

# 夢的研究歷史、聖經與靈修反省

盧 德<sup>1</sup>

「我們探討夢，不是為了強化自我，而是要創造心靈的真實，從死亡中看見生命的意涵，藉著將想像凝固與強化而建造靈魂。<sup>2</sup>」

## 一、夢的研究歷史<sup>3</sup>

根據實驗室裡的研究，所有動物都會做夢，但唯獨人類擁有足夠的智慧，能夠記錄、思考、研究夢的整個過程，並賦予意義和洞見。許多考古甚至發現，部分極早期的史前洞穴壁畫，便可能是夢的記錄。

---

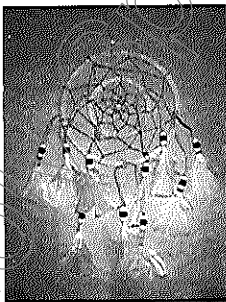
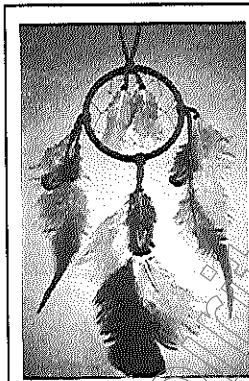
<sup>1</sup> 本文作者：盧德，本名楊素娥，輔大神學院教義系博士、加拿大多倫多大學博士後研究，現任輔大神學院專任研究員，並開設宗教心理學及靈修學等相關課程。本文乃繼《榮格宗教心理學與聖三靈修》又一新作《夢與神話的靈修旅程》（2010.02 光啓文化初版），作者結合榮格學派心理學與基督宗教靈修學的整合發展。

<sup>2</sup> Anthony Stevens 著，薛綸譯，《夢：私我的神話》（台北：立緒，2000初版），418頁。

<sup>3</sup> 以下主要參考資料為：Julia & Derek Parker 著，朱樸瑄譯，《解夢全書》（*The Complete book of Dreams*，台北：貓頭鷹，2005二版），10~15頁。筆者另作修改和補充。

## (一) 先民對夢的態度

早期的人類相信，夢是來自神的訊息，或是某種與超自然溝通的管道。埃及人早在四五千年前便已高度重視解夢，並對夢的象徵有一致的看法。《創世紀》裡特別記載若瑟（約瑟）在獄中為埃及王的司酒和司廚解夢；後來更因法老王連作二夢，召來的術士和賢士無人能解，唯獨若瑟正確依照上主的啓示解出，從此改變了他人生的命運（參：創四一）。除了聖經的記載外，早期的埃及人，如果遭受情緒上極大的困擾，或是希望祈求神明協助時，此人便會到神殿中睡一覺，孵化夢，然後請祭司為他們解夢，以此獲得神明啓示。



### 捕夢網

捕夢網是很久以前，印第安人所創的一件藝術品。根據他們的信仰，捕夢網是用來避免成人、孩童們的惡夢。為要使它起作用，他們會將捕夢網放在太陽升起之處，以便它能接收到日光。

根據印第安人，捕夢網必須被編織為如同蜘蛛網一般，這個網在它接獲一個夢時，便會過濾它。如果這是一則好夢，便會通過網間的洞，直接流向它的羽毛，這樣，此夢便會再回來。如果這夢是不好的，它將會被擒住，受困成為網間之囚，以致此夢將為太陽所燒毀，並永遠消失。

今天，您唯一要做的事，便是將它掛在房間。祝 好夢連連、美夢成真！

古希臘人深信夢有其神聖來源，並一心追求辨識夢的真假。荷馬史詩《伊里亞德》<sup>4</sup>中，邁錫尼王阿伽門農（Agamemnon）在夢中收到來自宙斯（Zeus）使者的指示。在類似巴比倫及埃及祭司的詮釋者協助下（希臘人從中學到了許多神秘技巧），希臘人也相信夢是神的旨意。他們也將夢運用在醫學上，把病人送到供奉「身體之神」的特殊神殿中。生病的希臘人會到這些神殿祭祀，在進行過這種宗教儀式後，希臘人會在神殿中入睡，希望能做一個身體恢復健康的夢。這些人經常會在神殿中待上一個星期，甚至是一個月，直到他們做了「正確」的夢為止。位在伊帕達諾斯（Epidaurus）的埃斯丘勒匹厄斯（Aesculapius）大神殿，可能是這些夢的朝聖之旅中最負盛名的地點。

中國史書《周公解夢》以認真的態度看待夢，也同樣是以預言的型態呈現出來，標示出天人溝通、交往的媒介，具有占卜吉凶與未來的功能。尤其是皇帝的夢，涉及國家大政、外交與戰事佈局，其重要性與嚴重性，足以改變很多人的命運，當然也有很多幕僚、占卜師、術士等協助皇帝解夢。民間所流傳下來的占卦等遺跡，均能或多或少看出古代中國人對夢的重視。

## （二）希臘哲人釋夢

公元前五世紀左右，希臘哲人齊諾（Zeno, ca.460 B.C.）認為「對夢的研究為自我認知的根本」，這句話至今依然中肯、適切。另一哲人赫拉克利圖斯（Heraclitus, ca.544-484 B.C.）亦認為：

---

<sup>4</sup> 荷馬（Homer，約公元前9~10世紀），古希臘盲詩人，相傳為兩部著名史詩《伊利亞特》（*Iliad*）和《奧德賽》（*Odyssey*）的作者。

