

人生要承受苦难，因为苦难让我们成长。人生要承受压力，因为压力给了我们进取的动力。

人生要承受失败，因为失败让我们越挫越勇。人生要承受嘲笑，因为嘲笑让我们永不服输。

人生要承受失去，因为失去会让我们更加懂得珍惜。人生要承受寂寞，因为寂寞让我们懂得了什么叫宁静致远。

人生要承受诱惑，因为历经诱惑会让我们变得更加坚定。

郑霞◎编著

有一种心态叫

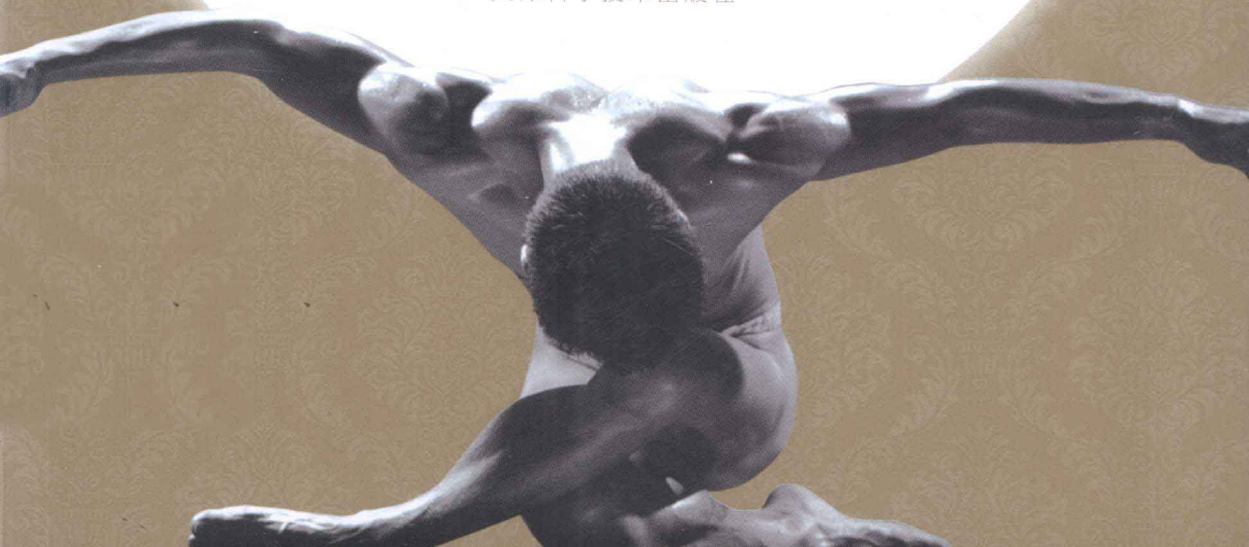
承受

Endure Whatever You Face

经典珍藏版

Classic Collection Edition

天津科学技术出版社



有一种心态叫

承受

Endure Whatever You Face

郑霞◎编著

图书在版编目(CIP)数据

有一种心态叫承受 / 郑霞编著. — 天津: 天津
科学技术出版社, 2011.2

ISBN 978-7-5308-6185-1

I. ①有… II. ①郑… III. ①心理保健—通俗读物

IV. ①R161.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 001176 号

责任编辑: 刘丽燕 徐兰英

责任印制: 白彦生

天津科学技术出版社出版

出版人: 蔡 颢

天津市西康路 35 号 邮编 300051

电话(022)23332398(事业部) 23332697(发行)

网址: www.tjkjcs.com.cn

新华书店经销

北京中印联印务有限公司印刷

开本 710 × 1000 1/16 印张 14 字数 198 000

2011 年 3 月第 1 版第 1 次印刷

定价: 29.80 元



前 言

生活本身就是一种承受

翻开历史的画卷,我们会发现,古之成大事者,皆是能承受之人。他们要承受失败、辛苦、屈辱、悲伤、误解、嘲讽、责骂、孤独、寂寞、诱惑……

一个人从出生的那一刻起,就注定他(她)的一生是承受的一生。没有谁的一生会是一帆风顺、毫无波折的。生活有各种磨难,我们必须学会承受。

秋天到了,在老婆婆那一大片成熟的玉米田里,一支籽粒饱满的玉米棒对周边的其他玉米棒说:“你们等着瞧吧,老婆婆一定会先来掰我的,我是这里最好的玉米!”

