



### 寻梦总动员

很多人对梦都很好奇,做了很奇怪的梦就忍不住要把它告诉身边的朋友,甚至还有一些人会吧梦记录下来。有梦的人,都可以加入到我们的“梦旅人”中来!

美梦、恶梦、奇怪的梦、匪夷所思的梦……来吧,告诉我们你的梦境吧!把梦境与大家分享,把心情与大家分享!

请把梦境连同年龄、性别、婚姻状况、工作状态、与父母的关系、简单的成长经历一起发给我们。

邮箱:csjr2005@gmail.com

QQ:774768326,请注明“析梦”。

## 怎么会做这么“汗”的梦?

文 / 褚睿雅

梦,真是让人无法掌控的东西。明明想做梦,却等了好几个晚上都没有它的影子;明明想要阳光灿烂,没想到却梦见了滂沱大雨;明明想着和明星约会、和总统干杯,却梦到受酷刑、被绑架……

怎么会在毫无预兆的情况下做这种又“汗”又“狗血”的梦呢?本期为我们析梦的是杭州深蓝心理咨询工作室的心理咨询师韩迈仑。

### 我梦到被绑架

(说梦人:小L,女,26岁,文字工作者)

我做了一个狗血的梦。梦到派我去见F4,天知道怎么会去见他们。在一个大酒店里,高层。所有人都涌到外头去看他们,我很不屑地在里面观望,实在无聊就走出去看了一眼。正好看到仔仔站着,穿着西服。一个矮个男记蹲在地板上记录边上服务员们凑过来提供的问题。你怎么连问题都想不出来啊?!

我觉得索然,就想走回来。结果走错了出口,是个形迹可疑的place,更有形迹可疑的几个彪悍男立着。我立马sorry一下跑开了。结果又走错出口,这个地方有四个出口!形迹可疑处的彪悍男就派人出来绑架我!

我怕死了,就跑啊跑啊。看到走道窗户下面是篮球场,但高层不敢跳啊。哭死了。还好就在快被捉住的时刻,有熟人来救我啦!还让我跳,说不用怕。

我应该是获救了,但是我也醒了。

说梦人近况:

小L单身,和一个好朋友住一起,平时工作比较忙,压力比较大。经常要接

触明星,做一些与明星有关的文字工作。

析梦:

小L的这个梦,很可能上应该是个“白话梦”,意思就是和她日常的工作及压力有非常密切的关系,梦中表达了浓厚的焦虑情绪。

感觉上小L对她目前的这个工作并不是十分地认可,对同行或者自己所处的这个圈子也缺乏足够的认同感,尽管如此,她恐怕还是需要认真对待自己的工作,如若贸然行事,步入某些被划定的“禁区”,那还是会给自己带来很大的麻烦。梦中那种被逼入死角走投无路的情节,就是她极度焦虑的情绪表达。不过好在这个梦的结局还不坏,也算是有惊无险,最后有人出手相救,也许这能在小L的日常工作经历中得到某种验证。

这个梦可能是以往一段焦虑情绪的宣泄,也有可能是潜意识意识到了某种危险,提前给自己发出的信号,提示注意。

### 我梦到被割喉

(说梦人:Back,女,28岁,IT业)

在近日的一个凌晨,做了个很清楚的梦。

梦到自己在学校里,开始的梦境比较偏情感,依稀记得有学友哥哥和阿华哥哥。好像是学友哥哥同时有几个女朋友,他好像还和我好过,我还认识他的原配。但是梦里的样子看起来又好像不是学友哥哥,好迷糊哦。

还是说说接下去的梦吧。我们学校给每个人都发了个号,说是要根据号码决定生死的先后,抽到号就要到楼下去进行割喉的酷刑。

终于抽到我了,我和学友哥哥的原配一起去。我挽着她的手,觉得有点内疚,就告诉她学友哥哥(同时有几个女朋友)的事。没想到,她说她都知道。我说其实我也和学友哥哥好过,她说她也知道。

好了,死前什么都说清楚了,我要求和她一起,站在一个地方,一起受刑。她也同意了。好高兴哦。

我看见受好刑的人,一个个由人紧急抬了出去,听说不一定全会死,有些如果没有割到要害,还救得回来。

然后,我也到了刑场,是在左边的那个(割喉台)。屠夫长得不是太凶,就是比较冷漠而已。我问他,我们两个可以一起受刑吗?他说不行。

然后,学友哥哥的女朋友就走到了右边。我好奇地看着刑场:地上有一个圈,是给我们站的,在后面有个黑色布挡着的棚子,是临时的,里面还有个小孩子在研究这个棚子,他一点没有恐惧的表情,还比较High。棚子上面绕着白色的绳子,是麻绳,不是太粗,但是给人感觉很坚固。绳子的一头连到黑棚子里,另一头是一个铁丝做的的钩子,钩子很细,头还是钝的。

我手里还拿着号码纸,对着屠夫,我做拜拜的手势,乞求他割得好点。我还问他痛不痛,他冷冷地说没什么,让我快站好。就在这时,原本在棚子里玩的小孩子跑了出去,我知道轮到我了,我也没特别害怕,反正拜托也拜托了,就闭上了眼睛。感觉到屠夫甩了绳子,绳子在我脖子上绕了几圈,随着屠夫把绳子拉紧,钩子开始扎入我的脖子,我可以清晰感觉到钩子入皮入肉,应该还有血吧。

这时,我感觉勾得比较靠前,没有割到要害,在痛的同时,意识是很清晰的,但是感觉意识渐渐已经离开了身体,不过我知道我不会死,如果快点送我去医院,我还可以活下来。

接着,我就醒了。

说梦人近况:

Back目前单身,和父母住,与父母的关系不错,生活、工作各个方面都比较稳定,过得还是蛮滋润的。

Back经常做一样的梦,在梦里,她会很清楚知道自己做过这个梦。这次说的这个梦,几个月前,她就做过了。

Back小时候,大概五六岁念幼儿园的时候,被一个同学咬过,咬在脸上。曾经看过这种“割、杀”等受酷刑的电影。

Back问:“为什么会重复做同样的梦呢?还有,为什么会做这样一个受酷刑的梦呢?”

析梦:

先来回答Back的第一个问题:为什么会重复做同样的梦?

许多人会反复做同一个类型的梦,梦的情节大体相同,时不时就重复做一次,我们把这称为复现的梦。此类梦境往往反映出梦者内心一直纠结的某种特定的矛盾或冲突,只有梦者能真正对自己内心的这种情节有一个很好的处理,做到释然,这种复现梦才会自然消退。

Back的第二个问题是“为什么会做这样一个受酷刑的梦呢?”先说一下梦境,虽然说是受酷刑,但是场景的表达以及当时梦者的情绪体验,并不是十分血腥恐怖,相反梦者似乎是在坦然接受命运的安排,感觉也不是那么痛苦。从梦的性质上来分析,这很显然是个创伤性的梦。

这个梦的内容或多或少地真实再现了某个创伤性事件。受Back小时候被咬的创伤体验以及看酷刑电影的影响,创伤的心理体验以受刑的形式表达了出来。虽然目前Back各方面都还过得不错,但是很有可能这个复现梦表达的是她以前经历过的某些事件。比如“一场难度极大的重要考试”,或者“某次非常艰难的求职经历”等等,都有可能带给我们类似“引颈等死”的焦虑体验。

至于Back这个梦的前半段,有比较多的情感纠结的表达,这可能与她曾经的情感经历有关,而与许多同伴一起“受死”的情节,似乎也正好验证了当时这个事件的发生是某个群体的共同经历,并不只是Back一个人的单独体验。