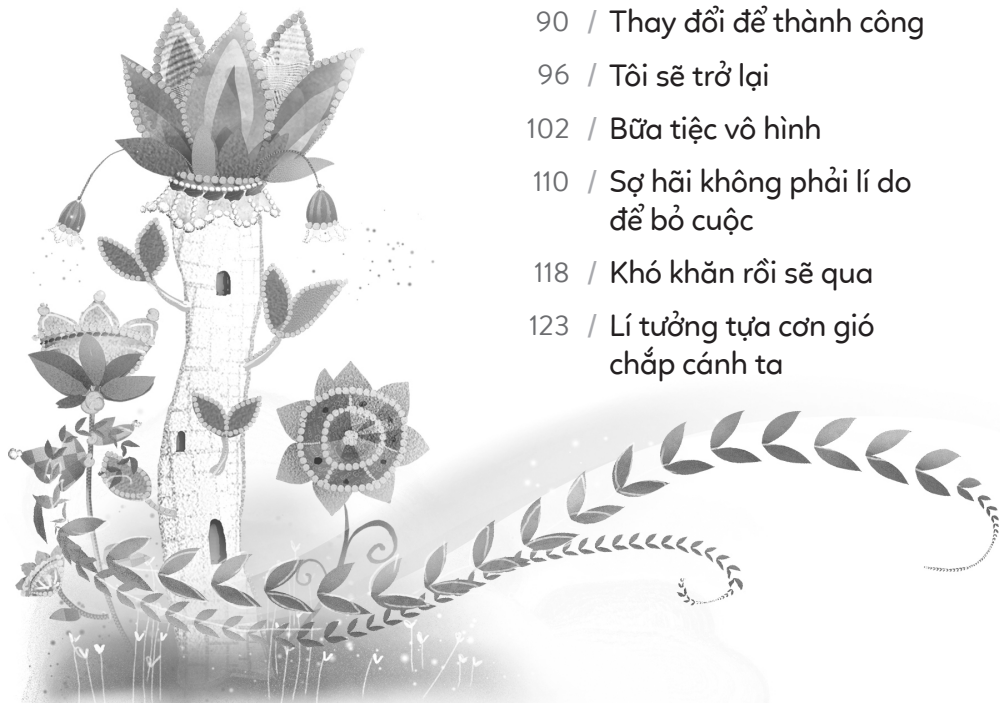


# MỤC LỤC

- 7 / Không thể ngăn cản
- 16 / Một lần thất bại
- 21 / Không bao giờ là quá muộn
- 29 / Đừng bao giờ nói “không thể”
- 33 / Khi tôi gõ cửa, Thượng đế  
vắng nhà
- 39 / Bill, chàng mù
- 44 / Gõ cửa lần thứ 201
- 50 / Đừng vội đứng lên khi  
vấp ngã
- 55 / Vút bay cao tận trời xanh
- 61 / Cảm ơn người đánh bại mình
- 65 / Cảm ơn hai cái cây
- 70 / Lựa chọn tốt hơn
- 77 / Bát sứ xương
- 81 / Cướp biển
- 85 / Cố lên con trai
- 90 / Thay đổi để thành công
- 96 / Tôi sẽ trở lại
- 102 / Bữa tiệc vô hình
- 110 / Sợ hãi không phải lí do  
để bỏ cuộc
- 118 / Khó khăn rồi sẽ qua
- 123 / Lí tưởng tựa cơn gió  
chấp cánh ta



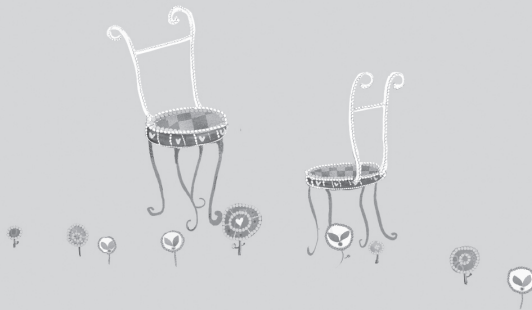
128 / Hướng dẫn trượt băng  
133 / Đất liền ngay trước mặt  
140 / Thế giới tươi sáng của  
cô gái mù  
145 / Không từ bỏ ước mơ  
151 / Nghèo đói không phải  
cái cớ cho sự tầm thường  
158 / Để nặng hóa bướm  
162 / Thương để chỉ cho anh một  
chú chuột  
167 / Mù nhưng không thất bại  
171 / Sự lựa chọn của thiên thần  
176 / Không chỉ có một con đường  
182 / Vì 0,01% hi vọng  
186 / Đứng lên vì chính mình  
191 / Sau khi bị sa thải