老婆婆来收玉米了,可掰了这边掰那边,周围的很多玉米都已经躺到老婆婆的袋子中了,可老婆婆好像没有一点要掰它的意思。“可能是她眼睛不太好,没有看到我吧,等明天她再来时就一定会把我掰走的。”那支玉米棒自信地说道。第二天老婆婆又掰走了一些玉米,可仍然没有掰这支玉米棒。以后的几天里老婆婆没有再来,这支玉米棒难过极了。

经历了几天烈日和几场大雨后,这支原本饱满丰润的玉米棒已变得粒粒坚硬无比,整个好像要爆开了一样。就在这个时候老婆婆又来了,她径直走过来掰这支玉米棒子,并且边掰边高兴地说道:“这支是今年最好的玉米了,要是用它做种子,明年的收成一定会更好啊!”



这支玉米棒在经受了种种的磨难后终于得到了老婆婆的认可。承受,带它走向了成熟与美丽,走向自己最为光辉的人生!

我们的人生需要学会承受,只有学会了承受,我们才能享受生命的精彩。

一个善于承受、能够承受的人,人生的步履往往显得沉稳,人生也因此变得丰富和深厚。承受了巨浪,在登岸的时候,我们就能获得轻松和惬意;承受了炼狱之痛,我们就能获得新生的欢欣和感悟。

在荷兰首都阿姆斯特丹一座 15 世纪的教堂的废墟上留着一行字:事情是这样的,就不会那样。

在漫长的岁月中,你一定会碰到一些令人不愉快的情况,它们既然是这样,就不可能是那样。

在纽约市中心办公大楼里有一个开货梯的人,与别人不同的是,他的左手齐腕被砍断了。一天,有人问他少了那只手会不会觉得难过,他说:“不会,我根本就不会想到它。只有在要穿针引线的时候,才会想起这件事情来。”

有这样一个少年,在他 10 岁的时候母亲病逝了,做长途车司机的父亲长年在外奔波,根本无法对他进行必需的照料。为此,小小年纪的他早早学会了洗衣做饭并且照顾自己。然而灾难并没有结束,17 岁时,他唯一的亲人——他的父亲不幸在一场车祸中丧生了,从此,他成了举目无亲的孤儿。

老天似乎在故意为难他。刚刚从失去父亲的悲痛中走出,准备独立生活时,一个工程事故却又降临到了他的身上,在这次事故中,少年失去了左腿。

从这一连串的痛苦中慢慢走出,少年也一步步走向了坚强。他学会了使用拐杖,也学会了如何去应对生活中的不便,就是在不小心跌倒时,他也从不愿请别人帮忙,他不屈不挠地应对生活中的苦难。

后来,他把自己平时积攒下来的钱算了算,差不多够开个养殖场了,但老天却在最关键的时候又给他了当头一棒,一场突如其来的洪水将他所有的一切都夺走了。

少年受够了这种罪,终于忍不下去了。他愤怒地来到神殿,大声责骂起上帝



的不公。上帝听到后出现在少年的面前，他满脸平静地问少年：“小伙子，你说我哪里对你不公平呢？”少年将自己所有的遭遇讲给上帝听。

上帝听后说：“你的遭遇确实是有些悲惨，但你这么惨怎么还要选择活下去呢？”

听到上帝的话少年气得浑身发抖，他咆哮着：“连你也想让我死吗？我就是不死，这么多的不幸我都挺过来了，我还有什么可怕的呢！我不仅要活着，而且要活得好好的，总有一天我要让你看到我依靠自己的力量创造出的幸福！”

