

此身不向今生度，更待何生度此身！

人的一生不是在指责就是在自责。指责是本能地逃避责任，把所有不顺推给外界；自责是什么事都往自己身上揽，把所有过错归于内心。前者活成了怨妇，后者活成了囚徒，两者都没有真正活过——因为他们都把生命的中心，安放在了外面。

如果你的生活以金钱为中心，你会活得很苦。赚钱是为了生活，活着不是为了赚钱。当你把数字当成唯一的刻度，你就成了数字的奴隶——赚到了怕失去，没赚到怕落后，永远在焦虑的跑步机上狂奔，却忘了自己要去哪里。临终那一刻，你会发现账户上的数字一个也带不走，而你从未真正活过。

如果你的生活以儿女为中心，你会活得很累。儿女只是借胎而来，他们有他们的世界。你可以陪他们走一段路，却不能替他们走一生。把全部生命压在另一个人身上，既是对自己的辜负，也是对孩子的捆绑。他们终会飞走，而你，将空巢成一座废墟。

如果你的生活以爱情为中心，你会活得遍体鳞伤。因为你不懂得什么是爱，什么是情，什么是爱情。爱不是占有，情不是依赖，爱情更不是救命稻草。一个缺爱的人，无论遇见谁，都会把对方拖进自己的深渊。你以为抓住了一个人就抓住了全世界，到头来才发现，连自己都弄丢了。

如果你的生活以攀比为中心，你会活得很苦闷。人外有人，天外有天，总有一个是你永远无法超越的人。攀比的本质是用别人的尺子量自己的人生，量来量去，量出的全是自卑。你赢了所有人，却输掉了自己。

如果你的生活以惜缘为中心，你会活得很温润。

缘来不拒，缘去不留。你开始明白，每一个出现在生命里的人，都有他来的意义——有人教你爱，有人教你痛，有人只是陪你走一段路然后挥手告别。你不再强求永远，而是珍惜当下。一杯茶、一次对视、一场深夜的长谈，都成了生命里不可复制的礼物。惜缘的人，不念过去，不畏将来，因为每一个此刻都已足够丰盈。

如果你的生活以知足为中心，你会活得很安宁。

知足不是不思进取，而是懂得在拥有中看见幸福。你住的房子不大，但能遮风挡雨；你的收入不高，但够衣食无忧；你的朋友不多，但有两三个能说真心话。欲望是无底洞，而知足是那个让洞消失的瞬间。当你不再盯着“没有什么”，而是数着“还有什么”，你会发现，自己早已拥有了曾经梦寐以求的一切。

此身不向今生度，更待何生度此身！

如果你的生活以感恩为中心，你会活得很富足。

感恩不是嘴上说谢谢，而是从心底认出——阳光是免费的，空气是免费的，父母的爱是免费的，甚至你此刻还能呼吸、还能思考、还能阅读这段文字，本身就是一种莫大的馈赠。一个懂得感恩的人，贫穷也富；一个不懂感恩的人，富有也穷。因为富足不在拥有多少，而在能感知多少。

如果你的生活以自觉为中心，你会活得很清醒。

自觉是看见自己的情绪而不被它带走，看见自己的执念而不被它捆绑，看见自己的恐惧而不被它驱使。大多数人活了一辈子，都在被潜意识操控——被童年的伤、被别人的眼光、被社会的标准。自觉的人，是从睡梦中醒来的人。他知道自己在做什么、为什么做、做了之后会怎样。清醒或许痛苦，但清醒的痛苦远胜过混沌的快乐，因为前者通向自由，后者通向沉沦。

如果你的生活以容恕为中心，你会活得很辽阔。

容恕不是原谅别人，而是放过自己。你恨的那个人，也许早已忘了你；你耿耿于怀的那件事，也许只有你一个人记得。仇恨是一把双刃剑，你举得越久，割伤自己越深。容恕是把那把剑放下——不是因为对方值得，而是因为你值得。心大了，事就小了；心宽了，路就广了。

如果你的生活以博爱为中心，你会活得很丰盈。

博爱不是滥情，而是把小爱扩展成大慈悲。你爱自己的孩子，也爱别人家的孩子；你关心自己的父母，也关心路边孤独的老人。你不再把爱当成稀缺资源去分配，而是当成一口井——越打越涌，越给越多。博爱的人，最终会发现：给予才是真正的拥有，奉献才是最深的满足。

如果你的生活以风情为中心，你会活得很有趣。

风情不是风月，而是对生活的审美与热爱。你会为一朵花开驻足，为一场落雪欣喜，为一首老歌流泪。你把日子过成了诗，把柴米油盐熬成了人间烟火。有趣的灵魂，从不会觉得无聊，因为他本身就是光，走到哪里，哪里就亮。

可是啊，世人多是道理都懂，却依然过不好这一生。

因为我们总以为还有时间。总以为明天再改、下次再修、来生再说。我们把觉醒推给未来，把修行推给来世，却忘了——**生死事大，无常迅速。**

此身不向今生度，更待何生度此身！

当你轮回再来，良师，已经涅槃；良缘，消失不再。遍寻三千大千世界，无人再点你、化你、引你、度你、爱你、护你、疼你、送你。你爱的人，化成草木无情；爱你的人，早已飞升玉琼。茫茫天地只留下百年孤独，早知千年后的哀叹，何不当下努力修行此身。

今身不向今生度，更待何生度此身？

这不是恐吓，而是真相。你此刻拥有的人身、此刻听闻的正法、此刻遇见的善缘，都是累劫修来的福报，错过了，可能就是千年万载的沉沦。下一次再得人身，你未必还能读到这样的文字；下一次再遇良师，你未必还肯低头聆听；下一次再逢良缘，你未必还懂得珍惜。

所以，不要再等了。

不要等有钱了才快乐，不要等孩子大了才轻松，不要等找到对的人才幸福，不要等赢了别人才满足。那些“等”，都是心魔设下的陷阱，让你在等待中耗尽一生，然后带着满肚子的遗憾，走入下一个轮回。

愿我们，从指责与自责的轮回中醒来，不再以金钱为枷锁、以儿女为执念、以爱情为救命绳、以攀比为墓志铭。

愿我们，以惜缘对人，以知足对己，以感恩对世界，以自觉对内心，以容恕对过往，以博爱对众生，以风情对岁月。

愿我们，终于明白——人生的中心，从来不在外面，而在你那颗醒来的心里。心若觉醒，处处是净土；心若安宁，时时是良辰。

更愿我们，不再把希望寄托于来生。今生能醒的，就今生醒；今生能修的，就今生修；今生能爱的，就今生爱；今生能度的，就今生度。

因为——此身不向今生度，更待何生度此身？

