

走近最初的自己：单车走川藏



[走近最初的自己：单车走川藏_下载链接1](#)

著者:吴知源 著

[走近最初的自己：单车走川藏_下载链接1](#)

标签

评论

好书，值得一读,读后感慨很多啊，抓住当下，做自己想做的事。

一直梦想着旅行，走进自己，不知道什么时候成行，期望在60岁之前

不错，送货很快。书也很新

印刷精美，内容丰富，非常喜欢

物美价廉到货快！物美价廉到货快！

看过此书也有骑单车走川藏的念头

主观文采，闲时翻阅…

还没来得及看，不过在川藏这条线上发生的事都挺吸引人的

京东发货快商品是全新正品的

好书啊 不错的东西

正品，不错的一次购物

很好很好很好很好很好很好很好

还不错吧！！！！！！！！

这是一本关于单车骑川藏的书，这也是一本渴望回归真实自我的书。书中主要描述了作者在川藏线上的见闻，这些见闻并非流水账般平铺而来，它们好似一抹一抹的色彩，点亮着作者在川藏线上前行的艰辛和感悟。
作者作为一个即将迈入而立之年的80后，单车骑川藏的举动，既是作者挑战自我、超越自我的行为，也是这代人敢作敢为、完善自我的精神写照。书中作者起初试图通过骑行来卸去现实的压力与烦恼，抹去当下生活中的种种不快与愁思，却在不断回忆与追寻的过程中，走近了本真与最初的自己。

好好好好好

书还可以。就是没有什么大的色彩。。

i like this book a lot.

今天刚刚拿到书，这本（...美1.美）...简·博克1.简·博克（...美1.美）...莱诺拉·袁1.莱诺拉·袁写的拖延心理学很不错，全球首个拖延工作坊创始人、美国权威心理学家联袂出击风靡全球25年经典之作最新版，抢先登陆中国资深心理医生李梦潮专文推荐（25周年钻石版）向与生俱来的行为顽症宣战我们都因拖延而焦虑，却又在焦虑中拖延明明知道那么多事情堆在眼前摊开的文件、散乱的衣橱或者只是一个该打的电话、一封该发出去的邮件，还有自己焦急不安的小心脏，可我还是边咬着手指甲边想，再待一会儿，就一下下我每天都很焦虑，惦记着要做的事，然后却不停地看网页直到半夜，怎么办我们为什么会拖延我们都是完美主义者，希望能做好，却害怕失败，所以迟迟不肯迈出第一步。有时因为拖延，我们反而阴错阳差做得比较好有时因为拖延，别人称赞我们的小聪明和高效率在最后期限过去时，如释重负的感觉也让人很享受。拖延源于厌恶和憎恨。如果我们讨厌某个人、某件事，可能对于这个人 and 这件事消极怠工，作为另类反抗的一种形式克服拖延的第一步请摒弃你对拖延的恐惧、羞耻、担忧以及自我憎恶，只有在宽容乐观的态度和心平气和的情绪下，你才能看清自己为什么会拖延，才有可能让拖延之手从你的生活中松开！从学生到科学家，从秘书到总裁，从家庭主妇到销售员，拖延的问题几乎会影响到每一个人。本书的两位作者基于他们倍受好评和极具开创性的拖延工作坊和从众多心理咨询领域中汲取的丰富理论和经验，对拖延作了一次仔细、详尽、有时也颇为幽默的探索。通过鉴别和检查那些我们将事情推掉的背后原因——对失败、成功、控制、疏远和依附的恐惧，加上我们的时间概念问题和大脑的神经学因素——为我们学会怎样理解拖延的冲动以及怎样以全新方式采取行动做了一件非常扎实的基础工作。作者为我们提供了达成目标、管理时间、谋求支持和处理压力等一系列方案来克服

拖延问题，她们提供的方案极为实用并经受过实践的检验。本书还考虑到工作和生活节奏不断加快的当代文化诉求，以及诸如注意力缺失紊乱症、执行功能障碍症等神经认知问题对拖延的影响。拖延心理学甚至还为生活和工作在拖延者身边的人群提供了不少实用性建议。在本书之前，中文图书中唯一一本有关拖延的心理自助书是战胜惰性，由美国人埃利斯和诺斯写成，1988年由学苑社。战胜惰性从此以后消失于漫漫书海，以至于每次我推荐来访者阅读这本书的时候，都要告诉他们，到老一点的图书馆找找。但愿拖延心理学的命运会好很多，多年以后，当再有拖延的来访者需要这本书的时候，他仍然可以很快地买到一本。实际上，这本书在美国也是25年一直这么卖着，每年都有一些人去买，不多也不少。在美国，心理类图书

在书店看上了这本书一直想买可惜太贵又不打折，回家决定上京东看看，果然有折扣。毫不犹豫的买下了，京东速度果然非常快的，从配货到送货也很具体，快递非常好，很快收到书了。书的包装非常好，没有拆开过，非常新，可以说无论自己阅读家人阅读，收藏还是送人都特别有面子的说，特别精美；各种十分美好虽然看着书本看着相对简单，但也不遑多让，塑封都很完整封面和封底的设计、绘图都十分好画让我觉得十分细腻具有收藏价值。书的封套非常精致推荐大家购买。

