如果我们将精力投注到梦的解析中去,我们很可能顺着这些线索进入精神病人的异想世界,发现精神疾病的发生原理,通过揭开梦的神秘面纱,促进精神疾病的治疗。因此,对梦境的研究,也成为了精神分析的一种方法。

10 在现代心理释梦法诞生之前,人类社会就已经尝试着对梦进行解释。比如,将梦看成一个整体,用另一种看上去颇为相似的内容去代替梦境,最为常见的句式是“梦见什么便预言了什么”。这样的“象征性”释梦法在面对复杂而荒诞的梦境时是无能为

力的,但却丰富了古往今来的文艺作品。另一种释梦法是把梦化整为零,将每个梦的符号翻译成另一种已经确定的意义,如同破译密码——在现代释梦法尚未诞生之前的漫长岁月中,“译码法”成为被混乱梦境困扰而无力突围的人们重新清醒的一剂良药。某些现代科学的拥趸曾将这些释梦法视为无稽之谈,他们坚定地认为梦是无法解释的。然而当研究日益深入就会发现,梦的确是可以解析的,我们正需要一种科学的方法抵达梦的真谛。

11 心理疾病患者的病态想法是有根源的,这就好比身体疾病的病灶。找到病灶,解决它,病态想法消失,心理疾病自然会痊愈。在治疗时,患者需要把自己关于某个问题的所有想法全部告诉医生,包括做的梦。这个时候,梦对于心理疾病患者的意义,就好比是感冒患者带痰的咳嗽,是值得深究的症状。那么,释梦也就如同带有祛痰功能的咳嗽药水,不仅能止咳,也能标本兼顾地加速感冒的痊愈。

12 为病人进行精神分析的关键,在于病人是否能把自己的所思所想毫无保留地和盘托出。为了促进治疗效果,需要在分析前将两点要求告知病人:一是希望他们集中精神,尽量将注意力放在自身感受上;二是当各种想法出现时,无须批判自己的思想,也不要因为它们看似琐碎无用而一味压抑。在日常生活中,正是由于人们无法坦然对待梦境,不断地用批判态度迫使自己压抑内心的真实想法,导致了許多心理疾病的产生。

13 同样是集中注意力,如何分辨病人是在观察自己的精神活动还是在反省自己的想法?从表情上看,前者的神色平静安详,后者面部肌肉紧绷,眉心紧皱。这是因为反省的人正在批判自己的思想,当各种念头涌出时,他们的做法是阻止念头的出现,许多观念在还没有被感知的情况下就已经被封堵。反省不是件轻松的事,也就难免令人神色紧张。与之相反的是,自我观察者只需要压抑住批判自己的念

头,让无数想法自然而然地进入意识——这情形和睡前状态有点接近,可以起到催眠效果——如果能够做到这一点,通过这些原生态的信息,将大大提高治疗的效果。

14 可能许多人都会觉得,要做到彻底放松,不用批判的眼光去面对自己的各种念头,实在是太难了。即便是以想象力著称的艺术家们也时常面临这样的矛盾。席勒曾经在给朋友的书信中诚恳地建议,倘若想提高创造力,需要淡化理性思维对于思想的限制。他认为,大量看似微小和荒谬的思想恰恰是创造力的体现,不要急于用理性将其关诸门外,真正的艺术家懂得保存自己的思想并用于创作。席勒的话给予苦恼的艺术家们一个明确的指向。在实际操作中,要取缔理性的防守,也并不像传说中那么困难,无论是病人还是精神分析师自己,在明确了要求之后,经过练习是可以做到的。

15 进行梦的解析时,需要关注的不是整个的梦,而是组成梦的各种片段。整理梦的片段,重新展现给病人,请他们进行自由联想,可了解在梦背后的种种延伸信息。由于同样是将梦分解成片段,赋予每一段以特殊的解释,所以这种释梦法虽有别于古代的“象征性”释梦法,倒是有点像“译码法”。但是精神分析的释梦法比译码法深奥之处在于,前者的解析主张不同的人做的梦拥有不一样的意义,而不是只有一套放之四海而皆准,无论男女老幼,都能对号入座的“译码”。

16 梦的内容和它们背后隐藏的深层含义是不同的,当分析师将收集到的各种信息——梦的碎片、做梦者的自由联想——进行归纳和比较,会发现看似纷乱的信息之间存在一条主要线索,是它将碎片们串成一组拥有共同主题的观念,这个线索就是做梦的真正动机,也就是人潜在的欲望。在欲望的指引下,梦境发挥了独特的创造力,它们的千变万化正是

