**解梦探索：从古老典籍到生活奥秘**

**师：**你们有谁看过《周公解梦》这本书吗？我记得我初中就看过。《周公解梦》是一本非常古老且全面介绍解梦的书籍，我觉得它写得还可以，但里面也有很多内容，我感觉是不正确的。

比如说梦到厕所吧，厕所是排泄的地方，是污秽之地。一般来说，梦到厕所大多寓意不好。为什么这么说呢？因为在梦境当中，凡是那些污秽、肮脏、让人害怕的地方，比如黝黑的地方，所有能导致人恐怖和恶心的场景，这类梦通常都不是好兆头。

就像梦到水，不能简单地认为梦到水就是有财。如果梦里的水很清澈，你很喜欢，鱼儿在里面畅游，你也下去游了两下，感觉非常舒服，那这绝对是个好梦；但要是梦到的水又黑又吓人，里面还有怪物，那肯定不是好的梦境。我不确定是不是《周公解梦》里说过类似的内容。

**梦境中的意境和场景非常关键**。有人说梦到棺材就意味着会升官发财，其实不一定。如果是阴气重、阳气不足的人，就容易梦到棺材、坟圈子，甚至死人。但是，**如果梦到抬着五颜六色的大棺材，好多人吹吹打打，自己看了挺兴奋的，这或许是个好兆头，寓意有“官”有“财”。能理解吧？**这得看具体场景，如果在梦里感觉开心舒畅，景色优美，那就是好梦；反之则不好。

再比如**梦到被人抓**，这肯定不是好事。被人抓时，那种纠结、压抑、害怕、恐惧的感觉，代表着被逼迫、被胁迫、被追赶、被追杀，这其实是现实照进了梦境。尤其是当你工作不顺，受到生活的压迫，或者家里的逼迫、学习上的压力时，就容易梦到被别人追，比如被鬼子追、被仇人追、被小人追等。我就记得以前老梦到被鬼子追，甚至被追得连跑都跑不动。还有，在梦中如果获得的东西让你感觉好，那可能预示着你要有意外之财；要是丢掉了很宝贵的东西，比如自己的相机、自行车、贵重的衣服等找不着了，这些都可能寓意着破财。相反，如果你意外捡到了自己喜欢的东西，像象棋、出门捡到一条狗等，这可能预示着会有财运，是个好梦。理解梦境其实并不难，关键是要把它转化成梦的“密码”，按照梦里的逻辑去理解。

不能按照常理去推断梦境。比如，你一摸那水，感觉有虫子从手心钻进去，这肯定不是好梦。按理说，常理上虫子不可能钻进去，但在梦里它就是发生了**。古人讲，虫子在气节上代表着贪嗔痴，欲望的成分越大，就说明被欲望控制得越深。如果一个大肉虫子滋溜一下从鼻孔、耳朵、嘴巴或者其他地方钻进去，这肯定特别不好**，说明这个人被欲望控制了。道家讲的“三尸九重”，“三尸”即上尸、中尸、下尸，都有姓彭的名字，“九重”指九种虫在身体里，上尸吃脑子，中尸吃心肺，下尸吃肾。所以古人有“杀三尸”的说法，因为这些东西会控制人，导致人的腐败堕落。

能听明白吗？**所以梦到虫子进身体就是不好的现象**。反过来，如果状态不错，**梦到吐出大虫子、拉出大虫子、从手心拽出大虫子，或者浑身好几个地方同时出虫子，这些都是好现象。**

再比如说梦到茅房，里面都是粑粑，下不了脚，这肯定不好。因为茅房是排泄的地方，却被污秽占领，让人无法正常排泄，不知道该蹲哪个坑，甚至好不容易找个地方蹲下，还弄得满屁股都是粑粑。还有人梦到在厕所地滑，一下掉进去了，这种梦肯定也不好。

**所以《周公解梦》里说的也不能全信**。之前有人梦到很多虫子在皮肤里游走，一抓，虫子滋溜一下又游进去了，这可能寓意着有贪欲，想抓却控制不住。

还有掉牙的梦，有没有人经常梦到一咬东西，满口牙全掉了？牙主肾气，掉牙说明整个人虚了。如果掉的是前牙，可能与人际关系等方面有关；前面的大牙全掉了，既代表着健康问题，也可能影响运势。

