

最后的演讲

兰迪·波许

杰弗里·扎斯洛 著

吴笑寒 译

The

Last

Lecture

南海出版公司

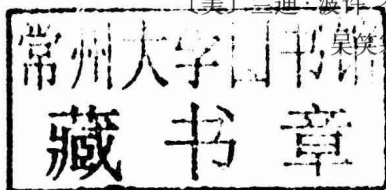


The Last Lecture

最后的演讲

〔美〕兰迪·波许·杰弗里·扎斯洛 著

吴昊寒 译



南海出版公司

图书在版编目 (C I P) 数据

最后的演讲 / (美) 兰迪·波许, (美) 杰弗里·扎
斯洛著; 吴笑寒译. — 海口: 南海出版公司, 2018.5
ISBN 978-7-5442-9142-2

I. ①最… II. ①兰… ②杰… ③吴… III. ①成功心
理—通俗读物 IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 316056 号

最后的演讲

[美] 兰迪·波许 杰弗里·扎斯洛 著
吴笑寒 译

出 版 南海出版公司 (0898)66568511
海口市海秀中路51号星华大厦五楼 邮编 570206
发 行 新经典发行有限公司
电话 (010)68423599 邮箱 editor@readinglife.com
经 销 新华书店

责任编辑 翟明明
特邀编辑 敬雁飞 李怡霏
装帧设计 李照祥
内文制作 王春雪

印 刷 北京汇林印务有限公司
开 本 850毫米×1168毫米 1/32
印 张 8.25
字 数 140千
版 次 2018年5月第1版
印 次 2018年5月第1次印刷
书 号 ISBN 978-7-5442-9142-2
定 价 49.50元

版权所有, 侵权必究

如有印装质量问题, 请发邮件至zhiliang@readinglife.com

感谢父母让我心怀梦想
希望我的孩子能梦想成真

目录 / Contents

前言 / 1

引言 / 5

第一章 最后的演讲

- 1 受伤的雄狮仍然想咆哮 / 9
- 2 手提电脑中的一生 / 18
- 3 房间里的大象 / 22

第二章 真正实现童年的梦想

- 4 父母的彩票 / 29
- 5 平房中的电梯 / 35
- 6 体验零重力 / 40
- 7 我没能进入橄榄球联盟 / 44
- 8 你能在 V 卷找到我 / 49

- 9 领导力这种技能 / 52
- 10 要赢就赢个大的 / 57
- 11 地球上最开心的地方 / 62

第三章 冒险……还有教训

- 12 乐园一直开放到晚上八点 / 69
- 13 敞篷车里的男人 / 76
- 14 荷兰叔叔 / 78
- 15 往后座倒汽水 / 81
- 16 我与围墙的罗曼史 / 85
- 17 不是所有童话都有平稳的结局 / 92
- 18 露西，我回家了 / 97
- 19 新年故事 / 100
- 20 “五十年中，从未提起过” / 106
- 21 杰伊 / 109
- 22 真相能让你逃脱 / 115

第四章 帮助别人实现梦想

- 23 我在度蜜月，但如果你需要我…… / 119
- 24 变好了的混蛋 / 124
- 25 训练绝地武士 / 130
- 26 他们让我大吃一惊 / 135
- 27 应许之地 / 140

第五章 关于你该怎样生活

- 28 远大梦想 / 147
- 29 踏实比时髦更好 / 150
- 30 举白旗 / 152
- 31 我们做个交易 / 154
- 32 别抱怨，更努力地工作 / 156
- 33 治标与治本 / 158
- 34 不要执着于别人的想法 / 160
- 35 从坐到一起开始 / 161

- 36 寻找每个人的优点 / 165
- 37 看他的行动，而不是话语 / 166
- 38 如果一开始你没有成功…… / 167
- 39 做第一只企鹅 / 170
- 40 吸引人们的注意 / 172
- 41 感谢信这门失传的艺术 / 174
- 42 忠诚是相互的 / 176
- 43 周五晚上的解决方案 / 179
- 44 表达感激 / 180
- 45 送巧克力饼干 / 182
- 46 你只有你带的东西 / 183
- 47 糟糕的道歉不如不道歉 / 186
- 48 说实话 / 188
- 49 看看你的蜡笔盒 / 189
- 50 价值十万美元的调料罐 / 191
- 51 没有配不上你的工作 / 194

- 52 认清自己的位置 / 196
- 53 永不言弃 / 198
- 54 做一个社群主义者 / 202
- 55 只要提问就好 / 205
- 56 做出选择：跳跳虎还是屹耳驴 / 208
- 57 理解乐观的一种方式 / 212
- 58 来自别人的帮助 / 214

第六章 最后的话

- 59 给孩子们的话 / 221
- 60 我和杰伊 / 230
- 61 梦想会降临到你身上 / 236

回忆 / 239

致谢 / 249

悼念 / 251

前言

二〇〇八年四月《最后的演讲》问世的那天，我带着兰迪去橄榄园餐厅吃午饭，点了香槟庆祝。之所以庆祝，不是因为这本书——你拿在手里的这一本——销量好或是在亚马逊的排名高，而是因为它的出版本身就是成功。兰迪在讲述他的故事时，倾注了许多心血和情感。他和杰弗里·扎斯洛努力协作，整理了人生中的经验教训，那些他特别希望留给我们的孩子和其他人的经验教训。过去几个月里，我和兰迪一直在寻找能延缓癌症扩散的药物疗法，兰迪和杰弗里的这项工作让我们在紧张的治疗中得以喘息。

