
五、梦

解释梦的理论只有两种是容易为人了解而且也合乎科学的。这两种声称要了解梦并解释梦的学派，是心理分析的弗洛伊德学派和个体心理学派。

1.关于梦

几乎每个人都会做梦，但是了解梦的人却很少。这种现象看来是很奇怪的。梦是人类心灵一种很平常的活动，人们对它一直很感兴趣，但是对它的意义却一直感到迷惑不解。有许多人非常重视他们的梦，他们以为梦是奥妙无穷并含有重大意义的。从人类最古老的年代起，我们便一直能发现这种兴趣。然而，一般而言，人们对做梦时自己到底在做些什么，或为什么会做梦等事情，仍然没有什么概念。据我所知，解释梦的理论只有两种是容易为人了解而且也合乎科学的。这两种声称要了解梦并解释梦的学派，是心理分析的弗洛伊德学派和个体心理学派。在这两者之中，可能只有个体心理学者才敢说他们的解释是完全合乎常识的。

以往想要解释梦的尝试当然是不科学的，但是它们都值得注意。最少它们能表现出以前人们把梦当作是什么，以及他们对于梦所抱持的态度。因为梦是人类心灵创造活动的一部分，假如我们发现人们对梦有些什么期待，我们便可以相当准确地看出梦的目的。在我们的研究开始之初，我们便看到一个明显的事实。大家似乎都把梦能预测未来视为理所当然。人们常常以为，在梦里有某些精灵、鬼神或祖先会占据他们的心灵，并影响他们。在困难时，他们会借用梦来指点迷津。古代解梦的书对梦见某种梦的人将来运道如何，都给出了解释。原始民族在梦中寻找预言和征兆。希腊人和埃及人到他们的庙里去参拜，希望能得到一些神圣的梦来指引他们未来的生活。他们把这种梦当作是治疗的方法，能消除身体上或心灵上的痛苦。美洲的印第安人以斋戒、沐浴、行圣礼等非常烦冗的宗教仪式来引发梦，然后按照他们对梦的解释作为行为的依

据。在《旧约》中，梦一直都被解释为未来事情的预兆。即使在今日，也有许多人说他们做过的很多梦后来都变成事实了。他们相信，他们在梦里会成为预言家，而梦则会运用某种方法让他们进入未来的世界中，并预见以后会发生的事情。

从科学的立场看来，这种观点自然是荒唐无稽的。从我开始想解开梦的问题的时候起，我便很清楚：做梦的人预见未来的能力，比清醒而能完全支配其官能的人差得远。我们不难发现，梦不仅不会比日常思维更能理智地预测未来，反倒更为混乱而令人难解。然而，我们对人类认为梦能够经由某种方法和未来发生联系的传统观念，却不能不加以注意。也许我们会发现，从某种观点看来，它们并不是完全错误的。假如我们运用客观的态度来加以研讨，它可能提醒我们注意某些一向被忽视的重要之点。我们已经说过：人们曾经以为梦能够对他们的问题提出解决之道。我们可以说：这种人做梦的目的就是想要获得对未来的指引和解决问题的方法。这和认为梦能预见未来的观点相去非常之远。我们必须考虑：他寻求的是哪种问题的解决方法？他又希望从中获得些什么？有一点仍然是非常明显的：梦中所提出的任何解决问题的方法，必然比清醒时考虑整个情境所获得的方法差。事实上，做梦时，个人就等于是希望在睡觉中解决问题。这种说法并不算太过分。

2.弗洛伊德学派与梦

在弗洛伊德学派的观点中，我们发现了一种真正的努力，他们主张梦具有可加以科学解释的意义。然而，在许多方面，弗洛伊德的解释已经把梦带出了科学的范围之外。例如，弗洛伊德假设：在白天的心灵活动和夜晚的心灵活动之间，有一个间隙存在；“意识”和潜意识彼此互相对立；而梦则遵循着一些和日常思维法则迥然不同的定律。当我们看到这些对立时，我们会断定心灵有一种不合乎科学的态度。在原始民族和古代哲学家的思想中，我们常常会看到这种把概念弄成强烈对立，把它们当作相反事件来处理的例子。在神经病患者中间，这种对立的态度表现得最明显。人们经常相信左右是互相对立的，男女、冷热、光暗、强弱也是互相对立的。但是，从科学的立场看来，它们不是互相对立的事物，而是同一件东西的变异。它们是依照某种理想的假定排列而成的量表上的不同程度。同样的，好和坏、常态和变态也都不是对立的事物，而是同一事物的变异。把睡眠和清醒、做梦时的思想和白天的思想当作是对立事物的任何理论，都注定是不科学的。

原始弗洛伊德学派观点中的另一个难题，是把梦的背景归之于性。这也使得梦从人类通常的努力和活动中分离开来，如果这种看法正确，那么梦便不是表现整个人格的一种方法，它表现的只是人格的一部分而已。弗洛伊德学派自己也发现用性来解释梦是有所不足的，因此，弗洛伊德主张，在梦里，我们还能发现一种求死的潜意识欲望。我们也许能发现这种观点在某些方面是正确的。我们说过：梦是想要找出问题解决方案的企图，它们显露出个人勇气的丧失。可是，弗洛伊德学派的名词却太离谱了，它们根本无法让我们看出整个人格是如何表现在梦里面