上帝微笑着转向另一个方向，温和地和少年讲道：“你看这个人，他生前要比你幸运多了，他的一生差不多都是在顺境中渡过的，不过他的最后一次遭遇却和你是一样的，那场洪水也夺去了他所有的财富。结果，这件事让他绝望，他无法走出来，很快就自杀了，而你，却坚强地活了下来。”

人生需要承受压力，压力压倒了一批人，也让另一批人更加有动力；人生需要承受痛苦，痛苦让一些人走向生命的牢房，也让一批人变得更加顽强；人生需要承受孤单和寂寞，孤单寂寞吞噬了一些人的心灵，也让一些人变得更加成熟；人生需要承受嘲笑、辱骂、不理解，人生需要承受的东西太多了……

如果一个人开始学会了承受，那是他开始成熟的表现。

一个真正能够迎接和承受各种人生际遇和挑战的人，绝不是气量狭小的平庸之辈，他可能会忧郁，但灵魂的天空不会黑云压城；他也许会兴奋，但热泪盈盈中他不会因此迷失方向。因为他能承受住自己。

让我们学会承受吧，只有学会了承受，我们才可以创造精彩的人生！

人生在世，就要学会承受。能承受，才能有圆满的人生；能承受，才能达到自己的目标；能承受，才能无怨无悔；能承受，才能看见风雨后的彩虹。



目 录

第一辑 生活中,我们需要学会承受	(1)
人生要学会承受	(1)
微笑着面对一切已经发生的事情	(4)
人生中,不如意事十之八九	(6)
抛弃悲伤重新上路	(9)
不要让苦难成为我们前行的负担	(11)
让嘲讽成为前进的动力	(13)
不懂得忍耐将永远无法成功	(15)
别让冲动毁了自己	(17)
向生活妥协的人,必定走向失败	(20)
有所创造者,总会在坚持上下工夫	(24)
锲而不舍,终究会有所收获	(26)
第二辑 只要对未来充满希望,你就会获得向上的力量	(29)
相信自己会成功,你才能获得成功	(29)
只要抱有希望,生命便不会枯竭	(32)
希望永远属于用心耕耘的人	(35)
只要努力,梦想总会实现	(37)
有了梦想和希望,生命才会生机勃勃	(38)
人生需要不断超越自我	(41)
痛苦来临的时候,需要坚强	(43)



第三辑 攀越生命的巅峰,永远不要对生活失去信念	(46)
过去永远成为过去,决定未来的是现在	(46)
在困境面前,依然不能动摇你的信念	(49)
正视现实,后面的路就会变得开阔	(51)
足够顽强的毅力,可以战胜一切	(53)
成功不会轻易到来,我们要有坚强的决心	(57)
矢志不渝能让我们达到目标	(59)
身处绝境时,不要绝望	(62)
没有韧性的人,无法成就任何事业	(64)
第四辑 没有人喜欢懦弱之人,成功者必定是坚强者	(67)
生活不会辜负有心人	(67)
人生的失败也是一笔宝贵的财富	(69)
能经历风雨的人,必会有所作为	(71)
跌倒了后,你要做的就是爬起来	(74)
生活充满艰苦和磨难的时候,一定不要泄气	(76)
第五辑 改变一切消极的人生态度,以积极进取之心过好每一天	(79)
任何人都不应该有自卑的理由	(79)
每个人都是独一无二的,保持自我本色吧	(82)
面对不幸,我们依旧要笑着面对	(86)
你所拥有的还有很多	(87)
学会忘记吧	(90)
残酷的现实面前,我们依旧要保持乐观的心态	(93)
勇敢地迈出第一步	(95)
许多困难貌似“巨大”,其实不过是“纸老虎”	(98)
每个人身上都有巨大的潜能	(100)
燃烧自己的潜能吧	(103)
第六辑 人生总会历尽折磨,感谢那些折磨我们的人	(106)
感谢批评	(106)



