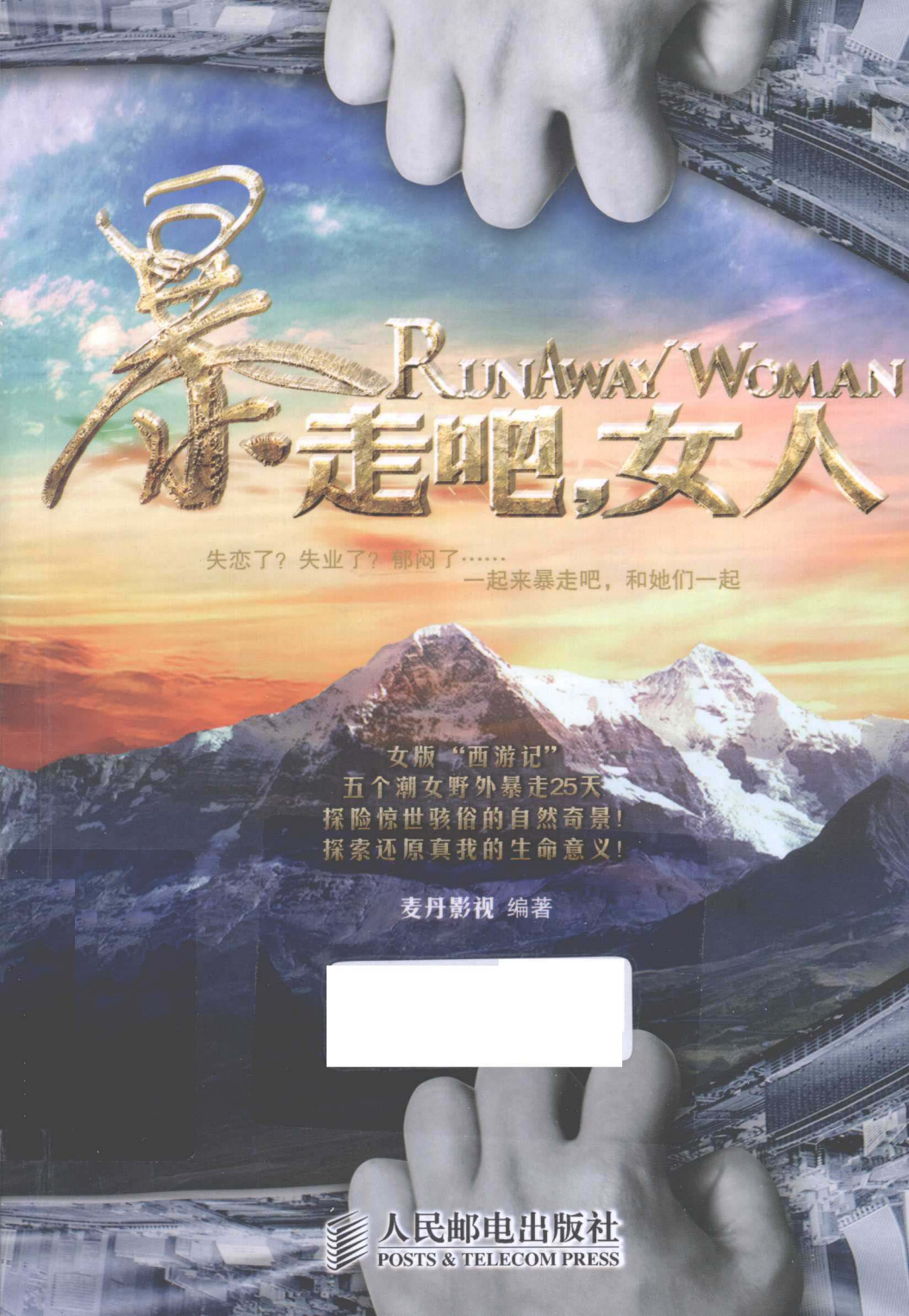




暴走吧，女人 RUNAWAY WOMAN

失恋了？失业了？郁闷了……

一起来暴走吧，和她们一起

女版“西游记”
五个潮女野外暴走25天
探险惊世骇俗的自然奇景！
探索还原真我的生命意义！

麦丹影视 编著



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

RUN AWAY WOMAN 别走，女人

失恋了？失业了？郁闷了……

一起来暴走吧，和她们一起

麦丹影视 编著

人民邮电出版社
北京

图书在版编目 (C I P) 数据

暴走吧, 女人 / 麦丹影视编著. — 北京: 人民邮电出版社, 2013. 3
ISBN 978-7-115-31028-6

I. ①暴… II. ①麦… III. ①成功心理—女性读物
IV. ①B848. 4-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第029736号

内 容 提 要

城市中的五个女人, 因都市重压选择走入户外释放压力。性格不同的女人们为了共同的目的地——圣雨湖, 选择了一条艰苦却不缺乏美景的徒步路线。徒步路上发生的故事有欢笑有泪水, 她们历尽千辛万苦、九死一生终于到达了目的地, 感悟了人生的同时, 也收获了珍贵的友情和微酸的爱情。

