

## 1 做诗机器

大多数人在到死时只能认识到自己很少一部分潜能。他们出生时是百万富翁，却在贫困中死去。

A. R. 奥雷芝

在策划这本书的最后阶段，我做了一个梦，梦境中看到自己与卡罗勒斯·奥德费尔德、约翰·包尔比，以及一个穿白大褂的人（我想他是一位科学家或技术人员）一起就一台仪器进行争论。以我的经验来看，它肯定是一台脑电图仪，因为这东西表面插着电极，并且引出一根导线，连接到笔上，使之能在卷纸上画出许多胡乱而尖利的线条。但是卡罗勒斯却把它称为“做诗机器”。在隔壁房间里，一个年轻的女人正在歌唱，我在欣赏她甜美的歌声时却惊醒了。这个梦意味着什么？为什么这些情境就是我开篇要写的东西？为什么与我争论的人会把这台电子脑波仪称为“做诗机器”？你对这些人中的谁感到最不可理解？

当我上大学时，卡罗勒斯·奥德费尔德就先后在雷丁大学和牛津大学的心理学系任教。他是一个心地善良、为人慷慨的教授，他教了我许多有用的科学方法和研究心理学现象的知识。后来，当我完成医学课程时，他又鼓励我到雅典迈特拉婴儿中心继续进行博士深造（MD）并邀请约翰·包尔比教授担任我的导师，从事婴儿行为学方面的研究。使我感到最

大满足的是，包尔比教授欣然同意了，这使我感到最大限度的满足。

之后，我作为一名婴儿发育方面的专家，好运气接踵而来，在学术方面也不断有所突破。约翰·包尔比教授则凭借他在母婴研究领域的国际声誉，在心理分析学界掀起了一场革命，并且成为我一生中一位极佳的良师益友。在我的眼中，约翰最主要的成就是雄心勃勃地把弗洛伊德的精神分析法带入生物科学的主流。但不幸的是，并非分析家不关注实例研究，而是他们继续把信仰建立在大师们有瑕疵的、空洞的说教之中。结果就是精神分析学更像一个门派而不是科学。

虽然我与约翰教授对荣格分析论的看法不同（他本人的理论基础属于精神分析学派），他还是支持我努力把荣格的理论与他自己的“附属理论”结合起来，并且在此基础上加上动物行为学（研究野生动物行为的一个生物学分支）的一些最新发现；他还对我的《自我自然史》的草稿中所涉及的问题进行了热情的回应，这本书出版于 1982 年，对我来说意义非常。

当我考虑到这个梦的时候，我认识到它正是唤起我准备写这本书的理由。这个梦透露的信息是什么？我感到它告诉我自己需要继承卡罗勒斯·奥德费尔德和约翰·包尔比所宣示的科学传统，但是同时它也提醒我梦的创造者是个诗人。隔壁房间里的年轻女人则是所有男性荣格分析家熟知的——混合在自我灵魂中的女性因素，作为仲裁者评判他的行为，并以爱神、音乐、诗和生命等面目与他进行交流。荣格曾经观察到的“灵魂”是生命的本原。而她的歌唱则强调了卡罗勒斯给我提供的信息。

在我梦中出现的那个穿白大褂的人操作“做诗机器”并且保证它有正确的记录。过去 40 年许多在梦境方面的科学研究都依赖于脑电图仪的使用，正如我们将在第四章看到的那样

它所获得的信息对于我们来说具有重大意义。但不幸的是，很少有著作涉及到梦的解析，对于这方面的研究成果也不重视，对梦进行科学研究的大部分书中都把神经生理学作为讨论的重点，而几乎不提及心理学的内容，这样由于神经生理学本身的缺陷，研究往往浅尝辄止而变得毫无意义。这种短视是无法接受的。

我们在梦学（梦的研究）方面已经达到一个历史转折点，已经不能简单地把梦作为纯心理学或完全神经生理学现象来进行讨论。很清楚，它具有双重性。任何对于解梦有所助益的研究方向都必须把心理学和神经学的观点结合起来。梦是一种心理生物学现象，正如我希望展示的那样，它们拥有自己的本源，在物种进化史中占有重要地位，并与我们个人的成长息息相关。

