**《必经之路上被托举着成长》**

**--了情村小七分享小鱼同学，学号：BJXY2504024**

亲爱的蓝狮子老师，同学们大家好：

我是小鱼，4月19日毕业于全然释放村05期，我与必经之路结缘是在“鬼脚七”公众号，关注了很多年，也买过老师的书看过，当时看了觉得很有道理，但是在实际运用中却发现真的是：知识是知识，成不了智慧。所以我在我情绪最奔溃的时候来到了必经之路，很高兴能到这里来，慢慢学着用觉察来对治生活中的烦恼。

在新手村学习时，我很积极，必修与选修作业全都对照完成，但是当时却没自信，认为自己能力低，会议上不敢开摄像头。记得第一次面对面的时候，我还不敢告诉家人，偷偷跑到楼下进入会议室。看到当时的木子村长与考拉向导，她们邀请我打开摄像头，我内心其实很拒绝，开了1分钟就借口信号不好关掉了。她们说：没关系，怎么样都好，我被感动到了。结营分享时我也只在我分享的时候打开了摄像头，其他时间也还是不敢开。结营以后考拉问我毕业去向的时候，我告诉她我去智慧新城，觉得能量不够当不了小七。她说没关系的，跟随自己的内心走。并且告诉我新手村在必经之路相当于幼儿园，等准备好了可以进天空训练营学习。因为我执着于学习更多蓝狮子老师的学习资料，在考拉向导的托举中进入到小七预备营。

进入小七预备营与逍遥星球智慧心城后，我一路懵懵懂懂，在群里问了不少的问题，都有同学热心给了我答案，慢慢地我也对必经之路的学习系统有了初步了解。我每天在智慧心城中按照群公告打卡，慢慢积累智慧豆。一天我在群里看到了情村招小记者，急忙报名参加。很幸运能进入了情村，在了情村中我做了两期小记者，一期向导，无论是小记者还是向导，我都能感觉到大家纯粹的发心，以及对于我们这些新手小七的帮助，我记得我第一次做小记者记录新同学的文字时，排版很乱，最后都是银杏村长帮我改的，我深受感动。所以在了情村04期又做了一期的小记者，想着要进步一点。后来又在我的带飞学长珠珠学长的激励下考到了向导证，在了情村05期试水了一期的向导，能够陪伴他们7天学习我很开心，这就是帮助别人会让自己快乐吧。前几天，银杏学长鼓励我进天空营学习，以更好地学会在生活中觉察。我已经提交了天空营的申请，现在很期待。

我再讲讲学了觉察后我工作中的事。我的工作会面对各种年龄段的人，年轻人来办事就会很快，但有些年纪大的就会理解很慢，让他们去操作一下简单的机器就会大喊我不会，快来教教我之类的。以前看到这些群体，我内心就会先滋生起烦恼和抱怨，尽管会去教他们，但是内心还会不情愿。当我学了觉察后，就会反思以前的自己有傲慢心，不体谅年长者。现在再遇到这群人，我都会很自然、主动地帮忙。前几天遇到一个老年人来办事，他是一个怎样的老人呢？我形容一下外表，头发花白，带了顶白色的帽子，帽子下右边的头脑缺了很大一块，然后衣服穿的也不太干净。以前的我内心说不定就升起了评判，但是那天我就特别耐心，陪他聊了很久。聊天中我知道了他68岁，一直帮人家做小工，前几年帮人家干活时从高处摔了下来，人家也没有赔偿他，自己花了几万块钱。村里们要帮他办低保他也没要，他是没有退休工资的，农村里的农保每个月300多块钱，然后田里大概就一年两千多的收入。瞬间这个老人在我心目中的形象就变高大了，我就特别受感动。在没遇到《觉察之道》之前，我绝对不会陪他安静地聊这么长时间，现在我庆幸我学习了，让我能在生活中找到感动，更好地体验生活。

现在我的觉察能力还不够，每天都还有不同的烦恼，也经常有察觉不在线的时刻，所以我期待能早日进入天空训练营系统学习。

我的分享完了，感谢同学们的聆听，现在把麦交还给主持人。