

《纽约时报》最佳畅销书作家，多次获 ECPA 金牌奖，全球销售超 400 000 000 册。

面对心中的巨人

FACING YOUR
GIANTS

拿什么拯救你焦躁不安的心？

巨人歌利亚有把令人消沉的铁枪，
攫取的不是生命，而是笑容；产生的伤害，
不是皮肉之痛，而是信心的创伤；
你被它射过吗？

[美] 路卡杜 (Max Lucado) 著
屈贝琴 译



全国百佳出版社
中央编译出版社
Central Compilation & Translation Press

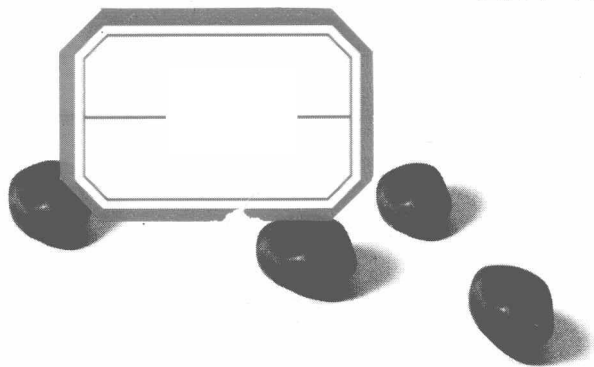
面对心中的巨人

拿什么拯救你焦虑不安的心？

巨人歌利亚有把令人消沉的铁枪，
攫取的不是生命，而是笑容；
产生的伤害，不是皮肉之痛，而是信心的创伤；
你被它射过吗？

（美）路卡杜（Max Lucado） 著

屈贝琴 译



MAX LUCADO

中文版繁体字版《面对心中的巨人》，[美]麦克斯·路卡杜 著，屈贝琴译，台北县新店市：校园书房，2009。

英文原著：Facing Your Giants by Max Lucado, Published by W Publishing Group, a Division of Thomas Nelson, Inc., 2006.

中文简体字版 © 2012 CEF 校园书房出版社授权中央编译出版社出版

图书在版编目 (CIP) 数据

面对心中的巨人 / (美) 路卡杜 (Lucaelo, M.) 著；

屈贝琴译. — 北京：中央编译出版社，2011.12

ISBN 978-7-5117-1181-6

I. ①面… II. ①路… ②屈… III. ①成功心理 - 通

俗读物 IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第252330号

面对心中的巨人

著 者 [美]路卡杜

译 者 屈贝琴

出 版 人 和 龔

责任编辑 杜永明

责任印制 尹 珺

出版发行 中央编译出版社

地 址 北京西城区车公庄大街乙5号鸿儒大厦B座(100044)

电 话 (010) 52612345 (总编室) (010) 52612341 (编辑室)
(010) 66161011 (团购部) (010) 52612332 (网络销售)
(010) 66130345 (发行部) (010) 66509618 (读者服务部)

网 址 www.cctpbook.com

经 销 全国新华书店

印 刷 北京领先印刷有限公司

开 本 880毫米×1230毫米 1/32

字 数 145千字

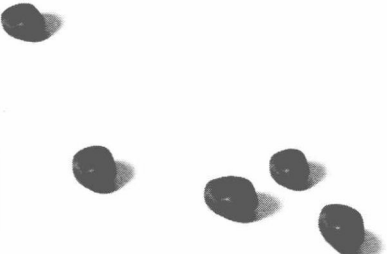
印 张 7.5

版 次 2012年1月第1版第1次印刷

定 价 23.80元

本社常年法律顾问：北京大成律师事务所首席顾问律师 鲁哈达

凡有印装质量问题，本社负责调换。电话：(010) 66509618



黛娜琳和我以无比的荣幸
将此书献给
Rod和Tina Chisholm夫妇，
忠心、可靠而喜乐的上帝忠仆。
为我们二十多年的友谊感谢上帝。

》 》 》 > >



从心开始，建造美满而丰盛的人生

不论我们身在何处，生活水平如何，
心中总是对面前的生活有那一丝丝的期待，
期待过得更好、过得更精彩。

常言道，我要某某方面做得最牛（出色），
从正面而言，这是好事，是对人生积极的响应；
可是，现实生活中，不如意事十之八九，
若我们只仰赖“获取”，以谋生活安定，
常常因为自己、亲朋好友、外在环境变迁的缘故，
让许多看似轻松容易的事，变得混沌不明，
在奔波忙碌、劳民伤财后，让人生失去了光彩。