如果你够真诚,就一定会被人原谅	(109)
不必太在乎别人的拒绝,被拒绝是人生常事	(111)
痛苦难耐的磨炼,能造就伟大的辉煌	(114)
有志者事竟成	(116)
拥有勇气和毅力,才能够激荡生命	(118)
学会低头,才有出头	(120)
第七辑 只要活着,你就可以创造精彩的人生	(123)
机遇只留给有准备的人	(123)
用心去做,自然会有不一样的结果	(125)
如果想做,那就要立即行动	(128)
有毅力,就有征服力	(131)
全身心地投入,没有什么目标是达不到的	(134)
没有比人更高的山,没有比脚更长的路	(136)
命运不是掌握在上天手里	(138)
第八辑 人生要学会取舍	(141)
舍弃那些囚困心灵的束缚吧	(141)
人生总会有得有失	(143)
世间最珍贵的不是“得不到”和“已失去”	(145)
远方的诱惑也许只是虚幻的美丽	(147)
修剪欲望,就能成为一道悦目的风景	(149)
正确看待金钱	(151)
接受现实,就能获得力量	(153)
当我们想要的太多时,我们会失去很多	(156)
学会放下	(159)
第九辑 善待自己的心灵法则	(162)
幸福就在我们的身边	(162)
不要去羡慕别人过得比自己好	(165)
内心无法平静时,快乐也就离我们远去了	(168)



我们为什么要生气呢	(170)
一个人的心情如何,并不是由他所处的环境决定的	(172)
很幸运,我们每个人都有选择的权力	(176)
世界上本来就没有完美	(180)
人生不能没有追求	(183)
第十辑 以宽容之心,对待身边的每一个人	(186)
千万不要在内心播种仇恨的种子	(186)
卸掉仇恨的重负,你才会一身轻松	(188)
仇恨遇到友爱,就会立刻消融	(190)
退一步,则海阔天空	(194)
人生需要容忍的态度	(196)
学会宽容吧	(199)
你要知道,对手不是敌人	(202)
是对手的存在,让我们更加奋进	(205)
以德报怨,你会看到另一种结果	(207)
生命太短暂,我们完全没必要斤斤计较那些小事	(210)
不要让争论伤害了彼此的感情	(212)



第一辑 生活中,我们需要学会承受

◎人生要学会承受

世界万物皆经历承受“重担”的过程。承受了泥土的重量,种子才有破土而出的坚定;承受了强风的肆虐,大雁才有“一”字冲天的大气;承受了雨水的冲刷,天空才有万里无云的豪迈。

一个没有经历过失败的人,他的生命不会丰富多彩,一个从没经历生活困苦的人,他的人生必将非常单调。人来到这个世界上,必定会承受很多不幸和挫折,如果是强者,那就学会承受吧。承受过后,我们会看到历尽千辛万苦后的微笑,如早晨升起的太阳,从容而又无比灿烂。

人的一生中何时不在学着承受!从古到今,有人承受了艰难困苦,最终成就



一番事业,有人无法承受暂时的困难,选择了退缩,最后一事无成。

我们不可能也决不能无任何负载地来往于世,作为人必须有所承受,承受我们需要承受的东西。在理想的王国里,我们承受亲人、故人寄予的热望和要求;在生活路途上,我们承受着来自世俗的各种恶意与善待;在情感的海洋里,我们承受着人生变故中的各种打击和煎熬。我们承受着,承受着风霜雨雪,也承受着鲜花硕果。

英国著名的诗人拜伦上小学的时候因为腿脚不方便,所以很少运动。这使得他的身体越来越虚弱,走路都变得困难。

有一天,拜伦在操场边专心地看几个强壮的同学踢足球。凭着自己出色的想象天赋,拜伦想象着自己和他们一样驰骋在足球场上:怎样拦截、抢球、射门,每一个动作都在脑海里显现。这让拜伦的脸上也同时呈现出各种表情来,有紧张和惋惜,也有欣喜。正当他自我陶醉的时候,强壮的郎司同学走到他面前拉他一起去踢球。拜伦以自己腿脚不方便为由拒绝了。

