

刘冰 著

行走 世界之巅

梦想与征途的五堂课



暨南大学出版社
JINAN UNIVERSITY PRESS

刘冰
著

行走 世界之巅

梦想与征途的五堂课



暨南大学出版社
JINAN UNIVERSITY PRESS

中国·广州

图书在版编目 (CIP) 数据

行走世界之巅：梦想与征途的五堂课 / 刘冰著. —广州：暨南大学出版社，2015.8

ISBN 978 - 7 - 5668 - 1528 - 6

I. ①行… II. ①刘… III. ①散文集—中国—当代 IV. ①I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 153451 号

行走世界之巅：梦想与征途的五堂课

著 者：刘 冰

出 版 人：徐义雄

策划编辑：刘碧坚

责任编辑：刘碧坚

责任校对：闻 柯

地 址：中国广州暨南大学

电 话：总编室 (8620) 85221601

营销部 (8620) 85225284 85228291 85228292 (邮购)

传 真：(8620) 85221583 (办公室) 85223774 (营销部)

邮 编：510630

网 址：<http://www.jnupress.com> <http://press.jnu.edu.cn>

排 版：广州良弓广告有限公司

印 刷：广东广州日报传媒股份有限公司印务分公司

开 本：787mm × 960mm 1/16

印 张：13

字 数：193 千

版 次：2015 年 8 月第 1 版

印 次：2015 年 8 月第 1 次

定 价：39.80 元

(暨大版图书如有印装质量问题，请与出版社总编室联系调换)

自序

教育，除了言传还有身教。

生命是一次无畏的旅行，它的意义在于超越自我。人生要有一次壮游，读一读世界这本书，读一读写在书上的课外知识。

“智者乐水，仁者乐山”。游学是传统而又现代的一种学习教育方式，古人云，“读万卷书，行万里路”，离开自己熟悉的环境，到另一个全新的环境里学习和游玩，是个体验学习的过程。

人生要有梦想，我一直有去远方游历的梦想，这梦想在家人的支持下实现了，在实现自己梦想的同时，也经历了很多事：

2011年，我骑行川藏线，故事有关艰险、崩溃、安全。

2012年，我独自骑行珠峰大本营，故事有关寂寞、勇气和意志。

2012年，我带大学生去世界之巅，故事有关公益、责任和体验。

2013年，我重走圣人路，故事有关忍耐、极限和文化。

2014年，我们带孩子去珠峰大本营，故事有关尝试、坚持和自信。

孩子还很小的时候，生活除了无穷的欢乐之外，偶尔也会难受。作为独生子女，万一将来亲人不在身边，独自面对这个世界时，孩子该如何生活？我能以什么方式告诉孩子如何学会坚强，学会生存？

我需要把这些真实的故事记录下来，在孩子成长过程当中，用这些故事给孩子讲一些人生道理；在孩子独自面对这个世界时，能够坚强勇敢地生存，在人生最困难的时候感受到老爸的鼓励。

我的第一次游学选择生存游学，人的生命只有一次，如何提高生存意识，保全自己的生命，是我游学所要体验的内容。



川藏线被视为世界上最险的公路之一，被称为“世界公路灾害百科全书”。选择骑行川藏线，是因为可以实现去远方的梦想，也可以直接观察到很多学校里观察不到的东西，直接体验生命的触动。拿这些生命的体验在课堂上与学生分享，胜过空洞的说教。

当我说我要骑车去拉萨的时候，老婆完全震惊了。一个从没上过高原的宅男，居然还有这样的冲动？为这事我们争吵过几次，老婆开始坚决不同意，作为一个有家有口的男人，去做这么危险的事，谁能放心？

后来又争吵了几次，我列举了很多理由说明那儿的风险并没有想象的大，告诉她我做了很多准备工作，如何应对高原反应，如何组队，如何回避风险等。总之，我要证明我是不会有事的。

