

觀音菩薩《大悲懺懺文》 每日早晚一誦。必可化解宿業。健康好運  
《香讚》 (共二頁)

爐香乍爇。法界蒙薰。諸佛海會悉遙聞。  
隨處結祥雲。誠意方殷。諸佛現全身。

南無香雲蓋菩薩摩訶薩 南無香雲蓋菩薩摩訶薩 南無香雲蓋菩薩摩訶薩  
《小懺悔文》

往昔所造諸惡業，皆由無始貪瞋癡，從身語意之所生，一切我今皆懺悔  
罪從心起將心懺，心若滅時罪亦亡，心亡罪滅兩俱空，是則名為真懺悔

南無大悲觀世音菩薩 唵嘛呢叭彌吽。(存想：觀音放光照自己，各一拜)  
南無大悲觀世音菩薩 唵嘛呢叭彌吽。  
南無大悲觀世音菩薩 唵嘛呢叭彌吽。

至心頂禮：佛、法、僧 常住三寶 (三遍) (每誦躬身一拜/ 地方不便可坐着)  
(會唸大悲咒可誦 1-5 遍) / 不會唸大悲咒，亦可唸《大悲咒心咒》(十遍)：唵 波日啦 達  
摩 訶里 。 以上均不會，亦可在此唸《心經》一遍。再接下去：

(明懺文之理及讀音，可上網聽《大悲懺·懺悔文講解》) <http://www.youtube.com/watch?v=Ma6zmRyTTqo>

youtube 可聽《大悲懺·懺悔文》國、粵語均有 / 每日唸以下：《大悲懺》：

我及眾生。無始常為。三業六根。重罪所障。不見諸佛。  
不知出要。但順生死。不知妙理。我今雖知。猶與眾生。  
同為一切。眾罪所障。今對觀音。十方佛前。普為眾生。  
歸命懺悔。唯願加護。令障消滅。(一拜)

普為四恩三有。法界眾生。悉願斷除三障。歸命懺悔：

我與眾生。無始來今。由愛見故。內計我人。外加惡友。

不隨喜他。一毫之善。唯遍三業。廣造眾罪。事雖不廣。  
惡心遍佈。晝夜相續。無有間斷。覆諱過失。不欲人知。  
不畏惡道。無慚無愧。撥無因果。故於今日。深信因果。  
生重慚愧。生大怖畏。發露懺悔。斷相續心。發菩提心。  
斷惡修善。勤策三業。翻昔重過。隨喜凡聖。一毫之善。  
念十方佛。有大福慧。能救拔我。及諸眾生。從二死海。  
置三德岸。從無始來。不知諸法。本性空寂。廣造眾惡。  
今知空寂。為求菩提。為眾生故。廣修諸善。遍斷眾惡。惟願

觀音。慈悲攝受。

至心懺悔。弟子(自己姓名)等。與法界一切眾生。

現前一心。

本具千法。皆有神力。及以智明。上等佛心。下同含識。

無始闇動。障此靜明。觸事昏迷。舉心縛著。平等法中。  
起自他想。愛見為本。身口為緣。于諸有中。無罪不造。  
十惡五逆。謗法謗人。破戒破齋。毀塔壞寺。偷僧祇物。  
污淨梵行。侵損常住。飲食財物。千佛出世。不通懺悔。  
如是等罪。無量無邊。捨茲形命。合墮三塗。備嬰萬苦。  
復于現世。眾惱交煎。或惡疾縈纏。他緣逼迫。障于道法。  
不得熏修。今遇

大悲圓滿神咒。速能滅除。如是罪障。

故於今日。至心誦持。歸向

觀世音菩薩。及十方大師。發菩提心。修真言行。

與諸眾生。發露眾罪。求乞懺悔。畢竟消除。惟願

大悲觀世音菩薩摩訶薩。

千手護持。千眼照見。令我等。內外障緣寂滅。

自他行願圓成。開本見知。制諸魔外。三業精進。

修淨土因。至捨此身。更無他趣。決定得生。

阿彌陀佛。極樂世界。親承供養。大悲觀音。

具諸總持。廣度群品。皆出苦輪。同到智地。

【結懺文】 (環境不便可不拜，意念上拜)

誠心懺悔	懺悔不敬天地	褻瀆聖賢	自今懺悔後	謹遵聖訓循禮節
誠心懺悔	懺悔殺盜淫妄	酒色財氣	自今懺悔後	銷削煩惱緣不結
誠心懺悔	懺悔貪心求取	縱利不公	自今懺悔後	鐵心契戒冤永滅
誠心懺悔	懺悔嗔心好鬥	刁頑兇邪	自今懺悔後	心平清靜怨如雪
誠心懺悔	懺悔癡心愚魯	無明執著	自今懺悔後	深入經藏開慧哲
誠心懺悔	懺悔慢心矜傲	奸誣枉詐	自今懺悔後	如水謙卑常怡悅
誠心懺悔	懺悔古往今來	有違天心	自今懺悔後	謹遵聖訓循禮節

皈依佛。皈依法。皈依僧。(一拜) 皈依道。皈依經。皈依師。

自皈依 佛(覺)。當願眾生。體解大道。發無上心。

自皈依 法(正)。當願眾生。深入經藏。智慧如海。

自皈依 僧(淨)。當願眾生。統理大眾。一切無礙。和南聖眾

南無大悲觀世音菩薩。南無大悲觀世音菩薩。南無大悲觀世音菩薩。

禮懺功德殊勝行，無邊勝福皆迴向。

普願沉溺諸眾生，唵嘛呢叭彌吽，速往無量光佛刹。唵嘛呢叭彌吽。

十方三世一切佛，一切菩薩摩訶薩。摩訶般若波羅蜜。

回向：願消三障除煩惱 願得智慧真明了

普願災障悉消除 世世常行無上道 (三拜圓滿)