

寻梦总动员

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、工作状况、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”。

Blog:http://blog.sina.com.cn/csjr2005

一个反映工作状态 的怪兽梦

文 / 本报记者 褚睿雅 图 / CFP

一个跨越时间和空间的梦，从国外到国内，从怪兽到老者，再到同事……心理咨询师说，这是个反映工作状态的梦。潜意识通过吓人的怪兽向我们抗议了呢。



【梦境】

怪兽把我咬出十几个血洞

说梦人,eric,女,28岁,在某机关单位工作

最近睡眠似乎一直不好，总是会做稀奇古怪的梦，而且一整晚一整晚的，真的很折磨人。记得最近做的一个梦，是独自去国外旅游，我还记得那个地方有很多很多的寺庙，都是土做的屋子，一片一片的，很整齐。

我一个人在一条大马路上走着，四周都没人，怪冷清的。然后一只庞然大怪物就突然冲了过来，样子长得很狰狞，它愤怒地冲我咆哮，我吓傻了，站在原地不敢动。这只大怪物冲到我面前，把我的腿咬了一口，小腿马上就出现一个血洞……接着我无论走到哪里，都有这样的大怪物过来咬我，我逃都逃不开，小腿马上就出现了十几个血洞……真是太惨了。

记得做梦的时候，我还自己安慰自己，不怕不怕哈，是做梦，醒来就没事了。但是这样安慰自己的时候，仍然不停地被怪物咬。终于，当地一个老者从附近的一幢房子里走出来，告诉我要站在一个金属线的后面，才不会怪物咬。

我试着站了过去，果然怪物们只是在路上来回跑，很少会来咬我了。

接着就去了老者的房子里参观，吃饭什么的。后来好像忽然就回到国内了，而且不是回到杭州而是回到家乡。家乡很热闹，但是街上的人我都不认识，都是陌生的脸。忽然同事D的脸出现在我面前，我感到异常亲切，而且非常高兴地带她去我家玩，给她买东西吃……

PS，最近的梦里好像自己都会受伤，昨晚又做了一个梦，梦见自己被子弹打伤了腿，现在还记得梦里真的感觉到痛呢，哎~~都不知道是怎么回事了。

说梦人近况：我是外地来杭州打拼的，已经在杭州好几年了，找了还算可以的工作，买了房子也结了婚。

最近感觉很累，常常回到家就躺在床上，做什么事都提不起劲，没什么精神，尤其是天气不好的时候，老下雨什么的就会特别郁闷。时常会想家，想和家人一起吃饭什么的。工作上好像也进入了倦怠期，感觉总有做不完的事，压力很大。感情方面比较稳定。

【析梦】

关键字：国外、寺庙、怪兽、梦中梦、老者、金属线、家乡、同事D

国外、寺庙：

Eric说：“最近睡眠似乎一直不好，总是会做稀奇古怪的梦，而且一整晚一整晚的，真的很折磨人”，这和她的现状是呼应的：没什么精神，想家，工作懈怠，压力大，潜意识已经开始提醒梦者注意自己的现状。

她梦见自己去国外，这象征着她的精神世界的另一个部分，也反映她厌倦现在的工作状态，想逃开的内心愿望。寺庙也是精神世界象征，土做的屋子是比较原始的东西，潜意识常常被看成为原始人，这些都是在说梦者的潜意识开始要告诉梦者什么了。

梦中的一个场景：“我一个人在一条大马路上走着，四周都没人，怪冷清的”，从Eric的现状描述看，回到家就躺在床上，想家，郁闷的情绪等能感受到梦者的孤独，这是她孤独的感觉在梦中再现，这种感受很重要！

怪兽：

接下来是重头戏，“然后一只庞然大怪物就突然冲了过来，样子长得很狰狞，它愤怒地冲我咆哮，我吓傻了，站在原地不敢动，这只大怪物冲到我面前，把我的腿咬了一口，小腿马上就出现一个血洞……接着我无论走到哪里，都有这样的大怪物过来咬我，我逃都逃不开，小腿马上就出现了十几个血洞……真是太惨了。”

“怪物”，可以是一种情绪，是Eric久已忽视的某种情绪的化身：她近期郁闷；怪物象征着现实中逃不开的工作状态，白天为了生存而不得不做的事，是每个人为了生活而必须去争取的欲望。

“真是太惨了”：连自己都目不忍睹，

潜意识在向她呈现其被工作困扰之深。

梦中梦：

“我记得做梦的时候，我还自己安慰自己，不怕不怕哈，是做梦，醒来就没事了。但是这样安慰自己的时候，仍然不停地被怪物咬。”这个很有含义，知道自己在做梦，其实是“现实自我”和“原始自我”在对话。

这样的对话往往发生在一个人状态急需调整的时候。Eric在梦中“安慰自己”，我相信她在面对现在处境的时候，也常常会自我安慰的：“出门在外，在一个大城市里打拼，不这样又能怎样呢？挺挺也许就过去了，现在是暂时的。”Eric，是不是这样呢？

老者：

“终于，当地一个老者从附近的一幢房子里走出来，告诉我要站在一个金属线的后面，才不会怪物咬，我试着站了过去，果然怪物们只是在路上来回跑，很少会来咬我了”，梦里善良的老者常常是智慧老者的化身，这也是Eric内心智慧的部分出来告诉她怎样可以摆脱困境了。

金属线：

金属线让我想到人民币上的金属线，是在说钱。我们每个人工作，就是为了生活。为了更好的生活，就要赚更多的钱。金属线的前后就是不同的世界。

“接着就去了老者的房子里参观，吃饭什么的”，这说明Eric接受了智者的引领，象征着本能的欲望，可以联想为生活中的快乐。

家乡：

“后来好像忽然就回到国内了，而且不是回到杭州而是回到家乡”，当关注到内心的欲望时和少年的记忆就建立了连接，我们的青春少年当然离不开家乡。Eric近期时常会想家，所以，她让自己在梦里得到部分满足。

“家乡很热闹，但是街上的人我都不认识，都是陌生的脸”，是在说eric和家乡的疏于联络。

同事D：

“忽然同事D的脸出现在我面前，我感到异常亲切，而且非常高兴地带她去我家玩，给她买东西吃……”Eric，D在生活中是怎样的人呢？也许她有你熟悉的某种特质，或者说这个人让你想到了自己经历中某个亲切的人，总之这是梦中比较愉快的一件事，Eric平时可以多在这里做些自由联想。D也许就是你自己本人也说不定，因为从你的梦来看，你已经开始关照自己了。

另外，Eric说已经几次梦到腿受伤了，似乎是一个主题，如果有时间，你该去检查一下身体了。

分析建议：

这是一个反映工作状态的梦。Eric现在很累，没有精神，下雨特别郁闷，想家，压力大。这一切持续得有些久了，但是自己并没有引起重视，所以潜意识只有以“受伤的梦”的方式来反复提醒：你该关注自己内心的需要了，这样下去只会让身心都受到伤害！

杭州灵栖心理咨询中心 徐振宇