夢境為個人獨有的世界，不必然是受外界影響的結果，即使是神明的影響亦同。大部分的希臘哲人會關心自己的夢及其所代表的意義，包括柏拉圖（Plato, 427~347 B.C.），他認為夢可以徹底影響一個人的人格及生活。在其著《斐多》（*Phaedo*）中，柏拉圖便描述了蘇格拉底（Socrates, 470~399 B.C.）因在夢中受到指引，而開始研究音樂及藝術。柏拉圖還認為：我們每個人——甚至是最善良的人——內在都存有肆無忌憚的野獸本性，它會在我們入睡時探出頭來。由於我們入睡後不再用理性克制激情，夢中的我們往往會做一些清醒時覺得丟臉的事。這觀念可能啓發了廿世紀佛洛伊德的見解呢！

到了亞里斯多德（Aristotle, 384~322 B.C.），終於為夢是神明旨意的觀念劃下了休止符，而嘗試以理性的方式來研究夢。他在《睡眠的神聖》（*De divinatione per somnum*）中指出：「大部分所謂的預言之夢，都可被歸類為純粹巧合，特別是這些夢都顯得過分誇張」；稍後他又說：「技巧最好的解夢者，便是那些有能力理解相似處的人。我的意思是，夢的呈現就類似水中倒影的形式」。在《自然短論》（*Parva naturalia*）中，亞里斯多德則認為，夢事實上是日常生活的回憶片段。進一步而言，夢反映了身體的狀況，因此醫生可以利用病人的夢，作為診斷疾病的方式。這觀念受到現代醫學創立者希波克拉底（Hippocrates, 約 BC 460~357）的支持，同時盛行於當代。希臘羅馬時代的一名醫生——白加孟的葛倫（Galen of Pergamum）——便受影響，遵循同一路線。例如，他記錄一位男士夢見自己的左大腿變成大理石，不久後，這個人便因癱瘓而致左腿失去功能。

### (三) 羅馬人的夢觀

儘管柏拉圖和亞里斯德都駁斥夢的預卜未來之說，羅馬人對此仍深信不疑，而且有一些著名的事蹟載於文獻中。如：凱撒（100~44 B.C.）不理會卡波尼亞的預警之夢，結果遇刺身亡，繼任的奧古斯都（Augustus, 63 B.C.~14 A.D.）卻是對夢的指示百依百順、從無異議，不但因而躲過遇刺的劫數，還曾贏得戰事的勝利。

羅馬人阿提米德羅（Artemidorus, ca. 150 A.D.）著《詳夢術》（*Oneirocriticon*，或稱《夢的詮釋 *The Interpretation of Dreams*））一套五大卷的巨著，被認為是第一本完整詮釋夢的專書。他在其著中主張：對做夢者而言，夢是獨一無二的；做夢者的職業、社會地位、健康狀態等，都會對夢中的象徵產生影響。他對夢的解釋極為敏銳。到了埃斯特安賽克斯（Astrampsychus, ca. 350 A.D.）著第二本《詳夢術》，對象徵的詮釋仍保有與維多利亞時期夢書的相似處，例如：「穿著紫色長袍，預示生一場大病的危險」、「手握著蛋或吃蛋，象徵著煩惱」、「赤裸裸地坐著預示失去財產」等等。

### (四) 基督宗教的啓示夢觀點

舊約聖經中，充滿了對夢的記載；作為超自然事件，基督信仰讓夢為神的啓示此觀念再度抬頭。著名的故事包括《創世紀》中，雅各伯（雅各）在曠野夢見一座天梯，上主的使者在天梯上上下下<sup>5</sup>；而他的兒子若瑟（約瑟）更因六個重大訊息的夢

<sup>5</sup> 見【夢例解析：雅各伯的天梯·呼召·搏鬥與蒙祝福】，本書 105~106 頁。

境，在關鍵時刻，徹底改變了他人生三階段的際遇和命運。《達尼爾書》（Daniel，《但以理書》）亦記載數則巴比倫王拿步高（Nebuchadnezzar，尼布甲尼撒，約逝於公元前 562 年）的夢，如同若瑟為埃及法老王解夢一般，在古巴比倫人無一能解的情況下，他們召來了達尼爾為國王解夢。

### 【夢例解析】達尼爾為巴比倫王拿步高釋夢

巴比倫王拿步高圍攻耶路撒冷後，他由以色列子民中選一些王室或貴族的青年，教養他們三年，期滿以後，他們便可侍立在君王左右。達尼爾等四個青年被選入宮，天主賜給了他們精通各種文字和學問的才智與聰明，而且達尼爾還通曉各種神視和夢兆。

拿步高在位第十二年，一連做了幾個夢，心神不寧，急於要知道這夢的究竟，不能入睡……。但因無人能解，占星者甚至對君王說：「世上沒有一個人能說出大王所問的事，從來也沒有一位君王，不論他如何偉大，有勢力，向任何巫師、術士和占星者詢問過這樣的事。」君王因此生氣，大發雷霆，下令消滅巴比倫所有的智者。

達尼爾機警明智地，去見被派殺戮巴比倫智者的阿黎約客，對他說：「請暫且先不要殺害巴比倫的智者，帶我去見君王，我要給君王解夢。」……當達尼爾見到君王，他對君王說：「大王所問的奧秘，不是智者、術士、巫師和占卜者所能告訴大王的；但在天上有一位啓示奧秘的大主！他已將那日後要發生的事曉諭給大王……這奧秘已啓示給我，並非因為我比任何活人更有智慧，而只是為把

夢兆告訴大王，叫你知道你心中的思念。」

「大王夢見一尊巨大的立像。這尊立像異常高大，非常光輝燦爛，立在君王面前，相貌可怕。頭是純金的；胸和臂是銀的；腹和股是銅的；脛是鐵的；腳一部份是鐵，一部份是泥的。大王觀望，忽有一塊石頭，未經手擊即滾下，擊中了立像，把鐵泥的腳，打得粉碎；同時鐵、泥、銅、銀和金立即完全粉碎，有如夏天禾場上的糠秕，被風吹去，無蹤無影；那塊擊碎立像的石頭卻變成了一座大山，佔據了全地。」

