

逃生背包：黄金72小时灾难自救必备



[逃生背包：黄金72小时灾难自救必备_下载链接1](#)

著者:[美] 克里克·斯图尔特 著

[逃生背包：黄金72小时灾难自救必备_下载链接1](#)

标签

评论

包装很好，还没看

还行吧。还行吧。还行吧，，，

这本书超过20了吗？评价得豆

准备出去露营

送货很快，方便，质量好，放心购买，，，一直选择京东。

发货速度快，服务好，满意。

东西很好很实用，值得信赖！

很详细，彩图就更好了

很好 不错 人丑就要多读书

愉快的购物体验! ! ! ! ! ! ! ! ! ! ! ! ! ! ! !

不错，配合之前自己摸索的经验，很好用，是知识的补充

好书，值得拥有，棒棒哒

好书！还有意外的惊喜

正版图书，非常好！上午下单下午送货，速度超快。

这本书很不错。。。。。

很好的书，人要有一定的危机意识

书已看完，意犹未尽，介绍的详细，关键是读起来很轻松

很喜欢的一本书长见识，比一般生存类的重装备，有条件的可以准备一些

给老公买的！nnnnnn

书的质量很好，印刷比较精美，很喜欢，下次还会购买。

打开书就会发现各种需要买买买

印刷很好，插图很清晰。

好书，多点安全常识！大人孩子都喜欢！

还没看，感觉应该挺好，有时间学习学习。

学习学习，防患于未然！

书很好 是正版 到货快

发过很快，包装很好，正版。

很好，很快，大学生使用 正版图书

一本好书啊哈哈大笑哈哈

好好好好好好好好好好好好好好好好好好好好好好好好好好好好好好好好

很好的一本书

这个是不怕一万，就怕万一

不错，很实用

很喜欢这本书

挺有意思的

质量很好

书不错

书的内容等于总结了论坛上关于BOB的知识。常逛生存狂论坛的人就不必买这本书了。简单易懂，典型的罐头书。内容就不太丰富，也不深入。里面列举的不少东西我认为多余的，累赘、增加重量，浪费背包的空间。

学习了

可以看看，虽然不太符合国情，书里建议将包不要放在家里，要放在外面安全的地方，我去，在中国，包在外面估计都过不了夜就会消失了！

这本书印刷质量还行，就是味道比较大，得多散散

老美的自救本，大概翻了一遍，并不是特别适合国人啊…只能大概借鉴下

逃生背包：黄金72小时灾难自救必备

内容不错，比较实用。快递挺快。

只能给差评，无法成批打印书单，无法给第三方发票

很好.一直是选择京东.有发票.可以7天无理由退货.体验一直很棒.会继续支持.

很实用的一本书，内容很详细！

知识新,内容全,有备无患的一本好书.这本书告诉我一个道理,靠天不如靠自己.

确实是写给美国人看的，不过可以借鉴

还不错~~~~~

书很好，比较实用，可以按照里面的推荐买买东西备用。

不错!不错!不错!真的不错说三遍!

内容不错，很有实用性，希望不要用到

希望永远不会有用上的一天,永保平安.

很好很不错！搞活动时候买加上用券就是更优惠！

很实用的救援书，值得推荐！

内容不错，就是太薄，没有彩图，定价高了点

非常满意，质量和内容都非常好。支持京东！

一直远的是京东的书。很棒的

好书！好用！家庭必备工具书！

看评价很好 买的 还没看 期待内容

书都是好东西，以下是紫薯布丁

面对各种灾难，我们真的做好准备了吗？这本书有一定的参考价值，但不完全适合国情。
。

多次购买啊多次购买，真的很实用，学到很多东西。

送货速度快，质量很好！

学习一下小常识，万一以后用得着咋办？

本书实用性很强，值得反复学习！防患于未然，平时加强储备，以防万一。多灾突发事件将会越来越多。

很好的书 很值得学习

很不错很不错.....

