



# 介紹兜率淨土法門

成一法師編述

# 目次

- 《介紹兜率淨土法門》
  - 介紹兜率淨土法門
    - 一、彌勒歷史
    - 二、兜率淨土
    - 三、往生條件
    - 四、淨土比較
    - 五、彌勒與華嚴之關係
    - 六、彌勒淨土與人間淨土
    - 七、往生彌勒淨土的具體修法
      - (一)發大乘菩提心
      - (二)修往生淨土行
    - 八、釋疑
- 版權頁

## 《介紹兜率淨土法門》

### 介紹兜率淨土法門

◎成一法師

#### 一、彌勒歷史

智光經云：過去遠古世代有彌勒如來，在眾華敷世界，成等正覺時。有智光明仙人，最初聞古彌勒佛說慈三昧光大悲海雲經，起而問難，不為所屈，乃發心皈依，並誓願成佛，亦名彌勒。又其初生，即不食肉，故號慈氏。梵語彌怛利耶，華語譯音彌勒，義是慈氏，又稱阿逸多，華語譯曰無能勝，謂菩薩慈心利生，沒有能勝過他的。

當釋迦牟尼佛，在娑婆世界成佛時，彌勒菩薩與釋迦佛，同時出生在印度。彌勒生於中印度，波羅奈國，劫波利村婆羅門家。菩薩初生時，即具足三十二種大人之相，聰穎超群。為欲化度父母族人，發心依佛出家，未久即能通達一切經典，從佛遊化，以諸色像，普門示現。後在法華會上，助佛宣化，蒙佛授記。十二年後，上生兜率，建立兜率天宮淨土，接引天宮行人，同歸法化。將後於娑婆時間，五十六億七千萬年，下生娑婆世界，次補釋尊，示成佛道。龍華三會，度人無數。

歷史傳說，梁朝時代的傅翕居士，是彌勒菩薩的應化身。曾有梵僧問他：「吾與汝同在釋尊前立誓，同生兜率，化諸天眾，何時當歸？」翕曰：「當以度生為急，何暇思天樂耶？」後來傅居士逝世時，有偈曰：「空手把鋤頭，步行騎水牛，人從橋上過，橋流水

不流。」又在臨終前，對大眾開示曰：「我從第四天來，為度汝會，次補釋迦世尊也。」人乃知其本迹，原為彌勒慈尊。

佛祖歷代通載十七曰：「明州奉化，布袋和尚，號契此。為人不拘小節，常攜一布袋，遊化市纏，見人即乞衣服、飲食，悉入袋中，亦未見其取用，人號之為長汀子。」嘗臥雪中，雪不沾身，人皆奇之。示人吉凶，無不靈驗。有保福和尚，問其佛法大意，師放下布袋，叉手而立。保曰：「更有向上事否？」師負袋去。又有僧問：「和尚於此作什麼？」師曰：等個人來。曰：人來也！師曰：汝非是此人！師臨終坐磐石上，說偈曰：「彌勒真彌勒，分身千百億，時時示時人，時人自不識」。偈畢安然而化。人以為彌勒應世。

## 二、兜率淨土

彌勒菩薩，於上生兜率天宮之後，以其歷劫修集之福因，感得內院莊嚴淨土。當彌勒菩薩蒙佛授記，上生兜率天宮內院之後。眾天子虔誠禮敬，發誓願已，即以寶珠天冠，化成各種寶物，及天宮殿，而為供養。時有天神，名牢度跋提，願為菩薩建善法堂。願已額上，出生五百億寶珠、琉璃等，彼諸摩尼寶珠，旋轉空中，化作四十九座微妙宮殿，其諸欄楯，皆七寶成。欄楯之間，化生九億天子，五百億天女，天子天女，各化萬億七寶蓮花。花上放光，無量光芒，光中天樂，不鼓自鳴。樂聲所演，都是講的：四弘誓願、十善業道、四無量心等大乘教法，聞者皆能發起無上菩提之心。時諸宮殿，垣牆之中，有琉璃渠，渠皆五百億寶珠合成。一一渠中，有八味水，八色具足，其水上噴，繞梁棟間。