「現在我們要給大王解釋夢兆。大王，你是王中之王，上天大主賜給了你領土、勢力、權威和尊榮，凡有人居住的地方，田野的走獸，天空的飛鳥，都交在你手中，由你統治這一切，你便是那屬金的頭。在你以後，將興起另一個比你稍弱的國家，以後興起第三個國家，屬銅，她要統轄大地；相繼而來的是第四個，堅強如鐵的國家，就如鐵能粉碎擊破一切，這個國家也要如鐵粉碎擊破一切，至於你見腳和趾，一部分是泥，一部分是鐵，表示這個國家必要分裂，然而國內仍有鐵的堅強，正如你見鐵與泥相混一樣。腳趾一部分是鐵，一部份是泥，表示這個國家一部分強，一部分弱。你見鐵與泥混合，是說他們要與其他民族相混合，但是彼此不能相合，就如鐵不能與泥相混合一樣。

在這些君王時代，上天的大主必要興起一個永不滅亡的國家，她的王權也決不歸於其他民族，她要粉碎和毀滅這一切邦國，惟獨她永存弗替，就如你所見那塊未經手擊，即從山上滾下的石頭，把鐵、銅、泥、銀和金打得粉

碎一樣。偉大的天主已曉諭了大王，今後將要發生的事。這夢是真實的，夢的解釋也是正確的。」

後來拿步高又做了一夢，使他害怕、心慌意亂。他召來巴比倫所有的智者、巫師、術士、占星者、占卜者，卻無人能解。最後，達尼爾來到大王面前，說：「大王！這夢的意義，是至高者將要臨到我主的判決...

夢中，拿步高看見一棵高大的樹挺立在陸地中央，樹底下有美麗的落葉供野獸遮蔽風雨，鳥兒也可在樹上築巢。但在此時，一位來自天堂的使者命令這棵樹倒下，並將國王用鎖鏈捆在樹的殘根上，讓他像草食性的野獸一樣生活。達尼爾告訴拿步高王，樹木代表國王的權利與榮耀，而國王夢中受到的屈辱，則是要他知道，他必須承認天上的力量高於他個人，就如同他的力量高於原野上的野獸一般。

後來夢境一一應驗，這一切都臨到拿步高王身上。而在達尼爾身上，因為他具有一種卓越的精神、學識和聰敏，能詳解夢境，釋謎破惑；君王就將他達尼爾的名字改作貝耳特沙匝<sup>6</sup>。

---

<sup>6</sup> 上述故事整理自聖經《達尼爾書》一、二、四章；第七章以後，更記錄了數篇達尼爾的神視（異象）及其預言。在他神奇的一生中，從被放逐、迫害、獲救等過程中，神蹟奇事不斷，總結他能得有這些啟示與恩賜，全因他「敬畏上主」的生命態度。他忠實地傳達上主旨意，成為上主的忠僕。他的故事也啟示了我們：「敬畏上主是智慧的根基」（箴一 7）；釋夢與靈修生活態度，實際上根本是同一回事。



從舊約中的夢例來看，內容充滿了上主的啓示，其預言性質遠甚於心理上的意義。這在以下論述「聖經教誨與靈修學反省」時，將作更多發揮。回到基督宗教的歷史發展，東西方教會均有教父對夢的啓示發表看法。如金口若望( St. John Chrysostom, 347~407) 傳教時表示，上主曾在他的夢中向他顯示；他也曾發表一段引人注目的現代理念，認為我們無需為我們的夢負責，因此也不必為了夢中出現的任何影像感到羞愧。奧斯定( St. Augustine, 345~430) 及熱羅尼莫( St. Jerome, 約 347~420 年) 也都宣稱，他們的人生方向皆受到夢的影響。

到了聖多瑪斯( St. Thomas Aquinas, 1225~1274 )，他尋思「做夢的原因有時是內在的，有時是外在的」<sup>7</sup>：

「做夢的內在原因有二：一種是關於靈魂方面的，這是因為人在清醒時，他的思想和情感所關注的，睡夢時就會出現在他的想像裡……這樣的夢與未來的事，只有偶然的關係，如果真有相合的情形，那是偶然的巧合。另一做夢的內在原因是關於肉體的……例如，誰若身內有很多的體液，就會夢見自己是在水或雪中；為此，醫師們說應該注意夢，以便發見身體內在的情況。

做夢的外在原因也有二，即形體方面和精神方面。如果睡者的想像受到四周空氣或天上星體的影響，在他想像裡出現一些與天上星體的位置相符的幻像，這就是形體方面的原因。至於精神方面的原因，有時是來自天主，祂利

<sup>7</sup> 聖多瑪斯·阿奎那( St. Thomas Aquinas ) 著，原載於《神學大全》第二集第二部第 95 題第 6 節，中譯本見第十冊，由胡安德譯、周克勤審閱( 台南：中華道明會、碧岳學社聯合出版，闕道出版社發行，2008 )，211~213 頁。

用天使，在夢中給人啓示一些事物……。不過，有時是由於魔鬼的工作，在人睡夢中出現一些形像。」

不幸地，中世紀以後的教會發展，環境與觀點均產生重大改變。當時的宗教法庭認為，夢多半是魔鬼的傑作，唯獨教會是上主旨意詮釋的權威；而出現在個人夢中的天啓，只可能是魔鬼的話語。馬丁路德（Martin Luther, 1483~1546）亦持同樣觀點，認為罪惡是惡夢的共犯及父親。