的。而且，梦中的生活和白天的生活似乎又变成了壁垒分明的不同事物。不过，在弗洛伊德学派的概念中，我们也得到了许多有趣而且有价值的暗示。例如，其中特别有用的暗示是：梦本身并没有什么重要性，重要的是梦后面的潜伏思想。在个体心理学中，我们也获得了类似的结论。心理分析学派所忽视的是科学心理学的第一个要求——认清人格的一贯性和个人在其各种表现中的一致性。

这种缺点可以从弗洛伊德学派对解释梦的几个关键问题的回答中看出来。“梦的目的是什么？我们为什么要做梦？”心理分析学派的回答是：“为满足个人未能实现的欲望。”但是，这种观点并没有解释一切。假如一个梦是扑朔迷离的，假如个人忘掉了它，或无法了解它，那么哪里还有满足可言？每一个人都会做梦，但是几乎没有人了解他的梦。这样，我们从梦里又会得到些什么快乐？假如梦里人生和白天的生活迥然不同，而梦所造成的满足只发生在它自己的生活圈子中，我们也许就能了解梦对做梦者的用途。但是这样一来，我们便丧失了人格的统一性。梦对清醒状态的人也没有什么用了。从科学的观点看来，做梦者和清醒时的人都是同一个人，梦的目的也必须适用于这个一贯的人格上。然而，有一种类型的人，我们无法把他在梦中对满足希望的努力和他的整个人格联结起来。这一类人是被宠坏的孩子，他们老是问：“我要怎样做才能获得满足？生活能给我什么东西？”这种人在梦中可能像他在其他各种表现中一样在寻找满足。事实上，假如我们再加以注意，我们会发现：弗洛伊德学派的理论是被宠坏的孩子心理学，这些孩子觉得他们的本能绝不能被否定，他们认为别人的存在是不必要的，他们一直在问：“我为什么要爱我的邻居？我的邻居爱我么？”心理分析学派用被宠坏的孩子的前提作为其基础，并过分仔细地研究了这些前提。但是对满足的追求只是千万种对优越感的追求之一，我们绝不能把它当作是各种人格表现的中心动机。而且，如果我们真正发现了梦的目的，它也能帮

助我们看出遗忘梦和不了解梦能达成什么目的。

3.个体心理学派与梦

大约在25年前，当我开始想找出梦的意义时，当时这还是一个让人最感困扰的问题。我看到，梦并不是和清醒时的生活互相对立的，它必然和生活的其他动作、表现一致。假如我们在白天专心致志地追求某种优越感目标，我们在晚上也会关心同样的问题。每个人做梦时，都好像在梦中有一个工作在等待他去完成一般，都好像他在梦中也必须努力追求优越感一般。梦必定是生活样式的产品，它也一定有助于生活样式的建造和加强。

有一种事实能够帮助我们澄清梦的目的。我们做梦，但是清晨醒来后，我们通常都把梦忘掉，似乎不留一丝残痕。但这是真的吗？真的什么东西都没留下吗？不是的。我们还留有梦所引起的许多感觉。梦中景象都已消失，对梦的了解也不复存在，遗留下来的只有许多感觉。梦的目的必然是在于它们引起的感觉之中。梦只是引起这些感觉的一种方法，一种工具。梦的目标是它所留下来的感觉。

个人所造出的感觉必须和他的生活样式永远保持一致。梦中思想和白天思想之间的差异不是绝对的，这两者之间并没有明显的界限。用简单的话来说，其间的差异仅在于做梦时有较多与现实的关系暂时被搁置了。然而，它并没有脱离现实。当我们睡觉时，我们仍然和现实保持着接触。假如我们受到问题的困扰，我们的睡眠也会受到扰乱。睡觉时，我们能做出种种协调动作，以免掉下床来，这件事实可以证明我们睡眠和现实的联系仍然是存在的。尽管街上喧闹异常，母亲依然可以安然入睡，可是她的孩子稍有风吹草动，她却会马上醒过来。即使是在睡眠中，我们也和外在世界保持着接触。然而，在睡觉时，感官的知觉虽不

