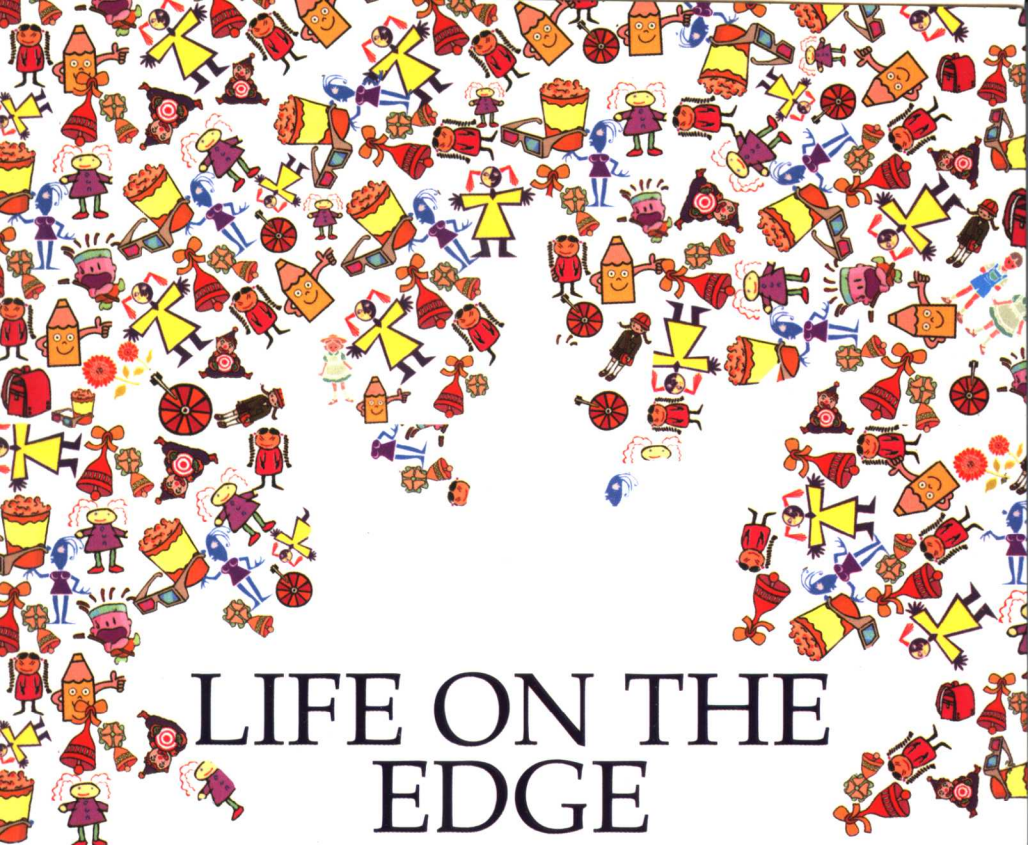




LIFE ON THE EDGE

生命蜕变的关键十年

破茧期

[美] 詹姆士·杜布森 / 著 俞一菱 / 译

Dr. James Dobson

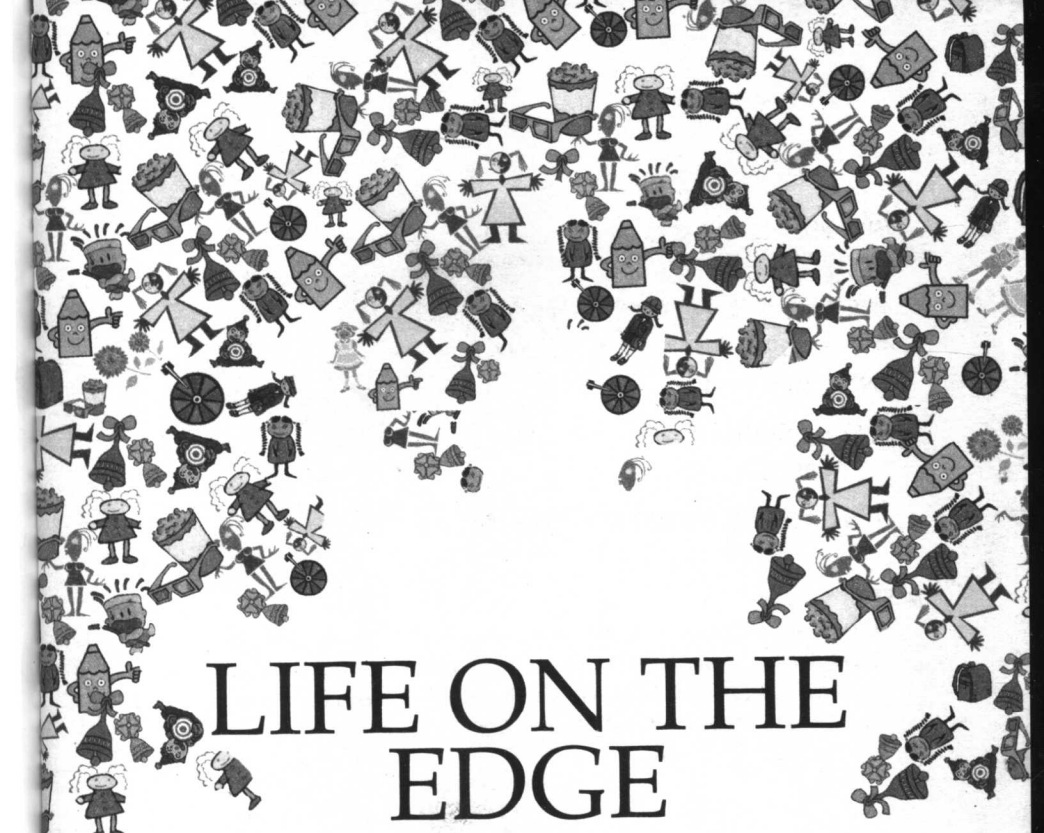
全美最受欢迎的心理学家杜博士

引导年轻人迈向有意义的未来

16~26 岁的人生必读



中国轻工业出版社



LIFE ON THE EDGE

生命蜕变的关键十年

破茧期

[美] 詹姆士·杜布森 / 著 俞一菱 / 译

Dr. James Dobson

图书在版编目(CIP)数据

破茧期：生命蜕变的关键十年 / (美) 杜布森著；俞一菱译. —北京：中国轻工业出版社，2006.1

ISBN 7-5019-5190-X

I. 破… II. ①杜… ②俞… III. ①人生观—青少年读物 IV. B821.49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 141263 号

版权声明

© Originally published in English under the title: Life On the Edge by James Dobson, Multnomah Publishers Inc, Chinese edition (simplified characters) is arranged by permission through Petra Resources Group. Copyright © 2005 Enoch Communications Inc.

责任编辑：顾海燕 责任终审：劳国强

出版发行：中国轻工业出版社（北京东长安街6号，邮编：100740）

印刷：北京文海彩艺印刷公司

经销：各地新华书店

版次：2006年1月第1版第1次印刷

开本：889×1194 1/32 印张：6.75

字数：120千字

书号：ISBN 7-5019-5190-X/G·578 定价：21.00元

著作权合同登记 图字：01-2005-6108

读者服务邮购热线电话：010-65241695 85111729 传真：85111730

发行电话：010-85119845 65128898 传真：85113293

网址：<http://www.chlip.com.cn>

E-mail: club@chlip.com.cn

如发现图书残缺请直接与我社读者服务部联系调换

50941J6X101EYW

献 辞

本书要献给书中所关切的年轻人群，他们正从青春期迈入背负责任的成人竞技场。他们转瞬之间将承受这世界的产业、制度及政治；并将掌握权柄，肩负起领导的重担。在他们组织家庭且继续成长的过程中，也将满载着人世间的包袱。本书就是呈献给这些聪明的、有潜力的年轻人。伴随着本书的是我的祈祷，愿他们铭记上一代的信仰，并在生活中实践出来，且有智慧地传承教导下一代。这世上再也没有比这更崇高的事了。