我和老婆说，不管多困难，男人一生都要做一件自己梦想做的事。后来老婆看到我对梦想的执着和坚持，只得同意了，还转而支持配合我的行动，安排好家人与孩子，让我放心出门。

在我走之前，318国道雅江段突发泥石流，道路中断。当电视中播放救灾的画面时，老婆问我还去不去。我想了下，还是坚持要去。老婆也没再说什么。

那一天，我带着梦想与激情上路了。送我去机场时，老婆说，专心骑车，不用管家里的事，安全第一。当我在路上的时候，老婆的亲属和同事朋友得知此事，有的批评她为什么放心让我去做那么危险的事。为了我的远行，她承担了很大压力，不断地向父母解释说明并进行安慰。一路上她为我鼓劲加油，也常常提醒我骑车是为自己的，不是给别人看的，该搭车的时候还是要搭车。在路上，我也常常暗自后悔，我为什么要出来，我为什么不好好待在家里，过着温暖舒适的家庭生活，享受平淡如水的日子。

当我从拉萨平安归来，老婆去机场接我时，看到我又黑又瘦的样子，忍不住笑了。我知道，没有老婆的支持，有些旅行将永不会启程，有些梦想将终成泡影！

笔者

2015年6月15日

目 录

contents

自序	001
----	-----



2011 年 第一堂课 安全第一 骑行川藏线	001
梦想的力量	003
最困难的是出发	003
一支奇特的队伍	004
骑得最快的最晚到	007
雨夜骑行	007
穿越二郎山隧道	008
用婚假出来骑车的小胖销售	010
康定没有情歌	011
为新开客栈题字	013
第一次体验高原反应	015
被暴雨打垮了	017
和死神面对面	021
搞笑的涂鸦	024
小胖销售摔车	026
签下免责协议	029
难忘东达山	032
重新组队	034
12 岁的女骑手	037



湖边篝火晚会	040
朝圣之路	042
白云深处有人家	045
推了六个小时车	047
摔下山谷的货车	051
相逢在拉萨	055



2012 年 第二堂课 超越自我 独自去珠峰	059
超越自我的梦想	061
高原上的零食	061
一天只吃一餐饭	063
起点亦是终点	064
流落到一个小村庄	066
第一次感受冰雹	069
单调的风景	076
意外拉伤	080
一分钱难倒英雄汉	082
九十九曲珠峰路	083
珠峰之日照金山	089



2012 年 第三堂课 公益旅行 世界之巅支教	097
离天最近的梦想	099
世界上海拔最高的小学	101
雪域时光静如水	105
寻找普姆雍错	108
世界之巅见闻	110
天使的眼泪——普姆雍错	112

教学资源紧缺的小学	115
纠结的心情	117
天文奇观	120



2013 年 第四堂课 文化传承 重走圣人路	123
周游列国的梦想	125
买车出发	125
晒得黑白分明	127
一个共产主义村庄	129
黄帝故里	133
一路的典故	136
路遇运瓜车	139
恶劣的住宿环境	141
弦歌台的故事	143
老子的老家	145
到了极限	148
有条路叫孔孟新道	150



2014 年 第五堂课 成长礼物 亲子游学	155
教育的梦想	157
小孩比我想象的要强	160
火车上的儿童乐园	162
美丽的玛吉阿米传说	164
寄信的乐趣	166
找车的烦恼	171
珠峰上推车	174
在珠峰大本营	178



坐了 16 个小时的越野车	180
休闲的一天	182
八月的飞雪	185
155 个小时	189



附录一 骑行生存建议	191
附录二 小诗二首	197

2011年

第一堂课
安全第一 骑行川藏线



梦想的力量

在未知的世界里旅行，不但需要说走就走的勇气，还要有与生俱来的本能和无法言达的直觉。我写下这些路上的故事，希望能传达一个理念：在路上，生命是美丽的，安全永远第一。

刚骑完川藏线时的心情是激动的，日子久了，就不想提起了。我能够出发，只是因为比别人多了一个假期而已，其实人人都能做到。骑行川藏线并不能证明什么，只是生活中多了一种与众不同的生存体验，从而改变自己对世界的认知和实现自我的超越。

骑行是为了那份感动。有个40岁的女车手说，有一年她坐车去西藏，当汽车爬到山顶，看到骑车的人一个个艰难地骑到了山顶，全车人集体为他们鼓掌，刹那间她非常感动。回家后她也买了辆自行车开始训练，第二年骑车去拉萨，不为什么，只为那份感动。

骑行是为了那份梦想。曾经有个独行车友，在路上受困时，遇到一个自驾越野车旅行的司机。司机把车上吃的全给了他，还跟他说：“我骑不动了，谢谢你帮我完成这个梦想。”在物欲的世界里，骑车让人看到了梦想的力量，这种力量正是人们所渴望的。

