

同修請示的，第一個，修行修什麼？第二，修行的總綱領是什麼？第三，修行從哪裡下手？

行是什麼？行是行為。行為再多，不外乎三大類，就是身、口、意。第一個、身，身是造作；第二、言語；第三、起心動念，包括他的妄想，甚至於包括他作夢。意沒有口相應，算是意業的行為；我只想到這樣，沒有真正去做，這就屬於意業的行為。行為再多，不出這三大類。

古來的高僧大德從哪裡修？從起心動念處修，修行得力了。行，表現在外面的是意的行。身的行為、身的造作，身業行為；言語，口業的行為；心裡想著，還沒有說出來，沒有表現出來，這是意業的行為。起心動念，已經控制住了，算不算行為？有，意業行為，沒有到口。從哪裡起？你有想，你想什麼。想，還沒動手，這屬於意，口沒有表現、沒說什麼，手沒動作。沒有表現出來，一律都算是意業行為，我有這個意思，我沒有發作動作。

如果這種行為只有自己身口意動了，與別人沒有干涉、沒有相干，這個行為屬於你個人的。如果雖然說跟別人沒有相干，只有自己，自己結業也有輕、也有重，也造業，不能說不造業。我的身造業，跟身相干；跟口干涉了，用口去罵人，用口去責備人。意有相干了？有，意可能你有歡喜、怨恨，從那裡發現了，反應在身體某一個部位上。他很認真，念念不忘，這叫造業了。所以這修行什麼，你在外面能看到的；外面看不到的，心裡頭結業，念念不忘，怨恨、歡樂。

阿賴耶裡頭結業，念念不忘兩樁：一樁是恩惠，他念念不忘；

一念是怨恨，他也念念不忘。修行，要把這些東西從內心裡面化解去，化解得乾淨、化解得徹底，痕跡都不留，這修行功夫得力。佛法的修行，教我們把不善的永遠的忘記它，把善的永遠懷念它，斷惡修善，是要用行為來表現的。我們自己得受用，跟一切有怨的眾生化解，知道恩怨也不是真的，是你把它看成真的。真的在哪裡？找不到，恩怨化解掉的好。

修行是希望把一切怨恨都把它消除，一點恩惠提起來。恩怨只有恩惠，沒有怨恨，這個世界多麼美好。人跟人生活在快樂的世界，沒有怨恨，縱然是誤會跟我結怨，他跟我結怨可以，我跟他結恩。他用這些來測驗我，我有沒有（恩惠）？有，這是做人應該有的，人與人應該有恩德，是正確的，人與人的怨恨是錯誤的。錯誤的要化解，正義的應該常常求得報恩，沒有報怨。報怨是怨恨，報恩是恩德。修行的人，要把我過去、現在、未來一切的恩德找回來，一切的怨恨統統化解、化解，這叫真正的修行。

我對人有益，不求有回報；我對人一切有好處，希望這個善的、好的年年增長。善增長，惡業忘掉，這叫修行，斷惡修善。善要增長，惡要除掉，這叫功夫，這叫修行，把錯誤的修正，把怨恨的變成恩惠。人與人在一塊相處，要像親兄弟，要培養親愛真誠。冤親債主總是要求早一天把它化掉。我這一個月、我這一個星期修的是什麼？斷惡修善。斷一切惡，修一切善，好！人人都能夠積德修善，人人都能夠原諒，這世界多美好！那就是諸佛如來、眾神的國土，是我們天天所嚮往的。

我們天天想西方極樂世界，為什麼要想？那個國，阿彌陀佛給我們介紹，是他無量劫來到今天所修成的，幫助我們斷惡修善。所以我們為什麼要求生淨土？沒別的，聽說那個地方只有善沒有惡，那個地方是阿彌陀佛辦的學校、辦的大學。我們到極樂世界成就我

們的道業、成就我們的德行，學習的環境好。極樂世界好在哪裡？修行的環境好，你身口意三業見到的、聽到的、想到的完全是美好的，是與阿彌陀佛所說相應。我們都要成就完美的身口意三業，哪裡修最好？極樂世界。我們為什麼要求往生？極樂世界沒有一樣不善，身口意三業都善。十方世界一切善人都在那邊學習，我們今天有這個條件，多麼幸運！

我們把念佛，修善、行善統統以極樂世界為標準、為目標。我要到極樂世界去，無量無邊諸佛剎土，這個地方盡善盡美。無非是找一個修行的環境而已，現在環境知道了，要努力。我在那邊等你，你在那邊等我，就這一句佛號，就成就了，所以專修彌陀念佛法門。

修什麼我們知道了，行的總綱領。修從哪裡下手？念佛下手，行住坐臥，一切時、一切處，總不離開阿彌陀佛。所有一切遭遇都是我們的增上緣，時時刻刻都在那裡教導我們放下、放下，放下娑婆世界、放下諸佛剎土，一念總念阿彌陀佛，總願往生淨土，我們這一生就成功了，所以叫當生成就的法門。我哪裡都不去，我只要到極樂世界，一切諸佛剎土我都得到。這叫下手，下手處。

我們幫助一個同修生淨土，我將來離開這個世界，他一定來幫我。他會想到我幫助他，他用什麼報答我？幫助我求生淨土。修行從哪裡下手？從念佛下手，從讀誦《阿彌陀經》下手，讀誦淨土三經一論下手。經典不多，修行的綱領不多，方便。手段只有一句佛號，不要以為太容易，太容易的我們才能下手，我們才能去得成。

今天我們就學到此地。