梦本身应该成为系统研究的焦点，这在目前具有特别重要的意义，因为精神分析学作为一门科学的根基正在遭到撼动。弗洛伊德学说的声誉在最近几年里不断下降，各种心理疗法学派的贬抑之辞不绝于耳，在公众的头脑里，这个门派的所有创造力都被弗洛伊德定型了。结果对于我们中间那些立志在未来成为心理医生的人来说，实践变得可有可无，他们最迫切需要的是在内心形成一系列假设，然后根据实际病例进行描述，就可以为大家所接受。同时我们在科学领域也不能忘记一件至关重要的事情，即，做梦的大脑远非一个电子化学系统来对梦境进行“信息加工”，它更像是一架“做梦机器”，如卡罗勒斯所说的那样，在梦中产生“电子大脑 X 光片”。心理疗法和梦的解析是，而且总是一门艺术而非科学，我们需要实践出真知，需要以毫不妥协的态度对待自己长期以来所体验到的见解、感情和智慧。

在我的整个专业生涯中，都在为自己的理想而奋斗，即希

望能为人性的发展提供一个持久的理论。在包尔比的影响下，我看到了对比方式的运用——根据心理学、生物演化学、社会学和人类学的规律把各种数据收集到，进行比较和分析，这种思维方式对于阐述一种理论是不可或缺的。梦的比较研究对于达成这个目标具有极其重要的意义，因为，正如我们所昭示的那样，梦的内容直接与年龄有关。在心理学、分析学、特性论和神经科学的发现并不能足够有效的证明将会产生一个新的起点，来开启梦学历史上最激动人心的一刻。在 20 世纪后半期的所有发展中，人种学的革命与脑电图研究相结合导致了对梦的本质和功能理解方面的转变。在 20 世纪的第一个十年里的这段漫长的时间里，逐步证实了 C. G. 荣格的临床实践，即我们物种的根本亲缘关系不仅存在于自己的身体和基因里，而且存在于我们的幻想、梦境、精神状态以及文化艺术方面。人类发展的过程是建立在一定的基本结构之上的——荣格把它叫做原始集体无意识——这在很多方面都是显而易见的，比如儿童的语言学习能力，为各个文化群体所喜闻乐见的故事和叙事诗，人类总是希望去表现的礼仪活动、歌曲、圣歌以及舞蹈等。人类学、精神病学、神经病学以及深层心理学都为我们窥视人的本质提供了途径，使我们得以了解到自己的一举一动都受到内心深处的深层本体的影响。荣格把这个深层本体称为“200 万岁的自我”，它暗含在我们的一言一行中。没有什么地方比梦境更能表现出这种残存的原初物的存在了，在梦中，正如神经学家所揭示的那样，表现了我们大脑中最原始的构造。每个晚上我们都进入一个虚构的现实，一个黑暗的、充满原始气息的迷宫，里面居住着众神和我们祖先的鬼魂，聚集着来自我们人类的古老的智慧。一些梦境通常会带有当代的伪装，但是我们梦中的这些披着现代外衣的奇思怪想往往源于古代人类的神话。这种原初的自我是做梦的基础，

它非常形象地体现出我们在进化中对过去遗产的继承。在我梦境中的三个人中，我可以辨认出两个人（卡罗勒斯和约翰），他们作为我的导师，实际上代表了荣格所说的“智慧老人”。那么第三个人即穿白大褂的男子又代表了什么呢？从我与他的关系出发，可以很清楚地看出，他是一位现代“英雄”人物——一位真正的科学家，他能够一心一意的始终站在知识的前沿，通过一系列的可证明的事实和逻辑推理来进行探索。体现这一点的很好的例子就是在梦中遇到一个陌生人并与之进行想像中的交谈。当我这样做时，我了解到这位科学家认为梦是一种无意义的字谜游戏，完全由神经化学反应支配。我对他说：你之所以有这个观点是因为你从来没有把自己的梦境看做是一种心理事件，你从来没有把个人与梦境联系起来。如果你能够做到这一点，不久就会发现梦境是多么的有意义。但是他却非常粗暴的答复说，他没有时间做这样的事情。

