

## 一路相随的爱，绽放光彩

人世间，每个人都是左手烟火，右手人生，每个人的心里都有诗意和远方，而生命之路，总是冷暖交替。

——黄娟（宁夏）

思考人生真正的意义，分享生命路上遇见的每一处风景和随处可见的感动，学习你我以及我们积极勇敢面对生活的心态，眼角有泪，嘴角上扬，笑着面对所有生命的课题。总结生命每一段旅程都是成长，都是领悟，做一个内心向阳、眼中有光的人，我是黄娟，艺博十五年之际，讲述我和艺博的故事，和一路的感动。

### 邂逅艺博，生命一路高歌

结缘艺博，源于自己以爱的名义把生活过成一地鸡毛，家里气氛冷得能结冰。因为爱，我走进了婚姻，和爱人一起抚养他和前妻生的6岁女儿，于是我自任改造委员会主任，改造的对象就是女儿，我想她变成我想要的样子。于是一次次满怀希望，一次次幻灭……慢慢地我的思想上长出“肿瘤”，让我寝食难安，痛苦不堪，孩子越大，问题越多，青春期开始早恋、逃学、不收拾屋子、不回家、我濒临崩溃的边缘……

上天有好生之德，在我几近绝望的时候，遇到生命中第一位贵人——翟海霞老师，听了她一堂课，改变了我的思维方式，甚

至改变了我的生活，让我这个行走在沙漠中的人看到了绿洲，看到了希望。



参加第1期《中国力量·超能少年英雄营》

那一年是2013年，儿子12岁，女儿20岁。之后，我们开启了一家人成长的心路历程：

2013年9月，初识艺博，儿子上了青少年《超级学习快车训练营》；

2014年1月，女儿上了百期嘉年华启智训练营；

2015年5月，我走进全国第七期父母专业课；

2015年7月，我走进郑州全国首期教练课；

2015年8月22日，我在郑州上第一期《能量智慧》课程；

2016年4月，爱人在中卫上了父母专业课；

2016年7月，女儿和她老公上了父母专业课和教练课；

2016年8月，女儿和她老公在郑州上《能量智慧》课程；

2017年7月，儿子走进大连艺博第一期【中国力量·超能少年英雄营】；

2018年4月，爱人上了郑州《能量智慧》课程。

一路走来，我明白了，一棵小苗的茁壮成长，枝繁叶茂，硕果累累，必须要在根部给予充足的营养，一朵花的绽放需要的不仅仅是阳光雨露，锄草施肥，还要精心呵护，风来挡风，雨来遮遮雨，奈何家庭土壤太贫瘠，哪里来的养分让稚嫩的幼苗茁壮成长呢？那就改变土壤吧，该施肥的施肥，该浇水时浇水，该光照时光照，该除草时除草……环境变了，一切都将会改变，一切美好都将会呈现。

### 师者仁心，香远益清，匠心以致远

读万卷书不如行万里路，行万里路不如阅人无数，阅人无数不如名师指路。戴东老师常说：就连一个泼猴都有老师。走进艺博，庆幸的是我遇到了生命中数位老师，他们身体力行，演绎着生命动人的乐章。其中对我生活极具影响又无比敬佩的老师：

第一位：翟海霞老师，知性美丽，她有着美丽的诗篇和清晰的远方，同时她用生命谱写着一段段腾挪跌宕的传奇，她用生命告诉你，何为真正的活着。她是我第一位在艺博认识的老师，和

她认识于 2013 年秋儿子初一家长会上，听了她讲艺博的经典公益课《做最好的家长》，两小时的课程，上千人的会场掌声雷动，无比震撼，同时也为我之后的人生的改变种下了一颗心锚。

第二位：戴东老师，一位智者，太多人心中的老师。一位用故事让你看到事物的真相，让你明白解决问题必须提升思维，告诉你就是那个能工巧匠，遇事向内看，学会给自我系统杀毒升级。他说你不恋过去，不惧未来，活好今生，不留遗憾。初见他是在 2014 年 1 月 15 日，女儿上银川的《青少年启智训练营》，真正的缘分从 2015 年 8 月 22 日郑州第一期《能量智慧》课程开始。