好书，不知道什么时候买了两本，哈哈！

挺好的一本书，值得好好看看，学习学习。

很好的书，虽然无法全部做到，但基础了解一下也不错

灾难控必备啊 虽然里面的热武器咱弄不到吧。。。。

很精致的一本书，不错

很好，很实用，是正版书。

感觉还可以吧，内容挺好的

价格合适，送货快捷，超级方便。省去了外出，搬运等。质量好。

我们自己也是一个人生闷气呢，

很好看的书，包装精美，内容实用！！！！！！

书不错，就是等的时间有点儿长。

实用，里面还夹带一个小册子《逃生背包BOB
黄金72小时装备攻略》，不知道里面的救生装备在京东能不能收集齐备，应该差不多就是左轮手枪可能京东没有哇

买来预备，预防突发性灾难

价格一般价格一般价格一般价格一般

价格很优惠，服务也很，东西不错，给个好评此次鼓励

内容非常详细，也非常实用。

非常实用，包括各个方面的装备介绍

危险危险无处不，做好准备没有坏处！

好评，就是发货的时候包装不细，里面的书都磨坏了。

有点纸上谈兵，但很有启发

都不错，印刷质量都还可以，继续支持

虽然感觉灾难离自己很远，但是提前有防灾的意识也很重要，特意买来学习

书的质量很好。送货快

心心念念要买的，至少学会了打结。

绝对的'好书

作者手把手教了 内容极其丰富

长度在5-200个字之间
填写您对此商品的使用心得，例如该商品或某功能为您带来的帮助，或使用过程中遇到的问题等。最多可输入200字

不错不错不错不错不错

这些书在店里面都卖得很好，应该好看，我自己是没看

太专业了，觉得自己很难准备好。

很棒的书学习一下

买给我朋友的 我没得心得

挺全面，很实用，非常好。

速速速速速速速速速速速速速速速速速速速速速速速速速速速速速速速速

帮别人买的，没看过，应该还好吧

还可以，正在使用中。

里面介绍的非常详细，真正的为初学者考虑

包装好，送货非常的快。

不错 不过不希望用上这些知识啊

学习是必须的!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!

不错不错阿

外国人的好多东西放到中国并不合适，不过看看也是很不错的

价格便宜 非常好用 大品牌

很好的书，正版价格也划算，满意！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。
让你的生活过得更充实，学习到不同的东西。高尔基先生说过：“书籍是人类进步的阶梯。”书还能带给你许多重要的好处。
多读书，可以让你觉得有许多的写作灵感。可以让你在写作文的方法上用的更好。在写作的时候，我们往往可以运用一些书中的好词好句和生活哲理。让别人觉得你更富有文采，美感。
多读书，可以让你全身都有礼节。俗话说：“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。所以多读书可以让别人感觉你知书答礼，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；感受世界的不同。

挺有用的，非常喜欢，介绍的很详细~

东西还不错价格也便宜！

很不错的书。正在慢慢看。

书很好，但是一个月也看没有看几张纸！

灾难近在咫尺……只有早作准备，才不会在一切真的发生时追悔莫及！
打好你的逃生背包，在炼狱般的灾难逃生中，化险为夷，绝处逢生！

我们太缺忧患意识了，和平的太久了

东西不错东西不错东西不错

物品清单里头要求有枪和子弹。我可怎么办

塑封很好，运输途中不会弄脏书

写的还不错，比较容易理解

里面内容基本在网上都读到过，不过整理在一起做个册子还是不错。
附带一些装备准备表格，比较方便。

很详细，只是有些不适合国内

很不错！！！！！！！！！！

原来从淘宝店里看到这个，就到京东看看有没有卖这个，还真有，在做活动，过段下手啊。

介绍的比较细致，还有品牌和购买网址。

偶然看到了这本书，就买了，到手一看，相当牛！如果你想备个生存包，这本书将一步步教你如何准备，强烈推荐！

地球危机时代来临，灾难步步逼近！地震、海啸、洪水等自然灾害随时都有可能不期而至，无情地将我们推入最严酷的生存困境。此时，一个精心筹备的“逃生背包”就是你的救命稻草！它能在危机四伏的灾难逃生中拯救你的生命，助你平安度过灾难自救的黄金72小时

很不错，我很喜欢，快递够快

非常满意！！非常满意！！

逃生背包这本书不错，里面讲的内容很实用，让我们对灾难自救有了更多的认识，建议大家读一读是很有必要的，这本书从头到尾，细致入微地为我们讲述了该如何打造一个在危急关头靠得住的逃生背包。书中作者多年户外生存实践中的总结经验，极具参考价值。

内容充实不错，还有小手册内容充实不错，还有小手册

性价比很高
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。

很好！！！！！！！！

"[SM]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 [QY]"