是完全丧失，却也已经减弱，而我们和现实的接触也较为松弛。当我们做梦时，我们是个人独处的，社会的要求不再紧紧地跟着我们，我们也不必一丝不苟地考虑环绕着我们的情境。

我们只有在消除了紧张而我们的问题也都有肯定的解决方法时，我们的睡眠才不会受到干扰。做梦是对安稳睡眠的干扰。我们可以说：只有在还没想出我们所面临问题的解决方法时，只有即使在睡眠中现实也不断压迫着我们，并向我们提出种种难题时，我们才会做梦。梦的工作就是应付我们面临的难题，并提供解决之道。现在，我们可以开始研究在睡眠时，我们的心灵是用什么方法来应付问题的。因为我们没有顾虑到整个情境，问题看起来便显得简单得多，而我们提出的解决之道对我们本身适应的要求也是非常之小。梦的目的是在支持生活的样式，并引起适合于生活样式的感觉。但是，生活样式为什么需要支持呢？有什么东西会侵袭它？能够攻击它的，只有现实和常识。因此，梦的目的就是支持生活样式抵制常识的要求。这给了我们一个有趣的灵感。如果个人面临着一个他不希望用常识来解决的问题，他便能够用梦所引起的感觉来坚定他的态度。

初看之下，这似乎和我们清醒时的生活互相矛盾，但事实上，其间并无矛盾存在。我们可能引起和我们清醒时完全一致的感觉。假如有个人遇见了困难，但不希望用他的常识来对付它，而只想继续应用他不合时宜的生活样式，那么他会找出各种理由来维护他的生活样式，使它显得似乎已足以应付问题。例如，假如他的目标是在于不劳而获地赚钱，他不想工作，不想努力，也不想对别人有所贡献，那么赌博对他而言便是一种机会。他知道有许多人因赌博而倾家荡产，可是他仍希望悠游度日，仍希望侥幸致富。他会怎么做呢？他会满脑子充满了金钱的利益，在幻想中为自己勾绘出一幅暴富后的景象：买汽车，过奢华的生活，受

众人的恭维。这些景象激起了他向前的行为。于是他撇开常识，开始赌博。同样的事情也会发生在更为平常的情况中。当我们在工作的时候，假如有人告诉我们他看过的一场很好的戏剧，我们会开始想停下工作，到剧院去。当一个人坠入爱河时，他会为自己的未来描绘出一幅景象，假如他真正喜爱对方，描绘出的景象必然是愉悦的，反之，如果他感到悲观，未来的景象一定会沾染上灰暗的色彩。但是，无论如何，他总会激发起自己的感觉，而我们也能从他所引起感觉的类别来分辨他是哪一种人。

但是，假如在做梦之后，除了感觉以外什么都没有留下，它对常识会有什么影响呢？梦是常识的敌人。我们很可能发现有些不愿意被他们的感觉所欺骗的人，他们宁可依照科学的方法做事。这种人很少做梦或根本不会做梦。其他的人大都喜欢背离常识，他们不愿意用正常而有用的方法来解决他们的问题。常识是合作的一面，合作素养欠佳的人都不会喜欢常识。这种人会频频做梦。他们怕自己的生活样式会受到抨击，他们希望避开现实的挑战。我们可以获得如下的结论：梦是想在个人的生活样式和他当前的的问题之间建立起联系，而又不愿意对生活样式提出新要求的一种企图。生活样式是梦的主宰，它必定会引起个人所需要的感觉。我们在梦里发现的每一件东西，都可以在这个人的其他特征和病征中发现。无论我们做梦与否，我们都会以同样的方式来应付问题，但是梦却对我们的生活样式提供了一种支持和维护。

如果这种观点正确，我们在了解梦的历程上便已经走出了最新而且最重要的一步。在梦里，我们欺骗着自己。每一个梦都是自我陶醉和自我催眠，它的全部目的就是引起一种让我们准备应付某种问题的心境。在其中，我们会看到和个人日常生活完全相同的人格。此外，我们还会看到他在心灵的工作中，仿佛正准备着他将在白天运用的各种感觉。假

如我们的说法没有错，那么在梦的结构中，或在它运用的方法中，我们也都能看到这种自我欺骗。

事实上，我们发现了什么呢？首先，我们发现了某种对梦中景象、事件、意外事故的选择。以前，我们也提过这种选择。当一个人回顾过去时，他即是把他经历过的景象和事故重新加以整编。我们说过，他的选择是顺从自己的意思的，他从记忆中选出的只是能够支持他优越感目标的事件。同样的，在梦的构成中，我们也只选出和生活样式一致，而当面临问题时又能表现出生活样式要求的事件。这种选择只不过是生活样式和我们遭遇到的困难发生关系后所得的结果而已。在梦中，我们的生活样式要求独断专行。要应付现实的困难，必须借重于常识，但是生活样式却坚持不让步。

4.梦的构成

梦是用哪些材料构成的？从古时候起人们便已经发现，而当代的弗洛伊德也曾特别强调：梦主要是由隐喻和符号构造而成的。正如一位心理学家所言：“在我们的梦里，我们都是诗人。”然而，梦为什么不用简单干脆的语言，而要用隐喻和符号来表达？这是因为假如我们不用隐喻和符号，而坦率地说出自己的意愿，我们便无法避开常识。隐喻和符号可以是荒谬无稽的，它们能把不同的意义联结起来，它们也能够同时说出两件东西，而其中之一很可能是虚假的。我们从中也可以获得不合逻辑的结论。它们能够被用以引起感觉，而且我们在日常生活中又常会发现它。当我们想纠正别人时，我们会说：“别孩子气了！”我们会问：“干吗哭呢？难道你是女人吗？”当我们引用比喻时，不相干的东西以及只能诉诸感情的东西都会混进来。当一个彪形大汉和一个小个子生气时，他可能会说：“他是一条毛毛虫，他只配在地下爬。”用这种比喻，他轻而易举地表现了他的愤怒。

