

一、人生充满欲望的骚动

对欲望的了解是一种内省，这种内省意味着人生价值的体验和个人良知的颐养。对欲望知之愈深，愈能明了自己的内心境界和素质，也就愈容易正确解决生活中的各种问题。

无尽的欲望纠缠人生

人常常为一个东西纠缠，为它痛苦，也为它欢乐，这个东西就是欲望。

人生充塞着欲望的骚动。给人以无穷诱惑的是欲望，给人以难言折磨的，也是欲望。有时，欲望将人引向成功的殿堂，也有的时候，欲望把人拖入堕落的深渊。在一些人身上，欲望激发出他的浑身活力，生气勃勃地创造生活，在另一些人身上，欲望却给他带去无穷的烦恼，使他在欲望铺设的泥沼中挣扎打滚。

人的精力有限，但人的欲望却是无穷。古人讲七情六欲，其实情何止“七”，欲又何止“六”呢？物欲、色欲、金钱欲、名利欲、权力欲、自尊欲，以及求知欲、爱美欲、创造欲、成就欲等等，人的欲望在范围上无边无际，在数量上无穷无尽，远远超出人的精力所能实际达到的度。每一个人只要闭目内省，就会知道自己的生命原是永无休止地受到欲望的支配和奴役，他无时无刻不在忙忙碌碌的试图寻找什么。

人，可以看作是欲望和需求的化身。人们带着欲望去生活、去追求。当“我”没有任何欲望时，“我”便处于和平、自由、原始的内心平衡中，可是“我”也就没有了目的，“我”的生存变得没有意义。只有在具体的欲望中，“我”才获得生命的驱动力，行为才有明确的目的性，“我”才获得特

定的本质，成为饥饿的、口渴的、贪婪的、好色的，或者进取的、创造的、爱美的等等特质的“我”。因此，人和欲望的关系犹如血肉之联系，不可分离，不可摆脱，不可解除。

人的欲望是一团生命的活火，是生命的强大内驱力，是生气勃勃的。我们总是追逐着欲望，欲望则总是牵引着我们，驱使我们为欲望的实现而努力。一个欲望实现了，新的欲望又以新的姿态重新出现。所谓人生，就是欲望和成就之间的不断流转。

无论是欲望的满足还是不满，都不能消除欲望的骚动或摆脱欲望的纠缠。恰恰相反，欲望的满足抑或不满都能更强烈地刺激起人们新的欲望。一种欲望的满足即使给人带来快意，它也只是短暂的。欲望只有在没有实现时，才充满激动人心的力量，一旦实现，你便会觉得“不过如此”。因此，欲望所能带给人们的欢乐很少，更多地带给人们的则是失意和烦恼。欲望越多的人，生命的活力越丰富，但受到的折磨也可能越多。当失落的欲望向你一次次举起拳头痛击的时候，你便不得不品尝这一次次挨打的痛楚。

人人希望轻松自由地生活，可是现实是，人们常常被过多的欲望纠缠和困扰，被套上沉重的枷锁。可以设想，一个被无穷欲望束缚住的人，一个满脑子被各种欲望填满、整天患得患失、怕这怕那的人，是何等的不愉快和不自由。

捉摸不透的欲望底蕴

当人们踏上生活之旅时，便追索啊、探究啊，在欲望的

导引下东冲西撞，匆匆忙忙，各种欲望促使人们终身围着它们打转转。

但是，人认识和了解自己的欲望吗？看起来是，实际上，在许多情况下，我们对自己的欲望并不理解。

欲望的特性是朦胧、弥漫和游移不定，它远不是理性所能准确地把握和加以解释的。欲望中没有明晰的界限，有的欲望不知应归于何类才好，用逻辑的推论和是非的判断这类理性的原则运用于欲望，我们很快就会发现简直是一窍不通。理性和欲望的生存和生活方式完全不一样，企图用理性的观念解释欲望，总是收效甚微，不是引导我们得出肤浅的结论，就是使我们坠入五里雾中。

