

活下去，归来——这是男人的唯一使命

贝尔重现冒险英雄绝境求生

极限重生

BEAR GRYLLS

[英] 贝尔·格里尔斯 著
高小潘 译

北京日报报业集团
同心出版社

极限重生 BEARS GRYLLS

[英] 贝尔·格里尔斯 著
高小潘 译



北京日报报业集团
同心出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

极限重生 / (英) 格里尔斯著 ; 高小潘译 . -- 北京 :
同心出版社 , 2015.1

ISBN 978-7-5477-1411-9

I . ①极… II . ①格… ②高… III . ①成功心理—通俗读物 IV . ① B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 279698 号

版权登记号 : 01-2014-4549

TRUE GRIT by Bear Grylls

Copyright © Bear Grylls 2013

This edition arranged with Bantam Press, an imprint of Transworld Publishers
through Andrew Nurnberg Associates International Ltd., London, UK.

Simplified Chinese edition

Translation copyright © 2015 by Guangdong Yongzheng Book Distribution Ltd.
All rights reserved.

极限重生

出版发行 : 同心出版社

地 址 : 北京市东城区东单三条 8-16 号 东方广场东配楼四层

邮 编 : 100005

电 话 : 发行部 : (010) 65255876

总编室 : (010) 65252135-8043

网 址 : www.beijingtongxin.com

印 刷 : 东莞市信誉印刷有限公司

经 销 : 各地新华书店

版 次 : 2015 年 2 月第 1 版

2015 年 2 月第 1 次印刷

开 本 : 787 毫米 × 1092 毫米 1/16

印 张 : 20.5

字 数 : 270 千字

定 价 : 39.80 元

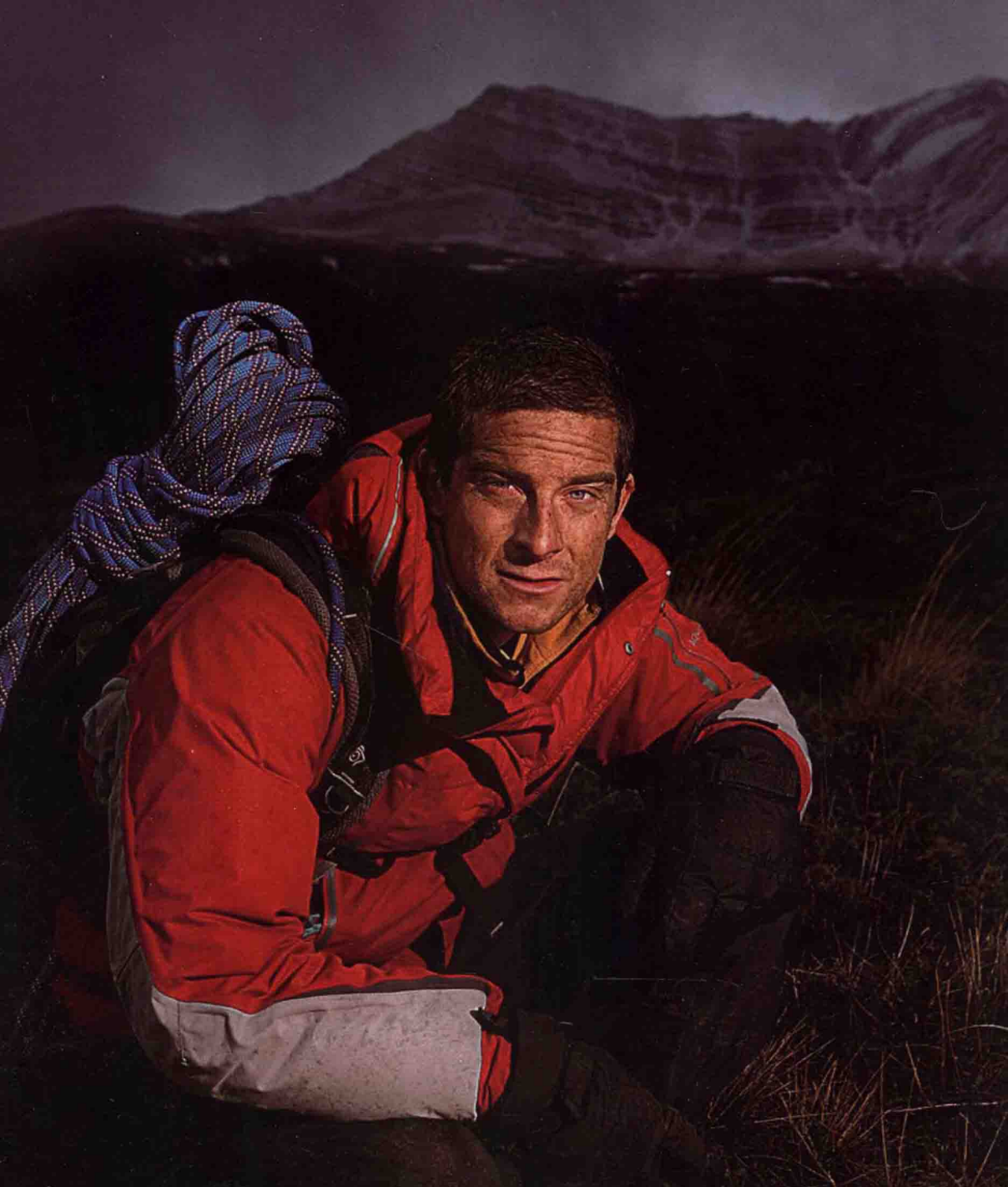
同心版图书, 版权所有, 侵权必究, 未经许可, 不得转载

True Grit by Bear Grylls
©Bantam Press, 2013

本书根据英国矮脚鸡出版社 2013 年版译出

献给我心目中的英雄——无论他是否还在人世
在经受了一系列艰难险阻之后，我对他们的所作所为有了真正的了解
也因此而将他们的精神牢记在心
也献给那些年轻人——虽然他们还不知道
自己将接受考验，然后成为明日之雄

Benji



▲人在绝境，如何逃生？要知道，并非人人都具有专业的求生技能——那需要体能、天赋以及长时间的训练——但是一个人是可以靠着爱和勇气脱困的。几乎在所有著名的成功逃生故事中，都牵涉到一个无法给出明确定义的X成分。它只可意会，不可言传，我把它称之为求生的意志。技巧人人可以学会，但并不是每个人内心深处都有那簇幽暗之火的。

▼ 1998年5月26日7点22分，我登上了珠穆朗玛峰顶。太阳在西藏上空冉冉升起，整个山岭沐浴在一片绛红色的光中。站在世界之巅，我是那么的渺小，但我能感觉到一股奇异的力量存在。两年前，在南非的一次跳伞训练中，我曾摔伤了3段脊椎骨，我自己都不敢确信自己能够站起来，更不敢相信自己最后竟然能登上珠峰之巅。我觉得上天特别眷顾我，在那次登山过程中，我们有4个同伴葬身山崖。因为攀登珠峰时拍摄的照片以及因这次探险打破吉尼斯世界纪录而获得的证书。