隐喻是相当美妙的语言工具，但是我们在运用它们时却难免要欺骗自己。当荷马描写希腊的军队像雄狮一样地纵横于战场上时，他便给了我们一种夸大其词的影像。我们相信他不愿意正确地说出事实：那些疲乏、肮脏的士兵在战场上爬行着。他希望我们把他们想象成雄狮。我们知道他们并不是真正的狮子，但是如果这些诗人描写他们如何气喘如牛、挥汗如雨，他们如何停下来重振士气或躲避危险，他们的甲冑又是如何破旧等等鸡毛蒜皮的细微小节，我们便不会如此地深受感动。运用比喻是为了美，为了想象，也是为了幻想。然而，我们却必须提醒读者：对一个拥有错误生活意义的人而言，运用隐喻和符号永远是一件危

险的事。

一个学生面临着一场即将到来的考试。这个问题非常单纯，他必须鼓起勇气，凭借常识，全力以赴。但是假如他的生活样式使他想临阵脱逃，他可能梦见自己正在打一场战争。他把这个单纯的问题用相当复杂的隐喻描绘出来，然后他便有充分理由可以害怕了。或者，他会梦到自己正站在悬崖边缘，如果不向后退缩，便有摔得粉身碎骨的可能。他必须创造出某种心境来帮他躲开考试，因此他使用悬崖来比拟考试，以欺骗自己。在这个例子中，我们还发现了在梦中经常使用的另一种方法。这就是把一个问题拿来，加以节缩精炼，直至只剩下原来问题的一部分，然后用隐喻的方式把剩余部分表现出来，并把它当作原来的问题来处理。例如，另外一个学生可能比较勇敢而有远见，他希望能完成工作，并通过考试。然而，他仍然希望能获得支持，仍然希望能重新肯定自己——他的生活样式要求这些东西。考试前的一个晚上，他梦见自己站在一座山峰顶上。他所处情境的这幅景象是非常简单的，他全部的生活环境只有很小的一部分表现出来。对他而言，他的问题是非常重大的，但是它的许多方面都被排除掉了，剩下的是他集中注意于成功的瞻望上，这样，他便激起了有助于他的感觉。次日清晨，他起床时觉得精力充沛，心情愉快，而勇气更胜往昔。在减轻他必须面临的困难方面，他已经成功了。可是，尽管他重新肯定了自己，事实上，他仍然是欺骗了自己。他不是用常识的方式全心全意地面对整个问题，而只是引起了一种自信的心境而已。

这种心境的引起是非常平常之事。一个人要跳过小溪流之前，可能要先数一、二、三。难道数一二三真的是这么重要么？在跳过溪流和数一二三之间是否真的有必要的关系存在？不是的。它们一点关系也没有。他数一二三，只不过是引起他的心境，并集中他的力量而已。在

人类的心灵中，已经预存有执行生活样式，并使之固定和加强的各种方法，最重要的方法之一就是激发起心境的能力。我们夜以继日地从事这种工作，但是它出现得较为明显的时间则可能是在夜间。

让我举个例子来说明我们用我们自己的梦来欺骗自己的方法。战争期间，我是一间收容神经病战士医院的院长。当我看到无法作战的士兵时，我总是尽可能地给他们做简单的工作，设法让他们轻松。他们的紧张很明显地消失了，这种方法是相当成功的。有一天，一个士兵来找我，他是我所看过的体格最健壮的士兵之一，但是却显得非常沮丧。当我给他做检查时，我拿不定主意该对他采取何种措施。当然，我是希望把每一个来看我的士兵都送回家，但是我开的诊断书全部要通过一位高级军官的认可，因此，我的慈悲也就无法任意施舍了。要在这个士兵的个案中作决定，并不是一件容易的事。最后，我终于说：“你患了神经病，但是身体却很强健，我会让你做轻松的工作，这样你就不必上前线了。”

这个士兵可怜兮兮地说道：“我是个穷学生，我要靠教书来养活年老的父母。如果我不能教书，他们就要挨饿，我不养他们，他们就要饿死了。”当时，我想我应该帮他找个更轻松的工作——送他到军事机关中做事。但是，我生怕我开的诊断书如果真的这样写，那位高级军官一定会发火，再把他送上前线。结果，我决定尽自己所能地照实填写，我证明他只适合于防卫性的工作。当我晚上回家睡觉时，我便做了一个噩梦。我梦见我是个凶手，一面在黑暗的窄巷中奔跑，一面在想我到底杀了谁。我记不起是谁，但是我觉得：“因为我犯了谋杀罪，我完了。我的生命已经完了。什么事情都完蛋了！”因此，在梦中，我呆若木鸡，冷汗直流。

