

<<超凡之梦>>

图书基本信息

书名：<<超凡之梦>>

13位ISBN编号：9787561436868

10位ISBN编号：7561436866

出版时间：2008-6

出版时间：四川大学出版社

作者：（美）克里普纳，（美）柏格莎朗，（巴西）迪卡瓦荷 著，易之新 译

页数：160

译者：易之新

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>

## <<超凡之梦>>

### 前言

《超凡之梦》这本书与市面上许多与梦相关的著作，有着明显不同的企图。

一般有关解梦、析梦的书，是作者根据一个主要的心理学派发展而成，或是作者根据多年的实务经验而发展出一套有系统的梦工作方法。

《超凡之梦》的作者们并不推介一个方法或一个学派，相反的，他们企图将所有与“大梦”有关的研究、理论、人类学资料结合起来，提供给读者，并在每一章的结束提供不同系统所发展的梦工作方法，理论与实务兼顾的企图是显而易见的。

这本书的内容有相当的学术性，资料的整理极为丰富，这是由于本书的作者们是一群在旧金山湾区长时间固定聚会的梦研究团体。

三位作者中，克里普纳（Stanley Krippner）在超心理学（parapsychology）与意识研究的领域中，是一位知名顶尖的学者，在超常意识的研究与相关的主题上有二十多本著作，发表了上百篇的学术论文。

柏格莎朗（Fariba Bogzaran）则是一位超个人心理学及梦心理学家；她同时是专业画家，梦的历程常是她作画的主题；她还在甘乃迪大学创立并主持全美第一个梦研究的硕士课程。

长久以来，他们这个梦研究团体与相关学者及专业人员都保持交流互动，所以书中的资料有学术的严谨与中立。

## <<超凡之梦>>

### 内容概要

超凡之梦其实并不少见，我们只要用心回忆、记录梦境，就可以开启一个魔法剧场，里面充满令人惊异的梦中经历。

该书作者从心理学和超心理学研究理论入手，对梦进行了专门研究。

书中用典型案例、统计数据 and 实验来探讨其可能性，并试图解释“梦与现实世界”的关系。

本书既有趣，又具启发性，为读者指出探索人类潜能之路。

## <<超凡之梦>>

### 作者简介

克里普纳 (Stanley Krippner) , 美国赛布鲁克 (Saybrook) 研究所心理学教授, 多本书籍的作者, 包括与方斯坦 (David Feinstein) 合著的《神话之路: 发现过去的指导故事、创造未来的远景》(The Myth Path: Discovering the Guiding Stories of Your Past-Creating a Vision for Your Future)。

博格莎朗 (Fariba Bogzaran) , 美国肯尼迪大学意识研究系助理教授及梦研究计划的创办主任, 著有《穿越光: 意识的探索》(Through the Light: An Exploration into Consciousness)。

迪卡瓦荷 (Andre Percia de Carvalho) , 巴西临床心理学家, 活跃的演讲者, 专长领域是人类资源与工业发展。

译者简介易之新, 开业医师、文字工作者。

译有《疾病的希望》、《生命的礼物》、《超越自我之道》、《心理学家的面相术》(心灵工坊), 《存在心理治疗》、《爱与自由》、《圣徒与疯子》(张老师文化), 《当医生变成病人》、《夜, 骤然而降: 了解自杀》(天下文化) 等书。