在抗癌过程中，兰迪已经试过很多种化疗，或多或少都有点成效。然而，最后一次化疗对他的健康造成了很大伤害，引发了肾功能衰退和充血性心力衰竭，十分危险。兰迪在医院住了四天才恢复过来，但还是感觉很糟：嗜睡，虚弱，没有胃口。

希望这本书的出版能让他振作一点。

午饭后，我们去了本地的书店，这样兰迪就可以看到陈列在书架上销售的《最后的演讲》了。我们在书店里寻找有火箭和星星的显眼棕色封面，这时我发现，这次出门已让兰迪筋疲力尽。所以找到他的书后，我给他拍了张照，然后就带他离开书店回家休息了。兰迪能完成这本书，成为有作品出版的作家，我为他感到骄傲。更值得骄傲的是，医生最初预估他仅剩三到六个月的生命，而那时已是他确诊后的第七个月了。

不仅是书的出版振奋了兰迪的精神，读者热情的好评对兰迪来说比医生开的任何药都管用。这么长时间以来，兰迪一直在做他所能做的一切，好为家庭的未来增添一份保障。做讲座和写书都是他给孩子留下的财富，告诉孩子他本该亲自教给他们的人生道理。但是现在，兰迪发现他的努力不仅影响着自己的小家庭，还影响了远超他所料的庞大群体。兰迪喜欢热心地帮助别人，老实说这是从他父母那儿学来的，他们从不吝惜自己的时间和金钱来帮助他人。他成为教授和研究员的初衷便是改善年轻人的生活。《最后的演讲》的成功给了他巨大的成就感，让他收获了平静，这对日渐衰弱的他来说意义重大。

尽管兰迪已于二〇〇八年七月二十五日去世，但时至今日，仍有许多素未谋面的人联系我，告诉我兰迪的书有多么感

人，如何改变了他们的生活。我收到了充满鼓励的信件和卡片，它们会帮助我克服失去兰迪的痛苦和悲伤。人们还在卡片中祝我生日快乐、圣诞或是新年快乐。这些人仍然记挂着我们一家，他们对我们的关心让我十分感动。

时至今日，兰迪的精神仍然激励着人们在生活中践行他的理想和目标，这让我很吃惊。为了纪念兰迪这个业余球员在橄榄球场上的一段段经历，一个橄榄球教练把奖颁给了比赛中最投入的那个孩子，而不是最有价值的球员。无数教师在课堂上使用《最后的演讲》这本书，现在它已经成为美国多所大学的新生指定读物。我收到了许多大学生的来信，他们亲口告诉我哪个故事对他们影响最大，哪些忠告让他们产生了共鸣。兰迪留下的礼物多么美妙，在他去世后还能继续对别人产生巨大而积极的影响，他要是知道这一切，该有多开心。

失去兰迪的这几年非常难熬，我不会否认这一点，也不会轻描淡写地带过。尽管失去兰迪极其悲伤，我和孩子们还是会发掘生活的欢乐和别人的优点，就像兰迪所做的那样，就像兰迪所希望的那样。出于对兰迪的敬意，这是我能教给他们的最好的道理。

杰伊·波许

引言

我的机能出了点问题。

尽管我的身体情况大体来说还算不错，但是肝部长了十个肿瘤。我的生命只剩下几个月了。

我是三个年幼孩子的父亲，妻子是我的梦中情人。我当然可以整天自怨自艾，但这么做对他们或我自己都于事无补。

那么，我该如何利用好这段余下的非常有限的时间呢？

我明显该做的是：和家人厮守，照顾好他们。趁我还有机会的时候，陪伴他们度过生活中的每一个瞬间，还得做一些力所能及的合乎情理的事，让他们能够适应没有我的生活。

还有一件没那么明显的事：该如何在这段时间内把我本打算花二十年教会孩子们的东西教给他们。他们现在还太小，有些事还没法和他们谈。所有的父母都想教孩子们明辨是非，教他们什么才最重要，教他们怎样应对生活中的挑战。我们还想告

诉他们自己人生的一些故事，通常是为了教他们如何过好这一生。这个愿望促使我在卡耐基·梅隆大学开设了“最后的演讲”这个讲座。

通常，这些讲座都会录像。我知道自己那天做了些什么。我表面上是要做一场学术讲座，其实是想把自己放进漂流瓶，等着某天被冲上沙滩，被我的孩子们捡到。如果我是一个画家，我会给他们留下画作。如果我是一位音乐家，我会为他们写一段乐章。但我是个讲师，所以我做了一次演讲。

我讲到了人生的乐趣，讲到了即使所剩时日不多，我依然热爱生命。我谈到踏实、正直、感激，还有其他令我珍视的东西。我尽量让自己的讲座不那么无聊。

这本书是我在台上所讲内容的延续。由于时间宝贵，我想把所有时间都用来陪伴孩子，于是向杰弗里·扎斯洛寻求帮助。每天，我都在家附近骑车，因为运动对我的健康至关重要。在五十三次长途骑行中，我都戴着耳机和杰弗里通电话。他花了无数个小时帮我把这些故事——我想我们可以称之为五十三次“演讲”——变成了这本书。

我们从一开始就知道，书和演讲都无法取代活生生的父母。但是我的目的并不是寻找完美的解决方案，而是利用有限的资源做到最好。我的演讲和这本书都是为了达到这个目的。

第一章
最后的演讲