欲望是人的精神世界上最缠夹不清的领域之一，它存在着一个无边无际的、活生生的生存和活动领域，几乎每一个人都能给“欲望”一词增添自己的感受。有的时候，我们自以为把握住欲望的真谛所在了，但我们愈是接近欲望的深处，愈是发现思想的触角在这里鞭长莫及。理性思维的高度概括和欲望的零散联盟表现出了极大的不一致性。硬要试图把欲望纳入理性思维和观念意识的解剖床上，得到的也只能是被肢解了的某一部分的欲望碎片，而不再是原本那种极其丰富的、复杂的、活的欲望了。

当我们在欲望的栅栏外张望，双眼被欲望的神秘而朦胧的面纱遮住的时候，它是朦朦胧胧而又似乎轮廓清晰的。但一旦钻进去，你会真正觉得欲望的底蕴有说不出的神奇，数不清的奥秘，而且又埋伏和隐匿着许多的死胡同和陷阱。你会吃惊，原来感受那么真切、那么清晰、那么真实的事情，却会有那么复杂的变量，那么多特殊的参数要考虑的。

事实上，欲望远不像它表面显现出来的那样直接和那样简单。一个人的欲望是什么，并不是表现在他怎么说，甚至也不一定表现在他怎么想。欲望相当复杂，它对我们的诱惑和魅力对我们来说实在是一个谜。也许，它的魅力正在于它的朦胧和神秘。正如法国思想家拉罗什富科说：“假如我们完全弄清了我们的欲望是什么，我们大概就不会那么热烈地欲求那些东西了。”

某些怀有强烈成就欲的人，他的真实欲望就是在事业上有所成就么？也许大谬不然，他真正欲求的，可能只是成就所能带来的名、利之类眩目的副产品而已。

守财奴拼命地聚敛财富，却又一个铜子也舍不得花，你能解释他的欲望吗？久别重逢的恩爱夫妻，彻夜不眠，卿卿我我地说一些根本无意义，过后连自己也记不清的悄悄话，还感到幸福得很，你又怎么能够说得出这种欲望深处的底蕴？

所以说，人的欲望确实是难以认识真面目的鬼精灵。在你一心为你的欲望奔波忙碌的时候，你的欲望似乎是很明确的。但是一旦你想得到的东西终于到手时，你才会发现你的欲望原来并不是它，而是另外的什么东西。

人们在平时生活中只顾满足自己的欲望，却不愿洞穿自己的欲望。因此，人们跟着欲望走，却并不真正了解它，于是，欲望也就如同我们的眼睛，能够看见一切，但却看不到自己。

杂乱无章的欲望喧嚣

欲望的来源极其多样，组合异常复杂。人有生物本能，又有社会本能；有精神需求，又有生理需求，所有这些需求都在欲望中顽强地表现出来，并且在这里得到最高度的综合。因此，人的欲望中，既有理智因素，又有非理智因素；既有本能成分，又有自觉成分；既有生物性内容，又有社会性内容，欲望把人的本性的许多方面合为一体。

由于欲望包含着按性质来说是互相对立的因素，所以欲望的统一性和有序性就成了十分困难的事。人有多少本能就有可能衍生出多少欲望，有多少匮乏就潜伏多少欲望的基础。而人的本能和匮乏从来就不是一个具有严密逻辑顺序的有机系统。本能与本能、匮乏与匮乏之间，充满了矛盾、碰撞和冲突，各种本能和匮乏一齐在内心喧嚣，每一种本能和匮乏都想成为灵魂的主宰，都在要求向它的力量让步。各种互相对立的欲望纷至沓来，以你的内心世界为战场，冲突打鬥，并把你的精神完全拖入这种冲突的漩涡之中。欲望与欲望之间彼此矛盾，互相干扰、破坏，成为一个无理性、无核心的紊乱系统。我们总说要限制我们的欲望，但事实上我们很难实现这种限制。每一种欲望都不愿接受“裁减”，都想顽强地死守它们的阵地。人经常在驾驭欲望方面打败仗，原因很简单：他所面对的欲望实在太多，而却没有一个是很听话和很驯服的。人在以认真严肃的态度审视自己欲望的时候，往往会被

