

幫助臨終的人提起正念

為何要助念？即是幫助臨終的人提起正念。

據說人在往生之際，身體的四大元素地水火風開始分散。想必當時的心境，必是驚慌恐懼、徬徨無助、六神無主，此時最需要幫助臨終之人提起正念，這就是「助念」的用意。

助念中，身旁之人以至誠懇切之心念誦「阿彌陀佛聖號」，祈願仰仗佛菩薩的慈悲願力、佛號的功德力，以及助念者的慈悲心，來消除臨終之人的恐懼，幫助提起正念，引導其安詳往生善道或求生淨土。

《地藏經》云：「臨命終時，若得聞一佛名、一菩薩名，或大乘經典，一句一偈。我觀如是輩人，除五無間、殺害之罪；小小惡業，合

墮惡趣者，尋即解脫。」通常一般稍有信仰的人，都會為往生的親人念佛或誦經，期望以此功德回向往生善趣。有時也會請法師為亡者開示。

身在弘化道場，常有機會帶著居士們去助念。居士們也會要求：「師父啊！當我臨終或往生時，您也要來為我開示，讓我放下罣礙，求生淨土。」

我總是會跟居士說：「雖然我們現在正在為別人助念，其實也是為自己助念，在練習死亡。別人用生命在為我們說法，我們就要去體會佛陀所說的無常苦空的道理，進而珍惜生命、精進用功。何況現在您耳聰目明，我說的，您都聽得很清楚，就要記得受用。等到往生後，茫茫渺渺，還能聽到幾句？」

其實，每次出去助念時，我總是先了解喪家狀況，感同身受地站在家屬的立場，或往生者的可能需求，盡己所能地給與慰勉。有時同行

的法師會跟我回應：「說得很誠懇！」因為我都是在為我自己開示，只有自己最清楚自己的念頭會往那兒去！

開示的方向內容，針對亡者而言，要讓亡者體認：有生必有死，除了死亡，我們的生命沒有其他的結局。在死亡的時刻，正念是我們唯一的依靠；一生所做的善業，是我們唯一的朋友。提醒亡者：要提起正念，憶念此生的善業，虔誠祈請阿彌陀佛慈悲接引；務必要放下貪戀不捨的心，才不會障礙往生淨土；要保持無執著、無罣礙的念頭，一心念佛；現在只有阿彌陀佛才是究竟依靠，唯有求生淨土，才是安穩的歸宿。

慰勉生者方面，多以三點勸勉家屬：

- 一、要孝養父母、珍惜身邊的家人——天下沒有不散的筵席，再恩愛的夫妻，再孝順的子女，都不可能永遠相伴，要珍惜才不會遺憾。
- 二、要積極行善修福——「萬般帶不去，唯有業隨身。」要多累積

善根福德因緣，對自己此生和來生都有加分作用。

三、一定要學佛——不要期待等到退休或有時間才要學佛修行。生命只在呼吸間，為了讓自己的生命不再繼續不清不楚地被生下來，又糊里糊塗地死去，務必要撥時間學佛。與其要別人幫我們助念開示，不如趁意識清楚時，聽經聞法，為自己助念開示，更為實在。

《地藏經》說：幫亡者做功德，亡者只得七分之一，生者得七分之二；若自己做功德，則分分已得。以上是我比較常對家屬說的話。