



330天

三年两次环中国，
书写长途骑行传奇

单车环 骑 中国

黑哥 大漠孤烟 / 著

长江出版传媒
湖北科学技术出版社



作者简介

胡明君 男，网名“黑哥”“骑单车的黑哥”。当过兵，几年部队磨练对人生意义重大。当过工人，做过生意，现常居海南。2011年接触自行车运动，痴迷一发不可收拾。2013年和2015年两次骑行环中国，八次环海南岛。对大自然的热爱和对自由旅行的追求是生活不可或缺的部分。

刘章福 男，资深车友，网名“大漠孤烟”“刘伯”。当过乡村教师，写过小说、散文、诗歌；以文学为敲门砖进入县委机关，写过领导讲话、调查报告，起草过文件；到乡镇任过职，抓过生产管过计划生育；再回炉入校读书，2003年毕业后进入常德市委党校工作至今，写的基本都是理论文章，任过教研室副主任、主任，现任办公室主任。

责任编辑：周佩芳

特约编辑：李 俊

封面摄影：林 波（一个人跳舞）

骑行路上时常会遇到同道中人。远远地看到迎面而来的骑友，往往相互点头致意会心一笑，然后擦肩而过。有时会言谈投机，把酒高歌，举杯相庆。我因此结识了骑行路上的黑哥，在诸城。

——王永海（国家残疾人自行车运动员，2013年体坛风云人物）

人生的意义是什么？你的人生梦想又是什么？每个人都会有这样的思索和拷问。人生的长度无法掌控，而人生的宽度却可以几乎无限的拓展！走过了，体验过了，也就不遗憾了。黑哥的两次环骑中国行，所有的艰难困苦不需细说！黑哥用自己的脚步去体验才是最真实的，他用他独特的生命情怀，把您的魂唤醒！

——王洪明（湖南省登山协会副主席，常德登顶珠峰第一人）

每个生命都必然走向死亡，但叙写生命过程的方式有不同。你选择了骑行，用两轮诠释了生命的意义，延伸了生命的长度，扩展了生命的宽度，从而成就了精彩人生。为有着不一样人生的黑哥点赞！

——周德新（武陵摩托车协会会长，ID：德哥）

细读《330天，单车环骑中国》，一个人、一辆单车、330个日夜的经历，诠释户外运动爱好者对自然的酷爱，对生命的敬畏，对真情的理解！路越远，心越近，无兄弟，不越野！我们有相似的情怀，黑哥更是我们越野兄弟的榜样！

——韩飞（越野e族大V，ID：大飞哥）

心怀梦想，独自远方。在黑哥一个人环行中国的行囊里，也搭载着我们的梦想和远方。庸常的日子里，我们常常困顿于生活的死水微澜。黑哥用勇敢且独特的方式突破生活的常规，行在路上，去探寻生命的意义。致敬！勇敢的行者。致敬！可爱的黑哥。

——魏仙耘（一个热爱行走的人，ID：云影霓裳）



定价：38.00元

330天 单车环骑中国

黑哥 大漠孤烟 / 著



长江出版传媒
湖北科学技术出版社

策 划：邵可星

责任校对：刘章福

责任编辑：周佩芳

封面设计：翟晓健

出版发行：湖北科学技术出版社

电话：027-87679468

地 址：武汉市雄楚大街 268 号
(湖北出版文化城 B 座 13-14 层)

