

见闻解脱之中阴文武百尊教法简介（内配清晰的文武百尊图片）

一、中阴文武百尊：

中阴文武百尊，即寂静四十二尊及忿怒五十八尊佛菩萨众的合称，这些佛菩萨圣众并非存在于外境世间，而是人自身本自具有。

具体而言，寂静尊以普贤王如来佛父母为主，五蕴之五方佛，五大之五方佛母，四根、四识之八大菩萨，四触、四时之八金刚母，护四门之四忿怒明王，四见之四忿怒母，度脱六道之六能仁，合计四十二尊，皆由自身根本寂静相变化而成，安住于心轮之上。忿怒尊是由寂静尊为难以度化之众生而化现，以忿怒化现来降伏自身之贪、嗔、痴。普贤王如来佛父母化大殊胜嘿鲁迦佛父母，五方佛化五大嘿迦，五方佛母化五部忿怒母，八大菩萨化八忿怒母，八佛母化八兽面母，四明妃亦同，四面各有六自在母共为二十四，以上除主尊不算外，则为五十八忿怒尊。安住于顶轮之上。

这四十二寂静尊加上五十八忿怒尊，包含诸佛、菩萨、空行、护法等，总称为文武百尊。

二、中阴文武百尊教法：

何谓中阴？「西藏生死书」里这么说，中阴是指“一个情境的完成”和“另一个情境的开始”两者之间的过渡或间隔，也就是人死亡后魂识离开肉体到下一个轮回之间的阶段，中阴可维持四十九天之久。人于死亡时刻一到，组合肉体的地、水、火、风四大元素分解，生理改变活动，只见由其业力所反映出的种种境相，善业强者感应人、天、阿修罗三道，恶业强者感应地狱、畜生、恶鬼三道，但这六道仍然无法出离轮回之苦，所以佛菩萨会在亡者中阴期逐日显化，前往救度。

文武百尊的法即是所谓「中阴度亡法」，又称为「根本摧毁金刚地狱」，其教授出自大幻化网，由莲花生大士从普贤王如来所说之根本续密要中，摘要摄集。若只闻寂静忿怒本尊之名，亦可超三恶趣。

每一位众生都具与佛不二的觉性（佛性、明体），在死亡后法性中阴时觉性依次显现为文武百尊，同时还有种种巨大响声、强烈光明的体验，大圆满法中称此为“自心觉性现起中有。”

亡者于「头七」一到七日间，由心间逐日显化四十二寂静尊，佛尊面容慈悲，各以不同的净光摄受众众生投生至其净土，此时如果亡者原具有的佛性「子光明」

与本尊(佛尊)的「母光明」交融，就称为「母子光明会」。

如果亡者于「头七」内未能投生至寂静尊的净土，则于「二七」之间，亡者脑海里会显化五十八忿怒尊，这五十八忿怒尊其实是寂静尊所化现的忿怒像，因诸佛菩萨的慈悲相未能摄受亡者，至此便改以忿怒相而惊觉之，业力深重的众生见忿怒相反觉得亲切，但未见过或修持过文武(寂忿)百尊的人，会因生前的烦恼，习气和业力而认不出文武百尊诸佛，也不知诸佛菩萨救度的用心，反而因心生害怕而失去救度的机会，因为文武百尊境相出现时，累劫无明习识所产生的光、声等境相也“同时”产生，亡者在惶悚惊惑中不知如何抉择，由于业力牵引，往往选择轮回而重堕恶趣。

但若能在活着的时候就熟悉或对其积有善根，就会知道这是死后中阴身时期的特殊现象，而消除对于各种幻化显现之怖畏，届时就可以得到静忿百尊的加持而成就化身佛。若是修行有素、不惊不怖当下认取文武百尊就是本觉自内明智的显现，则当下可证报身佛。莲华生大士说：“不修而成佛之法我独有”，而此中阴教法就是不修而成佛之法中的听闻解脱。

丹增活佛在《文武百尊法行习气自解脱图解》提及：坛城诸本尊之名号，仅闻一遍则不生恶趣，渐次成佛而作宣说，吉祥普贤如来亲允诺：“若任何瑜伽男女仅一次听闻此坛城诸圣尊之名号，不会堕入大地狱。”又云：“自性幻化坛城前，何人虔心敬顶礼，一切失坏皆令净，酬补誓言证悉地”。

注：丹真绒布上师之录音传承（此无比殊胜的传承，源于噶陀寺大堪布阿格旺波尊者）点此下载：<http://www.sedeng.com/Downloads/WenWuBaiZun.mp3>

三、中阴文武百尊图文简介：

（一）、寂静尊：



解说：

文武百尊出自大幻化网，义即根本摧灭金刚地狱，亦称「中阴百尊」，以人亡故后，在实相中阴期，由心识所现之。所谓大幻化网者，以行者顶心二轮，所化出之寂静、忿怒本尊。其教授是莲花生大士从普贤王如来所说之根本续密要中，摘要摄集。若只闻寂静忿怒本尊之名，亦可超三恶趣，倘得入坛灌顶，则虽犯三

昧耶戒者，修此法亦可还净。

中央 为法身普贤王如来，一面二臂身青色，两手结定印，与白色普贤王佛母现双运相。佛母双手持金刚杵、铃，二者以金刚跏趺姿安住。

前方 为毘庐遮那佛（大日如来），身白色，右持金轮，左持轮柄铃，与虚空法界自在母现双运相。佛母手持杵铃，二者以金刚跏趺姿安住于狮子日月重叠宝座之上。

东方（右下方） 金刚萨埵身青蓝色，右持金刚杵，左持金刚铃，与佛眼佛母现双运相。佛母持宝嘉禾与铃，二者以金刚跏趺姿安住于象王日月重叠宝座之上。其右为地藏菩萨身白色，手持嘉禾与铃，左为弥勒菩萨身浅黄，持龙华树与铃。其前金刚媚母身白色，持镜与铃，后则金刚华母身白色，持妙花与铃。

南方（右上方） 宝生佛身黄色，右持摩尼宝，左持宝柄铃，与麻麻奇佛母现双运相。佛母持杵与铃，二者以金刚跏趺姿安住于胜马日月重叠宝座之上。其右为普贤菩萨身桔红色，持宝穗与铃，左为虚空藏菩萨身黄色，持宝剑与铃。其前金刚蔓母身黄色，持华蔓与铃，后则金刚香母身黄色，持薰香与铃。