然而，真正“美好”的人生，是什么？

很难想象，它是相对于“获取”的无怨“付出”。
我们受得学识，

Facing Your

G i a n t s

VI

面对心中的巨人

是为一肩扛起担负社会和谐进步的使命；
我们劳碌工作，

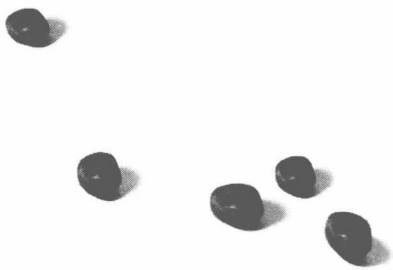
是为服务人群、建造心灵富足的社会；
我们挣得财富，

是为看顾帮助更多贫苦无依的边缘人。
当我们为他人用心活着，

而不再是为“挣”、为“得”而活时，
这才会发现，原来生活是如此的具有意义和价值，
生活是这样丰富、这样满足、这样美好。

你想要什么样的人生？

我们靠“获取”以谋生，却因“付出”而生活，
这就是“美好人生”。



出版说明

在当今社会的激烈竞争中，每个人都面临巨大的压力：工作中的个人能力和人际关系、失业后的彷徨无助、购房后的巨额贷款、婚姻中的情感危机、生育后的子女教育、成年后的养老保险与生老病死，诸如此类，不一而足，它们犹如无形的巨人，夺走了人们的平安、喜乐，令人担忧、愁苦、恐惧、窒息……

《圣经》中的大卫，其一生的经历与我们当下的处境有诸多相似点。他曾有直面三米高的巨人歌利亚的巨大挑战，面对扫罗王追杀的万分恐惧，被背叛的长子追杀的千般凄楚；他曾风餐露宿、藏身山洞之中，受尽了颠簸流离之苦；他曾有过丧子之痛，也曾有过婚外情，甚至用计谋杀了情妇的丈夫，还曾不得不面对逆子和自己妻妾的乱伦丑事，尝尽了人生的酸甜苦辣……尽管如此，大卫没有被压倒，他最后战胜了一个个有形和无形的“巨人”，成为犹太民族历史上当之无愧并被世代歌颂的“大卫王”！

大卫的故事促使人们自问，如何在重压下轻松临阵？

大卫的故事促使人们思考，如何在危机中反败为胜？

大卫的经历，对人们的生活不仅是启发，更是一剂剂良

Facing Your

G i a n t s

VIII面对心中的巨人

药，取走人心中的恐惧，带给人内心的安宁。

本书作者路卡杜是美国著名的畅销书作家，他擅长以说故事的方式和生动活泼的比喻，来解读深奥的人生哲理。他的作品为人们开启了一扇扇心窗，他的名字成为全球“会讲故事的叔叔”的代名词。

本书作者写书时，根据故事情节的需要，引用了不同版本的《圣经》经文，如007页的“（撒上17:11，英文信息本）”，018页的“（撒上16:1，按英文NCV版本直译）”等；还有，根据故事情节的需要，作者并未直接引述《圣经》原文，而只是说出了其大概意思，在本书中用“参”加注，如021页的“（参撒上16:7）”等。另外，中文版在编辑时，除特别外，均已《圣经》（和合本）为准，并且为了表达的方便，书中引用的经文采取了简介方式，如005页“（撒上17:10）”是指“《圣经·撒母耳记上》第17章第10节”；诸如此类的引文，请读者朋友善加体认、用心辨识。

