

优教系
★

成为父子：

爱的和解之旅

Prodigal Father Wayward Son

【美】山姆·基恩 吉福德·基恩 著

Sam Keen Gifford Keen

陈子娴 译



父亲：我是个男人，而你只是个孩子。

儿子：我坚定地认为，绝对不能长时间与你在一起。

塞缪尔·约翰逊：**父子之间总会有斗争。**

因为他们一方追求权力，而另一方追求自由。

黑龙江出版集团

黑龙江教育出版社



成为父子：

爱的和解之旅

Prodigal Father Wayward Son

【美】山姆·基恩 吉福德·基恩 著

Sam Keen Gifford Keen

陈子娴 译

黑龙江出版集团

黑龙江教育出版社

版权登记号: 08-2016-056

图书在版编目 (CIP) 数据

成为父子: 爱的和解之旅 / (美) 山姆·基恩 (Sam Keen)

(美) 吉福德·基恩 (Gifford Keen) 著; 陈子娴译.

-- 哈尔滨: 黑龙江教育出版社, 2016. 6

ISBN 978-7-5316-8796-2

I. ①成… II. ①山… ②吉… ③陈… III. ①家庭教育

IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第154334号

Copyright © 2015 by Sam and Gifford Keen.

No part of this book may be reproduced by any means, electronic or mechanical, or by information storage and retrieval systems, without permission in writing from Divine Arts.

Chinese simplified translation © 2016 by Heilongjiang Educational Press Co. Ltd.

ALL RIGHTS RESERVED

成为父子: 爱的和解之旅

CHENGWEI FUZI: AI DE HEJIE ZHI LÜ

作 者 [美] 山姆·基恩 (Sam Keen) 吉福德·基恩 (Gifford Keen) 著

译 者 陈子娴 译

选题策划 杨佳君

责任编辑 宋舒白 杨佳君

装帧设计 Amber Design 琥珀视觉

责任校对 高秀革

出版发行 黑龙江教育出版社 (哈尔滨市南岗区花园街158号)

印 刷 北京鹏润伟业印刷有限公司

新浪微博 <http://weibo.com/longjiaoshe>

公众微信 heilongjiangjiaoyu

天猫店 <https://hljjycbsts.tmall.com>

E-mail heilongjiangjiaoyu@126.com

电 话 010-64187564

开 本 700 × 1000 1/16

印 张 12.75

字 数 139千

版 次 2016年9月第1版 2016年9月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5316-8796-2

定 价 30.00元

前言 邀你共赴和解之旅

本书记录了我们父子敞开心扉向彼此讲述的一系列故事。这些私密且重要的故事，描绘了我们内心深处最痛苦、最柔软的记忆，改善了我们的父子关系，也让我们意识到自己作为父亲、儿子和男人的角色。

这些故事不仅让我们这对父子重新认识了彼此，同时也展示了一段能够有效帮助其他父子重归于好的心路历程。

一些父子会有酗酒或虐待等可怕的往事，但父子之间更常见的却是细小而微妙的伤害。我们父子的情况很平常：一位由于工作和离婚而远离了家庭的父亲，以及一位由于被遗忘而愤懑不已、成年后依然渴望父爱的儿子。

几十年来，我们都无法和睦相处。我们深爱对方，却又彼此厌恶。很多时候，两人相处起来并不愉快，聊着聊着，普通的谈话就可能变为愤怒的争吵。无论我们多么希望，或者付出多大的努力，依旧无法抚平旧日的伤痕，也无法原谅对方。父亲山姆快要八十岁了，五十多岁的儿子吉福德也已经有了自己的家庭。在这种情况下，两人似乎不可能达成和解了。



然而，两年前的一次激烈争吵过后，我们决定用交换信件的方式来探寻两人争端的根源。一起回首过去，遍寻那些被遗忘已久的痛苦记忆，我们很快便发现，两人一直在为一些鸡毛蒜皮之事反复争执，感情上的冲动远远大于具体的事情。

于是，我们开始向其他男性朋友询问他们之间的父子故事，并惊讶地发现，原来这个现象如此普遍。虽然他们的故事很多，内容也千差万别——有些是积极且愉快的，有些远比我们感受到的更可怕，但能从本质上影响父子关系的故事都不超过六个。

当我们开始花时间写下并互相分享这些故事时，事情就逐渐变得清晰明朗了。这些顽强地存留了多年的记忆，变成了我们观察对方的有色眼镜。透过有色眼镜，我们不自觉地便曲解了对方的所有语言和行为。我们发现，正是因为这些故事，我们才无法克服对彼此的敌意。

神话一旦在阳光下被检验，就失去了它的神秘力量；有色眼镜一旦被摘下，事情的真相就显露了出来。就好像有一座大坝，一直矗立在我们的记忆洪流中，现在却轰然倒塌。那些一直以来被阻塞的记忆奔流向前，涌入我们的脑海；那些灰色和压抑的感觉被一扫而空，取而代之的是光明、色彩和关怀。