对于那些关注梦境的神经生理学研究人员来说，他们否认做梦的心理意义并不是非同寻常的事。他们就像电器工程师一样，由于只关注电视机技术本身，而忽略了正在播出的节目。我猜想，很少有专业人士会像这个例子一样一叶障目，但是许多人可能会把他们的梦境看做是电视机，他们只是把机器打开，任由它在屋角自由播放，而电视播放的节目对他们几乎毫无影响，他们只是在无意识层面会得到一些零星的信息。既然他们并没有清醒地理解这些节目到底是什么，他们也就不会自取麻烦地去关注和找寻有价值的东西。像我们的科学家一样，他们感到自己一生中还有更好的事情值得去做。但是这样一来他们丢掉了一份珍贵的财产，即我们经常忽略的个人经验和教训。通过进入人类体验的最深处，梦能够对我们的健康和个人发展产生影响，同时还可以使我们更加准确地

把握生命的意义。梦并不是什么深奥的现象，并不是需要高级专家进行分析才能够理解。正如我试图揭示的那样，梦的解析是一项艺术性的工作，每个人都可以从中得到好处，人人都可以从中了解到自己想做某事的真实意愿。

由于梦的状态涉及到人类生活的各个方面，因此本书涉及的范围必须特别宽广。本书开始于对早期历史上著名的梦境案例进行介绍，而第二章和第三章将讨论梦的理论的发展过程，以及从远古时代到现在为了发现梦境的秘密而采用的各种技巧。第四章考察了梦科学的各项研究成果，它们支持了弗洛伊德和荣格的精神分析理论，保罗·麦克莱恩的三位一体大脑神经学模型，以及埃德尔曼关于记忆和知觉的“神经达尔文主义”理论。第五章简要描述了荣格“原型”的概念以及相关的复杂理论，并根据生物学的理论提出他们在构成梦境过程中所扮演的角色。梦的真正形成进程在第六章中将得到阐述。在这一章里，“梦的工作”将会与其他创造性的行为进行比较，比如语言、诗歌、讲故事、记忆、玩耍、预兆、魔力和仪式等。人类灵魂所拥有的天才集中表现在构建具有特定意义的图象上，本书的第七章将对象征主义进行考察。第八章将通过解析疗法描述“梦工作”的实际运用；而第九章则提供详细的建议来指导如何使某人的“梦工作”为己所用。一系列的梦境将被作为典型案例在第十章中被解析。在第十一章中，将会研究梦对于艺术和科学发展的重大贡献，而在第十二章中则讨论梦境改变整个历史的情况。最后部分将讲述梦在个人意识发展中的作用，这对于物种的生存（第十三章）和人类心灵的健康（第十四章）都有重要意义。

在撰写这本无所不包的书的过程中，我认识到自己有可能被指控为钻出自己的犹太人区，剽窃了我的前辈们毕生心血才研究出的精华；但是我准备冒那样的风险，因为我感到现

在正是写作这样一本书的最佳时间。梦境对于我们每个人，甚至对于我们文明的未来发展都具有深远意义。因此我想借助于这几页纸所表达的东西能够使信奉不同世界观的人士和专家都感兴趣。使梦的解析法则被科学家所理解，使梦科学的发现能够到达实际分析人员的手中，这些原理和发现经过两大阵营专业人士的介绍将会使任何对梦的研究感兴趣的人受益匪浅。

我写这部书的中心指导思想是使我的读者能够感受梦境，引领他们进入由梦的语言所描述的神秘世界，欣赏自己所发出的信息，体味自己的心声。而其他对于历史、典故和科学信息的讲解，尽管重要，则只是对这个目的的辅助。

对一个梦的完全解析需要时间和空间。在文章中出现过的许多例子都是言简意赅和一针见血的。然而，为了能把梦中世界里千奇百怪的意义符号和“心灵之书”中的话题充分展现给读者，我将在这部书中花费更多的篇幅来解读和分析某些关键的梦境。如果一个人想要欣赏自我梦境中表现出的难以置信的微妙情感和创造性，那么最好的办法就是把一个典型的冗长的梦境作为标本进行分析，然后加上这个人自己的文化背景和有关情境。出于上述便于解释的目的，我选择既能在精神分析历史上占有关键位置的实例，又注意保持了我們自己的文化特征，比如弗洛伊德关于艾玛的注射的梦、荣格的关于海关检查员的梦、希特勒关于自己被活埋之梦以及雷内·笛卡儿伟大的梦。

所有这些例子都在公众中广为流传，而且做梦的人现在都已经不在人世。之所以这样做是因为如果与大家一起分析那些现在仍然活着的人的梦境会涉及到个人隐私和职业道德问题。梦是所有的事情中最具有隐私性的东西，即便在书中通常隐去了做梦者的真实身份，但作为外人的读者看到别人的