內院七寶宮中，有獅子座，高四由旬，皆以閻浮檀金，及以白銀、琉璃、玻璃、赤珠、瑪瑙而嚴飾之。獅子座的四角上，化生四色蓮花，所有的蓮花，皆是百寶莊嚴而成，其寶各放百億光明，非

常美妙。五百億眾寶，莊嚴之法座，寶帳。四維上下，各有萬千大梵天王，各持名貴珠寶，化作寶鈴，懸諸寶帳，並以羅網，遍覆其上。時有無數天子、天女，并諸眷屬，各執寶花，散獅子座。其座四角蓮花之中，自然化生四百寶女，手執白拂，周圍侍立。宮殿四角，有大寶柱，柱中各現百千樓閣，皆以摩尼寶珠，以為交絡。各樓閣中，都有百千美妙天女，手執樂器，演揚著：苦、空、無常、無我的諸般波羅密。時十方諸天，報盡往生兜率天宮，親近彌勒菩薩，進修佛道。兜率宮中，又有寶幢、華德、香音、喜樂、正音聲等，五大護法天神，各執以一兆劫數，說不盡的各種不同的珠寶蓮花，妙音、音樂、梵唄，妙莊嚴具，莊嚴著宮殿內外，及大環境，使其美妙無比，上供彌勒菩薩。樂中並演揚出：五戒、十善、四諦、十二因緣，以至六度萬行，無量佛法，利益眾生。修學佛法的諸天人等，見色、聞音之後，心皆清淨。以上簡述兜率淨土的一切莊嚴。若廣說者，釋迦世尊曾說：「窮一小劫，也難說盡。」

### 三、往生條件

彌勒淨土的一切莊嚴，但看以上所說宮殿、寶渠，美妙音樂，諸莊嚴具等，可以說，並不遜於極樂淨土。而往生彌勒淨土的條件，又怎麼樣呢？下面再來介紹一下：

彌勒上生經云：佛告優波離說：「若有比丘僧及諸大眾，真發菩提心，不厭生死，願處三界，利樂眾生，期望往生兜率淨土者，或求証得無上菩提者，或望親近彌勒慈尊，隨佛下生，助佛度生者，當作如下觀察、修持：

若有皈依彌勒菩薩者，是人於無上道，得不退轉，見佛光明，即得授記。

若有祈求消滅罪業者，未來眾生。欲生兜率天宮淨土者，當作是觀：觀彌勒形像，及天宮莊嚴。作是觀者，若見一天人，一蓮花、若一念頃稱彌勒名，此人即能除却千二百劫生死之罪。

若復有人聞彌勒名，合掌恭敬，此人即能除却五十劫生死之罪。若有虔誠敬禮彌勒者，即能除却百億劫生死之罪。設不生天，未來，龍華樹下，亦得值遇，彌勒菩薩，發無上道心。但於以下五法，應如實修行：

第一、皈依三寶，精勤修諸功德，不損威儀。嚴持五戒，掃塔塗地，莊嚴道場。以眾名香、妙華，供養佛法僧三寶，行眾三昧，深入正受，讀誦大乘經典。

第二、在家二眾，嚴持五戒外，還應持八關齋戒。如不著香花鬘及歌舞倡伎，故往觀聽，不坐高廣大床，不非時食等，依之嚴持不犯。

第三、受具足戒，此指出家眾而言，如沙彌（尼）的十戒，比丘二百五十戒，比丘尼三百四十八戒等，都要完全受持，方為具足。

第四、要身心精進，雖不斷結，但應以道莊嚴，如得六通。心存慈悲利濟眾生，誓為眾生受各種苦，持念彌勒聖號，求願往生。

第五、要勤修十善業道，廣利眾生。此乃生天正因，讀誦彌勒上生經、下生經，諸大乘經，憶念回向，天宮淨土莊嚴，求願往生。

行者能依照以上五種法門，精進修持。不作異想、異行，誓願要與彌勒慈尊，本願相應，即能如願往生。

另外，彌勒慈尊，悲願無量，諸惡眾生，祇要能虔心懺悔、發願，稱念彌勒菩薩聖號，臨命終時，也能蒙佛接引，如願往生。

其實，按照經文顯示，往生彌勒淨土的法門，太方便了。除前面所列幾項要則外，祇要是在釋迦世尊佛法中，結了佛緣，即使是一念善心，睹見佛像，其人即使不知道敬信三寶，但能發心念彌勒聖號，將來也都可以隨願往生。還有一類修學大乘佛法，發願救度眾生的菩薩行者，臨命終時，有人勸他念彌勒菩薩聖號，也能順利往生。