第三位：徐杨老师，一位学高为师，身正为范的尊者。即使一身随随便便的休闲装也掩盖不了尊贵的气质。在他的身上彰显着纯粹真挚的教育情怀、骨子里的谦卑、专业高度和广度和极具亲和力的笑容。第一次见到徐杨老师，也是在 8 月 22 日的课堂，他背着一部相机，或坐或蹲用心去呈现着每一个动人的景，殊不知他却装点了别人的梦。

万物皆有裂缝，那是光照进来的地方。感谢我生命中那些裂缝，让这般优秀的师者用最耀眼的光亮，驱散了我内心的黑暗和阴霾，日日沐我心，让我拭去心灵上的灰尘，慢慢地融化了心里的坚冰，跟随他们的身后，每一天复盘优化自己的人生，让自己从索取爱，到交易爱，到智慧爱，到成为爱，让我的生命每一天有了不一样的意义。



艺博少年刘治谦参加第 1 期广州站《能量智慧》

## 不问收获，只是耕耘，种好自己的田

2016 年 11 月，我开办了自己的艺善享读书会微信群，每天开始线上读书，从最初戴东老师的《这样培养孩子才优秀》开始读书分享，到疫情期间的大于众学 APP 100 天的课程学习，以及艺博十年故事集《一路前行》，到至今《觉醒父母》读书，大约进行了 300 多场。

2017 年，我开始线下读书会，分享自己所学，从最初的战战兢兢，说话时声音在抖，手在抖，腿在抖，到现在的 100 多期。读书会场地我们曾经用过第三方教育、学校、单位会议室、朋友家里、到现在的固定场地，从最初的艺善享中卫读书会一家，到现在两家，还有一家读书会开到了医院科室里，还有一家社区读书会正在筹备中。

人世间，每个人都是左手烟火，右手人生，每个人的心里都有诗意和远方，而生命之路，总是冷暖交替。中卫，2020年年初城市人口15万的边陲小城市，从最初我和爱人两个人，到有了一个家长，到几个人，到现在有一帮志同道合的朋友，到现在每周两场线下读书会。这期间，有过退心，有过迟疑，在最坚持不下去的时候，爱人说，没有人咱们自己先学。

2020年7月，传爱基金课程如火如荼，我们一群人去银川学习，在返程的高铁上，大家纷纷表态要把课程带进中卫，让更多人可以听到这样一场有价值的课程。12月12日，传爱基金公益父母课终于走进了中卫，戴怀量老师，带着总部的大力支持，从千里之外一路披星戴月，舟车劳顿，给这个城市撒下更多的火种，让这个安逸的小城市里更多人慢慢醒来。

### 远方有诗有诸多姐妹和一路相随的爱

其实，最美好的生活方式，不是躺在床上睡到自然醒，也不是坐在家无所事事，更不是走在街上随意购物。而是，和一群志同道合的人，一起奔跑在理想的路上，回头有一路的故事，低头有坚定的脚步，抬头有清晰的远方！生活就是一场不断学习的旅程，心灵生活的富足才是真正的富有。

在这个过程中，一路走来，有了一帮志同道合的姐妹，我们在读书会一起唱，一起跳，一起笑过，一起哭过，一起学习，一起成长，一起把爱传出去。在这个20万人口的边陲小城市里，正

是有这样一群有爱心的人，愿意为美丽自己城市的“艺伙人”，我们从最初的一家分院，一名爱心大使，到现在的两家分院，十名爱心大使，我们分别在2020年12月12日—13日，2021年4月18日举办了两期传爱基金。一路走来，太多的感动，太多的收获，感谢陪伴我一路成长的师者们和一帮姐妹们，感恩生命中的每一次遇见，和一路相随的爱。