三想破瓦法

将自己的神识为游客想，中脉为道路想，阿弥陀佛或西方极乐世界为去处想，简而言之就是通过中脉把自己的神识往生到西方极乐世界。这是非常殊胜的一种修法，关键就是深信。我们现在开悟难，见性难，但若是通过这样一个渠道、一个方法也能往生，和阿弥陀佛相应。

 修破瓦法不分年龄，不分男女，也不分身份，什么人都可以修，有信心就行。不管你的业障有多重，罪业有多深，都可以修破瓦法。我们今生今世有这样的机缘，能学修破瓦法，也是我们积累的福德，因此都要珍惜。我们在末法时期能遇到密法，尤其能遇到这么殊胜的法，这就说明我们已经有了很大的福报。我们既然遇到了，对这个法有信心了，这就说明我们有很大的根基，所以要相信自己，相信这个法。若是你不相信、不深信的话，就不能成就；若是你能深信这个法的殊胜之处，就一定能得到利益。

    简单讲一下破瓦法的观想内容。自己所在的地方是西方刹土——西方极乐世界。自己是金刚瑜伽母。头上安坐着和上师无二的无量光佛——阿弥陀佛。自己的体内有一条中脉，中脉里心间的位置有个淡绿色的风团，上面有个红色的“舍”字，代表自己的心。然后念五遍“舍”字，每念一遍的时候，淡绿色的风团就往上推动“舍”字，最后推到头顶。念“吼”的时候，头顶的“舍”字，瞬间就飞到了阿弥陀佛的心间，和阿弥陀佛合二为一，无二无别。