

助念通用手冊

——家屬、親友及一般助念團使用

※ 由家屬、親友一齊為臨終親人（或已過世親人）

念「阿彌陀佛」八小時，是送他最後一程最好的方

式，能給臨終親人（或已過世親人）最大的安慰與支

持。

西 方 三 聖

佛 陀 彌 阿 無 南

薩 菩 至 勢 大 無 南

薩 菩 音 世 觀 無 南



【臨終到捨報後半小時內之助念】

※「一念蓮華」助念要訣：讓臨終者捨報時「最後一念」，能「眼見阿彌陀佛聖像，耳聞佛號，心中不斷憶念阿彌陀佛，並發願求生極樂」，是往生極樂佛國最有力量的方法，謂之「一念蓮華」。

一、祈請加持（同誦）

敬禮西方極樂世界【阿彌陀佛】、【觀世音菩薩】、【大勢至菩薩】及十方三世一切佛、菩薩、護法聖眾等，今有一期報盡之（臨終者或亡者姓名）將入中陰險境，輪轉生死，痛苦無依，祈請諸尊以大悲願力降臨，放慈悲光明勾攝（臨終者或亡者姓名），遠離惡業牽纏與中陰種種險境，得以安住一心不亂，憶念【阿彌陀佛】，融入【阿彌陀佛】強烈佛光，永出六道輪迴，往生極樂世界、諸佛刹土。敬祈諸佛菩薩慈光加被，令本次助念吉祥圓滿。

二、提醒臨終者（亡者）

【以下文字由家屬、親友或助念團一人，以清晰安慰語調依臨終者（亡者）習用之語言或方言，在他身旁導示以下文字，家屬唸誦時千萬不可號泣悲歎、或碰觸臨終者（亡者）

身體，否則不利於臨終者（亡者），餘眾則輕聲念佛持咒或默念。導示完畢，導示者加入念佛，則聲量可較大。】

臨終者（亡者）姓名（三稱，家屬或親友依對臨終者（亡者）姓名親暱或熟悉的稱呼，助念人員則依臨終者（亡者）亡者可接受的一般稱呼，如：某某居士、某某伯伯、某某先生等）

我是（自我介紹，助念人員可自介為家屬某某之朋友，或某某助念團等）
請你一定要放下心中一切的牽掛和執著，專心聽清楚我告訴你的話，並且盡力照著做，才能讓你脫離痛苦，得到真正的安樂。

三、導示

臨終者（亡者）姓名（三稱）我們知道你的身心現在正受到很大的痛苦，現在，只有【阿彌陀佛】能夠幫助你，請你在心中默念【阿彌陀佛】（ Y \square 一 ノ 去 メ ㄊ ノ ㄊ ）不要停止，祈求【阿彌陀佛】接引你去極樂世界。

（二稱）如果你見到已經過世的親友來迎接你，或是冤家來逼迫你，甚至有天上的天仙來迎接你，千萬不要跟他們走，因為這些都是惡道的鬼神來騙你到惡道去受苦，你應該告

訴他們：「請你們跟我一齊念【阿彌陀佛】，回頭我會度你們。」然後專心念【阿彌陀佛】不要再和他們講話。

——（一稱）請不要慌亂，心中默念【阿彌陀佛】不要停止。現在，或是過一會兒，你會體驗到一種沒有邊界與中心，既沒有形相，亦沒有顏色的光明狀態，在這片光明中，沒有生，也沒有死，這就是【阿彌陀佛】的佛光，也是你自己真正覺醒的心，你只要不想過去、現在、未來的任何事，住在這片光明中，你覺醒的心光，就和【阿彌陀佛】的佛光合為一體，不再分離。

如果你無法安住在光明中，就一心想像【阿彌陀佛】的形相，像水中的月亮一樣，光明而沒有實體。由【阿彌陀佛】心中放出強烈的紅色光明照著你，你這一生的事情都像作夢一樣，通通都要放下，什麼也不要去想它。誠心祈求【阿彌陀佛】接引你到極樂世界，並投入【阿彌陀佛】的光明中，與【阿彌陀佛】的光明融合為一，一心一意念【阿彌陀佛】，遇到任何情況都不可停止。

