



玄奘之路组委会 组织编写

戈壁生长

——玄奘之路戈壁成人礼成长报告

刀锋领导力实践中心 编著



戈壁生长

——玄奘之路戈壁成人礼成长报告

刀锋领导力实践中心 编著



玄奘之路组委会 组织编写

中国人民大学出版社

· 北京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

戈壁生长：玄奘之路戈壁成人礼成长报告 / 刀锋领导力实践中心编著. —
北京：中国人民大学出版社，2014.5

ISBN 978-7-300-19282-6

I. ①戈… II. ①刀… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 091677 号

玄奘之路组委会 组织编写

戈壁生长——玄奘之路戈壁成人礼成长报告

刀锋领导力实践中心 编著

Gebi Shengzhang

出版发行 中国人民大学出版社

社 址 北京中关村大街31号

邮政编码 100080

电 话 010-62511242 (总编室)

010-62511770 (质管部)

010-82501766 (邮购部)

010-62514148 (门市部)

010-62515195 (发行公司)

010-62515275 (盗版举报)

网 址 <http://www.crup.com.cn>

<http://www.ttrnet.com> (人大教研网)

经 销 新华书店

印 刷 北京易丰印捷科技股份有限公司

规 格 170mm × 235mm 16开本

版 次 2014年6月第1版

印 张 14

印 次 2014年6月第1次印刷

字 数 180 000

定 价 56.00元

版权所有 侵权必究

印装差错 负责调换

刀锋领导力实践中心是玄奘之路旗下的体验式培训产品设计、研发、实施和运营机构，致力于为企业团队、个人及家庭提供具有品格塑造和潜能激发特点的深度体验式培训产品。

目前，刀锋领导力实践中心已成功地为万科、红牛、华润、招商银行、阿里巴巴等多家著名企业开展培训，王石、冯仑、张虹海、孙陶然等企业家都曾带领其核心管理团队走上戈壁，并从中收获了自我的发现与团队能量的激发。

玄奘之路戈壁成人礼是刀锋领导力实践中心面向全国家庭开展的亲子体验项目，自2009年第一届戈壁成人礼拉开序幕，迄今已举办八届，前后有数百个家庭参与，并得到社会各界的高度关注，正在成长为中国最具影响力的亲子实践教育课堂。

策划编辑：费小琳

责任编辑：陈曦

封面设计：净 2

版式设计：净 2

联合出品：北京行知探索文化传播有限公司

“玄奘之路”活动缘起于2005—2006年行知探索文化传播有限公司（原名科影传媒）与中央电视台、外交部联合策划发起的“中印友好年”文化考察。该活动感召了工商界、传媒界等众多精英人士，组成联合考察队，上高原、下戈壁、翻天山、过雪岭，走过荒无人烟的罗布泊，穿越仍处战乱之中的中亚阿富汗地区，亲身体会了玄奘大师不平凡的人生旅途和心路历程，见证了玄奘大师呕心沥血缔造的惠及千秋的伟业。

玄奘之路上最为艰苦的路段位于甘肃和新疆交界的瓜州莫贺延碛戈壁，古称“八百里流沙”，即《西游记》中的流沙河。1300多年前，玄奘大师正是从这里出了玉门关，开始了他一个人西行求法的伟大征程。在这条路上他经历了背叛、追杀、迷失、彷徨、退缩、饥渴，甚至遭遇了死亡的威胁，孤身一人演绎了“从坚持到超越”的伟大历程。九死一生的玄奘法师在这里实现了人生的转折，也成了后世炎黄子孙的精神图腾。

请关注
有精美礼品赠送



本书编委会

主编 程 雯

执行主编 曹 霞

主笔 曲向东 金豆豆

编辑 金豆豆 马向楠

数据 / 制图 陈 琦

摄影 党海洋

编纂协调 涂 欣 付迎春

田 政 段 三

郭泽宇 王媛媛

张 芸 赵菲菲

李雪松 邱 磊

于 爽 苏振雷

吴 霜 丁睿洁

联合出品 北京行知探索文化传播有限公司

序：为什么是戈壁

程雯 戈友 ID: 00119G01

为什么总是戈壁？读者也许会问，戈壁离我们那么遥远、环境那么陌生、生物那么稀少……为什么不说说我们身边的那些生长、那些故事？为什么一而再再而三地回到戈壁？

此刻从我办公室的窗户望出去，浓浓的雾霾中高楼林立，在楼和楼的缝隙之间，间或能看到几株灰秃秃病恹恹的树，并不绿。在北京这样的大城市里，树居然带着和楼差不多的颜色。视线所及的范围内，能称得上生命的，不及百分之一千分之一。那不是戈壁是什么？

