第一图书网, tushu007.com

<<单车，上路！ >

图书基本信息

书名：<<单车，上路！
>>

13位ISBN编号：9787507534771

10位ISBN编号：7507534774

出版时间：2011-6-1

出版时间：华文出版社

作者：刘文

页数：328

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

第一图书网, tushu007.com

前言

先告诉你，一则潜意识与你的故事当老人还是小男孩的时候，听到了一个故事。
有个女人在海滩上捡到一个瓶子，瓶口被软木塞住。
女人将其打开后，精灵对她说，他愿意为女人实现所有愿望。
老人穷尽一生寻找自己的瓶中精灵。
他去各个大陆的海滩，执着到甚至不愿意安定下来，拥有稳定长久的工作或关系。
他是个不快乐的人。
有一天，在他家附近的海边，他发现了自己寻找已久的瓶子。
不知为何，他感觉得出来，精灵就在瓶子里。
通常瓶塞会很难拔出来，不过这个很轻易就打开。
精灵没头没脑地出现，并告诉老人：“ 我在这里，任凭你差遣。
”老人说：“ 什么都可以吗？
”精灵说：“ 嗯嗯，几乎是什么都可以啦。
既然你年纪大了，又从未涉足政治， 你不太可能成为美国总统。
我觉得你也不可能成为奥运棒球选手。
你也不想要把自己的快乐，建筑在别人的痛苦上。
所以，并不是每件事我都能帮你圆梦，但我还是能给你超乎你所求所想。
一定可以让你变得快乐平安。
”老人欣喜若狂，同时又觉得生气：“ 为什么你不早点让我找到你？
我年轻的时候，可以完成更多事情。
”精灵说：“ 唉唉，主人，我可是跟你在一起很久了唷。
我不是在那个瓶子里，我一直跟你在一起，给你想要的一切。
记得你六岁的时候， 你不是希望爸爸会多注意你吗？
你割伤自己的手指，那可不是意外。
你的爸爸清理你的伤口，还抱着你。
记得吗？
那时后有会计师考试，你一直告诉我你不够聪明， 所以无法成为会计师，你还说自己不配当会计师赚这么多钱。
记不记得你考试时楞在当场？
我可是达成了你的愿望了喔。
”精灵继续说：“ 因为你没有注意到我达成了你的愿望，而你的愿望常常伤害你。
有时候这不一定是你的愿望，因为有些愿望来自父母、师长、朋友；嗯，对啦，有些也来自电视广告。
”“ 不过，我很高兴你找到了我。
现在你可以许下经过深思熟虑后的美好愿望。
我们可以一起努力，我们可以共同保持健康、寻找平安，和享受人生的丰富。
但首先，我必须先给你一本书。
仔细阅读。
如果你按照指示行动，我会给你平安、富足和快乐。
”作者序接触潜意识的力量，一直是我长久以来的兴趣。
我也的确从书本、讲座获得不少相关信息。
在朋友的敦促之下，我将在这方面学到的知识，浓缩成六节课，每节课两小时（本书为了方便行文起见，则调整为八节课）。
这套课程是我毕生对潜意识了解的精华。
每次下课后，学员往往问我到那里可以买到内含这些信息的相关书籍。
我的回答往往是，没有一本书涵盖课程的所有课程。

第一图书网, tushu007.com

不过，《操控潜意识，训练更厉害的自己！
》这本书却包含潜意识课程的所有信息。
本书唯一的原创之处，就是将所有信息整合在一起。
我也标明了许多信息的出处，同时也要感谢两个著名的讲座：塔克斯（James Takus）在加拿大塔桑纳（Tarzana）教导的Psycho-Netics讲座，以及高曼（Burt Goldman）在席瓦国际公司（Silva International）开授的进阶课程。
我猜，关于潜意识的大部分信息也非上述作者原创，而是经过几世纪的积累而来。
我读过的相关书籍，其实难以胜数。
我有作笔记，不过却没有写明出处。
同样的概念和故事往往不同作品出现。
另外，我也列出了参考书目，这些是我认为最值得一读的作品。
本书这些课程并非家传秘方或过于虚无缥缈，而是易学易用的技术。
有志于取得成功并改善生活的人，都应该了解这些基本信息。
这是本具体的操作书，提供具体的方式，好让读者达成目标，并革除坏习惯等。
不知道为什么，通常只有成人对这门课程有兴趣。
我则希望青少年或年轻人也可以得到这些信息，因为这门课其实可以帮助年轻人取得更好的成绩、减少他们蜕变成大人要历经的痛苦、增加自信，并丰富自己的生命。
但愿这本书也可以送到年轻读者的手上。
我在此书也新增了“祷告”的课程，因为祷告相当有力，而祷告这一课的内容和前面课程的差异，在于某些概念出于我的原创。
祷告是前八课合理的延伸，不过你不会在其他书籍看到类似的内容。
我有点担心某些读者对祷告这种较具情绪性的主题，会产生疑虑。
不过，我认为这是全书最重要的一课，也是宝贵的延伸课程，所以我还是决定将祷告纳入本书的内容中。
卡本特写于加州秋溪，2003年夏

