

DOG MEDICINE

Julie Barton

狗狗的疗愈

一个关于爱与重生的真实故事

[美] 朱莉·巴顿——著

汤笑梅——译

DOG MEDICINE

Julie Barton

狗狗的疗愈

一个关于爱与重生的真实故事

[美] 朱莉·巴顿——著

汤笑梅——译

 北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

狗狗的疗愈

[美]朱莉·巴顿 著
汤笑梅 译

图书在版编目(CIP)数据

狗狗的疗愈 / (美)朱莉·巴顿著;汤笑梅译. —
北京:北京联合出版公司,2017.11
ISBN 978-7-5596-0984-7

I. ①狗… II. ①朱… ②汤… III. ①自传体小说—
美国—现代 IV. ① I712.45

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第229409号

DOG MEDICINE

By Julie Barton

Copyright © 2015 by Julie Barton
Published in agreement with Marly Rusoff &
Associates, Inc., through The Grayhawk Agency.
Simplified Chinese edition © 2017 by United Sky
(Beijing) New Media Co., Ltd.
All rights reserved.

北京市版权局著作权合同登记号 图字:01-2017-5823号

选题策划 联合天际
特约编辑 刘默 黄丽晓
责任编辑 李征
装帧设计 汐和
美术编辑 晓园

未
UnRead
—
文艺家

出版 北京联合出版公司
北京市西城区德外大街83号楼9层 100088
发行 北京联合天畅发行公司
印刷 北京鹏润伟业印刷有限公司
经销 新华书店
字数 181千字
开本 880毫米×1230毫米 1/32 7.5印张
版次 2017年11月第1版 2017年11月第1次印刷
I S B N 978-7-5596-0984-7
定价 49.80元



关注未读好书



未读 CLUB
会员服务平台

本书若有质量问题,请与本公司图书销售中心联系调换。
电话:(010) 5243 5752 (010) 6424 3832

未经许可,不得以任何方式
复制或抄袭本书部分或全部内容
版权所有,侵权必究

用灵魂的耳朵倾听，就是本书的使命所在。

克拉丽莎·平科洛·埃斯蒂斯¹

当你爱抚一只狗，或听一只猫的呼噜声时，思绪会沉淀一会儿，接着，你的内心会升起一个宁静的乐园，生命之门就此打开。

埃克哈特·托利²

¹ 克拉丽莎·平科洛·埃斯蒂斯 (Clarissa Pinkola Estes)，美国作家、高级荣格心理分析师，曾任美国荣格研究教育中心的执行主管。著有《与狼同行的女人》《虔诚的园丁：一个不朽的故事》。

² 埃克哈特·托利 (Eckhart Tolle)，德国心理学家、灵性导师，在2011年评选的世界百位灵性导师中，埃克哈特·托利名列首位。著有《当下的力量》《新世界：灵性的觉醒》等多部畅销书。

前言

我深信在我最痛苦的时候，上天为我派来一个治疗者，他是
以狗的样子出现的。有些人觉得这个想法可笑、幼稚、怪异，甚
至愚蠢。没关系，还会有人赞同的，他们知道我在说什么。

近几年来，我一直在写邦克的故事。我写这本书也是为了分
享他的一些智慧，因为对我来说他真的是良药。

谢谢你信任我，与我一起经历这个过程。不管是狗、猫、马，
或是任何其他动物，我真希望在故事里你能找到你自己和你爱宠
的影子。这是我自己的故事，但我由衷地认为，如果你拿起了这
本书，那么，这意味着它也可能是你的故事。

第一部分

从地铁站到我的公寓要经过六条街，我不确定自己能不能坚持到家。我的注意力全都集中在地面上：4号线的地板都磨花了，通往86号街的台阶粘满了口香糖，位于列克星敦大道和85号街拐角处的水坑里污水打着旋儿。从在俄亥俄州的大学毕业的第二周算起，我在曼哈顿生活已经将近一年。这一年，我在SoHo大厦里担任书籍出版商的编辑助理，我的名字已经出现在了兩本书的责编名单上，我的老板称赞我为得力干将。我勉强能够按时付清房租和账单。关心我的朋友和支持我的父母都对我的成功翘首以待。