当然，网上查到的数据不是这样的，有说北京人均绿地面积 50 平方米的，有说不到 10 平方米的，我没有去查官方的数据。但是，我想起前些日子朋友圈里看到的那张世界地图，陆地的颜色从深绿到浅绿再到黄，中国大陆除了云南、贵州等零零星星的几个地方披着深绿色，绝大部分的土地已经变成深黄色，和撒哈拉的颜色一样。那不是戈壁是什么？

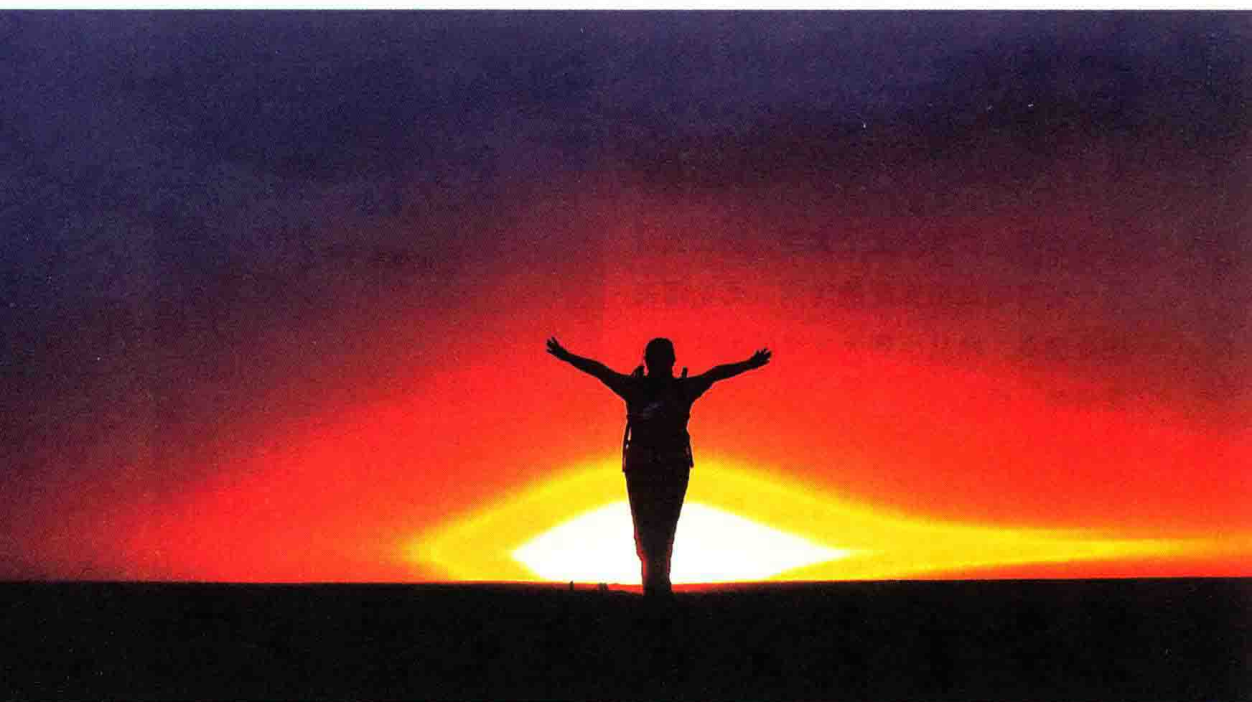
去年，我女儿上了大学，现在我有了一些可以自由支配的时间，无论读书还是健身。她从小到大求学的道路我非常清楚。绝大部分时间，我们的孩子们被圈养在那个被称作学校的牢笼中，为了升学一遍一遍地复习考试。他们远离生活，就像戈壁上的骆驼刺，只能凭借那一点少得可怜的水来生长。那不是戈壁是什么？



再想想我们自己吧，这几十年社会巨大的变革带给人们的是思想、信念、时间、空间上的各种撕扯和分裂，我们的理想不断被砍伐，我们的价值观不断被改变，我们的心灵和情感不断地扭转和错位。正如戈壁上那随时刮来的沙尘暴，以一种席卷天下势不可当无可辩驳的力量，把每个人都雕刻成类似的模样：虚弱的内心、坚硬的外壳，还有浑身干枯断裂的硬刺……如果，你见过戈壁里的盐碱滩，你就会知道。那不是戈壁是什么？

