

色情泛滥对现代人的伤害

被误会的“饮食男女，人之大欲”

有人说我喜欢钱，喜欢女人，喜欢美女，喜欢享受刺激。这个你喜欢是吗？那是暂时没有事，这个人老吃肉，让他天天吃肉，他就不行，为什么呢？他也不知道。真正的原因就是他不是这个物种啊，他违背了天理啊，他想吃肉，那个“想”是欲望，那些东西是后天养成的，先天没有。所以，我们明白了这个就知道，“我想”、“我有这个欲望”，这些东西都是错误的，所以中国孔老夫子教给我们一句话，很重要，叫什么呢？饮食男女，人之大欲。有人就讲，这个不是让我们去享受饮食，享受男女吗？各位又理解错了。什么意思呢？饮食男女，人之大欲，这个大欲，我们知道欲望是一切苦难的根源啊！为什么这么讲？我们看这个“欲望”，当你得到它的时候，你有两种表现，第一个你糊涂，你比原来还糊涂。第二是什么呢？你傲慢，得到钱了，得到名了，你比原来更傲慢，这是凶险啊，凶灾啊！我没得到，我欲望没有实现，没有实现怎么样呢？你就嗔恨，你就忌妒。两条路走哪一条只要是从欲望出发的，你都会生烦恼，有灾祸。我们听明白了，就知道孔老夫子讲这句话是什么意思。什么意思呢？饮食男女，人之大欲呀，就是最大的危险。这是提醒我们啊，一个是饮食，一个是男女，最容易给你带来凶灾呀！

东方讲清心寡欲，西方天天刺激你的欲望

今天的社会充满了西方的价值观。西方价值观是什么呢？它跟东方的是相反的，东方讲清心寡欲。人要克制自己的欲望，不要让自己的欲望膨胀，不要让它受刺激。西方是什么呢？天天刺激你的欲望。我们中国人听的音乐，大家听古琴弹起来啊，你身心就很清凉；我们中国人喝的茶叶，一闻它，很清香；我们住的房子啊，中国的宫殿，古代的民居四合院，那些红墙绿瓦，青砖绿瓦，你仔细一看呢，你心里面呢，庄重，非常的庄重，绝对不是欲望。反过来，我们再看西方的建筑，你看它灯红酒绿，高楼大厦，进去之后很豪华。我们想一想，你那个欲望就升起来了，你可以仔细去做这个试验。再有，我们穿的这个衣服，今天人讲究穿着要性感，这个是中国古代所没有的，都是西方传过来的，说，我们穿着一定要性感，男子要有魅力，女子要性感，要吸引人，都跟电视里明星学的。你看他们穿的那个衣服，非常暴露，跟各位讲，不会穿衣服啊，违背了天性。怎么违背天性呢？色情泛滥，违背天性，按照西方人所谓的这种纵欲，这种刺激的生活，找情人，找七个、八个，三个、俩个，你过这种生活，哪里知道你的身心啊，倍受摧残！

西医不了解生命的真相

有人就讲，这个真相是这样子么？给大家讲一个比较通俗好懂的情况。人，是一个生命的现象，活的。他所有的精华都藏在哪里呢？藏在我们的肾精里。男子女人有性行为的时候，分泌液体，男子叫精

液，女子叫白浊。中医所讲，这个东西叫肾精。西医呢？西方人他不懂，他拿这个显微镜给你化验，他说，男子的精液啊，女子分泌的液体啊，成分是完全一样，确实这样。他说，这个东西就是蛋白质，他只看到了里面的蛋白质。他说，这个相当于什么呢？相当于两个鸡蛋的蛋白质的含量，这是西方的西医，他不了解生命的真相，他不知道怎么回事啊。他讲得不全面，可以说是不科学的。实际上是怎么样呢？各位，我们一定要知道肾精啊，男子女人都是这样，它不是仅仅指的这个形式，这个液体，它包括三样东西，哪三样儿东西呢？第一个，形，它有外形，它有形状，液体；第二个是什么呢？气；第三个是神。形、气、神，气和神我们看不到，但是它真实存在。

