

张伊宁◎编

有关梦 请问弗洛伊德

晦涩拗口版的《梦的解析》快走开
请随时、随意、随性阅读这本书吧
对《梦的解析》精彩内容通俗解读
有关梦，请举手大胆地问弗洛伊德



中国纺织出版社



张伊宁◎编

有关梦 请问弗洛伊德

晦涩拗口版的《梦的解析》快走开
请随时、随意、随性阅读这本书吧
对《梦的解析》精彩内容通俗解读
有关梦，请举手大胆地问弗洛伊德



中国纺织出版社

内 容 提 要

作为精神分析学派的创始人，弗洛伊德将精神分析的
科学方法引入梦的研究。他在专著《梦的解析》中详细地叙
述了梦的发生、来源和工作原理，还对各种各样的梦进行了
科学分析，赋予它们更加合理的解释。在本书中我们略去专
著大量严密的推理过程和专业名词，以一问一答的形式让许
多学术问题变得深入浅出，为读者提供明确简要的答案。在
每一节中，我们都将针对问题的最为核心的答案突出显示出
来，以便读者能尽快掌握弗洛伊德《梦的解析》所阐述的核
心内容。

图书在版编目（CIP）数据

有关梦，请问弗洛伊德 / 张伊宁编. -- 北京：中
国纺织出版社，2014.4

ISBN 978-7-5180-0330-3

I. ①有… II. ①张… III. ①梦-精神分析 IV.
①B845.1

中国版本图书馆CIP数据核字（2014）第002906号

策划编辑：郝珊珊 特约编辑：张烛微 责任印制：储志伟

中国纺织出版社出版发行

地址：北京市朝阳区百子湾东里A407号楼 邮政编码：100124

邮购电话：010-87155894 传真：010-87155801

http://www.c-textilep.com

E-mail: faxing@c-textilep.com

北京通天印刷有限责任公司 各地新华书店经销

2014年4月第1版第1次印刷

开本：710×1000 1/16 印张：13.5

字数：90千字 定价：28.00元

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社图书营销中心调换

《前言》

梦自古以来就是人类运用想象力来“飞翔”的一种方式，我们每一个普通人都能在梦的世界享受愉悦、感受战栗、品尝痛苦。梦境仿佛是我们终日在疲惫和平淡的现实中舒展内心的最好归宿。

我们偶尔可能会困惑：人为什么要做梦呢？为什么会做这样那样的梦呢？为什么梦又是这样的难以追忆呢？这些困惑可能会让我们感到神秘莫测，甚至可能让我们按照梦的启示去展开未来的生活。

早在古代，就有许多对梦进行研究的著作，许多梦书更是将各种梦赋予了特定的含义。在现代，弗洛伊德作为精神分析学派的创始人，将精神分析的科学方法引入梦的研究。他的专著《梦的解析》中详细地叙述了梦的发生、来源和工作原理，还对各种各样的梦进行了科学分析，赋予它们更加合理的解释。这本学术专著中不但运用了大量的学术名词，而且有着大量严密的推理，这难免让许多对解梦有兴趣的人望而却步。

本书正是在这种情况下应运而生的。我们略去书中大量的推理过程和专业名词，并以一问一答的形式将许多学术问题进行简化处理，为

读者提供明确简要的答案。我们将全书分为九章，每章之间没有绝对的联系，读者可以从任何一章、任何一节读起，我们会在第二、三、四、六章集中为读者解析梦的产生原因、材料来源、伪装和工作原理，在第一、九章探讨释梦及其科学性，在第八章为读者剖析梦的心理学意义，在第五、七章和附录部分为读者详细解析一些典型的梦例和梦象。

在每一节中，我们都将针对问题的最为核心的答案突出显示出来。即使读者的时间紧迫，也仍然可以迅速地在书中找到答案，掌握弗洛伊德《梦的解析》所阐述的核心内容。

在日新月异的信息时代，各种信息每天都以光速涌向我们，我们必须善于鉴别，及时汲取有价值的精华。书不仅仅是品位和学识的象征，而且也应该及时有效地为我们提供更为核心有效的信息。这一点是我们一直努力追求的目标。

其实，梦一点儿也不神秘，只要读者肯走进本书的世界一探究竟，就会发现在梦的世界中，仍然有着一些特定的法则。希望这本书能成为读者闲暇之余有营养的消闲品，并让读者掌握一些基本的理论和技巧，试试开始对梦的奥秘一探究竟！