※本段導示叮嚀一、二次後，就一齊同誦【阿彌陀佛】（或持咒），觀想佛光加被臨終者（亡者），臨終者（亡者）與佛光融合為一，直至亡者捨報半小時後，再接續下頁【捨報後十小時內之助念】之「三、導示」。

【捨報後十小時內之助念】

※「一、祈請加持」及「二、提醒亡者」兩段文，若在「臨終到捨報後半小時內之助念」已唸過，則直接跳過接續念「三、導示」部份。

【助念中換班方式】

後班：後班到達時，應先默誦一、祈請加持，接著誦彌陀聖號。

前班：前班於後班到達時即默念 六、般若波羅蜜多心經，一直誦至迴向，即與後班

同誦彌陀聖號。

（前後班在同誦彌陀聖號聲中，交接換班）

一、祈請加持（同誦）

敬禮西方極樂世界【阿彌陀佛】、【觀世音菩薩】、【大勢至菩薩】及十方三世一切佛、菩薩、護法聖眾等，今有一期報盡之（亡者姓名）將入中陰險境，輪轉生死，痛苦無依，祈請諸尊以大悲願力降臨，放慈悲光明勾攝（亡者姓名），遠離惡業牽纏與中陰種種險境，得以安住一心不亂，憶念【阿彌陀佛】，融入【阿彌陀佛】強烈佛光，永出六道輪迴，往生極樂世界、諸佛刹土。敬祈諸佛菩薩慈光加被，令本次助念吉祥圓滿。

二、提醒亡者

【以下文字由家屬、親友或助念團一人，以清晰安慰語調依亡者習用之語言或方言，在他身旁導示以下文字，家屬唸誦時千萬不可號泣悲歎、或碰觸亡者，否則不利於亡者，餘眾則輕聲念佛持咒或默念。導示完畢，導示者加入念佛，則聲量可較大。】

亡者姓名（三稱，家屬或親友依對亡者親暱或熟悉的稱呼，助念人員則依亡者可接受的一般稱呼，如：某某居士、某某伯伯、某某先生等）

我是（自我介紹，助念人員可自介為家屬某某之朋友，或某某助念團等）
請你一定要放下心中一切的牽掛和執著，專心聽清楚我告訴你的話，並且盡力照著做，才能讓你脫離痛苦，得到真正的安樂。

※【下段三、導示叮嚀一、二次後，助念者就輪班同誦阿彌陀佛或持咒，直至亡者捨報後八、十小時。】

三、導示

亡者姓名（三稱），當你的心和身體分離的時候，你會見到不斷閃耀的光明火焰，在這光明中發出像千萬個雷一齊響的巨大聲音，你不要害怕，這些光明的火焰，和巨大的雷聲，並非外來，而是由你自己心中發出來的真實光明和聲音，請你將這光明、聲音當成你真正的身體吧！

（一稱）這個世界上的種種，不過是一場夢，請你放下心中對任何人或事的愛恨與執著，不要再依戀這個世界和自己的肉身，無論現在或未來你見到什麼，要知道這一切都是你自己心中反映出來的幻相，就像是作夢一樣，不要被迷惑，千萬不要有任何貪求、怨恨和執著不捨的心念，要一直保持心中善良，虔誠的心念。

（一稱）你現在只有全心全意祈求【阿彌陀佛】（ Y N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 0 ）和【觀世音菩薩】迎接您往生到極樂世界，才能使你永遠脫離生死的痛苦。極樂世界是一個只有永恆的快樂、沒有生、老、病、死和任何煩惱痛苦的世界，極樂世界充滿了光明和音樂，想要什麼：無論是飲食、衣服、珍寶、樓房，只要一想就出現你面前，如果往生到極樂世界，想回來看這裡的親友，只要一個念頭就可以回來。

——（一稱）極樂世界是這麼美好，你現在一定要在內心虔誠地祈求極樂世界的教主【阿彌陀佛】接引你到極樂世界，並發願從今以後要幫助一切眾生成佛，自己過去以及這一生做過任何善行，都用來祈願自己能往生極樂世界。