醒来后，我的第一个念头是：“我杀了谁？”我马上便想起：“假如

我不把那个年轻士兵安置在军事机关中服务，他可能会被送上前线而阵亡。那么我就成了凶手。”你可以看到我如何激起一种心境来欺骗我自己。我不是凶手，如果这种不幸真的发生了，我也没有罪，但是，我的生活样式却不容许我冒这个险。我是医生，我的责任是挽救生命，不是让生命陷于危险之地。我再度想起：假如我给他一份轻松的工作，那位军官可能就要送他上前线，这样会把情况搞得更糟。我终于拿定主意：假如我要帮助他，唯一该做的事情就是遵从常识的判断，并且不扰乱我的生活样式。因此，我还是出具了他只适合防卫工作的诊断书。以后发生的事情证明遵从常识是对的。那位军官看了我开的诊断书后，把它往桌上一扔，我心想：“现在他要送这可怜的士兵上前线了，我还是应该写明应派他到机关中工作。”不料，军官却批道：“军事机关服务，六个月。”最后，我才知道原来那位军官接受了贿赂，有意要调他到轻松的单位工作。那个年轻人从来没教过书，他说的也没有一句实话。他编那个故事，只是要让我证明他只能做轻松的工作，以便那位军官能在我开的诊断书上下批示。从那天起，我再也不轻易受梦的左右了。

梦的目的是欺骗我们自己，并使我们自我陶醉。如果我们了解了梦，它们便不能欺骗我们，也不能再引起我们的心境和情绪。我们将宁可按照常识来解决问题，也不愿再接受梦的启示。假如梦都被了解了，它们的目的也就丧失掉了。梦是当前现实问题和生活样式之间的桥梁，本来生活样式应该是不需要再加强的，它应该和现实直接接触。但是，梦虽然有许多种不同的变化，每一个梦却都表现出：依照个人面临的特殊情境，他觉得自己生活样式的哪一方面需要再加强。因此，对于梦的解释都是属于个人的。我们不可能用一般的公式来解释符号和隐喻，因为梦是生活样式的产品，是从个人对他所处特殊情境的解释中得来的。当我大略描述几种典型的梦时，我并无意要提出解释梦的秘诀，我只是想利用它来帮助我们了解梦和它的意义而已。

5.常见的梦

有许多人做过飞翔的梦。这种梦的关键，和其他的梦一样，在于它们所引起的感觉。它们留下了一种轻快和充满勇气的心境，它们把人由下带到上，它们把克服困难及对优越感目标的追求视为轻而易举之事。因此，它们还能让我们推测出一个勇敢的人，他高瞻远瞩，雄心勃勃，即使在睡眠中也不愿放下他的野心。它们包含了一个问题：“我是否应该继续向前？”和一个答案：“我的前途必定是一片光明的。”

很少有人没有做过由高处摔下的梦。这是非常值得注意的。它表示这个人的心灵保守并担心遭受失败，而不是全心全力要克服困难。我们传统的教育就是警告孩子，要他们注意保护自己，所以这种梦是很容易了解的。孩子们经常受到告诫：“不要爬椅子！不要动剪刀！不要玩火！”他们总是被包围在这种虚构的危险之中。当然，有些危险是真实的，但是把一个人弄得胆小如鼠，是不能帮助他应付危险的。

当人们经常梦见自己不能动弹或赶不上火车时，它的意思通常是：“如果我自己不费丝毫力量，这个问题便能安然度过，那我一定很高兴。我必须绕道而行。我必须迟到，免得再看到这个问题。我要等火车开走。”

有许多人梦见过考试。有时，他们会很惊讶地发现：他们竟然会年纪这么大才参加考试，或他们很久以前便已经通过的一门科目，现在又考试通过了。对某些人，这种梦的意义是：“你还没有准备好要面临即将到来的问题。”对另一些人，它可能意指：“你以前曾经通过这种考试，现在你也必须通过你眼前的这场考验！”一个人的符号和另一个人

的绝对不会相同。关于梦，我们必须首先考虑的是它遗留下来的心境，以及它和整个生活样式之间的关系。

有一位32岁的神经病患者曾经来找我，要求治疗。她在家中排行第二，而且也像大多数次子一样很有野心。她总是希望自己得到第一，并尽善尽美，毫无瑕疵地解决自己的所有问题。她爱上了一个年纪比她大的已婚男人，而她的爱人在事业中却是一败涂地。她希望和他结婚，但是他又无法和原配离婚。后来，她梦见当她住在乡下的时候，有一个男人向她租公寓。他搬进来后不久便结婚了。他不会赚钱，也不是个正直或勤勉的人。由于他付不起房租，她只好逼他迁出。稍加分析，我们便能看出这个梦和她现在的问题有某种关联。她正在考虑她是否要跟一个事业失败的人结婚。她的情人很穷，而且无法帮助她。更让她担忧的事是：他曾经请她吃晚餐，但却没有足够的钱付账。这个梦的效果是引起反对结婚的心境。她是个野心勃勃的女人，她不希望和一个穷男人联系在一起。她用了一个比喻来问她自己：“如果他租了我的公寓，而付不起房租，对这样的房客，我该怎么办？”回答是：“他必须马上离开。”