暴走吧, 女人

-
- ◆ 编 著 麦丹影视
责任编辑 张慧芳
执行编辑 陆凯芬
 - ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市崇文区夕照寺街14号
邮编 100061 电子邮件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
北京天宇星印刷厂印刷
 - ◆ 开本: 880×1230 1/32 彩插: 4
印张: 6 2013年3月第1版
字数: 90千字 2013年3月北京第1次印刷

ISBN 978-7-115-31028-6

定价: 29.80 元

读者服务热线: (010)67119329 印装质量热线: (010)67129223

反盗版热线: (010)67171154

广告经营许可证: 京崇工商广字第 0021 号

麦走巴虫



目录 CONTENTS

- | | | |
|-----------|------|-----|
| Chapter 1 | 逃离都市 | 001 |
| Chapter 2 | 女子团队 | 023 |
| Chapter 3 | 领队失误 | 043 |
| Chapter 4 | 绝境求生 | 065 |
| Chapter 5 | 团队崩裂 | 087 |





Chapter 6	自我反省	//111
Chapter 7	小镇故人	//135
Chapter 8	灭顶之灾	//151
Chapter 9	心中圣地	//173

牛牛甩开周海的手直奔卧室……一个女人衣衫不整地抱着包挡在胸前蹲在那里……牛牛突然有种迫切想逃离这座城的欲望。

Chapter 1

逃离都市

“周海，你丫的给我开门，开门！”牛牛疯了一样地一边砸防盗门，一边用力扭动着门锁钥匙，但是那扇该死的门却纹丝不动。对门有个睡眼惺忪的男人开门瞄了一眼，看到蓬

乱着一头短发、红了眼跟疯子没什么两样的牛牛，立马又缩回去关上了门。牛牛完全顾不得风度，脱下高跟鞋就向门上砸过去，“周海你混蛋，你个缩头乌龟，再不开门我一把火烧了这儿！”

门，终于开了。她的男友周海衣衫不整，站在门里慌里慌张地看着她。

“牛牛，你，你不是出差了吗？我，我，我感冒了……”

“你感冒？不是还没死吗？”她用力推开他，恶狠狠地冲向里屋。

来不及系好扣子的周海一个趔趄，但还是伸手拽住了她：“我们出去谈行吗？给大家留点面子，我跟你解释……”

“大家是谁？谁又给我留面子？”牛牛甩开周海的手直奔卧室。没令她失望，卧室的角落，一个女人衣衫不整地抱着包挡在胸前蹲在那里，看到牛牛，有些慌乱，但是看到跌跌撞撞跑进来的周海，女人又瞬间恢复了镇定。周海看到这个场景，反倒一下子焉了。

“我……事情不是这样的，她，她是我的同事……”周海

慌慌张张地想解释。

牛牛一个耳光扇过去，周海半个腮帮子都歪了，连那个女人都愣了一下。响亮的耳光让在场的三个人都静默了一秒钟。牛牛甩甩发麻的手吐了口气说：“你还不如直接告诉我，我被绿了，更好一些！”说完牛牛就冲出了那扇让她恶心的门。

爱上一个人，爱上一座城。她为他，放弃了家乡优越的工作，离开了万般不舍的老爸老妈，费尽心机终于到了这座城来陪他。然而，牛牛却不知道，生活毕竟不是童话。走出那扇门的一瞬间，她甚至有点感激刚才那个给自己发挑衅信息和照片的女人，否则，她不会明白，七年的付出在别人眼中就是一个笑话。直到亲眼看到照片中的本尊，她才知道自己究竟有多傻多天真。而到了这个地步，她在这座城，竟然连个退路都没有。

站在灯火闪耀的黄浦江边，外套口袋里的手机不停地在响，牛牛却仿佛听不见一样。呆呆地看着被灯红酒绿映照得波光粼粼的江水，牛牛突然有种迫切想逃离这

座城的欲望。从来没有一刻像现在这样，令她如此疲惫不堪。

她打包了行李，扔掉了所有和这座城市、这个男人有关的零零碎碎，向火车站走去。

火车站对她来说并不陌生，以前和男友异地，她每周都会坐火车来这个城市看望他。每次离开，男友都背着大包小包来送她，在站台上演一场依依不舍、殷殷叮嘱的深情戏码，最后还要把娇小的牛牛提溜到车厢内才离开。而现在想到这个景象，牛牛觉得就像是某个狗血剧中的镜头，蹩脚得让人看一眼想跑，看两眼想吐。所幸，再也看不到了。