### （五）中東地區的釋夢觀點

大部分的宗教都對夢懷有相當的敬意，不僅埃及、希臘、羅馬、基督宗教的世界裡重視夢，伊斯蘭信仰中的解夢，更多元化，也更有系統，原因可能是穆罕默德（Mohammed, 約 570~632）從一開始就很重視夢，《古蘭經》的大部分內容，便是在夢中收到的。他也為信徒們解夢，常要追隨者一一重述各人的夢、解釋重要的夢，而且叮嚀解夢者在提供意見時，也必須斟酌做夢者的個人特質。

阿拉伯早期最著名的釋夢者加度哈查曼（Gabdorrhachaman，約公元 772 年），其理論於 1664 年被整理成法文出版，書名《回教徒對夢的詮釋》（*L'Onirocrite Musulman*），是首度向西方世界介紹中東地區釋夢觀點的書。他認為夢是預言性的，只有那些「頭腦清楚、品行純正、言無虛偽」的人，才能解釋夢的意義。不過，他的釋夢更多是奠基於個人的直覺，而非對象徵的獨特詮釋。

## (六) 歐洲觀點—科學性釋夢學的緣起

知名的占星家拉斐爾 (Raphael)<sup>8</sup>，去世之前兩年在倫敦出版了《皇家夢之書》(The Royal Book of Dreams, 1830)一書，運用「密碼」設計了一套釋夢程序，且其密碼均以優美的文學形式呈現，如「你的夢預示了一個憂鬱的敵人」，或「一個圓滿、愉快、歡樂的夢，描述了一場盛宴款待」。他引起了知識分子的關注，從而也開啓了學術研究對釋夢學的緣起。

爾後，法國科學家兼醫生毛利 (Alfred Maury, 1817~1892) 於 1861 年出版《睡與夢》(Sleep and Dreams)，可謂是當代科學性釋夢的起源。後來佛洛依德著《夢的解析》也引用他的論點與研究發現。毛利研究夢的方法，乃是設計一系列夢境實驗室，並由此印證了「夢是受外界刺激所引起的」，包括環境、飲食等外界因素，都會引發相對應的夢境內容；而入睡前的幻覺 (hypnagogic hallucinations)，更提供了他隨後出現夢境影像的胚胎和溫床 (an "embryogenesis" of his subsequent dream images)。在他的生涯中所主持的多次實驗研究裡，他常以自己為實驗主角，要求助理在他進入快速動眼期的睡眠時，以各式各樣的感官刺激，包括嗅覺和聽覺的刺激，期能找到外界刺激對於夢境內容的重大影響。譬如，有一回他的助理在他進入快速動眼期的睡眠時，用一根羽毛在他的鼻、唇之間搔癢，當晚他便夢到他鼻唇間的皮膚，被一堆火熱的瀝青給剝裂了。另一回他的助理拿著燙熱的熨斗靠近他，當天他便夢到一群搶匪把他的腳放置在火中，

<sup>8</sup> 原名 Robert Cross Smith (1795~1832)，來自布里斯托 (Bristol)，因出版《預言年鑑》(Prophetic Almanac, 1880)，年售量超過十萬本，獲得極大成功，也因而成名。

以威脅他揭發藏錢的地點。他的實驗還指證了氣味對夢境的作用。譬如，他的助理點燃一根火柴靠近他的鼻子，他則夢到運送他雜誌的船爆炸了。還有一回助理打開古龍水瓶子，那氣味則使他夢到自己正身處在一家香水店中。

毛利也曾臥病在床，他的母親在身旁照顧他。他夢見自己身處於法國大革命的恐怖統治時代，被判有罪，並被帶上斷頭台。正當斷頭台的鋸刀落下時，毛利醒過來，發現床鋪的頂端塌了下來，正好砸到他的脊椎上方，正如鋸刀落下來砍中他一樣。凡此種種，使他深信不移，夢和導致它們出現的刺激，極可能同時發生。

### (七) 當代思潮－心理學的誕生

上述歐洲開啓的科學性釋夢觀點，並未真正受到肯定和重視，直到潛意識理論開始發展後，當代對於釋夢的科學解釋態度，才算正式成立。而潛意識之說，最早起源於費赫德（Johann Fichte, 1762~1814）與其追隨者謝林（Friedrich Schelling, 1775~1854），他們提出懷疑：夢是否顯露了我們潛意識的恐懼及慾望。爾後直到佛洛伊德（Sigmund Freud, 1865~1939）於 1900 年出版《夢的解析》（*The Interpretation of Dreams*）一書後，以心理學觀點所作的當代詮釋手法，便正式展開。

佛洛伊德認為，儘管夢有可能受到外界刺激而引起，但「願望的達成」更是夢的主要基礎。根據他的理論，我們的夢反映了植根於嬰兒期、心中最深沈的慾望，同時也包含了嚴肅的意義。此一思潮展開了一系列的「精神分析」，使夢的工作與詮釋脈絡得到高度重視。遺憾的是，他過於偏激的性學觀點，引起了一些人的反感，榮格（Carl Gustav Jung, 1875~1961）與他合作了

一段時間後，便在這關鍵重點上產生極嚴重的分歧。榮格並不認為性問題是構成大部分夢境的根源，也不同意夢是隱藏欲望的結果。榮格開創了他個人獨到的見解，即集體潛意識（collective unconscious）及其原型（archetypes），認為夢展露了我們最深沈的渴望，即「真我」（Self）邁向終極圓滿的心願。夢讓我們瞭解潛意識的浩瀚以及真我原型的動態旅程，幫助我們進一步落實在具體的生活中。榮格暗示，夢事實上是真我傳達給自我的重要訊息，換言之，是潛意識與意識之間、真我與自我之間，動態的平衡與交往過程。

當代大部分心理學家傾向於同意榮格的見解，而非佛洛伊德的理論。因此，儘管釋夢並非易事，但它愈來愈被重視，並能由此導引至靈修旅程。這兩位開創當代心理學釋夢的觀點，已在〈第四章 佛洛伊德與榮格釋夢觀點〉中詳述，此處不再重覆，請讀者逕行參閱。

