由四念住體解三空(內空、外空、內外空)

- 別相念住
  - 觀身不淨
  - 觀受是苦
  - 觀心無常
  - 觀法無我
    - 想眾、行眾、無為法
- 總相念住
  - 結前：於想眾、行眾、無為法中求我不可得
  - 還於身受心中求我亦不可得
  - 如是一切法中求我皆不可得

    但五眾和合故強名為眾生

    眾生即是我(因緣和合所生法故)

    我不可得亦無我所

    我所不可得故一切煩惱皆為衰薄
  - → 總觀身、受、心、法
    - 內 —— 無常、苦、空、無我
    - 外 —— 無常、苦、空、無我
    - 內外 —— 無常、苦、空、無我
- → 四念住
  - 內觀 相應 空三昧 —— 內空
  - 外觀 相應 空三昧 —— 外空
  - 內外觀 相應 空三昧 —— 內外空