

再看下面，「又常寂光三字」，這個又還是蕩益大師在《要解》裡面講的，這三個字「全顯涅槃三德如來祕藏」。般涅槃裡面講三德，這個三德就是如來祕藏。哪三德？下面講，「常即法身德，法身常住故」。所以一個人覺悟了，他不會把這個身當作自己的身。什麼是自己的身？一切法都是自己的身。心現的，心是自己，識變的，識也是自己，心是自己的真心，識是自己的妄心。真心是自己的本性，妄心就是阿賴耶，是自己的習性。中國古人講本性、習性，佛法講真心、妄心，真心是本性，妄心是習性，真妄是一不是二。覺悟了，妄就是真；迷了的時候，真就是妄，真妄是一不是二。覺迷也是一，也是不二。真正覺悟的人，明心見性的人，什麼是他的身？一切眾生的身都是他的身，花草樹木的身也是他的身，山河大地也是他的身，遍法界虛空界都是他的身，他的身無處不在、無時不在。雖然這有生滅，滅了又生，就好像什麼？我們身體是一樣的。身體這多少細胞？這細胞天天新陳代謝，就像我們地球上的生物，天天有生的，天天有滅的。佛給我們講，整個宇宙無量無邊的諸佛剎土，這裡頭生生滅滅它永遠不斷，叫法身常住。我們把身體比喻法身，法身常住。我們自己這個身就像細胞一樣，細胞，科學家告訴我們，它的壽命頂多七年，七年這個細胞滅了，新的細胞就生起來。所以我們身體，實在說每七年是一個週期，身上所有的細胞全部都換了。我們迷惑顛倒，為什麼？七年換一次，為什麼不換新的、不換好的，要換舊的，去換壞的，身體愈換愈壞？這是什麼？他不會。覺悟的人他高明，他覺悟，他也天天在換，換的全是好的，全是健康的，他不生病，他不衰老。為什麼？他換好的，他

不換壞的。誰在那裡主持這個變換？意念。佛菩薩的意念好，所以他的細胞全新的。全新的就是你的念頭年輕，時時都健康，他不生病，他不換病態的細胞。病態的細胞是什麼人換的？貪瞋痴慢疑，就換壞的。貪瞋痴慢疑統統都斷掉了，無貪、無瞋、無痴，那換就換好的，全換好的，就這麼回事情，這是事實真相。起心動念大公無私，不為自己，不為這個身，為什麼？為法身，不為這個肉身，為法身。

節錄自：02-039-0030淨土大經解演義