

后街男孩

尼克·卡特自传

N I C K C A R T E R

[美] 尼克·卡特 著 唐萌萌 苏儿 译

▲ 江苏人民出版社

毒品和酒精，差点要了我的命！



后街男孩

尼克·卡特自传

[美] 尼克·卡特 著 唐萌萌 苏儿 译

N I C K C A R T E R

 江苏人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

后街男孩尼克自传 / (美) 卡特 (Carter, N.) 著;
唐萌萌, 苏儿译. —南京: 江苏人民出版社, 2014. 12
书名原文: Facing the Music
ISBN 978 - 7 - 214 - 14066 - 1

I. ①后… II. ①卡… ②唐… ③苏… III. ①卡特,
N. —自传 IV. ①K837. 125. 76

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 234582 号

Facing the Music and Living to Talk about it by Nick Carter
Copyright © 2013 by Bird Street Books. This translation published by arrangement with Bird Street Books.

Chinese simplified translation rights © 2014 by Jiangsu People's Publishing Ltd.
All right reserved.

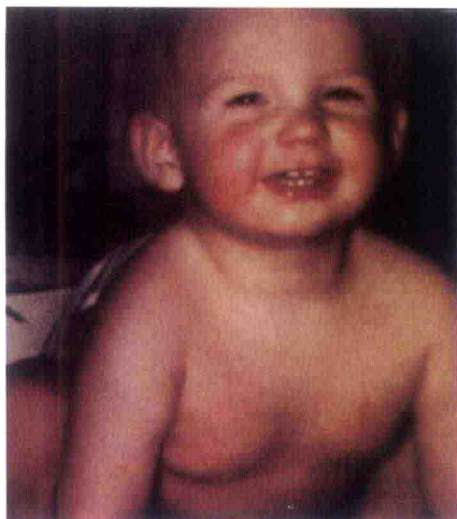
江苏省版权局著作权合同登记:图字 10 - 2014 - 407

书 名 后街男孩尼克·卡特自传

著 者 尼克·卡特
责任编辑 汪意云
责任校对 龚芝萍
装帧设计 刘葶葶
出版发行 凤凰出版传媒股份有限公司
江苏人民出版社
出版社地址 南京市湖南路 1 号 A 楼, 邮编: 210009
出版社网址 <http://www.jspph.com>
<http://jspph.taobao.com>
经 销 凤凰出版传媒股份有限公司
照 排 江苏凤凰制版有限公司
印 刷 江苏凤凰通达印刷有限公司
开 本 718 毫米×1 000 毫米 1/16
印 张 14 插页 6
字 数 200 千字
版 次 2015 年 1 月第 1 版 2015 年 1 月第 1 次印刷
标准书号 ISBN 978 - 7 - 214 - 14066 - 1
定 价 38.00 元



(江苏人民出版社图书凡印装错误可向承印厂调换)



“茄子！”



“我真是太可爱了，对不对？”



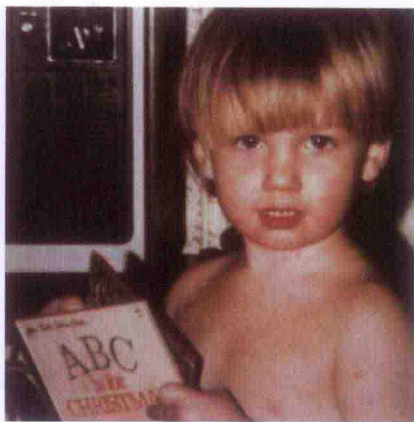
我从小就热爱音乐



在卡特家后院玩耍



我一直很喜欢狗狗们



学习认字!