打开书本，书装帧精美，纸张很干净，文字排版看起来非常舒服非常的惊喜，让人看得欲罢不能，每每捧起这本书的时候似乎能够感觉到作者毫无保留的把作品呈现在我面前。

作业深入浅出的写作手法能让本人犹如身临其境一般，好似一杯美式咖啡，看似快餐，其实值得回味

无论男女老少，第一印象最重要。”从你留给别人的第一印象中，就可以让别人看出你是什么样的人。所以多读书可以让人感觉你知书答礼，颇有风度。

多读书，可以让你多增加一些课外知识。培根先生说过：“知识就是力量。”不错，多读书，增长了课外知识，可以让你感到浑身充满了一股力量。这种力量可以激励着你不断地前进，不断地成长。从书中，你往往可以发现自己身上的不足之处，使你不断地改正错误，摆正自己前进的方向。所以，书也是我们的良师益友。

多读书，可以让你变聪明，变得有智慧去战胜对手。书让你变得更聪明，你就可以勇敢地面对困难。让你用自己的方法来解决这个问题。这样，你又向你自己的人生道路上迈出了一步。

多读书，也能使你的心情便得快乐。读书也是一种休闲，一种娱乐的方式。读书可以调节身体的血管流动，使你身心健康。所以在书的海洋里遨游也是一种无限快乐的事情。

用读书来为自己放松心情也是一种十分明智的。

读书能陶冶人的情操，给人知识和智慧。所以，我们应该多读书，为我们以后的人生道路打下好的、扎实的基础！读书养性，读书可以陶冶自己的性情，使自己温文尔雅，具有书卷气；读书破万卷，下笔如有神，多读书可以提高写作能力，写文章就才思敏捷；旧书不厌百回读，熟读深思子自知，读书可以提高理解能力，只要熟读深思，你就可以知道其中的道理了；读书可以使自己的知识得到积累，君子学以聚之。总之，爱好读书是好事。让我们都来读书吧。其实读书有很多好处,就等有心人去慢慢发现。

最大的好处是可以让你有属于自己的本领靠自己生存。

最后在好评一下京东客服服务态度好，送货相当快,包装仔细！这个也值得赞美下希望京东这样保持下去，越做越好

在书店看上了这本书一直想买可惜太贵又不打折，回家决定上京东看看，果然有折扣。毫不犹豫的买下了，京东速度果然非常快的，从配货到送货也很具体，快递非常好，很快收到书了。书的包装非常好，没有拆开过，非常新，可以说无论自己阅读家人阅读，收藏还是送人都特别有面子的说，特别精美；各种十分美好虽然看着书本看着相对简单，但也不遑多让，塑封都很完整封面和封底的设计、绘图都十分好画让我觉得十分细腻

具有收藏价值。书的封套非常精致推荐大家购买。
打开书本，书装帧精美，纸张很干净，文字排版看起来非常舒服非常的惊喜，让人看得欲罢不能，每每捧起这本书的时候似乎能够感觉到作者毫无保留的把作品呈现在我面前。
作业深入浅出的写作手法能让本人犹如身临其境一般，好似一杯美式咖啡，看似快餐，其实值得回味
无论男女老少，第一印象最重要。”从你留给别人的第一印象中，就可以让别人看出你是什么样的人。所以多读书可以让你感觉你知书答礼，颇有风度。
多读书，可以让你多增加一些课外知识。培根先生说过：“知识就是力量。”不错，多读书，增长了课外知识，可以让你感到浑身充满了一股力量。这种力量可以激励着你不断地前进，不断地成长。从书中，你往往可以发现自己身上的不足之处，使你不断地改正错误，摆正自己前进的方向。所以，书也是我们的良师益友。
多读书，可以让你变聪明，变得有智慧去战胜对手。书让你变得更聪明，你就可以勇敢地面对困难。让你用自己的方法来解决这个问题。这样，你又向你自己的人生道路上迈出了一步。
多读书，也能使你的心情便得快乐。读书也是一种休闲，一种娱乐的方式。读书可以调节身体的血管流动，使你身心健康。所以在书的海洋里遨游也是一种无限快乐的事情。
用读书来为自己放松心情也是一种十分明智的。
读书能陶冶人的情操，给人知识和智慧。所以，我们应该多读书，为我们以后的人生道路打下好的、扎实的基础！读书养性，读书可以陶冶自己的性情，使自己温文尔雅，具有书卷气；读书破万卷，下笔如有神，多读书可以提高写作能力，写文章就才思敏捷；旧书不厌百回读，熟读深思子自知，读书可以提高理解能力，只要熟读深思，你就可以知道其中的道理了；读书可以使自己的知识得到积累，君子学以聚之。总之，爱好读书是好事。让我们都来读书吧。其实读书有很多好处,就等有心人去慢慢发现.
最大的好处是可以让你有属于自己的本领靠自己生存。
最后在好评一下京东客服服务态度好，送货相当快,包装仔细！这个也值得赞美下
希望京东这样保持下去，越做越好