隐私时也会感到不安，因此在出版时必须要让相关人员过目并征得他们的完全同意。为此，我想要对本书涉及的所有人士表达我最诚挚的谢意，因为没有他们的同意与合作，本书就不可能面世。

另外，我还根据弗洛伊德和荣格所举的例子，把我自己有关的梦境展示出来，这完全是为了说明和支持我自己的观点。当一个人写作一本书时不可避免的会梦想到自己工作的进展。事实上，这些有写作的梦是如此典型，以至于它们已经成为本书文字中不可分割的一部分。这些被列入书中的个人梦境不是出于我自我炫耀的目的，我之所以用它们举例是因为它们比较新颖，且具有启发性，能够表现出一种无意识的想法是如何被自我意识所支配的，特别是在面临一项超越自己能力的任务的挑战时。

## 2 从吉尔加梅什到弗洛伊德

对于兰巴蒂德·厄鲁克国王来说，  
他改变了不可改变的方式，  
滥用和改变了惯例。

《吉尔加梅什史诗》

人类看起来从刚刚出现“文学的艺术”时，就有了对梦境的记录。在公元 2 世纪，一位名叫阿特米多罗斯的罗马占卜师周游世界，为他的一本巨著《梦的解析》收集资料。在尼尼微的阿休尔班尼鲍国王的书房里，他发现了刻写在粘土板上的梦的记录，在后面还注明了日期，时间大约在公元前 3000 年，甚至更早。阿休尔班尼鲍的书房遗物在 19 世纪中叶被挖掘。人们看到许多记述梦境的粘土碎片，其中还包含了古巴比伦厄鲁克国王时期的《吉尔加梅什史诗》。后来人们又在一座神庙里发现了另外一些雕刻着相同契形文字的泥板，这座神庙就是著名的纳布神庙，供奉着闪族人的智慧之神。把这些资料进行细心的加工和整理，我们就会了解到吉尔加梅什史诗的大致面貌。在史诗的开篇就记叙了这位国王被噩梦所困扰。于是他把自己的梦讲给母亲宁逊听。他的母亲则告诉他说，这些噩梦意味着有一个能力不在吉尔加梅什之下的人将要闯入他的生活。吉尔加梅什将与这个新来者进行斗争，争夺对王国的支配权。斗争中吉尔加梅什终将失败，但是这也会使两位强者化干戈为玉帛，携手创建一番霸业。

这是历史上第一个解梦的实例，而且它是以预言的形式出现的。但是从后世的观点来看，吉尔加梅什的梦不过是他心理烦躁症的一种表现。对于这一点宁逊是再清楚不过了：吉尔加梅什的权力已经岌岌可危，因为他聚敛了太多的财富，强迫太多的人为自己建造厄鲁克高高的壁垒，并且抢夺王国中的每个处女。而在这个预言中出现的吉尔加梅什的新对手则担负着彻底改变吉尔加梅什的责任。他就是恩齐多，他是一位“野人”出生于自然，在森林中的野兽群中长大。他认为自己就是动物中的一员。他是人类史前自我意识的化身，吉尔加梅什需要这样一个人把自己无限膨胀的欲望击落到地面。只有射猎采集时期人类原初的谦逊本性才能使这位帝王发热的头脑恢复到自然状态之中。只有这样做，他才会“改变了不可改变的方式 滥用、改变了惯例”。在吉尔加梅什的梦中 以及他后来与恩齐多的关系中，我们可以发现在我们脑中两种观念的冲突 这就是文明和‘野蛮’意识的碰撞。荣格把这种原始意识称为在我们体内存在的“200 万岁的人”。正如宁逊劝喻吉尔加梅什那样，荣格预言我们每个人必须与我们身体内这个强有力的人格做斗争，并且将化敌为友使其成为自己的同伴。荣格写道：“我与病人都在和自己体内的‘200 万岁人’对话。在上面的分析中，我们的困难大多来自于与自己的本能失去接触，这种本能从远古时代起就蕴藏在我们身体里，为我们提供了无穷的智慧和。那么我们如何与自己身体里的老人进行联络呢？在我们的梦中！”（杰考比,1953）