### （八）其他觀點－實證邏輯主義與科技至上的懷疑論

自從佛洛伊德及榮格各自發表對夢的看法後，和夢相關的理論持續發展。如：波士（Medard Boss）在著作《夢的分析》（*The Analysis of Dreams*, 1958）中提及，夢不過是生活的另一個面向，它和我們清醒時的存在同樣不具意義。也有部分心理學家認為，夢不過是「清除磁帶記錄」；也就是說，夢將記憶清除，否則這些數不清的日常經驗及情緒，將雜亂地堆砌在我們心中。完形（Gestalt）技巧將夢視為組織及架構資訊的助力，因此做夢者必須考慮到夢中的各項元素，這些元素分別和心中各個「未完成的工作」有關。烏爾曼（Montague Ullman, 1916~2008）及齊瑪曼（Nan Zimmerman）於合著的《與夢同工》中結論道：

「如果要我以類比的方式，對各種不同的方式做出歸納，我可能會以蒸汽壺來比喻佛洛伊德的方法，以旋轉的鏡子比喻榮格的方法，再以填補坑洞的人比喻完形學派的方法。在蒸汽壺的例子中，承受壓力的某種物質，成功地改變表現形式，從蒸汽壺中掙脫。在鏡子的例子中，不斷旋轉的鏡子反映出自我未知的一面。完形學者則是忙著將過去遺留下來的坑洞填平，以準備好一片平坦土地」<sup>9</sup>。

無論如何，儘管至今實證邏輯主義與科技至上的懷疑論者，仍堅稱夢在人生中不具真實或重要的意義，但他們僅是少數。大部分人仍堅信，夢是協助我們過著充實人生的重要方式之一，古今中外皆然；甚且，立基於宗教信仰者，更對夢所具有的啓發意義，尤為重要。接下來，我們便針對基督信仰中，有關夢的聖經詮釋與靈修神學，作一綜覽、反省。

## 二、聖經的教誨、靈修學反省

### (一) 聖經中有關夢、神視、異象的啓示

大體而言，「夢」字在聖經中共約出現 175 次。其中做夢者包括了教內、教外，所有上主所願啓示的人，如：阿彼默肋客（亞比米勒）、雅各伯（雅各）、阿蘭人（亞蘭人）拉班、若瑟（約瑟）、司酒長與司廚長、埃及法郎（法老）、甚德紅（基甸）、三松（參孫）、撒慕爾（撒母耳）及撒烏耳（掃羅）、達味（大衛）、撒羅滿（所羅門）、瑪加伯、約伯、依撒意亞（以賽亞）、耶肋米亞（耶利米）、達尼爾（但以理）與巴比倫王拿步高（尼布甲尼撒）；

---

<sup>9</sup> Montague Ullman and Nan Zimmerman, *Working with Dreams* (London: Hutchinson, 1983), p.62.

另外，岳厄爾（約珥）與匝加利亞（撒迦利亞）雖未直接陳述夢境，卻有許多關於夢的教導。

至於新約部分，除了瑪利亞的丈夫若瑟（約瑟）有很明確從上主而來的啓示夢之外，大部分的宗徒，如伯多祿（彼得）、保祿（保羅）以及被呼召的先知，如阿納尼雅（亞拿尼亞）等，多半也都經驗到神視（異象），並從上下文的脈絡來看，夢與神視（異象）類似，兩者皆由上主而來，只是前者乃出現夜間的睡夢中，後者則在意識清醒的白天所發生，只要分得清楚兩者間同中有異、異中有同的部分，也就是能明確地做「辨別神類」（亦即分辨此象徵是來自上主、自己或惡者），則兩者常是可以互通的。譬如：

上主說：「你們聽我說：若你們中有一位是先知，我要在神視中顯示給他，在夢中與他談話。」（戶十二6）

他...用極富鼓勵的話同他們講述了一個很可信的夢——即一個異像——使他們非常高興。（加下十五11）

你就以靈夢擾亂我，以異像驚嚇我。（約七14）

那許多攻擊阿黎耳的民族.....都要成爲一場夢境，有如夜間的異象。（依廿九7）

顯然地，在這些上下文的脈絡中，旨在啓示上主的旨意，即便有些是來自惡者的攻擊，卻不失「天人溝通」的意味。而且，夢、異象、神視等常能相通，獲得上主恩賜解夢的人，能鮮明地辨別神類，在「默感」（inspiration）與「直觀」（intuition）中一目了然，顯示這是上主白白給的恩寵，非人所能求、能學習得來的。

## （二）智慧書中對夢的分辨、教導、提醒

雖然非人能求、能學習得來，但人仍渴望透析夢境涵義，

因此由夢而來的教導，廣泛出現在尋求智慧的《約伯傳》、《聖詠（詩篇）》、《箴言》、《訓道篇（傳道書）》、《智慧篇》和《德訓篇》中。不過，這些智慧書的教導，遠不及出現在歷史書中的觀點，視夢與異象為上主的啓示，得在默感中直觀上主異象，反倒多了些似是而非、模稜兩可的討論。

《約伯傳》中探討人生最爲尖銳的問題——現世中惡人享福、義人受苦的現象，如何解釋（見：約廿一、廿四）？約伯感慨地說：「天主有時藉夢和夜間的異像，當人躺在床上沉睡的時候，開啓人的聽覺，用異像驚嚇他，使人脫離惡念，使人剷除驕傲，阻攔他陷於陰府，救他的性命脫離溝壑」（約卅三 15~18）。但他反反覆覆地提出問題、討論、再詢問、再辯論……，最後只能輕描淡寫地指出：無論善人或惡人，都得走向生命的終極——天主——那兒；而在上主面前，人面對生命的奧蹟，無能解釋所有的現象：「他又像夢境消散，無跡可尋；又像夜夢，消失無蹤」（約廿 8）。最終，人只能臣服，將一切交託於上主。