京东的快递业务很是强大，书的质量都很好。

在京东上购买商品已经很多次了，图书这是第一次购买，非常棒的购物体验，首先是发货很快，刚下的订单，很快就显示正在配货了，对于网上购物来说，速度很重要，京东的发货速度令人非常满意。快递的服务态度也非常好，不像有些快递根本不打电话联系你，直接往传达室里一扔就完事了。拿到书后真的是让人出乎意料，外面是用纸箱包装，然后里面还用塑料泡膜包裹，非常严实，收货那天是下雨天，拆开看后，书籍完全没有收到下雨的影响，完好无损。书绝对是正版这个不用说了，在京东买东西，你完全不用担心质量问题。高尔基说过：“书，是人类进步的阶梯。”开卷者古来就有，有“五柳先生”那“不求甚解”读法的；也有朱光潜倡导的“字字推敲，咬文嚼字”读法的；更有王国维所谓的三种读书境界……但终归来看，开卷是有益的，因为开卷既是知识之源，又是古人之鉴，更是修养之法。其实读书有很多好处,就等有心人去慢慢发现.最大的好处你有属于自己的本领靠自己生存。
让你的生活过得更充实，学习到不同的东西。感受世界的不同。
不需要有生存的压力，毕竟都是有父母的负担。
虽然现在读书的压力很大，但请务必相信你是幸福的。
在我们国家还有很多孩子连最基本的教育都没办法享受的。
所以，你现在不需要总结，随着年龄的成长，你会明白的，还是有时间多学习一下。
古代的那些文人墨客,都有一个相同的爱好-----读书.书是人类进步的阶梯.读书是每个人都做过的事情,有许多人爱书如宝,手不释卷,因为一本好书可以影响一个人的一生.那么,读书有哪些好处呢?1读书可以丰富我们的知识量.多读一些好书,能让我们了解许多科学知识.2读书可以让我们拥有"千里眼".俗话说的好"秀才不出门,便知天下事.""运筹帷幄,决胜千里."多读一些书,能通古今,通四方,很多事都可以未卜先知.3读书可以让我们励志.读一些有关历史的书籍,可以激起我们的爱国热情.4读书能提高我们的写作水平.读一些有关写作方面的书籍,能使我们改正作文中的一些不足,从而提高了我们的习作水平.读书的好处还有一点,就是为我们以后的生活做准备.读书的好处很多。
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。
。

稍微有点新意吧，表格还不错

很不错的书，很不错的书，很不错的书

平时就应该储备自救的知识。

介绍的还可以,就是很多东西国内买不到,纯看看的

普通生活用挺合适的!!!

逃生背包：黄金72小时灾难自救必备，这本书必须看

了解一些常识

知识体系非国内，比较考究的一本书。是和国外自救理念接轨的，也适合国人看。

比较专业，实际操作不大现实，但也有很多有效的信息。

"[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]"

还不错还不错还不错还不错

质量不错，牌子又大，值得下次购买

还没有仔细阅读，但大略看了一下，很有借鉴的价值。

实用。给好评！！！！！！

精挑细选出来的，基本上前三页的都比较过了，这书最实用！

[ZZ]写的的书都写得很好，[sm]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，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。[SM]，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[BJTJ]，阅读了一下，写得很好，[NRJJ]，内容也很丰富。[QY]，一本书多读几次，[SZ]。快递送货也很快。还送货上楼。非常好。[SM]，超值。买书就来京东商城。价格还比别家便宜，还免邮费不错，速度还真是快而且都是正版书。[BJTJ]，买回来觉得还是非常值的。我喜欢看书，喜欢看各种各样的

书，看的很杂，文学名著，流行小说都看，只要作者的文笔不是太差，总能让我从头到脚看完整本书。只不过很多时候是当成故事来看，看完了感叹一番也就丢下了。所在来这里买书是非常明智的。然而，目前社会上还有许多人被一些价值不大的东西所束缚，却自得其乐，还觉得很满足。经过几百年的探索和发展，人们对物质需求已不再迫切，但对于精神自由的需求却无端被抹杀了。总之，我认为现代人最缺乏的就是一种开阔进取，寻找最大自由的精神。

中国人讲“虚实相生，天人合一”的思想，“于空寂处见流行，于流行处见空寂”，从而获得对于“道”的体悟，“唯道集虚”。这在传统的艺术中得到了充分的体现，因此中国古代的绘画，提倡“留白”、“布白”，用空白来表现丰富多彩的想象空间和广博深广的人生意味，体现了包纳万物、吞吐一切的胸襟和情怀。让我得到了一种生活情趣和审美方式，伴着笔墨的清香，细细体味，那自由孤寂的灵魂，高尚清真的人格魅力，在寻求美的道路上指引着我，让我抛弃浮躁的世俗，向美学丛林的深处迈进。合上书，闭上眼，书的余香犹存，而我脑海里浮现的，是一个“皎皎明月，仙仙白云，鸿雁高翔，缀叶如雨”的冲淡清幽境界。愿我们身边多一些主教般光明的使者，有更多人能加入到助人为乐、见义勇为的队伍中来。社会需要这样的人，世界需要这样的人，只有这样我们才能创造我们的生活，[NRJJ]希望下次还呢继续购买这里的书籍，这里的书籍很好，非常的不错，。给我带来了不错的现实享受。希望下次还呢继续购买这里的书籍，这里的书籍很好，非常的不错，。给我带来了不错的现实享受。

