



PHOENIX FUND

凤凰基金

红十字书库·凤凰书屋

别对自己说 “不可能”

[澳]约翰·库缇斯 (John P. Coutis) 著

谈鹤鸣 编译

他没有双腿，却能潜水

他没有双腿，却能驾驶汽车

他没有双腿，却能成为运动场上的冠军

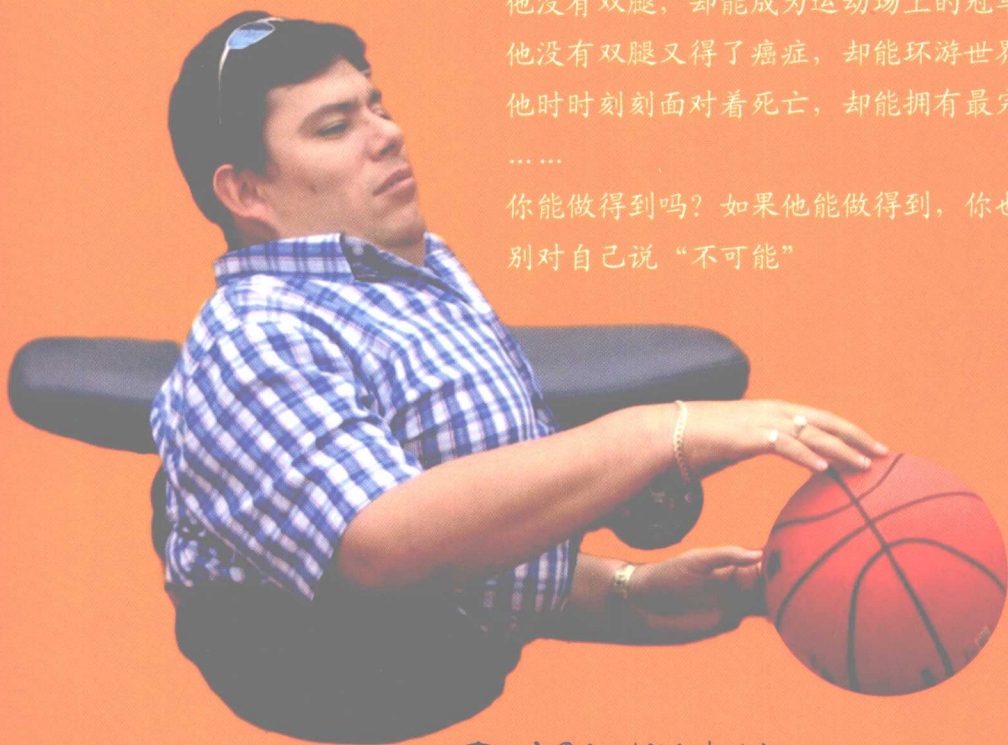
他没有双腿又得了癌症，却能环游世界四处演讲

他时时刻刻面对着死亡，却能拥有最完美的爱与生活

.....

你能做得到吗？如果他能做得到，你也一定能！

别对自己说“不可能”



中国水利水电出版社

www.waterpub.com.cn

别对自己说 “不可能”

[澳]约翰·库缇斯 (John P. Coutis) 著
谈鹤鸣 编译



中国水利水电出版社
www.waterpub.com.cn

内 容 提 要

他没有双腿，却能潜水；他没有双腿，却能驾驶汽车；他没有双腿，却能成为运动场上的冠军；他时时刻刻面对着死亡，却能拥有最完美的爱与生活……他在世界 190 多个国家做过巡回演讲，他所经历的逆境与成功，对每个人来说，都是巨大的个人感召。

他就是约翰·库缇斯。他天生严重残疾，但他以拒绝死亡来挑战医学观念。他的演讲雄伟壮丽，他有清晰的头脑，超强的幽默感，他乐于付出他的时间和才能。

在他面前，没有不可能，在我们面前，一切皆有可能！

图书在版编目 (CIP) 数据

别对自己说“不可能”/(澳)库缇斯著；谈鹤鸣编
译. —北京：中国水利水电出版社，2009

ISBN 978—7—5084—6088—8

I. 别… II. ①库…②谈… III. 库缇斯, J. —传记
IV. K836.118.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 183763 号

书 名	别对自己说“不可能”
作 者	〔澳〕约翰·库缇斯 (John P. Coutis) 著，谈鹤鸣编译
出版发行	中国水利水电出版社 (北京市三里河路 6 号 100044) 网址: www.waterpub.com.cn E-mail: sales@waterpub.com.cn
经 售	电话: (010) 63202266 (总机)、68367658 (营销中心) 北京科水图书销售中心 (零售) 电话: (010) 88383994、63202643 全国各地新华书店和相关出版物销售网点
排 版	北京京润天源科技有限公司
印 刷	北京市地矿印刷厂
规 格	180mm×245mm 16 开本 13.5 印张 181 千字 8 插页
版 次	2009 年 1 月第 1 版 2009 年 1 月第 1 次印刷
印 数	00001—15400 册
定 价	39.80 元

