**我终于回到了原点**

尊敬的蓝狮子，宗翎老师，亲爱的同学们，新年快乐。

我叫小静，来自重庆。自考本科英语专业。从事外贸工作，现在在阿里巴巴国际站上卖鞋子。到今年正月初九，我和队友就结婚13周年了。我和队友是小学，初中同学，初中做过同桌。队友是大车司机，结婚后基本很少在家。孩子他基本没带，尿不湿都不知道怎么用，可是他一见到别人带小宝宝会主动分享带孩子的经验。他就是这样的人。我表嫂之前这样开玩笑地评价过我队友：不管说什么，他都会！

我是通过好朋友的队友推荐鬼脚七公众号而关注的必经之路。我在2022年1月就在必经之路抄经吧小程序上打卡，但是到2022年11月才加入必经之路新手村014村初心村，村长是俊池姐，那时候她生病才动了手术。新手村毕业后我做了一期志愿者。在2023年11月重回必经之路做志愿者工作。2024年3月加入11期天空营，然后一直跟随到了深海班。在必经之路我负责中部地区智慧栈每个月的数据工作。常在新手村和文案金句小组活跃。

来必经之路的前一年我面临着担心中年失业，孩子不听我话，队友又不在家，内心很焦虑与沮丧。

在2024年3月11期天空营，我的船长是琳达姐。我们那一期同学多，船票靠抢，至今我还保留着抢船票的闹钟，写着“琳达船长抢名额”。很感谢琳达船长在那21天的耐心引导与陪伴，还给我打电话讲解作业。刘伟大副，他一直鼓励我，勇敢点，大胆点，真诚点不要怕剥洋葱。感谢我的船友十年和阿雷同学，每天陪着我，拉着我一起走。还要感谢把我捡起来的慧贞同学。

其实来到必经之路以前，我根本不知道什么是修行。听说过这个词，也是只是听了。我觉得修行离我很远，会联想到山里孤苦撞钟的和尚。来到必经之路后，我才明白生活处处是修行，修行不在外境而只在于自己的心。我之前没有一点修行概念，也从未接触过真正的修行人。蓝狮子和宗翎老师讲的很多故事我来没听过，但我深信不疑。

在家庭生活中，特别是夫妻相处时，我应用到了蓝狮子讲的一个口诀，特别管用，没有失手过。就是：“都是我的错，你是对的。”以前队友会批评孩子，顺便把我数落一通。当他一说孩子都是我没有教育好之类的话时。我一听又委屈又愤怒，我为家庭付出这么多，家里什么事不是我，你还这样说，有没有良心？免不了各自拆苦，一场激励的唇枪舌剑谁都不饶谁。

当我学到了“都是我的错。”情况就变了。当听到队友在抱怨我没有教育好孩子之类的话时，我一把掐灭了那根委屈又愤怒的小火苗。我漫不经心地回答：“是呀，都是我的错。”队友会看看我，场面顿时显得落寞了，接下来什么事也没有发生。

自从天空营预备营开始我就每天静坐练习，天空营后我每天都做觉察练习。心里总会问自己：“你在干嘛？”修行就像一条单行道，上路后没办法掉头。虽然我做得很差，但我一直在做。就算静坐时常被带跑，我也坚持做不问为什么。有时候我也很想有一种特别的感受，可你越想要特别的感受的时候就越不会有。只有你什么都不期待，变得傻傻的时候，反正会有意想不到的体会。

我做得很差，我告诫自己不要放弃，我也反问自己：“你想再迷路吗？”修行是让自己不迷路。修行是自己对自己的要求与别人无关。

我今天分享的主题是我终于回到了原点，是说我和我队友的故事。和他结婚后总有几件事困扰着我，下面我开始我的分享。

我和队友最开始本来是我爸爸托媒人给介绍的，但当时没有成功，后面我队友又主动来追我。他买了烟和酒找我爸私聊了，不知道说的是什么，后来我们又慢慢走到了一起。

我和队友重新认识的时候他刚从部队退伍没有工作，而我那时候在东莞打工。那时候我就知道队友爱玩游戏，我以为是没有上班消磨时间，队友也反复说我不像别人有游戏瘾，我就是随便耍一耍。结婚后我知道了他游戏瘾大。

