Rüyalarda geleceği görme konusunda önemli bir zorluk, rüyalardan nasıl bir mesaj alınacağıdır. Rüyada gelen çözümler ya da gelecekten haber alamalar, ya olayı doğrudan doğruya tıpkısı olarak görme (filme kaydedilmiş gibi) tarzında olabileceği gibi, sembolik ifadelerle görme tarzında da olabilir. Dolayısı ile rüyaların yorumlanması başlı başına bir sorundur. Örneğin; 10 yıl önce bir dergide gördüğünüz kertenkele resmi ile, 1 yıl önce bir ansiklopediyi karıştırırken gördüğünüz – ya da çok önem vermeden baktığınız - eğreti otunun latince adını (Asplenium ruta muraria) yan yana getirebilir. Üstelik kertenkeleler de eğrelti otunu yemeye bayılır. Dolayısı ile her rüyanın bilinçli ya da farketmeden beynimize ulaşan verilerin hangisinden geldiğini anlamak mümkün olmayabilir.

Rüyaların sabahleyin büyük oranda silinip gittiği herkesçe bilinir. Ama çoğu kez bir rüyayı sadece kısmen hatırladığımız, gece rüyamızda daha çok şeyin bulunduğu duygusunu taşırız, Sabahleyin hala canlı olan bir rüyaya ilişkin hatırladıklarımızın, günün akışı içinde küçük kırıntılar dışında nasıl silinip gittiğini de biliriz. Çoğunlukla, ne gördüğümüzü bilmeksizin rüya gördüğümüzü biliriz. Nadir durumlarda ise bazı rüyalar inatla bellekte kalır. Yıllarca tekrarlanabilir. Rüyaların içeriğini unutmamızın bir nedeni çoğunlukla anlaşılırlıktan yoksun olmalarıdır. Buna ek olarak uyanık bilincimizdeki nedensellik (neden-sonuç) ilkesi ile ortaya çıkmamaları, rüyaların genelde eşşiz olması (uyanık günlük bilincimizde benzer şeylere pek rastlamayız), rüyalardaki düşünsel malzemelerin uyanık bilincimize tercüme edilmesindeki yetersizliktir. Rüyalarımız imaj ve görüntülerden oluştuğu halde, uyanık bilincimizde düşüncelerimiz için “kavramları” kullanırız. Rüyalarımızı düşünmek yerine yaşarız. Bu nedenle hatırlanmaları zordur ve eksiktir. Rüyalarımız uyanınca, tıpkı yıldızların parlaklığının güneşin ilk ışıklarına yenik düşmesi gibi, rüyalar da günün izlenimlerinin önünde soluklaşırlar. Uyanık bilinç, hatırlanması zor olan rüya belleğine kolayca ilaveler yapabilir. En doğrucu insanlar bile rüyalarına bazı ilaveler ve süslemeler yapar.

Bir rüyayı yorumlamak, o rüyaya bir anlam yüklemek ve uyanık bilincimize anlaşılır hale getirmek demektir. Rüya yorumlaması iki şekilde olabilir. Rüya içeriğini bir bütün olarak ele alarak, sembollere anlamlar vermek, nasıl çağrışımlar yaptığına bakmaktır. Gelecekten haber verdiği iddia edilen rüyalar genelde semboliktirler. Diğer ve en sık yapılan popüler rüya yorumu, her bir işaretin sabir bir anahtar yolu ile b,linen bir anlamı olan başka bir işarete çevirmektir. Bu bir tür şifreli yazının (kriptografi) deşifre edilmesi gibidir. Bu durumda, deşifre edilen anahtar kelimeler birbirine bağlanarak sonucu gelecek zaman dilimine çevrilir. Hem popüler yorum hem de sembolik yorum tam olarak bilimsel ölçütleri karşılamazlar. Özellikle, deşifre yönteminde her şey rüya tabirleri kitabındaki anahtarların doğruluğuna bağlıdır ve doğruluğunu kimse garanti edemez.