根据人类学，任何社会都有关于做梦的理论和解释它们的技巧。我们不知道在人类进化过程中什么时候开始出现做梦的概念，但是我们能肯定那是一个很古老的年代，比史前时期还要早。宁逊向吉尔加梅什说梦的故事在世界上许多文献中广为记载，这不仅说明了人类对于梦境的强烈痴迷，而且一

直以来特别注重于对梦的解释。

## 梦的理论

没有理论支持的事实是苍白的。  
哈耶克爵士

广义来说，我们能够辨识出三种理论：

(1) 梦是由某种超自然的力量，例如上帝或魔鬼所引起的。它们可以被认为是传达某种信息。上帝引起的梦是“好”梦，可以指引我们上天堂；而魔鬼引起的梦则是“坏”梦，会引导我们下地狱。这样解梦的关键就是区分“好”梦和“坏”梦；“真”梦和“假”梦。有意思的是，梦来自于“外界”或来自于“上帝”的想法仍然被我们的小孩子所尊崇——直到他们被教导别去信它。

(2) 梦是自己在睡眠期间灵魂出窍漫游外部世界的真实体验。这一点是非常重要的，因为这种外部世界之旅具有潜在危险性，可能对做梦者的命运产生根本性的影响：一方面它们可以使梦寐者看到和从事超出他们能力之外的工作；但是另一方面它又是危险的，因为如果一个人在梦境结束之前就被唤醒，那么他的灵魂就不能及时返回身体，结果这个人的心智就会不健全。根据这种理论，解梦的全部功能就是了解灵魂在梦中的经历，如果有必要，就要及时恢复由于惊醒而失去的那部分。尽管这样的解释在西方经常是牵强附会的，但那种我们在梦中灵魂脱离身体的感觉是真实的。许多现代做梦者都会报告自己“灵魂出窍”的经历，他们有时还遇到不能让灵魂“返回”身体的麻烦，或者自己的灵魂不愿意回去。

(3) 梦是自然现象，是睡眠中正常精神活动的结果。支持

这种理论的人都否认梦是有意义的，认为梦是不可以被解释的。

在这三种理论中，前两个很古老，并且具有神话色彩。只有两种文明在两段很短的时期在某种程度上接受了第三种理念。它们是：公元前 3 至 1 世纪的古希腊以及公元 19 世纪以来的西方社会。老百姓的梦中通常个人利益色彩很明显，并且常常与妖术联结在一起，而从罗马时代起的西方知识分子们则试图与常人的观点保持距离；当 18 和 19 世纪的学者郑重其事地研究‘野人’时 往往会对梦境起因的说法不屑一顾 认为释梦都是骗人的把戏。尽管这种对做梦的蔑视由来已久，并一直持续到现在，弗洛伊德理论的影响在美国，特别是在本世纪前叶仍然很盛行。这就导致了基于民族志学研究的原始解梦学的复活——尽管这些研究成果经过心理分析变得有些扭曲 并且深受当时世俗偏见的影响。到了 50 年代 对梦加以民族志学研究从某种意义上讲已经成了一种“文化和个性化”产业。而弗洛伊德学说则一蹶不振，因为精神分析学派舍弃了跨文化的研究，把自己定位于近距离审视个体，认为个体是独特而分散的。结果，学术界越来越局限于基于民族文化学对梦作出解释。同时，由于环境决定论和空洞的行为主义盛行，使社会科学面临毁灭的境地。这是普遍现象，在整个 20 世纪很少能找到特例。

要想在一章中就把复杂的解梦学讲解清楚是不可能的。我们没有必要从远古时期讲解到现代维也纳，而是选取历史上解梦学变革的几个关键时刻进行分析。这些例子将按照时间先后排列。

## 原始社会

是趋于相似的。  
人类头脑中的想法不论在何地总

林肯

尽管人类学家小心翼翼地坚持自己的立场，反复强调文化间的差别，但是他们还是继承了解梦学中一个基本的概念，即“文化的普遍性”。即便是最彻底的文化相对主义者也不能否认在所有社会中都存在一种关于梦的学问（解梦学），对于梦的一套假设（解梦），以及利用它们的实际方法（圆梦）。

