

一千次感谢

one thousand gifts.

在当下勇敢活出丰盛生命

安·福斯坎普 (Ann Voskamp) / 著

冯倩珠 / 译

A Dare to Live Fully Right Where You Are

六十周蝉联《纽约时报》畅销书榜单，销量逾百万册

上海三联书店

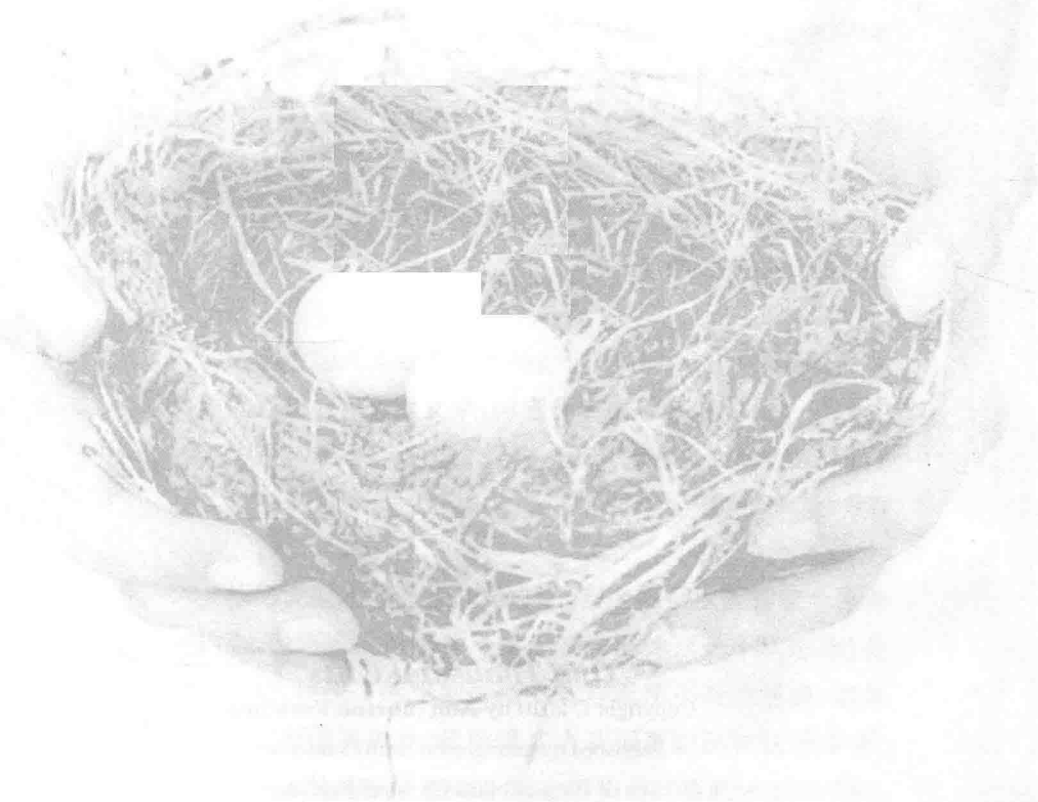
一千次感谢

one thousand gifts.

在当下勇敢活出丰盛生命

安·福斯坎普 (Ann Voskamp) / 著

冯倩珠 / 译



上海三联书店

图书在版编目(CIP)数据

一千次感谢/(美)福斯坎普(Voskamp, A.)著,冯倩珠译.
—上海:上海三联书店,2018.12
ISBN 978-7-5426-5460-1

I. ①一… II. ①安…②冯… III. ①自传体小说—美国—
—现代 IV. ①I712.45

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 015891 号

一千次感谢

在当下勇敢活出丰盛生命

著 者 / (美)安·福斯坎普

译 者 / 冯倩珠

策 划 / 徐志跃

责任编辑 / 邱 红 李天伟

特约编辑 / 江南慧

装帧设计 / 周周设计局

监 制 / 姚 军

责任校对 / 张大伟

出版发行 / 上海三联书店

(200030)中国上海市漕溪北路 331 号 A 座 6 楼

邮购电话 / 021-22895540

印 刷 / 上海盛通时代印刷有限公司

版 次 / 2018 年 12 月第 1 版

印 次 / 2018 年 12 月第 1 次印刷

开 本 / 890×1240 1/32

字 数 / 150 千字

印 张 / 8

书 号 / ISBN 978-7-5426-5460-1/I·1103

定 价 / 48.00 元

敬启读者,如发现本书有印装质量问题,请与印刷厂联系 021-37910000

One Thousand Gifts

Copyright © 2010 by **Ann Morton Voskamp**

Published by arrangement with Zondervan,
a division of HarperCollins Christian Publishing, Inc.