自己内心的杂乱无章而吓一大跳。

这些杂乱无章的欲望喧嚣，不仅造成欲望主体和他人的欲望冲突，造成人际关系适应的困难，而且造成自身此欲望和彼欲望的打架，陷入内心冲突中而无谓地消耗精力。人在内心欲望的冲突中犹豫不决、举棋不定，无论作出何种选择，都会因另一种选择的失去而心神不宁。而在欲望冲突达到顶峰时，则会造成无所适从的状态，丧失选择能力和行动能力，其结果往往是一事无成。

为了避免这种情形的发生，的确需要一种统一的“管制机制”，管束和协调欲望间的冲突。要善于弄清诸种欲望中，哪些是合理的，哪些是非分的，哪些是荒唐的，哪些是真正有价值的，哪些仅只有一般的价值，并且让合理的和真正有价值的欲望占据主导地位。试图同时满足你的所有欲望，必定使你什么欲望也达不到。一个善于管理欲望的人，将比放纵欲望的人更能得到欲望的满足。

飘忽多变的欲望意念

由于欲望系统自身的紊乱性和矛盾性，它无法给我们一个确定的方向，它的追求取向是“旋转”和多变的。比如，它可以使我们一会儿致力于名誉，一会儿致力于财富，一会儿又致力于快乐，这种变化随我们的年龄、“运气”和经验而变化。凡是那些表面看来有价值的东西，都会使欲望受到鼓舞，都会成为欲望追逐的对象。由于欲望的无常、轻浮和变化不定，它也就如同一条无底、无岸的河流，没有流向，漫无目

标，飘忽不定。

因为欲望的产生本来就没有深层的思考，随心所欲，见景而发，因而它极易为心血来潮所推波助澜，在飘忽不定的同时又造成易燃易爆的特点，燃烧快，熄灭也快。即使没有外在的阻挠和内在的控制，欲望之火也常会自己熄灭的。

欲望在“欲”的时候，自然是热烈的。但是，欲望的“热烈”要借助于激情的加温。而激情不能常在，因此，欲望之火在最炽热的时候，实际上已经伏下了熄灭的阴影。

欲望的嗜好是追求“尝鲜”，似乎只有新鲜的事物才最对欲望的胃口。但是任何新鲜都只能是暂时的，已有的“新鲜”很快就会过去，而更多新的“新鲜”又会不断出现，于是欲望又去转头追逐这些新的“新鲜”。新鲜的东西永远没有尽头，欲望的变化也就永远不会终止。

了解了欲望飘忽不定的特点，我们就不可对“磨拳擦掌”的欲望给予太多的信任。也许你现在为某一欲望的冲动而大有激情澎湃不可抑制的感觉，但它还称不上是真正的志向，在很多情况下它只是一种无理性活动介入的短暂冲动，很快就会变凉。我们在欲望冲动时只想尽快得到欲望满足的快意，却不愿想到满足欲望的过程是艰难曲折的。只想速成的欲望尽管具有迫不及待的特性，但一遇到真正的困难和挫折就会动摇，在事未及半甚至刚刚开始的时候就退下阵来。处于冲动状态的欲望当然很强劲，但它骨子里只是一种没有根基的激励，它不是缓缓地给热情加温，而是一下子就使欲望之火升腾起来。因此，它会破坏我们心理上的均衡，破坏既定的计划和目标，使我们为感情冲动所左右，从而一再改变或放弃自己的目标。

二、驾驭欲望是人生的难题

在纷繁的生活中调谐感情，纯化意念，净化心灵，这是一项困难的工作。自我颐养的真正挑战不是来自外界，而是来自自身，感情的脆弱和欲望的放纵常常对自我成熟构成致命的威胁。