我给大家说，我做梦有个系列梦，从20多岁就开始做关于考试的梦。一开始老梦到考试卷子答不完，有时候前面一页答完了，快交卷时一翻面发现后面还有一篇卷子，特别着急，铃声响了还没做完就醒了。这种梦代表着什么呢？考试象征着权威对你的测试，答不完说明无法应对这种权威。说得直白点，就是社会规则对你的考验不及格，因为不想应对就不会参加考试，能应对肯定会答完。这是因为高考等考试给我们留下了很深的印象，从梦的语言来说，梦到考试就是在应对社会规则。后来随着思想境界提升，在梦中对考试的态度也变了，开始觉得答多少分就是多少分，何必强求；再后来就想自己都考完大学了，凭什么还要考试，甚至直接不答就交卷。慢慢地，这种考试的梦就没有了，**这也说明心魔被去除了**。

人的一生中或者在一段时间里，很多人会做系列梦，而且梦是有进程、连续的。比如我还会做关于“老家”的梦，梦里的老家东边、西边、南边、北边都有特定的地方，每次做梦都能接上，但和现实中的老家不一样，像是另一个境界。比如梦到老家东北方向老有山，现实中可能没山；梦里有两条岔路，现实中可能没有。**这说明在梦里有一张相对固定的地图**。

梦境是有连续性和变化性的，通过揣摩梦境，大概能知道现实当中的影子，而且梦境还有一定的预示性。**古人说“见机而作，不俟终日**”，就像中医里讲的，事情还没来时就会产生信息。比如人还没来，鸟叫了，可能就知道朋友要来了，因为朋友来催动的气场能让鸟感应到。就像杀狗的人有煞气，狗能感觉到，见到就会一动不动。每个人都有气场，气场的大小和人的心境有关，**心境开阔，气场波及就远**；**心境不开阔，气场就只在周围震荡**。而且气场是超时空的。

就像地震前会有很多迹象，天空出现地震云，地下水变混，海边或河里有地光、地声，小动物躁动、搬家等。比如唐山大地震、汶川地震前，几个月甚至前几天、前一个月就开始有异常。这是因为地壳变动产生压力，形成一种场，辐射出去，小动物和一些事物能接收到这个场，从而产生躁动。**其实人也能感觉到这些预兆，只是因为从小接受后天的科学教育，忽略了自身的感觉。有时候感觉难受、躁动、心神不宁，或者眼皮跳、肉颤等，这些都是征兆。**比如家里人出事了，可能那天眼皮就会跳得厉害。老百姓说“左眼跳财，右眼跳灾”，其实跳本身就是一种变动，跳的程度、方式、时间点以及当时的心境，决定了这个跳是预示着好事还是坏事。**一般来说，肉颤眼跳大多不是好事。**

所以有些东西不能全信，这里面的学问很多。就像学英文，对于处在英语环境中的老外来说好学，而我们没有这个环境，听别人讲就像听天书。但如果有相应的环境和方法，慢慢也能掌握。

**有人问做梦找不到家，走着走着迷路了，打电话也打不出去，这种感觉和前面说的类似，代表着没有方向。一般来说，做梦打电话是打不出去的，**还有做梦开车踩不住刹车，感觉失控等情况。

老是心慌，这也是一种困扰。**做梦梦到飞，按理说梦是现实当中的投影**，古人不会梦到摩托车，因为他们没见过。**但我们会梦到一些没经历过的事，比如飞，大多数人都梦到过飞，我也梦到过。这是为什么呢？人肯定飞过，不是这辈子，而是远古基因里刻着会飞的经验，所以能梦到。有时候梦到飞的感觉特别好，飞得又高又远又快又自如，而且不是像鸟一样飞，就是直接飞起来**。身体不好的人很难飞起来，精神状态好、高兴的时候，在梦里就能飞得很好。

杜鹃鸟有一种习性，它把蛋下在别的鸟窝里，小杜鹃孵出来后，会把窝里其他的蛋或者已经孵出的小鸟拱出窝摔死，如果其他小鸟已经长大，小杜鹃就直接爬下去。而且杜鹃鸟长大后，又会把蛋下到别的鸟窝里。这是一种本能，没有人教它，就像我们远古基因里的东西一样，一代一代传下来。