第一图书网, tushu007.com

<<单车，上路！ >

内容概要

我的旅行不是在空调大巴上，而是骑车在荒野，在乡村。
我在越南遭遇过流氓，在印度打工赚过钱，在埃塞俄比亚受到过好心人资助，在肯尼亚差点儿死在沙漠里，还在坦桑尼亚遇到狮子，在马拉维得疟疾险些丧命，最后终于到了终点南非，还被当地人用枪抵着脑袋。
当然路上也有激动人心的时刻，我看到了壮丽自然景色：从柬埔寨的雨林到非洲的乞力马扎罗山，从宽广的恒河到美丽的马拉维湖……我也流连于恢宏的印度古代遗迹和非洲的人类文化遗产。
我走村窜户，就像古典探险家那样受到当地人的款待和帮助，也由于文化差异而闹出过笑话。
这是一次自我反省、尝试改变自我的旅行。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

刘文，1972年生，“绿洲音乐网”创始人，行者，摄影爱好者，自由撰稿人。
以2000年骑行去拉萨为契机，2003年开始独自出国骑行，现足迹已遍布亚洲、非洲、欧洲，预计五年内踏足美洲。
曾接受中央人民广播电台《时尚玩家》栏目、《玩家旅游》杂志的采访，旅游卫视《行者》节目曾做过十集专题《不想骑了》报道其骑行事迹。

第一图书网, tushu007.com

<<单车，上路！ >

书籍目录

第一章 缘起
少年时代的骑车旅行
卑微的过去
“ 愤青 ”生活
我病了
拉萨之行的启发
第二章 我们的现实
我属于谁
意想不到的事件
当一个人一无所有的时候
行前准备
第三章 学习穿越东南亚
关口
很狼狈
“ 你愿意陪我老婆睡觉吗？ ”
进入河内
路边召妓
一个普通越南人家里是什么样
夜宿妓院
搭车去西贡
西贡！
西贡！

逃往柬埔寨
村子里的贵宾级待遇
一个旅行者引发的外交事件
国家公路的新定义
独享柬埔寨人的秘密
寺庙里的舞会
最幸福的普通游客
宰客教育和装炸弹的自行车
天堂里的年轻人
第四章 进化穿越印度北大陆
刚到印度的中国人
穷得和他们一样
好莱坞科幻片片场
爱印度的人
恒河线路
GTR公路惊魂（上）
GTR公路惊魂（下）
意外的收获
为世界和平而骑车旅行的尼泊尔喇嘛
一个中国人在印度哭泣过的地方
中国文明VS印度文明

第一图书网, tushu007.com

我爱瓦拉纳西
喜爱中国的印度工程师
在印度看电影
看泰姬陵的两个角度
让人崩溃的阿格拉
贪污薯片的地方治安长官
ATM机也停电
印度也有开发区
一个中国人的印度式婚礼
雇用地痞“萨达姆”
清洁工、厕所工和尼泊尔厨师
沙特比尔的表演
到印度农家做客
China（瓷器）来了
中国人际PK印度官僚
打工结束
申请签证难
路在哪里
峰回路转
第五章 困顿穿越非洲大陆（上）
29美元从非洲开始
初识埃塞俄比亚
找工作一波三折
湖区旅行
雨林的心脏
折磨依旧
灌木地带
穿越边界
和采采蝇赛跑
吉库尤人约翰?卡马先生
告别
生不逢时
走进非洲
公路边的马赛人
非洲大草原上的小镇生活
走出非洲怀旧版
古城蒙巴萨
过关综合征
迷路
想去日本的非洲土著
骗子遍地
横穿马赛大平原
在非洲的一天
遇到狮子
前人的路
魔鬼路
绝望的思念