愿本书为大家消除心中的巨人，送去和风化雨般的滋润，迎来久违的喜乐人生！

编 者

2011年12月1日

丨 致 谢 丨

这本书的幕后功臣很多。个个成就斐然，每一位都值得我等起立热烈鼓掌致意，并催促着我们提早退休。

致编辑 Liz Heaney与Karen Hill。遇上笨家伙，你们只好自力救济喽。

致Steve与Cheryl Green。如果国家有像你们这样的监督者，大家必能睡得更香甜。感谢您们多不胜数的帮忙与扶持。

致David Moberg与W出版社的团队。你们是最高水平的出版团队。

致Susan Ligon。你对于细节的专注，只有你对基督的委身差可比拟，感激至深。

致Sam Moore、Mike Hyatt与Thomas Nelson三个家庭。我从未看过比你们更好的团队。

致Oak Hills教会的教牧传道、干事与众长老。愿教会继续成为每颗心灵的家。

致UpWords家族的Becky、Margaret与Tina。你们拥有何等美好的恩赐，你们本身就是上帝美好的杰作。

致毕德生（Eugene Peterson）牧师。拜读大作，每每深触我心。《俗世圣徒——平凡人的灵性生活》（*Leap Over a Wall*）一书改写了我的人生。如果我在字里行间带着您的语

Facing Your

G i a n t s

XIV

面对心中的巨人

调，请原谅我——这应是您的功劳。

致Carol Bartley。伦敦警务处总部应该有你这样的探员。您的编辑功力，令我叹为观止。

致Steve Halliday。谢谢您又一本洞察先机的研读指引。

致David Treat。您的祷告犹如双翼，使这些话语上达天听。

三个爱女，Jenna、Andrea与Sara，愿你们每天更出色，日日更敬虔。

还有黛娜琳。如果法律规定丈夫对于妻子的爱的上限，你就得到监狱来探望我了。即使二十五年了，我依然对你深深着迷。

目 录

致 谢	XIII
第 1 章 迎战巨人	001
各式各样歌利亚般的巨人，支配着你整天的生活。 你多久没有瞄准巨人，将石头甩出机弦？	
第 2 章 无声的电话	013
申请工作或加入某团体，试图弥补错误或寻求支持……却没有任何回应。这种被排斥的感受，是犹如歌利亚般的庞然大物。	
第 3 章 扫罗综合征	023
沙伦躲着前夫，亚当闪避老板，你呢？哪个怪物在你的世界横行？	
第 4 章 沮丧的日子	033
大卫饥肠辘辘、手无寸铁地走进圣殿，得到“饼与兵刃”。	
第 5 章 寻找避难所	043
在人生的低谷，你觉得自己愚蠢得像是把头搁在断头铡刀底下。	