我们看大公鸡，雄赳赳，你看它的眼睛非常有神，那公鸡宰了之后，它那个眼睛就没神。这个东西真的有，你是摸不到。这是我们中医祖祖相传，一直到现在，我们知道。

传统文化最宝贵的一面，它把生命现象讲得非常彻底。人一定也是有外形、有气啊，人有气概啊，这个人气质小，那个人气质大呀。气跟气不一样，神跟神更不一样。这个人神气足，那个人神气弱，你说这个神是什么呢？它真存在，它没有形状，形、气、神，生命现象的三种特点。那么肾精绝对不是西医讲的俩鸡蛋的蛋白质，它是你全部生命的最精华的浓缩。它不是俩鸡蛋，你弄俩，你弄四个鸡蛋弄一杯子里，能出来一孩子吗？那不可能啊。那为什么呢？它不是蛋白质这么简单，这里面有气，这里面有神。我们这个生命从哪里来？父亲和母亲，男子的精，母子的血，父精母血，结合成为了我们这个生命。

生命的最精华，男子女人都藏在这个肾精里面，肾精还有一个重要的作用，荣华五脏。我们心、肝、脾、胃、肾这个五脏六腑啊，它靠什么来滋养？就靠这个肾精来滋养，就好像是这个营养品一样，天天滋养。所谓"荣华五脏"，我们平时老说，祝你荣华富贵。富贵是指什么呢？富贵是指你外在的财富，你能够升官呀，发财呀，家里吉祥啊，这是外在。荣华是指什么呢？是指你五脏非常坚固，你的五脏滋养得非常好。什么意思呢？就是你的肾精常在，肾精不流失啊，是这个意思。荣华是五脏坚固、健康；荣华富贵，富贵是指我们的外在物质幸福。荣华是祝我们健康，是这么个意思。我们过去常常不懂得，这个老话都被误会了。那我们知道，肾精还有这么大的作用，它不光是延续后代，它还养我们的五脏，养我们的命。

美女？吸骨髓的！

我们的大脑的下面是什么呢？是脊髓。脊髓的下面是什么呢？是肾精。肾精、脊髓，脊髓就是脊椎骨里面的那个骨髓啊，那个是最宝贵的，我们知道治白血病都用那个东西。它的上面是脑脊髓，脑髓啊，连通在一起的。那么西医也证明了，这确实是存在的。西医证明男子女人在性行为的时候，所分泌的这些液体，它的成分和脑脊液、和脊髓的成分完全一致。我们就知道，这证明了我们中国五千年前老祖宗中医所讲"精生髓，髓生海"，精，肾精，它坚固，它往上生，生骨髓；骨髓又坚固，又很充盈啊，饱满啊，他又长养你的脑海，"精生髓，髓生海"，生脑海。所以人不纵欲，他不大量的流失肾精，这个人身

体好，脑子好使。那反过来呢？今天的色情网站，色情泛滥，情人泛滥，色情场所泛滥，大家纵欲。男子女人，无论老少，都受西方价值观影响：人活着干什么呢？有点钱了，有了机会了，不就是要纵欲吗？不就是为了享受刺激吗？要知道你那种幸福是假的，根本不是幸福，那个代价太悲惨了！真正的幸福没有代价，没有任何副作用啊！大量的流失肾精啊，男子女人都一样，大家千万不要认为只有男子才伤身体，女子一样啊。大量的流失肾精之后，你肾精亏虚了，空了，骨髓呀，脊髓它就往下流，就往下补充啊，它是连通的嘛，脊髓又流失了很多，又空了，空了之后怎么样了呢？脑髓就下来了。各位，我们这才知道，今天的年轻人，有钱的这些老板，这些追求时尚、追求刺激的人们，天天的纵欲，他所流失的肯定和蛋白质没关系，那个不是真相，我们知道是精、气、神，生命长养，养你的五脏，养命的精华呀，你天天大量流失，我们知道，最后流失的不是精液，是什么呢？是你的脊髓、骨髓、脑髓，今天听明白了之后，你就老实了。是这么回事啊。

你不是好色吗，喜欢美女吗？下次你一看到美女，你就知道，这是吸脑髓的来了。你看今天人的价值观，你去问问大学生，“我很羡慕那些老总，电视剧里面演，那个老总出来，后面好几个情人；我的同学，他老爸爸，跟我们炫耀，他有好几个情人。”你下次就告诉他，你不要以丑为美，以非为是了。你那六、七个情人，那都是六、七个吸你脑髓的，你有什么可高兴的呀？

所以各位听了这个汇报，我们回去之后啊，你就给你老公，给

男朋友讲啊，他就老实了，他就彻底凉快了。为什么呢？中国有一句老话，"家有丑妻是个宝"啊，这是真的呀。所以有人说，下面确实有观众讲啊，说，你看，张总其实挺傻的，你看他这么有钱，你看他的太太，一点儿都不性感。各位，那是糊涂人讲的话呀，人家张总是最有智慧。为什么呢？他肾精充盈呀，他身边没有吸他脑髓、吸他骨髓的呀。

