

被偷走的人生

A Stolen Life

一部真实的回忆录



【美】杰西·李·杜嘉德 著
徐力为 译

让全世界为之心碎与感动 的故事

 中华工商联合出版社

被偷走的人生

A Stolen Life

一部真实的回忆录

【美】杰西·李·杜嘉德 著
徐力为 译



图书在版编目 (CIP) 数据

被偷走的人生 / (美) 杜嘉德著; 徐力为译. — 北京: 中华工商联合出版社, 2012.3

书名原文: A Stolen Life: A Memoir

ISBN 978-7-5158-0170-4

I. ①被. II. ①杜. ②徐. III. ①回忆录—美国—现代 IV. ①I712.55

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第037879号

A Stolen Life by Jaycee Lee Dugard

Chinese translation Copyright © 2012 by BEIJING ZHENGQING
CULTURE & ART CO LTD.

Original English language edition Copyright © 2011 BY LUNA LEE, INC.

Simplified Chinese characters edition arranged with SIMON & SCHUSTER
INC. through BIG APPLE AGENCY, INC., LABUAN, MALAYSIA.

北京市版权局著作权登记号: 图字01-2012-1476

被偷走的人生

A Stolen Life: A Memoir

作 者: 【美】杰西·李·杜嘉德 (Jaycee Lee Dugard)

译 者: 徐力为

策 划: 王宝平

责任编辑: 刘伟娜 李 瑛

责任审读: 郭敬梅

装帧设计: 季 群

责任印制: 迈致红

出版发行: 中华工商联合出版社有限责任公司

印 刷: 北京画中画印刷有限公司

版 次: 2012年4月第1版

印 次: 2012年4月第1次印刷

开 本: 640mm × 960mm 1/16

字 数: 200 千字

印 张: 16.75

书 号: ISBN 978-7-5158-0170-4

定 价: 28.00元

服务热线: 010-58301130

销售热线: 010-58302813

社 址: 北京西城区西环广场A座

19-20层, 100044

<http://www.chgslcbs.cn>

E-mail: cicap1202@sina.com (营销中心)

E-mail: gslzbs@sina.com (总编室)

工商联版图书

版权所有 侵权必究

凡本社图书出现印装质量问题, 请与印
务部联系。

联系电话: 010-58302915

此书献给我的女儿们。

纪念那些我们一起落泪、一起欢笑的日子，
以及我们曾共同度过的每一分、每一秒。



一个身处绝境的人，最痛苦的不是死，而是生不如死。

一个历经九九八十一难的人，最可怕的不是生不如死，而是失去走出困境的信念和勇气。

一个经历过梦魇般苦难的人，最困难的不是忘掉这些经历，而是让爱盈满于心，积极地笑对未来的人生。

而这一切，有一个人做到了，她就是杰西·李·杜嘉德，本书的主人公。在自己亲笔撰写的这本回忆录里，她给大家讲述了一个关于痛苦、勇气、感动和爱的故事。

1991年6月的一天，年仅11岁的少女杰西·李·杜嘉德被一个叫菲利普的虐待狂绑架，从此开始了长达18年的煎熬。她的人生，从此被偷走了！

在那段痛苦的岁月里，杰西受到了菲利普的无尽折磨，因为她面对的是一个有着变态心理的恶魔。没有了家人，没有了自由，没有了欢乐，世界在她面前，如同一片黑暗。

但是，杰西没有就此消沉，她内心坚强，勇敢地克服各种困难，利用一切机会和菲利普斗争，最终她顽强地活了下来，并生下两个女儿。在有限的生活空间里，杰西想尽办法为自己的生命

