



在逃避痛苦。什么叫快乐？欲望得到满足便是快乐。何谓痛苦？欲望得不到满足便是痛苦。人在追求欲望的满足中度过一生。人类的欲望在数量上是无穷的，在种类上是多样的。

我们可以把欲望区分为两种情形：

（1）依赖人的某些器官而存在的欲望谓之生理欲望，例如食欲依赖大脑和舌头而存在，性欲依赖大脑和生殖器而存在。这种生理欲望完全来自机体本身，顾名思义，其与本能是一类东西。举个简单的例子，人要是饿了就有吃东西的欲望，这就是生理上的欲望。

（2）不依赖生理器官而由大脑独立产生的欲望称为心理欲望，例如人的成就欲、名誉欲以及亲情等。尽管这些欲望的满足依赖于眼睛和耳朵反馈外界对其的赞美或夸奖等，但成就欲、名誉欲本身是由大脑直接产生的，而不像性欲那样依赖于生殖器产生快感反馈到大脑形成欲望。心理欲望是人们对于生活的一种积极向上的追求，希望得到更好的情操陶冶等。

37 遇到挫折一定是坏事吗？

人生中总会遇到不称心如意的事情，挫折总是人生的必修课，当我们经历若干次的洗礼之后，是不是已经准备好了迎接下一次更大的挫折呢？

从心理上讲，挫折是指人们为实现预定目标采取的行动受到阻碍所产生的一种紧张心理和情绪反应，它是一种消极的心理状态。一般学习上的困难、工作中的不顺利、同学同事之间的一时误会和摩擦、恋爱中的波折等，固然会引起不良情绪反应，但相对而言，毕竟是区区小事，