而我，快要精神崩溃了。

我刚走出几条街，一些血腥的想法突然涌现：走到出租车呼啸而过的马路上去，冲到一辆临近的公共汽车的前头去。这些并不是我脑袋里的声音，这都是些不正常的可怕的想法，但我不知道怎么去控制。

如果你在街道上碰到我，你看到的会是一个疲惫的20多岁的女人。你可能会以为我宿醉未醒，或是好几个月都没吃蔬菜了，后面这个原因听起来更像是真的。我个子很高，通常身着一件宽松的黑色长衬衫，脚踩破旧不堪的钢制鞋头的马丁大夫鞋。从前的我留着一头飘逸的金色长发，从后背倾泻而下；现在的我剪成了齐耳短发，染成棕色的，在反光的商店橱窗下看起来几乎就是灰色——这是我大脑短路，在一家杂货店抓了一瓶3美元的染发剂造成的后果。

我转过 82 号街拐角，穿过有飘窗和沉重大门的褐石公寓楼，路过 P.S.290 曼哈顿新学校。这学校也没见有什么孩子。然后，我走进位于一楼的公寓，开了两道防盗门，又划开三道锁，拖着脚步进了屋。

终于可以独处了。

我把身后的门闩插上，公寓闻起来有股放馊了的牛奶夹杂灰尘的味道。像我这种社会新人一毕业就住这么个地儿已经很不错了：由陡峭的木制楼梯连接着的上下两间拥挤、促狭的小屋；楼上一间小厨房挤在角落，对面是裸露的砖墙；楼下的空间是隔断，刚够塞进一间小浴室和卧室。这里常年阴暗潮湿，窗户离地有五英尺¹高，只能看见一些缓行而过的行人的腿脚。

客厅没有家具，只有一台立体声收音机，还是我高中时买的。旁边是一堆倒塌的 CD 和磁带：范·莫里森、安妮·迪芙兰蔻、多莉·艾莫丝、大明星乐团、艾拉·菲茨杰拉德、金属乐队，它们陪伴我度过最黑暗的时刻。我需要耳边放着音乐，因为静下来的时候我只能听见我脑子里的各种想法。这些想法像一个声音对我耳提面命，指摘我是多么没用、愚蠢、丑陋和软弱，一无是处，就连活着都是个错误。

我尽量不去在意，或是质疑。

我煮上开水准备做意面。打开电炉，用锅盛满水，放在炉灶上。就这么个琐碎活儿，我感觉像是勉强把一块巨石抬起来一样。最近，我干小杂活儿越发觉得费力，穿鞋啊，系衣服扣子啊，连早上醒来都变得无比艰难。我站在炉子前，闭上了眼睛。

然后，我坐在地板上，手里把着木勺子。我也说不上来我是否

¹ 1 英尺 ≈ 0.30 米

知道自己在做什么。我还记得，如果这算是知道自己在做什么的话：水开了，沸腾的水冒出来，溢在炉灶上。我眨了眨眼睛，手掌伸平在满是灰尘的硬木地板上，以支撑住身体，接着手一滑，整个人还是倒下了。我的左眼皮一直跳。

我感觉自己像是一个没了电的机器人，或是被两根断弦牵着的木偶。我得够着电话，我需要帮助，有哪里不对，我隐约中还知道自己不能在厨房的地板上睡着。然后我注意到冰箱门上有一块陈年的棕色酱料渍，我仔细观察了一下，已经干了的酱滴，因为那里不该有这个东西，我也不该在这里。我抱着头，脊椎一阵痉挛，然后晕过去了。

所有的声音汇成一声巨大的回响：外面汽车按喇叭的声音，鸽子拍打翅膀的声音，人们走路说话的声音，还有厨房冰箱的嗡嗡声。我倒在那里，知觉麻木，我想这就是精神崩溃了。精神崩溃，这些词在脑子里重复着，像悲伤的吟诵，又像一首轻快的歌。你就是小题大做。想法继续往外冒着。你没有精神崩溃。你就是神经过敏，杀了自己吧。把一根绳子绑在什么上面，套在脖子上，然后纵身一跳。