顽皮的郎司眼珠子一转,想出了一个鬼主意。他找来一只空着的篮子,强迫拜伦把一只脚放进篮子里,让他“穿着”这只篮子围绕操场走一圈。

面对如此屈辱,拜伦恨不得扑上去狠狠揍郎司一拳。可是郎司如此强壮高大,他怎么打得过他呢?拜伦只好强忍着心中的愤怒,按照郎司的要求把篮子套在一只脚上,在操场上一瘸一拐地走起来。周围的同学笑得前仰后合,郎司更是得意地在地上翻筋斗。

但这次当众受辱的经历彻底改变了拜伦日后的命运。他意识到一切不公都来自于自己的体弱。后来,这个意志坚强的人刻苦参加各项运动。一年半以后,他的体质明显增强了,手臂上的肌肉也凸了起来。在球场上,他能像三级跳远的运动员那样连续不断地飞跑。不久,他参加了学校运动会,恰巧他在拳击比赛中与郎司相遇,激战相持了很久,最后,拜伦一个勾手拳,击中朗司下巴,把他打倒在拳击台上。观众为拜伦的意志、力量和永不服输的精神所深深感染,他们欢呼着将拜伦抛向空中。

承受是一种力度和气度;是一种坦然的接纳和始终清醒的生命理念;是为实现自我的一种收敛;是为寻求进发所做的自我蓄结。



你不可能永远不失败,而想失败后奇迹般地站起来,就必须学会承受,承受那些你该承担的挫折。

在16米的高空中,扯着一根细细的钢丝绳。钢丝绳上,一位技艺高超的走钢丝演员在用心稳健地向前走着,这次他身上没有系保险绳,因为他要以此挑战自我。

忽然,恶作剧般的一阵风刮来,接着一粒小灰尘更加恶作剧般地吹进了这位走钢丝演员的眼睛里。顷刻间,这位演员的眼前模糊一片,他在高空中“失明”了!“怎么办?这个时候没有人能够帮得了我!”他内心慌乱挣扎着。他深呼吸,使自己冷静下来,尽力遏制住内心的恐慌,在心里一遍一遍地默默告诉自己:“我要坚持住,坚持住,找好平衡感,坚持住……”这粒灰尘在他眼睛里磨来磨去,他眼睛的异物感越来越重,终于,眼帘里充满了泪水,这也是他这一紧要关头的救命水啊!很快,那粒灰尘被泪水冲了出来,他顺利渡过难关。然后,他长舒一口气,虚惊一场。他的自我挑战成功,表演圆满结束,赢得了大家热烈而持久的掌声。

这位走钢丝演员从钢丝绳上下来之后,一把抱住了自己的助手,庆幸并感激地说道:“兄弟,刚刚那阵风真是一场恶作剧,就在那短短的关键的几秒钟,我在高空中‘失明’了。不过,我强忍着这巨大的压力,终于一滴眼泪解救了我。真要谢谢你,谢谢你刚才没有打断我,或是唤我一声,如果那样的话,我肯定会分神,然后结局是什么,不敢想象……谢谢你默默的帮助!”

人的一生中,突发事件时有发生,在所难免,因此我们要学会承受,承受生活中的那些不速之客。在最最紧要关头,这位演员承受住了在高空中“失明”的压力,最终,不仅演出取得了圆满的成功,而且自我挑战也顺利成功,最重要的是,他捡回了一条命。

最优秀的人有一时失利、遭受挫折的时候。挫折是成功的驿站,而承受就是走向成功的脚步和力量。只要你肯努力走下去,一定会阳光灿烂。

对人生的幸福和苦难来说,如果没有超越自我的气概、内视自守的精神品质,就不可能在苦难的环境下,保持一个谈笑自如的姿态;没有对生命情怀的理解,也就不可能在幸福的包围中,保持恬淡平和的心境。



人的一生,是辉煌还是暗淡,都是自己亲手谱写的篇章,那些能够迎接和承受各种人生际遇和挑战的人,不是退缩妥协的人。他们可能会有所忧虑,但灵魂的天空依旧晴空万里;他们也许会兴奋,但热泪盈盈中他们不会因此迷失方向。因为他们能承受住自己。