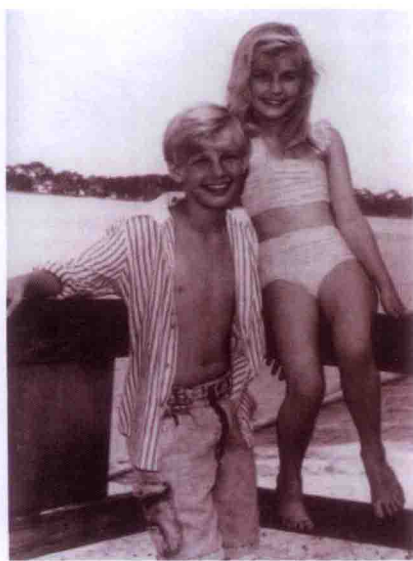
我一直都喜欢打篮球



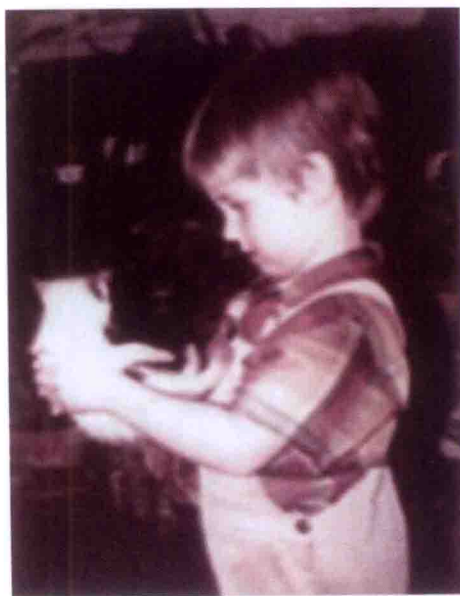
父母总说我天生演技浮夸



12岁的我穿着90年代的经典时装



我和妹妹波比在度假



小小的我，举着小小的猫



和尼尔爷爷一起涂万圣节彩蛋！



我和劳伦享受美味的蛋糕



2014年4月12日，尼克在加州迎娶劳伦·科特。



后街男孩的早期合影：我、A.J.迈克尔林、布莱恩·利特尔、霍伊·多罗夫，还有凯文·查理德森。



从左到右：布莱恩、A.J.、我、霍伊在2010年全美音乐大奖上表演。



我和团员们在2010年全美音乐大奖的嘉宾席。



我和团员们接受好莱坞星光大道的殊荣。



后街男孩成立的时候，我才12岁，真是年轻啊！



组合的成员们一直支持着我走过人生的起起落落，对我来说这意味着一切。



在舞台上我总是很自在

献词

本书献给世上所有破碎的家、心碎的人——也许你被忽视、缺少关爱，或是遭遇过虐待；也许你常常强加痛苦于自身或他人；也许你曾向毒品或酒精低头妥协，并因此险些丧命或痛失挚爱；也许你关心的人正遭遇着这些黑暗。所有正在寻求帮助的人，甚至尚未意识到自己需要帮助的人——这其中包括我自己的家人——即使你并不认为自己已经发出了求救信号，请相信我，因为我曾处于你所处的困境，所以我清楚，只要获得了恰当的帮助，人生就可能被改写，我用本书作为对你的回应。我诚挚地希望你能东山再起、身体健康、感情健全、信仰虔诚，而本书在这方面会为你提供实实在在的帮助。

愿你拥有生命中最好的一切！

尼克

前言

认识尼克的时间已经超过他的半辈子了，他就像我的小弟一样。

第一次见面时我 19 岁，而他才 12 岁。后街男孩成员中最年长的凯文·理查德森也只有 21 岁。考虑到尼克和我以及组合中其他成员之间的年龄差距，对我来说，照顾他似乎理所当然。我会教他活跃气氛的诀窍，也会给他一些关于感情和人生的忠告。现在看到他能与人分享自己的所学所获，我感到十分高兴。

