

《人类梦史》

图书基本信息

书名：《人类梦史》

13位ISBN编号：9787544303200

10位ISBN编号：7544303209

出版时间：2002-1

出版社：海南出版社

作者：[英] 安东尼·史蒂文斯

页数：360

译者：杨晋

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

《人类梦史》

内容概要

梦是奇怪和神秘的，在这本关于梦的启蒙书中，作者对人类这种不可知部分进行了深入的研究和探索。作者通过对关键性历史人物的梦境，包括希特勒、笛卡儿、弗洛伊德、荣格还有作者本人以及他的病人的分析，提示了人类做梦的源动力；通过对大脑的探索和一个世纪以来的实践积累，证明了人类梦境与人类的起源、进化的历史以及个人种族的历史有关。

《人类梦史》

作者简介

安东尼·史蒂文斯（Anthony Stevens）在过去20年里一直是一位荣格学派的精神分析学家和一位经验丰富的精神病专家。他毕业于牛津大学，获得两个心理学学位。

他的著作包括《原型：自我本性史》（1982）、《战争的根源》（1989）、《关于荣格》（1991）、《二百万年的自我》（1993）和《荣格传》（1994）等。

《人类梦史》

书籍目录

1 做梦机器 2 从吉尔加梅什到弗洛伊德 3 弗洛伊德、荣格和以后 4 梦科学 5 有意识和潜意识，集体和个人 6 梦工作 7 符号论 8 梦与治疗 9 现实的梦 10 普通的梦 11 梦和创造性 12 著名的梦 13 做梦和知觉的艺术 14 科学和灵魂

《人类梦史》

章节摘录

要记住并记录梦 梦境中发生的大部分事情我们都没有记住，大部分人一般情况之下很难回忆起梦境。甚至于许多人都有一种错觉，误认为自己从来不做梦。首先，人们必须认识到这样一点，就是能回忆起梦的情况相对来说很少，常见的是对梦的健忘。梦从白天的意识中消失掉，是非常自然的事情。一个人要有意识地记忆梦境是非常艰辛的一件事情，因为这本身是不符合常规的。除非他动机非常强烈，否则不会成功。最重要的是，他必须学会一些必要的心理学技能——有具体明确的意识去记忆和记录梦。他每天睡觉时做的最后一件事以及醒来时做的第一件事就是要想一想自己的梦，要形成一种习惯。在你调整自己的情绪，慢慢安静下来，要睡觉的时候，你可以对自己说：“今天晚上我会做一个梦，早晨的时候我还记得它。”通常情况下，这些小策略就可以帮助我们在第二天早晨还能记得自己的梦。早晨醒来时，问问自己“我梦到了什么”是非常有效的。如果想不起来，也不要轻易放弃，不要有其他私心杂念，不要想接下来这一天的安排。闭上眼睛，静静地躺在那儿，集中精力，在头脑中掠过的每一丝想法都不要放过。在这之前我在想什么？在这之前呢？对，是一个梦！就这样，一个接着一个，不断往前追溯，直到再次走向梦境。

精彩短评

- 1、咋个就喜欢不起来这个调调呢。。虽然相比弗更倾向荣格。。
- 2、翻译不堪入目的好书。
- 3、没坚持完。。。。
- 4、不容错过
- 5、先从分析自己的梦开始
- 6、不知是不是翻译的原因，读起来片段感很强，不连贯。荣格和弗洛伊德的故事倒是有趣，还有二百万年的自己，群体的意识，也不错。
- 7、oh~我的心理学入门
- 8、翻译的一塌糊涂
- 9、一直对梦非常好奇，这本书详尽地记录了梦的研究史。收获：1)以否定灵魂存在为前提的心理学，研究一个梦就像解剖一个美人，觉得很黑暗和恐怖。2)虽然可以利用意识清醒的梦境进行自我提升，可我非常抗拒催眠术觉得这是被包装的巫术，尽管有用也是来自魔鬼的能力3)形成了自己对梦的定义，梦是连接现实与灵界的神秘之境，神、魔鬼、自我的潜意识都在运作，靠着祷告去对抗魔鬼的诱惑和恐吓，潜意识的各种信号应该很容易被感知，启示的部分留给神，不再刻意留意和研究梦境了。
- 10、确是一本给自己带来不少新概念的书,不过很多艰深的理论却很难理解。
只能算是拓展一下眼界吧。
- 11、从此我爱上了我的梦。
- 12、因为喜欢心理学的关系所以读了这本书之后也开始在床旁放上一支笔和一本本子。试图记录自己的梦境。
这段时间其实也算正处于一个发展的低谷阶段，而在我回忆自己的那些梦的时候确实能发现十分丰富的象征意义。
不过正如荣格所说的：有些符号是活着的，而有些则已经死亡了。
每个人对于梦境的解释其实都是局限于他所处的文化环境，所以，自己还是不得不保持着谦卑的心情去学习更多。虽然知道面对的是无限的不足，但仍希望能更接近事实的真相。
确实很多人都会对我说，这个人给了他这样的解释而另一个人给了他几乎完全相反的观点。不过我却并不以为这能证明心理咨询师都是骗子。反而或许当所有的观点结合在一起的时候，才是最接近我们心中那个最真实的自我
- 13、非常精彩的一本书，为什么评分这么低？
- 14、尽管翻译很不专业，但不妨碍从中获得。
- 15、本书作者好像很推崇荣格派解梦。
- 16、案例有些少，梦的好玩之处也许就在于，需要具体案例具体分析
- 17、翻译有问题，读起来特别辛苦。
- 18、真学术.....
- 19、大气，经典。
- 20、看起来内容不错，但是读起来不舒服，可能是翻译问题。
- 21、市图书馆借的，高一睡前阅读，我妈用一种看神婆的眼神看着我读这本书。了解到梦的最浅显的一些理论，有点像综述，也是我第一次真正读到佛洛伊德和荣格。虽然现在不怎么相信了，但是当时可是非常中二的觉得自己掌握了解梦的钥匙。还能把自己的梦、朋友的梦分析得头头是道，真是羞耻哈哈。
- 22、高中时代的好书
- 23、解梦
- 24、原来我买重了。。。
- 25、在精简和自控之后，你还要逃避什么呢？我们的目标是以能让世界改变我们的速度去亲身体验这个世界，而不是奔波于一个又一个熟悉而陌生的宾馆间通过照相机来观看这个世界。我每年有三到四个迷你退休时段，而且我知道，有一些人也在和我做着同样的事情。效果不是累积的，再多的为期两周（two-week，也叫做"too weak（太无力）”。学会放慢节奏。故意失去方向。