目 录

- 第一章 发射还是爆炸? /1
- 第二章 意念的法庭 /17
- 第三章 对金钱的热爱 /35
- 第四章 掌握大权 /45
- 第五章 关键问答 /57
- 第六章 持续一生的爱 /71
- 第七章 爱必须是自尊的 /93
- 第八章 关键问答 /113
- 第九章 与父母亲相处 /131
- 第十章 情绪：朋友或敌人 /157
- 第十一章 长廊上的门 /175
- 第十二章 开门入内 /189
- 第十三章 关键问答 /197
- 附 录 33 项价值原则 /205



第一章 发射还是爆炸？

如果你的年纪介于 16 到 26 岁，那么这本书正是为你写的。当然，我们也欢迎其他年龄层的读者共阅此书。本书内容是针对那些正在经历所谓“关键 10 年”的人群。

人生中某些最具戏剧性、也最持久的改变，多半发生在这短短的 10 年之间。它可以让一个与父母同住、同吃的小孩，转变为独立自主、扛起生活责任的成人。这段时期所作的许多选择，往往会影响未来的 50 年，其中包括：职业的选择、婚姻的选择，以及建立生命的价值观及原则等。

早年的过失与错误的判断会使人们更加意识到这段时期的重大意义；这些过失与错误会破坏随之而来的一

早年的过失与错误的判断所造成的冲击，会使这段时期的意义更加重大；这些过失与错误会破坏随之而来的一切。

切。就如砌砖工人必须相当小心，使底部的砖头保持绝对的垂直，否则当墙愈砌愈高，而底层却不稳固，墙就会倾斜得愈大。生命的情形也是如此。

关于这段重要的关键 10 年，使我想起几年前全家前往肯尼亚和坦桑尼亚的旅游经历。旅游中最精彩的节目，就是游览美丽壮观的塞伦盖蒂国家公园。在那里，许多著名的非洲动物无拘无束地漫游其中。我们去的前一天一直下雨，路面没铺石子、十分泥泞，车轮深陷泥沼——非洲的泥浆。若不是

有位当地人开了一辆四轮驱动的卡车协助我们脱离困境，我们就得在大草原上待一整夜。

傍晚，我们开进一条更加残破、泥泞的路面上。其中有一段路分为两条平行小径，长达几百米之后才又汇合，那是有的司机在当天早些时候为了避开泥坑而另辟的新路，但我们却无从知道泥坑究竟位于哪条小径。我们在岔口上考虑走哪条路。如果弄错，很可能又被困住，还得睡在车上——没有晚餐、牙刷、冲浴设备，甚至没有水喝。

于是，17岁的儿子雷恩自告奋勇，要为大家解围。“我到前面探路，”他说，“然后我会招手，让你们知道怎么走。”

同行的宣教士说：“雷恩，我不认为这是个好办法，谁知道草丛里埋伏了些什么。”

最后，我们终于选了一条看起来较好的路，而那条路也的确让我们顺利通过。但是，当车子开到两径相汇的地方时，出人意料的事却等着我们：一只大公狮正蹲在路旁的草丛里。它朝着我们滚动那双大黄眼珠，挑衅我们与它较量。那些“大猫”们认为人类不过是一顿美味的晚餐。它们可以在3秒内跃过100米，毫不迟疑地把任何傻得敢惹它们的城市人一口吞吃。

雷恩瞪着那只狮子，他很同意他应该待在车子里！

但是，那些泥坑怎么办？

在塞伦盖蒂的经验，生动地说明青少年晚期到成年初期的过程。有些人的旅程十分平顺，他们的车子畅通

**我们很容易就会
偏离正道、陷入生命
早期的沟壑中。**

无阻；但也会很多人会碰上无法预料的“泥坑”，陷在很不成熟的成长阶段里；还有一些人则受尽草丛中

那些潜藏的野兽的折磨，他们当中有人对酒精或药物上瘾、找错对象、梦想破灭、自杀、谋杀或触犯种种法规等。我们很容易就会偏离正道、陷入生命早期的沟壑中。

容我再举一个例子。几年前，有人邀我参加俄勒冈州罗格河谷一个为期3天的急流泛舟之旅。当我们准备出发时，我的一位朋友霍斯理博士，也是经验非常丰富的泛舟高手，他对我说：“你很快就会明白一件事：永远是河流在发号施令。”我当时不明白他的话，但3天之后，我清楚地体验到这个原则。

