

کارل گوستاو یونگ

بر اساس روانکا

معنای خوابی که دیدم چیست؟

جیمز هال

ترجمه‌ی سیما فاطمی پور

www.ketab.ir



معنای خوابی که دیدم چیست؟

نویسنده: جیمز هال

مترجم: سیما فاطمی پور

سرآستانار: مهدیه علایی، شهاب رضائی

موضوع: استودیو حربی

ناشر: بنیاد فرهنگ زندگی (وابسته به بنیاد فرهنگ زندگی بالنده)

چاپ اول: ۱۳۹۹

شماره‌ها: ۱۰۰۰

قیمت: ۴۲۰۰ تومان

تلفن تماس: ۸۸۷۲۴۱۰۰

نشانی: تهران، میدان خندان، ابتدای سهروردی شمالی، پلاک ۸۲۹، طبقه دوم، واحد

شابک: ۹۷۸۰۶۰۰۶۲۶۸-۷۷-۴

می‌توانید جهت سفارش و تهیه بار بنیاد فرهنگ زندگی با شماره‌های ۳-۸۸۵۲۴۱۰۰ تماس حاصل فرمایید.

www.bonyadonline.ir [bonyadfarhangزندگی](https://www.instagram.com/bonyadfarhangزندگی) [bonyadfarhangزندگی](https://www.facebook.com/bonyadfarhangزندگی)

سرشناسه	: هال، جیمز ا، ۱۹۴۴ - Hall, James A
عنوان و نام پدیدآور	: معنای خوابی که دیدم چیست / جیمز هال، مترجم سیما فاطمی پور.
مشخصات نشر	: تهران: بنیاد فرهنگ زندگی، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری	: ۲۰۸ ص.
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰۶۲۶۸-۷۷-۴
وضعیت فهرست‌نویسی	: قیفا
یادداشت	: عنوان اصلی: Jungian dream interpretation: handbook of theory and practice.
موضوع	: خوابگزاری
موضوع	: Dream interpretation
موضوع	: روان‌شناسی یونگی
موضوع	: Jungian psychology
شناسه افزوده	: فاطمی پور، سیما، ۱۳۶۰ - مترجم
رده‌بندی کنگره	: BF1۰۷۸/۵۲۷۱۳۹۶
رده‌بندی دیویی	: ۱۵۴/۶۳
شماره کتابشناسی ملی	: ۴۷۴۸۹۶۹



۹	پیشگفتار
۱۳	فصل اول ماهیت بنیادین روان‌شناسی یونگی
۱۷	ساختارهای کلی
۲۰	ارتباط بین روان شخصی و عینی
۲۲	عقده و کهن‌الگو
۲۳	ساختارهای هویتی: من و سایه
۲۵	ساختارهای ارتباطی: آنیما/ آنیموس و پرسونا
۳۰	فرآیند فردیت
۳۵	فصل دوم: ماهیت رؤیابینی
۳۹	خواب به‌عنوان عامل جبرانی
۴۳	کاربردهای غیرتفسیری رؤیا
۴۵	تفسیر رؤیا و تکنیک‌های تصویرسازی
۴۷	هویت من و ساختار عقده‌ها

۵۵	فصل سوم: رویکرد یونگی به تعبیر خواب
۵۹	بسط دادن تصاویر رؤیا
۶۲	شرایط و موقعیت رؤیا
۶۵	فصل چهارم: رؤیاها به عنوان ابزار تشخیصی
۶۷	اولین رؤیاها در تحلیل
۷۰	تصاویر مرتبط در خواب‌های دنباله‌دار
۷۷	تشخیص متمایزکننده
۷۸	افسردگی
۷۹	اضطراب
۸۶	جنون
۸۷	مشکلات جسمی
۸۸	خواب مرگ
۹۰	اصولی که باید به یاد داشته باشید
۹۱	فصل پنجم: موضوع تکنیک‌ها و روش‌ها
۹۳	انتقال و انتقال متقابل
۱۰۰	دارو در تحلیل روان
۱۰۳	تحلیل بازگشتی یا آینده‌نگر
۱۰۵	من - تأثیرپذیرفته و خواب
۱۰۹	تفسیر با تأخیر و عدم تفسیر
۱۱۲	گروه درمانی و درمان انفرادی هم‌زمان
۱۱۴	نکاتی که باید به خاطر داشت
۱۱۷	فصل ششم: تصاویر من و عقده‌ها در خواب
۱۲۰	تشخیص عقده‌ها