凡购买我社图书，如有缺页、倒页、脱页的，本社营销中心负责调换

版权所有·侵权必究

谨以此书

献给我的父亲盖瑞彼得·库缙斯和母亲埃芙琳·格瑞斯·布克

由于你们，我才成为我自己。没有你们我不会过上如今的生活。你们用勇气“打破惯例”将我带回家，保全了我的生命。你们是我的依靠，在我最需要的时候，我可以从你们那里得到智慧、勇气、爱和深情的拥抱。我感激你们给予我的一切。

献给我最好的朋友马修·安德森（1972—1996）

是你第一个跟我说应写一本书，并给我定了这个题目《别对自己说“不可能”》，让我起笔。我终于做到了，好兄弟。

献给我的爱妻丽恩、卓越的儿子克莱顿

没有你们可能永远没有这本书。感谢你们的理解、鼓励和爱。你们是我的心灵伙伴和最好的朋友。我全身心地爱着你们。让我们一起走我们自己的路。

10 分钟激励……

激发一生灵感

教育的神奇力量

看完约翰先生的《别对自己说“不可能”》让人振奋不已。与我们这些健全的人相比，他简直太优秀了。他在与死神一次次擦肩而过的时候，充分的利用了自己的有用部分，开辟了最大价值的人生通道。相对于我们正常人的创业来说，既无比艰辛又无上幸运。约翰先生在创造者人类视线以外的奇迹，所以能让每一个人心潮澎湃。

说他幸运是因为，他的确具备了冲击人们视觉习惯的身体残疾。但是更重要的是他超越了这些。正如约翰一直强调的，如果不是父母给了他一个正常的孩子待遇，恐怕他就不会有今天。原因很简单，作为孩子的小约翰从小就为自己的顽皮负责，同时也得到了父母亲人的毫无偏见的爱。

一个孩子，最可怕的就是溺爱，更可怕的是得不到尊重。约翰则两者都没有，他有错会得到一顿抽，他有悲伤会得到母亲的拥抱。他撒泼可以被父亲扔到后院，他绝望的时候也会得到父亲的绝对支援。约翰先生对父母的感恩不是盲目的，他给我们尤其是中国家庭的家长们上了一课，那就是如何教育孩子。

教育孩子是中国人的一块心病。人们往往说“寒门出贵子”，为什么呢？因为贫苦的孩子只能独自面对困境，虽然很艰难，但心智上更容易成长。而有钱人的孩子，总是没有大出息，原因也很简单，衣来伸手，饭来张口的日子当然不可能锤炼出英雄来。约翰先生的父母应该属于小康家庭，他们给约翰提供了他必需的成长条件。但是仅此而已，所有的一切都取决于约翰自己。

序言 一

从约翰的文字中，我们不难看到澳大利亚社会生活的影子，每个人都是自然的选择面对生活。与其说约翰被教育，莫如说约翰在与所有的人互动，正是在这种互动中，保持了最客观的面貌，约翰从中体会了人生中最基本的生存和意义。生活是自己的，只有真切的感受并作出了选择，独立的人格才能展现。而我们的孩子呢，因为溺爱的环境，他们从一落地就可能接触不到真实的生活，所以一旦步入社会，一旦真正的需要自理、自立，就一切陷入了麻烦。我们的教育是那么机械，以至于人们只能寄希望于溺爱和后勤堡垒。但是我们收获的还是具有缺陷的孩子。他们离不开父母，更离不开自我的膨胀与虚弱。

约翰·库缇斯的书无疑是教育孩子的一本好书。

石建平

2008年11月

有爱，就有一切

他没有双腿，却能潜水；他没有双腿，却能驾驶汽车；他没有双腿，却能成为运动场上的冠军；他时时刻刻面对着死亡，却能拥有最完美的爱与生活……他在世界 190 多个国家做过巡回演讲，