然而，这个已婚男人并不是她的房客，他们可能无法互相比拟。不能供养家庭的丈夫和付不起房租的房客也不完全相同。可是为了解决她的问题，为了要更安稳地遵行她的生活样式，她给了自己一种感觉：“我不能和他结婚。”通过这个方法，她避免了用常识的方式来处理整个问题，而只选出其中的一小部分加以解决。同时，她把爱情和婚姻的整个问题缩小到似乎它们能够表现在这个隐喻中：“一个男人租了我的公寓，如果他付不起钱，他就要滚蛋。”

由于个体心理学的治疗技术始终是指向增加个人应付生活问题的勇气，我们不难了解：在治疗的过程中，梦会发生改变，而显现出较为自信的态度。一个忧郁症患者在痊愈前所做的最后一个梦是：“我一个人

独自坐在板凳上。突然，暴风雨来了。我急忙跑进我丈夫的屋子里去，因此，我很幸运地避开了风雨。然后我帮着他在报纸的广告栏中寻找适当的职位。”这位病人自己也能够解释这个梦。它很明显地表现出她和丈夫言归于好的感觉。起先，她很恨他，尖刻地指责他的软弱和缺乏改善生活的上进心。这个梦的意义是：“和我的丈夫在一起，还是比我单独一个人承担风险好。”虽然我们也许会认同这个病人对她环境的看法，可是她使自己迁就于丈夫和婚姻的方式，仍然隐隐透露出怨偶惯有的不平之鸣。她过分强调了单独生活的危险，而且也不能勇敢而独立地和丈夫合作。

一个10岁的男孩子被带到我的诊所来，他的学校老师指责他用卑鄙的手段陷害其他同学。他在学校里偷了东西，放在别的孩子的抽屉里，来害他们受处罚。这种行为只有在一个孩子觉得有让别人不如自己的需要时，才可能发生。他要羞辱他们，证明他们是卑鄙下流的。如果他的想法确如此，我们可以猜测：这必然是在家庭圈子中训练出来的，他肯定是希望陷害家中的某个人。当他10岁的时候，他曾经向街上的一位孕妇投掷石头，这惹起了麻烦。他可能在10岁时就已经知道怀孕是怎么回事了。我们还能推测：他可能不喜欢怀孕。我们难免要猜想：是否有小弟弟或小妹妹的降生使他觉得不开心？在教师的报告上，他被称为“害群之马”，他跟同学们捣蛋，给他们取外号，打他们的小报告。他追赶小女孩，甚至打她们。现在我们大致可以猜测出：他有一个和他互相竞争的妹妹。

后来，我们得知，他是两个孩子中的老大，有一个4岁的妹妹。他的母亲说：他很喜欢他的妹妹，而且一直对她很好。我们很难相信这种话，因为这样的男孩子是不可能喜爱妹妹的。以后，我们还要追究我们的怀疑是否正确。这位母亲还说，她和她丈夫之间的关系是很理想的。

这对于这个孩子真是件憾事。很明显，他的父母对他所犯的任何错误都没有什么责任，它们是出自他邪恶的本性，出自他的命运，或出自他遥远的祖先！我们经常听到这种理想的婚姻，这样优秀的父母，和这样混蛋的小孩！教师、心理学家、律师和法官都是这种不幸的见证人。事实上，“理想”的婚姻对小孩子而言，可能是非常刺眼之事；假如他看到妈妈向爸爸献殷勤，他可能会觉得十分恼火。他要独占他母亲的注意力，他不喜欢她对任何其他人有情感的表示。假如美满的婚姻对孩子不好，而不完美的婚姻对孩子更糟，那我们该怎么办呢？我们必须使孩子和前者合作，我们必须把他真正地带入到婚姻关系中。我们应该避免让他只依附于父母之一。我们考虑到这个孩子可能是个被宠坏的孩子，他要吸引母亲的注意力，当他觉得自己受到的关怀不够时就要惹麻烦，从而达到他的目的。

我们马上就发现这种见解的证据了。这位母亲从来不自己责罚这个孩子，她总是等父亲回来惩罚他。也许她觉得心软；她觉得只有男人才配发号施令，只有男人才有力量处罚别人。也许她希望这个孩子依附于她，并深恐失去他。无论如何，她把孩子训练得对父亲没兴趣，不愿和他合作，并且经常和他发生摩擦。我们还听说，他的父亲虽然全心全意地照顾着他的家庭，但是由于这个孩子，他在一天工作结束之后总是不想回家。他的父亲很严厉地责罚这个孩子，并常常鞭打他。据说，这个孩子并没有因此而憎恨他的父亲。但我认为这是不可能的，这个孩子并不是低能儿童，他只是已经学会了很技巧地隐藏起他的情感。

