

八背捨

背捨	配合白骨觀講次	定境
<div style="position: relative; width: 100%; height: 100%; border: 1px solid black;"> </div>	1. 先觀六想 2. 次觀骨相 3. 白骨節節相拄 4. 白骨放光	欲界定
	5. 眉間放光	未到地定
初背捨 (內有色相外觀色)	6. 眉間旋出八色光 7. 全身骨節旋出八色光 8. 白骨放光照四方	初禪
二背捨 (內無色相外觀色)	9. 白骨粉碎 散滅歸空 10. 定與喜齊發	二禪
三背捨(淨背捨 身作證)	11. 定與樂同生 12. 定與捨念相應	三禪 四禪
四背捨(虛空背捨)	13. 空無邊處定	空無邊處定
五背捨(識處背捨)	14. 識無邊處定	識無邊處定
六背捨(無所有處背捨)	15. 無所有處定	無所有處定
七背捨(非想非非想處背捨)	16. 非想非非想處定	非想非非想處定
八背捨(滅受想背捨)	過三界	滅受想定