在《聖詠（詩篇）》中，普遍認為夢如幻影：「上主，世人睡醒，怎樣了解夢境；禱醒時，也怎樣看他們的幻影」（詠七三 20）。《箴言》則主張人的幸福在於有智慧；智慧能指點人在世上享有幸福。但要如何求智慧呢？答案就是「敬畏上主」（箴一 7），其他一切僅止於現世所流傳，都是虛妄的。這在《訓道篇（傳道書）》中亦有同樣的見解：「多夢多虛幻，多言多糊塗；你要敬畏天主」（訓五 6）。《智慧篇》更明言諷刺了無知者的可悲：「那些驚嚇他們的惡夢，已預先通知了他們，免得他們死了，還不知道自己究竟爲什麼遭了難」（智十八 19）。最後，《德訓篇》提醒世人，小心夢似是而非、擾亂人的意念：

「夢境使無知的人想入非非；迷信幻夢的人，與捕風



捉影的人無異；夢裏看到的，與照鏡所見的相同。……占卜、算命、測夢，都是虛妄的；……夢境若不是出於至高者，你就不用介意；因為，夢使許多人誤入迷途，他們寄望於夢，卻大失所望。」（德卅四 1~7）

總結智慧書中對夢的分辨、教導與提醒，其實所持觀點是懷疑論。整體而言，對夢以及人生各種奧秘現象，即使提出問題、詢問和討論，都只是白費力氣，甚至會上當受騙，被夢的虛幻引入歧途。人再怎麼絞盡腦汁都無力回答這些終極問題，只有茫然。面對奧秘，唯獨「敬畏上主是智慧的根基」（箴一 7）。

### （三）先知書中的見解

相較於智慧書中的論辯，先知書的訊息因面對充軍時期的以色列民衆，便顯得較為實際多了。譬如依撒意亞（以賽亞）指出：「如同飢者夢中得食，及至醒來，仍然枵腹；又有如渴者夢中飲水，及至醒來，依舊疲憊，心裏仍有所欲：那攻擊熙雍山的各種民族，也將如此」（依廿九 8）；「我民族的守望者都是瞎子，什麼也看不清；都是啞巴狗，不能叫喚，只會作夢，偃臥，貪睡」（依五六 10）。言下之意，依撒意亞視夢為內心慾望的投射、反應，所產生的一種幻影，或甚至是一種逃避。因此就其提示，人應有反省和面對真實（即上主）的能力，而不是醉生夢死地生活在假象中。

耶肋米亞（耶利米）面對妖言惑衆的假先知，則很無奈地提出警告：「萬軍的上主，以色列的天主這樣說：不要讓你們中間的先知和卜卦師欺騙你們，不要聽信他們所作的幻夢」（耶廿九 8）。他語重心長的提醒還包括：

「我聽見了這些先知說的，他們奉我名預言虛妄說：

我做了一夢，我做了一夢！……他們互相傳述自己的夢幻，企圖使我的人民忘記我的名，如同他們的祖先爲了巴耳而忘記了我的名一樣。得了夢的先知，讓他傳夢；得了我的話的，就該忠實傳述我的話；參稈怎能與參粒相比？」

（耶廿三 25~28）

「我要懲罰那些預言和傳述幻夢，以自己的謊言妄語迷惑我人民的先知；我既沒有派遣他們，也沒有對他們有所吩咐，他們對這人民就絕不能有任何貢獻。」（耶廿三 32）

達尼爾（但以理）和匝加利亞（撒迦利亞）則都有啓示夢與各式神視的恩賜，但他們在處理和分辨上都非常謹慎。尤其對於不當放話的假先知、占卜者：「因爲忒辣芬所講的只是謊言，占卜者所見的只是虛幻，所報告的只是幻夢，只會以空言安慰人；爲此民眾流離失所，有如沒有牧人的羊群」（匝十 2），顯示出先知對民衆極大的悲憫之心。匝加利亞更要民衆警醒，因爲夢的虛幻，不限於在睡夢中，一個人若是渾渾噩噩的，虛度人生，就是活在夢幻不實中。

#### （四）新約中夢的啓示

《路加福音》和《瑪竇（馬太）福音》中詳細記載聖母瑪利亞如何由天使領報，以及若瑟（約瑟）處於休妻的掙扎中，如何由夢中得到天使的顯現和預許，並進而逃至埃及，躲掉了黑落德（希律）的追殺，而後又從夢中得到啓示，回到加里肋亞境內（見：瑪一~二章）。凡此種種的啓示夢，在在顯示上主透過夢來向人說話。不但如此，當耶穌受審，而比拉多明知耶穌無罪又不知如何開釋耶穌時，他的妻子差人到他跟前說：「你千萬不要干涉那義人的事，因爲我爲他，今天在夢中受了許多苦」（瑪

廿七 19)。顯然上主的啓示夢不僅給祂的選民以色列子民，也給凡有血肉的人：

「到末日——天主說——我要將我的神傾注在所有有血肉的人身上，你們的兒子和女兒都要說預言，青年人要見異像，老年人要看夢境」<sup>10</sup>。

上述兩個例子的不同之處在於，前者若瑟給予夢的啓示極大的敬重和順服，而當他以此回應上主啓示時，也同時帶來救恩的實現；反之，後者比拉多明知是上主啓示卻不予理睬，使他成爲釘死救主耶穌的劊子手。