總之，往生兜率淨土之易，讀了如下一段經文，即可知其梗概。經云：「欲往生者，但能聞是菩薩大慈名稱，造立形像，以諸香花供具，誠心供養，禮拜，繫念。是人命欲終時，彌勒菩薩放眉間白毫大人相光，與諸天子，雨諸曼陀羅華，來迎此人，此人須臾即得往生。值遇菩薩，頭面禮敬，未舉頭頃，便得聞法，得不退轉。於未來世，得值恆河沙等諸佛如來。」

#### 四、淨土比較

在佛教的大藏經裡，具體介紹佛國淨土的，有三部聖典：一是大家最熟悉的，介紹西方極樂世界，無量壽淨土的阿彌陀經，無量壽經，和十六觀經，其次是彌勒菩薩上生經、下生經，彌勒大成佛經，那是介紹一見人就笑的彌勒菩薩兜率淨土，及未來人間淨土的；還有一種是我們比較陌生的維摩詰經，所介紹的阿閼佛國淨土，亦名妙喜淨土。彌陀淨土在西方極樂世界，離我們娑婆世界，有十萬億佛土之遙。阿彌陀佛，今現在說法。阿閼佛，亦名阿閼鞞佛，他的妙喜世界，離娑婆世界，有一千佛剎那麼遠，彼佛今現在說法；彌勒淨土。離我們最近，在本土二十八重天中的第四天——兜率陀天內院，彌勒菩薩，於娑婆世界，親聞釋尊說法，授予菩提

之記後，即上生兜率，度彼天人眾，五十六億萬年後，下生娑婆，次補釋尊，成等正覺，龍華三會，度人無數。

往生條件之比較：欲生阿彌陀佛淨土，必須要信、願、行，三資糧具備，執持彌陀聖號至一心不亂。蒙佛接引乃可往生，唯上品上生者，乃能一生彼土，即可見佛；中下品者須歷一生、多生，乃至十二大劫，方得花開見佛。阿閼佛淨土往生條件，比較方便，祇須精修六波羅密，稱念彼佛名號，即得往生，一生彼國，即得見佛。彌勒菩薩之兜率淨土，往生條件，極其方便，分為兩種：一是現生天上淨土，若有眾生不厭生死，樂生天者。欲為彌勒菩薩弟子者，但能嚴持五戒、八關齋戒、菩薩戒、具足戒，身心精進，不求斷結，修十善法，思惟兜率天宮，莊嚴妙樂，稱念彌勒聖號者，求願往生。是人臨命終時，彌勒菩薩放光接引，即得往生。二是往生未來人間淨土，此有兩條途徑：(一)是一般凡夫，現生命終之後，上生兜率天宮淨土。(二)是留在人間，不厭生死輪迴，方便救度眾生，待至彌勒下生成佛，皈依慈尊，即生人間淨土，參與龍華三會，親聞法要，蒙佛授記。是時人壽滿八萬歲。

以上三種淨土比較，彌陀淨土距離遙遠，往生條件嚴謹，要具修三資糧，四十八大願行等，方得往生。屬易行道中的難行道；阿閼佛淨土，距娑婆較近，條件亦較方便，但仍須具修六波羅蜜，四弘誓願，自行清淨願，佛國清淨願等。十二大願，亦說十八大願的細密功夫，亦可謂是易行道中的難行道。至於彌勒淨土，那就太方便了，其本願唯須眾生「薄淫怒癡」，成就「十善業道」。勤修功德，修戒定慧，三無漏行。念佛發願，即得往生。此佛本願，在積極建立人間淨土，所以較適合現代人間眾生之須求。這真是最極方便的「徑中徑又徑」了。