一千次感谢

在当下勇敢活出丰盛生命

……许多写作信仰方面主题的作家，并没有做文字上“道成肉身”的辛苦工作：将属灵真理通过日常生活所在的物质世界表达出来。安·福斯坎普才华横溢地做到了这一点。

——杨腓力 (Philip Yancey)

《恩典多奇异》《无语问上帝》作者

这一周最精彩之处：阅读安·福斯坎普的《一千次感谢》。伟大的信息，直指人心的写作风格。

——陆可铎 (Max Lucado)

《无与伦比的恩典》《你当刚强壮胆》作者

一部注定成为经典的作品。这类书你会一读再读，只为单纯的乐趣——珍藏文字，体会作者内心深处。

——玛丽·德穆思 (Mary DeMuth)

《回忆录——稀薄的地方》作者

从何说起才好？我该对你说，安·福斯坎普怀着一颗神秘的心，像诗人一般写作？还是该告诉你，《一千次感谢》是如此深刻，讨论了感恩的生活方式与无所不在的恩典，如果我们将这种信息内化，就能像亚当认识夏娃那样认识基督。要书写这种美丽而亲密的结合，必须拥有灵性艺术家的笔触。

打开这本书,然后打开你的心。

——莉萨·惠尔彻尔 (Lisa Whelchel)

《成年人的友情》作者

这本书将改变你看待世界的方式。

——玛丽贝思·惠伦 (Marybeth Whalen)

《信箱》《生活看似简单》作者

我一生很少有这种荣幸分享如此优美之物。翻过书中的一页又一页,我渐渐相信自己的人生将不同以往。读这本书,准备好成为全新的人。安,谢谢——你是我今日清单上的第一千零一次感谢。

——安吉·史密斯 (Angie Smith)

《我必保抱》作者

读《一千次感谢》让我不时想起沃尔特·惠特曼萦绕人心的诗句:“最后到来的将是那诗人”。以清晰而抒情的语言描述熟悉的日常生活和伤心的旋律,这是一项罕见的天赋,但安似乎毫不费力做到了。最重要也最美好的,她运用这种语言讲述了一个生命的故事——她的生命通过感恩的简单举动而转变的故事。那诗人终于到来。

——马克·布坎南 (Mark Buchanan)

《享受安息》《属灵韵律》作者

安·福斯坎普的《一千次感谢》引人入胜、充满诗意、打动人心,要我们敢于凡事谢恩。福斯坎普以优美的叙述,柔弱却无畏地重现那些痛苦、偶尔伤心至极的时刻。《一千次感谢》是一部饱含智慧的希望与火花的杰作,其中简单的事实将启发你在日常境遇(无论顺境或逆境)中发现恩典。

——马修·P. 特纳 (Matthew Paul Turner)
《去教会》《非礼勿听》作者

这本书本身就是最好的恩典——读完最后一个字,这本书将陪伴你,给你长久的祝福。

——霍利·格特 (Holley Gerth)
“黎明” (DaySpring) 贺卡主编

若想探索内心最深处,懂得喜乐——去读你的圣经,也去读这本珍贵的书,这是通往神和生命深层美善的入口。

——凯莉·M. 库尔贝格 (Kelly Monroe Kullberg)
《跨越哈佛再遇神》作者

安·福斯坎普写作充满活力,且具有敏锐的洞察力。

——托尼·伍德列夫 (Tony Woodlief)
《世界》杂志专栏作家,《更神圣的地方》作者

这本书如同一场寻宝游戏。安坐在你身旁,她的话会启

发你,打开通向神圣喜乐之门。

——鲍比·沃尔格穆特 (Bobbie Wolgemuth)

《晨光掠天而过》作者

《一千次感谢》读来仿佛在欣赏一系列获奖照片,使读者驻足,惊叹于这些生命零星片段的深度与细节、光与影。安·福斯坎普用令人着迷、难忘的文字讲述了画面背后的故事。

——艾利森·皮特曼 (Allison Pittman)