西方（左上方） 阿弥陀佛身红色，右持莲花，左持莲柄铃，与白衣佛母现双运相。佛母持宝瓶与铃，二者以金刚跏趺姿安住孔雀日月重叠宝座之上。其右观世音菩萨身红色，持莲花与铃，左为文殊菩萨身桔红，持剑与铃。其前金刚声母身红色，持琵琶，后则金刚灯母身红色，持明灯。

北方（左下方） 不空成就佛身绿色，持羯磨杵与羯磨柄铃，与具誓度母现双运相。佛母持邬婆罗华与铃，二者以金刚跏趺姿安住于大鹏日月重叠宝座之上。其右除盖障菩萨身绿色，持经函与铃，左为金刚手菩萨身绿色，持杵与铃。其前金刚涂母身绿色，持涂香，后则金刚食母身绿色，持饌食。普贤王佛身旁环绕六能仁，依次为：

度天道能仁——无上威权，佛身白色，持琵琶。

度修罗道能仁——坚固甲冑，佛身绿色，持剑与甲冑。

度人道能仁——释迦狮子，佛身黄色，持锡杖与宝钵。

度畜生道能仁——不动狮子，佛身蓝色，持经函。

度饿鬼道能仁——焰口，佛身红色，持宝匣。

地狱道能仁——黑法王，佛身黑色，持水火。六能仁皆无上顶髻，赤足，穿法衣、法裙、袈裟等化身佛装束。

东门守护（右下角） 尊胜明王，身白色，持钩与铃；佛母白金刚钩母，持

铁钩。

南门守护（右上角） 降阎摩明王，身黄色，持杖与铃；佛母黄金刚索母，持绳索。

西门守护（左上角） 马头明王，身红色，持锁链与铃；佛母红金刚锁母，持锁链。

北门守护（左下角） 甘露漩明王，身绿色，持羯磨杵与铃；佛母绿金刚铃母，持铃铎。以上计四十二寂静尊。另虚空有金刚持与传承上师、五部持明尊，下方有护法众，皆不计算在内。寂静尊于亡者中阴期头七，一至七日逐日显现，以不同净光，摄受众生投生其净土，以行者所修之子光明与本尊之母光明交融，称为「母子光明会」。

（二）、忿怒尊：



解说：

文武百尊之忿怒尊，出自行者脑海，乃是寂静尊所幻化的忿怒相，现于亡者二七之八至十四日间，亡者当择一净土往生。未来生者只能于七七中阴之间，投往六道之中任何一道，故修习此法，贵于以平日所修，于临终时熟练而往生佛土，亦可助念新亡，导引明路。

中央 为大殊胜嘿噜嘎与天口法界自在母现双运相。

中前方 为佛部嘿噜嘎，赭红色，三头六臂四足，以弓马步威立，脸右白、

左红、中赤。六臂右手持金轮、钺斧、宝剑；左手持铃、犁耙、颅器。现双运之佛部忿怒佛母赭红色，右手持轮，左手奉献盈血红蚌壳供父佛饮用。

东（右方） 金刚嘿噜嘎黑蓝色，三头六臂四足，以弓马步威立，脸右白、左红、中蓝。六臂右持金刚杵、颅器、钺斧；左持铃、颅器、犁耙。现双运之金刚部忿怒母蓝色，右手持宝杵，左手奉献盈血红蚌壳供父佛饮用。

南（右上方） 宝生嘿噜嘎黄黑色，三头六臂四足，以弓马步威立，脸右白、左红、中黄黑色。六臂右持摩尼宝、天杖、棒；左持铃、颅器、三叉杖。现双运之宝生部忿怒母黄色，右手持珠宝，左奉盈血蚌壳供父佛饮用。

西（左上方） 莲华嘿噜嘎红黑色，三头六臂四足，以弓马步威立，脸右白、左蓝、中红黑色，六臂右持莲华、天杖、棒；左持铃、颅器、小鼓。现双运之莲华部忿怒母红色，右手持莲华，左奉盈血蚌壳供父佛饮用。

北（左下方） 羯磨嘿噜嘎绿黑色，三头六臂四足，以弓马步威立，脸右白、左红、中绿黑色。六臂右持羯磨杵、宝剑、天杖；左持铃、颅器、犁耙。现双运之羯磨部忿怒母绿色，右持羯磨杵，左奉盈血蚌壳供父佛饮用。

以上诸明王、明妃皆三目圆睁，发须如火飞扬，张口露獠牙卷舌，具媚、苦、畏、笑、骂、怒、猛等相。

主尊旁绕二十四自在母，分成四组，为：

- （东） 白郭莉母，右持挺杖，左持颅器。
- （南） 黄佐莉母，手持弓-箭高举作射状。
- （西） 红扎嫫母，右持水兽幢，左持颅器。
- （北） 黑贝大莉母，右持宝杵，左持颅器。
- （东南） 桔红布嘎西母，右持人肠置口而食。
- （西南） 蓝嘎沙玛莉母，右持杵，左持颅器。
- （西北） 黄展查莉母，手持人心而食。
- （东北） 蓝雪玛夏母，持人身首扯食。以上两组皆披人皮，忿怒母之装束。
- （东） 黑狮首母，持尸嚼食，发耸动。
- （南） 红虎首母，双手交错，眼凝视状。
- （西） 黑狐首母，持人肠而食之。
- （北） 蓝狼首母，持人尸而食之。
- （东南） 浅黄鸢首母，持人肠而食。
- （西南） 深赤鸡首母，肩负一尸。

(西北) 黑鸦首母，持颅器与剑。

(东北) 蓝泉首母，手持宝杵。以上两组非人异首母，皆怖畏之装束。

四门守护母(四方角落)为：

东门：白色虎首母，持铁钩与颅器。

南门：黄色猪首母，持绳索与颅器。

西门：红色狮首母，持锁链与颅器。

北门：绿色蛇首母，持铃铎与颅器。

外四门(最外围四角落)有四门守护母：

东门：白金刚杜鹃首母，持钩。

南门：黄金刚山羊首母，持索。

西门：红金刚狮子首母，持锁。

北门：绿金刚蟒蛇首母，持铃。

于本尊等之下方各有六自在母。依次为：

东六自在母：深赭色罗刹天，犍牛母首，持宝杵。桔红色梵天，蛇首母，持莲华。浅绿色大天，豹首母，持三叉杖。浅绿色大自在天，鼬首母，持金轮。红色童子天，马熊首，持短矛。白色帝释天，棕熊首，持肠索。

南六自在母：黄色金刚，蝙蝠首母，手持匕首(小刀)。红色寂天，水兽首母，手持宝瓶。桔红色甘露，蝎首母，手持莲华。浅黄色太阴，鹞首母，手持宝杵。深绿色遍入天，狐首母，手持棒杖。黄黑色罗刹，虎首母，捧血而饮。