第 6 章 灾祸的推手 055

恩待朋友是一回事，但是要恩待那些让我们遭殃的祸首，谈何容易？

第 7 章 野蛮行径 067

凡事都要按照我安排的时间与方式进行。若如此，你一定知道巨人之凶狠残暴。自私，憎恨……以及高傲，都是削减生命力的。

第 8 章 令人消沉的枪炮 079

当你精疲力竭，不想再次尝试，不想再次原谅……你如何处理这些黑暗的日子呢？

第 9 章 崩溃的临界点 091

总有一批跌坐在比梭溪旁的人，他们该如何处置？痛斥、羞辱、倒计时？还是效仿大卫，原谅、接纳和安慰？

第 10 章 难以言喻的悲痛 101

你才以为伤痛的猛兽已渐渐远去，乍然听闻她心爱的歌曲，或是走过你俩常去的餐厅……这个巨人不断来撕扯你的伤口。

第 11 章 不知所从的交叉路口 113

我们哪儿都可以迷路。

第12章 坚固的营垒 127

你的弱点，坏习惯或惹人烦的地方，就是撒旦在你内心建立的营垒。

第13章 遥不可及的上帝 139

大卫的一生，曾面对无数的巨人，就数这个巨人最“巨无霸”。

第14章 坚定不移的应许 151

扫罗家还有剩下的人没有？我要因约拿单的缘故向他施恩。

第15章 高位综合征 165

居高位，旷日长久，会使人目不能视、耳不能听。从山上走下来，远比摔下来，聪明百倍。

第16章 全盘崩溃 175

耕种邪恶、散播毒种的人，他们都收割邪恶的后果。

第17章 家务事 185

除了家庭，大卫样样成功。但是，如果家庭搞砸了，别的成功又有什么意义？

第18章 破灭的盼望 197

在人生这样的时刻，你会怎么做？

Facing Your

G i a n t s

XII

面对心中的巨人

第19章 打倒歌利亚 205

歌利亚仍在我们的世界四处游走。因应之道，你我胸有成竹，因为你有了面对巨人的兵器——五颗石头。

后 记 从伯利恒开始的旅程 217

你的过失洗刷一空，死亡的毒钩无法再伤害你。把大卫的巨人化为侏儒的能力，业已在你生命中成就。



迎战巨人

你各式各样歌利亚般的巨人，支配着你整天的生活。

你多久没有瞄准巨人，将石头甩出机弦？

01

这个瘦高、未及长须的男孩跪在溪畔。他的膝盖上沾了泥巴，他掬水灌涤，清凉无比。他如果稍稍留意，便可从倒影中端详到自己俊美的容貌。红棕色的头发、棕褐色的皮肤，双颊红润，眼神慧黠，不知窃夺了多少希伯来少女的芳心。然而，他打量的不是水中的倒影，而是石头。石子，光滑的石子。那种乖乖待在牧人囊袋里，在牧羊人皮革弹弓中闪闪发亮的石子。平滑的石头，握得稳当，投掷的力道，雷霆万钧，可以如彗星般正中狮子、野熊的脑门，或这次的目标——巨人歌利亚的额头。

歌利亚定睛俯瞰。要不是因为他太过错愕，绝对会放声大笑。一群手持长矛的非利士人盘踞了半片山谷，这帮咆哮嗜血的无赖，以头巾、棍棒，还有身上铁丝网状的纹身，相互炫耀。歌利亚站在他们当中，犹如鹤立鸡群：赤脚就有三尺高，戴着近六十公斤重的盔甲，吼叫咆哮，俨然是世界摔跤联盟争霸战冠军级的选手。他领口尺寸有半米，帽子是特

制的，腰围有一米半宽。他的二头肌极其发达，大腿肌肉凸起犹如波浪，嚣张的挑衅声回响在峡谷中。“我今日向以色列人的军队骂阵！你们叫一个人出来，与我战斗。”（撒上17:10）哼！有谁敢单挑？把你们最厉害的派出来。

没有一个希伯来人自愿出列。一个也没有，直到大卫前来。

大卫早上才刚到。他趁看羊的空闲，为前线的哥哥们送来面包及奶酪。在这里，大卫听到歌利亚辱骂上帝，当下他就做了决定。他拿起牧杖，亲自在溪里挑拣了五颗光滑的石子，放在袋里，就是牧人带的囊袋里；手中拿着甩石的机弦，就去迎战那非利士人（撒上17:40）。^①

歌利亚藐视大卫，笑他幼稚。“那根杖是做什么的？你以为我是一条狗吗？”（参撒上17:43）一边是弱不禁风、骨瘦如柴的大卫；一边是重量级的、杀人不眨眼的歌利亚——牙签应战飓风；小型机车力战十八轮大货车；“贵宾犬”挑战“洛威纳犬”（Rottweiler，精力充沛且强而有力的狗）。你认为大卫打败巨人的胜算有多少？

或许，比起你战胜自己的巨人胜算还高。你的歌利亚没有全副盔甲，他舞弄的刀剑可能是失业、被抛弃、性虐待或忧郁。你的巨人并未在以拉谷摆列战阵，而是神气活现地游走于你的办公室、卧室和教室；他带来的是你无法偿付的账单、无法达到的成绩、无法取悦的人、无力抗拒的威士忌、

① 作者意译。