

往生助念與四十九天關懷引導 第 09 部

第一天到第七天（頭七）

給家屬的往生助念與四十九天關懷引導
依網頁目錄，逐章完整說明

真誠念佛，持續修善；家人和合，彼此照顧。

01 / 09

第 1 頁 | 影片時間 00:00–00:05 | 逐頁完整講稿

九、第一天到第七天（頭七）：由慌亂走向穩定

往生助念與四十九天關懷引導 第 09 部

第一天到第七天（頭七）

前七天先建立簡單、穩定的節奏

依家庭情況與體力調整

真誠念佛，持續修善；家人和合，彼此照顧。

02 / 09

第 2 頁 | 影片時間 00:05–00:15 | 逐頁完整講稿

前七天，家屬通常最悲傷、最忙亂，也最需要一個簡單節奏。以下流程可依家庭情況調整。

往生助念與四十九天關懷引導 第 09 部

第一天：安定與開始念佛

安定環境，開始柔和念佛

不用完美，先從一句開始

真誠念佛，持續修善；家人和合，彼此照顧。

03 / 09

第 3 頁 | 影片時間 00:15–00:30 | 逐頁完整講稿

第一天：安定與開始念佛

先讓家屬知道：不需要完美，只要開始念佛。布置安靜環境，輪流念「南無阿彌陀佛」，並提醒亡者安心跟隨佛光。

往生助念與四十九天關懷引導 第 09 部

第二天：把佛號當作通往淨土的橋

以熟悉佛號安定身心

觀想為祈願，不作境界判定

真誠念佛，持續修善；家人和合，彼此照顧。

04 / 09

第 4 頁 | 影片時間 00:30–00:42 | 逐頁完整講稿

第二天：把佛號當作通往淨土的橋

家屬可以觀想每一聲佛號都像光，陪伴亡者走向安穩、清淨、光明的地方。

往生助念與四十九天關懷引導 第 09 部

第三天：提醒放下牽掛

家人會互相照顧，請您放心

輕聲佛號，溫柔祝福

真誠念佛，持續修善；家人和合，彼此照顧。

05 / 09

第 5 頁 | 影片時間 00:42–00:55 | 逐頁完整講稿

第三天：提醒放下牽掛

用柔和語氣對亡者說：家人會互相照顧，請您放心。請不要留戀痛苦與牽掛，一心念佛。

往生助念與四十九天關懷引導 第 09 部

第四天：保持穩定

悲傷反覆也沒關係

維持能做到的小小日常共修

真誠念佛，持續修善；家人和合，彼此照顧。

06 / 09

第 6 頁 | 影片時間 00:55–01:07 | 逐頁完整講稿

第四天：保持穩定

悲傷可能反覆出現。今天的重點是維持固定念佛，不因情緒起伏而中斷祝福。

往生助念與四十九天關懷引導 第 09 部

第五天：觀想佛光接引

祈請阿彌陀佛慈悲接引

願親人遠離恐懼，往生善處

真誠念佛，持續修善；家人和合，彼此照顧。

07 / 09

第 7 頁 | 影片時間 01:07–01:18 | 逐頁完整講稿

第五天：觀想佛光接引

可以祈請阿彌陀佛放光接引，願亡者在佛光中遠離恐懼，往生善處或極樂世界。

往生助念與四十九天關懷引導 第 09 部

第六天：家屬共同發願

願親人離苦得樂

願家人和合，把思念化成善行

真誠念佛，持續修善；家人和合，彼此照顧。

08 / 09

第 8 頁 | 影片時間 01:18–01:29 | 逐頁完整講稿

第六天：家屬共同發願

家人一起說出願望：願亡者離苦得樂，願家屬和合，願把思念化為善行。

往生助念與四十九天關懷引導 第 09 部

第七天（頭七）：總迴向

全家共修、念佛與總迴向

可由法師或蓮友帶領

未能聚齊，依條件調整

真誠念佛，持續修善；家人和合，彼此照顧。

09 / 09

第 9 頁 | 影片時間 01:29–01:58 | 逐頁完整講稿

第七天（頭七）：總迴向

頭七是四十九天中第一個重要的日子，也正是《廣論》所說中有第一個「七日」。可安排家屬共修、念佛、誦經（如《心經》《阿彌陀經》）、供養或布施，最後以清楚迴向祝福亡者。若有法師或蓮友帶領更好；若沒有，家屬自己真誠共修，功德一樣真實。