



放下自己，提起眾生

釋見云

剛搬進千山苑，二面都是窗戶，白天可以遍覽群山，夜裡可以擁星月入懷，但入睡時透明的窗戶卻令我產生極大的不安，那天晚上我決定把窗簾放下，誰知一站上床板，一個不留神，竟摔了下來。隔天查看傷勢，右腿靠臀部的地方嚴重瘀血，十天後看醫生發現肋骨已於撞擊裂傷。

才一尺多高的床摔下來，可以摔成這樣，大家知道後都嘖嘖稱奇，摔功之高大概無人能出其右，當人問起時，我只好笑笑說：「我是很認真地摔下來的！」

平常不覺得什麼的動作，現在都覺困難了，在短短的幾天裡，對自己的身體敏感起來——呼吸會痛，走路會痛，躺下來時像烏龜般翻身不得，甚至連舉手也會牽引肌肉引起痛覺，我才知道身體各部份的關連如此密切，若有任何一處出問題，都會牽一髮而動全身的。

師父曾說出家人不但要捨身，還要捨心，我至今才覺得這實在不易做到，身體健康時，可以大喊我要捨身為眾生，可是當病痛纏身時，心裡只有自己，畢竟這痛苦無人能代，而出家人用功修行大概就是在這無人能代的當口，再放下自己，提起眾生吧！