

# 修持步骤

1. 端身正坐、收摄身心

2. 合掌

3. 三称

“南无大悲观世音菩萨”

4. 诵持《般若心经》或念佛或持咒

5. 三皈依

6. 恭读星云大师

《为新型肺炎疫情向观世音菩萨祈愿文》

7. 功德回向







# 般若波罗蜜多心经

观自在菩萨行深般若波罗蜜多时，照见五蕴皆空，度一切苦厄。舍利子！色不异空，空不异色；色即是空，空即是色。受、想、行、识，亦复如是。

舍利子！是诸法空相，不生不灭，不垢不净，不增不减。是故空中无色，无受、想、行、识，无眼、耳、鼻、舌、身、意；无色、声、香、味、触、法；无眼界乃至无意识界；无无明亦无无明尽；乃至无老死，亦无老死尽；无苦、集、灭、道；无智亦无得。以无所得故。菩提萨埵，依般若波罗蜜多故，心无罣碍，无罣碍故，无有恐怖，远离颠倒梦想，究竟涅槃。三世诸佛，依般若波罗蜜多故，得阿耨多罗三藐三菩提。

故知般若波罗蜜多是大神咒，是大明咒，是无上咒，是无等等咒，能除一切苦，真实不虚。

故说般若波罗蜜多咒，即说咒曰：「揭谛揭谛，波罗揭谛，波罗僧揭谛，菩提萨婆诃。」





# 三皈依

自皈依佛 当愿众生  
体解大道 发无上心

自皈依法 当愿众生  
深入经藏 智慧如海

自皈依僧 当愿众生  
统理大众 一切无碍





## 星云大師為新型肺炎疫情 向觀世音菩薩祈願文

慈悲伟大的观世音菩萨！  
这次新型肺炎疫情，  
许多人受到委屈、苦难和惊吓，  
祈求您的慈悲加被，  
让我们具备勇气与智慧，  
面对疫情，能够处变不惊，  
面对疾病，能够冷静宽心。

慈悲伟大的观世音菩萨，  
有些地方封城了，有的活动暂停了，  
现在我们更需要发挥您救苦救难的精神，  
互助关怀，避免惊慌失措，  
彼此鼓励，增加信心无畏。  
暂时的隔离，我们可以当作闭关，  
自我反省，  
一时的不便，我们可以静心正念，  
自我潜修。

慈悲伟大的观世音菩萨，  
此时此刻，我们更需要团结一心，  
相信政府部门会尽快解除危机，  
感谢医护人员正努力医治病患；  
世界上无论再怎么困难，

只要以慈悲智慧面对，  
人人行三好：做好事，说好话，存好心，  
大家重视环保护生，必能转危为安。

慈悲伟大的观世音菩萨，  
此时此刻，我们虔诚称念您的名号  
「南无观世音菩萨」  
我们要学习您的慈悲与智慧，  
转化外在的烦恼境界，  
我们要远离颠倒妄想，观人自在；  
我们要远离分别臆测，观境自在；  
我们要远离执着缠缚，观事自在。

慈悲伟大的观世音菩萨，祈求您，  
让生病的人尽快痊愈，恢复健康，  
不幸往生者蒙佛接引，安心归去，  
让社会净化远离疫情，  
让普罗大众平安吉祥！

慈悲伟大的观世音菩萨！  
请求您接受我至诚的祈愿；  
慈悲伟大的观世音菩萨！  
请求您接受我至诚的祈愿。





# 回向

慈悲喜舍遍法界  
惜福结缘利人天  
禅净戒行平等忍  
惭愧感恩大愿心