197 / Sự công bằng vĩnh cửu  
201 / Thử thêm một lần nữa  
được không?  
208 / Hát hết một bài ca  
212 / Làm thêm theo giờ  
218 / Đi qua vũng bùn  
222 / Đoá cảm chướng  
cuối cùng  
227 / Cá không xương  
230 / Trắc nghiệm tâm lí  
(phần 1)  
233 / Trắc nghiệm tâm lí  
(phần 2)



*Biển êm không làm nên thủy thủ giỏi.  
Vậy nên, sao ta phải sợ hãi khi đứng  
trước khó khăn, trắc trở?*

*Hãy thẳng lưng, ngẩng cao đầu,  
Đứng cảm tiến về phía trước,  
tâm kiên định, vững vàng,  
Và trở nên “phi thường”, em nhé!*





# KHÔNG THỂ NGĂN CẢN

*Chỉ khi trải qua rèn giũa khắc khổ,  
ta mới có thể tôi luyện được sức mạnh  
gây dựng thiên đường; Chỉ khi những  
ngón tay rướm máu, ta mới có thể  
tấu lên thanh âm tuyệt nhất thế gian.*

Tagore<sup>(1)</sup>

Tôi hít một hơi thật sâu, bước lên bục xuất phát. Đây là trận đấu quyết định của chính tôi lần đội tuyển Mĩ: chung kết nội dung bơi hỗn hợp 400 m tại Thế vận hội Atlanta 1996. Tại đây, ở chặng cuối hành trình giấc mơ, tôi sẽ so tài cùng bảy tuyển thủ bơi hỗn hợp cá nhân xuất sắc nhất thế giới, trong đó có đối thủ "nặng kí" Eric Namesnik. Muốn giành huy chương vàng, tôi phải dốc hết sức mình.

Tôi hít sâu lần nữa, cố gắng không chú ý đến hàng vạn khán giả trên khán đài. Dưỡng khí chậm chậm

---

(1) Danh nhân Ấn Độ, nhà thơ châu Á đầu tiên được trao giải Nobel Văn học, bậc kì tài đã để lại cho nhân loại một khối lượng tác phẩm đồ sộ và phong phú.



vào phổi. Tôi thấy mình hết như đang lấy hơi qua một ống hút nhỏ xíu. Tôi bị hen suyễn nặng, khí quản hẹp bất thường. Bác sĩ bảo phổi của tôi chỉ phát huy được 10% chức năng. Điều đó có nghĩa là, lượng dưỡng khí tôi hít vào chỉ bằng 1/10 so với các đối thủ. 1/10, bạn thử tưởng tượng xem, chuyện gì sẽ xảy ra khi một chiếc xe đua có thùng nhiên liệu nhỏ hơn 10 lần phải thi với một đoàn xe đủ mã lực, lại còn phải chạy nhanh hết mức có thể? "Thời khắc chiến đấu đã tới," tôi thàn nhủ, "chỉ còn 400 m cuối cùng, hãy can đảm tiến về phía trước."

Từ khi lên năm tuổi, tôi đã nỗ lực vì giây phút này. Ban đầu, tôi nhảy xuống bể chỉ vì muốn chứng minh mình bơi nhanh hơn chị gái. Đến bảy tuổi, suốt bốn mùa xuân hạ thu đông, tôi không rời xa bể bơi được nữa. Bố mẹ tôi luôn dạy: "Con đầu tư vào cuộc sống bao nhiêu, cuộc sống sẽ trả lại bấy nhiêu." Đây cũng là lí do khiến tôi say mê thể thao. Nếu đủ cố gắng, tôi sẽ chiến thắng; nếu tôi lơ là, cảm chắc sẽ thua. Đơn giản vậy thôi.

Năm 12 tuổi, một ngày đông giá rét, tôi đang chơi đùa với các bạn thì bỗng thấy tức ngực, khó thở vô cùng. Bạn bè xúm lại hỏi han: "Thomas, cậu không sao chứ?" Tôi phải chống tay lên gối một lúc lâu mới thấy đỡ hơn đôi chút. "Ừ, tớ không sao." Tôi thở hốt hển. Nhưng, hôm đó, tôi không còn sức chạy nhảy, nô đùa.