(:..日1.日) :..森友治1.森友治写的的书都写得很好，还是朋友推荐我看的，后来就非常喜欢，他的书了。除了他的书，我和我家小孩还喜欢看郑渊洁、杨红樱、黄晓阳、小桥老树、王永杰、杨其铎、晓玲叮当、方洲，他们的书我觉得都写得很好。物美价廉在商店里我们可以看看新出现的商品，不一定要买但可以了解他的用处，可以增加我们的知识广度，扩宽我们的视野，同时随着社会的发展，科技不断更新，新出现的东西越来越多，日益满足社会发展的需要，使我们的生活越来越精彩，而我们购物要根据自己的情况分析，不要买些外表华丽而无实际用处的东西，特别是我们青少年爱对新生的事物好奇，会不惜代价去买，这是我们要注意的！京东商城的东西太多了，比淘上的东西还要多，而且都是正品，我经过朋友的介绍来过一次，就再也没有去过别的购物网站了。
不错的书，内容很丰富，排版很合理，一拿到就爱不释手！绝对是正版的，给图片上的一样，而且崭新的需要特别强调的是京东订的价格真的很低，服务态度也很好。家庭日记森友治家的故事，很值得看，价格也非常便宜，比实体店买便宜好多还省车费。书的内容直得一读夫妇二人，两个小孩，还有爱犬一只。令你倍感亲切而熟悉的日常家庭生活。毫无雕饰。至真、至纯、令人怦然心动。那些恍如昨日的美好瞬间，被父亲的照相机一一定格。日本2006博客大奖摄影大奖得主。由日访问量高达7万的超人气博客整理而成。，阅读了一下，写得很好，家庭日记森友治家的故事真实记录平凡生活中的点点滴滴。我（森友治）主要是为小海（女儿）、小空（儿子）、豆豆（爱犬）和妻子拍照。由于自己是一个懒得外出的人，所以只是拍一些家里或者住处附近的景物。时光荏苒，我常在心中暗自祈祷这流水般的时间过得慢一点儿，再慢一点儿，内容也很丰富。后记完全不喜欢外出的我衷心希望能够在家里悠闲自在度过平淡而充实的每一天。就像漫步海滨沙滩时每一个袭来的浪花都与众不同一样，看似平淡的每一天也一定会有所不同。就像蓦然间发现潮已涨满海已改观一样，平平淡淡的每一天也一定会有在不知不觉间发生着巨大变化。今后，我还要继续拍摄生活中的每一朵浪花。在电视机非常稀少的年

代买来零部件自己组装的爷爷一直等在公交车站却对迟了3个小时才到达的我撒谎说我也是现在才刚刚到这里的奶奶秃头上戴着贝雷帽坚持每周给还是小学生的我邮寄手写美术明信片的爷爷看穿在游泳大赛上装病的我之后生气地说真想踹你100脚！是男子汉的话就应该去游泳！并厉声喝斥我去参加的母亲（她平时总是很温柔）当我即将去上大学的时候在机场斩钉截铁地对我说友治，一定要谈恋爱！的父亲还有当你问坐在这里可以吗吃鱼可以吗或者回去的时候用车送吧等等问题的時候，

...吴知源1.吴知源写的的书都写得很好，还是朋友推荐我看的，后来就非非常喜欢，他的书了。除了他的书，这是一本关于单车骑川藏的书，这也是一本渴望回归真实自我的书。书中主要描述了作者在川藏线上的见闻，这些见闻并非流水账般平铺而来，它们好似一抹一抹的色彩，点亮着作者在川藏线上前行的艰辛和感悟。作者作为一个即将迈入而立之年的80后，单车骑川藏的举动，既是作者挑战自我、超越自我的行为，也是这代人敢作敢为、完善自我的精神写照。书中作者起初试图通过骑行来卸去现实的压力与烦恼，抹去当下生活中的种种不快与愁思，却在不断回忆与追寻的过程中，走近了本真与最初的自己。非常好的一本书，京东配送也不错！读书是一种提升自我的艺术。玉不琢不成器，人不学不知道。读书是一种学习的过程。一本书有一个故事，一个故事叙述一段人生，一段人生折射一个世界。读万卷书，行万里路说的正是这个道理。读诗使人高雅，读史使人明智。读每一本书都会有不同的收获。悬梁刺股、萤窗映雪，自古以来，勤奋读书，提升自我是每一个人的毕生追求。读书是一种最优雅的素质，能塑造人的精神，升华人的思想。读书是一种充实人生的艺术。没有书的人生就像空心的竹子一样，空洞无物。书本是人生最大的财富。犹太人让孩子们亲吻涂有蜂蜜的书本，是为了让他们记住书本是甜的，要让甜蜜充满人生就要读书。读书是一本人生最难得的存折，一点一滴地积累，你会发现自己是世界上最富有的人。读书是一种感悟人生的艺术。读杜甫的诗使人感悟人生的辛酸，读李白的诗使人领悟官场的腐败，读鲁迅的文章使人认清社会的黑暗，读巴金的文章使人感到未来的希望。每一本书都是一个朋友，教会我们如何去看待人生。读书是人生的一门最不缺少的功课，阅读书籍，感悟人生，助我们走好人生的每一步。书是灯，读书照亮了前面的路书是桥，读书接通了彼此的岸书是帆，读书推动了人生的船。读书是一门人生的艺术，因为读书，人生才更精彩！读书，是好事读大量的书，更值得称赞。读书是一种享受生活的艺术。五柳先生好读书，不求甚解，每有会意，便欣然忘食。当你枯燥烦闷，读书能使你心情愉悦当你迷茫惆怅时，读书能平静你的心，让你看清前路当你心情愉快时，读书能让你发现身边更多美好的事物，让你更加享受生活。读书是一种最美丽的享受。书中自有黄金屋，书中自有颜如玉。一位叫亚克敦的英国人，他的书斋里杂乱的堆满了各科各类的图书，而且每本书上都有着手迹。读到这里是不是有一种敬佩之意油然而升。因为有了书，就象鸟儿有了翅膀吗！然而，我们很容易忽略的是有好书并不一定能读好书。正如这位亚克敦，虽然他零零碎碎地记住了不少知识，可当人家问他时，他总是七拉八扯说不清楚。这里的