来纽约之前，我一直生活在俄亥俄州，我早就受够了它中西部偏远的位置和暗淡寂静的夜晚，有些事总是让人感觉不对劲。高中和大学的大部分时间里，我都觉得自己生错了地方。我看过很多电视节目，决心要做一个大城市的女孩——而非俄亥俄州的乡下姑娘。这就是个地理上的失误，我不能把我的身体不适归咎于我的父母，他们婚姻很幸福。我哥哥和我打架打得厉害，但我想那也正常。结果这一次的崩溃和好几年的治疗让我意识到，这不正常。

我在大城市的生活第一次出现问题是一个熟人告诉我，我大三就开始交往的男生威尔早在我没毕业时就和别人厮混了。那时他本

该等我去纽约找他一起生活的，于是我当面与他对峙，争执数周，最后以分手告终。他说他进了一个乐队，需要专注于音乐。我知道那都是借口摆脱我的陈词滥调，但是对于这段恋情的结束，我仍然感到特别痛苦。威尔曾是我的依赖，现在他已离我而去。我这个女人，除非有个男人爱我，不然我就会难受，而且这个男人必须是威尔，别无他者，其他男人都怕我。我一个人在城市里闲逛，好像这世上没有我的容身之所。接着毫无音讯的几周后，威尔又会在凌晨3点打电话来，问他能不能过来和我谈谈，我总是说来吧，总是又和他上床。我对他如此渴望，对我的肌肤来说，他就像一股磁力。我们的关系恶化后，我开始闹情绪，不安全感让我几近崩溃。

大城市带来的文化冲击和分手的后遗症都证明，我出问题了。这不仅是因为我年轻、没安全感、幼稚、伤心过度，也不仅是因为我男朋友选择了别的女人，爱乐队超过爱我，而是我心里有些无法抹去的黑暗和混沌一直搅扰着我。

我的舍友利亚几周前离开了曼哈顿，那时我肯定她匆匆离开是我的错。我们在大学相识，一起住在纽约——不仅因为我们是要好的朋友，还因为恰逢合适的机遇。她是一个优雅的小个子美女，金发碧眼，眼睛深邃，有个男朋友比她早一年毕业，在曼哈顿生活。她来曼哈顿几个月后，也和男友分手了，但她看着没什么事。她继续过自己的生活，仿佛分手是她男友的损失。可威尔和我分手时，我异常痛苦。我对他的生活、他的一举一动、他的交际圈都着了魔，这让我心不在焉，反复无常，变成一个糟糕的朋友。

我醒来时失明了，什么也看不见，眼前一片灰茫茫的浓烟。我把手放在面前确认自己是不是真的瞎了。我勉强看到了自己的手指，我使劲咳了咳，肺部好像塞满了滚烫的棉花。这味道让人绝

望，闻起来像点着的木炭。我扬起手挥舞着，结果手背关节打到冰箱上，我想起那里有一滴不属于它的污渍。

我闻到烟味后，跌跌撞撞地摸索到炉子那里，现在都要喘不过气儿了。要是我的公寓有烟雾报警器，它早就该嘟嘟地响了。我把炉灶关掉，听着水壶噼啪的爆裂声，然后眼前一片黑。

我再次醒来时，太阳已经照在我脸上，耳畔响着汽车鸣笛声。早上了。

家，我必须给家里打电话。

透过依旧呛人的烟雾，我开始意识到自己在啜泣，自己一晚上都躺在厨房的地板上。我咳嗽气喘，牙齿咬得很紧。悲伤涌来，如此猛烈，像要把我的身体爆破成数百万个小分子。难以名状的孤独、糟糕的感受渗透进我的皮肤，最后终于侵占了我的整个身体，这个过程历时甚长。我开始哭，那个声音又开始大骂：你太蠢了，赶紧起来去工作，看看世界上别人怎么活的。你凭什么觉得自己和别人不一样，可以一整天都躺在地上？

醒来时我不记得自己如何睡去的。我在地板上爬行，每蠕动一肘的距离，就停下来开始哭，咳嗽，然后又跌入昏睡中。睡觉成了一件幸事，我实在太累了。

正午，烟雾几乎消散了，我终于够着了电话，不久又抱着电话睡着，然后被话筒滑下去发出的尖锐声音吓醒。我按了一下电话键，一次接着一次拨打妈妈的电话，她是一名高中老师，当时在上班。我很少在她上班时给她打电话，就给学校秘书留了言：“请告诉她是她女儿来电，很紧急。”