站在站台上，她回头看着这个她走过不知道多少次的地方，鼻子突然有些发酸。火车慢慢开动，她麻木冻结了很久的眼泪也刷地掉了下来。

手机还是响个不停，她干脆拔下了手机卡，扔到了垃圾桶里。

事情到了这个地步，她已再没有回头路可走。



人在世上走，经常遇到狗。就当是被狗咬了吧，上了火车的牛牛一再地安慰自己，可是想到自己竟然那么愚蠢地和一条狗谈了七年恋爱，她又开始不忿、胸闷且按捺不住想回去砍了那对狗男女的欲望。七年，就这么归零了？而且还结束得那么腌臢、添堵。牛牛的眼泪开始流得肆无忌惮，不是为了周海，也不是为了自己，而是为了在爱情上毫无建树且千疮百孔的这七年……

淡季的卧铺车厢人很少，对面坐着一个 30 多岁一身户外服的男人，本来一直在专心看书，抬头看到牛牛这幅天崩地裂的场景，有些吓住了。

好半天，那男人小心翼翼地递过一张纸巾。

“你……没事吧？”

“没事！”牛牛哭得鼻涕眼泪齐飞，虽然自知此时已是一副丑态，想到反正不认识，她反而豁出去了，大大方方地接

过了陌生人递来的纸巾，像个农村老娘们儿似的擤了擤鼻涕，又接过那人递过来的第二张纸巾，擦了擦眼泪，一张小狐狸脸儿皱巴巴地疼，她嘶嘶吸了几口气，对面那个男人抿嘴笑了。

牛牛翻翻白眼儿，不想搭理这个“户外服”。心情不好，看谁都像白眼儿狼。

“出来旅游的？”那男人突然搭话。

“你见过我这样的游客？”牛牛一偏头，用纸巾捏了一把哭得通红的鼻子，自嘲：“旅游不都是兴高采烈的，你看有几个人像我这样哭着上路的？”

“年轻人嘛，失个恋，很平常。哭完了也就完了。”男人笑了笑。

“您真是火眼金睛，我失恋你都能看出来？”牛牛有些恼火地嘲讽道。

“不然呢？你这么年纪轻轻，还能有什么大风大浪生离死别让你哭得快抽过去了，除了失个小恋啥的！”男人毫不在意她的嘲讽，低下头继续看自己的书。牛牛的视线落在男人的书

上，那是一本旅游图册。

“你也是去旅游的？”她盯着图册上的风景。

“不是，我出差。”男人摇头否定了她的猜测，看她盯着那图册，他语气一转：“不过这些地方我都去过，如果你还没确定去哪里疗伤，我倒是可以给你推荐几个地方。”

或许他只是随口说说，然而牛牛却动了心。她一时冲动就跑出来，还真没想过去哪里。“我……我只想找个地方散散心。”她说。

“那你去圣雨湖！”男人翻着图册，指点给她看，“在丝绸之路的终点，当地人叫它圣湖。当地人都说，但凡带了虔诚的心，前往圣雨湖求得圣雨，让圣雨洒在人身上，会洗去一切烦恼……最适合你不过了！”

“要真有那么神奇就好了，我也想洗一洗这满心的晦气。”牛牛叹了口气，闭上了眼睛，再睁开时，眼神坚决，“听你的建议，我就去圣雨湖吧。”

“你还真透亮，也不怕我给你带沟儿里去？”男人合上书笑了笑。

牛牛看一眼这个“户外男”，说：“我现在天不怕地不怕。”

萍水相逢的这个男人是位热心的人，两天两夜的车程，他给了牛牛的圣雨湖旅程很多建议，甚至热心地为她制订了一个周详的旅行计划。

听完“户外男”的建议和周详的计划，牛牛说：“这得亏是火车，这要是汽车，我调转车头就奔圣雨湖去了。”“户外男”说：“你还开车去啊，那多 Low 啊，现在流行的是徒步——从自虐式旅行开始虐心疗伤之旅，多酷！”

在旅游的级别中，徒步是最自虐的一种旅行方式。然而此时此刻，牛牛最需要的就是自虐！如果身体的痛苦能够减轻心理的痛苦，对她来说正求之不得。听了“户外男”的建议，牛牛说：“靠谱！就这么定了。”