GUINNESS WORLD RECORDS

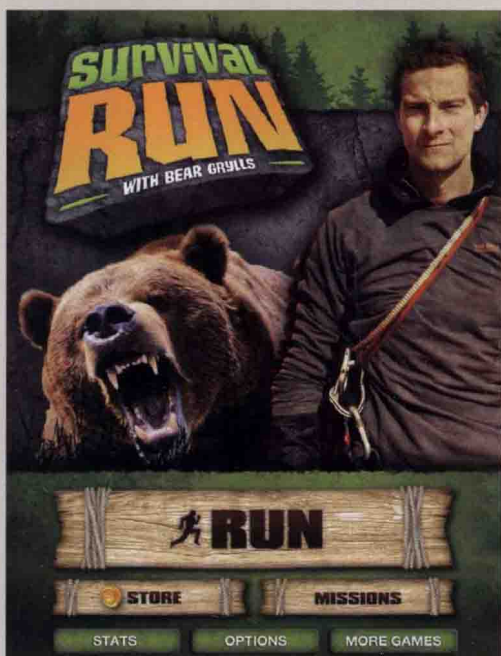
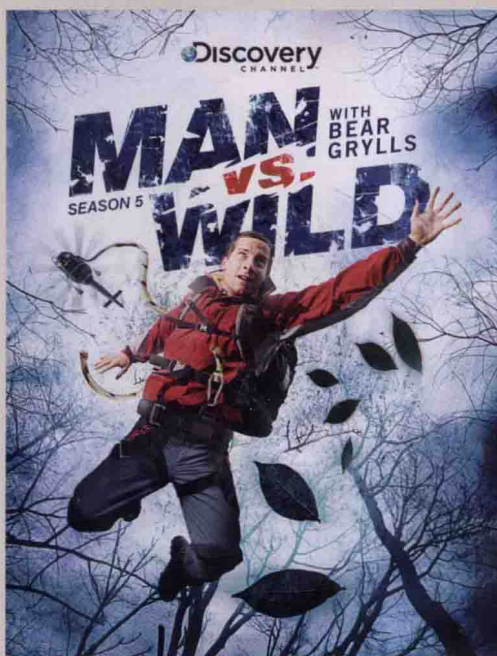
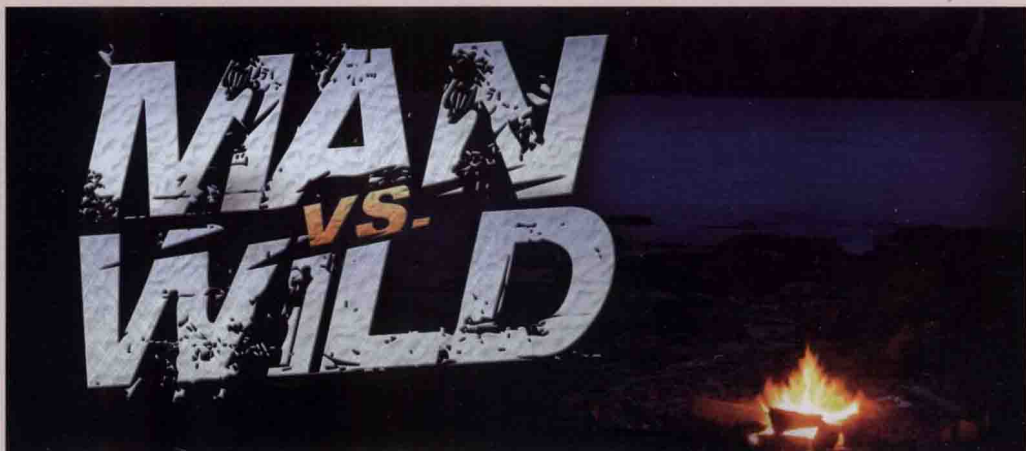
CERTIFICATE

THE YOUNGEST BRITISH PERSON TO
SUCCESSFULLY CLIMB MT. EVEREST IS
EDWARD GRYLLS
(BORN 7 JUNE 1974),
WHO REACHED THE SUMMIT ON
26 MAY 1998,
AGED 23 YEARS 353 DAYS

Keeper of the Records
GUINNESS WORLD RECORDS



2003年，我带领一个团队乘着一艘开放式硬底橡皮艇，在无人协助的情况下，历时3月，涉险10000多里，横渡了诡谲莫测的北大西洋，又一次成功地挑战了极限。此次探险得到了查尔斯王子的大力支持，他曾多次写信鼓励并亲自接见了我们。当然我们也不负厚望，为威尔士亲王信托基金（这个基金旨在帮助有梦想的年轻人实现梦想）筹集了一大笔捐款。上图为出发前探险成员、活动赞助商与威尔士亲王合影，左上：我们的小船离开加拿大的哈利法克斯港，亚诺号北大西洋探险之旅由此展开。左下：当我们抵达苏格兰时，开了一瓶法国顶级玛姆香槟庆祝。



▲我发现，我可能是专为冒险而生的男人，迄今为止，探险可能是我做得最好的工作之一，而且我能发现其中的乐趣。在征服大西洋之后，我陆续和英国电视台第四频道合作拍摄了一些节目，这间接促成了我后来和 Discovery 频道的合作。我主持、Discovery 频道制作的《荒野求生》（*Man vs. Wild*）自 2006 年开播以来，总共播出了 7 季，在全球 180 个国家播出，有着几十亿的观众。这个节目的宗旨是：告诉大家在面对灾难时，我们可以做什么，应该怎么做。你观看这个节目并享受它给你带来的乐趣，也许某天能派上用场。能被 Discovery 这么受欢迎的电视频道邀请来做节目，我觉得自己真的是很幸运。我们都没想到，《荒野求生》播出后会那么受欢迎，竟然成了世界上收视率最高的节目，几乎催生了一条产业链：我们开发了一系列户外服装产品、网络游戏、手机游戏，我写了 15 本书，包括 3 本畅销书。