农村老奶奶的智慧

中国古人常讲，红颜祸水。什么叫红颜祸水？这是不是欺压妇女？不是。我们到那些教表演的大学里听那些课程，各位不知道吧，那些课程在教什么？你们有机会去看看那个教材，可了不得，我们把孩子交那儿，交给学校，还花着学费，让她学什么呢？老师教的表演课呀，教什么呢？你这个眼神看过去之后，要把他的那个魂儿给他勾过来，在教这个！你还不要觉得奇怪，因为现在电视里面，挑演员、挑明星啊，收视率最高的就是这种，她一定要弄成狐狸精的样子，看你一眼让你神魂颠倒，你就有收视率了。过去我们常听农村老奶奶讲啊，看到儿子、孙子把女朋友带回来，一看，好家伙，这家伙像妖精一样就进来了。老妈妈就急了，把儿子拽到一边去，你不能娶她呀，这个是要你命的，红颜祸水呀！

纵欲，你的五脏就没有营养去滋养它

各位，中国古人告诉我们，这是中医讲的科学，我们一定要听。

这科学讲的是什么呢？自然规律呀，首先三十岁的时候啊，男女的夫妻生活呀，性行为啊，多长时间一次呢？8天。为什么是8天呢？7天才能够完成一次身体的这个最精华的生成，完成这个过程，这是科学。我们一听，就听得明白。鸡蛋好吃，你跟这个老母鸡下个命令，一天不能只生一个蛋，你一天必须得下十个蛋，它生不出来呀，它体内的这些营养，种种的，它得合成啊，最后，它一天给你生一个蛋啊，那是它全部的能量啊，精华都在那里边呢！老母鸡，太老了，它为什么不生蛋了？它没有这个能力，它功能丧失了吗？没那个能量，这是科学啊。听明白这个就好懂了嘛，三十岁的时候你的身体能达到那个程度，三十岁是8天一次。那么40岁？15天。50岁，一个月，60岁，要停止。为什么呢？你整个身体的机能已经没有这个能力了。你再去有这种男女的行为怎么样？纵欲怎么样呢？你的五脏就没有营养去滋养它了，你是要你的心、肝、脾、胃、肾啊，还是要这个男女行为啊？你来两次男女行为，你这五脏就没有保命的东西了，所以这个东西它是荣华五脏，保命的，你把这个东西拿去纵欲了，你这是不想活了吗？这不就很简单了吗？那么明白什么叫红颜祸水了，不管你多大年纪，周围看着，那个女子顾盼流离，你天天看着她神魂颠倒，你还能干成什么事吗？你能安心工作、安心学习吗？红颜祸水，那是真的。所以古人常讲，你一动这个念头，过去说这个人“下流”，好像是骂人的，不是啊，那是教育啊。什么意思呢？这个人一不正经、一有这种淫乱的心，一有这种想法，有这种语言的时候，人家说，你“下流”，不是骂你，什么意思呢？警告你，你脑脊髓现在正在往

下流嘛。你肾精都空了，你还在那儿不三不四呢，那就是脑脊髓在往下流啊。提醒你，往下流呢，你小心点儿吧，要没命了，这是教育啊！

你穿的性感、暴露，你就天天害人

各位，我们才明白中国的老话，句句都是科学呀，可了不得呀！我们就知道，下次灯红酒绿，你看到这个男子有魅力，那个女人性感，全是吸脑髓的。我们大家就明白，今天我们穿衣服一定要穿得暴露、性感，太太往老公面前一站，你看我是不是很性感呢？那个东西违背人伦呢，违背自然的身体的规律啊。各位不要看不起古人的衣服啊，老祖宗的衣服，女子的衣服从来没有像现在这么暴露过呀。很多人说，你太封建了，这不是封建，这是科学呀，天天让女孩子穿得这么暴露，你想想在她周围的人，他不受害吗？你们看，我这个衣服宽衣大袖，一点儿都不性感啊，这个衣服很好啊，人家看了之后他心里清静、庄严，想起来读书，有书卷气，这多好啊，给人都是这个信息。你穿的衣服已经少得不能再少了，让人家天天地下流啊，脑脊髓下流啊，你就天天害人呢。

