以佛法利益亡者

思考题

1、有些人有这样的想法：“因为阿底峡尊者曾经说过，获得见道方可超度亡灵，所以我不敢为别人念经超度。”请分析这种观点。

2、以教证说明人死后亲人哭泣的过患。

3、在为亡人做善法时，为什么死后四十九天内是最重要的？

4、你们当地丧事的传统有哪些不符合佛法之处？如果有能力，你打算如何改变旧的做法？

顶礼本师释迦牟尼佛！

顶礼文殊智慧勇识！

顶礼传承大恩上师！

无上甚深微妙法 百千万劫难遭遇

我今见闻得受持 愿解如来真实义

为度化一切众生，请大家发无上殊胜的菩提心！

昨天讲了佛教徒应该发心帮助临终者，今天我们继续宣讲这方面的内容。

为了让临终者得到利益，这次我们编纂了一部《助念往生仪轨》，内容都是佛经和续部中的金刚语，没有添加任何个人的分别念。我觉得里面的经文、佛号和咒语加持力很大，任何众生如果听到，都会有非常大的利益，所以，有因缘的时候，大家应该为临终者念这部仪轨。我们不仅可以依靠它来帮助别人，自己平时也可以念这部仪轨。如果有人愿意发心，也可以把它做成念佛机或者CD光盘，然后在家里或者车上播放。我们不仅要掌握佛法的理论，还要运用于实际生活；不仅自己要从中得到利益，还要让有缘的众生也得到利益。这就是发了菩提心的大乘行者的心愿。所以我希望道友们以后能大力推广这部仪轨。

对于如何帮助亡者，以前的高僧大德有很多非常好的教言。如弘一大师在《人生之最后》中说：如果要留遗嘱，应该在健康时写好，然后托付他人保藏；临终时不能贪执家事及身体，要放下一切，一心希求往生西方；临终时应面西右胁侧卧，若因身体痛苦改换卧势，要任其自然，不可强制；之后大众要为其念佛，或念六字，或念四字，或快或慢，要根据临终者平时的习惯；小引磬及小木鱼的声音尖锐，令人心神不宁，故不要使用，应该用大引磬及大木鱼。诸如此类的要求讲得很详细。

以前的大德有很多这方面的开示，很多佛教徒也是依此对待亡者的。而现在的人对佛法越来越淡漠，根本不依照佛法来对待亡者，随便以一些世间的做法应付一下就过去了。

我经常想，人活着时还算是可以的，如果自己生病了，家人、朋友、医生都会帮助你，可是人死后就可怜了，就像有些中阴窍诀里描述的那样：前有阎罗狱卒牵引，后有业风吹动，虽然自己不愿意，但不得不舍弃今生的一切，独自踏上通往来世的中阴长道，在中阴长道上有各种恐怖的景象，亡者恒时处于恐惧、焦虑、痛苦中。在这个时候，亡者最需要别人的帮助。可是很多人非常愚痴，虽然他们为亡者做了一些事，但亡者不仅没有得到利益，反而受害不浅。我去过东北、南方等很多地方，发现这些地方有一些民间的传统习俗，这些做法对亡者基本上没有什么利益，只不过是活着的人做给别人看的一种形式而已。

相比之下，藏地在这方面要好得多。我并不是故意赞叹本民族，但从佛法的角度来看，藏族的民俗和传统中有很多佛法的成分，实行这样的民俗传统对亡者有很大的利益。在这个问题上，藏族确实有值得其他民族学习的地方。藏地很多人都接受过中阴密法的灌顶，当临死中阴、法性中阴和转世中阴一一到来时，依靠金刚上师的指点，很多人都以认识心的本性或者文武百尊的方式获得解脱。而且人死后四十九天内，每天都有人为他念《系解脱》、《闻解脱》或者一些伏藏法，依靠这些密法的加持，许多人都得到了极大的利益。

在藏地，不要说正式得过密法教授的人，甚至有的人只是偶然接触过密法，后来也获得了解脱。以前我讲过一个西藏老太太的故事，她只是在一次超度法事中见过文武百尊的唐卡，以此因缘，当中阴期间显现文武百尊时，她认出了他们，结果当下就获得了解脱。老太太的儿子还不知道母亲已经解脱了，后来专门请求噶玛巴超度母亲。噶玛巴以神通观察后发现，因为生前见过文武百尊的形象，老太太在中阴期间早已获得解脱了。（这个老太太没有正式接受中阴密法的灌顶和传承，但也依此法门获得了解脱。不过在这个问题上，我建议一般人要先接受灌顶和传承，然后再修中阴法门，否则万一产生邪见也不太好。）