很好的书籍很好的学习必备佳品，，，，希望宣传能给力的，能越做也好，下次还会在来的额，京东给了我不一样的生活，这本书籍给了我不一样的享受，体会到了购物的乐趣，让我深受体会啊。希望你能越做越好，成长有你有我大家一起来，很好的宝贝。

书里说的，老生存狂都知道，没有个人见地，新手读读可以

内容详细，适合从未娱乐过的朋友们阅读

好书，又是小说又是生存手册好书，又是小说又是生存手册好书，又是小说又是生存手册好书，又是小说又是生存手册好书，又是小说又是生存手册好书，又是小说又是生存手册好书，又是小说又是生存手册

还不错，质量还好，做工还行

很快看完了，有用，但是里面很多都是国外的经验

书不错，内容很好。书不错，内容很好。

很实用的一本书，以后的世界不知道会变成什么样，多学些自救的知识吧

上学期间，我的数学成绩一直不太好。记得小学时，有一次在课本上写乘法作业，由于改的次数太多，最后竟然在书上涂了个洞，当时就急哭了，姥姥费了很大的功夫，总算用浆糊把洞沾上了。但是，我从此产生了对数学的恐惧。
上了中学，开始学习代数，更是不明白。后来，我从数学老师那里借来一本比较老的《代数》课本，一点一点地看。干活中间休息的时候，就一个人坐在边上看书。一个暑假过去，好像通了点门，对数学的恐惧感渐减了。我对初中几何很感兴趣，虽然成绩并不好，在班上也就是中上等。初三毕业参加中考，我的数学成绩在全校是前几名，也就60来分，幸运的是，我以总分第一的成绩考上了师范学校。
在师范学校学习期间，学校不给我们英语班开数学课，我们曾经为此向上级写过告状信，告了3年，毕业了也没能开数学课。师范毕业参加工作后，为了考大学，一边工作，一边自学高中数学，有时，还和自己教的学生一起上数学课（那时虽然是师范毕业，因为没有英语老师，我们很多同学都教初中或高中英语），但是真的学不会，不知道数学课的那些内容是干什么用的，后来就彻底地放弃了。
在后来的人生道路上，由于数学没有学好，我不得不放弃很多喜欢的东西。我在上个世纪80年代就曾经为了考研究生，学习过自然地理和保险业方面的课程，可是里面有不少跟数学有关的东西，现在都记不清了。再后来，在日本考上了教育方面的研究生，其中有一门教育统计课，老师用一个键盘式的机器教我们所谓的SPSS。数学本身就不好懂，有时老师还用日语讲解，上课更像听天书一样。回国时，那位老师送了我两本他自己写的统计学方面的书，我当时也没在意，拿回去一看，一本是漫画，一本是一个一个生活中的小故事，那些像天书的词语，变成了有实在意义的东西，这本漫画和故事书让我明白了不少统计学的原理。
说来也巧，今天我收到了中国城市出版社寄来的《幻想数学大战》，翻开一看，大吃一惊，这套书的目的是：通过漫画和故事让孩子们理解数学原理，竟然和我的故事那么吻合。在此之前，我从未听说过这套书，而我的这个故事也是第一次对外公开，肯定没有人知道。但我说过，至今我有过很多遗憾，其中最大的遗憾之一就是：我的数学没有学好。到底是我没有天赋，学习不得法？还是数学教科书有问题，教学方法有问题？我至今还不明白。我想，如果我小时候能有这样一套漫画，或许就不一样了。
数学的用途可谓大矣！小至个人就业，大至国家兴衰，都与数学密切相关。1989年，美国国家研究委员会发表《人人关心数学教育的未来》——关于数学教育的未来致国民的一份报告。报告中说：“……数学掌握着我们基于信息社会的领导能力的关键，具有数学读写能力的人与不具有这种能力的人之间的差距愈来愈大……没有数学基本能力的人和文盲将迫使国家崩溃。”可见，如《幻想数学大战》这样一套别出心裁，意在让我们的孩子爱上数学、提高国力的趣味读物是多么重要。这套书的一大优点就是把数学讲得特别有趣，从最有意思的冒险故事开始，逐渐引出故事背后的数学原理，帮你领会数学的趣和美。

自然环境下的应急措施，学习一下，增长见识还是挺好的

帮单位图书角买的图书

危机生存前比较全面的末日背包整理方案和评测知识，很实用。

多读书读好书。书籍是力量的源泉。读书让人充满力量。越是在困难的时候越要读书。读书激励你的斗志。读书让你开阔视野。你可以上学但是你不能不读书。活到老学到老，人生在世几十载我努力过我尝试过那便无悔。