——（一稱）現在，請你過去、現在、未來的事都不要再想，一心一意想像【阿彌陀佛】和【觀世音菩薩】顯現在你的面前，他們的身體像水中月亮的影子，光明而沒有實體，由【阿彌陀佛】心中放出強烈的紅色光明，或【觀世音菩薩】心中發出強烈的白色光明照耀著您，請你想像自己和佛菩薩心中的光融合為一，心中一直念【阿彌陀佛】，在任何情況下都不可停止。

※ 本段導示叮嚀一、二次後，助念者同誦【阿彌陀佛】（或持咒），誦時觀想佛光加被亡者，亡者與佛光融合為一。

【最後一班助念時，應加誦「四、預先告知中陰情境的導示」一遍，以提早讓亡者知道即將面臨的中陰險境，如何才能投入佛光，不致下墮。最後一班助念並應告知亡者家屬，三日半後應連續誦「中陰時期的助念」四十九日。】

(三稱) 如果你見到閻羅王、判官、獄卒、牛頭馬面和種種妖魔鬼怪追殺你，你不要害怕，因為這些都是你自己的幻覺，何況你已經沒有肉身，他們無法傷害您，你只要把他們想像成是阿彌陀佛，或是觀世音菩薩所變成，不可以逃避或躲到任何地方。

但是你若是見到以下景象，一定要立刻回頭，千萬不可靠近：也就是見到雌雄天鵝、鳥類在湖上，牛馬牲畜散處在樹林、湖邊。或是美麗的樹林、旋轉的火圈。以及煙霧繚漫的岩洞，地洞。草木不生的荒野、枯根腐草、地裂淺洞、林中沼澤地。有可怕淒厲歌聲，黑白房相交錯，黑色道路穿插的地方，都要堅決地拒絕進入，否則就會墮入惡道，受種種苦刑並且聽不到佛法。遇到任何恐怖或美好的情景，你一定要明白是自己心中的幻相，既不貪戀，也不害怕，任何別的地方都不去，一心一意祈願往生阿彌陀佛的極樂世界。

現在，請你過去、現在、未來的事都不想，專心想像阿彌陀佛心中放出紅色強光，或觀世音菩薩心中放白色強光，自己一心一意念【阿彌陀佛】或【唵 嘛呢 貝吽 吽(注音：ㄨㄛˋ ㄩㄥˋ ㄩㄥˋ ㄩㄥˋ ㄩㄥˋ ㄩㄥˋ)】融入強烈佛光中，遇到任何情況都不可停止。

※ 本段導示叮嚀一、二次後，助念者同誦【阿彌陀佛】(或持咒) 誦時觀想佛光加被亡者，亡者與佛光融合為一。

五、助念圓滿的導示

（三稱）本次的助念即將圓滿，以下有幾句口訣，請你一定要記得：世間一切都是夢幻，什麼都帶不走，你一定要完全放下，全心念佛持咒，才能蒙佛接引。無論你遇到任何恐怖或喜愛的景象，都要記得這些景象都是自己心中的幻相，不是真的，絕不可在心中產生貪愛、怨恨、迷惑、傲慢、懷疑、嫉妒的念頭，應該既不追隨、亦不逃避，一心一意念佛持咒。

佛的光明非常強烈，有如百千顆太陽那麼強烈。由於你已經沒有肉身，所以你見到強烈佛光時，只要你心中想投入佛光，或立刻求佛接引，就能往生佛的世界。但是你一定要小心，見到令你感到喜歡，顏色暗淡的光絕不可喜愛和靠近，一喜愛就會墮入輪迴，受無盡的痛苦。

請你放下對這個世界的執著，過去、現在、未來的事都不要再想它，一心一意祈願往生到極樂世界，專心一志念【阿彌陀佛】或【唵 嘛呢 貝咩 吽（注音：ㄤ ㄇㄨㄛˊ ㄆㄧㄢˋ ㄩㄥˋ ㄅㄟ ㄇㄟ ㄏㄨㄥˋ）】，一直到【阿彌陀佛】或【觀世音菩薩】
ㄇㄟ ㄤ ㄇㄨㄛˊ 拼音：om ma ni be me hom），一直到【阿彌陀佛】或【觀世音菩薩】
現前，接引您去極樂世界，您也不可停止念佛持咒，切記！切記！

