

目錄

帕奧禪師序	III
譯序	VII
安般入門	1
大念處經經文	7
大念處經析解	33
總說	34
身念處	89
安般念	89
四威儀	118
正知	132
向前進與返回時的正知	132
向前看與向旁看時的正知	150

屈伸肢體時的正知	156
穿著袈裟等時的正知	159
吃飯、喝水等時的正知	162
淨身時的正知	165
走路等時的正知	167
不淨觀	174
界分別觀	180
九種墳場觀	189
受念處	197
心念處	219
法念處	229
五蓋	229
五取蘊	255
十二處	261

七覺支	270
四聖諦	290
苦諦	290
集諦	294
滅諦	302
道諦	306
修行念處的成果	317
大心材喻經	319
小心材喻經	325
問答類編	333
克服困難	333
戒學釋疑	348
定學釋疑	357
安般念	357

四護衛禪	369
其他止禪	374
慧學釋疑	376
八聖道分	376
緣起	378
證悟涅槃	387
觀禪	398
禪修教授	402
波羅蜜	405
其他問題	407
詞語匯解	413
索引	451