

<<解梦>>

图书基本信息

书名：<<解梦>>

13位ISBN编号：9787503228063

10位ISBN编号：7503228067

出版时间：2006-3

出版时间：中国旅游出版社

作者：莉萨·莱纳德

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## 内容概要

在辞典中，关于“梦”的标准定义是“在睡眠中所发生的一系列思想、景象或幻觉”这个定义并没有抓住梦境引人注目的现实和梦的本质。

时而恐怖至极时而令人向往的梦境与现实生活一样，构成了我们人生的一部分。

本书是一本简明而有效的解梦指南。

它的意义在于对这个复杂而奇妙的领域的开创性研究，而非要给这个领域下最后结论。

这本书触及了许多当前流行和过去存在的令人眼花缭乱的相关理论、学说、信念体系和解梦技巧。

你可以把它当做一本菜单之菜单，它综合了各个餐馆的优点，在烹调风可知上颇具有特色，并且其花色品种多种多样，就像世界文化一样丰富鑫彩。

关注和理解梦的法则爱益良多，这上点你委快就能体会到。

要想从这些最具个人创造性的领域中获得惊喜，你必须从自己的梦本身开始，去学习梦是什么，做梦能为自身提供何种价值，并且了解在超越睡眠之梦和清明之梦后，我们还可能会有哪些价值的发现。

书籍目录

第一部分 梦的基本知识 梦的界定——过去和现在 精神分析学家解梦 梦与睡眠 记录你的梦第二部分  
梦的解析 梦中出现的人物 象征、隐喻和想像 行为、感受和场景 梦中有什么？  
生活不过是一场梦第三部分 做梦技巧 什么是清明之梦？  
如何成为一个清明之梦的做梦人 做梦材料 创造之梦 具有治疗作用的梦 灵性之梦 灵异之梦第四部  
分 做梦与解梦研究 解梦小组 解梦小组在行动 一对一做梦和解梦 21世纪的梦附录 致谢

### 章节摘录

书摘梦可以帮助我们理解和解决那些比较大的、能改变生活状况的事件，我们最近的研究就集中于这样一些领域。

例如，生理上的变化和怀孕期间出现的变化通常会表现在我们的梦里，正如生病期间出现的变化会表现在梦里一样。

同时，我们的梦可能与各种仪式有关，如婚礼、坚信礼(天主教、东正教等宗教内的一种礼仪——译者注)和葬礼，梦可以帮助我们整合这些过渡性行为，使之进入我们的意识。

在这一章，我将考察我们的梦中生活方式——以及这些梦如何能有助于我们的生活。

P121插图

## 编辑推荐

关注和理解梦的法则爱益良多，这点你很快就能体会到。

要想从这些最具个人创造性的领域中获得惊喜，你必须从自己的梦本身开始，去学习梦是什么，做梦能为自身提供何种价值，并且了解在超越睡眠之梦和清明之梦后，我们还可能会有哪些价值的发现。

在辞典中，关于“梦”的标准定义是“在睡眠中所发生的一系列思想、景象或幻觉”这个定义并没有抓住梦境中引人注目的现实和梦的本质。

时而恐怖至极时而令人向往的梦境与现实生活一样，构成了我们人生的一部分。

本书是一本简明而有效的解梦指南。

它的意义在于对这个复杂而奇妙的领域的开创性研究，而非要给这个领域下最后结论。

这本书触及了许多当前流行和过去存在的令人眼花缭乱的相关理论、学说、信念体系和解梦技巧。

你可以把它当做一本菜单之菜单，它综合了各个餐馆的优点，在烹调风可知上颇具有特色，并且其花色品种多种多样，就像世界文化一样丰富多彩。

在这里，你会发现梦的魔力；在这里，你将找到记住和记录梦境的简单方法；分析梦境从而了解真正的自己；理解如何有梦，洞察自身潜质；探索异域文化，发现梦的璀璨；预演现实，在梦中学会面对恐惧达成目标……阅读本书可以帮助渴望了解做梦与梦境的你科学地了解与梦有关的知识和方法，让你迅速地理解和掌握解梦的技巧，并因此更好地了解自己。

我们相信，通过阅读和学习，你一定在这次充满乐趣的梦之旅中了解和掌握所有关于梦的秘密。

第一部分：在第一部分里，你不仅可以了解到睡眠与梦的基本知识，阅读到弗洛伊德、荣格、珀尔斯等人关于梦的解析，还将学习一些如何记忆和记录梦的方法，以及如何把梦中的情境与“生活”在那里的人区分开来的疗法。

第二部分：在第二部分里，你将会学会如何通过梦中的素材进行解梦。

这里提供的多种多样的梦的举例不但可以帮助你比较做梦者们彼此相似又极其特别的内心世界，也能领悟自己梦境的秘密。

在这一部分，我还将提供给你解析自己梦境的各种工具。

第三部分：在第三部分里，你将学会理解不同类型的梦，以及同一主题的梦的多样化。

在这部分中，我们将学会如何掌控梦境和做意志清醒的梦，一起拜会梦中的天使和灵魂向导，解答诸如人死后灵魂是否仍然存在这样些问题。

除此之外，我们还将探索灵魂投射、梦中飞翔、灵魂出壳以及梦中的心炙感应现象。

第四部分：在第四部分中，你将学会如何与他人一道就你的梦和他们的梦共同展开研究。

我们将起探索梦的未来，包括你的白日梦的新用途，集体做梦的种种可能性，以及探索梦境如何有助于你发掘出最大的潜能……早上醒来时，你的梦并未停止；读完本书后，你对自己的梦所做的研究也不会结束——要知道，这两者都只不过刚刚开始。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>