增加一些色彩：她养猫，养狗，养鹦鹉，在对这些小动物的关爱中体会快慰；她还爱自己的两个女儿，在母爱中体会人生的幸福。

说到母爱，在身陷囹圄的漫长岁月里，杰西每时每刻都在强烈思念自己的母亲，她期待着与母亲的重逢，期待着与儿时伙伴的重聚，更期待着摆脱魔爪获得自由。一个偶然的机会，杰西和她的两个女儿被发现并获救，而菲利普也被绳之以法。这个时候，杰西已经 29 岁了。她与母亲重逢的那一刻，幸福来得如此强烈，即便再铁石心肠的人，也会禁不住为之落泪！

杰西重新获得了自由，又可以自在地呼吸鲜花的芬芳。她见到了日思夜想的妈妈，见到了分别 18 年的儿时伙伴。在心理医生的帮助下，她慢慢修复内心中的伤痕，充满爱心面对人生。她有了自己的住处，有了自己的第一辆车，有了完全属于自己的人生。

如今，作者以积极的态度面对生活和未来，她在本书的自序中说：“我想用我的经历告诉你们，我们能够在困境中支撑着存活下来。而且，不仅存活下来，还要劫后重生，心智健全地生活下去。”“我坚信自己是幸运的，而且即使在身陷困境的那段日子里，我也始终相信总有一天我的生命会变得有意义，否则我就熬不过那场苦难。对生命的探索和体验很重要。无论你们在生活中遇到什么样的经历，都应该把每一天过得丰富而充实。”

每个人都有可能遭遇苦难，苦难本身并不可怕，关键在于如何保持坚定的信念。杰西即便是在最艰难的时刻，仍然没有放弃对人生幸福的渴求，在 2004 年的日记中，杰西列出了十件最让自己开心的事情；在 2006 年的日记中，她还写出了自己最想实现的十大梦想，列举出了自己最喜欢的 11 首歌曲及歌手、8 个最想去旅行的地方。



在日记中，她用这样的话来鼓励自己：“有时候，虽然我不愿意待在这个充满灾难的世界上，但我不会放弃自己的努力。”她还列出 15 条应该有的积极想法：“1. 我是一个想象力丰富的、积极的、成功的、快乐的人；2. 只要我下定决心，就一定能做到；3. 只要我们尽力而为，就能成功；4. 我是一个坚强的、有能力的人；5. 我们会成功；6. 我要有健康强壮的身体和积极健全的心智；7. 只要有爱，一切都能实现；8. 我们的目标都有可能实现；9. 每天起床后就锻炼，这对我来说很简单；10. 保证饮食健康对我来说也很容易；11. 我养成了快乐的习惯；12. 我要更加坚定、自信；13. 今天非常美好；14. 每一天，我都在向着自己的目标前进；15. 我要怀着积极的心态过好每一天。”

正是因为有了这样不放弃、不消极的信念，杰西才最终熬过了艰难的日子，顽强地生存下来，并迎来命运的转机。也正因为有了这样坚定而达观的心态，在重新获得自由之后，杰西才能抚平自己内心的创伤，看开一切，开启人生的新篇章。

除此之外，爱，是杰西生活中的一个关键词。她爱妈妈，爱自己的女儿，爱自己养的小动物，也爱重获自由后的美好生活。即使是被软禁时，她也不忘在日记中表露对爱的渴望：“爱会获胜，我会取胜！”“我的生命中有爱存在便已足够，我爱我的女儿们。”她还摘抄了迪安·库恩兹的名言鼓励自己：“希望、爱和信仰都在前方招手。”

杰西重获自由至今已经两年多了，如今的她更是以一颗大爱之心面对眼前的一切。她成立了以自己名字命名的基金会，目的是拯救不同困境中的家庭，她写这本回忆录的目的也是希望告诉人们，无论你遇到什么困难，都应该坚定信念，让自己的人生变