学会承受,我们的生命才能有所获得。

◎微笑着面对一切已经发生的事情

当事情已经发生时,就让我们选择微笑着面对吧,因为,这是最好的心态。如果我们沮丧,自暴自弃,破罐子破摔,我们将会失去尊重,走向绝望。只有以微笑的姿态面对那些不可更改的艰难险阻,未来才有希望。

人生如烛,从点燃的那一时起,不知道自己会何时燃尽,不知道会在何时被莫名的来风吹熄。在有限的生命里,没有时间惆怅,没有空闲在往事里叹息。应始终记着:抬起头,挺起胸,迈着从容的脚步前进,平静微笑着面对随时而来的每一次风雨。

在人生追求的道路上,一帆风顺只是一个美好的愿望罢了,坎坷和磨砺总是不可避免的。只是,在坎坷和磨砺作为考验来临的时候,有的人泪流满面地选择了放弃,有的人则选择了微笑着去坚持。

卡耐基先生认为,在漫长的人生旅途中,我们难免会遭受许多不愉快的事情。此时,只有三种对应方法可供我们选择:一是把它当做不可逃避的事实,接受它、适应它;二是抗拒它而导致人生的覆灭;三是为它忧闷在心而陷于神经衰弱。聪明的人会选择哪种对应方法呢?

1970年,著名科学家霍金开始坐上轮椅,直到今天,都未曾离开过。霍金虽然失去行动自由,但仍顽强地工作和生活着。1985年,他做了一次穿气管手术,



自此失去说话的能力。即便如此,他都不曾被命运吓倒,写出了闻名遐迩的《时间简史》,探索着宇宙的起源。

一次在回柏林公寓的路上,一辆突然驶来的小汽车撞翻了正坐着轮椅横穿马路的霍金。霍金左臂骨折,头破血流,被送进医院,缝了13针。事故48小时后,他又回到办公室投入工作。

生活中的霍金有许多不便。曾经和朋友去乡间别墅的上坡路上,由于拐弯过急,轮椅向后倾倒,霍金翻滚摔进灌木丛中。虽然他身患残疾,但一直尽力活得像常人,全力做好自己的事。或许很多人都无法相信霍金活泼好动。他完全失去行走的能力后,仍艰辛地动着可以活动的手指驱动轮椅前往办公室。在莫斯科的饭店里,他在大厅里转动轮椅,建议大家来跳舞。

霍金的这份“好动”使得他多次从轮椅上跌倒,但每次他都靠着自己的力量重新“站”起来。

一次,在学术报告结束之际,一位女记者跑上讲坛。女记者对这位已在轮椅上生活了30余年的科学巨匠深深景仰,并无限悲悯地问:“霍金先生,卢伽雷病使您永远都离不开轮椅,您不认为命运让您失去了太多吗?”报告厅瞬间寂静无声,大家都屏气凝神。霍金依然面露笑容,用手指艰难地叩击键盘。随后,合成器发出标准的伦敦音,在宽大的投影屏上出现了一段文字:

我的手指还能活动

我的大脑还能思维

有我爱和爱我的亲人和朋友

对了,我还有一颗感恩的心

一阵寂静之后,报告厅爆发出阵阵掌声。人们拥向台前,向这位伟大的科学家表示由衷的敬意。在我们看来,上帝对霍金已苛刻至极,剥夺了他说话、行走的能力。但霍金仍感到自己很富足:我还有能动的食指,一个能思维的大脑……这些都让他很满足并充满感恩之心。

当悲剧和苦难突然袭来时,我们的世界被打乱了。我们一时间好像生活在尖锐、刺耳的惊叫声中,没有出路,只有回声。那些昨天还是我们念念不忘的“大事”,突然变得毫无意义,我们的日常所想也变得微不足道。这样的時候我们最



需要的是冷静,我们要告诉自己:痛苦和磨难与喜悦和顺境一起构成了生活,那么不幸也就成了我们必须承受的生活。我们一旦懂得承受,就没有什么大不了的,在困境面前,我们要坚信我们本身就是“太阳”,就算目前有天大的烦恼,“黎明”一定会到来,“晴朗”的日子一定会到来,“春天”一定会到来。