岐伯对曰：八风发邪以为经风，触五脏，邪气发病。所谓得四时之胜者，春胜长夏，长夏胜冬，冬胜夏，夏胜秋，秋胜春，所谓四时之胜也。

东风生于春，病在肝，俞在颈项；南风生于夏，病在心，俞在胸胁；西风生于秋，病在肺，俞在肩背；北风生于冬，病在肾，俞在腰股；中央为土，病在脾，俞在脊。

【译文】黄帝问道：什么是天有八风，经有五风？

岐伯说：自然界的八方之风会产生八种不同的风邪，中伤经脉，形成经脉的风病，风邪还会继续随着经脉而侵犯五脏，使五脏发病。四季的气候是相互克制的，即春季属木，克制长夏；长夏属土，克制冬水；冬季属水，克制夏火；夏季属火，克制秋金，秋季属金，克制春木，这就是四时气候的相克相胜。

东风在春季产生，通常引发肝的病变，病邪从颈部侵入。南风在夏季产生，常常引发心的病变，病邪从胸胁侵入。西风在秋季产生，常常引发肺部的病变，病邪从肩背侵入。北风在冬季产生，多引发肾的病变，病邪从腰股侵入。长夏属土，土位于中央，病变多发生在脾，病邪常从背脊侵入。

【原文】故春气者，病在头；夏气者，病在脏；秋气者，病在肩背；冬气者，病在四肢。故春善病鼽衄，仲夏善病胸胁，长夏善病洞泄寒中，秋善病风疟，冬善病痹厥。故冬不按腧，春不鼽衄；春不病颈项，仲夏不病胸胁；长夏不病洞泄寒中，秋不病风疟，冬不病痹厥，飧泄而汗出也。夫精者，身之本也。故藏于精者，春不病温。夏暑汗不出者，秋成风疟，此平人脉法也。【译文】

因此春季邪气伤人，病多发生在头部；夏季邪气伤人，病多发生在心脏；秋季邪气伤人，病多发生在肩背；冬季邪气伤人，病多发生在四肢。

所以，春天多出现鼽衄之病，夏天多出现胸胁方面的疾病，长夏多出现直泄无度的洞泄等里寒病，秋天多出现风疟，冬天多出现痹厥之症。因此冬天不要扰动筋骨，力求藏阴潜阳，这样第二年春天就不会出现鼽衄和颈部疾病，夏天就不会出现胸胁病变，长夏季节就不会出现洞泄等里寒病，秋天就不会患风疟病，冬天也不会患痹厥、飧泄、出汗过多等病。

精是人体的根本，所以阴精内藏而不外泄，春天就不会罹患温热病。夏天气候炎热，阳气旺盛，假如不能排汗散发热量，秋天就会患风疟病。这是一般为人诊察四季病变的普遍规律。【原文】

故曰：阴中有阴，阳中有阳。平旦至日中，天之阳，阳中之阳也；日中至黄昏，天之阳，阳中之阴也；合夜至鸡鸣，天之阴，阴中之阴也；鸡鸣至平旦，天之阴，阴中之阳也。故人亦应之。【译文】

阴和阳又各有阴阳之分。白天属阳，清晨到中午时段，是阳中之阳；中午到傍晚，是阳中之阴。夜晚属阴，傍晚到半夜，是阴中之阴；半夜到天明，是阴中之阳。自然界的阴阳之气是这样，人的阴阳之气也是这样。【原文】

夫言人之阴阳，则外为阳，内为阴。言人身之阴阳，则背为阳，腹为阴。言人身之脏腑中阴阳，则脏者为阴，腑者为阳。肝、心、脾、肺、肾，五脏皆为阴，胆、胃、大肠、小肠、膀胱、三焦，六腑皆为阳。

所以欲知阴中之阴，阳中之阳者，何也？为冬病在阴，夏病在阳，春病在阴，秋病在阳，皆视其所在，为施针石也。【译文】

就人体而言，外属阳，内属阴。单就人的躯干而言，背部为阳，腹部为阴。就脏腑而言，脏属阴，腑属阳。即肝、心、脾、肺、肾五脏都属阴，胆、胃、大肠、小肠、膀胱、三焦六腑都属阳。

为什么要知道阴阳中又各有阴阳的道理呢？这是因为只有据此来诊断四时疾病的阴阳属性，才能进行治疗，比如冬病在阴，夏病在阳，春病在阴，秋病在阳，要依据疾病各自所在部位的阴阳属性来选择相应的针刺疗法和砭石疗法。

【原文】故背为阳，阳中之阳，心也；背为阳，阳中之阴，肺也；腹为阴，阴中之阴，肾也；腹为阴，阴中之阳，肝也；腹为阴，阴中之至阴，脾也。此皆阴阳表里，内外雌雄，相输应也。故以应天之阴阳也。 【译文】