所以我们讲你会吃饭吗？你会穿衣服吗？你穿的衣服性感、暴露，那个衣服都缺德呀！现在我们看那些年轻女孩子的衣服，那怎么都不像一件衣服啊，就那么几根绳儿在那儿，哪能穿在身上吗？我是做记者的，我很喜欢观察社会，我喜欢看社会现象。有时候到衣服店里我就看，说这个衣服啊一千八，我就看，我说这不是一堆绳儿在这儿挂着吗？它怎么是衣服呢？然后她就像变戏法儿一样，夸夸夸一

弄，我一看，像网兜儿一样，穿上，都是露的呀。各位，我过去也完全不懂啊，西方价值观，她真性感啊，回头一笑百媚生，觉得这个是好，你哪里知道啊，要是把这么个女子娶到家里，你就短命啊。你短命，你父母就白发人送黑发人呢，你大不孝啊。你的什么事业全部都拉倒了！我们大家要知道这个了呀，三十岁的时候是八天一次，现在你去问问这些年轻人一天八次啊，他怎么会不早死？他怎么会不生病？完全违背了伦理道德。你问他，他还很冤枉，他说，我根本就坐不住啊，我根本就心神不宁。为什么？她穿这么性感，画得这么性感，看得我呆不住。你看，各位，全部都是因为什么呢？刚才我们讲，你会说话吗？会穿衣服吗？完全都没有了人性的教育，我们中国古人这些衣服全都跟教育有关系，跟人性有关系，跟你的健康，跟你的寿命，跟你的吉凶祸福有关系。

喜欢邪气，这是现代可怕的社会风尚

我们才知道，你的财富，你的吉祥，你的一切，怎么能够保有得住呢？第一个，你自己心里要安定；第二个，你要有智慧。你会娶媳妇吗？你会找对象吗？你会跟人来往吗？相由心生啊，我们今天看到很多奇奇怪怪的现象，什么现象呢？这个明星很走红，他长得歪瓜裂枣的，也不知道是哪儿好，他就特别红。什么原因呢？跟各位讲，今天人喜欢邪气，正经了没人喜欢，这是现代多么可怕的风尚啊，他认为这个歪瓜裂枣的，他很性感。各位，如果把性感当成了价值观会怎么样呢？中学的女孩子、男孩子填调查表说自己的理想，他们什么

理想啊？有钱，然后要找一个帅一点儿的，找一个性感一点儿的女孩子，我自己要性感，都把这列为人生计划！想让他得到幸福的人生，那不是做梦吗？所以，西方的价值观，我们到今天体会了几十年了，我们看透了种种的社会乱象，到了该清洗的时候，到了该觉悟的时候。这些东西，饮食男女，人之大欲。这个大欲啊，就是最大的危险。

古人的智慧，连建筑都是教育

我们古人讲什么呢？古人不是不让你有欲望，不是不让你有男女，不让你有饮食啊，告诉给你什么呢？告诉你礼节。礼是什么呢？礼是大家的关系，大家的态度；节是什么呢？节就是节制，你得有分寸，多长时间是一个周期，那叫节制，你按照自然规律来，你才不会生病，这是多么科学呀。你到苏州园林去，你到古香古色的地方去，它的环境，它的住房，它整个的气氛啊，绝对不会刺激你旺盛的食欲和你的男女的欲望，大家可以做试验。你到那个里面，听那个音乐你就很安静、很安详，你这方面的欲望就很低。你看，连建筑它都是教育啊。

我们再做一个仔细的观察，我们到北京、到西安，到很多旅游城市，你看，凡是喜欢来中国的外国人，有一个最大的特点，全都是老年人，我观察很多年了。他为什么喜欢到中国来？他到中国来，来看什么？他来看中国的这些传统文化，亭台楼阁、琴棋书画。为什么呢？因为老年人的欲望低，和清心寡欲的这种文化呀，它相感应，多简单呀。那为什么那些外国的年轻男子女人不来呢？中国的这些清心

寡欲的这些建筑啊，文化音乐呢，跟他呀没什么太大的感觉。

我们再看今天的中国年轻人，他愿意来四合院啊，亭台楼阁呀，这些古迹里面玩吗？他喜欢在书房里看古书吗？不喜欢，他非常不喜欢，他穿着**、阿迪达斯，喝着可乐，他喜欢到哪儿？他喜欢去那些灯红酒绿，他喜欢往外国跑。为什么呢？那个地方，全部在刺激你的欲望，尤其是男女的欲望，一到那个地方去，你就感觉到。所以，今天中国年轻人，他都喜欢往那些地方去。为什么呢？全部年轻人的欲望被激发起来，所以我们年轻人看不起我们老祖宗，这个老过时了，这个衣服，这个亭台楼阁，什么这都过时了，你看人家奔驰、宝马，高楼大厦，灯红酒绿，找情人。各位，早死啊，你学那个东西一定早死啊。