西六自在母：红绿色食者，兀鹰首母，手持棒杖。红色欢喜者，马首母，手持人尸。粉红色大力者，大鹏首母，手持短杖。红色罗刹，狗首母，手持利刃。红色欲乐，戴胜鸟首母，手持绳索。红绿色护财，鹿首母，手持宝瓶。

北六自在母：蓝色风天，狼首母，手持旗旌红绿色妇女，野羊首母，手持尖木。绿黑色亥母，猪首母，手持牙串索。红色金刚，乌鸦首母，手持童尸。绿黑色鼻者，象首母，手持大尸。绿蓝色水天，蛇首母，手持蛇绳。

以上合计五十八尊忿怒尊，加上寂静四十二尊，合称「文武百尊」。顶上虚空金刚萨埵表自性佛所化现，以及传承三上师，下方骑狮护法等不计其内。

四、《见闻“中阴文武百尊”即解脱成佛的故事》(咏给明珠多杰仁波切开示)：从前西藏有一个老太太住在一个圆形的村庄里。他家就在村前的一个路口边，而村尾则住着一户大富人家。有一天，大富人家的家长，也就是他们的父亲过世了。大富人家和这位老太太很熟。所以便派人到她家通报消息，同时也安慰她不要难

过。这时大富人家请了许多喇嘛到家中修‘中阴文武百尊’的法。

他们在坛城上挂了许多不同本尊的唐卡。这时这位老太太也到了丧家参加法会，她看到周遭许多各种这辈子从没见过的本尊法相，于是便请问法会中负责各项事宜的喇嘛。喇嘛向她说，那些都是人临终时会显现出来的本尊。老太太心中充满了怀疑的说：“真的吗？真奇怪！人死亡时，真的会有这些东西显现出来吗？”于是她就这样在心里嘀咕着回到了家。

三年后换老太太往生了。她家也算富有，所以同样的，子女们也请了许多喇嘛为了她办了一次很隆重的法会，连修了四十九天的法才算圆满。后来老太太的一个子女带了许多珠宝和钱财到拉萨准备供养噶玛巴大宝法王。到了噶玛巴大宝法王那里时，由于要参见的人太多了，所以前两天都没有轮到他，一直到了第三天才见到噶玛巴大宝法王。

那时噶玛巴在花园里坐在椅子上。他将带来的金银财宝、天珠等供养了噶玛巴大宝法王，然后向噶玛巴大宝法王说：“我的母亲已往生，请您务必要引领她得到解脱，登上佛的净土。请您务必一定要答应我。”噶玛巴大宝法王说：“这个我没办法答应你。”儿子说：“那么请您告诉我，我母亲现在到底投生到哪里了？”噶玛巴大宝法王说：“这个我怎么知道？我又没有神通，什么也看不到！”于是儿子又说：“不行，不行！您一定要告诉我，我母亲到底投生到什么地方去了？请您一定要引领她、加持她，让她能解脱到佛的净土。”噶玛巴大宝法王回答说：“我没有这样的能力，也没有这样的神通。”儿子坚持道：“您一定有的！您一定具有这样的能力，您一定具有这样的神通的！”然后又抱住噶玛巴大宝法王的脚，热切的请求：“您一定要答应我！您不答应我的话，我就不放开！”然后一直哭个不停。

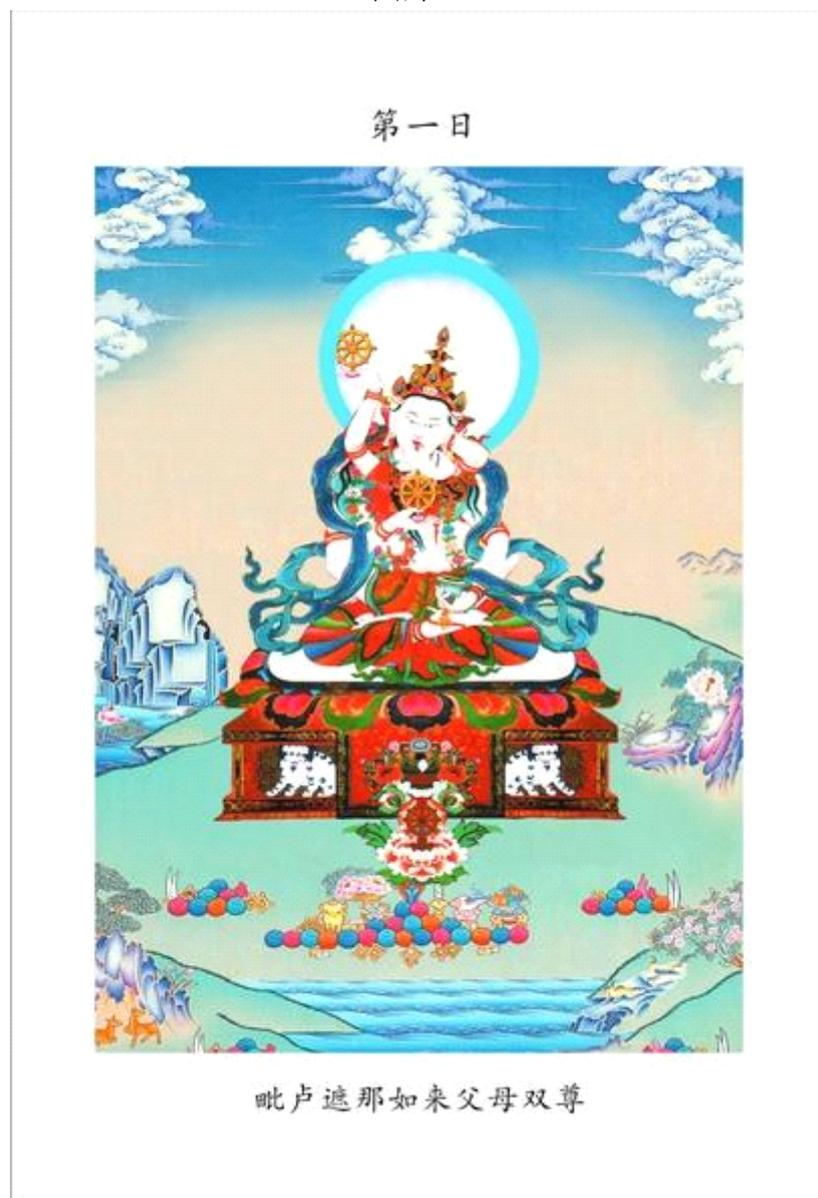
最后噶玛巴大宝法王说：“唉，你母亲已经成佛好几个礼拜了。”这时儿子反过来说：“噶玛巴，您一定说谎，我母亲一生都不懂得修行，也没有持甚么咒或念甚么佛，她怎么可能成佛呢？这都是因为我抱着你的脚不放，所以您才这样讲的，对不对？”噶玛巴大宝法王说：“不是，不是这样的！”然后又问他：“你们那个地方三年前不是有人过世吗？那时那户人家的子女曾经向你母亲报讯，所以你母亲就过去安慰他们，碰到他们刚好在做法事，所以在坛城中看到许多本尊的法照。