他所经历的逆境与成功，对每个人来说，都是巨大的个人感召。

由于爱，约翰·库缇斯惊心动魄地活下来了；由于爱，约翰·库缇斯成为国际著名激励大师。

2008 年 9 月，约翰·库缇斯来中国哈尔滨、成都等城市进行慈善演讲，引起了良好的反响。出于合作意向，10 月 1 日，我在北京首都机场见到了这位激励大师，全然只有上半身的约翰·库缇斯，乐观、豪爽，动作十分敏捷，给我留下非常深刻的印象。

2008 年，对中国是非凡的一年，雪灾、地震、洪水……挑战接踵而至，挑战着中国人的智慧与意志，挑战着人类生存的极限与价值。

尤其是，汶川大地震给灾区同胞造成了巨大损失与痛苦，深深震撼着全国全世界人民的心灵。受灾地区已全面转入恢复重建阶段，灾区的物质面貌有了较大的改善。但是，许多灾民的精神还深陷灾难而难以自拔。

这个时候，约翰·库缇斯受邀而来，他用自己的经历向正在重建家园的灾

区人民，向全国人民述说着一切——一切皆有可能。

是的，没有不可能，别对自己说“不可能”，在这个时代，一切皆有可能。

有爱，就有一切。

凤凰基金有幸参与其思想、精神的传播，旨在“呵护生命·关爱心灵”，致力于改善肢残人群的境况，推广慈善教育，在呵护人的生命与健康的同时，努力唤醒、关爱人的心灵健康，改善他们的生存与发展空间。

博爱（将博爱播种于众人的心灵）、善行（让善行成为生命的习惯）、生命之舞（使人展现自己最华美的生命之舞）是凤凰基金的文化理念。

只要有爱，一切皆可能！

诚如充满东方哲人气息的阿拉伯著名作家、诗人纪伯伦在《先知》中所写——

生活的确是黑暗的，除非有了渴望；

所有渴望都是盲目的，除非有了知识；

一切知识都是徒然的，除非有了工作；

所有工作都是空虚的，除非有了爱；

当你们带着爱工作时，你们就与自己、与他人、与上帝合为一体。

什么是带着爱工作？

是用你心中的丝线织成布衣，仿佛你的挚爱将穿上这衣服；

是带着热情建房筑屋，仿佛你的挚爱将居住其中；

是带着深情播种，带着喜悦收获，仿佛你的挚爱将品尝果实；

是将你灵魂的气息注入你的所有制品；

是意识到所有受福的逝者都在身边注视着你。

王海波

2008年11月

每当我想起约翰·库缙斯，两个词立刻跳入我的脑海：“大头”和“传奇”。很快许多其它的词汇又涌上来，包括“赋予灵感”、“精力充沛”、“积极向上”、“激励人心”、“幽默风趣”、“敢做敢为”和“慷慨大方”……

介绍约翰的句子中有一个词是肯定不会有，那就是“残疾”。

我对约翰另眼相看，从我第一次看到他时就开始了。那是20世纪90年代初在悉尼郊区温莎地区的一家宾馆里。当时我看到一个像螃蟹一样的人在酒吧地板上穿梭，跳上吧台凳，眨眼间就在吧台上点了两瓶饮料：“南方的安慰”和可乐。接着他把一瓶饮料塞入衬衫而手里拿着另外一瓶，跳回到地板上，飞快地跑回到同伴那边。

我得见见这家伙。从我遇见约翰的第一刻起，我就肯定他不是个普通的人。确切地说，他是一个注定要启发许多人的特殊家伙。他有演讲的天分，他用这种宝贵的能力来与每一个人沟通，激发出他们的最佳状态。孩子们被他所吸引，好像他是穿花衣的吹笛手，而大人们在了解了充满活力的人生之路后总会留下更为积极乐观的感觉。

约翰的命运让人们认识到生活并没有那么糟糕，如果你真的下定了决心，你就能够成就一切。

约翰不仅克服了出生以来就要面对的生理限制（虽然他还是不能打高尔夫），还打了几场人生战役，尤其是对自己的健康问题，而是每一次都获取了胜利——因为他对成功有坚定的决心和钢铁般的意志。尤其是在1999年下半

