

Audio CD 目錄 (有背音)

	時間	軌道
光碟 1/2	共 42:21	共 14
總說	02:01	01
身念處		
安般念	02:52	02
四威儀	01:13	03
正知	01:33	04
不淨觀	03:18	05
界分別觀	01:37	06
九種墳場觀	11:25	07

受念處	02:03	08
心念處	02:05	09
法念處		
五蓋	04:03	10
五取蘊	01:38	11
十二處	03:19	12
七覺支	04:28	13
四聖諦	00:40	14
光碟 2/2	共 37:14	共 5
苦諦	06:57	01
集諦	09:01	02
滅諦	09:27	03
道諦	05:46	04
修行念處的成果	06:02	05