买书还来京东印刷很精美，正版书籍，价格有折扣惠，送货快，当你心情愉快时，读书能让你发现身边更多美好的事物，让你更加享受生活。读书是一种最美丽的享受。“书中自有黄金屋，书中自有颜如玉。”每到夜间，猛烈的清醒便倏然而至。在这清醒面前，我束手无策。我被强大的力量牢牢固定在清醒的核心。那力量过于强大，我只能始终清醒着直至天亮。在夜的黑暗中，我一直醒觉如昼。甚至不会思考。聆听着时钟镌刻时间的声音，我唯有凝望黑暗一点点变深，再一点点变淡直到天快亮，总算有一缕睡意前来造访。我的指尖似乎微微触摸到睡眠的边缘。然而就在一层薄墙之隔的邻室，我的意识却清醒无比，在凝目守望着我。我的肉体蹒跚地彷徨在微明中，又始终感觉自身意识的视线与气息近在身畔。我是企待睡去的肉体，也是行

将醒来的意识。我也在儿女的大力推荐之下细细阅读了这么一“大部头”，越看越有味道，自己在生活中常常忽视的细节美感，竟在作者简单、细腻的笔触下放大了无数倍，让人回味无穷。例如在《春》里讲的“米”、“蜜饯”、“菜园”等，这些都是我们日常司空见惯的东西，平时也不会去留心每种米、营养材质的差异，而只会关心每天的米价是否涨价；以前只会在菜场上买生长成熟的果蔬，不会去注意每种蔬菜瓜果从小到成熟的形态，而书上的图片就会显示小瓜到大瓜的变化，这充分体现了作者对生活细节的关注，而这往往是我们当今时代最缺乏的东西。谢谢儿女给我看了这么一本书，在阅读的过程中深深地体会到自己在生活中的不足，希望以后能对生活的细节更加留心，用“心”去看；更重要的是以身作则，让好的行为好的教育通过自身的行动感染身边的人，让他们也去“传承”这生活中的智慧。一位叫亚克敦的英国人，他的书斋里杂乱的堆满了各科各类的图书，而且每本书上都有着手迹。读到这里是不是有一种敬佩之意油然而升。因为“有了书，就象鸟儿有了翅膀”吗！

然而，我们很容易忽略的是：有好书并不一定能读好书。正如这位亚克敦，虽然他零零碎碎地记住了不少知识，可当人家问他时，他总是七拉八扯说不清楚。这里的原因只有一个，那就是他不擅长于读书，而只会“依葫芦画瓢”。

朱熹说过：“读书之法，在循序渐进，熟读而精思。”所谓“循序渐进”，就是学习、工作等按照一定的步骤逐渐深入或提高。也就是说我们并不要求书有几千甚至几万，根本的目的在于对自己的书要层层深入，点点掌握，关键还在于把握自己的读书速度。至于“熟读”，顾名思义，就是要把自己看过的书在看，在看，看的滚瓜烂熟，能活学活用。而“精思”则是“循序渐进”，“熟读”的必然结果，也必然是读书的要诀。有了细致、精练的思索才能更高一层的理解书所要讲的道理

和书店的比较过了，应该是正版图书。价格可以，购买方便，送货上门，网购就是好，我一下买了好几本书

京东的物流很给力，送货的速度还不错，商品的质量也可以接受，价格也能比较公道。你,值得拥有!超低的价格,超好的质量,超高的品质,感谢京东,有你陪伴,真好!不错，很喜欢。