这个孩子喜欢他的妹妹，但却并不愿意和她一起好好玩，他时常掴她耳光或踢她。他睡在餐厅的沙发上，他的妹妹则睡在父母房间中的一张小床上。现在，假如我们设身处地地替这个孩子着想，假如我们的心情和他一样，父母房间中的那张小床也会使我们感到难过。他要占有母

亲的注意力，可是在晚上他的妹妹却和母亲靠得这么近。他必须设法让母亲亲近自己。这个孩子的健康状况良好，他出生时很顺利，哺食母乳达7个月。当他初次改用奶瓶吃奶时，他呕吐了。以后，他的呕吐断断续续发生，直到3岁。大概他的肠胃不大好。目前他饮食正常，营养也相当良好，但是他对自己肠胃的兴趣犹存。他把它当作是自己的弱点。现在，我们更可以了解他为什么要向孕妇扔石头了。他对于饮食非常挑剔。他不喜欢家里的饭，他的母亲给他钱，让他到外面买自己喜欢吃的东西。然而，他还是对邻居们到处宣扬，他的父母没有给他足够的东西吃。这一类的把戏他已经演练多次了。他恢复优越感的方法就是诋毁别人。

现在，我们已经可以了解他到诊所来时所说的一个梦了。“我是西部的牧童，”他说，“他们把我送到墨西哥，我自己再打开血路，回到美国。有一个墨西哥人想来阻拦，我就在他肚皮上踢了一脚。”这个梦的意义是：“我被敌人四处包围。我必须努力奋战。”在美国，牧童被当作英雄人物一样地崇拜，他以为追赶小女孩或踢别人的肚皮都是英雄作风。我们已经看到，肚子在他的生活中扮演了重要的角色——他把它当作容易受伤的要害部位。他自己曾经受到肠胃不良之苦，而他的父亲也患有神经性胃病，常常抱怨胃不舒服。在这个家庭中，胃已经被升至最重要的地位了。这个孩子的目标是攻击别人的最弱点。他的梦和他的动作都丝毫不差地表现出同样的生活样式。他生活在梦里面，如果我们无法弄醒他，他会继续用同样的方式生活下去。他将不仅和父亲、妹妹、小男孩、小女孩发生争斗，还会向想阻止他作这种争斗的医生宣战。他梦想式的冲动会刺激他继续设法成为英雄，征服别人，除非他能醒悟他是在欺骗自己，此外便没有哪一种治疗能帮助他。

在诊所里，我们向他解释了他的梦。他觉得自己生活在敌国里，每

一个想惩罚他、把他带回墨西哥的人，都是他的敌人。下一次，他再到诊所来时，我们问他：“从上次我们见面以后，发生了什么事没有？”“我做了坏孩子。”他回答道。“你做什么事了？”“我追赶了一个小女孩。”这种说法不仅是坦白而已，它是一种夸口，一种攻击。他知道，这里是医院，这些人想改变他，所以他坚持他仍然是坏孩子。他似乎在说：“别想改变我，我会踢你的肚皮！”我们该拿他怎么办呢？他仍然做梦，仍然扮演着英雄。我们必须先消除他由这个角色所获得的满足。“你难道相信，”我们问他，“英雄真的只会追小女孩吗？这种英雄作风岂不是太蹩脚了？如果你要当英雄，你就该去追大女孩子！否则你就不要追赶女孩！”这是治疗的一方面。我们必须让他认识清楚，不要再急着想继续这种自讨苦吃的生活样式，以免将来后患无穷。另一方面是要鼓励他合作，让他发现生活中有用一面的重要性。除非一个人害怕采用生活中有用的一面会遭受到挫败，他是不会固守在无用的那一面的。

一个24岁的单身女孩子从事着秘书工作，她总是抱怨老板那种欺软怕硬的作风，她觉得忍无可忍。她还觉得无法与人交往或保持友情。经验使我们相信：一个人如果无法与人交往，很可能是因为她希望驾驭别人，事实上，她只对自己有兴趣，她的目标在于表现她个人的优越感。她的老板可能也是这种人。他们两个都想指挥别人。两个这样的人碰在一起，是注定要发生困难的。这个女孩子是家中7个孩子里年龄最小的，也是家里的宠儿。她外号叫“汤姆”，因为她一直想当男孩。这更增加了我们的怀疑：她是否以驾驭别人作为她的优越感目标？她可能以为只要男性化，就能够主宰别人，或控制别人，而且自己不受别人控制。她很美丽，她认为别人喜欢她，是因为她甜美的脸庞，所以她一直很怕面部受到伤害。在我们的时代，美丽的女孩容易给人深刻的印象，也容易控制别人，这件事她她也知之甚深。然而，她希望当男孩子，并用男性化的方式来统驭别人，所以她从不曾因她的美丽而感到得意过。