背部为阳，心是阳中之阳，肺是阳中之阴。腹部为阴，肾是阴中之阴，肝是阴中之阳，脾是阴中之至阴。

以上所说。都是人体阴阳、表里、内外、雌雄相互联系又相互对应的例子，它们与自然界的阴阳变化是相互对应的。

【原文】帝曰：五脏应四时，各有收受乎？岐伯曰：有。东方青色，入通于肝，开窍于目，藏精于肝。其病发惊骇，其味酸，其类草木，其畜鸡，其谷麦，其应四时，上为岁星，是以春气在头也。其音角，其数八，是以知病之在筋也，其臭臊。南方赤色，入通于心，开窍于耳，故病在五脏。其味苦，其类火，其畜羊，其谷黍，其应四时，上为荧惑星。是以知病之在脉也。其音徵，其数七，其臭焦。中央黄色，入通于脾，开窍于口，藏精于脾，故病在舌本。其味甘，其类土，其畜牛，其谷稷，其应四时，上为镇星。是以知病之在肉也。其音宫，其数五，其臭香。

商品不错，值得购买，送货速度快

一本好书，蕴涵着丰富的知识和美好的情感。阅读一本好书，就是跨越时间和空间，同睿智而高尚的人对话，这是非常美妙的事情。 “书籍是人类进步的阶梯”，让我们在书的世界里遨游吧！

你可以把一本书读上一百遍，甚至还可以把它背下来。因此，我的回答是：是的，我愿意读上一百遍，我愿意读到能背诵的程度。这有什么关系呢？你不会因为以前见过你的朋友就不愿在见到他们了吧？你不会因为熟悉家中的一切就弃家而去吧？一本你喜爱的书就是一位朋友，也是一处你随时想去就去的故地。从某中意义上说，它是你自己的东西，因为世界没有两个人会用同一种方式读同一本书。书就像一位循循善诱的老师，书这位好老师，好向导，让我游览了祖国壮丽的万水千山，众多名胜古迹，也让我在数学的王国里认识了新朋友。是她带我领略了风景如画的《桂林山水》，又到了气势非凡的《长城》

不少学生阅读的效果不尽人意，影响阅读兴趣，主要原因是阅读方法不当，没有形成良好的阅读习惯，因此，教师要加强学生阅读指导，鼓励学生读好书、好读书、善读书。首先要培养良好的阅读习惯。阅读习惯是在长期的阅读实践中逐渐形成的。培养良好的读书习惯，一要定书。阅读的书一旦选定，就一定要读完，不能半途而废。在这里，我曾将一些适合孩子们读的书目告诉给孩子们，让他们自己选择自己喜欢的书、感兴趣的书籍。二要定时。针对自己的学生生活情况，选择读书时间，不能想读就读，不想读就几天不读。这里我要求学生利用早读时间、阅读课时间、作业后的一部分时间来读书。三要定量。根据自己的阅读能力，制定一个读书计划。保持良好的读书姿势，认真做好阅读记录。这里的定量，也就是因人而议，对于学习上较吃力的同学，我要求他们一天只读一小段，读懂所读的这小段就可以了，我想慢慢的，他们通过读书，将来也会有所作为。其次要运用恰当的阅读方法。（1）读思结合。“学而不思则罔”。阅读应特别注意教给学生思考方法，边读边思，把读的过程变成思维加工的过程，让学生在阅读的实践过程中，在主动积极的思维和情感活动中，加深理解和体验，有所感悟和思考，受到情感熏陶，获得思想启迪，享受阅读乐趣，增强学生的综合能力。（2）读写结合。

读写结合是传统语文教学中的精华。解放学生阅读的时间和空间，目的就是让学生实实在在地读一读，想一想，问一问，说一说，做一做，写一写。把读写结合起来，让全体学生动起来，使读和写逐内化为学生良好的阅读习惯。（3）抓住重点精读。在阅读中抓人物的外貌、神态、语言、动作和心理活动用心去读；抓精彩重点语段用情去朗读；抓意境描写，发挥想像去读书。

书籍是儿童认识世界的一个窗口。在新世纪里，课外阅读是儿童发展的一种重要的精神资源。通过阅读，可以把孩子引入一个神奇美妙的图书世界，使他们的生活更加丰富多彩、乐趣无穷。我们的教育要赶超时代，就得超越课堂，去开辟课外阅读的广阔天地。书是无声的，但是书是有生命的，只有学生产生了浓厚的兴趣，才能让阅读成为心灵的对话，让眼前变成一片辽阔而绚丽的世界。总之，兴趣不是天生就有的，读书的兴趣也必然在读书的实践中形成。只要我们用心去培养学生，长此以往，相信一定能够培养起学生的读书兴趣。

