尊敬的蓝狮子老师、亲爱的必经之路同学们，大家晚上好！

我是蔷儿，目前定居上海。2025年的元旦，我加入新手村学习，1月12日毕业于单行线村9期，首先我想感谢我的必经引路人李敏同学，一次偶然的机会，我们俩约了一起跑步，我们边跑步边聊天，大约聊了一个多小时，她谈到了必经之路，还有她在必经之路的一些成长经历，也不知道为什么，我特别上心“必经之路”这四个字，当天晚上孩子睡觉后，我安静的翻看了必经之路公众号，阅读了几篇文章，感觉心灵深处点燃了一盏灯。很快我领取了心经纸，加了慧远微信，进了村里！开启了我在必经的幼儿园生活！我心中没有带任何的怀疑，知道当下的我，需要必经之路！我是一个一旦做了决定就不会放弃的人！所以，我知道自己是一定能跟住必经之路的！因为我需要它！其次要感谢我的村长吴迪，这次分享也是吴迪村长给了我这个机会，能想到我，我是幸运的！

大家知道我为什么叫蔷儿吗？因为我的真实名字叫卞强，可能父母希望我变强吧！我有两个儿子，所以叫了蔷（强）儿！我来自内蒙古乌兰察布，吃着牛羊肉长大的女汉子，从小性格坚韧好强，不服输，可能和名字有关吧！在爸爸妈妈眼中从小就是优秀的女儿，学习用功，体贴父母！在两个儿子眼中，我是位温柔善良的妈妈，两个儿子都喜欢和我聊天，说笑。但在队友眼里，我却是个挑剔抱怨的人。大学毕业后，认识了现在的队友，当年的他，在上海IBM工作，拿着高薪的典型IT直男，那时我也自认为自己很厉害，一口流利的英语，做着进出口贸易的工作，梦想很大！在母亲不同意的情况下，我毅然决然的从北京来到上海发展！那时的我觉得队友踏实、勤快、长得威猛高大，虽然不会甜言蜜语，但是踏踏实实，给足了我安全感！现在结婚18年了，我们一起经历过风风雨雨，不管是家庭中还是工作中，和很多人一样，生意上遇到过不少的挫折和打击，但我们一起面对，一件一件的事情都扛过来了，但他还是那个他，没有变，踏踏实实工作，勤勤恳恳为了老婆孩子过上更好的日子，很负责的在努力工作。所以这些年我是感谢我的队友的！他给了我足够的物质和精神上的安全感！其实真正的发自内心感恩队友是从我遇到必经之路开始的！大家是否和我一样，外人面前，我们如同一缕春风，总是展现出最温柔的一面，通情达理，包容友爱；然而，面对队友时，却常常变得苛刻挑剔，耐心似乎瞬间消逝，当队友行为不合己意时便强加指责，之前的我，就是这样的人，队友做的越多越看不顺眼，现在回想起当年的自己，我觉得很可笑！我现在不会愿意跟之前的自己交朋友，记忆中蓝狮子老师在《人生必经之路》这本书中也写过自己，那时候的我心眼小、计较、精明、自负、自私、......反正缺点说不完，而且那时候我好高骛远，虚伪，把自己的缺点隐藏的很深，很神秘，大多数人都看不出来。以前的我，就喜欢拿队友和别的男士来比较，经常会贬低队友，因为他胖，不在乎自己的形象，我却总用言语伤害他。说到这里，我真的很讨厌当年的自己！想与之前的我画个大大的句号！

其实我的队友除了肚子胖，不会表达爱，他的优点很多很多，勤快、顾家、有责任心、对孩子付出、逻辑思维强、会赚钱、我从来不会因为没钱犯愁，他只要在家，一天三餐、荤素搭配的非常好，每次做完饭，厨房总能保持干净整洁，孩子们脱下来的脏衣服，他第一时间清洗掉，晾干的衣服，他总是叠的很整齐，这些是多少男人没有的优点啊！结婚18年了，我也知道队友有很多优点，但是这么好的队友，我总希望他心胸宽广一些，遇到事情能多包容我一些，看，这就是没有学觉察的我！多么执着！曾经很多次生气，总会对他说一句话：“你心胸能否宽广一点点呢？”看，这就是我！遇到事情，希望队友改变，而不是自己心胸变得宽广一些，总想要一个完美的老公！现在真的觉得好笑！

很幸运遇到了必经之路，让我每天都能提起觉察，遇事学会了向内求，有了慈悲之心，情绪也少了很多！生活中的鸡毛蒜皮虽然都是小事，但如果不懂修行，不懂觉察，也是非常可怕的！目前，我在做抄经带领员、向导、线下智慧栈联络员的工作、加入了点灯人闯关计划，打算学习wiki，一步步体验，一点点成长！谢谢大家的聆听！感谢同学们！我的分享结束，把麦交给主持人！

蔷儿 女 BJ2501032 3月7日