※本段導示叮嚀一、二次後，助念者同誦【阿彌陀佛】及觀世音菩薩心咒【唵 嘛呢 貝咩 吽（注

音：ㄤ ㄇㄨㄛˊ ㄆㄧㄢˋ ㄩㄥˋ ㄅㄟ ㄇㄟ ㄏㄨㄥˋ 拼音：om ma ni be me hom））至少

各一百零八遍或者更多，誦時觀想佛光加被亡者，亡者與佛光融合為一。

六、【般若波羅蜜多心經】

唐三藏法師玄奘譯

觀自在菩薩，行深般若波羅蜜多時，照見五蘊皆空，度一切苦厄。舍利子，色不異空，空不異色；色即是空，空即是色。受、想、行、識，亦復如是。舍利子，是諸法空相：不生、不滅；不垢、不淨；不增、不減。是故空中無色；無受、想、行、識；無眼、耳、鼻、舌、身、意；無色、聲、香、味、觸、法。無眼界，乃至無意識界；無無明，亦無無明盡。乃至無老死，亦無老死盡；無苦、集、滅、道；無智亦無得，以無所得故，菩提薩埵，依般若波羅蜜多故，心無罣礙，無罣礙故，無有恐怖，遠離顛倒夢想，究竟涅槃。三世諸佛，依般若波羅蜜多故，得阿耨多羅三藐三菩提。

故知般若波羅蜜多，是大神咒，是大明咒，是無上咒，是無等等咒。能除一切苦，真實不虛。故說般若波羅蜜多咒，即說咒曰：「揭諦！揭諦！波羅揭諦！波羅揭諦！波羅僧揭諦！菩提薩婆訶」（持般若波羅蜜多咒二十一遍 ※助念回程時持此咒，則一切吉祥平安。）

七、【補闕真言】

補闕圓滿真言：唵，呼嚧呼嚧，社曳穆契，娑訶（拼音：om duruduru jaja mukai soha）。（七遍）

八、【迴向】

誠願以本次助念功德，迴向——（亡者姓名）——及其怨親債主，皆能蒙佛法僧三寶慈悲加被，放下一切執著，遠離惡業牽纏及中陰種種險境，發大菩提心，契入諸佛光明，往生極樂世界，速返娑婆度群迷。

願以此功德 莊嚴佛淨土 上報四重恩 下濟三塗苦
若有見聞者 悉發菩提心 盡此一報身 同生極樂國
以此功德 上供下施 川流不息 行無緣慈
遍滿虛空 普週法界 四聖六凡 圓融無礙

大圓滿 大吉祥

※ 亡者捨報三日半至四日後開始算起之四十九天內，請家屬或親友務必依後頁之【中陰期的助念】每日爲亡者導示並念佛。

【中陰時期的助念】

※【以下文字在亡者死亡三日半至四日後開始算起之四十九天內，若能由家屬或親友每日爲亡者導示，對亡者最爲相應而有幫助，家屬唸誦時千萬不可號泣悲歎，否則不利於亡魂，亦可由助念人員實施。導示時應心想亡者前來聆聽，並於開導後，用心觀想亡者一齊念佛(或持咒)】。

一、祈請加持(同誦)

敬禮西方極樂世界【阿彌陀佛】、【觀世音菩薩】、【大勢至菩薩】及十方三世一切佛、菩薩、護法聖眾等，今有一期報盡之(亡者姓名)將入中陰險境，輪轉生死，痛苦無依，祈請諸尊以大悲願力降臨，放慈悲光明勾攝(亡者姓名)，遠離惡業牽纏與中陰種種險境，得以安住一心不亂，憶念【阿彌陀佛】，融入【阿彌陀佛】強烈佛光，永出六道輪迴，往生極樂世界、諸佛刹土。敬祈諸佛菩薩慈光加被，令本次助念吉祥圓滿。