邮编：430070

网 址：<http://www.hbstp.com.cn>

印 刷：

邮编：

督 印：

787×1092 1/16

印张

插页

81 千字

2016 年 7 月第 1 版

2016 年 7 月第 1 次印刷

印 数：1—3000 册

定价：38.00 元

本书如有印装质量问题 可找本社市场部更换

压力 温度 流量 液位
热工仪表 传感器 执行器

专业制造商



伴 随 黑 哥 中 国 行

湖北省武汉松野智能仪表有限公司

电话：400-027-0806 027-83388762

网址：www.sokyotw.com

塑胶制品 碳纤维制品 工程塑胶
PC系列 PC/ABS防火系列 专业制造商



伴 随 黑 哥 中 国 行

广东省东莞市杰卓曦碳纤维科技有限公司

电话：0769-81889158 网址：www.jzximd.com

地址：东莞市长安镇沙头沙区裕成路2-A国强工业园

特 别 鸣 谢



常德市社会科学联合会

三湘都市报

FINEWORK

精密机加工配套服务商

上海 / 湖南 / 香港 / 美国 / 德国 / 澳洲



常德市自行车运动协会



常德捷安特自行车



常德美利达自行车



澧州市自行车运动协会
——DANZHOU CYCLING ASSOCIATION——

海南167骑行部落

前言

李白

60年前，一本《在路上》横空出世，一个叫凯鲁亚克的作家成了“在路上”的代名词。

60年后，湖南常德人黑哥用330天，用两次单车环骑中国的传奇，重新演绎了“在路上”。

人生如逆旅，我亦是行人。

我们每个人都渴望在路上，渴望翻山越岭中的大口喘气，渴望在蓝天白云下的静卧无声，渴望在追逐长河的奔跑中拥抱落日。然而生活是一张无形的网，我们在网中耳鬓厮磨，留下的是梦想和理想的碎屑。

但黑哥，一个一米七的糙汉，一个人，一辆单车，在中国的东南西北4个极点留下足迹与车辙。3月走川藏，4月走新藏，冰天雪地中挺进珠峰；亲历尼泊尔大地震；班公湖里洗过脸，死人沟里睡过觉；转过西藏四大圣湖，朝拜世界的中心——冈仁波齐；两天600公里穿越塔克拉玛干沙漠；行走最美伊犁河谷，在荒无人烟的戈壁中重走丝绸之路；在呼伦贝尔大草原撒野，在大兴安岭、小兴安岭撒欢；在找北的过程中发现，北极村原来不是中国的最北；在黑瞎子岛迎接照进中国的第一缕阳光……一次次在生死边缘的游走与修行，泣出一本无人不为之动容的《330天，单车环骑中国》。

海子说，目击众神死亡的草原上野花一片，远在远方的风比远方更远。
在祖国的名山大川里，我们每一个人都是簇拥着山体的野花一片；在岁月的
悠悠长河里，我们每一个人都守着风雨的哺育与洗礼。我们热爱祖国，热爱
生活，也热爱自由，我们同书里的十万个字一一握手，并向它们、向黑哥致敬。

因为这是一本写给所有热爱户外运动的人的书，更是一本写给敬畏自然、
敬畏生命、敬畏真情的书。

这是一本让我们身体和精神，都在路上的书。

2016 年 6 月

超越自我（代序）

从母体中挣扎面世
试图站立
跌倒 爬起 再站立
再跌倒 再爬起

你曾努力追寻对美好生活的梦想
迎来破晓时玫瑰色的曙光
你也曾背负着人生路途里失败的沮丧
巡梭在黄昏血色的残阳
一切困难与障碍均不是永恒
要说有 那便是你自己

只有你自己战胜了潜藏的欲念
构筑起坚强的精神城墙
你才站立成为一个真正的人
但当面对你人生中最大的障碍时
你往往又成了脆弱的懦夫
那曾经拥有的全部自信与坚强
都淹没在最后的黯淡里
是啊 最强悍的对手便是你自己

目录

超越自我（代序）	1
黑哥不哭.....	3
第一阶段 海口——常德.....	5
我为什么要环中国？	6
在忐忑中带着笑容出发	8
冬至是个什么节？	11
电白，冼夫人故里.....	13
黄金战车.....	15
东莞，我不辞而别.....	17
“改道”江西	18
远行千里，只为一日欢聚	20
被拦截，我在吉安.....	22
东游西荡.....	24
回家	26
救命恩人来了	27
第二阶段 常德——拉萨.....	29
出发	30
夜宿溶洞.....	31
上坡容易下坡难	33
俭生活	35
湖北，我来过；重庆，我来了！	36