第一图书网, tushu007.com

吃完玉米吃西瓜
第六章 孕育穿越非洲大陆（下）
一碗类似新闻联播的牛杂碎汤
马拉维湖边的性幻想
洗头洗出脑浆
骑车走世界的中国人
与警察枪战
磨难的高潮
夹缝中推销“ 中国造 ”
偷渡来的中国人
迫不及待的总结性陈词
逃离理想国
一个比一个差
津巴布韦的前世今生
夜宿土著家
克里斯蒂安的梦想
非洲版英国情调
非洲人想象中的中国
在警察局快乐的一天
和“ 去放松 ”一起看大津巴布韦遗迹
不同的路
没有所谓的安定生活
最后一次吓破胆
旅行终点
尾声
是结束还是开始，这是个问题
关于苏的死

第一图书网, tushu007.com

章节摘录

第一图书网, tushu007.com

后记

只有上路才可以感知一切。
所以，你走你的路，我走我的路，就像电影《燕尾蝶》中的歌曲《My Way》一样：And now, the end is near 现在，终点已近 And so I face the final curtain 我要面对结束 My friend, I'll say it clear 我的朋友，我将会清楚地说出来 I'll state my case, of which I'm certain 讲述我的过去 I've lived a life that's full 我已经度过了充实的一生 I've traveled each and every highway 我已经走过每一条可能的路 But more, much more than this 但是更多，更多于此的I did it my way 我走自己的路 Regrets, I've had a few 后悔，我也曾有过一些 But then again, too few to mention 但是不值得提起I did what I had to do 我要做我自己 And saw it through without exemption 回想起来也不会想去改变它 I planned each charted course 我计划好每一次行程 Each careful step along the by way 孤身一人走自己的每一步But more, much more than this 但是更多，更多于此的是 I did it my way 我走自己的路

第一图书网, tushu007.com

媒体关注与评论

见到不同的人，也看到不同的风景，才发现自己是那么的偏狭和局限。
三毛远行，是为一解“前世的乡愁”，有爱情陪伴；凯鲁亚克远行，是为寻找自由，有LSD陪伴；周云蓬远行，是为实现梦想，有吉他陪伴。
刘文去远行，却是为了与全新的自己靠得更近，陪伴他的只有一辆自行车以及一份渴望。
没有地图，没有路线。
一次近乎“玩儿命”的旅行，掏空了刘文的精力，却将他的人生填满，从而使他完成了自我救赎。
与公路恋爱，与车轮对话，7000公里的骑行改变了刘文的一生，也让我们看到了人的心灵如何涅槃。
有人说“冒险让我的内心浮游于水晶一般的天堂”，其实我们都该上路，去寻找这样的天堂。

第一图书网, tushu007.com

编辑推荐

《单车,上路!》编辑推荐：没有一颗心因为追求梦想而受伤，当你真心想要某样东西时，整个宇宙都会联合起来帮助你完成。
这不是背包旅行，这是一次血脉喷张的冒险；九个月骑行7000公里；踏遍11个国家；穿越东南亚，困顿非洲大陆；走吧，一起开始环游世界！
中央人民广播电台《时尚旅游》栏目，《玩家旅游》《户外》等杂志争相报道；旅游卫视《行者》节目《不想骑了》主人公刘文的演绎单车旅行的传奇故事。
关于《单车，上路！
》：国内第一本单车骑行图书，中国版的《不去会死》。
刘文的旅行不是在空调大巴上，而是骑车在荒野，在乡村。
更加冒险，更刺激。
这不是背包旅行，这是一次血脉喷张的冒险。
关于梦想与坚持。
是旅行书，也是励志书。
它不是描述景点，而是描述一种成长，一种冒险，一种关于梦想的书。
有些事现在不做的话，一辈子也不会去做了。
趁着年轻去流浪，这既是冒险故事，也是一本关于如何冒险的书。
当然，最重要的，它是一个人过自己想要生活的曲折奋斗史。
作者在相关旅行圈里有相当高的知名度，旅游卫视《行者》栏目曾有十期节目《不想骑了》专门用来报道刘文的旅行事迹。

第一图书网, tushu007.com

名人推荐

见到不同的人，也看到不同的风景，才发现自己是那么的偏狭和局限。
三毛远行，是为一解“前世的乡愁”，有爱情陪伴；凯鲁亚克远行，是为寻找自由，有LSD陪伴；周云蓬远行，是为实现梦想，有吉他陪伴。
刘文去远行，却是为了与全新的自己靠得更近，陪伴他的只有一辆自行车以及一份渴望。
没有地图，没有路线。
一次近乎“玩儿命”的旅行，掏空了刘文的精力，却将他的人生填满，从而使他完成了自我救赎。
与公路恋爱，与车轮对话，7000公里的骑行改变了刘文的一生，也让我们看到了人的心灵如何涅槃。
有人说“冒险让我的内心浮游于水晶一般的天堂”，其实我们都该上路，去寻找这样的天堂。

第一图书网, tushu007.com

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com