二、提醒亡者

亡者姓名 (三稱，家屬或親友依對亡者親暱或熟悉的稱呼，助念人員則依亡者可接受的一般稱呼，如：某某居士、某某伯伯、某某先生等)

我是 (自我介紹，助念人員可自介為家屬某某之朋友，或某某助念團等)

現在的你將會發覺，您想要與任何一位親朋好友說話，或是要傾吐心中的痛苦，也沒有人會理你，回答你；因為陰陽兩隔，空間不同，所以已沒有人可以聽到你的聲音。此時的你一定要放下心中一切的掛礙、執著，專心聽清楚我要告訴你的話，並且盡全力照著做，才能讓你脫離痛苦，得到真正的安樂。

三、導示

(三稱)你這一生已經走到了終點，沒有人可以避免死亡，請你不要悲傷。這個世界上的種種，不過是一場夢，請你放下心中對任何人或事的愛恨與執著，不要再依戀這個世界和自己的肉身，無論現在或未來你見到什麼，要知道這一切都是你自己心中反映出來的幻相，就像是作夢一樣，不要被迷惑，千萬不要有任何貪求、怨恨和執著不捨的心念，要一直保持心中善良，虔誠的心念。

——(一稱)你現在只有全心全意祈求【阿彌陀佛】(Y ㄇ 一 ㄋ ㄨ ㄨ ㄛ ㄋ ㄟ ㄛ)和【觀世音菩薩】迎接您往生到極樂世界，才能使你永遠脫離生死的痛苦。極樂世界是一個只有永恆的快樂、沒有生、老、病、死和任何煩惱痛苦的世界，極樂世界充滿了光明和音樂，想要什麼：無論是飲食、衣服、珍寶、樓房，只要一想就出現你面前，如果往生到極樂世界，想回來看這裡的親友，只要一個念頭就可以回來。

——(一稱)極樂世界是這麼美好，你現在一定要在內心虔誠地祈求極樂世界的教主【阿彌陀佛】接引您到極樂世界，並發願從今以後要幫助一切眾生成佛，自己過去以及這一生做過任何善行，都用來祈願自己能往生極樂世界。

——(一稱)現在，請你過去、現在、未來的事都不要再想，一心一意想像【阿彌陀佛】和【觀世音菩薩】顯現在你的面前，他們的身體像水中月亮的影子，光明而沒有實體，由【阿彌陀佛】心中放出強烈的紅色光明，或【觀世音菩薩】心中發出強烈的白色光明照耀著您，請你想像自己和佛菩薩心中的光融合為一，心中一直念【阿彌陀佛】，在任何情況下都不可停止。

※本段導示叮嚀一、二次後，助念者同誦【阿彌陀佛】及觀世音菩薩心咒【唵 嘛 呢 貝 吽 吽

(注音：ㄏㄨㄟㄇㄨㄛ ㄇㄩㄥ˙ㄛ ㄎㄠ ㄇㄠ ㄆㄧㄣ˙ㄛ ㄆㄧㄣ˙ㄛ 拼音：om ma ni be me hom)】至

少各一百零八遍或者更多，誦時觀想佛光加被亡者，亡者與佛光融合為一。

(三稱) 在任何時候，你見到像天或山一樣高大的佛像，或是具有種種野獸頭的女神，牠們有些顯得慈悲，有些則顯現三頭六臂的忿怒相，從牠們心中放出強烈的藍色，白色，黃色，紅色，綠色光明，或者是藍白黃紅綠五種顏色一齊放射的強烈光明和火焰，並發出巨大而尖銳，如打雷一樣的吼聲，你不要害怕，牠們都是由你自己的內心所變化出來的佛菩薩，牠們就是你脫離肉體後真正的自己，你只要毫不害怕，全心投入牠們心中放出的強烈佛光中，和佛光融合為一，就可以脫離生死的痛苦，往生到佛的世界。