。

很满意，会继续购买 印刷精致得很

工作之余,人们或楚河汉界运筹帷幄,或轻歌曼舞享受生活,而我则喜欢翻翻书、读读报,一个人沉浸在笔墨飘香的世界里,跟智者神游,与慧者交流,不知有汉,无论魏晋,醉在其中。我是一介穷书生,尽管在学校工作了二十五年,但是工资却不好意思示人。当我教训调皮捣蛋的女儿外孙子们时,时常被他们反问:“你老深更半夜了,还在写作看书,可工资却不到两千!”常常被他们噎得无话可说。当教师的我这一生注定与清贫相伴,惟一好处是有双休日,在属于我的假期里悠哉游哉于书香之中,这也许许多书外之人难以领略的惬意。

好了，废话不多说。还可以，和印象里的有一点点区别，可能是我记错了书比我想的要厚很多，就是字有点小，不过挺实惠的，很满意！书非常好，正版的，非常值，快递也给力，必须给好评，就是感觉包装有点简陋啊哈哈~~~不过书很好，看了下内容也都

很不错，快递也很给力，东西很好

物流速度也很快，和照片描述的也一样，给个满分吧

下次还会来买！好了，我现在来说说这本书的观感吧，网络文学融入主流文学之难，在于文学批评家的缺席，在于衡量标准的混乱，很长一段时间，文学批评家对网络文学集体失语，直到最近一两年来，诸多活跃于文学批评领域的评论家，才开始着手建立网络文学的评价体系，很难得的是，他们迅速掌握了网络文学的魅力内核，并对网络文学给予了高度评价、寄予了很深的厚望。随着网络文学理论体系的建立，以及网络文学在创作水准上的不断提高，网络文学成为主流文学中的主流已是清晰可见的事情，下一届的

“五个一工程奖”，我们期待看到更多网络文学作品的入选。据说，2011年8月24日，京东与支付宝合作到期。官方公告显示，京东商城已经全面停用支付宝，除了无法使用支付服务外，使用支付宝账号登录的功能也一并被停用。京东商城创始人刘先生5月份曾表示京东弃用支付宝原因是支付宝的费率太贵，为快钱等公司的4倍。在弃支付宝而去之后，京东商城转投银联怀抱。这点我很喜欢，因为支付宝我从来就不用，用起来也

很麻烦的。好了，现在给大家介绍三本好书：《古拉格：一部历史》在这部受到普遍称赞的权威性著作中，安妮·阿普尔鲍姆第一次对古拉格——一个大批关押了成百上千万政治犯和刑事犯的集中营——进行了完全纪实性的描述，从它在俄国革命中的起源，到斯大林治下的扩张，再到公开性时代的瓦解。阿普尔鲍姆深刻地再现了劳改营生活的本质并且将其与苏联的宏观历史联系起来。《古拉格：一部历史》出版之后立即被认为是一部人们期待已久的里程碑式的学术著作，对于任何一个希望了解二十世纪历史的人来说，它都是一本必读书。厌倦了工作中的枯燥忙碌？吃腻了生活中的寻常美味？那就亲自来做一款面包尝尝吧！面包不仅是物质生活的代名词，还是温暖和力量的化身。作者和你一样，是一个忙碌的上班族，但她却用六年的烘焙经验告诉你：只要有一颗热爱生活的心，一双勤快灵活的手，美味的面包和美好的生活，统统都属于你！&lt;停在新西兰刚刚好&gt;100%新西兰=1%旅行 1%打工 98%成长全世界年轻人都在打工度假！错过30岁就等下辈子！她叫巴道。26岁那年，她发现一个书本上从来没有提过的秘密：全世界年轻人都在打工度假。拿到打工度假签证，你不必承担巨额旅费，也不必羞于张口找父母要钱，因为你可以像当地人一样打工赚钱。你不会成为一个无趣又匆忙的观光客，因为你可以花一年的时间，看细水长流。目前向中国大陆开放这种签证的国家，只有新西兰——《霍比特人》和《魔戒》的故乡，百分百纯净的蓝天白云，山川牧场。世界向年轻人敞开了一道门。门外光芒万丈，门里波谲云诡。巴道发现，自己心动了。目前向中国大陆开放这种签证的国家，只有新西兰——《霍比特人》和《魔戒》的故乡，百分百纯净的蓝天白云，山川牧场。世界向年轻人敞开了一道门。门外光芒万丈，门里波谲云诡。巴道发现，自己心动了。

内容一般，不过还是有些引人入胜之处

川藏线，一直是大家向往的风景线，森林，草原，湖泊，雪山，河流，远古冰川，那是一条神奇的天路，得天独厚的自然景观带，高天厚土淳朴的风土人情，引得很多人蠢蠢欲动，随团前往，自驾前行的都有不少。