火辣辣的山城	38
四川袍哥	40
到成都	41
骑行 318 展望	43
向着拉萨出发	45
我被留在了折多山下	48
在感冒和高反中艰难前行	50
到西藏	52
梦碎东达	55
信仰的力量	58
翻过一山又一山	60
色季拉山，我会永远记住你！	64
拉萨，我来了！	66
造访隆子	68

第三阶段 拉萨——乌鲁木齐 73

天意难测	74
有些故事你别信	76
圣湖羊卓雍措	77
日喀则：一则被验证的传闻	79
我是有底线的人	81
生吃牦牛肉，敢么？	83
那一刻，我哭得像个孩子！	84
珠峰惊魂	88
我与尼泊尔无缘	92
一根火腿雇个“警卫”	94
救命的羊棚	95
萨嘎休整	99
219，我们逆风而行	100
谢谢亲人解放军	102
再遇羊棚	104
圣湖玛旁雍措	105

神山冈仁波齐	107
最美湘味，最浓乡情.....	109
重回人间.....	111
活着真好.....	113
班公湖的落日	115
我倒在了“死人沟”	116
我来到了中国极西之城——喀什.....	119
穿越塔克拉玛干，两天！	121
坐车比骑车累	125
喀纳斯湖，水怪呢？	127
两天 400 多公里.....	129
世界很大，也很小.....	131
草原之夜.....	134
独库公路.....	136
一路狂奔到乌鲁木齐.....	139

第四阶段 乌鲁木齐——漠河

注意“低反”	142
伟哉，坎儿井	144
无巧不成书	145
端午节，任凭狂风癫.....	147
别了，大美新疆.....	148
有专业按摩师同行是幸福的	151
天下第一雄关	153
惊喜	155
峡口大漠南，横绝界中国	157
四套车.....	159
白塔寺.....	161
兰州休整.....	162
我也是个孩子	163
宁夏真的不大	165
白衣天使.....	167

只羡鸳鸯不羡仙	168
黄河百害，唯富一套	169
万里单骑到五原	171
这世界，好和谐	173
露营响沙湾	175
我和鄂尔多斯有个约会	177
呼和浩特	179
翻越大青山，遭遇特大冰雹	181
一个打火机引发的故事	183
“那达慕”大会的“志愿者”	185
100 公里还是 200 公里，必须选一个	188
草原疾进，3 天 500 公里	190
人生百态	193
满满的都是爱	196
相约满州里	198
我会骑马了	200
大兴安岭，我们在撒欢	202
我找到北啦！	205

第五阶段 漠河——抚远——香港——海南 209

一路向东到黑河	210
抗战胜利纪念日，我在边境线上巡行	213
行走在找东的路上	215
9 月 9 日，我是中国最早看到太阳的人	217
北大仓	219
珍宝岛	220
小王，再见	221
渤海国遗址	223
雁鸣湖，半夜惊魂	224
斧子哥	226
独饮之乐	228
向杨靖宇将军致敬	230

我的家不在东北	231
大悲寺	233
我在大连,我想家了	235
中秋节,我在山东	236
被“绑架”到诸城	237
陌生人的善意让我感动	239
不一样的国庆节	240
单车之家	242
“顽皮”的指导员	244
经合肥,往武汉	246
最难舍,战友情	249
回家,回家	252
家乡的湖	253
神说:安全永远第一	255
向着广州,我悠然前行	257
广州,广州	259
东莞,我“自首”来了	261
“三剑客”深圳再聚首	263
港澳三日行	265
一路风雨一路晴,到阳江	268
明天,我将过海	270
我回来了	271
生命之重	273
后记	275
附件:《330天,单车环骑中国》出版众筹	277