三想破瓦法

將自己的神識為遊客想，中脈為道路想，阿彌陀佛或西方極樂世界為去處想，簡而言之就是通過中脈把自己的神識往生到西方極樂世界。這是一種非常殊勝的修法，關鍵就是深信。我們現在開悟難，見性難，但若是通過這樣一個渠道、一個方法也能往生，和阿彌陀佛相应。

修破瓦法不分年齡，不分男女，也不分身份，什麼人都可以修，有信心就行。不管你的業障有多重，罪業有多深，都可以修破瓦法。我們今生今世有這樣的機緣，能學修破瓦法，也是我們累積的福德，因此都要珍惜。我們在末法時期能遇到密法，尤其能遇到這麼殊勝的法，這就說明我們已經有了很大的福報。我們既然遇到了，對這個法有信心了，這就說明我們有很大的根基，所以要相信自己，相信這個法。若是你不相信、不深信的話，就不能成就；若是你能深信這個法的殊勝之處，就一定能得到利益。

簡單講一下破瓦法的觀想內容。自己所在的地方是西方刹土——西方極樂世界。自己是金剛瑜伽母。頭上安坐着和上師無二的無量光佛——阿彌陀佛。自己的體內有一條中脈，中脈里心間的位置有個淡綠色的風團，上面有個紅色的「舍」字，代表自己的心。然後念五遍「舍」字，每念一遍的時候，淡綠色的風團就往上推動「舍」字，最後推到头顶。念「吼」的時候，头顶的「舍」字，瞬間就飛到了阿彌陀佛的心間，和阿彌陀佛合二為一，無二無別。