

# 《怎样解梦》

## 图书基本信息

书名：《怎样解梦》

13位ISBN编号：9787534932342

10位ISBN编号：7534932343

出版时间：2005-3

出版社：第2版(2005年3月1日)

作者：韩斌

页数：206

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《怎样解梦》

## 内容概要

您对异彩纷呈、千奇百怪的梦感到好奇吗？您为“经常多梦”而烦恼吗？您因荒诞离奇的梦而疑神疑鬼吗？您被连连的恶梦吓得惶惶不可终日吗？作者将在本书中以现代科学理论为依据，深入浅出地为您阐明梦的形成原理和它对人生的神奇效应；作者还结合他在长期行医生涯中处理过的大量鲜明生动的实例，讲解他本人所创立的科学解梦法的应用方法和实效；对那些与疾病相关的梦，作者还运用中医学理论予以解释，并列出了经过验证的方药。作者将帮助您认识梦对人生的积极作用，让您消除疑虑，摆脱恶梦的困扰，更好地认识自己，完善自己。

# 《怎样解梦》

## 书籍目录

第一章 说梦 第一节 梦对人生的奇特效应 第二节 梦是怎样形成的 一、有梦睡眠的发现 二、引起做梦的因素 三、梦的形成 第三节 梦对身心健康的影响 一、梦能调节心理活动 二、梦能锻炼调节脑功能 三、做多有利于睡眠的继续 四、梦能预报疾病 五、梦可调节、维持机体功能平衡 六、梦有类似气功的治疗作用第二章 科学解梦法的原理和作用 第一节 科学解梦法的原理 一、外界刺激是致梦的重要因素 二、生活经历是梦的主要来源 三、梦与精神活动密切相关 四、梦与疾病有关 五、梦能预示未来的道理 六、中医理论是科学解梦法的指导思想 七、解梦旨在造福人类 第二节 科学解梦法的作用.....

第三章 科学解梦法的应用 第一节 科学解梦主方法概论 第二节 主观解梦法 第三节 客观解梦法 第四节 综合拼凑解梦法第四章 梦证的解析与调治 第一节 梦魇的解析与调治 第二节 恶梦的解析与调治 第三节 梦游症的辨析与调治 第四节 多梦的辨析与调治 第五节 睡眠中磨牙、咬牙症的辨析与调治 第六节 淫梦症的解析与调治附：失眠的论治

# 《怎样解梦》

## 精彩短评

- 1、这本书真的很不错！与以往的有关释梦的书籍有所不同。以往有关释梦的书，虽然涉及内容比较广，但都比较泛！不易于学习和运用。这本书却将作者对梦的理解娓娓道来，让人觉得好像真有这回事。并且这本书还附了许多作者曾经经历过的案例，因此增添了此书的可读性。如果对梦感兴趣的人不读些书，真是一大可惜！
- 2、很多案例,还有很多药方
- 3、书的内容还可以不过没学会“怎样”解梦
- 4、优点：真是本好书。写得通俗易懂，逻辑性也很强。前半部分多理论及案例，后半部分结合中医理论，特别是“黄帝内经”和“灵枢经”的一些有关的知识，梳理人体各脏腑在发生疾病时与所作的梦的关系，还有大量中医医方，思路独立又开阔。是本好书，价格也很便宜。缺点：当当的这本书真是脏啊。我刚拿到手里时手上都沾得满是沙沙的灰尘，用纸巾和橡皮好好地擦了擦才好些。希望当当以后在储藏这本书时能更小心些，别给买家留下不好的第一印象！另外，也许因为出版日期已远，书中许多案例的年代稍微有点远，期盼作者和出版社能不断更新，与时俱进！
- 5、病理和心理
- 6、您对异彩纷呈、千奇百怪的梦感到好奇吗？您为“经常多梦”而烦恼吗？您因荒诞离奇的梦而疑神疑鬼吗？您被连连的恶梦吓得惶惶不可终日吗？作者将在本书中以现代科学理论为依据，深入浅出地为您阐明梦的形成原理和它对人生的神奇效应；作者还结合他在长期行医生涯中处理过的大量鲜明生动的实例，讲解他本人所创立的科学解梦法的应用方法和实效；对那些与疾病相关的梦，作者还运用中医学理论予以解释，并列出了经过验证的方药。作者将帮助您认识梦对人生的积极作用，让您消除疑虑，摆脱恶梦的困扰，更好地认识自己，完善自己。
- 7、为了给你解梦我去看的!
- 8、本书技术阐述明白，从中医角度的解释较为专业

## 章节试读

### 1、《怎样解梦》的笔记-第46页

苏联学者们提出了在生物及非生物物体周围存在微轻粒子场的假说.....处于激发状态的人或物体的微轻粒子场可作为信息的载体，在一瞬间将信息传播到千里之外。可疑。

### 2、《怎样解梦》的笔记-第8页

慢波睡眠期，与觉醒时相对比，发生了许多生理变化，如全身肌肉松弛，没有眼球运动，副交感神经活动占优势（表现为血压下降，心率减慢，瞳孔缩小，尿量减少，体温下降，代谢率减低，呼吸变慢，肠胃蠕动增加，发汗功能增强，脑部温度较觉醒时降低，大脑总的血流量较觉醒时减少，嗅、视、听触等感觉功能减退。）.....此期是由完全清醒至睡眠之间的过渡阶段，对外界刺激的反应减弱，思维活动开始与现实脱节；第二期，.....进入真正睡眠，但属于浅睡；第三期.....为中等深度睡眠；第四期，.....属于深睡，不易被唤醒。

# 《怎样解梦》

## 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:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)