但是，和強烈佛光會同時出現的是六道輪迴暗淡柔和之光，你千萬不可喜歡或靠近這種光，否則會墮入輪迴，永遠受苦。六道輪迴之光分別是模糊白光、煙霧色暗光、暗藍黃光、暗淡的紅色光、暗綠色光、暗淡藍光，這時，你一定要停止一切貪愛、怨恨、迷惑、傲慢、懷疑、嫉妒的心念，過去、現在、未來的事都不想，一心一意念【阿彌陀佛】或【唵 嘛呢 貝吽 吽】(注音：\メム □Y・3一 ㄅㄟㄎㄟ \ ㄆㄨㄝム 拼音：om ma ni be me hom) 選擇強烈的佛光投入，想像自己和佛心中的光融合為一，遇到任何情況都不可停止。

※本段導示叮嚀一、二次後，助念者同誦【阿彌陀佛】及觀世音菩薩心咒【唵 嘛呢 貝吽 吽】(注

音：\メム □Y・3一 ㄅㄟㄎㄟ \ ㄆㄨㄝム 拼音：om ma ni be me hom)】) 至少

各一百零八遍或者更多，誦時觀想佛光加被亡者，亡者與佛光融合為一。

(三稱) 如果你見到閻羅王、判官、獄卒、牛頭馬面和種種妖魔鬼怪追殺你，你不要害怕，因為這些都是你自己的幻覺，何況你已經沒有肉身，他們無法傷害您，你只要把他們想像成是阿彌陀佛，或是觀世音菩薩所變成，不可以逃避或躲到任何地方。

但是你若見到以下景象，一定要立刻回頭，千萬不可靠近：也就是見到雌雄天鵝、鳥類在湖上，牛馬牲畜散處在樹林、湖邊。或是美麗的樹林、旋轉的火圈。以及煙霧繚漫的岩洞，地洞。草木不生的荒野、枯根腐草、地裂淺洞、林中沼澤地。有可怕淒厲歌聲，黑白房相交錯，黑色道路穿插的地方，都要堅決地拒絕進入，否則就會墮入惡道，受種種苦刑並且聽不到佛法。遇到任何恐怖或美好的情景，你一定要明白是自己心中的幻相，既不貪戀，也不害怕，任何別的地方都不去，一心一意祈願往生阿彌陀佛的極樂世界。

現在，請你過去、現在、未來的事都不想，專心想像阿彌陀佛心中放出紅色強光，觀世音菩薩心中放白色強光，自己融入強烈佛光中，一心一意念【阿彌陀佛】或【唵 嘛呢 貝吽 吽】(注 音：\メム ㄋㄚˊ•ㄛ ㄅㄛˋ ㄏㄜˋ ㄏㄜˋ \ ㄉㄠˊ ㄇㄠˊ ㄅㄟ ㄇㄟ ㄏㄨㄥˊ)，遇到任何情況都不可停止。

※本段導示叮嚀一、二次後，助念者同誦【阿彌陀佛】及觀世音菩薩心咒【唵 嘛呢 貝吽 吽】(注 音：\メム ㄋㄚˊ•ㄛ ㄅㄛˋ ㄏㄜˋ ㄏㄜˋ \ ㄉㄠˊ ㄇㄠˊ ㄅㄟ ㄇㄟ ㄏㄨㄥˊ) 至少各

一百零八遍或者更多，誦時觀想佛光加被亡者，亡者與佛光融合為一。

四、助念圓滿的導示

(三稱) 本次的助念即將圓滿，以下有幾句口訣，請你一定要記得：世間一切都是夢幻，什麼都帶不走，你一定要完全放下，全心念佛持咒，才能蒙佛接引。無論你遇到任何恐怖或喜愛的景象，都要記得這些景象都是自己心中的幻相，不是真的，絕不可在心中產生貪愛、怨恨、迷惑、傲慢、懷疑、嫉妒的念頭，應該既不追隨、亦不逃避，一心一意念佛持咒。

佛的光明非常強烈，有如百千顆太陽那麼強烈。由於你已經沒有肉身，所以你見到強烈佛光時，只要你心中想投入佛光，或立刻求佛接引，就能往生佛的世界。但是你一定要小心，見到令你感到喜歡顏色暗淡的光絕不可喜愛和靠近，一喜愛就會墮入輪迴，受無盡的痛苦。

