**守 候**

尊敬的蓝狮子老师、亲爱的同学们晚上好！

我叫童宏林，坐标广东深圳，浙江人，今年50岁，初中毕业，15岁出来打工，18岁开工厂，29岁二次创业，投资移民去德国做生意，几经波折，大起大落，终得好转。6年前因为一些疾病困扰，也引发心理问题，于是寻求突破。有幸看了鬼脚七的《人生处处是修行》等几本书和公众号文章，内心受到了极大的触动，问题也随之瓦解。

2024年5月知道了必经之路公众号并关注，6月报名参加了新手村北极星村学习，村长是姝娟同学，11月加入天空营14.1期，船评船长。

新手村毕业后，通过栈长培训，申请了一个智慧栈，至今举行了80余次的线下抄写经典+读书会活动。这是历练和成长，更是对心灵的滋养，也是自己非常喜欢做的一件事，每每有同学或朋友来参加都特别亲切和感动。队友说：“比我家来了亲戚还开心，异常兴奋。”的确是这样的。

平时，我和几个同事一起抄经和读书，时间长了，偶尔感觉有些乏味，所以有朋友或同学过来，就像是“添加剂和滋润剂”，感觉能量更足。所以我特别兴奋，一方面我真心希望能帮助到别人，能让他们静心、减少烦恼、增长智慧，另一方面我的存在有了意义和价值。

有一个供应商朋友，他隔一段时间会参加一次，因为他另外的一个工厂在湖南，有时不在深圳，就在前几天，他带着爱人一起过来参加活动，进门着一副苦相，他说：“他俩刚才在停车场吵了一架，当时是太太开的车，倒车的时候他非要他太太从另外一个方向倒进去，因此吵架。”他自述是一个很自我的人，希望身边人都听他的。读书会分享时，他说：“今年工厂难搞、压力特别大，每天精神紧绷，心情很烦躁，所以来我这里，来这里抄经以后，心情就很平静。”他还说：“在我这里很舒服，也很静心，所以隔一段时间就需要过来一次。”我看到了他言语中的真诚，同时我觉得守候很重要也很值得，哪怕几个月或一年就来一次。晚上还邀请我一起吃饭，他跟我说：“他都多少天没有笑过了，没有像今天这样发自内心的笑，每天感觉苦巴巴的，很久没有像今天这样轻松了。”此刻我是百感交集，滋味杂陈。

这样的故事在智慧栈经常会发生，一天有个朋友过来抄经，聊起他最大的情绪困扰是家庭关系和夫妻关系，我问他：下次能否也邀请你爱人过来。还真来了，后面俩人又来了几次，我建议他们参加新手村，后来他参加了新手村学习。据他说：“之前会因为孩子教育问题分歧很大，夫妻经常吵架，还打骂孩子。因为婆媳关系经常闹矛盾，每天为调和家庭和夫妻关系筋疲力尽、心力交瘁，很焦虑也很痛苦，各自都有离婚的想法。”

后来他说：“自从经常参加智慧栈的活动和每天阅读《觉察之道》，现在家庭关系变好了，夫妻关系、亲子关系融洽了，痛苦烦恼也减少了，感觉很轻松，工作还特别有激情。”此刻我很欢喜，也很欣慰。

有一个来抄经的朋友说:“对待工作都没有像今天抄经这么认真过。”

有一个朋友说：“知道我一直有举办这样的活动，去年感觉自己还不需要，但是现在需要了，所以来了。”

还有一个朋友说：“今天跟队友吵了一架，以往肯定要拉黑他，不理他的，今天不拉黑了。”

在智慧栈有很多令人感动和感人的事，看着他们一步一步蜕变而心生欢喜和赞叹。

智慧栈成立前期，我很希望多点人报名，如果没人报名会有失落感，偶尔也会乏味。现在回想是因为当时有太多的期待。后来深入学习和练习觉察，慢慢地放下了期待。现在来看这一切都是刚刚好，他没来，可能时间未到或者我智慧不够；他来了，或许刚好是他需要的。我需要做的只是静静守候......。

有一次分享时我说：“我是护灯人，我也是灯。”现在有了不一样的体验，如果我是一盏明灯，有人需要自会找来，如果灯没亮，即使来了照亮不了。所以，我认为增长智慧最为重要，觉察力提升，智慧或许会自然显现。

我现在发现带着觉察说的每一句话，每一个行为和动作，都能利他。如带着觉察，时刻心中所思“他人比自己重要”，此时我说的每一句话都是温暖的、有爱的、有力量的，不是好为人师的，不是逞能的。

所以，我突然觉得帮助别人的方式变了，早些年是用四肢劳力去帮助别人，后来是用金钱或物质，现在可能会有一点智慧去帮助别人，所以这是一个很神奇的转变。

在必经之路一步步走来，越走越坚定，在必经留下了我行走的印记，它记录了我的行程、经历与成长；它见证了我的努力、坚持和勇气，也是必经之路的独特魅力。

必经之路智慧栈是城市的灯、我心中的灯，我怀着一份不变的信念与希望，珍惜与奉献，还有许多坚守的力量源泉，始终让我坚韧不拔的向前迈进。

好的，我的分享就到这里。

感恩蓝狮子老师！

感恩必经之路相依相伴的同学们！

日期：2025年5月5日