以前我给学院的道友传讲过中阴密法，详细介绍了上根者即生如何以证悟法性而获得解脱，中根者在中阴期间如何以各种窍诀而获得解脱，下根者如何将心识转为道用从而于幻化世界成为利益众生的化身，还介绍了莲花生大士的不共窍诀——法身往生法、报身往生法、化身往生法以及刹那往生法等。这些中阴窍诀在藏地应用得非常广，如今在汉地、西方、东南亚，也有很多人在修持这些窍诀，对许多亡者的解脱起到了非常大的作用。

当然，这样的修法并不是所有人都会使用，现在我给大家推荐的就是人人都会的方法——念诵极具加持力的佛菩萨名号、咒语和经文。我昨天也讲了，现在经常有人请我念破瓦法，但我考虑：自己的观想能力有限，念破瓦法不一定对亡人有利益，如果能念一些有加持力的佛菩萨名号、咒语以及经文，那百分之百对亡人是有利的，所以这几年以来，我一直是以这种方法超度亡人。今后大家也可以这种方法超度亡人。

有些人有这样的想法：因为阿底峡尊者曾经说过，获得见道方可超度亡灵，所以我不敢为别人念经超度。其实，阿底峡尊者的意思要从多方面理解。不管怎么样，即使不是一地以上的菩萨，只要有一个清净的发心，哪怕一个普通的居士也可以为亡人念经超度。在现实生活中，有许多需要帮助的可怜众生：我在太平间和殡仪馆见过很多死人，这些人一生没有闻过一句佛法，死后基本上没有解脱的机会；我在屠宰场也见过很多遭杀的旁生，它们不仅即生感受身心分离的痛苦，由于是在极度的嗔恨和恐惧中死去，来世还会沉沦在恶趣的深渊中。见到这些可怜的众生时，我们应该主动为他（它）们念经超度。

从我们自身来讲，当死亡到来时，要一心专注于阿弥陀佛、莲花生大士或者自己的根本上师，要抓住这个机会获得解脱。在临终的时候，由于疾病缠身、四大紊乱，我们的身心不一定非常自在，但是如果平时经常修炼，那时就会有一定的解脱把握。修行人就是要不同于世间人，世间人对生老病死没有任何准备，而修行人对此则应有所准备，当面对死亡时，纵然不能像禅宗和密宗的大修行人那样，自在地往生净土或者安住在证悟的境界中，最起码也要对死亡无所畏惧。

除了自己要好好修行外，我们也要关心身边的人，要为他们多做善法。《教王经》中说，国王在死的时候，权势、受用、眷属都带不走，唯有前世的业会如影随形般跟随。《大圆满前行引导文》中说，死亡来临之际，军队、眷属、财富等一切世间的圆满都没有用，唯有善法才有用。《最胜问菩萨十住除垢断结经》中也说：“临时宗亲，有何恃怙？唯有善法，乃可凭耳。”意思是，在临终的时候，一切宗族亲人都不可依靠，只有善法才可依靠。现在有些大老板很有钱，可是死后连一分钱都带不走，他们的钱财确实没有任何意义。如果他们生前做过善法，或者死后有人为他们做善法，这才是有用的。

我是这样想的，通过这两堂课的学习，大家要改变对亡者的做法。以前我发现有些佛教徒不懂怎么帮助亡者：家里的人死后，先是哭哭啼啼，然后稍微做一点善事，基本上一个星期就完事了。虽然莲池大师、印光大师等大德都再三强调，一定要为亡人作满七七四十九天的佛事，可是现在很少有圆满的。当然，在末法时代，所有人都圆满四十九天的佛事有一定的困难，包括在藏地也有不能圆满的：有些是请不到出家人，有些是没有钱作佛事……有各种各样的原因。所以我并不是说每个人都必须圆满四十九天的佛事，但至少大家要有这样的观念：唯有善法才能利益亡者，一定要为亡者多做善法。