我一直对尼克抱有同情心。他的人生经历了太多坎坷——其中不少发生在公众视线之下。任何时候，成长都不是一件容易的事，何况是在这种疯狂的行业。过去我乐意倾听他的心声，现在也依然乐于支持他。毫无疑问，随着年龄的增长，我们越来越善于反思。不久前，为了解答自己生活中的难解之题，我们甚至开始阅读心理自助书籍（是的，名人也会看这些书）。尼克把他读到过和听到过最好的建议与自己的个人经历、自我发现结合在一起，写出了这本书。我向所有人推荐这本书！

我不确定在我们职业生涯中那些疯狂的岁月里，谁会预料到尼克能写出这样一本书，但这正是他了不起的地方。尽管他没有接受过太多正规教育——连高中学位都是在巡演路上取得的——但尼克证明了跌宕起伏的人生可以成为一个人最好的老师。他的话中有很多智慧是你无法在学校里学到的。

尼克总能一下就投身于一个计划中去，这是我一直以来钦佩他的一点。

他对自己参与的任何事都抱有巨大的热情，是个货真价实的行动派，但与此同时却又有着无拘无束、随和温厚的性格。他的座右铭是“一切都好，没什么大不了的”。总的来说，他想看到的无非是大家都能开心地过上好日子。这本书也反映了他的这些品质：为了帮助大家保持积极进取的状态，从而提高生活质量、达到心态平和，他提供了一些不错的方法。要做到这些十分艰难，书中对此直言不讳，但同时也不失乐观豁达。尼克对自己的心智做了深刻检视。为了把控住自己的生命、选择、体重和健康，他做出了许多努力。为保持良好的健康状态，他还专门去研究最新相关信息。

尼克一直热衷于头脑风暴。和他一样，我也觉得有想法很棒，但如果不能持之以恒，结果就会事倍功半。让我倍感骄傲的是，现在的尼克能够将自己最棒的一些想法坚持下去——从立志要对自己的人生负责，到和他人分享自己的经验，从而为大家树立榜样。这本书就是他言出必行的证明。如果要教育人们如何克服人生障碍，他就是完美的人选。因为他自己做到了，而且每天还依然在努力使自己变得更好。

看到尼克找回自己的本色，我很开心。他在最近几年里成熟了许多，尤其当面对自己的愤怒时。比起拳脚相向，他明白了语言的力量，发现了一种平和的新境界。发生在他身上的例子在很多方面一直激励着我，而我知道这些例子也将会给其他人带去鼓励。

本书写给所有认为自己是世界上问题最大的人；

本书写给所有需要强大的意志力和坚定的决心才能说服自己相信天无绝人之路的人；

本书写给所有需要勇气来主宰自己人生的人——无论之前他们是领导者还是追随者。

过去的已经无法挽回，但现在的每个瞬间，及其对未来的影响，取决于你今天的选择。

——霍伊·多罗夫

引言

在本书写作途中,我稍做休息,和几个老朋友,还有其他几百万人碰了个面。当时我站在著名的纽约中央公园的舞台上,为劳动节周末^①表演拉开序幕。这是经过这么多年,后街男孩的五名初期成员第一次重聚在舞台上演出。这场演出启动了我们 20 周年重聚巡演,还作为电视节目《早安美国》的一部分向全球转播。

和布莱恩,霍伊,AJ,尤其是回头浪子凯文一起站在舞台上,好像做梦一般。这样的经历让我激动不已,观众的回应也令我受宠若惊。成千上万的人占据了整个公园,我好想看到他们跟着每首歌一起唱,一起欢呼,享受此刻美好的时光。老实说,我不敢相信现在还有那么多人依然热爱我们的音乐。

此刻,所有成员都动容了。相信我,这些年来我们每个人都经历了人生起伏,所以此时此刻,我们不会再把任何事情看作理所应当。当年我作为组合中最年轻的成员,面对成为流行明星这件事显然是最不成熟,也是准备得最不充分的那一个。每每回想起我曾经多少次险些毁掉作为后街成员所拥有的美好事物,真感到后怕。