## 五、彌勒與華嚴之關係

華嚴經要解云：此經所詮，以毘盧法身為體，以文殊妙智為用，依智斷習，則普賢妙行為因，習盡智圓，則補處彌勒為果。一藏體要，不離此四。故以毘盧為教主，所以立體也；以文殊為信首，所以起用也；以普賢發妙行，所以示因也；自十信而始，五位（信住行向地）而終，乃見彌勒，所以示果也。然大華嚴經之體用因果，必依毘盧、文殊、普賢、彌勒，何也？梵語毘盧舍那，此云光明遍照，在佛為清淨法身，在人為本覺妙性，華嚴以此為體者，直欲眾生，見妙性而證法身也。梵語文殊師利，此云妙德，在佛為普光大智，在人為觀察妙心，華嚴以此為用者，則欲眾生明妙心而證大智也。普賢者，德無不遍曰普，佑上利下曰賢，在佛為真淨妙行，在人為塵勞業用，華嚴以此為因者，直欲眾生，翻塵勞而成妙行也。梵語彌勒，此云慈氏，在佛為補處之主，在人為數取之身，華嚴以此為果者，直欲眾生，離數取而趣補處也。

又華嚴經入法界品善財童子，蒙彌勒菩薩接引，進入毘盧遮那莊嚴藏大樓閣，給予彌勒菩薩，於五十三種偉大的佛法成就。於是善財童子，由衷的讚嘆。稱許如此偉大的莊嚴樓閣，是住於如是等諸功德的聖者之所住處。彌勒菩薩也接著以一百一十三頌的經文，向大眾讚揚、介紹善財童子的佛法修養，功德成就。其中並有五頌經文，是彌勒菩薩給善財童子授菩提記的預言：這是五十三參中的第五十一參，也是最後畢業一參的故事，從此一故事，我們也就可以知道，彌勒菩薩在華嚴法門中的地位之尊崇了。

法華會上，亦曾記載彌勒菩薩，在然燈佛弟子中，名曰求名。是人當時雖不甚精進，但以種諸善根、福德、因緣，得值無量百千萬億諸佛，供養恭敬，尊重讚嘆。以是因緣，乃能參與今此法華大會，為發起眾之代表。並蒙釋尊授予菩提之記。補處釋尊之後，將來此土作佛，號慈氏如來。由此可知，彌勒菩薩，不是一位普通菩

薩，而是我們娑婆世界，候補釋迦佛之後成佛的一位「儲佛」之尊也。

## 六、彌勒淨土與人間淨土

彌勒上生經說：佛告優波離：「彌勒先於波羅奈國，劫波利村，波婆利大婆羅門家出生。出家後，輔助釋迦牟尼佛弘演佛乘，普度眾生，得蒙釋迦世尊，授予菩提之記。卻後十二年，二月十五日，還至本生處，結跏趺坐，如入禪定。……上生兜率天宮。」同經又云：「閻浮提人歲數，五十六億萬歲，爾乃下生閻浮提。示成正覺，應化人間，使成淨土。」這是現代世界人類，所極盼實現的理想世界。祝願彌勒慈尊，早日到來！

據以上各經所載，彌勒淨土有兜率淨土，與人間淨土的兩種淨土。彌勒的第一種淨土，在兜率天宮內院，已如上說。第二、人間淨土之說，人們對它不無生疏之感。此說早在民國初年，即已有太虛大師等，力加提倡，例如當時常見的兩句佛教標語，就有「弘揚大乘佛法，建設人間淨土」的說法。假設再向上推，則彌勒淨土法門，遠在晉代，就有慧遠大師之師，道安和尚，倡導於前；繼有唐之玄奘、窺基諸大師，弘揚於後。惜自趙宋以降，禪宗大興，彌勒法門，乃隱而不彰。迨至近代，又有弘教大德，如太虛、虛雲、慈舟、慈航諸大師，均加崇重，紛紛發願，以兜率淨土，為上生標的。並願追隨慈氏如來，下生人間，龍華三會，普度釋迦佛法中，已種善根因緣之諸苦眾生，並皈正覺，同建人間淨土。倘如再向上推，則此彌勒法門，在印度早期佛教中，已有知名大德，如無著、世親等諸大論師，先後著論加以弘揚，使彌勒法門，顯揚五天。及至法華會中，釋尊授彌勒以菩提之記，使之成為娑婆世界補處之佛。彌勒法門，早隨釋尊聖教，傳遍五大洲矣。若在寶島，經慈航法師等弘揚，向來不為人知的彌勒法門，亦得應時傳播，其傳法門