《今生及永恒》《忠贞不渝》作者

献 给

照料培育我灵魂的丈夫



目录

CONTENTS

- 001 / 第一章 虚己、丰盛的生命
- 017 / 第二章 生与死二字准则
- 036 / 第三章 第一次飞翔
- 059 / 第四章 时间的圣所
- 078 / 第五章 在这世上，究竟什么是恩典
- 103 / 第六章 “你想要什么？”——得见神的地方
- 124 / 第七章 对着镜子观看
- 144 / 第八章 神白白地厚赐万物
- 167 / 第九章 谦卑自己
- 187 / 第十章 虚己以待
- 207 / 第十一章 与神亲近的喜乐

229 / 后记

234 / 致谢

237 / 注释

虚己、丰盛的生命

每一个罪恶都是一次逃离虚空的尝试。

——西蒙娜·韦伊 (Simone Weil)

一轮红日映满八月的天空，那是故事的开端，是我出生的那一天，我生活开启的那一天。

在母亲承受着撕裂的痛苦中，我破茧而出。世间的空气烧灼着初生的肺部，我如同每一个来到世上的人一样：攥着拳头降临。

我从她完全的包裹中离开，将她掏空——她流着血。皱巴巴、脏兮兮的我呱呱坠地，被举到了光亮处。

然后，他们给我取了名字。

还有比这更短的名字吗？只有三个字母，不加装饰。“安(Ann)”，曲线与直线的三重奏。



它的意思是“充满恩典”。

而事实并非如此。

什么是充满恩典的生活？**全身心地投入生活？**

他们清洗了我苍白的皮肤，我呼吸，挥动起双臂。我挥动着双臂。

几十年来的生活里，我持续挥动着双臂，努力着，而结果看来如此地……**虚空**。我辜负了自己的名字。

或许在头几年，我的生命缓慢地绽开，如掬起的双手般蜷曲，是一只承接神恩的器皿。

而关于那几年，我并没有记忆。有人说，创伤的电流能震醒记忆。那是我四岁那一年。那一年，我妹妹倒在血泊中死去。于是我，以及我们全家人，对神恩闭锁起大门。



我站在门廊的侧窗边，看到父母震惊地俯下身去。我不知道母亲在我出生时抱着我、呼唤我名字时的样子，是否如同此刻她抱着死去的妹妹。

在十一月的日光里，我看到父母亲坐在屋后门廊的台阶上，摇晃着怀中妹妹被包裹起来的身体。我把脸贴在厨房冷冰冰的窗玻璃上望着他们，看他们动着嘴唇，嘴里念叨的不是睡前祷词，而是对妹妹痛彻心扉的呼唤，恳求她神奇而完好地醒来。但她没有被唤醒。警察来了，填写了记录。鲜血透过毛毯渗出来。这一幕我看在眼里，至今仍历

历历在目。

回忆汹涌地在心底燃烧。

她的血渍将我灼伤。见她无所披覆地躺在那里，更令我痛楚不堪。她只是蹒跚地跟着一只猫咪，才刚踏进那条农场小路。我看到运货的卡车司机坐在厨房餐桌边，将脸埋进双手。我记得他呜咽着说，他完全没注意到她。然而我至今还能看见她，无法忘怀。她的身体，脆弱而幼小，在我们家的农场上被卡车的货物压伤，血液浸透了车辙碾过的饥渴土壤。那一刻天地扭转，打落了所有掬起的双手。我仍能听见母亲目睹惨状的尖叫声，仍能看见父亲的双眼瞬时泛起泪花。

我的父母没有提起诉讼，他们务农为生，他们继续努力呼吸，继续活动身躯，以阻止灵魂枯萎。母亲晾衣服的时候哭了。她把我最小的妹妹抱在胸前，妹妹只有三周大。我无法想象一个生下第四个孩子才过了几周、身体还很虚弱的女人，亲眼目睹她的第三个孩子血染满地死去。她一边为小婴儿哺乳，一边为下葬的女儿悲痛。父亲在晚餐后对我们讲过一千次，讲妹妹的双眸清澈如水，讲她拥抱他时会勾住他的脖子、死命地抱着他。我们把她的死视作意外。但这件事的发生得到了神的允许？