第一天，我宁可自己一人划着2米多长的塑胶独木舟尾随着，也不愿与众人同坐在橡皮艇上安稳宁静地漂流50里。隔天下午，我依然坚持划着这艘单薄脆弱的小东西进入河流中最危险的一段路，那真是个错误的决定。

前方有一段被称为“咖啡壶”的河区，这称呼的由来是因为该区域的两岸岩壁相距很窄，形成一股难以捉摸的沸腾的暗流，会在毫无征兆的情况下将小船和乘客

卷入水底。有不少人都在这个地点淹死，其中一位在夏天之前才淹死。所谓无知便是福，而我真是太有福气了。

刚开始的几分钟，我似乎相当得心应手，那是在真相大白之前。然后，一块大岩石周围的水流把我打翻了，我倾覆在急湍狂澜中。似乎过了永恒那么久，我才浮出水面，但我根本无法呼吸。一条原本围在颈上的围巾，此刻却紧紧地贴在我的嘴巴上，且被我的眼镜牢牢扣住、直捆到我的头部。我正想用力扯掉它并拼命吸气时，湍急的河水又袭上我的脸部、缓缓流入我的肺里。我在呛咳惊呼之中再度沉到水里。当时我虽慌乱得只想吸口气，但同时也清楚地知道：“咖啡壶”已在前方，仅有百米之遥。

我内心涌出一阵惊慌，那是从来没有过的经验，我真的认为我会淹死。我有个恼人的小毛病，就是每隔几分钟就会喘一下，否则就受不了。我知道，如果刚好在那一瞬间又被吸下去的话，那就是我的末日了。当我在急湍中载沉载浮、并逐渐漂向那最狭窄的河域时，我的家人和朋友都在船上无助地、眼睁睁地望着我。他们无法靠近，因为水流已将他们愈来愈远了。

此时，霍斯理博士却使出他那令人难以置信的精湛技巧，设法将船推向岸边附近的一个漩涡里，借此使船“暂停”。船在漩涡里不断地打转，直等到我也漂到那里，并抓住一条绕在船外端的绳子。然而，我仍爬不上船，因为水流很急、衣服也湿透了，而且绳子的另一端

和我之间有很长的距离。我真希望霍斯理博士能帮我爬上去，但他不仅不帮我，反而拼命用力地划桨，看起来十分担忧。后来我才明白他在担心什么，他是怕船筏会撞上咖啡壶垂直的岩壁。一旦撞上，我就会被那巨大的冲力撞扁！

的确，船是撞上了岩壁，幸好我事先已经发现。我使尽全身的力量蹬起双脚，用劲地从岩壁上弹跳出去，把自己高高地推向船缘，并攀了进去，然后整个人瘫在船里；我趴在上面用力大口地吸着新鲜空气，足足约有30分钟之久。

你大概明白这故事与我们的主题之间有何关联了。在某方面，生命就像那条美丽的罗格河，河水绵延长远，当水流平稳宁静时，你能从船上俯看自己的倒影。那景色美得令人舒畅，水流也会安稳地领你顺流而下。然而，就在毫无预警中，你被推入急流。刹那间，你急促地渴求空气，拼命挣扎着要露出水面。就在你觉得自己快被淹死的时候，却又漂向咖啡壶那致命的湍流中。

请了解：这种情形迟早“都会”发生在你身上。没有一个人在人生河流中，不遇上湍流的；你最好先有心理准备。你会拥有宁静美好的时光、安闲坐下并沉思片刻，但也会有惊恐惧怕的时刻，你会从船上被甩入上帝

没有一个人在人生
旅程中，不遇上湍
流的。

那良善怜慈的怀抱中。这是航行中必然发生的过程。那是为什么当危机来到之前，你必须先稳固自己、

弄清楚你是谁，以及当压力来临时，你会做些什么。

“关键 10 年”

在你下一个 10 年中，将会有上百个需要解决的重要问题，而它们最终的答案很可能姗姗来迟。我在大学时拼命思考了很多问题，诸如：我要过什么样的人生？我该娶什么样的女人？我在哪里可以寻见她？我们的爱情能持续一生吗？我的优点与弱点是什么？我应该读研究所吗？我能符合入学资格吗？我的天赋足以让我走进专业领域吗？还有上帝，