Lúc ấy, tôi tưởng mình bị cảm nên không nói với bố mẹ. Nhưng, chẳng bao lâu sau, sự việc đó lại tái diễn. Lần này tôi đành thú thật và bố mẹ lập tức đưa tôi đến bệnh viện.

Tôi bị chẩn đoán mắc bệnh hen suyễn. Bác sĩ làm xét nghiệm dị ứng cho tôi vì dị ứng có thể liên quan tới tình trạng hen suyễn. Kết quả là, tôi dị ứng đủ thứ: phấn hoa, bụi, bào tử nấm... Tệ hơn, tôi còn dị ứng với cả khí Clo. "Một số bé lớn lên sẽ tự khắc hết hen suyễn." Bác sĩ vừa nói vừa đưa tôi một dụng cụ xịt trị hen khẩn cấp, không quên dặn dò thêm: "Khi cháu thấy khó thở thì dùng cái này, nếu vẫn không đỡ thì tới gặp bác nhé!"

Thực ra, hen suyễn không gây phiền hà cho tôi khi bơi, trái lại, ở khía cạnh nào đấy, nó còn giúp tôi





tạo nên kì tích. Vì khao khát chiến thắng bệnh tật nên tôi nỗ lực hơn người khác gấp bội. Tôi tin rằng, không gì có thể ngăn cản tôi làm điều mình muốn.

Lịch trình tập luyện của tôi khá dày: sáng dậy lúc bốn rưỡi, từ năm giờ đến bảy giờ học bơi tại trường Đại học Washington, sau đó đi học trung học ở quận Arlington thuộc tiểu bang Virginia, ba giờ rưỡi chiều lại quay về trường Đại học tập luyện, mãi tới sáu giờ tối mới nghỉ. Vận động viên bơi hỗn hợp cá nhân bắt buộc phải "tinh thông" mọi kiểu bơi, vì thế, ngày đầu tiên tôi học bơi ếch, ngày thứ hai bơi tự do, ngày thứ ba chuyển sang bơi bướm, ngày thứ tư bơi ngửa, lặp đi lặp lại, mỗi tuần bảy ngày, mỗi ngày 15.000 m.

Sau bao khổ luyện, tôi tiến bộ vượt bậc, liên tiếp giành giải thưởng trong các cuộc thi. Năm 15 tuổi, trong giải đấu tranh cúp vô địch bơi thiếu niên nước Mĩ, tôi đoạt huy chương vàng môn bơi hỗn hợp cá nhân 400 m. Khi đó, tôi bắt đầu ý thức được rằng, mình có thể đạt được những thành tích phi thường.

Tôi học đại học tại Michigan. Cuộc sống sinh viên khiến tôi vô cùng hào hứng. Tôi được gặp huấn luyện viên John Urbanzeck nổi tiếng chuyên đào tạo các vận động viên bơi hỗn hợp đẳng cấp thế giới. Trong đội bơi của ông có ba tuyển thủ bơi hỗn hợp cá nhân thuộc Top năm thế giới, và Eric chính là một trong số đó. Nhưng lúc mới nhập học, tôi buộc phải vắng mặt trong các buổi tập. Mùa thu năm đó,



do kí túc xá ở tầng một, mỗi khi tôi mở cửa sổ, bụi và lá rụng lại theo gió bay vào. Thế là cứ cách vài hôm tôi lại bị ốm và sụt cân nghiêm trọng. Chúng dị ứng hành hạ tôi nhiều hơn bao giờ hết, nhưng tôi vẫn cố kiên trì tập luyện. Cuối cùng, huấn luyện viên đưa tôi tới gặp chuyên gia về hen suyễn và dị ứng để tìm hướng trị liệu.

Thật không may, chuyên gia nói: "Cậu không những bị hen dị ứng, mà còn hen do vận động. Càng luyện tập nhiều, bệnh tình của cậu sẽ càng nghiêm trọng."

Tôi tìm tới một chuyên gia khác. Ông này phát hiện khí quản của tôi bẩm sinh đã hẹp hơn rất nhiều so với người bình thường. Ông cho tôi dùng một loạt dụng cụ, thuốc xịt và một phương án trị liệu toàn diện.