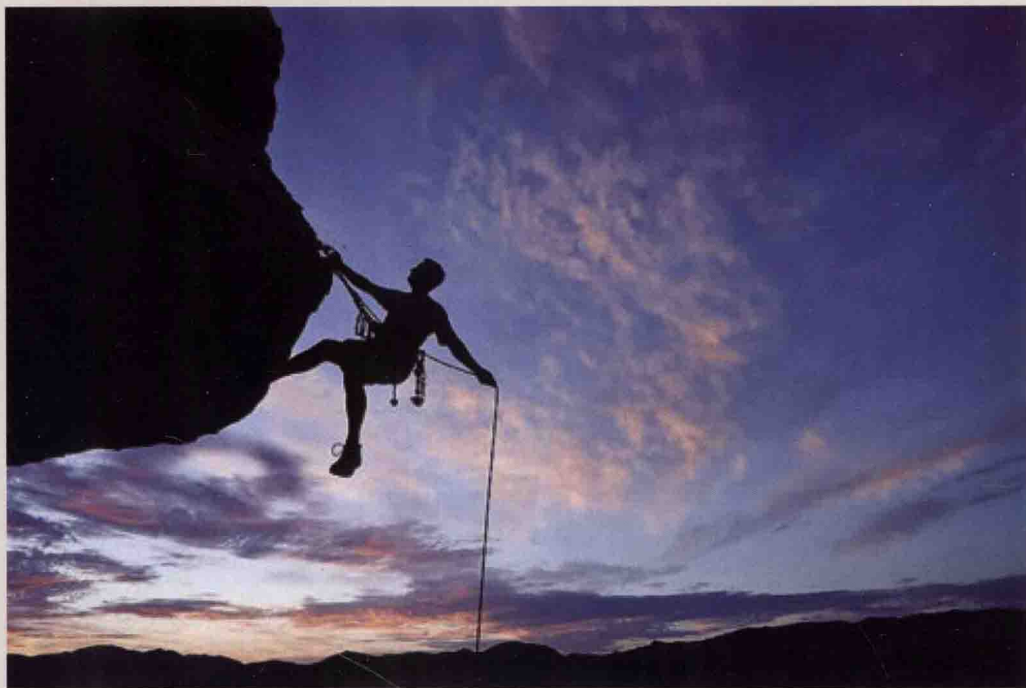
Discovery
CHANNEL



BEAR GRYLLS
ESCAPE FROM HELL

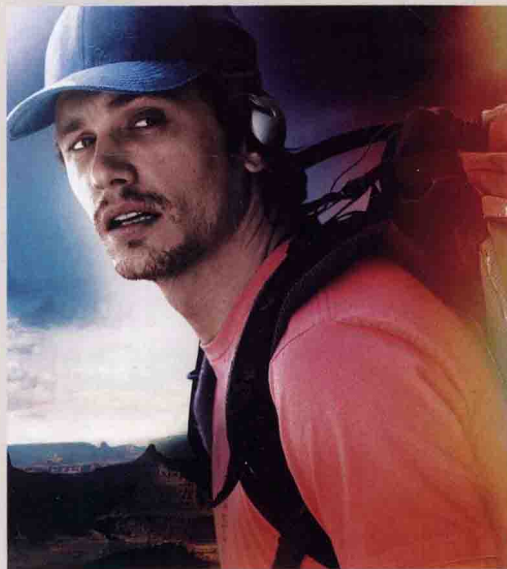
ONE MAN, ONE MISSION: GET BACK ALIVE.