可惜的是，很多人不为亡者做善法，只是一个劲地哭。我见过有些人哭得特别厉害，其实这对亡者没有任何利益，反而有很大的危害。《正法念处经》里说：“闻其悲啼哭泣之声，业风吹令生于异处。”本来亡人可以生于善处，可是听到亲人的哭声后会失去正念，最终为业风所吹而转生于不好的地方。《乐邦文类》里说：“多见世人，为恩爱故，聚头哭泣，不思救度。苦哉苦哉，名为恶知识也。恩爱所牵，堕落恶道，无解脱期。”《念佛镜》里说：“若病重将终之际，亲属不得垂泪哭泣，及发嗟叹懊恼之声。惑乱心神，失其正念……才有丝毫恋世间心，便成挂碍，不得解脱。”看了这些教言，大家以后千万不要在亡者面前哭泣，应该为亡者创造一个安宁的环境。这样的话，如果亡者有修行的境界，就可以安住在自己的境界中顺利解脱。

下面结合汉地丧事的传统来谈谈佛教的做法。

我看到汉地有为亡人设灵堂的做法，很多人也特别强调设灵堂，对此我是这样认为的：从佛法的角度讲，设不设灵堂都无所谓，重要的是要为亡人设佛堂。在我们藏地，一个人死后，要专门腾出一间房子或者搭一个帐篷作佛事，这是非常有必要的。

汉地的灵堂是这样的：正中间是亡人的黑白相片，上方是“沉痛悼念×××”，下方是一个大大的“奠”字，两边是以其一生经历或功绩为内容的挽联，再两边摆着花圈，供桌上供着蜡烛、水果、鸡腿等。在灵堂的门口有“签到处”和“收礼处”，负责接待宾客和接受礼物。很多地方都有这样的灵堂。

我并不完全反对设灵堂，但我想灵堂的规矩最好改一改：光是挂一个大大的遗像，这没有什么意义，不如在上方再挂一个佛像，这才有功德；供桌上也不要摆荤食，要供素食；要求来灵堂的亲友们不要哭闹，要一心念阿弥陀佛名号或者观音心咒。当然，如果没有能力，有些人即使想按佛法办丧事，也不一定做得到，但如果自己有一定的能力，就要尽量改变世俗的做法，按照佛教的方式来办丧事。

从死者断气到火化遗体，中间需要一段时间，这个时候不能操之过急。据说有些殡仪馆火化遗体时，工作人员经常听到焚尸炉中传出哭声。我想这可能是火化太早了，亡者的神识还没有离开身体，一接触火，人又苏醒过来，结果把人活活烧死了。对于死后何时方能处理遗体，佛教界的说法不一：有些说断气后八小时处理遗体，有些说断气后二十四小时处理。我是这样认为的，为保险起见，最好是人死后三天或四天再处理，以前法王如意宝也说，人死后三天或四天处理遗体是比较好的。太晚处理遗体也没必要，虽然古人有“三七犹有余识”的说法，但这是极为特殊的情况，如果人死后几十天再处理遗体，这可能会很不方便，在现代社会也不太现实。

总之，在生死大事上，大家切勿依从世俗之见。汉地民间有“应趁体有余温，早为更衣”的说法。这种说法完全是错误的！一定要等身体冷透之后才可更衣，否则过早翻动亡者的身体，亡者会起烦恼而堕入恶道。当今时代，人临终时基本上都要进行抢救，一番输氧、输液、敲打之后，临终者的心被搞得特别乱，甚至原有的修行境界也用不上。因此修行人临终时不要在医院接受抢救，最好在家里安静地迎接死亡。

汉地还有一种说法，说是“人死一定要哭，不哭凶星不退”，所以有些人专门请人哭丧，并且通过扩音器把哭声放出去，还要放一些悲伤的音乐。本来有些参加丧事的人不想哭，但被刻意营造的气氛所感染，最后也跟着哭起来，眼泪也自然而然流出来了。实际上，就像我刚才讲的一样，这样的哭泣不但没有任何意义，反而有很大的危害。

此外，汉地很多地方有杀生祭祀的恶习。古时候国王、大臣等有地位的人死后，要杀人作陪葬或祭祀，现在则是杀旁生作祭祀。这种行为非常愚痴，过失也相当大。《譬喻经》中记载：以前佛陀和阿难来到一条河边，首先见到五百个饿鬼歌吟而行，后来又见到几百个人啼哭而过。阿难问佛：“饿鬼为何欢歌？人为何啼哭？”佛告阿难：“这些饿鬼虽然因为恶业而堕入恶道，但现在家人为他们做善事，他们马上就要解脱了，所以高兴地唱歌。而那些人的家人不为他们做善法，反而为他们杀生祭祀，后面很快就要有大火逼迫，所以他们啼哭。”