**我梦到飞最好的状态是在年轻的时候，特别有理想、有追求的时候，还梦到过满天繁星，特别灿烂。**

**提问：**王阳明的故事里，他梦到过孔子、孟子等学术大家进入他的梦。为什么会梦到圣人呢？

**师：因为你想往哪个方向努力，就会梦到相关的内容。学佛的人可能会梦到观音菩萨、释迦牟尼、罗汉等；学道的人可能会梦到老子、庄子等。想挣钱的人，可能就会梦到和挣钱有关的事。从某种意义上说，梦就是现实的投影，白天想什么，晚上就可能梦到什么。**

还有**清醒梦，就是通过训练能够控制梦境，知道自己在做梦，并且有意识地去做一些事情，还能控制梦境的发展。梦一般分为三类，一是心有所想，夜里就梦到；二是身体状态影响梦境，什么身体状态就会做什么梦；三是有预示性的梦，还没有发生的事情直接投射到梦里。**

**春姐：**我之前好几次梦到发大水，梦里大水在大路上流，我带着孩子在小路上，每次都完美避开了大水，新冠的时候，就我和孩子没有打针。

**师：**有人说梦里老是受委屈，那现实中很可能也是如此；**梦里老被别人欺负，现实中可能也正被欺负；梦里老欺负别人，现实中可能也有这种倾向；梦里什么都不怕，现实中可能也胆子大。如果白天表现得不在乎，梦里却很在乎，那可能是因为白天虚伪压抑。白天不敢做的事，梦里做了，说明白天想做却不敢做。**

**春姐**：大家在抖音问的很多问题，像小孩子近视、不长个等各种各样的问题，老师之前都讲过。这些问题在跟了老师这么多年的人看来，都不算什么事。

关于治疗某些问题的方法，回头我们在直播的时候和老师商量一下，讲讲为什么我们教的这些动作这么有效，它们背后有着强大的道理支撑。

**师：**我们**主要做的是经络健身，也叫经络导引术、经络修炼修养术**，目的是**帮助大家强身健体，打通经络，恢复真气。人体有三宝“精、气、神”，都融汇在真气里。**

**红红：**之前在论坛看到老师发的帖子，说他健身之后做了几个很有标志性的梦，其中一个梦到身体发生了翻天覆地的变化，

**师：**我从一个书呆子变成了健身达人，而且这里的健身不是练肌肉块，而是**练经络的通畅性**。这几年身体发生了巨变，**之前还做过换五脏的梦，旧的五脏去掉，换上一套新的五脏，这些梦如果是学员就能听到更详细的讲解，这里就不多说了。**

为什么梦里能梦到现实中感觉不到的预示性的东西呢？**因为人睡着了之后，相当于进入了另一种状态，潜意识被激活，真我被释放**。比如白天因为法律道德的约束不敢做的事，像偷鸡摸狗，晚上在梦里可能就会做。但最终要从心里真正去除这种不好的想法，晚上才不会再做这样的梦。古人讲“君子慎独”，就是说在没人看管的时候，也要保持自我。如果没人看管就想杀人放火，那这个人本质上就有这种倾向。

**还有压床的情况**，**主要是因为阳气弱**，外在的因素或者身体的经脉被压住，阳气被阴气压住，导致感觉有东西压住自己，想叫叫不了，想睁眼睛睁不了，动胳膊动腿也动不了。**有些人遇到这种情况会念阿弥陀佛等，但其实最好的办法是把阳气整起来，让真气充盈，经络通顺。正气足了，经络通了，排泄正常，就不会再出现压床的情况**。女生身体弱的时候，阳气不足，灵魂不能稳固在身体里，就容易出现类似“灵魂出窍”的情况，身体也会越来越差，**所以要赶紧动起来，学习经络健身，通畅经络，养正、护正、强正。**

今天的时间差不多到了，老师讲得非常精彩。我们每天晚上八点会有读书会学习，可以在抖音搜索大了个春，也可以进抖音的粉丝群，群里会有一些学习交流的机会。之前清理了一部分不活跃的人，现在还有些空位可以进。大家发愁的问题在我们这里都不算问题，**但前提是要有学习的心，要有主导自己身体和家庭健康的意识，不要总是寄托于别人。**我们都是老师的学生，希望大家能有所收获。明天我们会去泰山，全国的老师的学生都会去，说不定大家可以在泰山偶遇老师。