他会从哪里来配合我的计划，我又如何能明白他的旨意呢？……如今，我重

在你下一个 10 年中，将会有上百个需要解决的重要问题。

新回想并深思这些问题，我认为，当时若能同几个了解我的问题的人谈谈，一定会很有帮助！但就像大部分的朋友一样，我从来不开口求助。时光一年一年地逝去，我也逐年地在急流中摆荡不定。

当然，在我年轻的时代里，这些问题比较容易独自处理，关键 10 年中的湍流也较少。我成长于“快乐无忧”的 20 世纪 50 年代，那时的生活不太复杂。在我就读的多种族公立高中里，没有人吸毒。你相信吗？我在读书时，从未听过有人贩卖或使用非法物品。从今日的标准来看，当时酒精的饮用量可以说微乎其微，朋友中没人有喝酒的习惯。事实上，在每周五晚上的足球赛

后，我们会去庆功玩乐，但几乎没看到狂饮的人。当然不是完全没有，不过那都是声名狼藉的特殊人物。当时没有庞克族、光头族、新纳粹主义分子，也没有离经叛道的嬉皮、施巫术的人，更没有同性恋运动。那时代的音乐相形之下也相当安全无害。

无疑，同学中也有人在求学期间失去童贞。性不是近期的新发现，自然也存在于当时人们的头脑里，有些人显然不仅仅只是在想这回事。若有女孩子怀孕（当时称为“有麻烦”），会立刻搬到隐秘的地方去，没人知道她去了哪儿。为婚姻保持颜面的想法在当时很合理，道德观念也很时兴，随便与人上床的学生会被轻视。男女关系不检点的女孩会被称为“娼妓”，男孩则被说成“乱搞”。没有结婚就住在一起便是“犯罪”或“同居”。没有人说贞操是咒诅而得除去，没有大人期望我们像动物那样热情地交配。那些观念是现代才有的，诸如，从学校护士到误导人的外科医生，似乎都吟诵着：“常常做，正确做，每晚用保险套。”

最后，也最为重要的是，20世纪50年代的学生很容易接受信仰方面的影响力。他们不全是基督徒，但很多人都是。信仰会影响我们的行为。譬如，很少人会亵渎上帝的名字。在60年代晚期之前，也就是颓废的电影和电视节目开始成为通俗之前，大部分的青少年都不流行在说话时加入粗俗不敬的字眼。在60年代晚期，媒体开始教导你们父母亲那一辈随便从事性行为、并藐视上帝的诫命。许多革命性的改变都发生在60年代的

晚期，那一代的年轻人突然变得有些疯狂。他们也付出了极大的代价。

我所说的重点是：你所置身的世界，比几十年前的道德光景更加堕落。现在，12岁的孩子怀孕，15岁的孩子彼此枪杀，17岁的孩子深陷毒瘾，18岁的孩子感染艾滋病等等，都算是很普遍的事情。暴力成为一种生活方式——特别是住在大城市里贫困地区的孩子们。美国孩童被枪杀致死的机会，是住在具有悠久暴力历史的北爱尔兰孩童的15倍。有些孩子必须睡在浴缸里，以免被开车驶过的枪手杀死。是的，现今文化已走到道德沦丧的堕落光景中，它和每个年轻人息息相关。因此，你得处理上一代所没有的压力和试探。

未来几年中，你最重要的决定之一是你一生的工作——职业——或你所希望发挥的技能。这种选择通常都很难。你怎能预料到40、50或60岁时想做什么？你必须凭着有限的资料来猜测。也许你根本不知道究竟该找什么工作，然而你还是投入漫长的学业中，接受训练。

在这种情况下所做的决定，也许会使你困在日后令你厌烦的事务中。社会压力也会影响你的选择，例如，许多年轻妇女私下渴望做一个妻子和母亲，却又不敢在今日这“解放”的社会中承认。此外，女孩子怎能计划做一件需要另一人——一位能够爱她、终生厮守的丈夫——共同参与的事呢？婚姻或许是、也或许不是她的憧憬。是的，关键10年中有太多需要考虑的事情。