《地藏经》中也说：“阎浮提众生，临终之日，慎勿杀害及造恶缘，拜祭鬼神，求诸魍魉。何以故？尔所杀害乃至拜祭，无纤毫之力利益亡人，但结罪缘，转增深重。”

所以，大家不要杀生祭祀亡人。如果有些人真的爱去世的亲人，也很想帮助他们，那千万不要为他们造恶业，应该为他们多做善事，最好在四十九天内，每天不间断地做善事。当然，所谓不间断地做善事，并不是说白天晚上一直不停地念经修法，只要每天都做善事就行了，中间累了也可以休息一会儿。在休息的时候，可以在遗体或者灵牌前打开念佛机。

值得一提的是，在办丧事时，也没有必要铺张浪费。在一些大城市，买一个好的骨灰盒要花几万元，在公墓买一个位置也要几万元，其实这些钱不如用来为亡人放生、印经旗、刻玛尼石、塑造佛像，这样才对亡者有利益。否则，有些人花了很多钱，只是把骨灰装在一个小盒子中，然后埋在一处公墓里，在墓碑上刻上死者的名字。虽然这是一种世间传统，我们也不能一概否认，但是对亡者并没有真实的利益。有些人为死者花了很多钱，只是为了自己有面子或者博得“孝子”的虚名，其实如果没有真正利益到亡者，做什么样的形式都是没有意义的。

庄子临终的时候，弟子们准备厚葬他。庄子以讥讽的口吻说：“我以天地为棺椁，日月为连璧，星辰为珠玑，万物为赍送（礼物）。我的葬具难道不完备吗？”弟子们说：“我们担心老鹰吃掉您的身体，还是做个棺材埋在地下吧。”庄子说：“我的身体在地上会被老鹰吃，在地下会被蚂蚁吃，何必把鸟的食物夺过来送给蚂蚁呢？”可见，庄子对丧事有一种达观的态度。

当然，我讲这个故事的意思，并不是说所有的丧葬仪式都不需要。藏地有天葬、火葬、水葬、土葬，汉地也有火葬和土葬，活人对死人适当地做一些仪式，把死人的骨灰保存在公墓里作为纪念，这些事情并不是不可以做，但是没有必要为此浪费太多的钱财。如果有些行为对亡人有利益，当然可以多多去做。像在藏地，为亡人的骨灰念十万遍特殊的咒语后，用骨灰做成擦擦像，亡人从此不会再堕入恶道，这样有意义的事情就应该多做。

现在外面很多人的行为不合理，除了上面提到的为丧事大操大办以外，甚至有的人借此机会聚敛钱财。汉地有“红白喜事”的说法。“红喜事”是指结婚，为什么叫“红”喜事呢？因为婚礼上的一切都是红的——穿的、戴的、蜡烛都是红色的，这也许象征着婚后吵架吵得面红耳赤吧，开玩笑！“白喜事”是指丧事，为什么叫“白”喜事呢？因为丧事的用具和人们的穿戴大部分是白色的。以前我问过一个道友：“为什么汉族人把丧事也称为喜事？”他回答说：“因为那时可以收很多钱财和礼物，这也是一件很开心的事情吧。”（众笑）

不过有的人对死亡的确很开心。以前庄子的妻子死后，庄子一边敲着盆一边唱歌。他的好友惠子说：“你和妻子生活了一辈子，现在她死了你却这么开心，这不太合理吧？”庄子回答说：“人出生是自然的规律，人死亡也是自然的规律，生死就像春夏秋冬的交替一样，死去的人安稳地躺卧在天地之间，如果我为此而痛哭流涕，就是不知天命的愚者了。”按照庄子的观点，人死也是快乐之事，这也是白喜事的一个来源吧。

话说回来，不管怎么样，我们都不应该把人死当作发财的机会。一般来讲，藏族人根本不敢享用丧事期间的收入，这些钱财全部用于为亡人作功德。因为有些亡者非常吝啬，他们的中阴身一直盯着家人，看他们怎么处理别人送的钱财。如果家人私自享用这些钱财，亡者的中阴身就会报复他们。所以，藏族人一般都不会“贪污”亡者的钱财。

其实和藏地的丧事相比，汉地丧事的很多做法都没有任何实义，反而会造下很多恶业，有时候看到这些做法，确实很让人伤心。当然，从根本上改变这些传统是很困难的，但我希望道友们要在力所能及的范围内有所作为：对于自己的丧事，要提前留下遗嘱，不要让家人为自己杀生宴请宾客，自己的钱财应全部用在做善事上；对于亲友的丧事，也要按照佛法来办，尽量为他们多做善事。