有一位执事的喇嘛曾回答你母亲的问题，他向她说：‘这些都是人死亡时会显现的本尊。’所以你母亲在往生时看到这些本尊，马上认出来而当下解脱了。

如果你不相信的话，回去可以去问那位执事的喇嘛有关当时的情形就能一清二楚了。”回到家后，他便马上去问那位喇嘛原委，喇嘛回答说：“喔，没错！当时你母亲看到这些中阴百尊的身相时，曾问我这是甚么。所以我就告诉她，这些都是我们在死亡中阴当中会显现出来的所有本尊。”儿子听完后，生起很强烈的信心。

所以这位老太太也没修过中阴的法，她只看过中阴本尊的身相，结果在死亡的当下便得到这么大的利益。这点请大家要牢记在心。

图片：



图片：

第二日



金剛薩埵不動如來父母雙尊

图片：



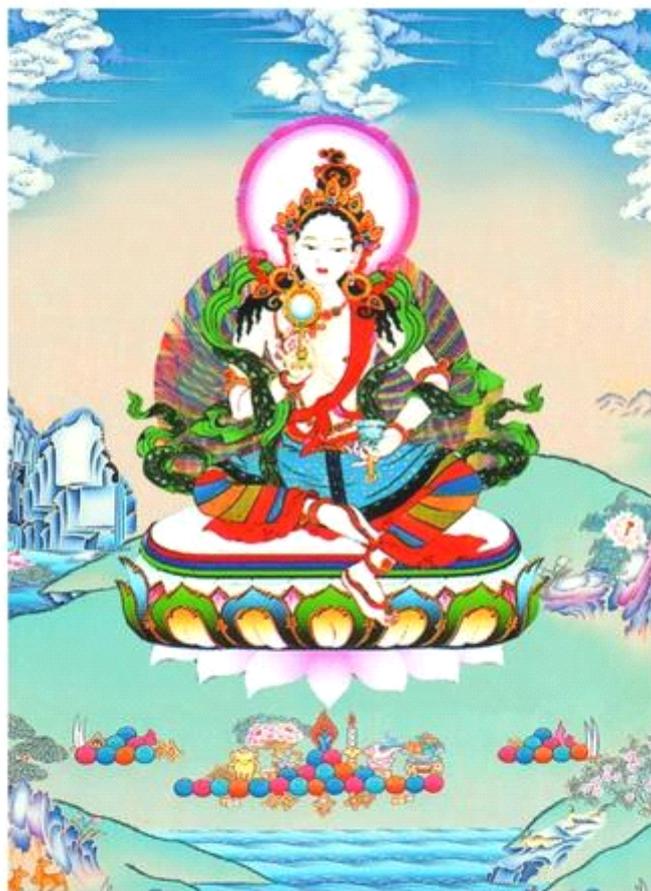
地藏菩萨

图片：



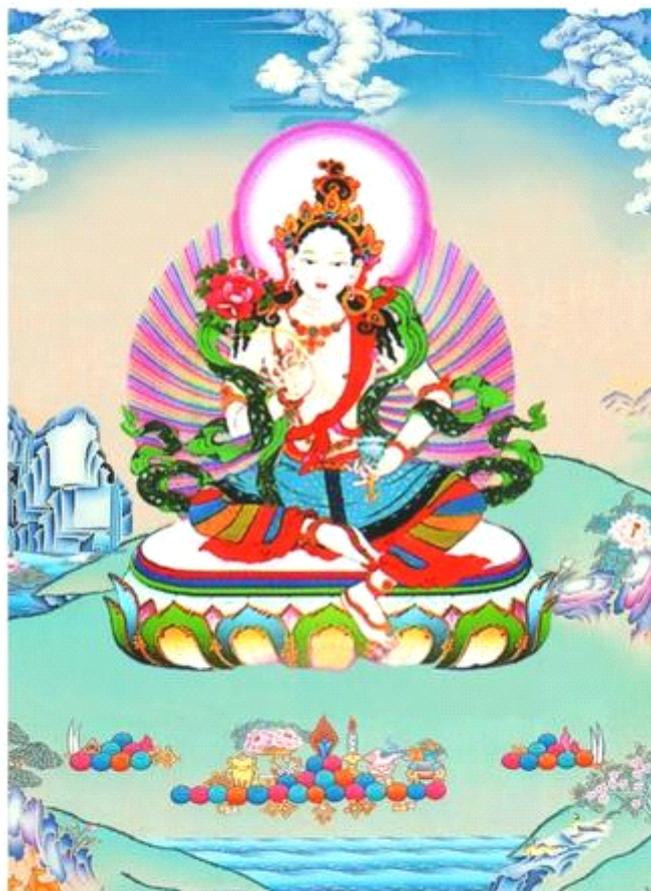
弥勒菩萨

图片：



金刚舞女

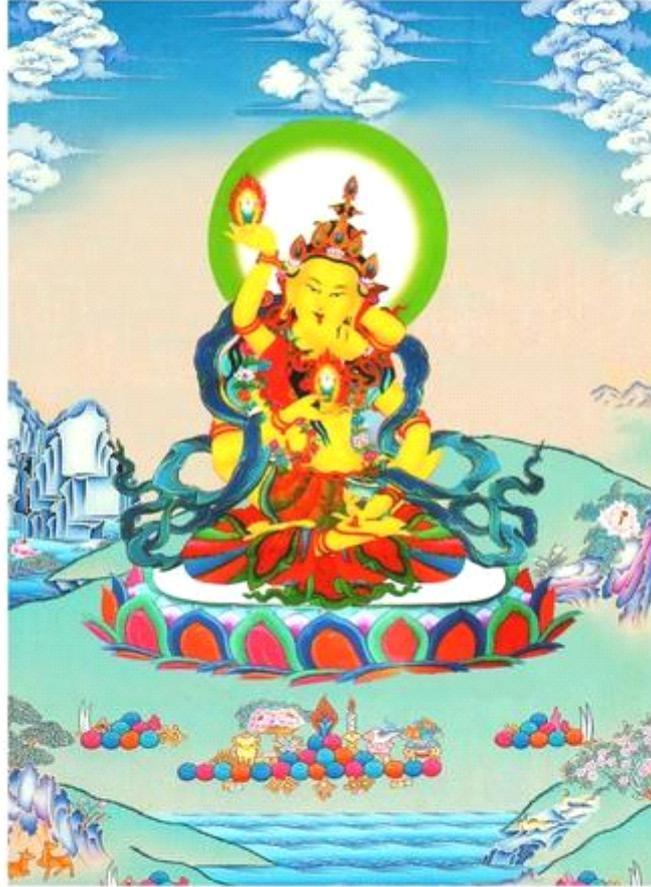
图片：



金刚香女

图片：

第三日



宝生如来父母双尊

图片：



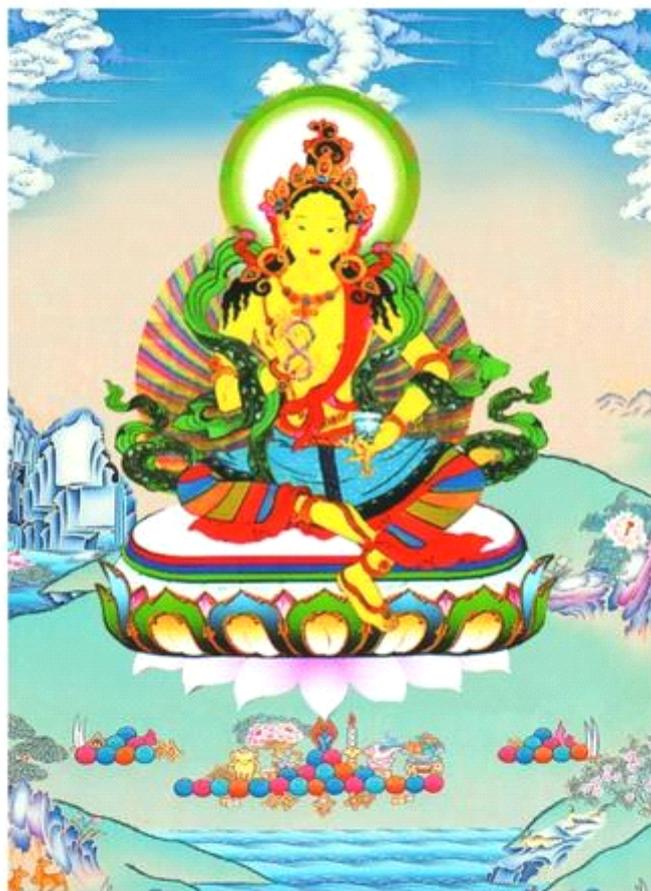
虚空藏菩萨

图片：