年轻的时候，我们不要停止梦想，虽然这种梦想不是生活的全部。去远方会让自己收获一种感动，在路上会看到很多和自己一样的人，向着同一个目标前进，原本陌生的人们可以同吃同住同行，互相信任，友善互助，让人感觉到精神的归属和梦想的力量。

最困难的是出发

去成都之前，我每天骑车40公里训练自己，碰上下雨天，还穿着雨衣徒步，体验雨季的感觉，模拟各种可能出现的问题。但是广州的山很少，我缺少爬坡能力的训练，然而正是这种无知无畏，让我勇敢出发。



我在各个骑行川藏线的QQ群发帖组队。要知道一个人上路是不安全的，只有与队伍同行，危险才会减少。另外，人是社会性动物，路上也需要跟人交流。

很快，很多同学报名加入了我的队伍。真正出发的时候，却只剩下寥寥数人。经历过才明白，有种旅行，最困难的是出发，而不是在路上。

铁蛋同学约上了石头同学，出发的时候，又约上了他的高中同学林医生一起走。林医生刚刚辞职，正没有方向，虽然他从没有骑车旅行的经历，但还是决定一起骑行。

四川成都老黑是公益界的知名人物，我走之前在网上认识了他。他对骑车加公益的事情很有兴趣，说我们到了成都后要请我们吃饭。见面之后才了解到，他还在成都文殊院里面负责素食培训，在他盛情邀请下，我们享受了一顿素食午餐。2011年的10月，我在网上看到新闻，谢娜和张杰结婚的全素婚宴，就是他带领团队完成的。

老黑建议我们最好剃光头出发。我们没听他的，后来到了康定，连续多天吃灰加上无法洗澡，头发都结块了，觉得悔不当初，集体剃了光头。吃完饭，老黑又给我拟了一个出师表，让我大受感动。

离开文殊院，一个和尚叫住了我，问我们是不是骑车去拉萨，我说是呀，他说他也准备去，我看着他身上的和尚着装，以为他是开玩笑的，不过还是留了个电话给他。

没想到这个和尚，2013年上了网易新闻的头条。

一支奇特的队伍

我们约好从成都武侯祠门口广场出发，这里一早就有一队队车友拍照留念启程。寻欢同学和僵尸同学找到了我们（僵尸同学由于名字中有个“疆”字，就被人称作“僵尸”了），他们是地理专业的师范生，两个人是很要好的同学。小胖销售一直在广场上守着，他是搞销售的，这次出来骑车减肥，觉得我们这队有爱心，就加入了。

我们凑齐了七个人，磨蹭到9点多才出发。骑了不久，铁蛋同学的车爆胎了，真是出师不利。我们又等了一会，170公里的骑行才正式开始。

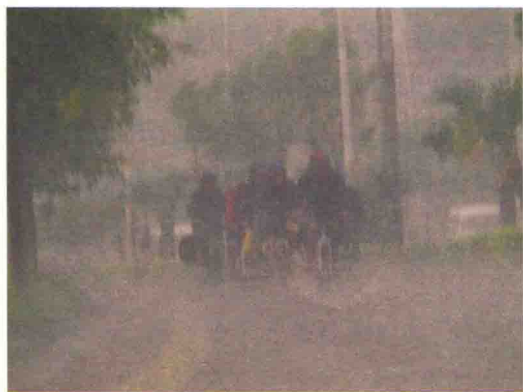
骑出市区不久，就碰上了暴雨台风，路面上还躺着一些被风刮断的树枝。

一路上和乌云比赛，要么拼命骑离头上这朵乌云，要么拼命骑着不让乌云追上。

下午吃完饭，和尚打来电话，问了一下我们的位置，要我们等等他。我和大家说我们又要多一个成员了。

我们等上了和尚，问了一下他的情况，原来他是个佛学院的大学生，利用假期出来云游的，去年假期骑了青藏线，今年在毕业前打算骑川藏线，就这样我们组成了一支奇特的队伍：难不成我们是陪和尚去西天取经的？