电话响了，把我吓醒。“妈妈？”我声音沙哑地问，我吸进

去太多烟了。

“朱莉？怎么了？”她问，等着我回答。“朱莉？”她又呼唤我，像是吓坏了。她的声音成了安慰我的灵丹妙药，至少有人在乎我，感谢上帝，有人在乎我。

“有些糟糕，”我说，接着哽咽住了，“我觉得我可能精神崩溃了。”我躺在一间几乎没有别的住户的公寓里，头发缠在一起，眼圈黑黑的，双腿瘫软无法站立。我的胸口很紧，真想去死。

“我这就去找你，”她说，“我这就上车，九个小时就到，接你回家。”我松手放开了电话，电话侧着滑向地面。

“谢谢，妈妈。”我喃喃低语道，然后昏沉沉地睡了。

后来妈妈告诉我，她当时径自走到校长办公室说：“我得离开，家里有急事。”她跑回家，胡乱塞满行李箱，然后开车从俄亥俄州哥伦布市出发，一直到曼哈顿，开了九个小时。因为担心我，所以她一路未停。开到宾夕法尼亚州时，她差点一边开着车一边睡着，这才驶离高速，进了家汽车旅馆，穿着外衣睡了会儿，早上7点又来电告诉我，她中午前能赶到我的公寓。“我马上接你回家。”她又说了一次，我没有辩驳什么。

那时我22岁，毕业进入社会一年，被寄予厚望，然而却对社会适应不良。我后来才知道那种感觉叫抑郁，但当时我还不懂。那是一种实实在在的感受，萦绕于心头，控制我整个人。它蜷在我的胸口上，告诉我饶了大家吧，去死吧。

* * *

我们所知道的是，根据美国犬舍俱乐部的记录和旧日报的说法，我精神崩溃的那个春日，恰好是邦克·希尔出生的时候。他是一条金毛寻回犬，在俄亥俄州的一个小家庭农场里出生。他有六个

兄弟姐妹，他不算最大也不算最小的。他出生后，裹着旧毛巾，散发出湿漉漉的狗崽味道。有一位女士在那儿看着，他虽然既看不见也听不见，却能闻到她的味道。邦克来到世上的时候是无助的，几乎不能动弹，直到他的妈妈，温柔尽职的红棕大母狗把他舔干净，他才勉强开始呼吸。他是第二个拱出来的小狗宝宝，健康的毛茸茸的公狗，渴望着温暖和妈妈的呵护。他没有牙齿，不能伸舌头散热，没有妈妈舔屁股他都不能大小便。他像一只蠕动的虫子，一只眼睛紧闭，耳朵都还没长成的小狗。他绝望地寻找妈妈，想要妈妈呵护他、抚摸他，渴望妈妈的温暖和关爱。

就像我一样。

我还保留着父母送给我的一个日记本，是我9岁的生日礼物。这是我在纽约倒地后我第一个想起的可以帮助寻求幼年记忆的事物，这本日记叫《特别的我：一本彻头彻尾关于“我”的书》。

这本日记的封皮是亮黄色的，上面有一个手拿画笔的小孩，微笑着。生日宴会的客人都走后，我冲进卧室里开始写我的填字自传。我舒适地蜷在床上，写下我的头发是稻草的颜色，眼睛是巧克力的颜色，我最喜欢的颜色是绿色，最喜欢的电视剧是《名扬四海》和《蓝精灵》，最喜欢的书是《夏洛的网》和《柳林风声》。

我通常都在雨天写日记，我喜欢写作和睡觉。日记记载了我的感受，“我有许许多多不同的感受……”我在空格处填道。

爸爸高兴时，我就特别高兴。

独自一人时，我就特别伤心。

哥哥嘲笑我时，我会很生气。

哥哥欺负我时，我会真的感觉到了受伤。

我画了一张小小的皱着眉的脸，黑色的眼睛流下两滴眼泪。我写道：“我能数到‘八’不眨眼，我的狗很好看，瘀青可不好看。”

那时我身上有好多瘀青，一般是在胳膊上。我哥哥就喜欢打我的胳膊，但是我腿上也有一片片的瘀青，都是他踢的，或是向我身前扔凳子戳的。他时不时地就打我，一般在只有我们两个人的时候。

