

每日功课步骤（初学者）

步骤1	净口业真言 （7遍）	步骤8	解结咒 “祈请南无大慈大悲救苦救难广大灵感观世音菩萨保佑我XXX(您的名字),与YYY（可以是您亲人或朋友或同事的名字）,化解恶缘” **念“解结咒”（21遍）
步骤2	给菩萨上香,若无佛台上心香	步骤9	往生净土神咒 “祈请南无大慈大悲救苦救难广大灵感观世音菩萨保佑我XXX(您的名字),帮助我超度因我而死去的小灵性,帮助我消除孽障” **念“往生净土神咒”（21遍）
步骤3	恭请“南无大慈大悲救苦救难广大灵感观世音菩萨”（3遍）	步骤10	礼佛大忏悔文 “请南无大慈大悲救苦救难广大灵感观世音菩萨保佑我XXX(您的名字),帮助我忏悔和消除我身上(或某个部位)的孽障,保佑我身体健康,开智慧”
步骤4	千手千眼无碍大悲心陀罗尼 “请南无大慈大悲救苦救难广大灵感观世音菩萨保佑我XXX(您的名字)身体健康,增强功力” **念“千手千眼无碍大悲心陀罗尼”（3遍 - 7遍）	步骤11	七佛灭罪真言 念(3遍) 补阙真言 可以在念完所有功课后,念3遍或7遍补阙真言,并不需要在每神经文念完后都念
步骤5	般若波罗密多心经 “祈请南无大慈大悲救苦救难广大灵感观世音菩萨保佑我XXX(您的名字)开智慧,头脑清醒冷静,去除烦恼” **念“般若波罗密多心经”（3遍 - 7遍）	步骤12	感恩南无大慈大悲救苦救难广大灵感观世音菩萨保佑我XXX(您的名字)
步骤6	准提神咒 “祈请南无大慈大悲救苦救难广大灵感观世音菩萨保佑我XXX(您的名字)心想事成(事业成功,婚姻圆满,学业进步)” **念“准提神咒”（21遍）		
步骤7	消灾吉祥神咒 “祈请南无大慈大悲救苦救难广大灵感观世音菩萨保佑我XXX(您的名字),消灾吉祥,平安顺利” **念“消灾吉祥神咒”（27遍）		

大悲咒,心经,礼佛大忏悔文是三大支柱。

初学者功课：大悲咒3遍，心经3遍，礼佛大忏悔文1遍，其他情况视自己情况安排。

**念经时间：凌晨5点到凌晨12点

**如念经时有干扰,就念“唵莱姆索诃”(念法:翁来母所喝)办完急事后再念“唵莱姆索诃”,就可以继续念经

**《般若波罗密多心经》和《往生净土神咒》在晚上10点之前和白天的阴雨天可以念诵,如果遇到倾盆大雨,雷电交加,就最好不要念。另外如果自己身体比较弱,念了不舒服的话就尽量在白天安念。一般凌晨12至5点之间最好不要念诵任何经文。

**初学者在车里不要念诵《般若波罗密多心经》和《往生净土神咒》

**如果遇到重大关头,开刀前后,重病,癌症等,每天狂念大悲咒21遍,心经49遍或越多越好。之前可以祈求“请南无大慈大悲救苦救难广大灵感观世音菩萨医治我XXX(您的名字)某个部位的疾病,早日恢复健康。

更多详情请参考《入门手册》或《玄学问答》