现在我们这支临时组合的队伍人马到齐了，队伍名号“毅行单车队”。成员有老刘（我）、和尚、小胖销售、铁蛋同学、石头同学、林医生、寻欢同学和僵尸同学八人。





在路上被狗追是件很痛苦的事情。来之前我就研究过应对办法，比如停车捡石头，躲在自行车后面，和狗绕圈圈等。后来武汉的万同学告诉我，他因为 318 国道发生泥石流，改走了 317 国道，路上碰到两只狗追他，一直追了近 40 公里，他骑得差点背过气去，还好一路不是上坡。

路过一个鞭炮店时，铁蛋同学说停一下。我们进去买了一堆摔炮，要是狗来了，可以吓吓。

路面上很多起伏路，爬坡和平路骑是两回事，要尽量降低踏频，按照自己的节奏骑，避免追赶其他人，但我们都没有接受过专门的训练，踏频过快把膝部肌肉拉伤了，连吃了八天芬必得止痛。

早出发早到达才是个安全的好习惯。我们第一天就犯了错误，夜骑了。路上没有路灯，大货车经常从身边经过，非常危险。到了休息地一看，大家要么拉伤，要么就是大腿酸痛不舒服，但是年轻人的特点是恢复得比较快，睡一觉第二天就没事了，我们年纪大的就恢复得慢点。林医生拉伤后，后面几天骑行，都是用手按着大腿发力骑行。和尚有经验，穿着僧衣，驮着很重的行李，不紧不慢地骑着，虽然每天常常落后很多，但是总能赶到，晚上到了住宿的地方，就用独门活络油擦腿。

我买的驮包质量较差，带的东西多，在过颠簸路面时居然把左边驮包带子震断了，只好把东西重新收拾了一下，带着半只驮包走川藏了。

骑得最快的最晚到

到了雅安，车友纷纷认错，去邮局把单反之类可以不带的行李都寄走了，尽最大可能减轻负重。

这一天开始就有山要爬了，石头同学是我们这一行中腿力最强的，他一马当先，让我们望尘莫及。后来打电话问他在哪，他说正在下坡，很爽，快到县城了。

再仔细问下，他才发现自己走错了岔路口，下了20公里的坡跑去芦山县了，让我们等他回来。我们中午在餐馆吃完饭，一边休息一边等他。由于淋了暴雨，我们就把衣物挂在自行车上晒，然后无聊地睡觉，过了几个小时，他才爬回来，说下次不敢了。

前进的方向很重要，走错了方向，要白走很久，在野外，很可能带来安全问题。如果换成体力弱的，根本爬不回来。



雨夜骑行

7月的川藏正逢雨季，一天中常常有半天时间是下雨的，雨中没什么风景可言，所以无法得到网上游记的相片中的体验。我后来常劝别人最好不要在雨季去川藏，运气不好的话，看到的全是雨。

往新沟走时，夜色沉沉，暴雨如注，在大山沟里，手机信号时有时无。我们各自骑行，无法联系。我估计前后的队员离我有五到十公里。离新沟还有十多公里时，天完全黑了下来，雨夜中骑行，给人带来极大的恐惧感。黑夜给了我黑色的眼睛，我却用它来骑车。

我的手电筒只能照亮前面十多米的路，地面是湿滑的，不敢骑快，怕

冲下悬崖。一个人在路上，碰到如此坏的天气，总会有很多复杂的想法。黑夜本身就让人不安，如果有野兽出现，该往哪儿逃？要是打劫的，我该怎么办？路过里程碑时，总要默算距目的地还剩多少公里。后来居然产生奇怪的想法，要是劫匪出现就好了，打劫完了，我就不用再骑了。

九点多，终于看见了路边的灯光。我们几个先到的坐在饭馆外面，边吹水边等后面的队员。最后还差和尚没到，心想千万不要出什么意外。后来总算看到和尚不紧不慢地骑过来，他总是一个速度，一个踏频，脸上保持着平和的微笑。

吃饭的时候，坏心情一扫而空，开始兴奋地描述路上的情况，所有困难和障碍都成了笑谈。快乐有时是很简单的，历经艰辛之后，一个热水澡、一顿饱餐，就能让我们体验到无穷的乐趣，所有的磨难也成了有趣的经历。

穿越二郎山隧道

第二天一早起来，雨过天晴，山在一层薄雾之间，像仙境一样，让

