

絲路之行心得分享……邱淑媛

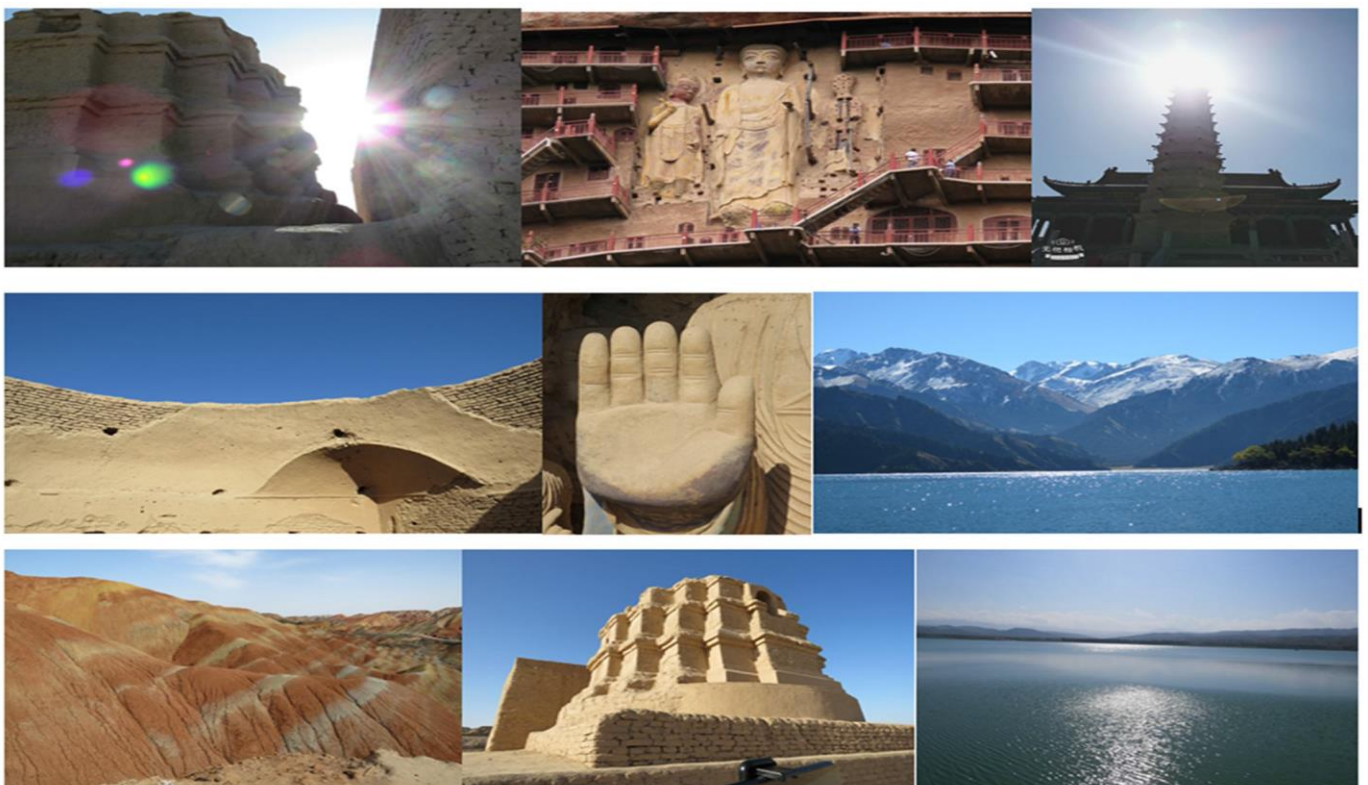


絲路之旅一路絲絲入扣一路因緣俱足一路圓滿歸零，是一場讓我真正找回自我活出修行人的旅行。

淑媛過去也參加過很多宗教旅行團，而真正能把旅行變修行的團體，唯有阿逸多。還記得師母安排絲路旅遊參訪時，自己的內心就深深地感受到我一定要去，也很開心的惠玲相約同住並一路相互扶持共同學習，再加上師母的安排讓我有機會跟大師兄及大師嫂及惠玲在旅行途中的晚上有了共修的機會，這樣討論式的學習讓我對於自己回家後如何修法有了更具體的示範與學習。還有一起絲路同行的師兄們也給了我很多的關心與協助，對我的修法有了更多的提升與進步。

過去的我做什麼都一直很努力卻一直很沒信心，因為「自我」不知何時開始就已經空了。空空地「自我」並沒有發現自己是「空空的」，所以觀什麼都很「空」、都很不踏實。心空空的淑媛更不敢接近像老師一樣的高靈，因為仰高就顯得自卑，所以不自覺的就慢慢地邊緣化自己，讓自己過得真的不是很快樂。還好自己雖然狀況不佳卻還知道「禮敬諸佛」、「常隨佛學」，感謝自己有參加絲路之旅，感恩師母及老師慈悲加持主動點化，讓淑媛找回「自我」，找回自主權、找回自主修法的動力、找回了我人生的好幾卍。所以現在我可以大聲地告訴大家，淑媛從絲路回家至今每天都還是維持對法界供甘露及淨水，自覺更有自信更有能量。

「卍字充滿」、「圓滿歸零」大家一起加油。



南絲路心得分享---李宿逸

20180914-24 南絲路行程-沿玄奘大師西行路徑而反向進行，途中老師採行小組共修，每一小組裡至少由一位傳法上帶領方式進行。11天10夜的行程裡扣除前後各一天的交通時間，實際有9天的景點行程、9晚的小組共修練習。

依每天的景點及該場域狀態而有不同的修練主題、對象。在面對豐沛的水風火地相應的大自然當下，自己未能立即跳脫慣常累積的框架束縛，雖身處大自然中，竟被太多的自我意識綁架，無法自然地與大自然互動！在修法時，也就無法順利地運用，待意識到問題時，已是行程末，能做的就是即時調整，順交自然。

過去習性裡，日常中針對主議題的修法習慣並未落實。此次絲路行，與麗琴、喬筠同組，在麗琴的帶領下，九晚落實每天的修法供養，逐漸建立自己平常的修法習慣。修法後的討論，有助使自己在平日能加上麗琴、喬筠積極每日必誦金剛經一部、心經及大悲咒各一遍，二位同修的積極作為濡染。