为什么三十多岁的得糖尿病的这么多？

我们为什么要学传统文化？唯一的一个目的，希望不要出现灾祸，不要出现疾病，不要出现意外，不要出现夭折。纵欲能有什么疾病呢？

第一个，糖尿病。糖尿病有三种：上焦、中焦和下焦，下焦就是肾精亏虚，肾精亏虚之后，就得重症糖尿病。你不是喜欢刺激吗？糖尿病啊，二十多岁、三十多岁的现在为什么这么多得糖尿病？纵欲呀。哎，你别以为有钱、身体好，就天天找这种刺激，你愿意得糖尿病吗？痛苦死了。第二个，中风和偏瘫，什么原因？纵欲，有一个老总，三十五岁，很年轻啊，轮椅推出来的，家产多少千万，轮椅推出

来的，嘴是歪的，神志不清，不会说话。三十五岁以后，人生要在轮椅上度过，爸爸妈妈白发苍苍，推着他呀！你是享受刺激，享受了几十年，然后你剩下的几十年，你就不活了！第三个是什么呢？坏疽，中医讲，手脚烂掉了，怎么办呢？到西医那儿看，没办法，锯掉了，它已经彻底溃烂了。什么原因呢？纵欲。各位，这些东西都不是开玩笑的，所以我们今天让孩子上网，你上吧，你学那些性感的，学穿这些衣服吧。我们可是不知道啊，将来这三种重病你怎么跑？有一个病例，二十岁的孩子长的模样像十三岁的，瘦小干枯啊。为什么呢？天天的纵欲。小的时候上网啊。医生讲，从小手淫，纵欲呀，然后怎么样呢？因为大量的流失肾精，脊髓、脑髓，他记忆力不好呀。为什么今天很多人脑子不好用，脑脊液大量流失，孩子们也是这样，在最需要他的那个精华来保养他五脏的时候，他纵欲啊，纵欲之后，身体不能发育，20岁的时候长得还像13岁，我们看的那个照片，很可怕。骨头稍稍一碰，骨折，为什么？中医讲，肾主骨生髓呀，全身上下所有的骨头，都是靠肾经，肾脏来主管的，就这么个道理。所以你伤了肾，那可了不得呀。所以，今天我们认为孩子们出去看看大片，交交女朋友、男朋友，夜不归宿，堕胎，无所谓，各位，那个灾祸是连连不断。

性亢奋是反常的，你的生命要到头了

还有人提问题，说你看，我现在身体特别好，我性欲很旺盛，我身体没有什么感觉，他觉得自己跟你说的完全不一样，什么30岁的时候八天一次，他认为他身体性欲亢奋。男子女人，今天这样的人

很多，这个病人他去找医生，怎么回事？很简单，你这种反应，身体反应，首先我们要知道他是反常的，他不是正常的。正常的，我们刚才已经讲了那个周期了。你现在是个什么现象呢？打个比方，油灯快灭了的时候，它突然就亮了，它比平时亮很多倍，它怎么马上就那么亮了？很简单，回光返照，马上就要灭了。我们大家，无论是男子还是女人，你千万不要说，我现在这个性欲亢奋是身体支持得了，告诉你，你那个亢奋是反常的，你已经快要这个灯灭、油干，你生命的尽头要到了，你这灯快灭了！

今天我们看到很多害人的广告，那贴在电线杆子上啊，贴得到处都是，报纸、杂志、电视里都有，它讲什么呢？你不是不亢奋吗？你吃了这个药就管用，这个叫壮阳药，女子呢，它治你的性冷淡，男子呢，治疗你阳痿。各位，这些药物我们告诉给大家，都是害人的！那为什么叫害人的呢？举一个简单的例子：外面天气很热，屋里很冷，你屋里有空调，你从外面进来，进来之后，一到很冷的地方，你这个鸡皮疙瘩就起来了，这是自然的，它是身体的自我保护的机能。为什么呢？这个地方太冷了，肌肉缩在毛孔的边上，不让你的热量排出去，怕你的热量流失过多，这是自我保护的一个功能。身体各个器官都有自我保护的功能，这是天生的，这是天然的。男子阳痿，女子的性冷淡，都是在提醒你，你的身体自我保护功能已经开始启动了，警告你，你这个时候不能够再有这种行为了，你需要自我保护了，你看，身体呀非常的科学，但是你吃了这个药可就麻烦了，吃了这个药，它把你这个机能给你破坏了，就好像是那边着火，这边警报器响了，吃这个

