往生西方在家自修助念

一、诵念阿弥陀佛圣号（以下若不会唱诵以念诵即可）

南无西方极乐世界　大慈大悲阿弥陀佛

1 南.无阿弥陀.佛　2 南.无阿弥陀.佛

3 南.无阿弥陀.佛　4 南.无阿弥陀.佛（六字弥陀圣号四声后转为四字）

阿弥陀佛　阿弥陀佛　阿弥陀佛　阿弥陀佛（诵念数十声）

阿弥陀佛　阿弥陀佛　阿弥陀佛　阿弥陀佛

阿弥陀佛　阿弥陀佛　阿弥陀佛　阿弥陀佛

二、三归依

自归依佛　当愿众生　体解大道　发无上心

自归依法　当愿众生　深入经藏　智慧如海

自归依僧　当愿众生　统理大众　一切无碍

三、功德回向

1.回向祝愿

弟子＿＿＿＿愿以此一心念佛殊胜功德，回向＿＿＿＿菩萨（居士）及其冤亲债主，仰仗 阿弥陀佛威神之力，消除无始来之一切业障，得生极乐国土莲华化生，依报正报悉皆庄严，礼佛闻法顿悟无生，进修诸地无生法忍，回入娑婆住持正法，广利有情广度众生，悉证菩提。

2.回向偈

愿生西方净土中　九品莲华为父母

花开见佛悟无生　不退菩萨为伴侣

四、圆满（礼佛三拜）