遇见必经之路

大家好，我是沈朝翠，毕业于全然释放村004期，很荣幸参加17号的月度盛典。此刻我有很多念头升起，考拉向导问我可以下个月17号分享不，我回复可以，多么爱我呀，给我成长的机会！木子村长加我微信~通过，收到信息感恩我接分享的事，哇，给我机会成长还感恩感谢，看到了不，在这里到处都是温暖，到处都是爱，到处都是和谐……

好，就这么美好，这种美好的感觉就是走过新手村的感觉，美不美哉！请听我细细道来。

年前一直有个念头，得找个明师指点，敲敲我的壳，那么厚，自己无从下口。上天如此的爱我，我通过上公众号搜索一位我喜欢老师的信息，看到署名“鬼脚七”的文章，浏览到后面有新手村，加了微信，通过后，迫不及待地说，我要进入新手村。第二天回复我说年前有开村，会拉我入群，后来又说年前开不了村了，拉我入新手等待群。就这样我在群里待着，有一天看到云空间抄经链接，就打开了会议室，轻柔的音乐缓缓地流淌，沁人心脾，于是我也跟着抄心经，这感觉太美好，一群人在线上跟随着音乐，连接着同频的彼此，看着笔划运笔，随着心经的意境流走，好美好美。而且正好赶上有带领，有拍照有分享环节，听着特别感动，分享的特别真实，而且特别敞开，没有隔阂的那种，好像就面对面坐着，缓缓地道来，哇，这样成长开心快乐哉！当主持人问还有哪位分享的，我就举手，打开视频，没喊我，哈哈，我继续举手，没人分享，终于看到还有只手举着在，喊我了！哈哈，全部是第一次，好兴奋，好喜悦。就这样我喜欢每天都上云空间听着音乐在这样的氛围里抄经。

年30晚会后，我又进入云空间，此时正有人在说话，我越听越入耳，细细看说者的昵称:蓝狮子，哇，明师在这里，我找到了，瞬间好兴奋，这就对了，我来对了。

我问加微信的小七，怎么申请智慧栈，回复说新手村毕业就可以申请了，你申请吧，我说我没进新手村了，后来回复我说，给忘记了，还没拉我进新手村，有个村问我愿不愿意，我说当然愿意呀！这这样开启了新手村之旅。

首先拉我入村，有人加我微信，有入村前线上见面，我以为一村人一起，后来知道是我一个，这重视度，打开腾讯线上见面，一下子看到满屏的人，心想不是我一个，原来还有村长，向导，观察员，还有敏儿，还有小记者太多义工团，名称记不住。总之村群里，新手就几个，其他的都是为新手服务的，不怪蓝狮子说新手排老大，蓝狮子排在最底，每天被呵护着，被看见，被滋养，被接待，被聆听，真正享受“老大”的感觉。

第一天作业就深深地感动了我。从了解必经之路，听蓝狮子的音频，深深地感恩，我太幸运了，遇到发心如此纯粹的组织，关键是我接收到的都是世界真相，真实的存在，人人每天都在演绎自己的剧本，自己玩自己却不自知，自己给自己制造困境。特别喜欢每天的作业设置，看似有规则，又无规则，但特别吸引我，想去做作业，感觉是一种特别的享受，也特别的欢喜，像游戏，又像开心佐料。

再说说我这几天的变化:

从吃橘子练习到吃饭练习，我在生活中吃东西慢慢加上觉察，虽然经常忘记了，有时吃完了才想起来，没有觉察觉知的吃，要不在说话，要不拿手机，要不一边干活一边吃，要不就是狼吞虎咽下去，习惯的模式太强大了，不过有一丝丝的看见，有时就能够提起来，刻意的去觉察，也是非常可喜的变化。，以前只是知道，生活中从来没练习，忽然明白蓝狮子发起的，在生活中修行，生活中的点点滴滴都可用来觉察。哇，原来，学习就是要用到生活中的，不是去讲道理，那么多人知道了那么多的道理也可能讲的头头是道，但依然过不好自己的人生，原来奥秘在这里。

是呀！我每天的静心，静坐就是为了寻找一份宁静与觉察，是生活中特意安排的，特意去找的，如果把生活中的吃喝拉撒，行住坐卧，所有的事情都提起觉照，那才是真正的修行，如果单单每天刻意安排的静心静坐，那只是走过场，会留念那个时间段，生活中别的时间段又是老样子，哇，原来秘密就是，生活中的点点滴滴都提起觉察，感觉脑洞又开了不少。

有天作业是关于情绪，我好像都没情绪了，忽然发现是隐藏起来了，看起来不会发飙什么的，情绪还是有的，我老公喜欢穿腈纶内衣，特别爱起求的那种，他说这个特别暖和，我那天在收拾柜子的时候，偷偷的给扔了一套，没想到，他回家看到阳台扔的衣服，又捡回来了不少，而且说我今晚要换内衣，这套穿着可暖和了，那是一套全身上下每个地方都起着毛球球的腈纶球衣，虽然我不喜欢，也不希望他穿，但是此刻我看到了他是真喜欢，他说感觉舒服，我也就没说话，静静看着他说话，他的动作，原来他喜欢就好，我有什么权利干涉别人的喜欢，他就这个样子挺好，挺自然的，也挺真实的，有什么不好，想起:如他所是，无条件接纳，大概就是这个意思吧！心里不住这件事了，放松了！

还有就是观念头，脑袋里念头多的不得了，经常被带走了，觉察了，就会提起看见念头，当然太容易被带走了，回过神了，想起来，不迎不拒，哈哈，好期待进入天空营学习！

我是一滴水，融入大海才不会干涸枯竭，我愿意融入大海，和大家汇合成浪花，接受波涛汹涌的风浪的洗礼，我愿意沉入海底，也愿意浮游海面，我是一滴水，哪来需要哪里去，我愿意，我愿意化育成更多的资源资养所有的生物，我愿意做平凡的普普通通的一滴水，就这样自然而然平平凡凡就好，以万物为师，以人为师，以道为师，修行路上，慢慢褪去身上厚厚的壳，还原那最本真的自己，也愿意把自己的成长受益的分享给所有众生，愿世界永无兵革，愿祖国国泰民安，愿众生离苦得乐福慧双增！

再次感恩遇见！遇见必经之路，遇见蓝狮子，遇见全然释放村的村长木子，考拉向导，黎明观察员，以及那么多辛勤付出的小七们，还有陪伴一起学习的家人们！感恩大家！

 沈朝翠 BJ2502022 女

 2025年2月18日