而如今，有一个人，只身一人，骑着单车，从成都到拉萨用了23天，历经2100多公里，成就了自己的梦想。沈戈，网名“纠纠”，今年24岁。骑车，让我觉得很开心。

“我就是喜欢骑单车，感觉特别舒服。”从三年前开始骑车，这一骑，沈戈粗略算了下，也有4万公里了。“以前都是在周末的时候，和群里的人一起骑车出去，看看沿途的风景。一年四季，除了夏天，我基本上都会骑着车出去转悠。”

因为骑车对身体好，所以家里人还是很支持的。但是，当沈戈提出要骑车去西藏的时候，妈妈第一个反对。儿行千里母担忧，但是固执的沈戈，在出发前和妈妈撒了个小谎，说是已经买好从金华到成都的车票了。面对孩子的选择，沈妈妈也只能无奈地点头。沈戈就这样带着自己的爱车踏上成都的火车。

“这是我的第一辆车，现在除了车身外，其余的配置都被我换过了。”沈戈说：“我花在这辆自行车身上的钱有万把块了，在川藏线的途中，碰到了四五十个车友，只有一辆车的装备比我好。”说起这些，沈戈的语气中颇带着些自豪。难忘旅途中的小插曲

“你知道吗，从波密到通麦的路上，我遇见一件特别搞笑的事，让我记忆犹新。”说起这些经历，沈戈开始兴奋起来，“我经过一片丛林的时候，有很多的农民在那边养着小猪。那些猪都是吃野草长大的，个子不大而且胆子出奇的小。那天下着雨，我骑着车沿国道走。路的一边是悬崖，另外一边是水沟。”结果，有一头胆小的小猪，看到沈戈骑着车有些害怕，所以拼命往前跑。“结果，我骑了大概3公里左右，那只小猪也跑了3公里，到后来它真的跑不动了，就往左边逃，冲过了护栏，但是力气没控制好，掉进了水沟。”

沈戈说，一个人骑车的旅途，难免会有些寂寞，而这些途中的小插曲，也成了自己旅途中美好的回忆。

没有地图，一路都是沿着318国道前行，也不会迷路。出发前沈戈在网上看过许多攻略，听很多人说，一路上的骑行太过辛苦，到最后很多人都选择了沿线搭车。沈戈在心里默默地给自己打气：“无论遇到什么样的辛苦，只要还能骑，一定要自己骑到拉萨，绝不搭车，也算是给自己一个交代！”

对我的学习有帮助“我只要在搜索框内输入书名、作者，就会有好多书摆在我面前供我挑选，价格方面还可以打折，这样便捷与优惠的购书方式我怎么可能不选择呢！”经常在网上购物的弟弟幸福的告诉我。据调查统计，当前网上书店做得较好的网站有京东等。现在大街小巷很多人都会互相问候道：“今天你京东了吗？”，因为网络购书已经得到了众多书本爱好者的信任，也越来越流行。基于此，我打开网页，开始在京东狂挑书。书是正版的，之前有过担心滴。内容还行吧，尽管我没觉得有多充实。冲着是名人写的，书的质量还行就不挑剔了。卖家发货挺快的，第二天就收到了。书还是不错的，精装外壳，发货速度真心的快，评价晚了，书不错，应该再早点看的。推荐看，只是粗浅认识了一下，已经感觉到自己逻辑思维更加清晰。好书，受益匪浅，如果不好好研究一下此书，绝对是人生一大遗憾。在我还没有看这本书的时候，我丝毫不怀疑它是一本好书，很符合80后读者的口味。很难想象一本图书会被我看得像郭德纲的相声书一样，在地铁上都如饥似渴地手不释卷。人都说《红楼梦》是一部罕见的奇书，是人生的镜子，那么对于这部书，在某种意义上也令我感到了丝丝“找出心中所想”的意味，因为我不仅从中看出大论的味道，更是以一种看搞笑图书的心情在愉悦自己，事实上这本书确实不失幽默，在大论了一把之后确实愉悦了广大读者，在此之前，我从来没想过会像一本幽默小说一样去看这本书，因为多年来这类书的泛滥使我对其十分不屑。据说，2011年8月24日，京东与支付宝合作到期。官方公告显示，京东商城已经全面停用支付宝，除了无法使用支付服务外，使用支付宝账号登录的功能也一并被停用。京东商城创始人刘先生5月份曾表示京东弃用支付宝原因是支付宝的费率太贵，为快钱等公司的4倍。在弃支付宝而去之后，京东商城转投银联怀抱。这点我很喜欢，因为支付宝我从来就不用，用起来也很麻烦的。好了，现在给大家介绍两本好书：《婚姻是女人一辈子的事》简介：最实用剩女出嫁实战手册、婚女幸福宝典；婚姻不是最终归宿，幸福的婚姻才是真正的目的；内地首席励志作家陆琪首部情感励志力作；研究男女情感问题数年，陆琪首本情感婚姻励志作品。作者作为怀揣女权主义的男人，毫无保留地剖析男人的弱点，告诉女人应该如何分辨男人的爱情，如何掌控男人，如何获得婚姻的幸福。事实上，男人和女人是两种完全不同的动物，用女人的思考方式，永远也了解不透男人。所以陆琪以男性背叛者的角度，深刻地挖掘男人最深层的情感态度和婚姻方式，让女人能够有的放矢、知己知彼，不再成为情感掌控的弱者。二、《正能量（实践版）》——将“正能量”真正实践应用的第一本书！心理自助全球第一品牌书！销量突破600万册！“世界级的演讲家和激励大师”韦恩·戴尔，为我们带来了这本世界级的心理学巨作！他在韦恩州立大学获得过教育咨询博士学位，曾任纽约圣约翰大学教授，是自我实现领域的国际知名作家和演讲家。他出版过28本畅销书，制作了许多广播节目和电视录像，而且在数千个电视和广播节目中做过嘉宾访谈。本书跻身《纽约时报》畅销书榜数十周之久，在全球取得了极高的赞誉，曾激励数百万人走上追逐幸福之路。《正能量（实践版）》——内容最实用、案例最详实，10周改善你的人生！这本书是作者联合数十位科学家、心理学家，耗费十余年心力的研究结晶。通过一系列行之有效的方法，以帮助所有身处人生低谷、长期焦虑、沮丧、消沉、自我怀疑的人，过上幸福喜乐的生活。每一章都像一次心理咨询，详细论述了各种自我挫败行为，分析我们之所以不愉快、消极应对生活的原因，把人们日常生活中所暴露的性格缺陷（如自暴自弃、崇拜、依赖）和不良情绪（如悔恨、忧虑、抱怨、愤怒）逐条分析，揭开你最想知道的心理学真相，每章结尾都提供了简易的方法，使得你即刻改变恶行，拥抱新生。

