

兩分鐘開示—讀經兩小時不起一個妄念，要訓練多久？

（第三七四集） 檔名：29-517-0374

讀經要怎樣讀？用讀經的方法把我們的妄念打掉，不讀經妄念就很多，讀經就是要把心集中在一處，制心一處。也就是說，把所有的念頭統統放下，恭恭敬敬來念這部經。像《無量壽經》，速度不要太快，也不要太慢，要讓妄想滲透不進去，以這個為目標。我把這個經從頭到尾念一遍，大概要一個半小時到兩個小時，這就是你修行修一個半小時、修兩個小時。讀經是斷煩惱的，一定要曉得這個目標。所以一部經讀下來之後，一個妄念都沒有，這功夫不錯了！讀一部經，兩個小時不起一個妄念，這很好的功夫。兩個小時不起一個妄念，在一般講要訓練多久？大概訓練三年到五年，才能達到這個程度。所以這一部經念下去，起個十個、二十個妄想是正常的。如果到起二、三個妄想大概是三年功夫，沒有三年功夫做不到；能夠起一個妄想，大概到五年的功夫。你心得定了，定久了就開智慧，讀誦是這樣的讀誦方法。

節錄自：02-039-0100淨土大經解演義（第一〇〇集）

兩分鐘開示 （第三七四集） 恭錄自淨空老法師講演集

檔名：29-517-0374 2 兩分鐘開示 （第三七四集） 恭

錄自淨空老法師講演集 檔名：29-517-0374 1