

八勝處

勝 處	配合白骨觀講次	定 境
初勝處 (內有色相 外觀色少 若好若醜 是名勝知勝見)	17.觀自他不淨	初禪
二勝處 (內有色相 外觀色多 若好若醜 是名勝知見)	18.觀自他白骨節節相拄 19.觀白骨遍滿世界 20.大不淨觀 21.骨人站立 行走	
三勝處 (內無色相 外觀色少 若好若醜 是名勝知見) 四勝處 (內無色相 外觀色多 若好若醜 是名勝知見)	22.自他白骨化塵散滅	二禪
五勝處 (青勝處) 六勝處 (黃勝處) 七勝處 (赤勝處) 八勝處 (白勝處)	23.青光遍滿 24.黃光遍滿 25.紅光遍滿 26.白光遍滿	四禪

三禪樂多，心念暗鈍，不能轉變，無法成就勝處。四空定，既無色，煩惱也薄，所以沒有勝處。