"[SM]和描述的一样，好评！

上周周六，闲来无事，上午上了一个上午网，想起好久没买书了，似乎我买书有点上瘾，一段时间不逛书店就周身不爽，难道男人逛书店就象女人逛商场似的上瘾？于是下楼吃了碗面，这段时间非常冷，还下这雨，到书店主要目的是买一大堆书，上次专程去买

却被告知缺货，这次应该可以买到了吧。可是到一楼的查询处问，小姐却说昨天刚到的一批又卖完了！晕！为什么不多进点货，于是上京东挑选书。好了，废话不说。好了，我现在来说说这本书的观感吧，一个人重要的是找到自己的腔调，不论说话还是写字。腔调一旦确立，就好比打架有了块趁手的板砖，怎么使怎么顺手，怎么拍怎么有劲，顺带着身体姿态也挥洒自如，打架简直成了舞蹈，兼有了美感和韵味。要论到写字，腔调甚至先于主题，它是一个人特有的形式，或者工具；不这么说，不这么写，就会别扭；工欲善其事，必先利其器，腔调有时候就是“器”，有时候又是“事”，对一篇文章或者一本书来说，器就是事，事就是器。这本书，的确是用他特有的腔调表达了对“腔调”本身的赞美。|发货真是出乎意料的快，昨天下午订的货，第二天一早就收到了，赞一个，书质量很好，正版。独立包装，每一本有购物清单，让人放心。帮人家买的书，周五买的书，周天就收到了，快递很好也很快，包装很完整，跟同学一起买的两本，我们都很喜欢，谢谢！了解京东：2013年3月30日晚间，京东商城正式将原域名360buy更换为jd，并同步推出名为“joy”的吉祥物形象，其首页也进行了一定程度改版。此外，用户在输入jingdong域名后，网页也自动跳转至jd。对于更换域名，京东方面表示，相对于原域名360buy，新切换的域名jd更符合中国用户语言习惯，简洁明了，使全球消费者都可以方便快捷地访问京东。同时，作为“京东”二字的拼音首字母拼写，jd也更易于和京东品牌产生联想，有利于京东品牌形象的传播和提升。京东在进步，京东越做越大。|||好了，现在给大家介绍两本本好书：《谢谢你离开我》是张小娴在《想念》后时隔两年推出的新散文集。从拿到文稿到把它送到读者面前，几个月的时间，欣喜与不舍交杂。这是张小娴最美的散文。美在每个充满灵性的文字，美在细细道来的倾诉话语。美在作者书写时真实饱满的情绪，更美在打动人心的厚重情感。从装帧到设计前所未有的突破，每个精致跳动的文字，不再只是黑白配，而是有了鲜艳的色彩，首次全彩印刷，法国著名唯美派插画大师，亲绘插图。|两年的等待加最美的文字，就是你面前这本最值得期待的新作。《洗脑术：怎样有逻辑地说服他人》全球最高端隐秘的心理学课程，彻底改变你思维逻辑的头脑风暴。白宫智囊团、美国FBI、全球十大上市公司总裁都在秘密学习！当今世界最高明的思想控制与精神绑架，政治、宗教、信仰给我们的终极启示。全球最高端隐秘的心理学课程，一次彻底改变你思维逻辑的头脑风暴。从国家、宗教信仰的层面透析“思维的真相”。白宫智囊团、美国FBI、全球十大上市公司总裁都在秘密学习！《洗脑术：怎样有逻辑地说服他人》涉及心理学、社会学、神经生物学、医学、犯罪学、传播学适用于：读心、攻心、高端谈判、公关危机、企业管理、情感对话……洗脑是所有公司不愿意承认，却是真实存在的公司潜规则。它不仅普遍存在，而且无孔不入。阅读本书，你将获悉：怎样快速说服别人，让人无条件相信你？如何给人完美的第一印象，培养无法抗拒的个人魅力？如何走进他人的大脑，控制他们的思想？怎样引导他人的情绪，并将你的意志灌输给他们？如何构建一种信仰，为别人造梦？[SZ]"