得充实，不要泯灭对幸福的渴望。

即便是给自己带来巨大伤害的菲利普，杰西在拥护其应受到法律制裁的同时，在灵魂上也选择了宽恕。她说：“我并不恨菲利普，因为我不愿意用憎恨玷污自己的思想，但是菲利普对我和我家人犯下的罪行是不可原谅的。我不愿让憎恨的火焰在胸中燃烧。我觉得，如果一个人总是怀着满腔怨恨，那么他就会因此而忽略生命中很多美妙的时刻。我不想那样荒废自己的生命。发生过的事情无从改变，可我不会活在过去，我会一心一意地企盼未来。18年来，我一直局限于眼前，从不敢向前展望。我不清楚也不敢设想下一刻等待我的会是什么。现在我终于可以憧憬未来了。如果我心中满怀怨愤、悲叹连连，任怒火灼伤灵魂，这样的心灵又怎能去感受那些美好的情谊呢？当然，我生命中的每一天不一定是风和日丽、阳光灿烂，但即使在阴郁晦暗、云翳遮睛的日子里，我仍可以安慰自己说，我是自由的——我可以自由自在地做我自己，活出我自己的人生；我可以告诉任何人，我是杰西，拥有爱我的家人和许多新朋友……我不必以这场悲剧为耻。重获新生的我，内心非常坚定。”