普贤菩萨

图片：



金剛髻女

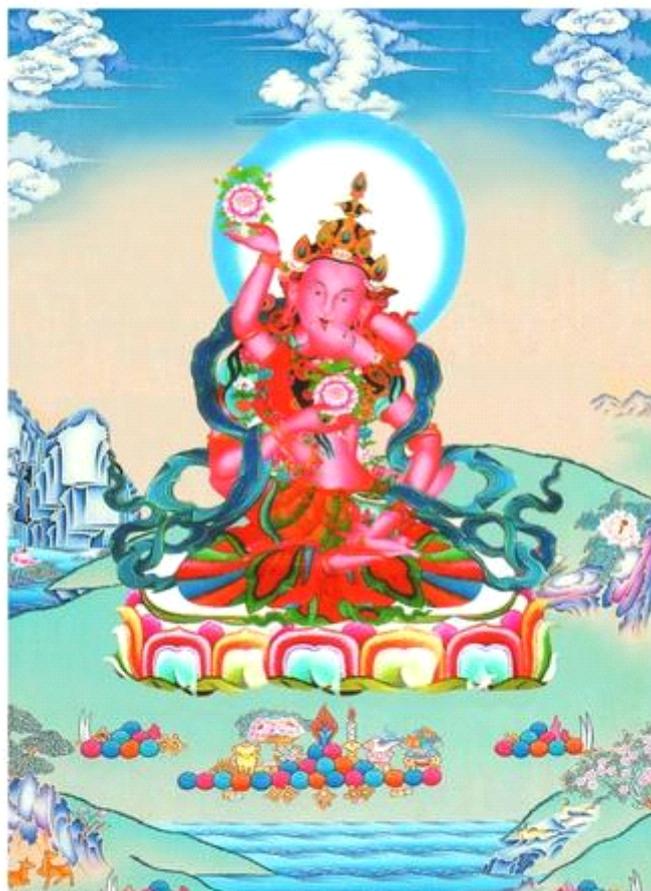
图片：



金刚香女

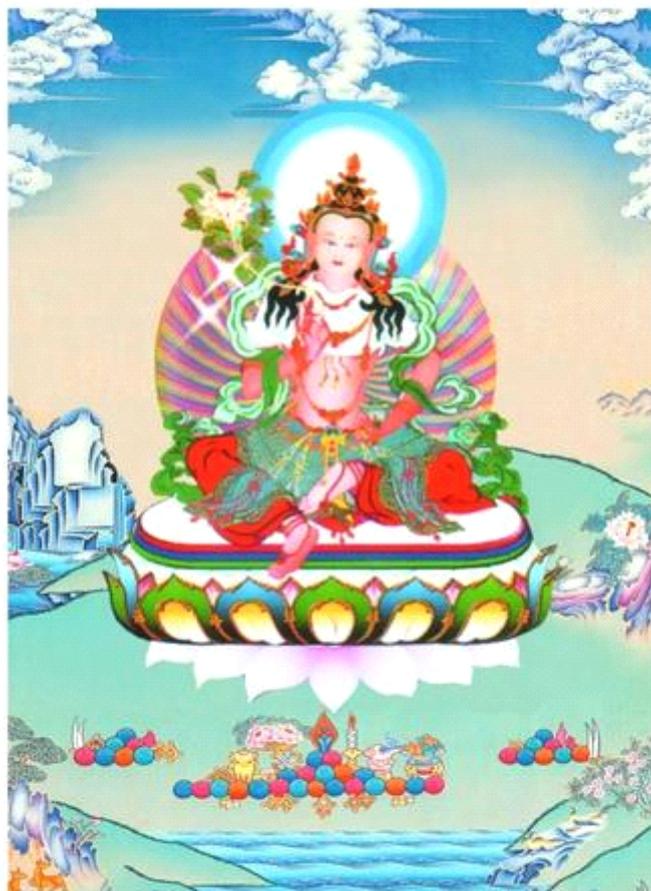
图片：

第四日



无量光如来父母双尊

图片：



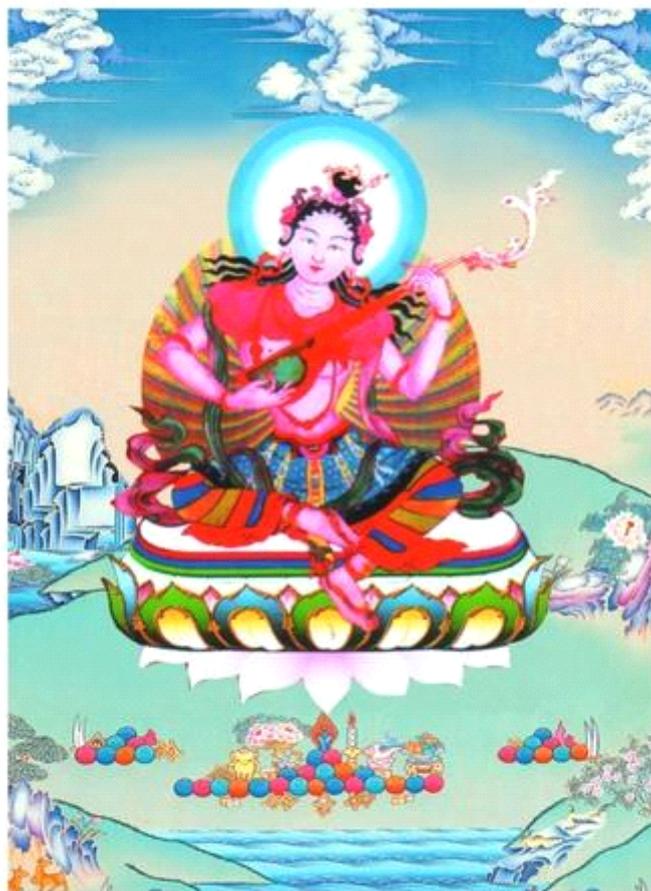
观音菩萨

图片：



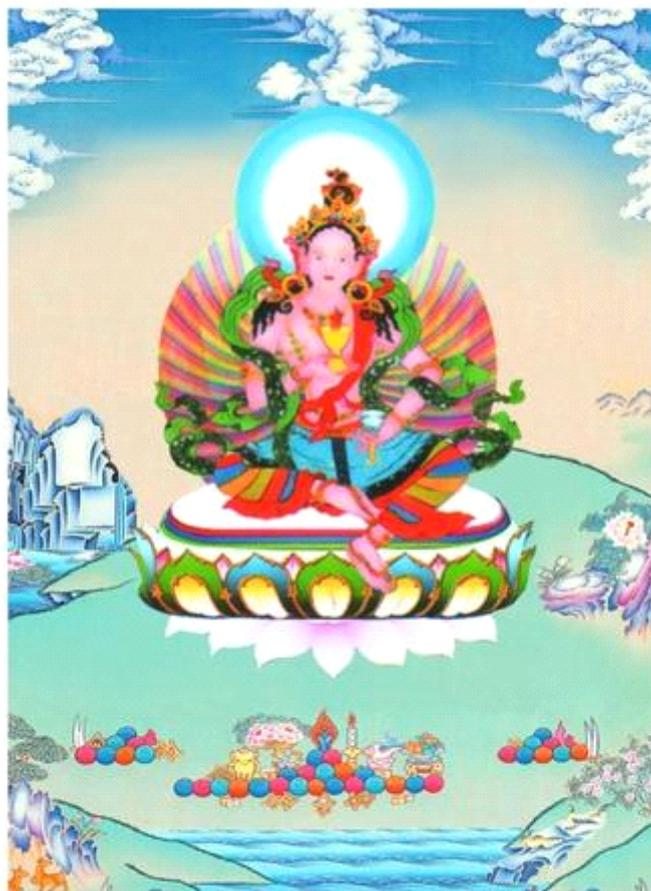
妙吉祥菩萨

图片：



金刚歌女

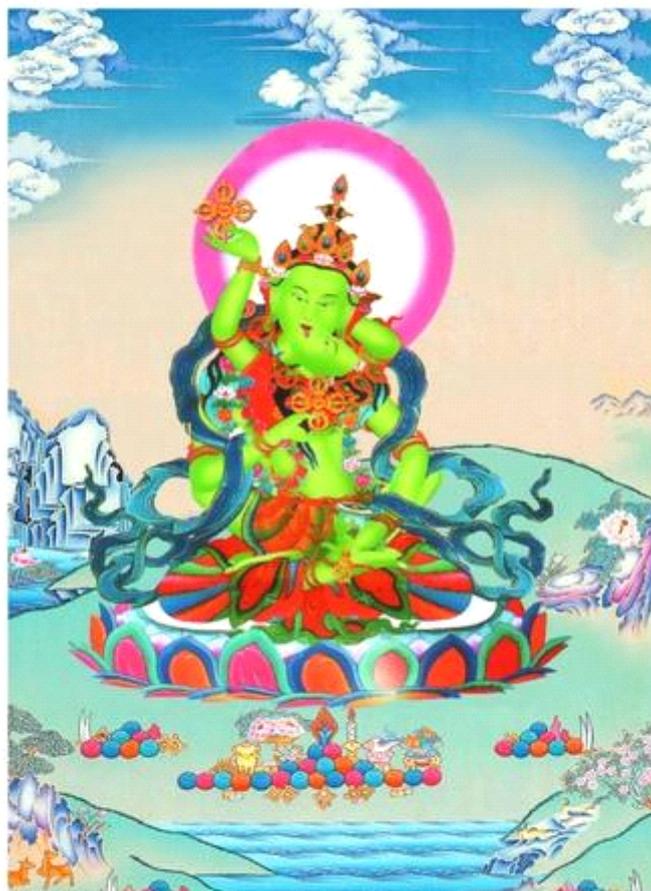
图片：



金剛灯女

图片：

第五日



不空成就如来父母双尊

图片：



金剛手菩薩

图片：



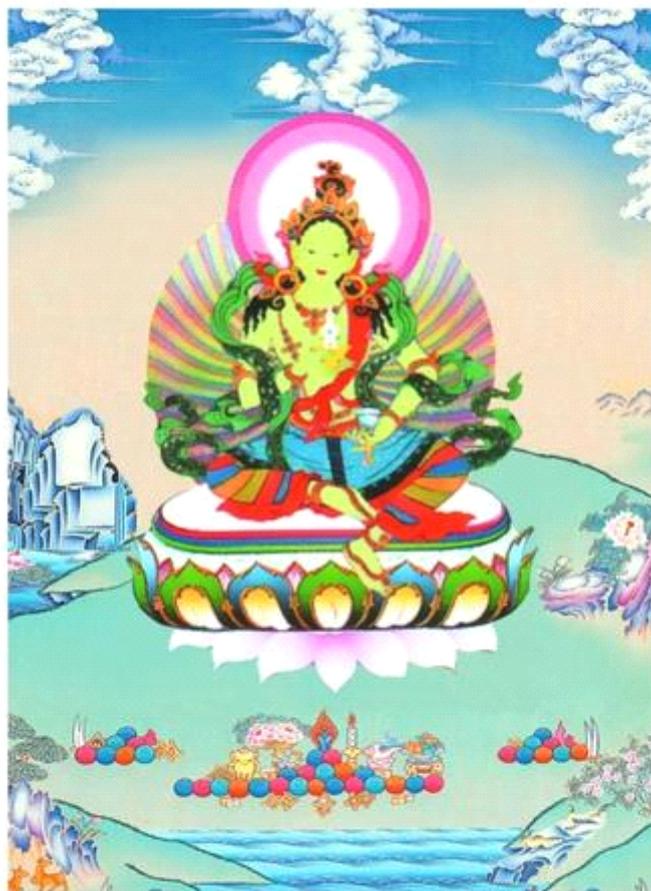
除盖障菩萨

图片：



金剛涂女

图片：



金刚食女

图片：

第六日



毗卢遮那如来父母双尊

图片：



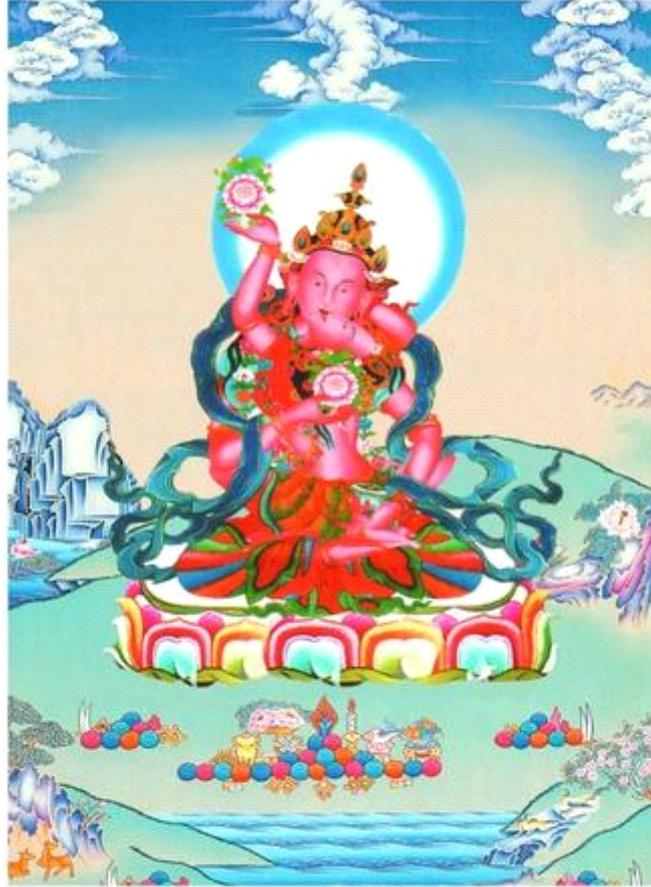
金剛薩埵不動如來父母雙尊

图片：



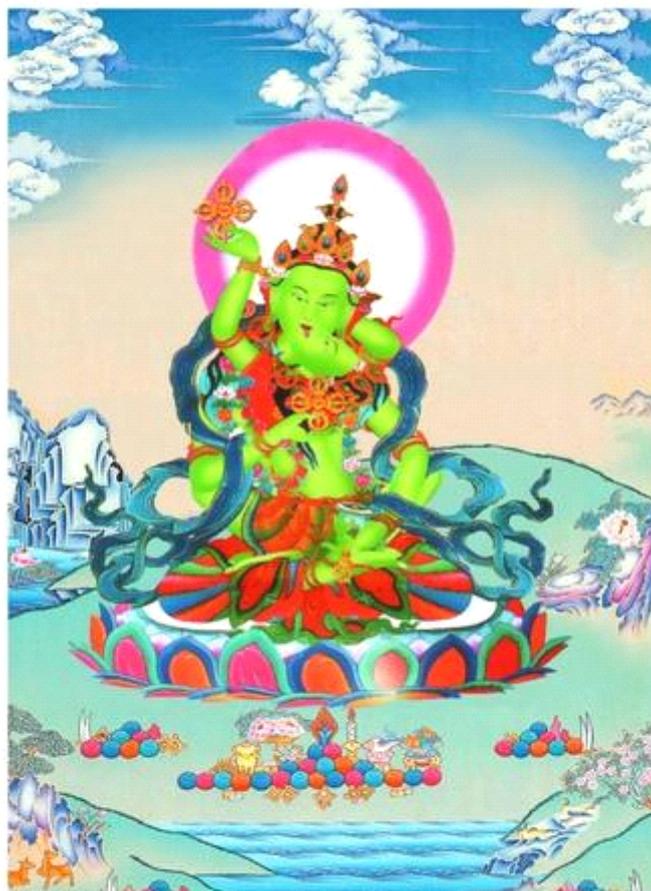