年到2000年他不得不经受与癌魔的殊死抗争时和2000年7月婚礼之后他的健康状况又一度急转直下时，这一点真的是千真万确。

我还可以继续滔滔不绝地讲我最喜欢的约翰的故事，但我想应该多留些篇幅给他，让他在书中讲述自己的故事。总之，我可不想给他太多的包装，否则他那已经很大的头可要更大了！不过，有一个故事我无法省略。约翰自己在“球队一员”这一章中已经讲过这个故事，但我要在这里再来点锦上添花。

这事发生在1994年初，约翰的首次海外旅行，是和澳大利亚板球队一起去南非。当我们下榻约翰内斯堡的豪华酒店时，这个来自北里奇满的男孩还有点乳臭未干，不敢相信自己的好运，也不太适应五星级酒店的豪华。除了电视机中繁多的电视台和电影，以及客房服务、衣服洗涤和叫醒电话等服务外，在浴室中还有许多华丽的设施、角落上是淋浴间，旁边是浴缸，而马桶旁边，看起来是特别为残疾人设置的。不过，我解释过，在我的眼中或约翰的眼中，他并不是残疾人。但是当他看到那个水池的时候，他一定认为很好，这东西可以使生活更方便一点。

在检查了自己的房间后不久，约翰就接到一个电话叫他在晚饭前整理梳洗一下。过了一会儿，宾馆行李搬运工到他房间卸下他的箱包，又过了一会儿约翰房间传来一阵骚动声和声音不小的喊叫和咒骂。

是什么引起了骚动？

我留给约翰在自己的书中作解释。有一件事我搞不明白，虽然他说的，他很快就坦白了自己的错误。但根据我的回忆，尽管谣言传遍了球队，这个大头还是花了大半个星期才全盘招供。

“我想那尝起来像清洁剂。”他悄悄地承认。

我知道在将来的时间还会有更多约翰的故事，而且我也知道他会用他的乐观主义和性格魅力去积极地影响成千上万的人的生命。他积极的特质，可能是他生命中最重要，也始终鼓舞着我。

斯蒂文·沃

2001年4月

致 谢

应你们这些可爱的人的要求，这本书终于出炉了。你们是我每天见面谈话以及在我的生活中邂逅的人。你们中许多人曾经再三跟我说把我自己的故事写下来，因为你们想带一段我的故事回家与家人分享。

感谢你们鼓励我用一本书来分享我的故事。

对成功有所了解的人都知道，帮助你到达成功彼岸的是许多人无条件的支持和爱。没有下面这些人的巨大支持，这本书也不会付梓出版。

杰弗·阿姆斯特郎，作家、研究员、编辑，也是对我将自己的故事搬到纸上帮助最大的人。杰弗，感谢你对这本书的耐心、恒心和热情以及你对我的故事的信心。

感谢汤姆·吉里亚特、贝纳特·弗里、布莱尼·卡麦隆以及潘·麦克米兰公司的全体人员。在我参加了一次会议，并在会议室的桌子上走了一圈之后，他们便深信我是个传奇（我不敢肯定他们当时是否知道自己陷入了什么。他们对这本书进行了修饰和润色，他们是一群很棒的专家）。

感谢那些忍受着电话、访谈和拜访的劳累为这本书搜集背景资料的朋友们。谢谢艾伦·琼斯、里莎·柯里肯尼、汤姆·奥托尔、罗伯逊夫妇、乔·赫顿和沃里克·麦凯医生，你们每一位都为我的传记做出了巨大的贡献。

特别感谢斯蒂芬·沃，澳大利亚最棒的运动员之一，我最好的朋友之一，感谢你为这本书、我的事业的付出以及你在运动场上和场外给予我无条件的友谊和支持。另外要特别感谢专业摄影师，他们是分别来自至尊工作室（WA）

致 谢

的珍妮特·克瑞格和弗恩精美图片社（NSW）的麦克斯·克里克，感谢你们允许我使用你们拍摄的照片。

我很幸运，在我的职业生涯中得到了以下这些公司的大力支持：ASICS、波尔（BOLLE）、曼斯兰德（Mensland）、DVG集团（WA的珀斯市）、WIN Tv、骑士作家出版机构和派拉梅塔（Parramatta）联盟俱乐部。各个公司都为我提供设备，让我在公众面前把我最好地展现出来，感谢你们毫不犹豫地支持。