编 者
2014年1月

《《 目 录

第1章 释梦的方法与答疑 001

002	梦的解析，我们解的是什么
003	人为什么会做梦
004	梦是有意义的吗
005	古代人是如何释梦的
007	什么是“符号性释梦法”
008	如何用“密码法”释梦
010	科学释梦何以可能
011	病人与常人的梦可以混为一谈吗
013	记忆中的梦就是实际发生的梦吗
015	梦醒时分为何什么也不记得
016	我们为何会从梦中惊醒
018	研究“儿童之梦”有什么意义
019	“异国的梦”为何难以解析
020	梦是一种疾病的征兆吗
021	梦与性意识有何关联
023	释梦究竟属于什么范畴

第2章 如何识破梦的伪装 025

026	梦为何总是“浓妆艳抹”
027	梦是如何改造自己的
029	什么是“意识”与“潜意识”
030	梦与潜意识有何关系
031	什么是心理“审查机制”
033	“潜抑作用”能促成梦的形成吗
034	什么是梦的“置换现象”
035	什么是梦的“强制规则”
037	为什么梦总显得支离破碎
038	如何看待那些无关紧要的梦象
039	为什么不存在“单纯坦率”的梦

第3章 梦是愿望的达成 041

042	为什么说“梦是愿望的达成”
043	何谓“方便之梦”
044	梦中“复仇”的意义何在
046	“睡眠的愿望”就是做梦的动机吗
047	梦与现实有什么联系
049	什么是梦的“显意”与“隐意”

050	如何理解“痛苦的梦”
051	“反愿望之梦”说明了什么
053	什么是“焦虑之梦”
054	与己无关的梦境究竟与己何干
056	梦的分层有什么意义

第4章 造梦的材料及来源 059

060	梦是无中生有的吗
061	造梦的材料有哪些
063	梦的第一大来源是什么
065	梦的第二大来源是什么
066	梦的第三大来源是什么
068	梦还有其他的来源吗
069	外界的刺激就是梦的源头吗
070	什么是“情绪偏好”与“观念内容”
072	如何区分梦的内容与梦的来源
074	梦中的记忆有什么意义

第5章 几种典型的梦境 077

- 078 什么是“典型的梦”
- 079 如何理解那些令人尴尬的梦
- 080 “暴露梦”是如何突破“审查机制”的
- 081 “亲友亡故”的梦是怎么回事
- 082 那些残酷的梦象是我们的真实意愿吗
- 084 “儿童之梦”为何会如此“歹毒”
- 086 什么是“俄狄浦斯情结”
- 088 什么是“爱列屈拉情结”
- 090 我们为什么会做“典型的梦”
- 091 “亲友亡故之梦”与“焦虑之梦”有什么关系
- 092 为什么说梦都是利己的
- 093 为何会做“飞翔、跌落、掉牙”之梦
- 095 “考试焦虑之梦”有什么深意

第6章 梦的工作原理 097

- 098 传统释梦领域的重大误区是什么
- 099 什么是梦的“凝缩作用”
- 100 发掘梦之“隐意”时的系列联想可靠吗
- 102 梦的“凝缩作用”是如何实现的

103	梦象的选择受什么控制
104	梦中出现的词汇与话语可靠吗
105	如何理解梦的“移置作用”
107	为什么说梦无法表现真实的逻辑关系
109	释梦过程中需要还原的逻辑关系有哪些
110	什么是“自我等同”与“复合作用”
112	如何运用“相似性”原则来释梦
113	次要梦象是如何喧宾夺主的
115	梦为何喜欢通过相反的事物来表现欲望
116	究竟是什么决定了梦清晰与否

第7章 常见的梦象与阐释 119

120	如何理解那些连续的梦
121	梦中的“插叙”意味着什么
123	为什么梦中的我们总是感到软弱无力
124	“梦中梦”是怎么回事
125	为什么说“梦是一种形象化的表现”
126	如何解决梦中出现的各种象征
127	“释梦手册”中有哪些两性意识的暗示
128	梦境的似曾相识象征了什么

130	梦中数字与计算有什么意义
131	“荒谬的梦”真的很荒谬吗
133	梦中做出的判断靠得住吗
134	梦中的感情体验为何更真切
136	梦是“倒立的现实”吗
138	我们能意识到自己在做梦吗
139	什么是梦的“修饰作用”
141	经过修饰的梦效果如何