我也跟您一样，很抗拒把这些标签贴在自己头上。由于工作的关系，我每年都会代表基金会多次去往乡村，支持和参与那里的教育工作，而所到之处，人与环境的矛盾、留守儿童的情感缺失、城镇化进程对农村资源的掠夺、过度 and 盲目的开采等比比皆是。除了财富没有大规模地聚集，各种城市病已经无情地蔓延到了乡村，沙尘暴照样刮起。那不是戈壁是什么？

从2005年起，我们花了近十年的时间和中国的上万名商业精英一起行走在玄奘之路上，在那里，他们找到了再一次前行的动力，找到了坚持的方向。王石曾带领团队两上戈壁，写下他“灵魂三部曲”中的第一部《让灵魂跟上脚步》；



冯仑在漫长而痛苦的行走之后发出慨叹：伟大是熬出来的；柳传志在戈壁上激励无数创业者：你们是那群奔日子的人，不论遇到什么情况，都要死熬、拼命地坚持。创业者更要做孤胆英雄，别人熬不住的时候你要能熬得住……却原来，多么辉煌的业绩背后，也不过是漫漫长路的坚定笃行。即使是戈壁，我们也要一步一步地走过去。

玄奘大师也是这样一位坚定的行者，1300多年前，一个孤独的身影面对着“八百里流沙”的无人戈壁，无论如何都是无法逾越的天堑了吧？《大慈恩寺三藏法师传》记载，法师在行前就立下铮铮誓言“不至天竺，终不东归一步”，终能凭借坚强意志超越生命极限，走完漫漫长路，成就千古伟业。日本人极其推崇玄奘大师，在古都奈良药师寺的玄奘三藏院，主殿匾额上书“不东”二字，就取自这里，意在用大师的精神激励后人。

从2007年起，我们和几百个家庭一起行走在戈壁，在那里，孩子们在无垠的荒原上发现了顽强生存的小草，在歇脚的时候看到了自己影子里乘凉的蜥蜴，在途经的千年古城面前找到了家国历史和文化血脉，在团队小伙伴当中感到了家庭里兄弟姐妹的手足情深，在父母的陪伴下获得了深厚的爱和前行的力量……更重要的是，在遥远的路途上艰难地行走让他们感受到了饥渴时的恐惧焦灼、疼痛中的真实存在，也慢慢地发现了他们的心之所向，发现了内心潜藏的巨大能量。戈壁赤裸的阳光、大地和风，碰触着他们的肌肤；自然带着她无比宽广的爱，牵引着他们的生命，令他们生长。

就这样，甘肃瓜州的莫贺延碛戈壁在玄奘大师西行求法走过之后，经历了一千多年的荒芜和凋零，如今又因为人们络绎不绝的行走而充满了生机和力量。玄奘大师以及他所代表的中国知识分子的精神，又一次闪耀在新的世纪，激励着我们的心灵，释放着我们的潜能，也让行走中的孩子们学会了“理想、行动、坚持”这一亘古不变的成功之法。

我们希望这条路能一直走下去，希望有越来越多的孩子在戈壁上找到自己的理想。有很多人说，我的人生理想就是快乐！是啊，很多事情可以带来快乐——吃一块美味的蛋糕，听一首动听的歌曲，经历一次难忘的旅行，我们尊

重每一个人的快乐生活。但是我们赞美那些真正伟大的梦想，那些真正有担当、有智慧、有责任的梦想，因为正是这些梦想让未来值得期待、散发光芒。

在此，我们想借此书感谢那些陪伴孩子们来走玄奘之路的可爱可敬的家长们，感谢你们超越了对孩子饥寒饱暖的照顾，和他们一起去经历风雨，我们相信，有你们的看顾，孩子们在以后的日子里一定会更加茁壮成长；感谢在戈壁上陪伴孩子们行走的领队和志愿者们，你们用期待和鼓励、宽容和忍耐陪孩子们从稚嫩走向成熟，走向沉着和未来；感谢为此书贡献文章的作者和编委会成员，你们把宝贵的思想和情感与我们分享，让我们感受到生命的能量；感谢人民大学出版社费小琳老师的友谊和付出，同样怀着对戈壁深厚的爱，费小琳老师为此书的编辑出版提供了很多帮助；更要感谢可爱的孩子们，在更多的孩子宁愿选择去看场电影、玩会儿游戏或者出国旅行的时候，你们选择来到戈壁，用坚定的脚步让我们看到你们稚嫩生命中的坚强和倔强，让我们相信经历戈壁历练的生命会像花儿一样绚丽绽放！

