

# 窥探你的梦境

每个人都会做梦,但知道梦是什么的人少之又少。因此千百年来,“梦的解析”一直是最动人心弦的研究。最近,国际睡梦研究协会对2000人进行了一项调查,发现人们常做5种主题的梦:掉头发或掉牙齿,高空坠落,感觉身体麻痹,交通失事,考试失败。此外,还有被追赶,迟到,痛失亲人等。研究者还发现,男女最爱做的梦也不尽相同。以下是研究者给出的常见梦及其含义。

■文 | 唐骋华 ■图 | 资料

## 牙齿损坏或脱落:女性居多,怕失去、怕衰老

睡梦里梦见自己的牙齿是很正常的,所以它在调查中排名第一,不过这很难令人高兴起来。因为受访者纷纷表示,最常见的梦境是,牙齿遭严重蛀蚀和损毁,如果梦见自己张开嘴,牙齿干脆会掉下来。

如此说来,梦见牙齿真的预兆了些什么?睡梦学家并不这么看。专家认为,这类梦暗示我们为自身在工作或生活中未能受到应有的重视和关注而感到担忧,进一步分析,是暗示着我们担心失去掌控力。有趣的是,如果你是女性,做这类梦则表示你非常担心衰老,或身体已经出现了不舒服或衰老的迹象,那可要注意喽!

## 身体麻痹或生病:男女各半,担心某人离开

身体麻痹也是睡梦中相当普遍的现象,并且与前两类不同,男性和女性梦见身体麻痹的概率是相似的。所谓身体麻痹,指身体不听使唤的情况,即中国人俗称的“鬼压床”。据统计,有50%的人遭遇过“鬼压床”。

当然它并不神秘。其医学术语为“睡眠瘫痪症”,主要发生在睡眠周期中的快速动眼期。此时,人的意识已清醒,但肢体肌肉仍停留在低张力状态,造成身体不听意识指挥,由此产生的恐惧情绪还会造成幻觉。专家指出,这是正常的生理现象,与生活压力大、作息不正常有关,只要调理好生活,没有太大问题。

不过,如果你梦见了自己或心爱的人生病、受伤甚至垂死,就要引起警惕了——这可能意味着某人正处于疾病发作的初始期,应该警告自己或爱人注意健康。此外,梦见生病还意味着你在情感上受到伤害,或担心被伤害。梦见某人死亡,除了意味着你身体某部位有疾病前兆,也表示你担心某人离开你。

## 考试失利或被解雇:男性居多,准备不充分,容易犯错误

身为男人的你,有没有梦到过重回课堂,进行考试?没错,据调查,做这种梦的以男性居多,并且往往已经离开学校很长时间,工作好几年了。考试结果则往往很悲催:由于多种因素的干扰,你未能顺利考试成功,甚至开考了也没找到教师;即便考了,也没能取得理想的成绩。此外,由于缺少学习积累,没有做充分的复习,或忘记带相应的考试用品。

睡梦学家说了,这通常象征着在现实生活中的某些方面,你正面临着严峻考验,感到对于某些事情尚未准备好,容易犯错误。

此外,男人也更多地梦见被解雇,专家分析,这或许表示他们缺乏自信心。

## 从高空坠落或沉没:女性居多,缺乏安全感

你是不是梦见过自己从高空坠落,或者,被水所淹没?恭喜你,和2000名受调查者里的绝大多数站到了一起——睡梦学家告诉我们,这是非常普遍的现象。他们接着分析,高空坠落或被水淹没,都与死亡有关。如果是前者,当身体砸到地面那一刻,是死亡的感觉;如果是后者,溺水时会感觉死神降临。因此,这类梦让人体验到了死亡。

这未免令人犯糊涂:都说“日有所思,夜有所梦”,可是除了哲学家和诗人,谁会大白天没事思考什么死亡呢?谁又想尝试死亡的滋味呢,哪怕在梦里?

但弗洛伊德又有一句话:梦是对现实的扭曲的反映。所以,梦见高空坠落或沉没,其实曲折地表现了你内心深处的某些情绪。什么情绪呢?睡梦学家认为,是缺乏安全感。做这类梦的人,在现实生活中很可能时时觉得不可靠,缺少精神支柱。当一个人遭受打击、挫折时,尤其如此。睡梦学家建议,假如你做了这类梦,就应当评估自己当前的状况,并试着寻找能够战胜自我的问题根源。处理好之后,此类可怕的梦境或将不再出现。

另外,研究发现女性会更多地做这类梦,这可能表明她正陷入爱河,或新近失恋。



## 自然堂BB家族 捍卫你的尊颜



4月2日,上海虹桥机场出现了一道靓丽的风景线,5位身着绿色制服的漂亮女孩在人来人往的机场出口显得格外惹眼。她们是自然堂“拯救大雾危机”天使团,在为刚刚抵达上海的旅客们派送“自然堂拯救大雾危机”小套装。许多刚抵达上海的旅客在收到小套装后,都惊喜万分。

初春伊始,这个季节本应趁着阳光,在公园踏青赏花,和春天来一次完美的约会。然而,伴随着雾霾在我们身边持续徘徊,我国多个城市空气质量不佳,PM2.5指数上下不定,空气中悬浮着各种有害物质,当肌肤长期在外暴露

后,肌肤防御系统彻底被打乱,新陈代谢失常,接踵而来的便是肌肤严重缺水,干燥,面色暗黄,毛孔堵塞,痘痘频发,尤其是带妆的美眉,浓厚的妆容与有害物质的双重打击,让肌肤更是不堪负重!

作为魔都的上海,空气质量也不为乐观,就算阳光明媚的时候,空气中夹杂着的灰尘也依稀可见,自然堂为了能够给旅客们送上一份关爱,帮助他们应对空气污染,发起了自然堂“拯救大雾危机”天使团机场派送活动,给刚下飞机的女性朋友送上了一份应急装备。派送的套装内除了有1瓶洗面奶、1条小毛巾、1个口罩,自然堂还悉心为大家提供了1支自然堂BB霜!为奔波在外的美眉们那暴露在外的肌肤做好抵御空气污染的准备。



## 嘉士伯签约中超联赛成未来三年唯一官方啤酒

嘉士伯中国3月29日在北京宣布,已签约中超联赛有限责任公司,从即日起成为中超联赛的官方啤酒合作伙伴,这将使嘉士伯成为中超联赛未来三年(2014-2016)的唯一官方啤酒。

通过此次合作,更多中国消费者将了解嘉士伯的品牌定位——“做正确的事”,并感受到足球所带来的尽情与欢

愉,举杯共享精彩的美好时光。

嘉士伯作为一家历史悠久的全球领先啤酒酿造集团之一,与体育赛事特别是足球一直有着深厚的渊源,双方的合作有望将优势有效地融合经验与资源从而提高赛事品质,使具有越来越高影响力的中超联赛成为球迷的足球盛宴。