۱۲۳	تغییرات ساختاری: مرزها و محدوده‌ها
۱۲۴	ساختارهای هویت و ارتباطی
۱۲۵	پرسونا (نقاب)
۱۲۶	سایه
۱۲۸	آنیما و آنیموس
۱۳۱	خویشتن و محور من - خویشتن
۱۳۴	بسط کهن‌الگویی
۱۳۹	فصل هشتم: موقعیت‌های رایج خواب
۱۴۲	تنبلیت
۱۴۳	عزرائی
۱۴۵	خانه
۱۴۶	اتومبیل
۱۴۹	الکل و مواد مخدر
۱۵۱	مرگ
۱۵۲	مار
۱۵۵	فصل هشتم: چارچوب خواب
۱۵۸	خوابی در دل خواب دیگر
۱۶۰	خواب واقعیت به همان شکلی که هست
۱۶۱	موقعیت زمانی و مکانی
۱۶۲	پدیده‌های هم‌زمان
۱۶۹	فصل نهم: نماد در کیمیاگری
۱۷۳	موضوعات کیمیاگری در خواب

۱۷۵	اتصال: تصاویر اتحاد
۱۷۹	فصل دهم: خواب و فریب
۱۸۱	ماهیت اختلال روانی
۱۸۴	خواب‌ها چطور می‌توانند کمک کنند؟
۱۸۷	نسبت دادن من
۱۸۹	من در فرآیند فردیت
۱۹۷	من خواب و من بیدار
۱۹۵	دانش کانونی و ضمنی
۱۹۹	فصل یازدهم: دو تضاد در تفسیر خواب
۲۰۱	عینی و ذهنی
۲۰۴	شخصی و کهن‌الگویی
۲۰۹	جمع‌بندی مختصر



پیشگفتار

طی دو سال اول کار روانکاوای ام تلاش می‌کردم تا دیدگاهی خنثی به نظریه‌های مختلف تحلیل رؤیا داشته باشم. می‌خواستم تمام نظریه‌ها را به یک اندازه معتبر بدانم و با این کار امیدوار بودم بتوانم بر اساس مشاهدات بالینی، مزایا و معایب هر یک از این نظریه‌ها را تشخیص دهم. امیدوار بودم با منطق بتوانم خودم تصمیم بگیرم که کدام نظریه تحلیل رؤیا بر سایر نظریه‌ها برتری دارد.

در این رقابت بین نظریه‌ها، دو رقیب اصلی، روانکاوی فروید و یونگ به تحلیل رؤیا بودند. در زمانی که آموزش روانکاوی و روانکاوای می‌دیدم، هرگاه که صحبت از خواب می‌شد به این اتفاق کم می‌افتاد، نظریه‌های فروید مورد تأکید خاصی قرار می‌گرفت. طی دورانی که در مرکز پزشکی دانشگاه دوک، رزیدنت روانکاوای بودم، تحلیل شخصی من با دکتر بینگام دای، انجام می‌شد. او یکی از سالیوانیان (پیرو مکتب روانکاوای نیوتن)

پیشگفتار

بود و روی ارتباط محتوای خواب‌ها با الگوهای اولیه خانوادگی فرد و شکل‌گیری هویت من^۱ بر اساس این ارتباطات تأکید داشت. هنوز به یاد دارم که بعد از ۷۵ ساعت کار تحلیلی با او، بی‌صبرانه گفتم: «من می‌دانم که عقده مادر دارم، نیازی نیست آن را در خواب‌هایم پیدا کنیم.» او با مهربانی خندید، چون می‌دانست که دانستن به‌عنوان یک مفهوم عقلانی، با دانستن به مفهوم خرد زندگی شده متفاوت است (و من بعدها این تفاوت را درک کردم). وقتی که دانشگاه دوک را ترک می‌کردم تا به تگزاس برگردم، آخرین توصیه دکتر دای به من این بود: «خیلی سریع در نظریه‌های یونگ عمیق نشو.» انگار او احساس کرده بود که من را است عمیقاً مجذوب دیدگاه یونگ شوم. بالاخره به جایی رسیدم که دیگر نمی‌توانستم با روش‌های غیریونگی حادها را تحلیل کنم. به‌نظر می‌رسید که تمام نظریه‌های تحلیل رؤیاها را در مورد خاصی از دیدگاه یونگ بود، اما نمی‌توانستم چشم‌انداز منسجمی از یونگ را در هیچ نظریه دیگری فشرده کنم. به یونگ ایدمان آورده