对于普遍性的最典型的例子就是各种文化都认为梦是在夜间人的灵魂出窍到处游荡所引起的。所有未开化的民族都相信梦是“重要的”，对于那些经常做梦的人来说具有特殊的价值，因为他们可以从天赐的梦境中得到启迪。人类学家也毫无质疑地认为做梦可以保持文化的稳定性和帮助原始社会的人进行创新。J. S. 林肯于 1935 年出版了他的《原始社会之梦》一书产生了巨大的反响。在书中他下结论说原始人与现代西方人在做梦方面遵循同样的规则。

根据来自人类学的数据，梦总的来说有 4 种类型：(1) 以上升到文化层面的“大”梦；(2) 对于未来事件进行预告的“预言梦”；(3) 促进身体健康的“医疗梦”；(4) 纯粹是做梦者个人体验的“小梦”等。

尽管原始人珍视所有的梦，但他们最珍视的还是“大”梦。这些强有力的梦，人类学家把它们叫做“文化模式梦”（林肯）或“正式的梦”（马林诺夫斯基），荣格把它看做是典型的人

类集体潜意识的表现，而且，他还注意到，这些梦通常与一些占据压倒地位的主观感受相一致，比如恐惧、迷惑和神奇等。奥托把它们描述为超自然力——是真正的宗教体验的核心（1950）。这种超自然的梦之所以广泛地被人们所尊崇，不仅是因为它们具有震撼性的影响，而且因为这些梦体现了一种普世的信仰，即人类可以被赋予一种神奇的智慧来指导他们前进。出于这个原因，梦不可避免的被巫师和医生所利用，以此证明自己具有治愈疾病、预见未来和拯救灵魂的能力。神秘的梦也会被认为是适合担当某一职位或角色的表现，这往往是年轻人成为战士或巫医的开始，这种决定个人职业的“梦中启示”在北美的印第安部落之中非常流行。与之形成对比的是，现代研究人员和心理分析学者对梦的探索过于琐碎，与原始人相比，看起来就是小巫见大巫了。

发现各种不同的文化中却有相同的典型“大”梦确实令我们震惊，因为这种情况现在在我们的社会中非常稀少而且常常被误解。看起来人类社会从原始社会经过游牧、农耕和早期城市等各种社会形态，最后才发展成为现代的复杂社会。在此期间典型“大”梦的影响范围和力量都在不断下降并逐渐被个人的“小”梦所取代。这一真相被荣格于1920年代中期所发现，当时他正在肯尼亚的埃尔戈尼人中间考察。他永远不会忘记自己与一位埃尔戈尼药师的对话，后者告诉他说他的人总是对他们的“大”梦给予特别关注，因为这些梦可以指引他们对自己生命中的重大问题作出决定。但是现在，这位老人却悲伤地补充说，他的埃尔戈尼同胞不再需要他们的梦了，因为统治地球的白人知道一切“大”梦丧失了存在的价值。

为什么射猎采集社会的人会对典型梦境特别感兴趣？这是建立在他们与众神接近的基础上的。他们的一生都在专心致志地体验灵魂，而且在射猎采集的过程中遇到的各种自然

现象帮助他们建立了万物有灵的信仰。我们共享着一个世界，即便在高度文明的社会中也是如此。当我们还是小孩子时，就富于想像力地把自己认为是鸟、兽、风、火、土和水的化身——浪漫诗人则把这些幻想带入成人世界，并且把它冠以“自然神秘主义”的头衔。然而，孩子们像史前人类一样经常相信他们的梦是真实的体验，相信梦中事件实际上已经发生。这些童年时代的倾向和信仰无疑会遭到父母的反对，后者会告诉他们的孩子说这些睡眠中的冒险“不过是梦而已”。但是如果我们撕裂文明的伪装，就会看到原初的体验事实上仍然存在于每个人心中。

## 早期文明

说：“我要带领我创造的阿休尔班尼鲍国王出征。”

女神伊师塔在梦中告诫每一个人  
阿休尔班尼鲍的大军

在早期文明中原始梦学理论的主要发展和实践包括：(1) 把梦的解析作为宗教体系的一部分；(2) 认为做梦是构造神圣的活动，并把故意创造梦境（梦的孵化）作为康复治疗的一种手段加以利用；(3) 梦的描述和解释被铭刻在泥板和记录在草纸上；(4) 发展出一套规则来区别梦的“吉”“凶”以及解释它们究竟意味着什么。