在具体为亡者做善事方面，我对大家有几点建议：

一是要挂经旗。一般三米长算一面经旗，如果经济条件允许，至少要挂一百面以上的经旗，这样功德非常大。经旗应该挂在清净的地方。不过汉地要找这样的地方比较困难，现在不要说死人，连活人住的地方都很紧张，大城市里到处都是密密麻麻的人，但不管怎么样，要尽量找一些合适的地方挂经旗。

二是要供灯。人死后四十九天内，白天夜晚都不能中断供灯。我想即便条件再困难，每天供七盏灯应该没问题，如果能多供，当然就更好了。

三是要念经。可以念我们编的《助念往生仪轨》，也可以念其他的经典。在藏地，条件好的家庭，一般要请僧人为亡者念一遍《大藏经》；如果是条件差的家庭，也要为亡者念几部重要的经典。汉地的佛友们也应当重视念经，如果请不到别人念经，也可以自己念。

四是要注意时效性。为亡人做善法时，主要应该在死后四十九天内做，这七个七天是最重要的。所谓的七天并不是毫无根据的传说，对中阴身来讲，七天是非常关键的时间：人死后每隔七天，都要重新感受一次死亡的痛苦，如果在此期间做善事，可以为亡者的转生创造良好的因缘。一般来讲，由于众生的共业，中阴只有七七四十九天的时间，过了这个期限就要转世投生[[1]](#footnote-1)。这就像拘留的期限一般是十五天，过了十五天就会被释放一样。因此，除了没断气或者刚断气就解脱的大修行人以外，对大多数众生来说，应该以四十九天来对待，在此期间要为亡者多做善法。

在座很多人应该想一想：你的亲人死后，有没有为他做善法？那时自己和其他活着的人都在干什么？听说在南方有些地方，丧事期间宾客们在一起打麻将。我问一个人：“那个时候本来是很伤心的，为什么要打麻将呢？”他说：“因为探望死者的人很多，死者家又很有钱，所以专门在宾馆开房间，让客人打麻将。”我还听说有些人特别喜欢别人家办丧事，因为那时要大宴宾客，可以吃到丰盛的饭菜。这些都是不对的！这不是玩乐的时候，而是为亡人做善事的时候！对宾客来讲，如果会念经，要为亡人念经；如果不会念经，也要帮忙为亡者做善事。在我们藏地，有些文盲不会念经，他们会帮亡者家做供灯等善事。

因此，当自己的亲人离开世间时，作为一个有良心的人，应该想尽办法为他们做善事。通过这次的学习，希望有些地方的传统和观念能有所转变，要认识到为亡者做善事的重要性，尤其要懂得死后四十九天内做善事，否则，一旦过了这个时期，再想帮助亡人就比较困难了。除了四十九天的佛事以外，每逢周年忌日，还要到亡者的墓地做一些善事。现在土地资源有限，汉地不可能每个亡人都有坟墓，但到寺院里请僧众为亡人念经应该是可以的。（不过现在有些寺院天天作超度，不作任何闻思修行，这也是不对的。寺院的核心是弘扬教法和证法，虽然超度有很大的功德，但还是不能与教法和证法相比，所以这些寺院应该重视闻思修行。）

当死亡来临的时候，最重要的是正法上的帮助，这能让亡者得到永恒、究竟的利益。而世间的帮助，比如给一些钱或者给他们看病，这些都没有很大的意义。前一段时间，一个癌症晚期的藏族年轻人向我表示，希望临死前在学院出家，我非常同情她，就介绍她在学院的一位法师面前剃度。出家后，她把别人供养的钱全部交给我，让我为她做善事，还要求我给她传一个临终时最好的法。我考虑了很久之后，郑重地告诉她：“我不知道你还能活多久，但不管怎么样，希望你在临死前最好能念完一百万遍阿弥陀佛名号。法王如意宝以前讲过，这是往生极乐世界的一种重要缘起。对一个佛教徒来讲，如果在离开世间时没有念完一百万遍阿弥陀佛名号，这确实是很大的遗憾。我自己以前也发愿念一百万遍佛号，你现在已经得了这样的病，所以什么都不要想，首先念完一百万遍佛号，念完后有时间再说其他的吧。”