《人类梦史》

没有以2~4周为周期，对自己的工作和个人生活做一个全面的80/20法则分析。大多数的付出和努力就像学习一门外语一样：6个月的强化集中训练就可以实现95%正确使用语言的能力，但需要20~30年才能达到98%正确使用语言的能力。专注于将一些事情做到优秀，其他的通通只要达到良好就可以了。

26、好吧。。半懂。对于弗洛伊德没有那么崇拜了...里面的他更小心眼，有点儿可爱

27、此非善本.....

28、可惜这本书现在BJ买不到哦

- 1、两年前去昆明，在逛书店时见到了这本书，很兴奋，当时没买，想着在网上买，后来却发现网上没货，再后来，终于有货了，就买了下来。不过，却一直未看，这次出差，随手拿起这本书，看了。离我想象的相差太远。真是不怎么样，这次我算得出个教训：出门时最好带两本书，这样，万一其中一本不怎么样的话，还可以看另一本。我是实在没得其他书看，所以，忍着翻完了。这本书前面看得还可以，主要是有关梦的历史的，从有关梦的记载到有关梦的解析，很专业，很详尽，这是我发现的这本书的唯一一个优点。这本书的我不喜欢的两个地方：1、太学术化。我想到了净空法师谈现在的宗教时说，现在没有佛教，只有佛学。可以借这句话来评这本书：这是一本谈梦学的书，而不是教人如何解梦的。2、没有自己独到的见解，多是引用他人的理论。我现在很反感这样的书，很简单，如果我想看弗洛伊德的理论，我会直接看他的书，想看荣格的理论，会直接看荣格的书，我之所以看这本书，是想看到作者自己的见解，但事实上却没有。我从这本书中几乎看不到作者自己的解梦的实例，这是最让我失望的地方。总之，这本书看似很专业，看似很诗意，但读后却一无所得。我写有《自我解梦教程》，里面有推荐的与梦有关的文章，感兴趣的可以一看。
<http://www.douban.com/group/topic/8507900/> 这本书不推荐。
- 2、这本书给我最大一点收获，就是“200万年的自我”。说真的，平时还真没想过一个梦居然有这么古老的年纪了，200万年人类发展遗传下来藏在深层潜意识的碎片，可以通过一个个梦来解读，很新鲜，也非常有意思。
- 3、因为喜欢心理学的关系所以读了这本书之后也开始在床旁放上一支笔和一本本子。试图记录自己的梦境。这段时间其实也算正处于一个发展的低谷阶段，而在我回忆自己的那些梦的时候确实能发现十分丰富的象征意义。不过正如荣格所说的：有些符号是活着的，而有些则已经死亡了。每个人对于梦境的解释其实都是局限于他所处的文化环境，所以，自己还是不得不保持着谦卑的心情去学习更多。虽然知道面对的是无限的不足，但仍希望能更接近事实的真相。确实很多人都会对我说，这个人给了他这样的解释而另一个人给了他几乎完全相反的观点。不过我却并不以为这能证明心理咨询师都是骗子。反而或许当所有的观点结合在一起的时候，才是最接近我们心中那个最真实的自我。
- 4、不知道评价不高的朋友，还有什么释梦的书可以推荐。这本书还是挺不错的，讲的挺全面，也挺有趣的。想用它来实践也不错，每天记录自己的梦。不过现在，也有些其他的方法解梦。他的书是精分学派的方法。

《人类梦史》

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