

學習CPR救人也救己

掃卻門前雪

●達亮

近日讀到一首佛教偈子：「掃地掃地掃心地，心地不掃空掃地；人人都把心地掃，世間無處不淨地。」

這首偈語把平常隨處可見的掃地引申為掃心地，諄諄告誡人們要常掃心地，淨化心靈，千萬不能讓心地蒙上塵垢。

河北趙州觀音院是國內名剎，堂頭和尚從諗禪師是叢林著名高僧，慕名而來的信徒絡繹不絕。有一天，一位官員走入觀音院，看見從諗禪師正在殿內掃地，十分驚訝，便走近問：「和尚是大善知識，為什麼掃地？」「塵灰不斷飛進來啊！」禪師直起腰回答。這位官員看看乾淨的殿堂，不禁又問：「清淨伽藍，清淨佛殿，怎麼會有灰塵呢？」「看！又是一粒。」禪師說罷，又掃起地來。

清代的石成金很懂得掃心地之功能和作用，他在一篇題為〈掃地之樂〉的短文裏，有如下心悟之語：

「掃地雖係僮僕瑣屑之事，當執掃帚時即思，此地非他，乃吾方寸地也；此塵汗非他，乃吾牽纏俗念也。一舉手之勞塵埃去，而還我本來面目。迨掃畢靜坐，自覺心與地同淨，不亦樂乎？」

地面不常掃，就不會有一個乾淨清潔的庭院，人生也如此。一個人若不常清掃自己的心境，久了，諸如五欲中的「財、色、名、食、睡」，就會在你心靈上、思想上，積汗沉垢難除，你也就無法有一個寧靜寬舒閒適的心境了。

清掃心境，不僅需要具備時刻的自醒自勉意識，更需要勇氣。人

一生中有很多煩惱，也有很多欲望，但只要你敢於清掃，懂得清掃，這些煩惱和欲望是可以除掉的。佛經上說「人有一〇八種煩惱」，《俱舍論》曰：「本惑九十八，隨眠加十纏，云百零八也。」這只是象徵的說法。這種煩惱，都是來自心地行為的不正、不實、不圓融。一般人掃的是外在的

地，修行人掃的卻是內在的地。

心境常掃的人，心靈才會保持清潔光明。你若不常掃心境，或不及時清除心境上的塵埃，那就會有「千里之堤，潰於蟻穴」之憾。不要輕視小小的塵埃淤泥，久了，就難以再清掃乾淨了。◎