除了福音書之外，宗徒（使徒）們也多有與異夢類似的異象或神視，作爲上主啓示的管道。尤其是若望（約翰）宗徒，在其著作中充滿了各式如夢似幻的神視。但他的神視並非憑空虛構，而是滿懷神聖、奧秘、來自上主愛的訊息。總歸一句，他所要傳達的最重要訊息，便是用「真實的生命」來化解「不實的人生」。生命最弔詭之處，便是我們看爲真實的，其實是虛假的；而我們看爲虛假的，反而是爲真實。若望不僅揭露何爲真（來自天主的）、何爲假（人間捏造的），在他忠實傳揚上主訊息時，更邀請人以自由、以真實來選擇進入生命奧蹟的本身。

此外還值得一提是保祿（保羅）。由於他的救恩經驗，有種「大夢初醒」的體驗，因而在其書信中，也力勸民衆要警醒：「你們該認清這個時期，現在已經是由睡夢中醒來的時辰了，因爲我們的救恩，現今比我們當初信的時候更臨近了」（羅十三

---

<sup>10</sup> 這段應許在聖經中共出現三次，分別是：《戶籍紀（民數記）》十二 6、《岳厄爾（約珥書）》三 1、《宗徒大事錄（使徒行傳）》二 17。其重要性由此可見一斑。

11)。他倍感末世氛圍的急切，要求人要脫離渾渾噩噩、夢幻不實、虛幻度日的生活。

### (五) 早期教會先賢－猶太經師與教父

猶太經師 Rabbi Hisda 在《塔木德經》中說：「有夢而不解，如同收到信而不展讀」。這位知名的解夢者更指出，夢有警示和改造的功能，所以令人不安的夢，比愉悅的夢更重要，由夢引起的憂慮能防止惡夢成真、激勵我們改過向善。

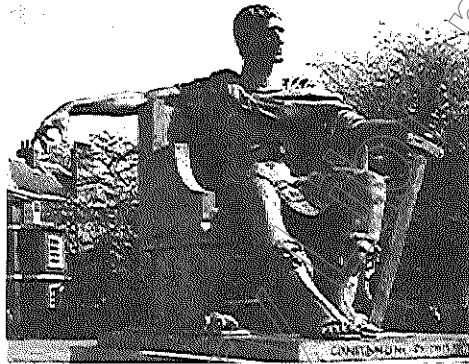
戴都良 (Tertullian, 160~230?) 約於 203 年完成的《靈魂專論》( *Treatise on the Soul* )，在談論靈魂的性質中，將夢說成是一種「自我侷限的死亡經驗」。他認為「夢是上主對人顯示最常用的方式，這不是盡人皆知的嗎？」<sup>11</sup> 而且夢中靈魂出竅，正如肉體生命終止時靈魂會離去。不過，因為那個時代的主流思潮，明顯有靈肉二元論的觀念，所以在夢中靈魂終於得到自由，可以離開此一嫌惡的身體。總之，身體並非靈魂固有的憩所，故此靈魂在夢裡顯得騷動而從不安寧。此外，戴都良還認為，夢不是靈魂的產物，而是來自上主、魔鬼或大自然，靈魂如同旁觀者，只能眼見夢中情事的發生，卻無力介入。換句話說，夢是不受做夢者本人的意願或企圖所左右的，它具有自發的創造力。用榮格的話來講，「不是我夢，我是被夢」。在夢中，自己彷彿是主角，實則只是觀眾之一，有一更大的力量在主導我們夢境的發展。

羅馬帝國君士坦丁大帝 (Constantine, 272~337) 於 312 年見一

---

<sup>11</sup> 轉引自 Morton Kelsey 著，再斯譯，《夢的啓示》( *Dreams: A Way to Listen to God* )，香港：基督教文藝，1980)，59 頁。

異象一空中出現兩個希臘字母 xhi 和 ro—原本不得其解的他，後來在夜間做夢中，看見耶穌手持同一標誌顯現夢中，使他恍然大悟，決定在所有戰士的盾牌上，刻上此標誌。這一經歷不僅使羅馬帝國贏得了



戰爭的勝利，且此標誌也成了帝國的象徵。後來他不但信奉了基

君士坦丁大帝的塑像  
(英國約克大教堂廣場)

督，313 年更頒布《米蘭詔書》，終結了三百多年來基督徒的教難，他崇尚宗教自由，帶來和平，甚至促成了他的繼位者—戴奧陶西 (Theodosius, 379~395 任羅馬帝國皇帝)—奉基督宗教為國教。

後來的教父們，也多半對於夢的啓示持正面的態度。如：亞大納修主教 (Athanasius) 於 357 年所著的《聖安當傳》，也認為上主藉夢與人溝通，雖然人們不須對此大誇其口。額我略尼撒 (Gregory of Nyssa, 330~395) 也表示他有很多靈感是來自夢境的，並認為夢是上主的啓示。他的釋夢之道，很接近現代心理分析，認為夢是可用純粹心理學方法解釋的自然現象；即使站在基督徒的立場，他也同意上主能以預言、啓示配得神啓之人。他於約 380 年寫成的《論人之創造》(On the Making of Man) 說：「口渴者在夢中似乎置身泉水中央，飢餓者在夢中似乎在盛宴大席上，活力旺盛的年輕人夢中則會有與其強烈情慾相似的幻想」。此言甚為接近佛洛依德「夢是願望的實現」之說。因為睡眠中

的人，知覺和思維能力都休止了，所以人會做夢；而且，大多數人的夢是為情慾所引發，而力量最強的情慾便是性慾，所以人會做出荒誕的夢來。人在清醒時能以理性克制情慾，不致墮入罪惡，但理性在睡眠中不再警醒，使情慾有機可趁。