宝生如来父母双尊

图片：



无量光如来父母双尊

图片：



不空成就如来父母双尊

图片：



降三世明王

图片：



大威德明王父母双尊

图片：



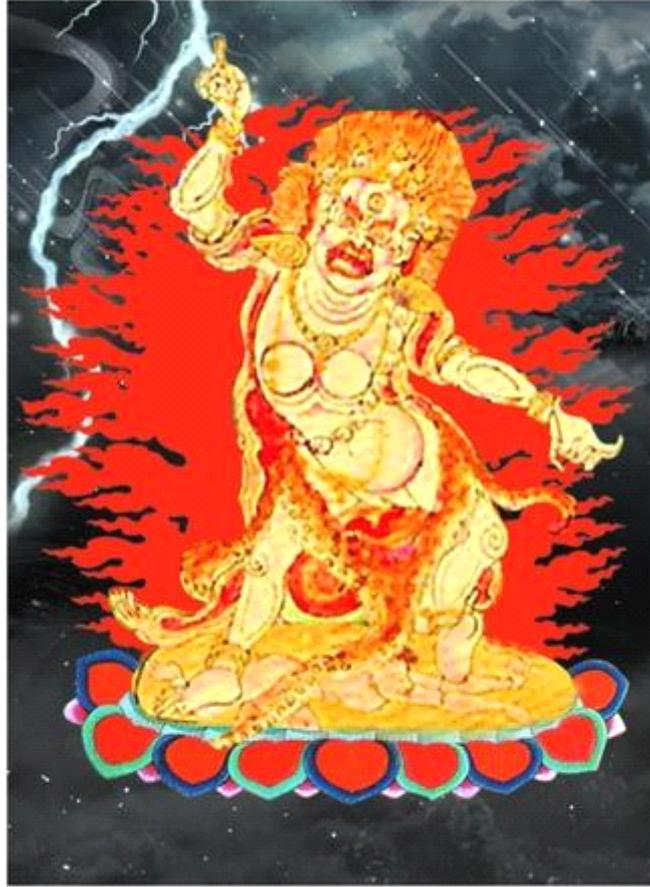
马头明王父母双尊

图片：



甘露军荼利明王父母双尊

图片：



持钩女

图片：



持索女

图片：



持锁女

图片：



持铃女

图片：



天道之佛“帝释”

图片：



阿修罗道佛“诤心”

图片：



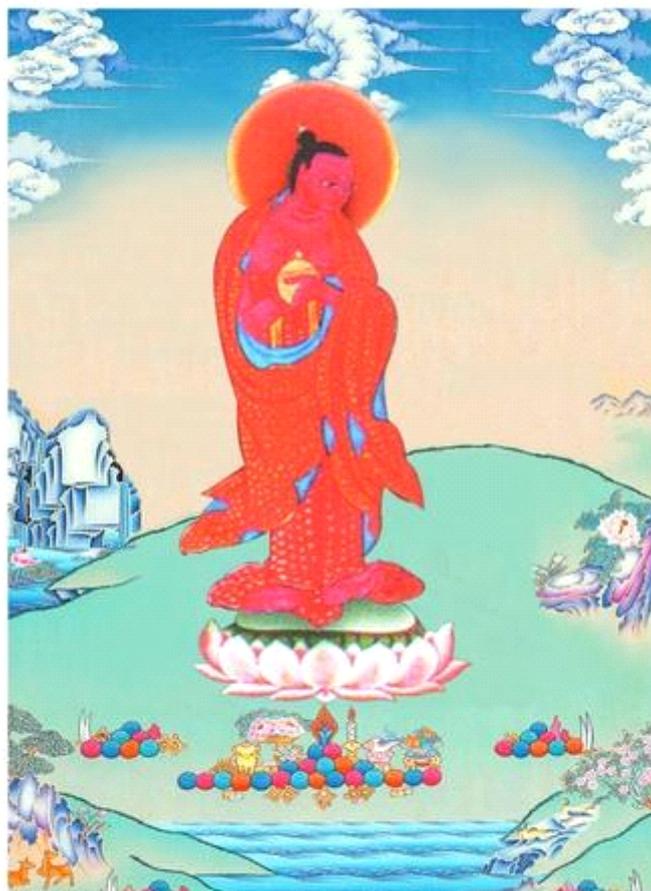
人道佛“释迦狮子”

图片：



傍生道佛“狮子善住”

图片：



饿鬼道佛“焰口”

图片：



地狱道佛“法王”

图片：



普贤如来父母双尊

图片：

第七日



莲华舞自在与红色智慧空行

图片：



地居持明与白色空行

图片：



寿自在持明与黄色空行

图片：



大手印持明与红色空行

图片：



任运持明与绿色空行

图片：



主尊最胜黑日嘎父母

图片：

第八日



佛陀兮鲁迦父母双尊

图片：

第九日



金刚兮鲁迦父母双尊

图片：

第十日



珍宝兮鲁迦父母双尊