一个被偷走 18 年人生的人，又回到了自己的人生轨道上。杰西的故事暂时告一段落了，但它给人们——即将给你——内心带来的震撼却一时难以平息。

这不是简单的被绑架者的亲身经历，也不是一个让人猎奇的故事，而是一曲激荡人心的人生乐章，它以痛苦为开始，以勇气和渴望自由为过程，以感动为结尾，以爱为升华！





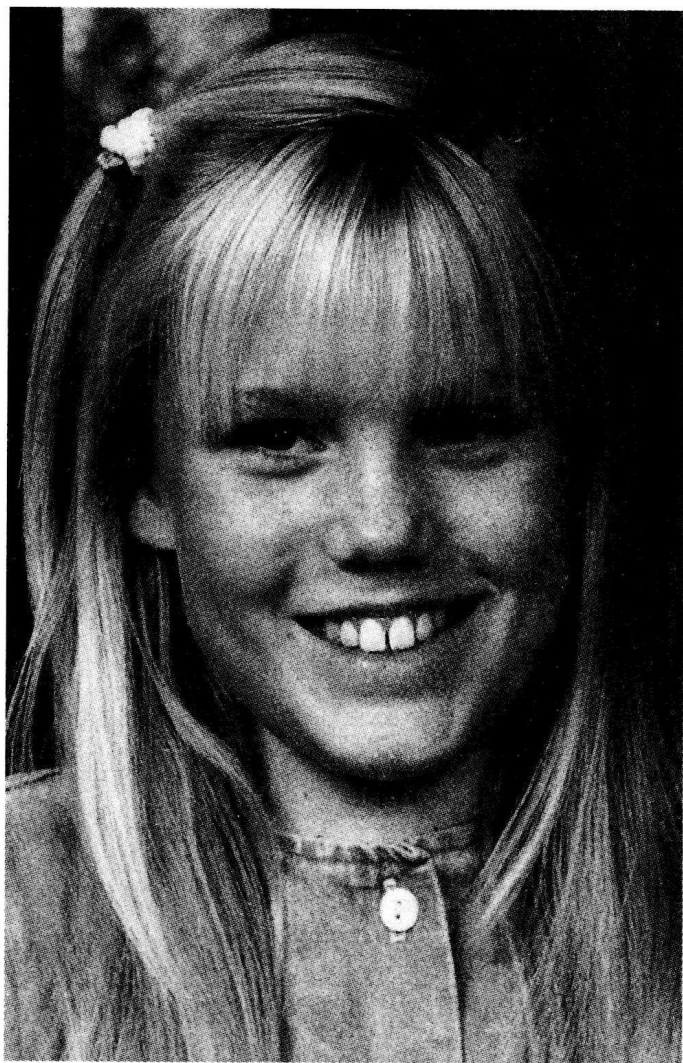
作者导言

那真是不堪回首的 18 年！

在那段岁月里，我一直惶惑着、迷惘着，受困于一片令我茫然不解的狭小天地中。各位读者，希望你们在阅读这本书的时候，不要忘记这点，不然你们会感到书中记录的一切都杂乱无章、不知所云。我想，只有切身经历过那场灾难的人，才能真切地领略到那份难以言表的苦涩。现在，我亲手提起笔来，把曾经发生在我身上的悲剧——但愿它不会在别人身上重演——整个经过——写下来，借此表达在那些暗无天日的岁月里纠缠着我、困扰着我的感受，记述这场浩劫使我和我的家人遭受了怎样的创伤。

也许你们在阅读的过程中会莫名其妙地碰到一个前文从没提到过的人物，显得很突兀。这是由于我的脑子很混乱，无法把记忆里的事情排列出先后顺序。直到现在——我重获自由以后——流淌着的时光在我的意识里仍只是一串零零落落、纷繁杂沓的瞬间。那段特殊的经历把我变成了一个异于常人的人，也使我成为了一个与众不同的作者。当我在大家的帮助下渐渐意识到发生在我身上的这起绑架案非同小可时，我不愿再缄口不语，而是想一吐心声，于是这本书便在我的这种意愿下应运而生了。

由于我是随着自己时不时迸发出的意识展开叙述的，而我又常常浮想联翩、思绪万千，所以有时候便不知不觉地离题万里了。读者朋友，如果你们想读一则简单明了的故事，那么 10 年后我再写给你们看吧，也许那时候我的思绪就理清了。



杰西·李·杜嘉德，摄于11岁时





自序

先把我的经历大致介绍一下：我叫杰西·李·杜嘉德。11岁那年，我被一个陌生人绑架了。18年来，我一直被囚禁在一所住宅的后院里，被迫隐姓埋名，过着不为人知的痛苦生活。时光倒流18年，退回到1991年6月的那一天，灾难从天而降，我的命运从此永远改变，我的人生自此被偷走。回忆由此展开，书中记叙的是自这天起直至今日，我所遭遇到的一切。

我写这本书，有两个目的。

其一，菲利普·加利多以为他对一个11岁少女——就是我——犯下的罪行将无人知晓。他还认为他不必对自己的无耻行径负责。对此，我反对！我认为大家都应该知道他和他的妻子南希，这些年来在他们后院的所作所为；而且，我不必为发生在自己身上的悲剧感到羞耻；我想让菲利普·加利多明白，我再也不会为他的秘密守口如瓶了。他偷走了我的人生，也夺去了我本应和家人一起分享的生活；作为罪魁祸首，他是最该为此负责的人。

其二，我渴望借此帮助那些身处困境的人。无论他们经历着怎样的痛苦——但愿他们的遭遇和我不一样——我都希望这本书能对他们有所帮助。一旦发生了绑架这种骇人听闻的事件，人们

自然会变得惊恐万分、张皇失措，那么遭绑架者的一家老小又该如何是好呢？因此，我写这本书的第二个目的就是倡导大家，留意身边发生的小事，一旦发现任何可疑之处，立即举报。现如今，勇于检举揭发的人不多了，更遗憾的是，即使有人检举，也往往无人听取。所以我希望社会向检举人多敞开几扇大门。要知道，遭到病态成年人侵害的儿童，绝不只有我一个。我敢肯定，尽管有些家庭貌似其乐融融，但一经审视，你们就会发现其中隐藏着难以置信的可怕真相。

对很多人来说，躲在自己亲手构筑的“堡垒”里明哲保身，简直是再踏实不过了；所以一想到要冒着风险从“堡垒”里钻出来，离开那个安适的角落，就会感到提心吊胆，困难重重。但我要告诉你们，这是非常值得的。如果你做到了，也许你就能挽救一个无法自救的人，甚至挽救一个家庭。