现代教育理论之父杜威曾说，教育即生长，教育的目的就是生长，生长之外别无目的。

所以，如果需要在孩子们面前说些什么，我只想说，我爱你。

如果需要我为孩子们做些什么，我只想说，让我陪伴你，去找到你生命真正的意义。

目 录

1	戈壁在这里
5	牵你的手，一起走戈壁
12	踏上自己的心路
15	让我自己走——一个不是问题的问题
16	关键词一：选择和诱惑
19	因为戈壁 所以成长
20	关键词二：自我激励
22	改 变
24	女儿送我的意想之外
26	关键词三：计划、反馈与调整
27	戈壁的意义
28	关键词四：目标的价值
34	谁说我们还是孩子？
37	荒漠诞生的“新社会”——少年团队“自组织”的观察
40	关键词一：速度
46	强者与团队
48	我们一起走过
52	关键词二：使命
56	我的戈壁成人礼
57	儿子的决定
60	关键词三：领导力
65	一个队长的一天
67	“刀锋”上的亲子关系——另一种相处和支持模式
71	谭父手记

75	“就是因为她愿意相信我，我愿意担当她”
78	为他撑起一片天
80	因为我们在一起
93	发现孩子眼中的价值——自我与生命
95	永恒的追寻
96	眼睛的追寻
101	跳动的心
102	生命的绿洲
102	红 柳
103	解 惑
105	骆驼刺
106	上帝的作品
107	雅 丹
110	梦柯冰川
111	凝固的历史
112	敦 煌
113	疏勒河
115	石包城
116	惩 罚
120	自我的发现
123	孩子去哪儿？——人生的玄奘之路
125	向着真理前进！
132	在玄奘之路的终点
140	给儿子的一封信
143	这也是生活
146	分享而非施与
149	兄弟，没有做不到
155	附录：动机、行为与效能调查报告

戈壁在这里

[玄奘之路]

“玄奘之路”活动缘起于2005—2006年行知探索文化传播有限公司（原名科影传媒）与中央电视台、外交部联合策划发起的“中印友好年”文化考察。该活动感召了工商界、传媒界等众多精英人士，组成联合考察队，上高原、下戈壁、翻天山、过雪岭，走过荒无人烟的罗布泊，穿越仍处战乱之中的中亚阿富汗地区，亲身体验了玄奘大师不平凡的人生旅途和心路历程，见证了玄奘大师呕心沥血缔造的惠及千秋的伟业。

玄奘之路上最为艰苦的路段位于甘肃和新疆交界的瓜州莫贺延碛戈壁，古称“八百里流沙”，即《西游记》中的流沙河。1300多年前，玄奘大师正是从这里出了玉门关，开始了他一个人西行求法的伟大征程。在这条路上他经历了背叛、追杀、迷失、彷徨、退缩、饥渴，甚至遭遇了死亡的威胁，孤身一人演绎了“从坚持到超越”的伟大历程。九死一生的玄奘法师在这里实现了人生的转折，也成了后世炎黄子孙的精神图腾。

[戈壁成人礼]

玄奘之路戈壁成人礼是由玄奘之路组委会发起，在甘肃和新疆交界的瓜州莫贺延碛戈壁展开的一场独具中国精神和文化气质的青少年成长励志活动。活动以家长与孩子联合组队的方式开展，以穿越玄奘当年西行求法经历九死一生之艰辛的瓜州莫贺延碛戈壁为主要活动，让人们在实践中体验“理想、行动、坚持”这一亘古不变的成功法则。

基于活动的独特属性，历届戈壁成人礼都要求家长同行。事实上，这不仅仅是孩子们的一次成人礼，也同样是家长们的一次“成人礼”。



玄奘之路

理想·行动·坚持

2007年5月

两名十岁的孩子
跟随父母首次踏
上玄奘之路

2009年10月

10个家庭走上戈
壁，戈壁成人礼
正式拉开序幕

2010年10月

56个家庭走上
玄奘之路

2011年8月/10月

80名青少年、
90名家长参与
戈壁成人礼

2013年底

共380名青少
年，800余名
家长走上戈壁

[徒步]

戈壁成人礼的徒步里程，首届为117公里，从第2届开始分为两种路线，经典路线为88公里，夏季路线为80公里。

每天徒步距离为13~27公里不等（第二天徒步里程最长）；沿途主要地貌为戈壁、丘陵、盐碱地；采取的形式为轻负重徒步（只需背负个人路餐和饮用水）；全程设置若干补给站，可补充饮水。