請你放下對這個世界的執著，過去、現在、未來的事都不要再想它，一心一意祈願往生到極樂世界，專心一志念【阿彌陀佛】或【唵 嘛呢 貝咩 吽(注音：ㄤ ㄇㄨㄛˊ ㄆㄧˊ ㄩˊ ㄨㄟ ㄅㄟ ㄇㄟ ㄏㄨㄥˋ)】，一直到【阿彌陀佛】或【觀世音菩薩】
ㄇㄟ ㄤ ㄇㄨㄛˊ 拼音：om ma ni be me hom)，一直到【阿彌陀佛】或【觀世音菩薩】
現前，接引您去極樂世界，您也不可停止念佛持咒，切記！切記！

※本段導示叮嚀一、二次後，助念者同誦【阿彌陀佛】及觀世音菩薩心咒【唵 嘛呢 貝咩 吽(注

音：ㄤ ㄇㄨㄛˊ ㄆㄧˊ ㄩˊ ㄨㄟ ㄅㄟ ㄇㄟ ㄏㄨㄥˋ) ㄅㄟ ㄇㄟ ㄏㄨㄥˋ) 至少

各一百零八遍或者更多，誦時觀想佛光加被亡者，亡者與佛光融合為一。

五、【般若波羅蜜多心經】

唐三藏法師玄奘譯

觀自在菩薩，行深般若波羅蜜多時，照見五蘊皆空，度一切苦厄。舍利子，色不異空，空不異色；色即是空，空即是色。受、想、行、識，亦復如是。舍利子，是諸法空相：不生、不滅；不垢、不淨；不增、不減。是故空中無色；無受、想、行、識；無眼、耳、鼻、舌、身、意；無色、聲、香、味、觸、法。無眼界，乃至無意識界；無無明，亦無無明盡。乃至無老死，亦無老死盡；無苦、集、滅、道；無智亦無得，以無所得故，菩提薩埵，依般若波羅蜜多故，心無罣礙，無罣礙故，無有恐怖，遠離顛倒夢想，究竟涅槃。三世諸佛，依般若波羅蜜多故，得阿耨多羅三藐三菩提。

故知般若波羅蜜多，是大神咒，是大明咒，是無上咒，是無等等咒。能除一切苦，真實不虛。故說般若波羅蜜多咒，即說咒曰：「揭諦！揭諦！波羅揭諦！波羅僧揭諦！菩提薩婆訶！」

（持誦「般若波羅蜜多咒」二十一遍 ※助念回程時持此咒，一切吉祥平安。）

六、【補闕真言】

補闕圓滿真言：唵，呼嚧呼嚧，社曳穆契，娑訶（拼音：om duruduru jaja nukai soha）。（七遍）

七、【迴向】

誠願以本次助念功德，迴向——（亡者姓名）——及其怨親債主，皆能蒙佛法僧三寶慈悲加被，放下一切執著，遠離惡業牽纏及中陰種種險境，發大菩提心，認證文武百尊，契入諸佛光明，往生極樂世界，速返娑婆度群迷。

以此功德 上供下施 川流不息 行無緣慈
遍滿虛空 普週法界 四聖六凡 圓融無礙

※依西藏度亡經：「若當實相法爾之聲千雷齊震，唯願此等音聲化為六字大明！如今宿業如影隨形不相捨離，唯願聖觀自在菩薩救苦救難！」又說：「暴惡猛獸，發可怕吼聲，願皆轉成，六字大明句。」故知四十九日或百日內，全家及親友應多為亡者持誦六字大明咒【唵嘛呢貝咩吽（注音：ㄛㄨㄛ ㄒㄩㄝ˙ㄓㄨㄛ ㄨㄟㄏㄛㄟ ㄨㄥㄨㄛㄨㄛ ㄆㄧㄢ˙ㄇㄞ ㄋㄧ ㄅㄟ ㄇㄟ ho）】，並心想亡者一同持誦，祈求觀音救度，可幫助亡者遠離恐怖景象，得到安樂。虔誠勤唸，並可封閉亡者輪迴六道之門，助他往生淨土，全家得到平安吉祥。

2007.9.15 修訂版