人中有浩霖，印海諸大師，能繼師志，戮力宣傳，或開座演講，或流通遺教；太虛大師弟子，默如、演培諸長老，亦曾開演彌勒大成佛經，且有講記傳世。總之，彌勒淨土法門，人間淨土之思想，殆為今日佛教學人普遍重視，並力加弘演，早已成為廣受歡迎之新思潮。

## 七、往生彌勒淨土的具體修法

### (一)發大乘菩提心

彌勒上生經疏題序中窺基大師說：「諸天勝妙之處，佛經中介紹了很多地方，一生補處菩薩，何獨求居兜率？」他自己對此問題解釋說：「知欲樂之滿足，容易養成厭離心。同時此天，也有菩薩居中勸化故！上界、惡趣，既無佛現，不如知足故。三際諸佛，皆同住故。」

兜率淨土，利益如是，故應發大乘心，求願往生。何況求生兜率淨土，修行方法不難，欲求速成菩薩道者，應以此土為皈依處！茲再依經簡介修行方法如下：

經云：「若有比丘及諸大眾，不厭生死，樂生天者，愛敬無上菩提心者，欲為彌勒作弟子者，當作是觀。作是觀者，應持五戒，八戒，具足戒，身心精進，不求斷結，修十善法，一一思惟，兜率陀天上，上妙快樂，作是觀者，名為正觀。若他觀者名為邪觀。」這段經文，佛從心行方面，提示的修法：一、是意業方面的修法，這也就是發大乘心。其一、樂生天者，為得親近彌勒慈尊故。其二、愛敬無上菩提心者，欲求大菩提果，必於大菩薩所，聽聞大法，修勝行故。其三、欲為彌勒作弟子者，願於濁世，作善利行，效彌勒慈心，廣救濟故。

二、作是觀者下，是屬行修方面的啟示，修行應從持戒做起，所以佛要修彌勒淨土法門的行者，應從合乎人倫道德的方面著手，所謂五戒、八齋、具足戒、都是維繫身心，遠離惡業的修法，身能持戒，心就不放逸，而精勤道業。但菩薩所以修行，旨在救度眾生，所以為了接近眾生，不求斷於煩惱結垢，所謂「留惑潤生」是也。但身口意三方面的十善業，是要認真修持的，因為這是生天的基本要求。

以上經文所示，是佛陀指示我們起修的心、行準備。使我們有了正確修行認知後，再來提示正式修行方法。

## (二)修往生淨土行

上生經云：「佛滅度後，我諸弟子，若有精勤修諸功德，威儀不缺，掃塔塗地，以眾名香、妙華供養，行眾三昧，深入正受。讀誦經典。如是等人，應當至心，雖不斷結，如得六通，應當繫念，念佛形像，稱彌勒名，如是等輩，若一念頃，受八戒齋，修諸功德，發弘誓願，命終之后，譬如壯士，屈伸臂頃，即得往生，兜率陀天，於蓮花上，結跏趺坐。彌勒菩薩，放光接引，花開見佛，得聞佛乘。」

文中自「精勤修諸功德至讀誦經典。」為六事修行法，其第一事，修諸功德者，窺基大師謂「即供三寶之敬田，孝順父母師長之恩田，及布施貧窮之悲田等三種福田所作業。」修菩薩道者，修此三種福田，自然會得莫大的功德。第二、即「堅持諸戒行，自住軌則」等，行者若能於所受五戒、八戒、具足戒等，依律嚴持，自能具足威儀，心不妄動。第三、即修飭道場，使整潔莊嚴，令人見之生恭敬心。第四、香花供養，是為對佛菩薩表達敬意，人能廣修供養，自能增長福德。第五、三昧正受，皆正定攝，此之正定，從聞思修得，行者心注一境，離諸邪妄，智慧生矣。第六、讀經乃修慧

