

MIP3 目錄

	時間	軌道
軌道 1—大念處經唸誦 (無背音)	共 79:01	共 19
總說	01:45	01
身念處		
安般念	02:52	02
四威儀	01:14	03
正知	01:34	04
不淨觀	03:18	05
界分別觀	01:37	06
九種墳場觀	11:24	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	03:20	12
七覺支	04:29	13
四聖諦	00:40	14
苦諦	06:57	15
集諦	09:01	16
滅諦	09:27	17
道諦	05:46	18
修行念處的成果	05:37	19

軌道 2—大念處經唸誦 (有背音)	共 79:35	共 19
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	01:36	06
九種墳場觀	11:24	07
受念處	02:02	08
心念處	02:05	09

法念處

五蓋	04:03	10
五取蘊	01:37	11
十二處	03:19	12
七覺支	04:27	13
四聖諦	00:40	14
苦諦	06:57	15
集諦	09:00	16
滅諦	09:26	17
道諦	05:46	18
修行念處的成果	06:02	19