第8章 梦的心理学意义 143

144	“梦的遗忘”是怎么产生的
145	“梦的遗忘”有着怎样的心理学意义
147	什么是“白日梦”
148	“夜梦”与“白日梦”有何关系
149	形成梦的心理学动力是什么
150	记忆与意识的关系是怎样的
151	梦的“后退现象”是怎么回事
153	白天为什么很少出现“后退现象”
154	病中出现的幻觉与梦有什么相似之处
155	梦为何总是与幼年时的记忆难解难分

157	梦与人类共有的原始记忆有什么关系
158	梦与欲望有什么关系
160	梦中的欲望来自于哪里
161	儿童与成人的梦欲有什么本质的区别
162	有意识的欲望冲动对梦的形成有多大作用
163	为什么说所有梦的欲望满足程度都是相同的

第9章 关于科学释梦的一组问答 165

166	“惩罚性的梦”说明了什么
167	“日有所思，夜有所梦”的说法科学吗
169	“做梦有害健康”的说法正确吗
170	我们可以随心所欲地操纵梦的进程吗
171	梦是觉醒的前奏吗
172	释梦对精神治疗有哪些启示
174	梦与普通人的生活有什么关系
175	什么是精神分析
177	如何通过精神分析的方法释梦
179	科学释梦真的可以预见未来吗

附录 释梦案例选摘 181

182	伊尔玛打针的梦
185	植物学论著的梦
187	金龟子的梦
188	不诚实指控的梦
190	歌剧院的梦
191	关于花的梦
193	帽子的梦
194	被车轧过的梦
195	与建筑物有关的梦
197	人和风景的梦
198	孩提阉割的梦
199	楼梯的梦
201	俾斯麦的梦
203	化学家的梦

第 7 章

释梦的方法与答疑



梦的解析，我们解的是什么

Q 您的这本书的名字是《梦的解析》，那么您认为我们解析的梦是什么呢，如何去解析梦呢？



弗洛伊德：

当我们说梦的解析，首先就要承认梦是可以被解析的。我们首先要弄明白梦中状态和清醒状态有着什么样的区别，就此形成了两种完全相反的观点。

一种是认为梦和清醒状态完全是不同的世界，另一种则认为梦是清醒状态的延续。我认为我们在梦中一方面保持着对外界的感知，另一方面又缺乏清醒状态的理性思想。

当我们的感官体验和贮存在脑海中的大量记忆片段不断涌出，就形成了梦。

当我们对梦进行解析时，我们也就赋予梦一种含义。这就需要用我们

精神活动中的某个事物来替代它，让它成为我们精神活动中重要的一个环节。我们在对梦的解析过程中，不但要对它产生的来源、素材和发生过程进行研究，而且还要在这些梦中寻找出梦的深层精神根源和隐喻意义。

梦的解析可以帮助我们发现人类共有的一些原始记忆，同时梦的解析也对精神病症的研究和治疗有着很重要的意义。

人为什么会做梦

Q 许多人睡觉都会做梦，但是却对做梦的原因不甚了解。下面您可以以为我们解释一下，人为什么会做梦吗？



Sigmund Freud

弗洛伊德：

我们的潜意识中潜藏着很多欲望，我们生活中无时无刻不充斥着各种欲望，很多欲望是我们难以启齿的，例如在公开场合大喊大笑，随心所欲地穿过到处是车的马路，放肆地伤害别人，等等。这些欲望或许并不会被世俗社会所接纳，甚至都无法获得我们自己的认同。

我们很难把这些欲望一一满足，有时我们甚至会刻意压抑自己的内

心想法，这些被压抑在心中的欲望虽然看似十分听话，并不会影响我们的正常生活，但实际情况并非如此：

当我们进入睡眠机制之后，白天让我们忘记梦境的精神作用在晚上仍然会压抑着我们做梦的冲动，但是这种力量会随着我们入睡而逐渐减弱，但却并非完全消失。这种梦的审查作用就不能像在白天一样的“公正严明”，而往往会“玩忽职守”，把我们压抑已久的愿望释放出来。

做梦的过程就是一个欲望化装的过程。对于许多想要在梦中达成的愿望可能会因为梦的审查作用而变成另一个样子，然而它仍旧保持着欲望的本质。

梦就是通过这样的方式以一种合理的方式宣泄了我们的欲望，这种方式不但可以帮助舒缓我们的情绪，也会给我们的精神健康带来有益的影响。当我们做梦时，一些无法排遣的欲望终于找到了出口，就不会进一步发展而成为精神疾病的根源。

当我们心中潜藏着未被满足的愿望时，梦就随之产生了。

梦是有意义的吗

Q 梦的世界总是千奇百怪的，从表面上来看，梦似乎是杂乱无章而没有意义的。那么梦到底有没有意义呢？