对于梦的最早记载来自于亚述和巴比伦的“梦书”。它们是在尼尼微的阿休尔班尼鲍国王的书房里被发现的，这位国王曾经在公元前 669 年至 626 年统治亚述。书中的许多内容都与梦里的危险人物有关，里面记载了许多梦中出现的魔鬼与死魂灵。为了防止这些恶魔到世间捣

乱，巴比伦人建造了供奉梦之女神的马努神庙，并以马努女神的名义祭祀鬼魂，保佑平安。当时梦的主要价值看起来就是向人们预告未来。许多解梦记录都使我们震惊，因为里面充斥了弗洛伊德所称的离奇怪异的“野性分析”成分。但是它们中的一部分仍然具有意义，如关于喝水的梦，意味着长寿，而喝酒则意味着短命——也许这是对于酒精危害健康的早期预警。梦到飞翔则是对迫在眉睫的灾难的警报——飞得越高摔得越狠，这正是伊卡洛斯给希腊人的教训。

至于埃及人，则像亚述人和巴比伦人一样，也认为做梦是一种警告，尽管他们相信这种预言直接来自于神而不是魔鬼。虽然诸神要求人们通过苦行和牺牲来避免灾难，但是他们也有责任借助梦境来回答做梦者提出的疑问。总之，从整体上讲，埃及人把梦看做是有益的东西，尽管它们也可能是含有恶意的。对于这批最早进入文明社会的人来说，梦是可以通过孕育形成的，于是故意做梦可以与某种需要联系在一起，比如让某人生病或是痊愈。埃及的梦之神是塞拉皮斯，他在整个埃及有数量众多的神庙，最著名的一座在孟菲斯，建造于公元前3000年前。对于埃及解梦的最古老记录保存于大英博物馆，被称为“切斯特·贝蒂纸草”。这份文献形成于公元前1350年，来自上埃及的底比斯，上面记载了大约200个梦，其中许多梦标注的日期更早。这里面用来解梦的模式引起了我们特别的兴趣，因为它运用了弗洛伊德的三个理论，即：找到视觉上或口头上的双关语，判明隐藏的联系，以及逆向思维的使用——一个梦往往会和它要表达的本意相反（例如，一个病人梦到死时就意味着他将变好）。

来自埃及和其他远古文明的解梦者喜欢把梦描述成为双关语。尽管这些双关语的解释在当时会很有意义，但是后代却很少能够解读出它们。当然，一再重复的梦境元素会在后人编

的解梦字典中出现，从而为我们所用。例如在切斯特·贝蒂纸上，我们就可以了解到，梦见暴露了藏在自己身后的人就意味着失去父母。这其实是很难理解的，除非有人知道在埃及词语中屁股与孤儿非常相似。许多看起来很随意并且显然是荒谬的解释都在梦书中列出。这其实起源于现在已经消亡了的古埃及文中生动的双关语。关于现在仍然起作用的双关语将在以后的章节中列出。

尽管在巴比伦、波斯、埃及、希腊等地有各自不同的解梦传统，但是由于近东和中东地区不断的迁移、征服和贸易，产生了许多通用的解梦方式。在埃及，梦的孵化实践在治疗之神因霍特普的名义下得到发展，后来又被希腊占领者所沿革，并在阿斯克雷皮奥斯的军中得到实行。但是，在所有的可能性中，埃及人自己所借鉴的成分更多，因为他们总是从别的不那么复杂的文明中吸收精华为自己所用。这一点对于古代中国人也适用，他们一样也发展出了一套翔实的解梦和育梦的传统。

当近东和中东的人把做梦归因于外部神、鬼等的推动作用时，东方人则坚持自己最初的信条，即做梦来自于自己本身——做梦者体内游动的灵魂。对于中国人来说，世上存在着两种灵魂：一种是物质灵魂称为“魄”，另一种是精神灵魂称为“魂”。后者可以在每天晚上睡觉时离开人体游荡，而两者在人死亡的那一刻与身体彻底分离。正如无数前人所告诫的那样，中国人相信唤醒一个熟睡的人是一件非常危险的事，因为这样做会使人丢了魂，并使睡觉者被剥夺了思考的能力。这一古老的信仰在 1960 年代又被提了出来（现在多数人都不同意）研究发现，当一个人在睡眠中发生快速眼球转动时，一旦被从梦中唤醒，人的主观意念就会产生幻觉，感到迷惑。

“魂”与身体的分离不仅发生在做梦和精神失常的情况