多年以来，妹妹瘫倒在砂石路上的身影会在夜晚闪现。有时候在梦中，我抱着她，她躲在母亲为她缝的被子里，浅绿色的被子上有手工绣的矮胖子和小波碧*，她被安然地包裹

* “矮胖子”和“小波碧”皆为英国童谣中的人物。——译者注



着。我等待她伸展,等待她重生。然而土地却张大了嘴,将她吞没。

我们站在墓穴边,双脚蹭着泥土。天空片片离散。一团土块掉落在棺木上,碎裂开来。碎土之下是我的妹妹,浅金色头发的妹妹,会逗弄我而后大笑的妹妹;我记得她仰头大笑的样子,乳白色的脸颊上开心地漾出酒窝。我想要紧紧抱住她令人捧腹的岁月。他们把墓碑平放进土里,那块黑色花岗岩石板上没有刻日期,只写了她名字的五个字母。艾梅(Aimee)。意思是“心爱之人”。她正是。我们爱她。她的墓碑放下,眠床闭合,我们的生活也关闭了。

关闭了所有对神恩的信念。

~

真的,当你埋葬了一个孩子——或者只是当你每天醒来,面对真实的生活——你无声地自问这个问题。没有人听见。**到底有没有一位良善的神?** 漫漫长夜,一张婴儿床空空荡荡,而灵柩却被虫子啃噬,给我们美善恩赐的神真的存在吗? 神到底在哪里? 当婴儿死去,婚姻破裂,美梦告吹,化作风中尘埃,神怎能是良善的呢? 当癌症侵蚀,寂寞刺痛,我们心中莫名之处无声灭亡、无故断裂、腐化殆尽,神赐的恩典在哪里? 主的喜悦隐匿在何处,使世间满是美好事物的神隐匿在何处? 当生命充斥伤害,我如何全身心地生活? 当我必须麻木地面对失丧、面对破碎的梦、面对一切抽空我的事物,我

要如何清醒过来以便活出喜乐、恩典、美善，以及最完满的生命？

我的家人——父亲、母亲、哥哥和最小的妹妹——多年来，我们都默默地问着这些问题。我们毫无头绪。这些年来，我们的内心充满疏离。我们攥紧拳头活着。神在十一月的那一天所给予我们的，给我们留下了深深的伤口。谁敢再次冒险？

多年后，我坐在我家棕色格纹沙发的一端，我父亲舒展四肢躺了下来。他开了一天拖拉机，风吹日晒，精疲力竭。他要我帮他顺一顺头发。我将他额前的头发顺到脑后，他的头发被帽子边缘箍出一圈痕迹。他闭起了眼睛。如果我看着他的双眼，便绝对问不出这样的问题。

“爸，你还上过教堂吗，像很久以前那样？”礼拜天早上，邻居的两家人会轮流接我去教堂做礼拜。他们会一手捧着圣经，一手提着熨烫平整的连衣裙。父亲那时候都在工作。

“是啊，小时候我上教堂。每个礼拜天挤完牛奶之后，你奶奶都要我们去。她觉得那很重要。”

我盯着指缝问他的黑发，揉乱了几缕。

“那你现在觉得不重要了？”这句话小声得几乎听不见，凝固在空气里。

他把格子衣袖朝上推了推，挪了一下脑袋，双眼仍旧闭着。“噢……”

我等待着，双手梳着他的头发，等待他找到合适的字眼来表达感觉，那些和笔挺的领带、上浆的衣领不尽相符的



字眼。

“是的，我想不再重要了。艾梅走后，那些事情我都不管了。”

记忆中的画面爆裂开来。我闭上了双眼，觉得晕眩。

“说起来，如果天上真的有神存在，那一天他们准是在睡觉。”

我什么也没说，喉间的阻塞炙烫，余烬未泯。我只是轻梳着他的头发，试图安抚他的疼痛。他爆发出更多的情绪，并将之付诸言语。

“为什么要让一个美丽的小女孩死得这样无谓无益？而且还不只是死，她是被**杀死**。”

说出这个词，他的面容扭曲了。我想要抱住他，直到他不再痛苦，想要把所有痛苦驱散。他的眼睛依然紧闭，只是摇着头，想起了那让人无法接受的往事，可怕的十一月的那一天——深深烙印在我们生命中的那一天。

父亲没有再多说什么。他的摇头已说明了一切，说出了我们合拢的双手、我们伤痕累累的颤抖的双拳。没有。没有仁慈的神，没有神恩，这一切都没有意义。我父亲是一个善良的农夫，他对女儿的爱唯有通过眼神才能确切表达，鲜少说出口；只是偶尔，他会闭起眼睛，让我忘记那天发生的事。而这些本是不必言说的事。如同所有的信仰，你只需践行。

我们做了。

不，神啊。

没有神。