我做月子时，我在没日没夜照顾奶娃，他就在隔壁也没日没夜打游戏。婆婆也没有帮我带娃，我摸索着照顾奶娃，心里有怨气。有一天晚上，我很生气把电脑给砸了。还有一次小孩半岁的时候得了肺炎，要半夜去挂号，晚上12点了队友去医院挂号，我手机上忽然收到银行卡被刷的信息。我告诉队友说有人偷了我的银行卡，我要报警。队友马上回来说不要报警，银行卡是他刷的。但去医院给孩子看病要付医药费时，他却没有钱。那天我在医院很伤心地哭了。

慢慢我知道了队友不太讲究卫生。内裤总是好久都不换，白的穿成灰的。那时候小孩才几个月大，我忍不住给公公打电话告状。但根本没有一点用。平时我在家里拖地，他会觉得已经很干净了。是我没事找事做。

队友脾气暴躁，有一次我坐他车去送货，上了高速路我提醒他系安全带，他就一顿蒙操作狂吼，我晓得啦！

那时候我觉得我队友和我不是同路人。我总把目光聚结在那些看起来像是我同路人的身上。凡是我在心里做一个比较，总觉得别人比队友都好。

那些早上买菜的中年男性，我觉得这样的才是爱家顾家有耐心的人。我就想有个那样的队友。

我对面的男性邻居总是一大早就起来做饭，买菜，洗碗，让我总是很羡慕，我想有个那样的队友。

每每听到身边男性说辅导孩子，陪伴孩子什么的，也让我很羡慕，我也想有个那样的队友。

我觉得像我这么好的脾气好又这么善解人意应该要配得上一个更好的队友。

我想到了张爱玲的《红玫瑰与白玫瑰》:“娶了红玫瑰，久而久之，红的变成了墙上的一抹蚊子血，白的还是床前的明月光，娶了白玫瑰，白的更是衣服上沾的一粒饭粒子，红的却是心口上的一颗朱砂痣。”虽然写的是男性心中的女性，但我觉得这同样适用于女性眼中的男性。

在 2017 年我遇到了一个我认为的符合我好队友标准的人。于是我向队友提出离婚。他不同

意。他家里人知道我要离婚，让我净身出户。房子孩子都不能给我。我队友后面和我说，他

没听他们的。但他不想离婚，他说不管我做什么，只要不离婚就行。

那时候队友竟然感谢我，他说：别人都把他看错了，只有我选择了他。我理解的意思是别人误会他了，他其实是一个挺不错的人。结果没人看上他，只有我看上了他，他感谢遇到我这个伯乐。本来半年分居，再次向法院起诉就可以成功离婚的。但我选择了不离婚，好好生活。

队友今年第一次在家过一个长假。一回家看到小孩子玩游戏，他立马说：我都不玩游戏了。游戏没意思。在说这个话的时候，他也准备了一个大屏幕开始了他的游戏生活。打累了就睡觉，睡觉时就挂机。一天24小时挂着机一直打了1个多月。睡觉睡得很少。虽然这时候我带着觉察知道他打游戏也是他的静心。那时候小孩子睡电脑房隔壁，睡不着。我有好几次都想把网线给他拔了。但最终没有。不过我有二次把他的主机给关了。

1月24号我们放假，头一天说好一起做卫生。他一口答应，结果第二天死活叫不醒。一直到快中午12点了。我在他床头给他放了一首《青藏高原》，他终于醒了。醒了第一件事就是看电脑。边看电脑边问还有哪些要做？搽哪里？怎么搽？ 我一听就火了。看都不看就直接问，不能看一眼吗？但那天我觉察到了，很耐心地告诉他在搽哪里，建议他怎么搽。他忙完电脑看厕所吊顶。马上发问：这个怎么搽？是呀，他平时一个人在外生活惯了，哪里做这些呢。 我告诉他怎么搽他三下五除二就完事了。我直夸他表扬他搽得干净，搽得好，没他还真不行。