تحلیل یونگی خودم اولین معلمی بود که معنای خواب‌ها را به من آموخت و من به این خاطر در فروردین تحلیل‌گرهایم هستم: ریوکا شارف کلوگر^۲، دیتر بومن^۳، مارگرت بوییز فون فرانتر^۴ و ادوارد ویتموننت^۵. طی سال‌ها کار بالینی فراوانی که آنها را تحلیل کرده‌ام، اطلاعاتی به‌دست آورده‌ام که این یافته‌ها و روش را تأیید کرده است. در سال ۱۹۷۷ یک مقاله بنیادین درباره تفسیر خواب و رؤیا منتشر کردم: «کاربردهای بالینی رؤیا: تفسیرها و قوانین یونگی». در این مقاله تئوری خواب یونگ را با سایر تئوری‌های مهم مقایسه و شباهت‌ها و تفاوت‌های آنها را بررسی کردم. همچنین اندکی تلاش کردم تا تئوری خواب

1. Ego 2. Rivkah Scharf Kluger 3. Dieter Baumann 4. Marie-Louise von Franz
5. Edward Whitmont

یونگ را با مطالعات آزمایشگاهی خواب و رؤیا ارتباط دهم. این کتاب مقایسه‌های مختلف را بررسی نمی‌کند، اما توصیه‌های مستقیم و کاربردی برای تفسیر خواب و کاربرد آن در سایه اصول بنیادین روان‌شناسی یونگ ارائه می‌دهد. مشکلات بالینی تکرارشونده را برجسته کرده‌ام، مثال‌ها و دلایلی آورده‌ام که چرا برخی تفسیرهای خاص ارجح هستند و در بیشتر موارد نشان داده‌ام چطور این تفسیرها به تغییرات بالینی مرتبط است. منابع مفیدی معرفی شده‌اند، اما قصد این نبوده که تمام کارهای قبلی را در زمینه تفسیر خواب و رؤیا به‌طور مفصل مرور کنیم. می‌توان برای تفسیر رؤیا راهنمایی‌های کلی ارائه داد، اما نمی‌توان رازهای و فواید آیندهای دقیقی برای آن مشخص کرد. هیچ چیز جایگزین تحلیل شخصی و تجربه عملی تحت نظارت یک مشاور ماهر نخواهد بود؛ که این دو برای تمام آموزش‌های روان‌تحلیل‌گری، در هر سطح، با هر رویکردی بسیار ضروری است. خواب‌هایی که در اینجا به‌عنوان نمونه‌های بالینی ارائه شده‌اند تمام شدت و جزئیاتی را که در یک جلسه روان‌تحلیل‌گری واقعی اتفاق می‌افتد نشان نمی‌دهند. همچنین سعی نکرده‌ام تمام غنای معنای شخصی را که در جلسه تحلیل با این رؤیا نسبت داده می‌شود نشان دهم. این حذف شدن‌ها برای خلاص‌تر کردن متن ضروری بوده تا تمرکز روی مشکل بالینی مطرح شده باشد. تمام رؤیاها با اجازه صاحبان آنها در اینجا آورده شده‌اند، اما موتیف‌ها و انواع مشابه خواب برای افراد مختلف اتفاق می‌افتد. بنابراین، هیچ‌کس نباید این خواب‌ها و نظراتی را که درباره آنها داده شده مربوط به خود بداند. این خواب‌ها از منبع غنی تحلیل بالینی یونگی برگرفته شده و با هدف خاصی به‌عنوان نمونه در اینجا مورد استفاده قرار گرفته است.