图片：

第十一日



莲花兮鲁迦父母双尊

图片：

第十二日



羯摩兮鲁迦父母双尊

图片：

第十三日



白衣忿怒母

图片：



弓箭忿怒母

图片：



摩竭鱼幢忿怒母

图片：



持金剛杵忿怒母

图片：



抽肠忿怒母

图片：



饮血念怒母

图片：



食心忿怒母

图片：



断身念怒母

图片：



狮首紫黑忿怒母

图片：



虎首忿怒母

图片：



狐首忿怒母

图片：



狼首忿怒母

图片：



鷲首忿怒母

图片：



象首忿怒母

图片：



鷓首忿怒母

图片：



鴉首忿怒母

图片：

第十四日



马面女

图片：



豕面女

图片：



狮面女

图片：



蛇面女

图片：



牛首罗刹女

图片：



蛇首梵天女

图片：



豹首大天女

图片：



鼬首欲天女

图片：



熊首童贞女

图片：



鬚首帝釋女

图片：



蝙蝠首金剛女

图片：



摩竭鱼首寂静女

图片：



蝎首甘露女

图片：



鷓首月明女

图片：



狐首持棍女

图片：



虎首罗刹女

图片：



蛇首肉食女

图片：



马首欢喜女

图片：



鹏首大力女

图片：



犬首罗刹女