经多方比较，这里很好。值得购买。看了此书，让我联想到了此桥段：
，再笑倾国，其实美人另有一样，比笑更是难得。”那女郎睁大了眼睛，问道：“那是甚么？”杨过道：“那便是美人的名字了。见上美人一面已是极大的缘份，要见她嫣然一笑，那便须祖宗积德，自己还得修行三世……”他话未说完，女郎又已格格笑了起来。杨过仍是一本正经的道：“至于要美人亲口吐露芳名，那真须祖宗十八代广积阴功了。”
那女郎道：“我不是甚么美人，这谷中从来没人说过我美，你又何必取笑？”杨过长叹一声，道：“唉，怪不得这山谷叫做绝情谷。但依我之见，还是改一个名字的好。”那女郎道：“改甚么名字？”杨过道：“应该称作盲人谷。”女郎奇道：“为甚么？”杨过道：“你这么美丽，他们却不称赞你，这谷中所居的不都是瞎子么？”
那女郎又是格格娇笑。其实她容貌虽也算得上等，但与小龙女相比固然远为不及，较之程英之柔、陆无双之俏，似乎微见逊色，只是她秀雅脱俗，自有一股清灵之气。她一生之中确是无人赞过她美貌，因她门中所习功夫近乎禅门，各人相见时都是冷冰冰的不动声色，旁人心中纵然觉她甚美，决无那一个胆

敢宣之于口。今日忽遇杨过，此人却生性跳脱，越是见她端严自持，越是要逗她除却那副拒人于千里之外的无情神态。她听了杨过之言，心中喜欢，笑道：“只怕你自己才是瞎子，将个丑八怪看作了美人。”

杨过板着脸道：“我看错了也说不定。不过这谷中要太平无事，你原是笑不得的。”那女郎奇道：“为甚么？”杨过道：“古人说一笑倾人城，再笑倾国，其实是写了个别字。这个别字非国土之国，该当是山谷之谷。”那女郎微微弯腰，笑道：“多谢你，别再逗我了，好不好？”杨过见她腰肢婀娜，上身微颤，心中不禁一动，岂知这一动心不打紧，手指尖上却又一阵剧痛。那女郎见他连连挥动手指，微感不快，嗔道：“我跟你说话儿，你却去思念你的意中人。”杨过道：“冤枉啊冤枉，我为你手指疼痛，你却来怪我。”那女郎满脸飞红，突然发足急奔。

杨过一言出口，心中已是懊悔：“我既一心一意向着姑姑，这不规不矩的坏脾气却何以始终不改？杨过啊杨过，你这小坏蛋可别再胡说八道了。”他天性中实带了父亲的三分轻薄无赖，虽然并无歹意，但和每个少女调笑几句，招惹一下，害得人家意乱情迷，却是他心之所喜。

那女郎奔出数丈，忽地停住，站在一株情花树下面，垂下了头呆呆出神，过了一会，回过头来，微笑道：“若是一个丑八怪把名字跟你说了，那定是你祖宗十八代坏事做得太多，以致贻祸子孙了。”杨过走近身去，笑道：“你偏生爱说反面话儿。我祖宗十八代做了这许多好事，到我身上，总该好有好报罢。”这几句话还是在赞对方之美。她脸上微微一红，低声道：“说便跟你说了，你可不许跟第二个说，更不许在旁人面前叫我。”杨过伸了伸舌头道：“唐突美人，我不怕绝子绝孙么？”

那女郎又是嫣然一笑，道：“我爹爹复姓公孙……”她总是不肯直说己名，要绕个弯儿。杨过插嘴道：“但不知姑娘姓甚么？”那女郎抿嘴笑道：“那我可不知道啦。我爹爹曾给他的独生女儿取个名字，叫做绿萼。”杨过赞道：“果然名字跟人一样美。”

公孙绿萼将姓名跟杨过说了，跟他又亲密了几分，道：“待会儿爹爹要请你相见，你可不许对我笑。”杨过道：“笑了便怎地？”公孙绿萼叹道：“唉，若是他知道我对你笑过，又知我将名字跟你说了，真不知会怎样罚我呢？”杨过道：“也没听说过这样严厉的父亲，女儿对人笑一下也不行。这般如花似

[走近最初的自己：单车走川藏_下载链接1](#)

书评

[走近最初的自己：单车走川藏_下载链接1](#)