很快，这一过程便焕发出了蓬勃生机与活力，几十年来形成的恼人怨恨消失了。我们的谈话开始变得轻松，我们彼此尊重、充满情感，就像我们一直以来所渴望的那样。一切都改变了，但这并非易事。我们还是会有争吵，有时仍然需要勇气和耐心去面对那些刻薄和痛苦之事。但也总会有新的记忆出现，来抚平我们的伤痕。

本书按照时间顺序，记录了我们的经历以及意料之外的结果。事实证明：私密的故事充满力量，讲述它们可以治愈伤口。但请读者们记住，这不仅是我们的故事，同时也是我们的邀请——邀请你们加入我们父子的这段旅程。你们将会看到，我们父子是如何发现彼此之间敌意的来源、消除根深蒂固的偏见并治愈心底长存的伤口的。

你可以将本书看作一张心灵地图，利用它来找到影响你们父子关系的故事和记忆地点。把它们都写下来，告诉对方，看看接下来会怎样。我们父子已经和好，相信你们也可以。

序

父子之间总会有斗争。因为他们一方追求权力，而另一方追求自由。

——塞缪尔·约翰逊

山姆: 那本该是庆祝的时刻。

那一天，圣塔菲的天空蔚蓝澄澈，调皮的微风在白杨树间穿梭，美丽的景色和惬意的感觉使人不禁爱上这个地方。我们一起度过了周末的美好时光。我们去小镇旁的山里远足，努力化解我们之间由来已久的怨恨。在你还是个小孩子而我还是个可怕的父亲时，这些负面的因素就已经存在了。

吉福德: 在这段时间里，从表面看我们是最好的朋友。我终于走上了人生的正轨：结婚、生子、四十岁便从非常成功的高科技职业中退休。我们每周都通话，一起度过节假日。你也总是向你的朋友们吹嘘我的优秀。

然而从另一方面看，多年以来，我们的关系仍然处于炼狱之中。在表面的友好下，我们仍然不自觉地进行着游击战。在我还是个孩子的时候

候，这种游击战就已经成为我们共同的负担。微妙的是，我总说你是一个内心腐朽的父亲，但这言语并非出于恶意。而你总是以一种自相矛盾的、含混不清的方式反驳我。你说尽管作为父亲你一直都有很多缺点，但现在我们之间最大的矛盾都来源于我，因为我无法长大，无法放过去，无法成为一个真正的男人。

总而言之，尽管我们一起建造了你的房屋，一起去露营和远足，甚至积累了上百个小时的交流和沟通，我们依旧停留在当我还是小孩子时就建立起的消极的、以权力为基础的关系模式中。

在过去的三天里，我很坦诚地指出了你的问题。你仍以一种并不明显的方式向我施压，以确保你在我们这个家庭的小团体中的首领地位。我们如今的交流依然存在着过去消极的模式，这也导致了一直以来存在于我们之间的那种淡淡的不适感。

你说，当我总是提起你的离婚和过去那些糟糕的日子时，你非常痛苦。我告诉你，你的反复和矛盾让我绝望。有的时候你非常支持我，而有的时候你却在有意无意地贬低我。

这些交流使我们在过去那些十分棘手的问题上终于有了实质性的进展。这是十年以来的第一次，我们都充满希望。我们终于能够展现真实的自己，建立轻松的友谊。过去我们也曾认为我们可以做到，不知为何却始终没有成功。我们渴望的友谊就那样晃晃悠悠地远离了我们。

山姆：那天下午我就要离开了，所以我们决定早上去帕斯奎尔咖啡店共进早餐。享用完墨西哥煎蛋和拿铁咖啡后，我们一起沿着瓦特街散



步。我很高兴这个周末的家庭谈话卓有成效。我们讨论了我的离婚和远离家庭所带来的伤害。

吉福德：然后，那件事情就发生了。

“那么，”你问我，“既然你现在没有工作，那你打算做什么？”你的言语很平常，但眼中却闪烁着厌恶，声调混杂着批判。

这看似没有恶意的语言却深深地伤害了我。好像我们近期交流的唯一结果就是把我最脆弱的伤口暴露在你的轻蔑之中。你似乎还说了这些话：“多么没用的男人才会坐在屋边发呆和照看孩子？除非你能做出对世界有意义的事情，否则无论你有多少钱，你都无法像我一样成为真正的男人。”

“从我小时候开始你就对我说这种废话。”我说，“我辞去工作是因为我憎恨这个工作。我跟你不一样，我想花更多的时间跟我的孩子们在一起。”

所以很简单、很自然、未经任何思考和判断，我回到了旧时我们的交流模式之中。你总是对我不满意，你是个讨厌的父亲；你抛弃了我，我永远也不会原谅你。这是我内心的呐喊。

“我以为你不会再这样说。”你很生气地回答我，“我已经为我的错误付出了代价，最终你会理解的。所以我最后一次告诉你：停止你的这种想法。”

一个巴掌拍不响，吵架并不只是一方的过错。你真正想对我说的是：“不要再抱怨了。我们之间唯一的问题就是三十年前你的软弱使你无法克服困难。我是个男人，而你只是个孩子。从你出生开始，我就能随意