驾驭欲望如同逆水行舟

人应该成为欲望的主人，不应成为欲望的奴隶，应该让欲望为自己的生活目标服务，而不应让自己被欲望所奴役驱策。但是，我们怎样才能做到这一点呢？

虽说人都有驾驭和控制欲望的内在愿望，但是真正能实现这种驾驭的并不多见。对欲望的控制和驾驭是人生的真正难题。欲望的特性是追求随心所欲，为所欲为，它是不愿意接受任何强加给它的控制和管束的。

欲望本是我们把它“孕育”出来，但它一经诞生，却要力图逃避我们对它的把握。人和欲望的关系颇有点像寓言中渔夫和魔鬼的关系：渔夫打开了瓶子，放出了魔鬼，从此，魔鬼从千年沉睡中醒来，却破坏了渔夫一切美妙的想法。更具讽刺的是，这个魔鬼是任何计策也收不回去的。

欲望作为人的行为驱力中的一种，是最具骚动精神和最不安分的。它并不安于在人的内心世界中的位置，它在不停地活动着，企图夺取更多的支配权。人对自我的支配本来是由欲望、情感、理性等等因素共同支配的，但是欲望似乎并不满足于这种“共同执政”的地位，它不断地凝聚和强化自己的“冲击力量”，力图“单独执政”，让主体完全跟着欲望走。

欲望之任性，一如未经驯服的烈马，渴望自由地奔腾跳

跃但又极不愿意接受缰绳的控制。它所追求达到的境界就是想做什么就做什么，想去哪儿就去哪儿。只要稍微受到阻挠，它就把冲击力转而指向主体自身。所以人常被自己未能实现的欲望搅得烦恼不堪，六神无主。

欲望不仅任性而且放肆，它在本性上只有冲动而不具备谦卑精神。在“欲”的视野中似乎无禁区可言，它在指向上极具大胆性，常常无视各种现实的限制，而对远在人的能力所及范围之外的东西产生欲求。如果没有理性的控制和限制，人简直会什么欲求都敢于滋生、敢于放纵。生活中的狂妄分子，其中很多人就是因为管不住任性放肆的欲望，而产生出各种失控的狂妄行为。

欲望的任性放肆，追根溯源，是人的天性中的自由精神的一种投射。人的天性是喜欢自由，不希望受控制和约束。而对欲望的管理，则使人感受到（至少从表面上）丧失了自由。丧失自由造成的内心痛苦，必然地要对管束欲望的企图产生出抗拒力。在这里，管理欲望如同逆水行舟，并且，逆欲望而行常常比逆水行舟更为艰难。如果说人的精神也是一条河流，那么，顺欲望而行和顺水行舟有着同样的轻松和惬意，人从精神放纵中总比从精神管束和限制中感受到更多的愉快。要把一种精神力量朝着它正在鼓动的方向推去，比较容易，可阻止它非要花大力气不可。仅此一点，就足以理解逆欲望而行为什么特别吃力而又特别艰难了。

欲望拥有自发的强大驱力

驾驭欲望很难，不仅在于欲望的任性放肆，同时也在于欲望自身驱力的强大。

单个的欲望看起来是软弱和易于控制的，但欲望与欲望之间却是互相关联的。一个人的行动仅仅只有一种欲望，这是非常少见的，人的多数行为往往是好几种欲望共同驱使的结果。并且，当人受到某种欲望驱使时，并不只是自身的某一部分受欲望驱使，而是整个的身心都受到驱使。比如，当一个人饿了，那么，他的所有器官都因饥饿而产生了匮乏，他整个的人都需要食物而不只是他的胃。由此可见，个人的绝大多数欲望和冲动是互相关联的，这就使得我们控制任何一种欲望，都不可能是轻而易举的事。