由于天气原因，8月、10月两次活动路线不完全相同，每天的徒步距离和

戈壁成人礼徒步情况介绍

届别	第5、7届（与第3届相同）	第6、8届（与第2、4届相同）
路线名称	夏季路线	经典路线
时间	8月	10月
平均气温	昼夜温差大，40℃—6℃	昼夜温差大，32℃—-4℃
全程距离（折线距离）	80公里	88公里
第一天徒步距离/地貌	17公里/盐碱地、丘陵	21.4公里/红柳林、小雅丹、沙漠、砾石戈壁
第二天徒步距离/地貌	26公里/丘陵、河谷	27.2公里/砾石戈壁、盐碱地
第三天徒步距离/地貌	24公里/河谷、戈壁、山谷	18.8公里/盐碱地、砾石戈壁、龟裂地貌
第四天徒步距离/地貌	13公里/小雅丹、红柳林	20.6公里/软戈壁、丘陵

沿途地貌也有一些差异，但总体难度和体力消耗情况近似。在与行走速度相关的分析中，为了尽量做到准确，我们会将两种路线分开统计。

[每日主题]

D0：集结日。日程安排：集中报到、安全及规则培训、队员分组、自我选举队长、确定队名和口号等、队员团队展示。

D1：徒步日第一天。日程安排：父母和孩子按家庭结组前进。主题：父母带我向前走。

D2、D3：徒步日第二、三天。日程安排：孩子和父母分别组队前进。主题：我和团队一起向前走。

D4：徒步日第四天。日程安排：孩子和父母按家庭结组前进。主题：我带着父母向前走。

请注意四天主题和徒步形式的不同。正是这种不同的行动主题和组队方式，在动机、行为和效能上产生了不同的结果和很多有趣的统计现象。

[特殊角色]

活动中的特殊角色有两个：

队长：在集结日（D0）由每个团队自己选出，活动中间可根据需要进行改选。

兄弟连：在D2晚上，每组选派2人，在D3时提前出发，执行特殊任务（搭建补给站或架桥），为大部队的行进做准备。兄弟连也会在D3出发前选举连长（队长）。

[戈友ID]

用于标识所有参与玄奘之路活动的队员的身份。最前面的五个数字代表走上戈壁的次序，字母表示活动类别（例如，C为成人礼、G为玄奘之路商学院戈壁挑战赛、T为体验之旅及刀锋领导力实践营等），最后两个数字代表届别。

“C01”即为第一届戈壁成人礼。



刚才看着在戈壁拍的照片，儿子对我说：“妈妈，我已经开始想念戈壁了。”短短的四天，儿子似乎迅速从一个孩子成长为男子汉，在他的心中，种下了一个成功的心锚。谢谢！

——活动结束后的庆功晚宴上，柯嘉给玄奘之路发起人曲向东的短信

牵你的手，一起走戈壁

陈柯嘉 戈友 ID: 00615T05

写在前面

2009年10月1日—10月5日，浩文沿着玄奘法师的足迹，在中国的瓜州塔尔寺至白墩子，徒步行走117公里，于10月5日下午3点48分成功抵达终点。在整个过程中浩文以行走的方式展示着自己的执着和坚强，我仔细收集了浩文在行走过程中的点点滴滴，形成以下文字，目的有三：

让所有希望了解浩文的人，可以通过浩文的这次行走更加了解他。

让浩文记住戈壁上遇到任何困难都坚持不放弃的那个自己，在极度疲惫时依然挑战自己的极限并最终实现胜利目标的那个自己，每逢身边的人遇到困难都会给予支持和鼓励的那个自己。有一天浩文在人生路上遇到问题和障碍想要放弃的时候，翻看这些文字，回想自己曾经走过的路、曾经的执着勇敢和坚强，可以重新找回自己的力量。

让行程中的点滴记忆可以完整地保留下来，作为妈妈献给儿子的礼物，让那些记忆历久弥新。

缘起

想着有一天要带着儿子重走玄奘之路，追寻坚持、包容的中国精神，但是并不知道会来得这么快。玄奘之路组委会在十一期间再次举办这项活动，接到通知问浩文的意见，答：“玄奘之路，我当然要走，以后我遇到的困难还有很多呢，这算什么？”于是，十月一号，我们启程。

第一天 塔尔寺—一号营地 27公里

塔尔寺—一号检查点，15公里；

一号检查点—2号检查点，7公里；