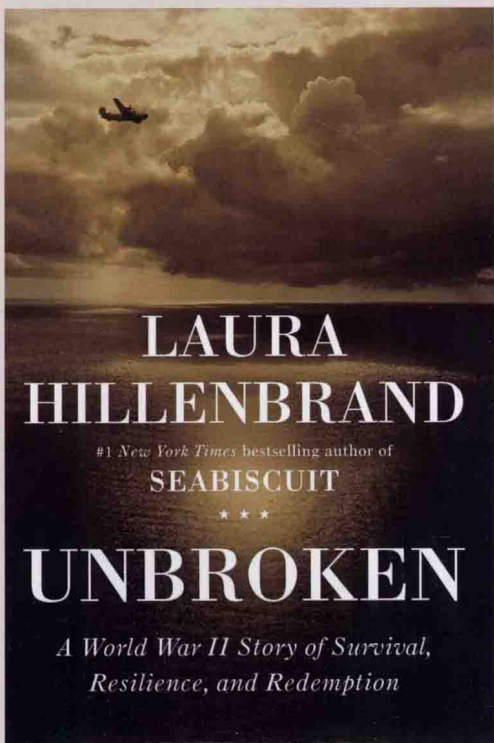
▲ 2013年12月，继《荒野求生》之后，探索频道又推出了《极限重生》（*Escape From Hell*），这个节目是前者的升级版，宗旨是讲述普通人的求生故事，在节目中我将还原他们的求生经历。从强盗袭击到遭遇雪崩，从猛烈的沙尘暴到熊的攻击——在这些生活中可能会遇见的灾难当中，并不具备求生技能的他们是如何脱险的呢？在这档扣人心弦的节目中，我将讲述一些冒险家、探险家、军人和间谍，在极端的环境下，凭借着勇气生存下来的故事。我承认，他们面对绝境时的勇气鼓舞了我，它们可能会令人不舒服——求生从来不是一件美丽的事，但活下来总令人尊敬。



▲在这个新节目中，我和我的团队走过那些逃生英雄曾经深陷的陡峭的峡谷、寒冷的雪山、广袤的海洋和茂密的丛林，在极限的环境中，重现当时的生存场景，告诉人们遇险后正确的求生方法，我也会展示错误做法的后果，以免我们坠入真正的地狱。每个人的生命只有一次，而活着、平安归来是我们唯一的使命。

►阿伦·拉斯顿（Aron Ralston）是一名美国的登山爱好者，2003年4月25日，拉斯顿在犹他州一座峡谷攀岩时，不幸右臂被石头压住无法动弹，在被困第5天——127小时——后，拉斯顿做了一个大胆的决定，强忍剧痛用小刀从肘部将右前臂硬生生切断，由于刀钝，持续切割了1个多小时。然后他以超人的毅力爬过狭窄和风力强劲的峡谷，再步行5英里后与营救人员相遇，终于成功生还。拉斯顿说：“生活是多么的空虚无趣，只有在旷野中，我们才有创造非凡的可能！”后来，英国导演丹尼·鲍耶以阿伦·拉斯顿的这段故事为原型，拍摄了电影《127小时》（127 Hours），该片曾获得第83届奥斯卡金像奖最佳影片提名。





▲路易·赞贝里尼自述、劳拉·希伦布兰德执笔撰写的路易自传《坚不可摧》(Unbroken)英文版封面，这是我最喜欢的书——没有之一。

▲“任何一个人，哪怕是一个很不起眼的人，他的一生也会是一部很伟大的书。”路易·赞贝里尼(Louis Zamperini)——这个平凡的二战士兵，一生就是一部伟大的书。二战前，赞贝里尼是一名奥运会长跑运动员；二战爆发后，他成了一名美国空军。1943年5月，路易在一次执行搜救任务时飞机发生故障坠入太平洋，面对烈日、暴雨、干渴、饥饿等恶劣情况，路易漂浮了47天，漂流了2000英里。尔后被日军俘获，辗转关押在4座战俘营里，熬过了700多个日日夜夜。二战结束，路易返回美国，然而炼狱之火并未熄灭，噩梦一般的经历令其沉迷于酒精与仇恨，差一点摧毁了这名绝地归来的战士，但他凭着坚忍走过了1800多天的救赎之路。路易·赞贝里尼命运多舛，一生仿佛一次多重炼狱之旅，黑暗之下还有更深更浓重的黑暗，但他依然凭借着信念、尊严、追求，成为坚不可摧的巨人。左上为好莱坞著名影星安吉丽娜·朱莉和路易合影，根据路易自传《坚不可摧》改编、朱莉执导的同名电影上映后颇受好评。右上为路易身陷茫茫大海的电影剧照。