基于对欲望的服从,所以,梦是有意义的。梦是欲望的满足。

17 倘若晚上吃了太咸的东西,人们会梦见自己喝水。梦境满足了人们想喝水的欲望,使人无须再起身喝水,这时候,梦就代替了生活中的事。而有时候,人们在梦中喝水,却不能如愿以偿,那是因为身体对水的极度需要,它迫使人们醒来,去寻找真正的水源。除此以外,在早晨起床前的困倦中,人们也会迷迷糊糊发现自己已经起身穿衣,甚至恍惚中自以为刷牙吃了早点。梦境让我们在片刻虚幻中体验着目标达成的喜悦,得到一次小小的欲望的满足。

18 怀孕初期的女性容易梦见自己来了例假,这明显不符合真实情形,类似的梦只是在传递一个信号——承担母亲的职责对于自身而言是无法承受之重,但愿自己没有怀孕,依然可以享受自由的生活。对于另外一些已经有过生育经验,打算生养第二胎

的女性来说,如何更好地哺育第二个孩子,弥补第一胎时的点滴遗憾也许是更为重要的议题,于是有的女性会梦见胸口沾上了乳渍,这显然也是一种欲望的满足:希望这一次怀孕能有比前一次更多的乳汁喂养孩子。

19 相比较成年人,幼儿是简单的群体,他们心思单纯,更容易表达本性。幼儿时期是人类成长的早期,我们可以通过对幼儿梦境的探究,发现人的本质需要。小时候,渴望去做一件事,因为种种原因未能成行,长辈可能会给些并不由衷的承诺,在极度失望中,孩子会在梦境里实现白天长辈不曾兑现的心愿。对于更小一些的婴儿来说,即使刚刚学习说话,还不能流利表达,这样的困难也无法阻止他们梦见心仪的食物,尤其在某些不得已的原因导致饥饿的情形下,他们会通过梦吃宣布对食物的占有。虽然幼儿没有性冲动,也就相对更容易快乐,但失望的情绪和被动放弃自己心爱事物的遗憾也能成为梦的源头。

婴幼儿之梦的本质往往是纯粹的愿望满足。

20 人们常常用“这件事我连做梦也没有想到”表达事情的出乎意料,反过来证明了做梦的确有帮助人实现愿望的功能。中国人用“癞蛤蟆想吃天鹅肉”比喻白日梦。癞蛤蟆能吃上天鹅肉吗?不可能。但是癞蛤蟆可以幻想自己吃上了天鹅肉。匈牙利谚语说道:“猪梦见橡实,鹅梦见玉米。”犹太谚语称:“鸡梦见什么?——小米。”不管猪还是鸡,说的都是一回事,在普罗大众心中,动物的梦想和人一样,不管能否实现,都表达了真实的欲望。

21 必须承认,直接表达欲望满足的梦毕竟是少数,大多数困扰我们的梦都不那么可爱,它们可能曲折幽暗,让人心怀恐惧;可能充满痛苦,比我们白天所承载的悲伤更为沉重;有人也可能因为梦见自己身陷困境而引发潜在的焦虑和不安……这些梦很难叫人相信也代表了什么“欲望的满足”。然而,释梦的

重点并不停留在梦的表面内容,隐藏在梦背后的真实想法才是分析的关键,通过两方面的对比,挖掘梦的真相。经过分析,包裹着纠结情绪的梦依然可被证明是欲望的满足。

22 在研究“痛苦的梦和焦虑的梦怎么会是欲望的满足”这个问题的同时,我们势必会遇见另外一个问题:如果这些梦的确表达了欲望的满足,为什么它们不痛快一点,而要通过曲折的方式表现呢?这种情形就好像人们参加化装舞会,戴上了面具之后,即便是熟人也可能对面不相识。梦也会化装,只是它们化装的目的跟人们参加化装舞会完全不同。释梦所研究的一个问题就是:梦化装的根源是什么?

23 梦中的感情不可全信,虽然有些梦直接地表达了我们白天的所思所想,但更多的时候它们乔装改扮,戴上面具,目的是掩盖梦的真相。这个真相,也就是梦的真实欲望,在清醒时刻也许并不能为我们