拿我的案子来说吧：两名伯克利警察发现了疑窦，便向上级作了报告。就算他们的发现有误，这样做也是可取的，因为他们为我做了力所能及的事情。对此，我会永远感激不尽。

在那段日子里，我度日如年，每一天都在痛苦中挣扎。而现在，一个又一个崭新的日子铺设出未来的道路，每一天都令我心生期待、满怀憧憬。18年来，我日复一日地承受着巨大的压力，忍受着残酷的折磨，在孤寂中重复着单调乏味的生活。现在，终于苦尽甘来了。每一天，我都面临着一次新的挑战，盼望着从中汲取新的生命体验。

我想用我的经历告诉你们，我们能够在困境中支撑着存活下来。而且，不仅存活下来，还要劫后重生，心智健全地生活下去。我不清楚自己究竟是怎样熬过那些日子的。不过，现在我已经不



大思考这个问题了。从前我想，也许读者可以为我找到答案吧。但现在我渐渐觉得，其实答案一直都隐藏在我的心里。

问问你们自己，“如果是我，我会怎么支撑着活下去？”

由于我的情况很特殊，所以我完全无法设想其他人在日常生活中会有什么样的经历。我只能告诉你们，你们一定能够在困境中存活下来。我就做到了。历史经验告诉我们，即使是濒于绝境，看不到一丝希望，希望依然活在我们心中。



我两岁时的样子

托马斯·斯特恩斯·艾略特曾这样写道：“我对我的灵魂说，别作声，耐心等待但不要寄予希望，因为希望会变成对虚妄的希望。”

尽管我相信了不该相信的人，而且把希望寄托在了他（们）身上，但无论如何，希望之光仍然在我心中闪耀。

尽管曾经山穷水尽，现在却已柳暗花明。我的生命中有许多美好的事情使我感到欣慰：我的女儿们在我身边给我力量；我的猫咪们在寒夜里给我温暖；也许我在心底依旧怀着一线朦胧的希望，能够再见到我的妈妈。我为自己拥有的这一切而感到无比幸



我8岁时生气的样子



我堆的第一个雪人



运、幸福。生命短促，光阴似箭，我们没有时间顾念自己不曾或无法拥有的一切。只要你的生命中有一人或者一件事使你心存感激，便已足够，而我已经拥有了那么多。我坚信自己是幸运的，而且即使在身陷困境的那段日子里，我也始终相信，总有一天我的生命会变得有意义，否则我就熬不过那场苦难。对生命的探索和体验很重要，无论你们在生活中遇到什么样的经历，都应该把每一天过得丰富而充实。



作者导言……1

自序……3

第 1 章 遭到绑架……1

第 2 章 我的人生从此被偷走了……14

第 3 章 被关进神秘的后院……17

第 4 章 陌生的地方……25

第 5 章 我的“初夜”……30

第 6 章 终于有了第一只猫咪……36

第 7 章 第一次“狂飙”……48

第 8 章 南希来了……62

第 9 章 复活节……70

第 10 章 孤独的圣诞节……73

第 11 章 我怀孕了……96

第 12 章 等待孩子出生……101

第 13 章 照料孩子……105

第 14 章 带来短暂快乐的“军官”……109



第 15 章	第二个孩子·····	114
第 16 章	小本印刷生意开张了·····	119
第 17 章	第二个孩子的出生·····	121
第 18 章	在后院带孩子·····	126
第 19 章	南希回家了·····	138
第 20 章	装作是一家人·····	142
第 21 章	猫咪们·····	147
第 22 章	生存·····	190
第 23 章	获救、团聚·····	193
第 24 章	我的新生活·····	208
第 25 章	新生活中的里程碑·····	211
第 26 章	生活中的困难·····	218
第 27 章	和老友们重聚·····	220
第 28 章	心理治疗·····	224
第 29 章	与南希会面·····	229
第 30 章	独辟蹊径的心理疗法·····	233