^① 译者注:每年 9 月的首个周一美国的劳动节,和之前的双休日组成三天的长周末。

那一天风和日丽，我站在中央公园的舞台上，庆幸自己没有因为过去的轻率鲁莽而丧命——没有因为嗑药、酒驾或是因为结交有自我毁灭倾向的人而命丧黄泉；庆幸自己还可以顺利地演出，身心健康，再次充满活力；庆幸自己还能头脑清醒地享受此刻——没有吸毒、酗酒，或者宿醉；庆幸自己还能思维活跃地和主持人对话。而我最庆幸的是，在对自己的认知上，我已经前进了这么多。

……毒品和酒精……
差点要了我的命

认识到自己已经战胜了过去的那些困难，同时感到自己有能力也值得拥有更好的未来，此时此刻，身在纽约的我感到格外甜蜜。在人生中相对黑暗的日子里，我从未幻想过这样一天的到来。现在我想让自己记住，我们永远都不会知道自己生命中有多少可能性。情绪低落时，或许我们会仅仅着眼于最坏的剧情发展，我要告诉你，其实最棒的剧情也有可能实现。当然，除非你坚信自己值得拥有最好的人生，并全力以赴地去追求它，否则你永远不会知道它的滋味。

在确信自己相信自己值得拥有更好的人生，并发奋追求之前，我有好幾次差点就放弃人生了。如果我最后还是没能为自己的人生幸福负起责任，我可能就会错过后街的20周年纪念——也许在更坏的环境下，我会失去自己的余生。直言不讳地说吧：毒品和酒精，以及其他自我毁灭的行为，差点要了我的命。

和我一样，我美丽的妹妹莱斯利也和这些心魔做了斗争，不幸的是，她没能撑到最后。从许多方面来说，她的去世催化了这本书的诞生。为了纪念她，我写下这本书，但我真心希望能在她去世之前亲手把这本书交给她。

书中都是我对人生抉择等问题的解答，还有我从专业人士那里学到的许多切实可行的建议和指导。他们深知如何才能帮助和我一样的人克服那些最大的挑战。我不禁想，也许莱斯利能从这本书里发现一些真相、希望和方向……说不定这本书原本可以帮我挽救她的生命。

我并不是在说自己对别人身上的每个问题都有了答案，我甚至没找到能解开自身全部问题的答案。你无需费力查证就可以知道我并非完人：我酒驾被捕的消息上过小报；我在那些失败的采访中也提到过那段被我称作“僵尸之夜”的经历；我们全家还拍过灾难一般的家庭真人秀《卡特一家》；因为疯狂参加派对，我的心脏也出了毛病，差点危及性命。我一度声名狼藉。

是的，从很多方面来看，我的确是命运的宠儿，但人生有时也会像相撞后的列车一样惨烈。过去的我不是一个好榜样，如今为了不断进步，我仍然每天都在自我斗争。

所以，我并不是因为认定自己是杰出楷模才写下这本书。我还是会时不时地把生活弄得一团糟，不过至少现在的我还不算无可救药，这某种程度上是因为我从其他人的经历和教导中学到了东西。写这本书是我漫长康复之途中的重要一步，而这也是传递爱心的一条途径。我没能及时帮助莱斯利，但也许我现在的知识能够帮到其他人，以免他们重蹈我的覆辙。

不少观念、理论和实践帮助我重振旗鼓，所以我决定在这里与你分享。顺便说一句，它们并不是由我发明的。我并不是要自诩菲尔博士、奥兹博士或是鲁斯博士第二^①。书中提供的大部分指导和建议都已风行多年。也许你对其中很多方法都耳熟能详，但认为它们都太过笼统，不适用于自己当下的处境。我希望你至少试试看，听我一句：努力不会白费。也许曾经的我刚好和当下的你有些类似，所以我知道这些方法的确管用。

遗憾的是，解决这些问题的速效药并不存在，不然我一定会去药房门口

① 译者注：这三位都是美国以医生身份主持健康节目的名人。