Dù vậy, với lịch trình luyện tập cường độ cao khi đó, chẳng loại thuốc nào giúp tôi được lâu. Nhưng nếu giảm bớt thời lượng tập luyện, tôi sẽ không thể duy trì trình độ tuyển thủ thế giới. Đôi lúc, tôi không khỏi băn khoăn: Lẽ nào một tuyển thủ bơi lội đẳng cấp quốc tế lại bất hạnh đến mức vì hen suyễn mà phải từ bỏ sự nghiệp?

Năm thứ hai đại học, đội bơi rời tiểu bang Michigan lạnh giá, sang Hawaii tập huấn chuyên sâu hai tuần. Tại bể bơi của một trường tư thục, tôi thi đấu với các thành viên khác trong đội. Bơi được nửa đường, tôi thấy tức ngực, cả người tôi như thể





bị cuộn chặt bằng dây da. Tôi muốn hít thở, nhưng vô ích. Tôi tiếp tục bơi. Tôi từng trải qua những sự cố tương tự, chỉ là chưa bao giờ tôi đau đến thế.

Cuối cùng, tôi đành vùng vẫy ngoi lên mặt nước. Huấn luyện viên nằm rạp xuống thành bể, đưa ống xịt hen cho tôi. Tôi xịt hết lượt này đến lượt khác, nhưng đã muộn, phổi tôi lúc này không thể nào giãn nở được nữa. Tôi xây xẩm mặt mày, cổ rít từng hơi để nói với huấn luyện viên: "Em nhìn thấy điểm đen." Đó là câu nói cuối cùng mà tôi còn nhớ. Tỉnh lại, tôi thấy mình nằm trong phòng cấp cứu, đeo mặt nạ ôxy. Bác sĩ nói: "Chúng hen suyễn của cậu vô cùng nghiêm trọng, tình huống tương tự chắc chắn sẽ xảy ra. Nếu muốn tiếp tục bơi lội, cậu hãy luôn theo dõi sát sao tình trạng sức khỏe." Tôi không bao giờ quên vẻ mặt lo lắng của bác sĩ khi ông nhấn mạnh từ "nếu" ấy.

Tôi hiểu, ý của bác sĩ là tôi cần lựa chọn: chiến đấu hay từ bỏ. Thực tế thì tôi đâu còn lựa chọn nào khác. Nếu cứ mãi canh cánh lo sự cố tái diễn mà không dốc sức nỗ lực, thì e rằng cả đời tôi cũng chẳng làm được gì nên hồn. Ai cũng có khiếm khuyết và sở trường riêng. Điều cần làm là cố gắng không phụ sự sống mà Thượng đế đã ban tặng.

Hôm sau, tôi quay lại bể bơi, tập trung hết mình vào buổi tập luyện mới, đồng thời để tâm tới mọi thay đổi bất thường về sức khỏe. Đây là chìa khóa



then chốt để chiến thắng. Trước Thế vận hội 1996, tôi giữ vững kỉ lục thế giới bộ môn bơi hỗn hợp cá nhân 400 m.

Giờ phút này, tôi đứng trên bục xuất phát ở Atlanta, lòng ngập tràn tin tưởng, sẵn sàng chiến đấu giành về chiếc huy chương vàng. Chợt, một ý nghĩ lóe lên trong đầu tôi: nếu không buộc phải chiến đấu với bệnh tật, phải chăng tinh thần tranh đấu của tôi sẽ chẳng thể được như lúc này? Xét về lòng quyết tâm và sự kiên định, chắc chắn tôi có ưu thế hơn các đấu thủ khác.

Tiếng còi khai cuộc vang lên. Tám con người lao mình xuống nước. Người thân, bạn bè la hét vang dội trên khán đài. Eric và tôi ngang tài ngang sức. Chúng tôi cùng dẫn đầu đoàn đua. Khi chỉ còn 50 m, Eric nhanh hơn tôi 0,03 giây. Chúng tôi cách nhau trong gang tấc. *Chỉ còn 50 m nữa là chạm tay tới chiến thắng chung cuộc, không ai có thể đánh bại mình,* tôi tự nhủ. Tôi dốc sức bơi về đích, vừa chạm tay vào thành bể, tôi ngẩng ngay đầu lên nhìn bảng điểm điện tử. Tôi dẫn trước Eric 0,35 giây và đã giành huy chương vàng.

Về sau, một phóng viên hỏi: "Nếu không bị hen suyễn, anh sẽ giành được bao nhiêu huy chương vàng?"

"Có lẽ là không tám nào," tôi trả lời, "nếu không bị bệnh, tôi sẽ không biết cách khắc phục khó khăn để trở nên kiên cường hơn."