这本书有用，值得看看

[美]克里克·斯图尔特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，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。逃生背包黄金72小时灾难自救必备，很值得看，价格也非常便宜，比实体店买便宜好多还省车费。书的内容直得一读灾难近在咫尺只有早作准备，才不会在一切真的发生时追悔莫及！打好你的逃生背包，在炼狱般的灾难逃生中，化险为夷，绝处逢生！，阅读了一下，写得很好，地球危机时代来临，灾难步步逼近！地震、海啸、洪水等自然灾害随时都有可能不期而至，无情地将我们推入最严酷的生存困境。此时，一个精心筹备的逃生背包就是你的救命稻草！它能在危机四伏的灾难逃生中拯救你的生命，助你平安度过灾难自救的黄金72小时。，内容也很丰富。，一本书多读几次，第1章开始了解灾难当头，你将可能面对地球上最严酷的生存环境。即使是平日里简简单单的小事，在这突如其来、混乱不堪的灾难情境中，也可能会变得极其复杂而危险。逃生背包（）将帮助你在这事关生死、无法预测且冷酷无情的灾难求生环境中生存下来，但是如何妥善准备好你的，却可能——尤其是如果你没有接受过正式的求生或战备训练的话——令你不知所措。在你动手开始准备自己的求生装备之前，让我们先来大致了解几个重要的基础概念，希望能帮助你了解，对准备过程有个清晰而确切的认识，并且纠正你脑中可能存在的错误想法。在柳树天堂户外俱乐部（）的训练课程中，我将这一堂课称为开始了解逃生背包。1.1开始了解是简单而又深刻的逃生背包的用途非常简单——为你提供基础的生存需要。而实际上，这做起来要比说的复杂多了。光是制作或者购买一个并不能拯救你的性命。你必须理解如何使用中的各种物资，才能在实际情况下尽可能提高它的救生价值。灾难可不会带给你理想化的生存环境。求生不是野营，它一点也不轻松愉快。在理想状态下准备基础的生存必需品就已经很有挑战了，更不用说在一场可怕而混乱的灾难中。在这种状况下，毫无疑问，你必须非常熟悉如何使用这种工具和资源，而唯一的方法就只有经验和实践。你和之间的关系可以归结为种瓜得瓜，种豆得豆。那些被我称为沙发求生专家的人常常将逃生背包想得太简单了。这些人喜欢宣扬自己的求生方法，但却几乎完全没有在野外实际动手的经验。他们连钻木取火都不会，倒是把鼠标的滚轮摩擦得快要起火了。对于那些过于简化的逃生建议，各位读者一定要谨慎对待。及各种装备是一种投资和任何一种有价值的关系一样，也许要一定的付出才能得到回报。冰冻三尺非一日之寒，你要做好准备，在求生背包上耗费很长一段时间。你需要花时间购买物

还行吧，不好不坏，物美价廉

东西不错，挺好的，评价一下了~~~~~

/重量br/第十六章 /在家练习br
并且纠正你脑中可能存在的错误想法。在b柳树天堂户b外俱乐部（cWillow 小结br/
耗费时间br/ 廉价br/外架包br BOB厨具选d择br/登山靴br/紧急求生毛毯br/第10章
防御与自卫bfr/16.1防水br/18.5总结br/装备来源gbr/衣物br 逃生背包”。hbr/
另外，你可别打算用廉价的汉堡填满你的BOB，i指望这些东i西在灾难中搭救你的性命。
要想制作一个在危急关头靠得住的BOB/
因此，l你（和你k的家人）需要做好徒步逃生的准备。为了方便徒步逃生，你的BOB/
这种泵过滤系统和易拉罐差不多大，重量为11盎司。它每分钟最多能够过滤一升水，n
这和一般水n龙头的流速几乎是相同的。这种系统耐用、简单，非o常适合放o进BOB里。
其他的制造商也生产了许多类似的产品。br/逃生背包指南br/sP3等级qbr/餐r具br/
/外套br/6.9应对常见灾难br/r第3步：&牙签&圆锥形篝火br
/10.1逃生工具1：求生小刀br/13.2自我防t卫的精神方u面br u/先放入的物品br
/19.1水和净水用具brv/深入研究br/急救物品br 开始了解BOBbr 人寿保险br/
既然你已经对逃x生背包有x了更广泛的x了解，那么就让我们来看看，一个谋划得当的
逃生背包具有哪四个关键的物理属性吧。br/ 不需要任何技术或经验br/ 优点：br
了A解BOB-A-逃生背包Abr/错误的决定br/轻质br/洗锅用品br/悬垂和绳索br/7.1
/第9章br/18.1逃生计划（BOP）Dbr/1D9.12其D他装备brE /工具br
的关系会随时间而变化br/●/
你需要提前准备好BOB，并存放在某个可以迅速取用的地方。灾难无情，G能否在短时
G间内反应过H来并逃离危H险是性命攸关的事情。话虽如此，但也别把BOB
雨：利用防水布、雨衣或者垃圾袋将K雨水汇集到容器中。br/2.3BOB的关键L特点br
K/美军军用K即食口粮（MRE）br/羊毛或羊绒帽br/烹调/煮开水br/7.6提要bMr
/尺寸N很重要br/财产证明br/求生刀具br N/16.5NBOB的存放和维护br/装备来源br
/在家练习br
它一点也不轻松愉快。在Q理想状态P下准备基础P的生存必需品就已经很有挑战了，更
不用说在一场可Q怕而混乱的灾难中。在这种状况下，毫无疑问，你必须非常熟悉如何
使用BOB / 定律3：在没有食物的情S况下，你S可以生存三周。br/
较高：高于80美元bTr/ T…… /72小时的装备br/不得不提的其他选择br
/多燃料液化气炉brV/勇气brV 急救用具br/优质的刀鞘br/12.5区域地图brW
/15.2食品br/原则3:燃油续航力/燃油效率br/装备来源br
/a◆序&nbYsp;&nZbsp; / BOB / 便于管理和携带br