踢你的屁股，我会继续这样做，直到我离开这个世界。”

山姆：突然间，你毫无预警地被一阵盲目的愤怒控制。你向我走近，用手指戳我的胸膛，对我的脸怒吼道：“你还在对我说我小时候你就说过的那些废话，你还是在以大欺小。”你的攻击使我十分困惑。你的怒气不知从何而来，我还以为我们的关系达到了互相理解和互相原谅的境界。

当我承受了对我的控诉及其背后的怒气后，我的绝望感汹涌而出。我也开始冲你吼叫。

“我跟你说了上百遍了，我很抱歉三十年前我抛弃了家庭所带给你的伤害，但我想我们已经说好了不再提这些事情。不要让我再重温这些愧疚。”

吉福德：我内心的愤怒越发白热化，我再也无法忍受了。

“混蛋！”我大喊道，“自我记事以来，你就一直随意摆布我、贬低我，用你的怒气恐吓我，用你那低级的加尔文主义^①价值观逼迫我。而现在，你还在这么做！”

这时，我们面对面地站在街道旁，来往的游客开始注意到我们，但我一点儿也不在乎。我向前几步靠近你，手指用力地戳着你的胸膛。我

^① 加尔文主义出现于16世纪宗教改革时期，主张救赎预定论和神恩独作说：救赎预定论认为，神的旨意是绝对的，也是无条件的，一切有限的受造物联合起来也不能影响神的旨意；而神恩独作说认为，人类的运作完全是被动的，而神的运作决定了普世历史和个人救恩的一切。——译者注



的脸离你只有几英寸的距离，我的怒吼甚至发自我肺部。

“你这个大放厥词的家伙给我听清楚：我一生都因你的反对而恐惧，永远试图达到你那不可能的标准，我现在受够了。我不在乎我们最后是能成为好朋友还是会一刀两断，但我再也不能忍受你这种居高临下的废话。再也不！”

山姆：在几次互相指责之后，你慢慢走开了。然后你突然转身，坚定地站在瓦特街的中央，以一种不可置疑的声音对我大声喊道：“你永远无法再随意摆布我了！永远！”紧接着你快步走开了，留我一人不知所措地站在街旁。

吉福德：我感到一种全然的解脱。我不知道这意味着什么，但是无论怎样，一切都结束了。我们静静地注视着对方，漫长的时间过后，我转身离开了，只剩你一人开着租来的汽车，踏上前往机场的遥远路程。

山姆：我怀着困惑的心情回到我的汽车里，并在车内坐了一个多小时。怒气渐渐被深切的悲伤取代。我漫无目的地开了一个小时的车，然后停在了我们曾经约好的、在我去机场之前见面的咖啡厅门口。我等待着，继续等待着，我等了很久，最终失望地离开了那个地方。似乎我们永远也无法驱逐那萦绕于我们之间的幽灵，它使我们无法得到我们梦寐以求的亲密感。

预示着暴风雨来临的积雨云在森格雷-德克里斯托山顶慢慢汇集，灰

暗笼罩了原本蔚蓝的天空。我一路向南，心里想着你是否真的再也不会跟我说话。我们想要化解一直以来存在于你我之间的敌意，在尝试又失败了这么多次之后，我们真的走到了死路的尽头，再也无法修复我们之间的裂痕了吗？

我们怎么会走到了这一步？

我真的失去了我的儿子吗？

成为父子：爱的和解之旅

目录



Prodigal Father Wayward Son

前言 邀你共赴和解之旅 1

序 4

1 / 第一部分 老生常谈

第一章 故事分享和身份认知 3

第二章 亚伯拉罕、以撒和鸡蛋 5

第三章 母亲、耶稣和我 11

第四章 男人不哭 15

第五章 黑暗和焦虑的时代 19

第六章 圆木和柱坑 24

第七章 性和禁忌 27

第八章 幽灵故事 31

35 / 第二部分 属于自己的故事

第九章 父亲的肖像	37
第十章 基恩家的处事方式	45
第十一章 1969 年的狄俄尼索斯	51
第十二章 手表	57
第十三章 塞壬之歌	63
第十四章 闹钟	67
第十五章 再见，我的父亲；再见，我的儿子	74
第十六章 项链	77
第十七章 独自一人	80
第十八章 缪尔海滩	83

87 / 第三部分 人生的仪式

第十九章 挑战探索	89
第二十章 心灵深处	97
第二十一章 神圣	102
第二十二章 初试疯狂	108
第二十三章 小木屋	112
第二十四章 工作成就男人	121

第二十五章 彻底的灾难	126
第二十六章 自由职业	134
第二十七章 权力、亲密和堆肥式厕所	140

149 / 第四部分 回家

第二十八章 建造房屋	151
第二十九章 诉讼时效	160
第三十章 愧疚、悲伤与宽恕	172
第三十一章 感恩	177
第三十二章 后记	182

第一部分
老生常谈

Prodigal
Father
Wayward
Son



成为父子: 爱的和解之旅

我们经常讲述的经历，
和被我们忽略的经历，
是塑造我们人生的关键。