奧斯定 (St. Aurelius Augustinus, 354~430) 則可謂是最先體察潛意識心靈之人，他坦承「我抓不住自己的全部」，而且「靈魂永不安寧，除非找到上主」。因為夢境裡的內容如何，由不得他；但上主卻可能因著他犯罪的夢境而不悅。

約與奧斯定同時期的希奈修斯 (Bishop Synesius of Cyrene, 370~413) 則將心智 (mind) 和靈魂 (soul) 作了區分，並以想像 (fantasy) 作為兩者互通消息的工具。心智，在意識清醒的狀態下面對既有的事實；靈魂，則關注將要發生的事，以想像為手段，傳達給意識即將發生之事。這一論點與榮格的見解相近，即：夢和想像揭示潛意識真相，以導引人格趨於完整、成熟，因此夢的意圖便成為潛意識透露訊息給意識知道的管道。

### 三、靈修神學反省

#### (一) 釋夢觀點的轉折

從上述釋夢的研究歷史、聖經教誨、靈修反省，大致可整理出幾點先民對於夢的理解：

1. 夢是超自然力量所引起的，不管是神祇或魔鬼，釋夢者的任務便是要分辨夢的善惡與真假，從而指點我們行事的方向。
2. 夢是睡眠中靈魂出竅的實有經驗。釋夢者要做的事是：明白靈魂經歷了什麼，並且採取必要的方法使游盪的靈魂復

位。

3. 夢是自然現象，是睡眠中正常的心智活動。這觀點開啓了智識分子的研究，不僅使夢與人格形成得到解釋，也使得夢的文化性格在民族誌中得到一席之地，進而透過宗教、藝術、神話、戲劇……等表達出來。

由於社會型態的變遷，人類歷史由游牧、農耕、工業化的人口聚集、到商業繁華的現代化大都會，這些時代的轉折亦伴隨宗教的式微，並因人類對於神聖力量的懷疑，原型之夢的影響力也逐漸喪失其神秘性。人們轉而把夢給做小了，只局限在私人意義上，釋夢也只剩下現實生活中狹隘的你我他，失去了體驗上主大能的機制。

## （二）藉夢體驗上主的恩寵、與上主交往

實際上，新約描述聖神所帶來的恩賜（有人概分為五類，即治病、洞察/分辨神類、夢與異象、超感官覺知、說方言與預言），夢與異象便是其中之一，而且這一聖神的恩寵，是普遍地、白白地、毫無條件地賜予每一個人的。

既然夢是上主所賜的禮物與應許，是天主每天給我們的私人信函。因此，除非我們將之帶入靈修生活中，並以神類分辨的精神來解夢，成為與主密談的素材，否則便可能淪於虛幻的逃避，也白白浪費上主的禮物。同樣地，解不出來的夢，有如碰到尚未開啓或打不開的禮物般，有待我們在靈修生活中細嚼慢嚥、悉心品味，畢竟靈修沒有速成之道，解夢也是急不得的。

此外，由聖經的教誨來作靈修反省，我們也要小心、學習兩大靈修功課：其一，是神類分辨，亦即小心辨別夢境訊息的來源，究竟是上主、自己、還是惡者或假先知（或異端）等以幻

夢來迷惑人，使人因而喪失真理（或真相）與力量，這是我們應當謹慎與警醒的。其二，是學習放手，因為任何來自天主的禮物，作為一種「傳達天主愛情」的象徵，一旦達到了目標，便應功成身退。禮物畢竟是象徵而不是目標，與上主「天人合一」才是我們靈修的目標，千萬不要緊抓住象徵或禮物，而不要天主，否則就本末倒置了。

### 結語：心理學與靈修學的整合

至此，我們的重點和結論已相當清楚了：夢是一段靈修旅程，途中亦可能產生陰影（盲點），有我們看不清楚、講不明白的晦澀地帶，必須提供另類的洞見，而此資源就內在、潛藏於我們深處。尤其當我們不願看清某些困難、某些險惡的障礙、而刻意將它們從意識驅逐時，這真實就會在我們的夢中出現。它不僅只是一種規勸或警告，更是潛意識在發揮應對問題的跡象；它針對我們所必須面對的問題，動員潛意識的原型，整合內在思考的過程，以迎接即將發生之事，並自作準備。總之，解夢的目的，在於「使認知結構成為有意識的」，而且由於夢能把真相表達得比意識自我還要更直接坦率、更淋漓逼真、甚至擴大，以加強警覺，因此，它比清醒時所講的話更加可信。而這一切，統稱為「夢的啓示」，早在先民、乃至各宗教和文化傳統中，已被清楚地看見和善用。

無論歷史出現了怎樣的轉折，總歸一句：「往外看的人，做著夢；往內看的人，醒著」<sup>12</sup>。夢邀請人往內看，當人往內

<sup>12</sup>

Joe Vitale & Ihaleakala Hew Len, PhD. 合著，宋馨蓉譯，《零極限：創造健康、平靜與財富的夏威夷療法》，台北：方智，2009。



看時，潛意識是再清醒不過了。《夢的啓示》一書引用某人在釋夢後生活與工作皆有新而深度的改變，他結論一句話說：「那是最高真實的呈現。當別人以為我入睡了，似乎在上帝看來才是最清醒之際」<sup>13</sup>。

顯然不只是啓示夢，隨著釋夢在歷史上愈來愈多的關注和發展，以及心理學的研究整合，幾乎所有的夢都具有啓示的意義。上述人類歷史、各宗教與文化、新舊約聖經（尤其歷史書）中，乃至當代社會科學的研究，在在顯示了夢的重要性，以及夢境內容所顯明的上主自我通傳與提示。夢並不決定未來，但它能指出一些事件發展的可能性。透過夢來靈修，不但自助，而且常有令人驚訝震撼的洞見。

---

<sup>13</sup> Morton Kelsey 著，再斯譯，《夢的啓示》，7 頁。