药就好像把警报器给关了，让那个火继续着，多可怕呀！我们明白这个，就知道这些广告都是把你自我保护的机能通通破坏掉，你感觉好像是这个药物挺管用，实际上它正在要你的命啊！

妇科重症疾病的原因之一：纵欲

现在川菜在全国各地流行，尤其年轻人，深更半夜十二点之后，去吃麻辣火锅。他为什么爱吃麻辣？纵欲啊，什么原因呢？中医告诉我们，肾精伤了之后，它就会连到胃，连到胃经之后啊，这个胃经伤了之后，他的味觉系统整个的就都受到损伤，但是他又饿，怎么办呢？就必须得吃那个刺激性。生活在四川，那么湿热的地方，吃辣是正常的。北方，全国各地都在吃辣的，很多年轻人，为什么呢？他的味觉破坏了，他必须靠这个来刺激才能吃得下饭，原因是肾精伤了，肾精伤了的原因，就是纵欲呀。

再有，现在得宫颈糜烂的，得子宫癌，得这些妇科疾病的，非常多。什么原因呢？中国有一句老话，那是真理啊。叫什么呢？"三精成一毒，专伤不洁女"。什么意思呢？这个女子呀，她很风流，沾花惹草，跟很多男人，找情人嘛。比如说，你今年找了一个情人，明年找了个情人，后年找了个情人。你的身体它有自我保护功能，这是天生的，你如果是这样乱来的话，三精成一毒，三个以上这样的男子的精液在你的身体里，它就是会成为非常严重的毒素，所以你得这些妇科的重症的疾病，原因之一就在于自己的纵欲呀，不检点啊。这都是科学，不是谁发明的。所以，我们今天看到年纪轻轻，20 多岁，

她为什么会得这么重的病？纵欲呀，色情的泛滥啊。我们今天明白了这些，我们才知道，原来如此，从来没有听说过。

止乎礼，你人生就没有灾祸

中国古人讲，清心寡欲，它是有道理的。人不能纵欲，应该怎么样呢？"发乎情止乎理"呀，你说我喜欢这个女孩子，我有感情，可以啊，这是人正常的感情嘛，发乎情，有感情，不是发乎欲的，你说我对她有欲望，那个是违背人道的。你对她有感情，发乎情，不是发乎欲，发乎情，你怎么样呢？你要不要过去拥抱她，向她求爱呢，不要，要怎么样？止乎礼，你们之间要讲礼节，这样的话，你人生就没有灾祸。我们今天怎么样呢？随着自己的欲望啊，随着自己的感情走啊。不但是色情泛滥，感情也泛滥，随着自己的感情，我喜欢他，我就跟他说，你得止乎理呀。所以，我们中国古人是从情到欲，都给我们研究得明明白白，然后通过圣贤的教育给我们加以规范。

一棵树，能让它乱长吗？

我们今天的年轻人会说什么呢？哎呀，老爸老妈，你学这个去多累啊，我每天累得都够呛了，还让我学这个，还让我天天坐那么正，多累呀！各位，他为什么会觉得累？你看我们这些老师们，在这儿坐得很直，我们在台上一讲讲几个小时，为什么不累？这里面有太深的道理呀，人坐得很规范，行为很规范，不是约束，那叫规矩。一棵树，能让它乱长吗？一定要削去枝杈，他为什么觉得痛苦呢？他不习惯，

他有欲望，把他那个欲望啊，给他降低了，灯泡给他擦干净了，他这么坐着呀，最舒服，一点儿都不累，你让他斜着坐沙发里，他一会儿就累了。所以，大家就知道，人性里面它本来就是规矩的，做一个规矩的人，正人君子。女子是什么呢？贤惠贞良，她本来人性就是这么美好啊。你觉得自由自在好，你在这儿群魔乱舞，在这儿疯狂纵欲，你觉得这个是幸福，那个不是，那个是假的。为什么说呢？那个东西一旦没有了之后，你马上就痛苦。而真正幸福是没有这些美女，这些美酒的刺激，种种享乐的刺激，这是什么呢？就是人性它本来向内求，不要向外求。向外求，那都是刺激，向内求，你自自然然就得到了幸福。