父母不在旁边时，他就嘘我说：“垃圾。你瞧瞧你自己，还有

你那丑陋的嘴脸。”我往后缩的时候他会比画一拳，大笑着。他一比画拳头，我就吓得嗷嗷叫。

很多哥哥都脾气很差，一张臭脸。我哥哥叫我婊子、妓女、垃圾、蠢货、丑八怪、怪货色，还有杂种。他打我，打得很用力，还往我脸上吐唾沫，把我推倒，往我身上猛踩，扯我的头发，更有甚者，他拿着小刀追着我跑。但我不觉得我哥不正常，当时我不知道克莱在挣扎，我以为其他人的哥哥也都这样暴力。我没有意识到爸爸长时间不在家对他的影响，或是妈妈在情感上的疏离让他茫然不知所措。我只知道他恨我，我在他面前做什么都是错的，我在自己的家里也感觉不到安全，当时我的极度敏感对我来说更是没什么好处。我想象着我的毛绒玩具也有感情，给它们读毕翠克丝·波特¹的故事，然后给它们掖好被子，哄它们入睡。

有一次，克莱使劲推了我一把，我撞到了墙上，然后反弹，头磕在洗衣房门的合页处。起因是我频频地问他一个问题，问他和他的朋友觉得1983年的体育画报泳装秀里面哪个女孩最好看，那期的封面是雪浓·提格丝²，她倚进一个瀑布，身着几乎透明的白色连体泳衣。

爸爸听见咚咚声，从他的办公室跑过来，发现我倒在血泊里没了知觉。我醒来时分不清东南西北，爸爸来回踱步，大声地呼唤我，惊骇不已。他把我抱上车，急速奔向急诊室，那里最可爱的护士小姐抱着我的头，一位扎着棕色马尾的女医生给我缝了五针。我还记得当时心想，这些女人像天使般闪耀着光芒。我们回家后，克莱躲在锁着的门后，爸爸冲着他大骂。我觉得我也有责任，我不该

¹ 毕翠克丝·波特 (Beatrix Potter) (1866—1943)，英国儿童作家，彼得兔的创造者。

² 雪浓·提格丝 (Cheryl Tiegs)，美国名模，20世纪70年代最成功的模特之一。

招惹他和他的朋友。我想让爸爸别喊了，因为我知道过不了多久爸爸就会回去工作，我就又没人护着了，可别让克莱太愤怒了。

后来，那道疤长成了一个粉色的月牙，就在我的右侧太阳穴上，儿时的事情从一开始就一点点把我的希望、自尊和自信心榨干了。我在后期的治疗和写作中花了不知道多少时间努力厘清我们的兄妹关系。我已经很努力地思考父母在克莱打我时都去哪儿了，为什么不管管他，但我仍然没有弄明白。

我的父亲在哥伦布市中心的一家企业担任诉讼律师，工作时间非常长。家里好像总是很拮据，所以什么都没有他的工作重要。我们全家人的情绪都随着他的压力波动，如果他有个大案子要开庭了，我们都不能打扰他。如果他最近的官司输了，我们也不能打扰他。他可没时间管他觉得无关紧要的小孩子的口角。爸爸是他们家的独子，没有体验过和兄弟姐妹打架的事情，所以无法裁决我们的争吵。成年后我问他当时怎么不管管。他说他没在我们身边，没见到那些戏剧性的场面。说实在的，我真不知道我们斗得那么厉害。

妈妈呢，则是管不了我们两个。她说，她小时候也和两个姊妹打架，但也就是为了个卷发器打起来过，平常很少动手。克莱和我的事对她来说也是新的挑战，面对我们这样不正常的关系，她跑过来也只能祈祷。她努力假装情况不那么糟，也许她要是给我俩讲道理，情况真的不会那么糟。有时我们动起手来，她就一走了之。我成年后，她告诉我说，有一次我们打得特别厉害时，她躲到了床底下。她说她曾经看过一个电视脱口秀——好像是菲尔·多纳休¹——说兄弟姐妹间打架是为了引起父母的注意，要是父母不在周围，孩子就不会打起来。我不禁想象，妈妈伏在床下时，我却被

¹菲尔·多纳休（Phil Donahue），美国演员、主持人。