我想，很多人虽然没有身患癌症，但他们也许比癌症患者死得还快。我昨天对录制《助念往生仪轨》的道友们说：“现在你们为别人念《助念往生仪轨》，也许过一段时间，别人会在你们的尸体前念这个仪轨。”死亡什么时候都可能降临，那时唯有做善事才有用，尤其是死后四十九天内的善事利益非常大。我以前也想过：我离开世间的时候，不知道别人会不会为我做善事？如果关心我的人在四十九天里每天为我放生，那该多好啊！

每个人最终都要面对死亡，虽然有些人说自己一点都不害怕，但我想他们在死亡真正来临时肯定会害怕的。在那个时候，若能以清净心祈祷阿弥陀佛，就会有解脱的机会。因此希望大家趁活着的时候，与阿弥陀佛结上殊胜的因缘[[2]](#footnote-2)。现在外面的很多居士通过学习佛法，对阿弥陀佛生起了强烈的信心，对佛教各宗派产生了清净的信心，对祖师大德们没有任何邪见，我觉得以这样的心态离开世间是很好的。

道友们应该清楚，我们最初来到世间是一个人，最终离开世间也是一个人，在这个独来独往的轮回中，别的什么都指望不上，唯有善法才是真正的依靠处。因此我们要为临终的解脱多行善法，同时，遇到临终者也要为他们做善法。在利益临终者的过程中，对于一些地方的传统做法，像放哀乐、穿丧服、设灵堂等，我们也不反对，但是千万不要做对亡者有害的事。在这方面，我比较担心有些人，本来是很好的佛教徒，可是他们死后，家人如果不做善法，反而杀生造恶业，那就太可惜了。所以这些人要提前叮嘱亲友：不要为自己造恶业，要多为自己做善法。

本来，我们的亲人去世后，自己应该尽力帮助他们，可是现在很多人在这方面做得不够。学院有些出家人的父母去世了，他们交一些钱请僧众念经，从此以后就没什么了。我觉得这是远远不够的，除了请僧众念经外，自己以后还要经常为去世的亲人念经。还有些人更过分，父母死后连任何善事都不做，他们的理由是：“我的父母是行持善法的，肯定能获得解脱，所以不用再做善事了。”我觉得这是不明事理的想法，连高僧大德圆寂后都要作四十九天的佛事，你的父母为什么不需要？

因此，大家要重视为亡者做善事，尤其是死后四十九天内，每天都要为亡者供灯、念经，我觉得这没什么做不到的。除了在四十九天内做善事外，此后的每个周年忌日也要做善事。我父亲去世十几年了，可是我的弟弟、妹妹每年都要到父亲的墓地[[3]](#footnote-3)挂经旗、刻玛尼石。汉地不一定人人都有墓地，但每年的忌日为亡者做善事，如念经、供灯、放生等，应该是可以的。可惜很多人没有做这些事。也许这些亡者生前为你造了很多恶业，死后一直在恶道里受苦，如果为他们做善事，他们当下就会获得解脱，你为什么不去做？如果不去做，那真的是没良心的人了！

在这个世界上，很多死者是非常可怜的，他们一生都没有遇到佛法，有些即便遇到了，也没有好好修行。通过这次的学习，希望大家今后要借助三宝的威力去利益这些有缘的亡者。许多佛菩萨的名号、咒语和经典有不可思议的功德，只要为亡者念诵，他们就不会堕入恶趣。因此，对亡者的家人来说，一定要为亡者认真作佛事，如果自己不会念经，可以请别人念；对参加助念的人来说，则一定要发大心助念，念经时不要顾及个人的辛苦，这也是在度化众生，对自己和亡者都有很大利益。总之，所有活着的人都要尽最大的力量帮助亡者！

回向偈：

所南德义檀嘉热巴涅 此福已得一切智

托内尼波札南潘协将 摧伏一切过患敌

杰嘎纳齐瓦隆彻巴耶 生老病死犹波涛

哲波措利卓瓦卓瓦效 愿度有海诸有情

1. 也有个别众生的业感比较特殊，死后一年甚至两三年还在中阴界漂泊。 [↑](#footnote-ref-1)
2. 结缘的方法就是多念阿弥陀佛的名号和心咒，最好能按法王如意宝的教言，每个人念一百万遍藏音的阿弥陀佛名号；若念汉音，则要念六百万遍“南无阿弥陀佛”。 [↑](#footnote-ref-2)
3. 藏地虽然是天葬，也要将亡人的部分尸骨埋在一个清净的地方，以后每年到那里为亡者做善事。 [↑](#footnote-ref-3)