她的最早记忆是被一个男人惊吓过；她承认，现在她仍然很怕受到强盗或疯子的侵袭。一个想要男性化的女孩子，竟然会怕强盗和疯子，这件事似乎很奇怪。但是，仔细一想这也没什么奇怪的。她希望生活在一个她能够随意控制的环境里，对其他的环境则要尽量避开。强盗和疯子是她无法控制的，因此她但愿他们能彻底地消失掉。她希望不费吹灰之力地男性化，假如失败了，便装聋作哑，视若无睹。由于对女性角色的深刻不满，在她的“男性宣言”中带有浓厚的火药味道——“我是男人，我要击垮身为女人的种种不利！”

让我们看看：在她的梦中，是否也能看到同样感觉的迹象。她经常梦见自己一个人独处。她是个被宠惯的孩子，她的梦意指：“我必须受人照顾。让我孤零零一个人是很不安全的。别人会欺负我、攻击我。”另外一个她常常做的梦是她的脉搏停止了。她的意思是说：“小心！你有失掉东西的危险！”她不愿意自己失掉任何东西，她尤其不愿意失掉控制别人的力量，可是她只选了生活中的一件东西——脉搏停止——来代表这整个事情。这个例子还可以说明梦如何创造出感觉来加强生活的样式。她的脉搏并没有停止，但是她要它停止，这种感觉便留了下来。她还有一个比较长的梦，更能帮我们看清她的态度。“我到游泳池去游泳，那里有许多的人，”她说，“有些人注意到我站在他们的头顶上。我感到有人尖叫，并紧盯着我。我摇摇欲坠，似乎有摔下来的危险。”假如我是个雕刻师，我就会这样刻画她：站在别人头上，把别人当作踏板。这是她的生活样式，也是她喜欢引起的感觉。然而，她发现她的地位并不安稳，她以为别人也会体会到她的危险，他们应当小心地看护着她，这样她才能继续站在他们头上。在水中游泳时，她是很不安全的。这是她生活的全部故事。她已经固定下她的目标：“尽管我是女孩子，我还是要当男人！”她像大部分家中最小的孩子一样野心勃勃，但是她要的是表面上的优越，而不是要使自己获得适当的处境，而

且她也始终生活在恐惧失败的威胁之下。如果我们要帮助她，我们应该找出使它安分守己地扮演女性角色的方法，消除她对异性的恐惧和对男人价值的高估，并以平等而友善的态度对待其友伴。

另外一个女孩子，当她13岁时，她的弟弟在一次意外事件中死掉了。她说她的最早记忆是：“我弟弟开始学走路的时候，他攀住一张椅子想站好，椅子倒了，压在他身上。”这是另一次意外事件，我们可以看出她对这个世界中的种种危险的感受是多么深刻。“我最常做的梦，”她说，“是非常奇怪的。我经常单独一个人在街上走着，街上有一个我看不见的大洞，往前走时，我便掉进洞里，洞里充满了水，一碰到水，我就打个冷战，醒过来，心脏跳得好厉害。”这个梦并不像她所想象的那么奇怪，但是假如她继续受到它的惊吓，她必定会依旧以为它是神秘难解的。这个梦告诉她：“小心！前面有许多你所不知道的危险！”然而，它的意思还不仅止于此。假如你的地位卑微，你就不可能再摔下来。如果她有摔下来的危险，她一定觉得自己高人一等。因此，在这个例子里，她似乎还说：“我超于别人之上，但是我必须小心，以免跌下来！”

在另一个例子中，我们将看到同样的生活样式是否会在最初记忆和梦中发生作用。有个女孩子告诉我们：“我很喜欢看人家建造房子。”我们猜测她是很合作的。一个小女孩子当然不能参加造房子的工作，但是从她的兴趣中，可以看出她喜欢分担别人的工作。“那时，我是个小娃娃，站在一扇很高的玻璃窗前，那些窗子的玻璃方格仍然像昨天刚见过一样历历在目。”如果她注意到窗子很高，她在心中必然已经有高和矮的对比关系。她的意思是：“窗子很大，而我很小。”事实正如我所料，她的个子很小，所以她才会对大小的比较这么感兴趣。她说她这么清楚地记得这件事，也是一种夸口而已。现在，让我们讨论她的梦：“我跟

好几个人一起坐在一辆汽车里。”正如我们想象的她很合作，喜欢和别人在一起。“我们开车疾驶，一直开到丛林前面才停下来。大家都下车，跑进树林里面去。他们大多长得比我高大。”她又再次注意到大小之别。“但是我却要他们赶去搭乘电梯，它开进了一个10英尺深的矿坑里面。我想如果我们走出去，我们一定会瓦斯中毒。”大部分的人都会畏惧某种危险，人类并不是十分勇敢的。“后来，我们很安全地出去了。”你可以看到这种乐观的态度。一个人如果是合作的，他必定也是勇敢、乐观的。“我们在那里逗留了几分钟，然后再上来，很快地跑向汽车。”我相信这个女孩子始终是乐群合作的，但是她却希望自己再长得高大一点。我们可能发现她有某种紧张，例如要踮起脚尖走路等等；但是她对别人的喜好和对共同成就的兴趣，却已经足以使之消逝于无形了。