

## 心灵桃源——节选自《第六章 宁静致远》

什么是婚姻中的“心灵桃源”呢？

那是一个你可以将生活的忙碌、纷扰和“喧嚣”暂时抛到一边，有足够的时间省察自我、聆听上帝声音的地方。你可以在这片桃源中独自体验，也可以与爱人共享。

为什么这样做需要勇气呢？因为你周围的一切，如活动列表、需求列表和工作，都像蹒跚学步的孩子发怒时一样，号啕顿足，蛮横地要求你立即付出精力、予以关注。对此掩耳不闻、坚决抵制的确需要相当大的勇气和决心。

当我和芭芭拉为婚姻生活的“心灵桃源”腾出空间后，得到的回报真是无法估价。从繁忙的家事中抽出身来，享受一段不受打扰的时光，这种感受简直无与伦比。

你会问：“怎样才能让自己定期回到这片桃源呢？难道代价不大吗？”

并不一定。你们的“心灵桃源”不一定非得是顶级的旅游胜地或夏威夷怀基基海滩上的豪华公寓。

### 每周“心灵桃源”

直到今天，我和芭芭拉始终坚持每个周日的晚上一同度过。你也能这样做。再说一遍，你不必到豪华餐厅花上一大笔钱。坐在华夫屋、丹尼餐馆或国际烘焙店里就能搞定。这些年来，我们一直利用这段时间回顾上周发生的事情，也会取出日程表，确保未来一周内我们能天天保持步调一致。

当然，我们也会利用这个机会确定家庭的行动方向。因为很多决定对婚姻压力指数的影响往往要出乎我们的预料，所以我俩需要仔细斟酌，让我们的决定真正反映出这个家庭的核心价值观。

我们会把要买的大件物品、学校开支、管教子女的问题和夫妻关系从头到尾认真梳理一遍。

回顾往昔，我们敢说：相约共同度过一个晚上，是我们曾经做出的最重要的约定之一。