欲望和人的本能有着强有力的联系。本能在本质上具有生理的性质，它由于自身的持续刺激而变得专横，欲望由此也获得一种专横的力量。并且，欲望还不仅仅是本能，它同时也具有心理的性质。欲望指向于未来，它是伴随着憧憬和想象而产生的，想象中欲望满足的图景吸引着我们。欲望同时也产生于匮乏，而匮乏则来之于过去，只因已经有了口渴的匮乏，才会产生饮水的欲望。由此可见，欲望既有从未来吸引我们的力量，又有从过去推动我们的力量。匮乏从后面推动我们，憧憬和想象则在前面牵引我们，欲望从这种双重驱动中获得了它的强大驱力。如果我们只想控制欲望而不能

有效地控制欲望的驱力，自然也就难以达到控制欲望的目的。

人的精神世界存在着理性力量和非理性力量的严重对垒，欲望则来自于非理性的阵营。按照西方非理性主义的观点，人更多地是受到情感、意志、欲望、本能等等非理性因素的控制而不是受到理性的控制。从叔本华的“生存意志”，弗洛伊德的“潜意识”，尼采的“强力意志”，到柏格森的“生命哲学”，都强调非理性才是人的本质，才是驱动人生的根本力量。我们当然不是非理性主义者，但这至少提醒我们注意一个事实：人的理性是不容易站得住脚的，非理性因素在人的内心世界植根更深，因而比理性有着更强劲的驱力。欲望作为非理性因素中的一种，其驱力决不是我们的理性力量所能轻而易举地加以扑灭或改变的。

荀子说：“性者，天之就也；情者，性之质也；欲者，情之应也”，欲望和人的精神世界的各个方面均有联系。弄清了欲望和人的精神世界其它方面深刻而又牢固的联系，我们就会更加明白：驾驭欲望绝不可能是一项十分轻松的工作。

欲望具有自我辩护的本能

巴尔扎克说：“欲望是人世间各种事情中真正绝对的东西，它从来不愿承认自己错了。”又说：“所有的情欲在本质上都会自欺欺人。”欲望在人们试图对它加以限制的时候，总是要寻找出动听的理由证明自己的正确。

人应该追求合理的欲望，克服不合理的欲望，这个道理人人都可以接受。但到底什么是合理的欲望，什么是不合理

的欲望，可就众说纷纭、莫衷一是了。每一个人都认为自己的欲望是正确的。而每一种欲望的诞生，也确乎是有一定理由的。比如，一个病人听医生说某种药有特效，就立刻产生获得这种药的欲望。人不会无缘无故地产生某种欲望，每一个欲望都会有合理或者貌似合理的理由。因愤怒而大动肝火的人，认为他的发怒是完全有道理的；因怯懦而临阵逃脱的人，把他的逃脱看作是聪明或明智之举；那些肆意纵欲的人，也认为放纵欲望对于自己是大有益处的。所有这些，都是人受了欲望的欺骗而自以为正确的例子。

沉湎于欲望之中的人，不管他的欲望在别人看来是多么的不合理，但从欲望者自己的解释看，一定会有合乎理性的理由。问题只在于，这些理由本身是否站得住脚？而这个问题又是沉湎于欲望者自己所无法弄清的。在欲望所散布的迷雾中，人们辨别是非的能力大大地打了折扣。由于欲望本身的驱策力和吸引力，人只顾考虑如何去满足欲望，而顾不上从各个方面对欲望本身加以审察。在强烈的欲望面前，人们常常感到似乎只有一条路好走，那就是：快快去满足欲望。因此，甚至那些最重视理性因素的人，也常常被欲望的非理性迷雾搅乱了自己，这自然增加了人们对欲望进行驾驭和控制的困难。

并且，欲望不管距离理智多么远，它总是从经验和直觉中产生出来的。在这里，欲望不同于臆想，一般地说它不是建立在臆想的基础之上，而是经过了一定逻辑的推论和经验整理的。它对行动已构成一种指令性意向，个人凭这种意向对行动加以理解、选择和思考。这样，这种既盲目又清醒的两重性自然地给予了欲望一种合理的假相，甚至欲望本身也