

十、什麼叫身內身及身外身？

二〇一一年五月廿一日

身內身即是佛性，也是真身。修道者在認識本性、見性了，知身內身的佛性了，就要時時保護它。如何保護？即六根不為境界所動。當眼、耳、鼻、舌、身、意六根，遇到外境之起落變化時，不被境所迷惑。保持清淨，神識就可以出來了，不必等到死才出來。要走隨時可以走，多自在，也不必麻煩人家助念，要站著走、坐著走，自由選擇，沒有比這個更快樂了。

念佛念到預知時至，什麼時候要走都知道。自己

洗好澡，換好衣服，交待好後事，就可以走了，多瀟灑！這是修行的好處。平常人不知道自己什麼時候會死，等到真正死了才知道自己死了，多迷糊。

神識出來的身，就叫身外身，身外身即意生身，還是假身，是人的第七識。人有三身：法身（第八識），化身（第七識），報身（第六識）。修行修到三身合併，走時三身就會一起走。如果造惡，死了靈魂（第八識）就到地獄報到。

第七識出來後，還會有變化，第一種叫「三昧樂正受意生身」。這是靠打坐之功夫得來的，但不是想要出來就出來，是要入定後才能出來，動中出不來。打坐有功夫，意生身就可以出來，若要到國外也不用

買機票，只要講地點，晚上一打坐，馬上就去了，一切的情形都了知清楚。

修行成就了不但可以度自己，也可以啟發意生身來度眾生，如觀世音菩薩尋聲度化衆生。超過五地的菩薩能出來三個意生身。到了八地（不動地）以上的菩薩，來去自如，具有「種類俱生無行作意生身」，此時看不到意生身，隨來隨去。動植物山河大地，一切東西都能變化自在，甚至變化一座山在你面前，你都不知道，亦可變化成對方。

如不認識本性，縱然修了陽神，還是有生死。道教有執着，只修陽神，但身體還是會變壞，還不能了生死。道教氣功是以練「精、氣、神」為本，而佛教

十、什麼叫身內身及身外身？

是以「菩提心」為根本。菩提樹的葉不沾灰塵，以菩提葉來形容佛性的清淨。菩提是覺性，是不生不滅之體，精修定慧，積累功德而成就。一是有為之體（道教），一是無為之體（佛教），有為之體有漏，無為之體無漏，是性體。