## &lt;&lt;超凡之梦&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 如梦之梦 梦,夜间的语言 梦与神话 创造经验的梦 梦与生活 写诗作画,记下梦境  
第二章 梦与做梦 透过梦寻求指引 梦的研究起源——弗洛伊德、莫里和圣丹尼斯 意识与潜意识的平衡——阿德勒与荣格 是想象,也是艺术——福克斯与奈瑟尔 来自“做梦工厂”的刺激——霍布森和麦卡雷 大脑激活梦境——安卓布斯与索姆斯 做梦和清醒都是独特的存在形式——博斯、乌曼和葛罗布斯 梦与新典范的思维  
第三章 创造之梦 以创意解决问题的梦 创造之梦的研究 练习创造之梦  
第四章 清明梦 做梦时的觉察 清明与梦的控制 清明梦的研究 梦中的灵性经验 练习清明梦 通往那光的直接道路  
第五章 离体梦 睡眠中的“灵魂旅程” 离体梦的研究 睡眠瘫痪和离体梦 练习离体梦 梦的分享关系增长  
第六章 怀孕时的梦 怀孕之梦和其他梦有何不同 怀孕之梦的研究 怀孕梦的跨文化研究 怀孕时梦中意象的变化 未出世婴儿的梦 处理怀孕时的梦  
第七章 疗愈之梦 身体的状况是产生梦的原因之 梦的健康诊断 痛苦的梦可能预示潜在疾病 疗愈之梦的研究 练习疗愈梦 梦的隐喻与潜力  
第八章 梦中梦 身体的反应转化成梦的影像 梦中梦的研究 处理梦中梦  
第九章 共同的梦 梦见别人所做的梦 共同梦的研究 练习共同的梦 共同的清明梦  
第十章 心电感应的梦 幻觉的探索 梦到别人的思绪 心电感应梦的研究 练习心电感应梦  
第十一章 超视觉的梦 超视觉梦的研究 异常梦境怀疑或欢迎 练习超视觉的梦  
第十二章 预知的梦 关于未来事件的梦 预知梦的研究 魔法思想还是自然而然 亲子间的异常梦 处理预知梦  
第十三章 启蒙之梦 “召唤”做梦者的梦 接通神灵和脱离身体的旅程 启蒙之梦的研究 处理启蒙之梦 团体的梦工作  
第十四章 遇见神灵的梦 神灵带来的启示 神灵之梦 神话的用语才可以合理解释死亡 神灵之梦的研究 处理神灵之梦  
第十五章 梦与个人神话 梦与辩证 梦有意义吗 做梦的大脑 梦的表层意义及深层根源 大脑里的蝴蝶效应 梦是人类创造力的实例 梦里隐微的秩序 激发你的潜力,享受梦的乐趣

## <<超凡之梦>>

### 章节摘录

练习清明梦有许多方法可以强化梦中的清明程度，最简单的方法就是注意每一个梦。

回想越多梦，就越容易记住偶尔发生的清明梦。

自我暗示也能强化梦中的清明，只要在每晚睡觉前，重复这句暗示语：“我今晚会发现我正在做梦，醒来时也会想起这个梦。

”把这句话复述20到30遍，如果没有立刻生效的话，也不需要气馁，因为这个技巧很少在一开始就产生效果。

卡斯塔尼达（Carlos Castaneda）谈到亚奎族（Yaqui）巫士唐望关于清明梦的教导：他告诉卡斯塔尼达在睡前把双手放在眼睛前面，仔细观察，当在梦中发现自己的手时，就尝试把手抬到眼睛的高度来观察，于是知道自己正在做梦。

卡斯塔尼达运用梦中寻找双手的技巧，常常在梦中达到清明。

他宣称这种方法的优点是能在梦中做出许多奇妙的事。

几年前，史都华（Kilton Steward）声称马来半岛的赛诺伊（Senoi）部落能得到梦中的清明，他们在梦中遇见可怕的生物或情境时，就把自己变得清明，直接面对恐惧，克服它、与它为友，或是向它臣服。

当代人类学家一致认为卡斯塔尼达或史都华虽然自称研究过当地少数民族的习俗，但都没有真正将它呈现出来。

不过，他们的技巧对某些人确实有用。

## <<超凡之梦>>

### 编辑推荐

《超凡之梦:激发你的创意与超感知觉》先从历史、科学和跨文化的研究出发,探讨各种超凡之梦,并且针对个人和团体,提供许多练习的方法书中每一章会介绍一种特殊的梦,并摘录相关的研究资料介绍的特殊梦境包括:创造之梦、清明梦、离体梦、怀孕时的梦、疗愈之梦、共同的梦、心电感应的梦、超视觉的梦、预知的梦、启蒙之梦,以及梦中梦。

超凡之梦其实并不少见,我们只要用心回忆、记录梦境,就可以开启一个魔法剧场,里面充满令人惊异的梦中经历《超凡之梦:激发你的创意与超感知觉》既有趣,又具启发性,为读者指出探索人类潜能之路

<<超凡之梦>>

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:<http://www.tushu007.com>