必具之聖典，蓋經詮慧學，不讀經無由增長慧解，舍此慧解，欲悟諸法真理，難可得也。

綜上六事，修諸功德，布施行也，不缺威儀，戒學所攝，行三昧、入正受，則定學是，讀誦經典，乃慧學也，三無漏學具足，福德智慧增上，是為往生淨土，上品資糧！加上念佛形像，觀想念佛也，稱彌勒名，持名念佛也、正行功夫於焉具足。正助行兩皆清淨，彌勒慈尊，放光接引，自是順理成章之事矣

## 八、釋疑

有人問我說：法師！大家都修彌陀淨土，你為何獨倡彌勒淨土？我說：佛法以應機為要，默觀今日世界，眾生苦難日深，亟需簡易方便的佛法，來加以救度。彌陀法門雖好，但必信願行三資糧具備，正行、助行無差，乃能蒙佛接引，不若彌勒淨土，祇須眾生「薄淫怒癡，不厭生死，樂行六事法，願生天者，愛敬無上菩提者，欲為彌勒作弟子者，當得生於兜率天上，值遇彌勒，蒙佛接引。」兩相比較，往生彌勒淨土，豈非太容易嗎？今人大抵三毒熾盛，首先要其念佛至一心不亂，即不容易做到，何況還要虔修善根、福德、因緣之助行？所以我以為修彌勒法門，較為應機。

還有：我前面已說過，一心不亂，非人人能做到，而且一心不亂，只是正行，另外還有阿彌陀經上說的，「不可以少善根，福德、因緣，得生彼國」的助行，你有沒有注意到啊！一個普通人，要他具備多善根福德因緣，談何容易？

另外，我選擇彌勒淨土，主要是勸人依大乘佛教，「發菩提心，行菩薩道。」其真正用意在此！我總覺得彌陀淨土，在「勸發菩提心」這一方面，似嫌不夠積極。根據地藏經來說：地獄眾生，一日一夜，萬死萬生。如果等我們在極樂世界修成功了，再回來度

他們，那不知道那些苦眾生，變成什麼樣子了？尤其下品下生的行者，往生極樂淨土之後，要在蓮花中待十二大劫，方能花開見佛，聞法修行，待他成功，又不知要經多少時間？所以我為了使大家發菩提心，早一點修成功，好在娑婆世界，救度苦難眾生，所以進修、勸修彌勒淨土。何況，現在我們跟隨彌勒菩薩修行當中，也就可以自利利他，隨時發願，救度地獄罪苦眾生，不需等待自己修成功，再來度眾生，比較適合大乘佛教的菩薩發心的精神，所以我幾經思考，才決心選修彌勒淨土的。同時我也誠願大家，共同來修彌勒淨土。

要談到彌勒淨土的優點，除上面所介紹者外，還有以下幾點，我也來介紹給大家吧：一、佛經上所列淨土有多種：或在東方，或在西方，或在上下十方，距我們娑婆世界都很遙遠，唯有彌勒淨土，同在娑婆，且在欲界第四天，與我們太接近了。二、他種淨土，汎攝十方眾生，唯有彌勒淨土，專攝娑婆眾生。三、他種淨土，或修完菩薩道得生，或修完聲聞道得生，唯有彌勒淨土，則祇須由人道修持三皈、五戒、十善等善法，即可往生。行人往生之後，將來還可隨彌勒菩薩，下生娑婆世界，成就人間淨土。彌勒淨土優點特多，吾人修行，當然擇優而易行之法門，以取速成正覺為期求了。

基於以上種種方便，所以我選修彌勒淨土，我也誠懇地介紹諸方道友，同修彌勒淨土，將來共同在彌勒菩薩領導之下，完成建設人間淨土之本願！南無大慈彌勒菩薩！

中華民國八六年初版

《介紹兜率淨土法門》

作者：成一和尚

出版者：財團法人台北市華嚴蓮社

發行：[財團法人台北市華嚴蓮社](#)

執行：[法鼓文理學院](#) 數位典藏組

地址：台北市中正區濟南路二段44號

郵政劃撥贊助捐款帳號：0012588-1（華嚴蓮社）