

# 夢を占う

夢の声を聞きにいこう

ずっと気になっている夢はありませんか？

トウカ・トウチ  
天満・灯香

■ 夢を占えるようになると

- ◇ クリエイティブな才能が活性化する
- ◇ ストレスに気づき、  
感情をマネジメントしやすくなる
- ◇ 自分の本音に気がつきやすくなる
- ◇ 無駄な迷いが少なくなる
- ◇ 人生の岐路で最善の選択ができるようになる
- ◇ 直感力や第六感が冴えてくる

本書のベースとなっているのは、2001年の拙著である占い講座の付録です。それから20余年の時を経て、夢の意味もWebで検索できるようになりました。しかし、そこにあるのは、「海」「蛇」「逃げる」など夢に出てきた1つ1つの物や行動の意味を調べるところまで。そして、いたずらに吉凶を知り、一喜一憂して終わることが多いようです。

夢が伝える大切なものを見落としていることが、残念でなりません。そこで、夢の伝え方の特徴や全体像のつかみ方を解説していこうと、古い本のデータをひっくり返し、新しい形で作り直しました。

そして、夢を読み解き、人に伝えられるように、練習問題などをつけて仕立ててみました。気になる夢をずっと心の隅に抱えている人はもちろん、すでに占い師の方はご自身の占術の1つとして、この本を使っていただければ幸いです。

天満灯香

## 目次

第1章	夢と意識	1
	2種類の「夢」	2
	夢は忘れるもの	3
	潜在意識にアクセスする夢	5
	共通意識にアクセスする	6
	マイナス感情を潜在意識に押し込む	7
	夢の種類	8
	①ご神託	8
	②情報整理	10
	③リベンジ	11
	④リハーサル	13
第2章	夢のかたち	15
	夢の辞典より気持ちが大事	17
	場所の意味	18
	①家の中→いくつもの部屋→仏間	18
	②スーパーマーケット	19
	③各駅停車の電車	20
	④畑	22
第3章	夢のルール	24
	夢は時間にとらわれない	24
	夢に他人は入り込めない	26

# 第1章 夢と意識

夢が語りたいことは何なのか。

人類が言葉を持ち文明を生み出した古くから、夢は研究され続けています。夢占いや夢を神託としていたことは旧約聖書にも出てきますが、研究としてはアリストテレスのものが最も古い記録として残されています。カント、フロイト、ユングなど、多くの哲学者も、さまざまな説を打ち立ててきました。

やがて夢は脳や意識の研究となり、現在も多くの人によって研究され続けています。

占いの分野では、「夢占い」、「夢判断」、「夢分析」……、いろいろな呼び方をされていますが、この本のタイトルは、シンプルに「夢を占う」といたしました。

「ウラナイ」の語源は「物事の裏を<sup>な</sup>う」です。そう、夢はまさに、私たちの心の裏ともいえるでしょう。

綯う（なう）：ひも・わらなどを、よりあわせて1本にする。あざなう。

## 2種類の「夢」

さて、「夢」といっても、大きく2つの意味があります。

- ①「あなたの夢は何ですか？」
- ②「昨夜は何か夢を見ましたか？」

同じ「夢」という言葉を使っていますが、①は目標や希望であり、②は眠っているときに見る夢です。なぜ同じ言葉を使うのでしょうか？ それはなぜなら、同じものだからです。

人は常にさらなる幸せを目指す生き物です。そのために考え、行動します。これを、現実といいます。

現実を現世（うつしよ）というならば、夢の世界は常世（とこよ）といいます。常世は時間と場所を超えて、つねにずっとあなたに寄り添う無意識の世界。時や場所に縛られている現世に、その一部が現われているにすぎないのです。

日中の覚醒している世界は、まさに現世<sup>うつしよ</sup>。私たちは現実・現在を生きています。ところが、この現世を生きるために必要な情報は、実は常世<sup>とこよ</sup>に溢れているのです。夢は、それを誰にでも垣間見られる数少ない手段の1つ。それなのに、目が覚めてしまうと忘れてしまって知ることができません。たとえ覚えていても、その内容は理屈が通らず意味がつかめません。

しかし、寝ているときに見る夢の言葉やルールを知ると、意味をつかめるようになってくるのです。

## 夢は忘れるもの

「夢？ 最近見ないなあ……」という人もいるでしょう。けれど調査によると、人は毎日数十回の夢を見るといわれます。夢を見ていないという人は、起きたとたんに忘れてしまっているのです。

なぜでしょうか？ それは覚えていると、現実と夢との区別が次第につかなくなる恐れがあるからです。それを防ぐために、脳は夢を忘れるようにできているのです。

それでもあえて夢を忘れないようにしておくには、枕元にノートと筆記用具を置いておくのがよい方法です。

起きたらすぐに夢の内容をノートに書き留めます。寝返りを打っただけでも、すぐに忘れてしまうこともありますので、できるだけそのままの姿勢で書き留めるのがポイントです。ストーリーを追って丁寧に書き出す必要はありません。ただ単語だけを書き連ねるのもいいでしょう。朝になってもまだ覚えていたら、少し文章にしてみるのもいいですね。これを「夢日記」といいます。

ただし、もしあなたが30才になっていなかったら、夢日記はお勧めしません。若い脳は、混乱しやすいのです。昼間に白昼夢のように起きていながらも頭のどこかで夢を見ていたり、寝ていて夢を見ているのに、実際に起きて行動しているつもりになったりします。

以前、私の夢の講座に参加したお嬢さんが、この状態に陥っていました。そして、この講座に出て、初めて自分が現実と夢の境