把生活中简单的物品变成背包，在书店翻到这一页就被内容吸引了，所以赶紧买来一阅。
虽然书中说传授的技能暂时用不上，但是对于背包客来说还是值得收藏备用的。

看了后基本配齐，不过确实有些国家差异，见仁见智了

喜欢,会一直在京东购书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!今天家里没有牛奶了,我和妈妈晚上便去门口的苏果便利买了一箱牛奶和一点饮料。刚好,苏果便利有一台电脑坏了,于是便开启了另外一台电脑。因为开电脑和调试的时间,队伍越排越长。过12分钟,有一个阿姨突然提出把键盘换了,这样就能刷卡了。我妈妈就在旁边讲了一句键盘

逃生背包黄金72小时灾难自救必备 [美]克里克·斯图尔特

地球危机时代来临,灾难步步逼近!地震、海啸、洪水等自然灾害随时都有可能不期而至,无情地将我们推入最严酷的生存困境。此时,一个精心筹备的逃生背包就是你的救命稻草!它能在危机四伏的灾难逃生中拯救你的生命,助你平安度过灾难自救的黄金72小时。

灾难近在咫尺只有早作准备,才不会在一切真的发生时追悔莫及!打好你的逃生背包,在炼狱般的灾难逃生中,化险为夷,绝处逢生!

第1章开始了解灾难当头,你将可能面对地球上最严酷的生存环境。即使是平日里简简单单的小事,在这突如其来、混乱不堪的灾难情境中,也可能会变得极其复杂而危险。逃生背包()将帮助你在这事关生死、无法预测且冷酷无情的灾难求生环境中生存下来,但是如何妥善准备好你的,却可能——尤其是如果你没有接受过正式的求生或战备训练的话——令你不知所措。在你动手开始准备自己的求生装备之前,让我们先来大致了解几个重要的基础概念,希望能帮助你了解,对准备过程有个清晰而确切的认识,并且纠正你脑中可能存在的错误想法。在柳树天堂户外俱乐部()的训练课程中,我将这一堂课称为开始了解逃生背包。1.1开始了解是简单而又深刻的逃生背包的用途非常简单——为你提供基础的生存需要。而实际上,这做起来要比说的复杂多了。光是制作或者购买一个并不能拯救你的性命。你必须理解如何使用中的各种物资,才能在实际情况下尽可能提高它的救生价值。灾难可不会带给你理想化的生存环境。求生不是野营,它一点也不轻松愉快。在理想状态下准备基础的生存必需品就已经很有挑战了,更不用说在一场可怕而混乱的灾难中。在这种状况下,毫无疑问,你必须非常熟悉如何使用这种工具和资源,而唯一的方法就只有经验和实践。你和之间的关系可以归结为种瓜得瓜,种豆得豆。那些被我称为沙发求生专家的人常常将逃生背包想得太简单了。这些人喜欢宣扬自己的求生方法,但却几乎完全没有在野外实际动手的经验。他们连钻木取火都不会,倒是把鼠标的滚轮摩擦得快要起火了。对于那些过

[逃生背包：黄金72小时灾难自救必备_下载链接1](#)

书评

[逃生背包：黄金72小时灾难自救必备_下载链接1](#)