谢谢亚当、莱昂尼、金柏丽、阿曼达、哈里森、卢克、克里斯蒂和里玻·库缇斯，你们组成了我所珍爱的家庭的核心。要感谢我的大家庭：汉斯、安娜、戴比、布莱特、米歇尔、莱里、杰罗德和金柏丽，感谢你们让我成为你们生命的一部分。感谢我所有的家庭成员和朋友们，你们对我非常重要，我深深地爱着你们每一个人。

我每天的目标是尽力做到最好。哪怕我每天只能激励一个人，我也要尽力做到最好，热爱自己的生活而且喜欢自己的身份，接受并迎接挑战同时相信自己。昂首挺胸，那么这就是美好的一天。

透过眼前的这本书看到过去。相信他人，相信你自己，相信生活。

约翰·P·库缇斯

现在我是作为公众演讲人来谋生。

当我走上舞台时你们会注意到的第一件事情是什么？我是没有腿的。

通常我是坐着滚动的滑板从幕后现身，手上戴着手套，推着自己来到舞台前部放置的椅子处。我常常从那把椅子上下来在舞台上四处走动，有时停下来和一位观众开个玩笑。我提出一个要点，用词非常简单，那就是：如果我能，你也能。同样我经常说“每个人生来就有残疾，区别在于我的残疾你能看得见。”

我告诉观众，你必须积极地对待生活。改变你生活中不想要的。利用对你合适的东西，享受奋斗。热爱你周围的人并享受他们对你的爱。热爱生活。

如果我能，你也能！

有许多年，我认为自己无法使他人改变自己来接近生命、处理压力、对付不安全感。坦率地讲，当我开始公众演讲时我很怀疑自己。我担心人们会怎么看我，是作为一个值得一听的人呢？还是一个大自然的怪物、重要活动中的一个插曲？担心他们是否会听，担心我的话是否有影响力。

在我刚出道的时候，我被列在布莱德·库珀“辉煌成就者”研讨会的节目单上。这就是我，在这一大群身价几百万，不，几十亿美元的演讲人中的一个发言者。这些人有罗德尼·艾德勒（Rodney Adler）、布莱德·库珀（Brad Cooper）、凯斯琳·杜维（Cathryn Duvei）、韦恩·皮尔斯（Wayne Pearce）、里莎·柯里肯尼（Lisa Cuny-Kenny）、格兰特·肯尼（Grant Kenny）、斯特芬·阿克里（Stefan Ackerie）、汤姆·奥托尔（Tom O’

前言

Toole) 和伊恩·艾略特 (Ian Elliott)。

而我，来自于北里奇满的一个乡下小镇，一文不值，怀着一种恐惧感，但除了尽自己最大努力发挥好以外，我还能做什么呢？我一直说你应该为自己打气。我站起来，站得尽可能的高，做了大约十分钟的演讲，结果赢得了持久的喝彩。我永远忘不了在结束时自己有多么自豪。

观众一直鼓掌，我不知道该做什么，“非常感谢，谢谢，谢谢……我希望你们有所收获……谢谢（嗨，约翰，该下台了，老兄）……谢谢，谢谢。”

一群人来到舞台前，我俯下身去说“你们好”。一些有重要地位的商界人士问我要亲笔签名，我很乐意地签了名，不过似乎不习惯，怪怪的。拍了几张照片，又签了几个名，随后一位女士挤到我面前。这位可怜的女士有点狼狈，明显哭过，现在她又开始哭起来。她真诚地发自内心地恳求帮助。

她不管围在我周围的人，她说：“约翰，谢谢您今天所说的。我感受最强烈地就是你说‘不，不要做’。不要担心。还好你不会去做。”

“非常感谢”，她说道，然后她走开了。

我又和一些人说了些话，签了几个字，与几个有抱负的人在闪光灯前微笑。最后到了离去的时候，但那位女士还在那儿，在会堂后面等着。

“好吧，”她平静地说，“可以一起走走吗？”

我们走了好长时间，谈着各种事情，不过主要是她告诉我她的生活变得如何艰难，她是多么沮丧，而我则据理力争地说她的生活并没有那么糟，答案不是逃避，而是去面对不利的一面，做出改变，然后享受乐趣。

在我们结束散步时，我已经比那位叫帕特·法默 (Pat Farmer) 的女士多走了几公里，我们最终来到了她的宾馆房间，我们坐在舒服的椅子上又谈了一会儿。随后她走过去拿手提袋，掏出一把枪来。