当沙粒进入蚌壳里的时候,蚌觉得极不舒服,但又无法排除沙粒。此时蚌没有怨天尤人,而是逐步用体内的营养将沙粒包围起来,使之成为有光泽的圆形颗粒,即珍珠。它不仅成为蚌体内和谐的一部分,而且被取出后还成了昂贵的珠宝。

蚌能够设法适应和利用自己无法改变的环境,人也可以像蚌那样去包容一切不如意的事情,使之为我而变、为我所用。所以不要害怕悲伤与痛苦,它们会带给你超乎寻常的创造力。没人会去追求不幸,但也没人能够躲避不幸,只要认清了不幸的真实面目,就可以对不幸善加利用了。

在人生的道路上,你战胜了苦难,它就是你的财富,苦难战胜了你,它就是你的屈辱。每个人都可能在某个时候遭遇到人生的困顿,但只要适当地调整好心态,微笑着面对生活给你的磨难,积极地去寻求务实的解决办法,就一定能达到自己的人生目标。

◎人生中,不如意事十之八九

我们应该把黑暗的时刻看做成长的时刻,在苦难中认识生命中更为可贵的东西,从而增加人生体验。要把困难看成一种契机,因为它可以让你重新认识生命的重要性。虽然最初的痛苦也许会让我们无法承受,但时间会将它消除。

面对命运里遇到的诸多不公平,都不要抱怨。磨难能杀死人,亦能锻造人、成全人。面对不公平的待遇,能够坦然视之,淡然处之,这实为人生的一种境界,



也应该是我们努力追求的方向与高度。我们就是要坦然面对生活,用微笑来迎接一切困难。

在阿济·泰勒·摩尔顿任职美国财政部长期间,她曾到南卡罗来纳州一个学院对全体学生发表演说。这次她演说的主题是人生与成功的意义。她走到麦克风前,先是将眼光对着听众,由左向右扫视了全场一遍,然后坦然开口说道:“我的生母是聋子,也没有办法张口讲话。我的生父,至今我还没找到,也不知道是谁,是否还健在。我这辈子找到的第一份工作,就是到棉花田去做事。”

听到这番陈述,台下的听众全都惊讶得呆住了。她继续说道:“一个人的未来怎么样不是因为运气,不是因为环境,也不是因为生下来的状况。如果情况不尽如人意,我们总可以想办法加以改变。一个人若想改变眼前充满不幸或无法尽如人意的情况,只要回答这个简单的问题:我希望情况变成什么样?然后全身心投入,采取行动,朝理想目标前进即可。”说完,她的脸上漾出了灿烂的笑容。观众报以热烈而持久的掌声。

试想,如果当初阿济·泰勒·摩尔顿一味慨叹命运的“不公平”,一味抱怨自己的“生不逢时”,那就难以走出她的“棉花田”,也难以改变自己的悲惨境遇,就更不用说成为美国的财政部长了。

因此,伟大和卑微仅一步之遥。我们一定要正视困难,鼓足勇气坚定意志走出这一步,通过这一步由地狱走向天堂。

古往今来,许多成功的人都是乐观、豁达、心地坦然的。他们蔑视权贵、淡泊名利,善于享受生活,善于发掘蕴藏在生活中的无穷快乐。他们的人生之所以总是充满着幸福和快乐,也许正是由于他们从不抱怨命运,而是想方设法让那富有的心灵总是充满着创造的活力。

在雷鸣般的掌声中,一个用双手撑着地走路的人上了主席台。这是2004年5月一个晚上发生在青岛天泰体育场的一幕。

这个一出生就没有下肢,却用双手“走”遍了世界上近两百个国家和地区的人叫约翰·库缇斯,是来自澳大利亚的“世界最有名的残疾人演讲大师”。不仅如此,他还是大洋洲残疾人网球赛的冠军,在游泳方面也很有造诣,最让人难以想象的是——他居然能开汽车!