

八解脫 (八背捨) (12-17-1847)

1 內有色相外觀色：先觀自身不淨。皮肉脫落。但見白骨有八色光明。又以欲界貪欲難斷。復以不淨觀觀於他色等。位在初禪。

2 內無色相外觀色：為入二禪。已滅內身色相。又為欲界貪欲難斷。猶觀外色不淨之相。位在二禪。

3 淨背捨身作證：已棄外色不淨。但於定中練習八色光明。淨如寶色。樂漸增長。徧身怡悅。位在三禪。

4 虛空處：盡滅一切色想。一心緣空。與空相應。位在四禪。

5 識無邊處：捨虛空處。一心緣識。與識相應。位在四空。

6 無所有處：捨無邊識。一心緣無所有。與無所有處相應。位在四空。

7 非有想非無想：捨無所有。一心緣非有想非無想。與非有想非無想處相應。位在四空。

8 滅受想：受想即上能緣之心。謂行人厭患此心散亂。入定休息。盡滅受想諸心。位過三界。

◎ 修此背捨觀時。發無漏智慧。斷三界見思惑盡。證羅漢果時。則轉成「八解脫」。