里面有颗子弹。

“谢谢你，约翰，”这位女士说，她没有一丝笑容，“我不再需要这个了。”

我看到了继续活下去的理由。”

她把枪交给我，我问：“哦，呵，你给我这个干什么？”

我想到，此时此地，我对这个人来讲是完全陌生的，可她以她的生命相信我和我的积极哲学。

我取出子弹，我们一起将枪包起来，放在宾馆房间里的洗衣袋中，后来我们穿过马路到了海滩，顺着沙滩走到礁石处。在看不见的地方，我让这位女士把枪扔进了太平洋，她照做了。然后我对她说：“好了，你的生活从现在开始。开始生活吧。”

她哭了，“非常非常感谢你。”

她哭泣着，我也哭泣起来。她在我的前额上亲吻了一下，然后笑了，很美的笑容。我想这是我们相遇以来她第一次真正地微笑。然后她弯下身又在我前额上留下了更长的吻，随后她离开我，慢慢走回她的房间。

而我呆在海边的那些礁石上，又吼又叫。

我望着上帝创造的浩瀚的蓝色海洋时，开始颤抖、哭泣……

对自己不止是一点点自豪了。对于我而言，这像个神话，一个实现了的梦想。我在那儿掐自己，甚至还不时大笑。在我生命中这是第一次，别人不仅仅是看着我，盯着我，而且真实地听见我，并且愿意听我要说的话。我的话有分量了，我的观点有分量了，我的为人有分量了。

我感到就在那一分钟，我已经改变了我的生活道路。而在很久以前，或者就是在那之前，我遇到的大多数人都视我为怪物。

序言一

序言二

原版序

致谢

前言

第一章 生命的最初 / 1

医生给我父亲残酷的建议：“抱歉，你需要举行一个葬礼。”说最适合我的棺材跟鞋盒一样大小。

可是，当父亲含着泪准备好葬礼之后，发现他不过是在浪费时间，因为我还活着。那个医生又预言，我不可能活过一个星期。但是，我活过了一个星期。医生再次预言，我不可能活过一个月，但是我活过了一个月……直到现在我活着，并且已经维持了 30 多年。

第二章 童年趣事 / 17

“上帝，”我在里面尖叫，“我该做什么？”赛车现在成了一匹狂奔的野马，又往前开了约 600 米。经过了一次可怕的、兴奋的、糟糕的、惊心动魄的驾驶，我终于停了下来。

我先是掉进了水沟，然后和赛车一起滚过了小路，最后栽倒在别人的蔷薇丛中。我的兄弟们一边跑一边猜测我是否死了？在找到我之前，他们开始演练如何对老爸解释的托词。

当他们找到我时，发现我被卡在两个多刺的枝杈间，受了惊，流着血，可

目 录 2

还是欣喜若狂，旁边有条大黑狗在若无其事地舔我的脸……

第三章 你是最美好的事 / 45

我再次看看镜子中的自己。我不想继续下去了。就在此时，我想起了自杀。

我要怎样干？

什么时候干？

……

过了一会儿我的母亲进来。她坐在床上紧贴着我，并看着我。她一直在哭，她和我的感受一样。她没有说什么，只是看着我。接着她给了我一个只有母亲才能给的那种特别的深情拥抱。母亲把我拉近，在我前额上亲了一下，随后，她终于说话了：“约翰，”她低声说，“你是我们生命中所遇到的最美好的事。永远都是……”

第四章 无腿人 / 59

几乎与此同时，几个女孩子走上来，有点腼腆地说：“约翰，你感觉不到什么吗？快，看你的腿。”

我所看到的非常可怕。我对我的腿的情况感到惊讶、震惊、烦乱、生气、狂怒、伤心和惊骇。我的腿被他们用刮胡刀片割开口子，用打火机烧过，把大头针戳在里面。两个脚趾几乎被切断。我看上去，就像是一个破烂的玩偶。

第五章 运动生涯 / 79

但是，你无法相信的事发生了！

珀西的鞋带松开了，就在离线不远处缠住了前轮。接着，轮子又转了一圈，结果他直接从车顶上被拽出了轮椅，头先着地，碰到了水泥地上。然后，雪上加霜的是，轮椅辗过他的身体，差点要了他的命。那场比赛是我们几年来唯一输球的一场比赛，都是因为那条该死的鞋带。

真的有点讽刺的味道，我居然被一条鞋带打败！