我觉得自己很幸运能在年轻时，踉跄地走入一种行业，而这一行也让我相当得心应手。如果我生在耶稣那时代、并得靠双手谋生，或许是木匠或石匠，我很可能会饿死。手艺根本不是我的长项。工艺是我高中成绩单上惟一的“丁等”，那还是工艺老师彼得先生赏我的礼物。我花了整学期想做个放鞋具的箱子。多浪费啊！不过，那经验也帮我排除了某些职业的可能性，比如木匠和家具细工。

选择职业时的考虑

你也必须在头脑中排除或纳入某些事情。实际上，做出正确的职业选择时，你需要同时具备这六项重要的条件：

1. 必须是你真的很喜欢做的事。要认清自己的优点、弱点和兴趣，再做选择（有些设计完备的检定测验能提供帮助）。
2. 必须是你有能力做到的事。也许你想当律师，却缺乏天赋，无法应付学校课业，也通不过律师考试。
3. 必须是你能够赖以谋生的事。你可能想做艺术家，但若没有人买你的作品，你可能会饿死。
4. 必须是被许可去做的事。你可能医术精湛，也能应付严苛训练，却得不到医学院的入学许可。我在研究所读博士学位时，有位同学经过7年的课业学习后，却遭淘汰了。他已经考到最后一个大考，教授才对他说：

“你被刷掉了。”

5. 必须是被文化认可的事。换句话说，多数人都需要社会尊重他们所做的是，这正是现代女性很难留在家带孩子的原因之一。

6. 对基督徒信徒而言，最重要的是，那必须是上帝所赞同的事。

选择职业会如此棘手的原因，是因为你需要把这六项要素同时配合在一起。如果你做到其中五项，却不喜欢你的选择，你还是会很麻烦。如果有了其中五项，却遭到必备的专业学校拒绝，你就被卡住了。如果五项都齐全，却不能靠着所选的职业谋生，事情还是行不通。每个环节都必须紧紧相扣。

由于有这些困难，我们意料到许多年轻人会在这关键 10 年中艰苦挣扎。他们毫无动力，也不知道下一步是什么。他们无聊地坐在父母家中拨弄吉他，而别人在厨房里忙得团团转。

处在这种光景中的年轻人，使我想到发射台上的火箭。当发射台的引擎发出轰然巨响，喷出浓烟与火光，而火箭却一动也不动。火箭应是飞越大气层，射入太空，但它却坐在那里，好像被拴在发射台上似的。

许多年轻人会在这关键 10 年中艰苦挣扎。

我见过许多 20 岁出头的年轻男女，他们的火箭就是无法飞离地面。有些人甚至引擎爆炸、梦想破灭，零乱的

残骸散落在整个发射台上。

有时候任务会失败，是因为拒绝上帝进入自己那崇高的计划里。《诗篇》写道：“若不是耶和华建造房屋，建造的人就枉然劳力；若不是耶和华看守城池，看守的人就枉然警醒。”（《诗篇》一二七：1）对你们这些正要迈出生命之旅的人而言，这句话的含意非常深远。如果想用自己的力量去努力，无论你想做什么——建造或看守——都是枉然的。这句听起来或许很古板，但是我保证那是真的。上帝绝不会满足于在你的生命中居第二位。

我父亲的教训

父亲过去认为他是这原则中的例外：他认为自己置身在此原则之外。他筹划自己的一生，不要上帝或任何人帮助他实现计划。很小他就立志成为伟大的艺术家，甚至早在幼稚园之前，就告诉家人他长大后要画画。这种热忱不仅是他的选择，更深植在他的血脉中。整个童年和青少年时期，他的愿望不曾动摇，他渴望成为另一位伦勃朗或米开朗琪罗。当其他五位哥哥都还不知道自己要做什么的时候，这个小弟已开始追逐他那崇高的理想了。

到了16岁，有一天他走在街上，他似乎听见上帝在对他说话。当然，那不是耳朵能听见的声音，但在内心深处，他知道那位至高全能者正在对他讲话。那是一