▲“南极圈里的斯科特”这个美名是罗伯特·斯科特冒着生命危险换来的。1911年11月1日，斯科特船长率领探险队员乘坐“特拉诺瓦”号进行南极探险。探险队每天冒着呼啸的风雪，越过冰障，翻过冰川，登上冰原，他们忍着暴风雪、饥饿和冻伤的折磨，以惊人的毅力终于登临南极点。不幸的是，在返程中，他和大部分队员却丧生于南极。但是他舍身与恶劣的大自然搏斗、哪怕付出生命也在所不惜的行为，时时震撼着我的心灵。



▲罗阿尔·阿蒙森是踏足南极点的第一人。1911年12月15日，挪威著名极地探险家罗尔德·阿蒙森历经艰辛，闯过难关，成功将挪威的国旗插在了南极点。阿蒙森伟大的南极点之行，轰动了整个世界。阿蒙森证明了自己的价值所在：史上最杰出的南极探险家。



林中有条两岔路
我会如何选择——
我走了那条足迹罕至的
然后，我走进了一个新天地

——罗伯特·弗罗斯特

Introduction | 前言

TRUE

GRIT

大家问我最多的问题就是：谁是我心中真正的英雄，谁对我的影响力最大，还能够给我带来灵光？

这个问题真是不好回答。

当然，已过世的父亲在我眼中是位英雄，他勇敢、乐观又谦虚。家父有多重身份，冒险家、登山者和温柔慈父。但是，真正驱使我从脑力上、体力上、情感上和精神上挑战自己极限的并非父亲，这种驱动力的来源既复杂又不可思议。

这个世界上发生过很多鼓舞人心、挑战人类极限的壮举，令人看后既感动又热血沸腾，在这本书里，我会拣其精要，为您娓娓道来。

我们的故事都是百里挑一的！有些您可能已经听说过了，还有一些比较生僻。除了本书中这些勇克艰难险阻的事迹外，这世上还有成百上千危险指数爆表的真实冒险故事，与我们的故事不相上下。

目前，我只将这些故事收入书中，不仅因为它们深深打动了我，还因为它们所覆盖的范围极广：从南磁极的白雪地狱，到危困沙漠；从战争时无与伦比的英勇到为了活下去而自断手臂……

究竟是什么促使一众男女如此彻底地投入，甚至不惜拿生命去冒险呢？他们的应变能力、勇气和决心又是从何而来？是他们天赋异禀，还是他们有某些值得我们学习的后天习得性优点？

其实，上述问题是很难回答的。如果非让我一言以蔽之，说自己学到了什么的话，我只能说，从他们身上我明白了，没有所谓的“英雄练成模式”，更甭想照猫画虎地伪装英雄。还有，在生死攸关的时刻，人们往往会爆发出令自己大吃一惊的潜力。

我发现，那些注定会成就伟业的人都具备同一种特性——他们会不断修正自己的性格缺陷，不断培养自己的勇气，而且，他们在很小年纪就拥有了信念和理想。在危急关头，正是这份信念和理想在支撑他们。

现在让我引用著名登山者兼作家沃尔特·昂斯沃茨对冒险家性格的分析来结束前言部分吧：

对这些冒险家而言，越是不够不着的东西越有吸引力。他们并非专家，只是他们的野心和愿望已经强大到了令他们抹杀顾虑、忘却谨慎的地步罢了。决心及坚定信念是他们最强大的武器。

我深信，我们都拥有干大事的能力和自己都难以相信的强悍，就像葡萄一样，你若不使劲挤它，你永远都不知道它有那么多汁水。

本书中的故事有个共同特点，就是每位主人公都被挤到了狭窄无比的生存死角，为了活命，他们必须迸发出前所未有的勇气、韧性和毅力，但仍有些人死在了与命运的搏斗中，活下来的都是幸存者。他们的努力是有意义的。他们展现了人类最大的价值，让内心深处远远超越生理极限的求生之火熊熊燃烧。