图片：



戴胜鸟首爱染女

图片：



麋首护财女

图片：



狼首风神女

图片：



蛇首妙神女

图片：



豕首亥女

图片：



鸦首金刚女

图片：



象首大鼻女

图片：



蛇首水天女

图片：



杜鹃首金刚女

图片：



山羊金刚女

图片：



獅首金剛女

图片：



蛇首金刚女

图片：



黑怙主

愿如上师佛菩萨一般作圆满回向：
文殊师利勇猛智 普贤慧行亦复然
我今回向诸善根 随彼一切常修学
三世诸佛所称叹 如是最胜诸大愿
我今回向诸善根 为得普贤殊胜行
生生世世遍遇清净师 不离殊胜妙法恒受用
十地五道功德胜圆满 祈愿金刚持位速证得

此帖有关图片，前几年已经按照上师指示发布在明灯论坛，只是当时图片的清晰度很低。现在色登寺正在举行中阴文武百尊法会，所以有缘发布此清晰版

本图片，一般人难免会有“为何会有忿怒示现”等等想法，那就请再三仔细拜读本帖前边的有关文字。

至于观修方法，现阶段而言，首先聆听录音得到传承。之后以三殊胜摄持，虔诚念诵心咒、按照图片观想，可观想寂静、忿怒总图，或者更加细致的每幅图，观想到什么程度因人而异，也没固定的要求，信心与菩提心更为关键。最后作广大圆满的回向。

愿珍惜妙法，以感恩心、清净心领受殊胜加持，利益无量如母有情