1月26号他去帮他姑姑切菜。头晚应该又熬夜了，切菜回来后就睡觉了。回老家看他生病的公公的时候又睡觉喊不醒。这时小孩子在一旁玩着手机游戏。一连串的对镜没有盯住，我一把扯过小孩手上的手机砸了。手机烂了，队友很生气，瞌睡也醒了，于是没有载我就开车回了家。过后我意识到是我的问题，我买了手机赔他。

除夕夜， 我们从老家过完年回家。队友躺在沙发上和孩子玩手机。我在厨房收拾，洗碗洗衣服给猫蒸鸡肉。生气地我又很想给队友买火车票让他赶快走。然后我想象着他走后，此刻是我一个人在厨房，孩子一个人在沙发上。

我突然看到了！看到了一个循环！

队友不在家

我想他回来

他回来了

我觉得他烦

我想他走

他走了

队友不在家（开始循环）

.......

对！我并不想那样。我想要一家人在一起！多一个人家里多一股热气，多一个人至少可以陪一下孩子。至少可以接送孩子！至少有人可以做饭！我想要的不正是此刻的生活吗？但我正在亲手毁掉它。我正在把我想要的生活推出去！

我恍然大悟！

突然我想起来了，我想起最初的那个时候。

婆婆不同意我和队友结婚，那时候我已经怀孕。因为我婆婆觉得我的家庭我爸爸不招人喜欢。我队友找来他的大姨妈说服我婆婆。

结婚的当晚我婆婆和我队友说结婚后我们的钱由队友来管。过后的生活中队友并没有那样做而是把他的工资都给我保管。我们这个小家庭的经济支出大多数是队友的贡献。

我想起我小孩子还很小的时候，队友在超市当司机，我带小奶娃。每天都是他买菜回来然后煮饭给我吃。导致我结婚后厨艺大降，到今天小孩子一看我做饭就抱怨，让我和他爸爸学习一下。

我想起队友在家里的日子里，都是他买菜做饭。早上负责送孩子上学，晚上负责接孩子放学。还陪孩子运动一起打羽毛球。周末我说早点去公园逛，他就负责当司机。我说想吃包子他就去买。

我想起了他工作不怕辛劳，他单枪匹马去新疆挣钱。跑车总是最积极的，在外打工总是省吃俭用。此时队友穿的衣服和裤子都是他表弟不要的。衣柜里他的衣服最少，只有几件，几大格子衣柜他的衣服还没有一格。而且都是很旧的。每次我说要给他买衣服，他总说他不需要。

那些所谓的好队友的标准，我挖到了自己的执着点，我总是想做不是自己的自己，我总想得到不是自己的东西。我手上有一块宝，而我总想要另一块石头。

我终于明白了，从开始到现在队友没有变。而我就像坐过山车一样，从山谷冲到山顶再降到了山谷现在终于停下来了。 回头看自己，感觉像一场梦，我在梦里自编自导了一出长长的戏。

在痛苦无助时我才真正想要去改变。我曾经也总是反问自己，像我这样的人怎么会遇到这样的婆婆？为什么婚姻生活是这样的？现在我知道了，烦恼痛苦是我一直有期待与执着。我想有一个像妈妈一样的婆婆，我希望婚姻生活是幸福甜蜜的，希望自己总是被关注是被理解的。如果不是，我就烦恼痛苦。

好像又回到了13年前，此刻我在写分享稿，队友是我旁边打游戏。我不是没生气，他开着手机语音大声说话，我有点生气说不能小点声音吗？不能带上耳塞吗? 他立马就把声音关小了。他都把声音关小了，我还要怎样呢？总是盯着那些自己认为的缺点，对那些优点却视而不见。没法改变，就去接受。就像初中我们同桌时，我在听课，而他在睡觉。我并没有喊醒他，而是自己听自己的课。

分享稿快写完了，我停下来，看看队友，问队友要不要吃药？他打球胸部受了伤。公公给他包的药粉粉。他说要吃。我去 给他倒水。把药放到他手里。看他吃下，又给他喝甘蔗水。他没有感谢我，而我觉得这也是

理所当然的事。

之前有朋友问我，还离婚吗？我说不离了，我队友对我有知遇之恩。来来去去曾经那些觉得我很好的人都没有选择我，而我队友坚持他的选择一直保持初心，他才是我的伯乐。

谢谢大家。我的分享完毕。