接下来牛牛跟“户外男”相谈甚欢，以至于到了乌鲁木齐，两个人分别时竟有些依依不舍。

“我在乌鲁木齐要待上一个星期，今晚要和一些朋友聚聚，你要是没事儿，不如晚上一起来？”临告别时，“户外男”对

牛牛发起了邀请。

对牛牛这个刚到异地的游客来说，既然有幸来到乌鲁木齐，她没有理由仅仅路过而不去四处看看。况且，在乌鲁木齐转车，她未必就能买到今天的票。“户外男”的这个提议，反倒让她松了口气，独自的旅途，白天很好打发，但晚上一个人在陌生的城市，终究还是太冷清了。牛牛不是个喜欢冷清的人，所以她马上答应了。

两个人互换了手机号，她这时才知道，“户外男”叫王子明。

去汽车站订好了车票，寄存了行李，牛牛一个人逛了乌鲁木齐二道桥大巴扎、民族街，尝试了一下当地的特色小吃，买了一些当地的民族手工小玩意儿，更重要的是，给自己置办了一套徒步装备。

到了晚上六点多，牛牛收到了王子明的短信，两人约在了一个酒吧相见。

牛牛找了一个僻静地，收拾了下自己，打车到了酒吧。

这是个很有民族特色的酒吧，酒吧装潢布置充满了西域

的异族风格，用色绚丽而大胆，让整个酒吧有种奔放热情的基调。

牛牛一进门就看到了王子明，他和一群男男女女坐在一个卡座上，正大声谈笑。看到她，王子明热情地走了过来。

“阿豹在讲他的冒险经历呢！”王子明向牛牛示意坐在中间的一个体型矫健的男人。“认识很多年的老朋友了，户外资深驴友，有15年的徒步经验了！走过墨脱、罗布泊，穿越过雅鲁藏布大峡谷、库木塔格沙漠，走过夏特……”

王子明说了一堆牛牛听不懂的地名，但从王子明的语气中推测，这个人的经历显然不一般。牛牛带着些崇拜的心情听他讲故事，感觉好像有一扇门在她面前慢慢地打开，带她进入一个完全不一样的世界。

“我们一队七个人徒步过雪山，山上突然雪崩，铺天盖地的雪海啸一样地盖下来，当时我想，这下完了！我们都玩儿命向山下滑，当场有两个人被雪埋了……”阿豹口才不错，讲起自己徒步旅行的故事，声情并茂，牛牛都听得入迷了。这让她

对自己接下来的旅途更加憧憬。

坐在周围的男女，有高有矮、有胖有瘦，有时尚前卫的，也有衣着随便的，年纪最大有四十岁左右，最小的看起来也不过十七八岁，但毫无例外的他们精气神都不错，让这群人看上去有种勃勃的生机。

大家讲各自的故事，有热血沸腾的，有伤感的，也有浪漫的。讲到激动人心的时候，大家喝酒。讲到感慨万分的时候，大家喝酒。

牛牛听着故事，想着自己的事，喝着喝着，很快就有了醉意。

“出来徒步的一般有三类人，失恋、失业、失意！简称三失人员……大家第一次出来徒步是什么原因？自己归个类，看看是哪种？”一个女人笑着提议说。

“牛牛，你又是哪一种呢？”有人问牛牛。

“失恋……失业……失意……”牛牛感觉自己的脑子已经开始迷糊，眼前的笑脸在旋转。她抬起手，想回答这个问题，但整个人不听使唤地倒了下去。

有双温暖有力的手，及时从旁边伸过来，扶稳了她的身体。她费力地睁开眼睛，眼前朦胧的影子让她有种熟悉感。

“都已经分手了，你干嘛还来找我？”她一把推开他，“别碰我！我不需要你的可怜！”由于用力过猛，牛牛差点栽了个大跟头。幸亏那人手快，一把拉住了她。熟悉的味道让她情不自禁地缩在了他的怀里。他的怀抱很温暖，这短暂的温暖让她有一种错觉，好像回到了从前。

这一瞬间，压抑在内心积蓄已久的委屈奔泻而下。

“你这个混蛋，你到底有没有良心？你刚毕业时工作不稳定，我省吃俭用省钱给你花！我父母反对我们在一起，我为了你，连父母都不要了，千里迢迢地从家乡到上海来陪你！我为你做饭、为你洗衣，我努力赚钱存钱，什么都先考虑你，我为你付出那么多，你居然背叛我？为什么？”

她用力踢打着他，哭得喘不过气来。“你个混蛋，你为什么这么对我？你变了心，还是那个小三儿发短信给我的，为什么你连坦白的勇气都没有？我是个笑话，你也是！我们的七