

<<雨中的3分58秒>>

图书基本信息

书名：<<雨中的3分58秒>>

13位ISBN编号：9787540754129

10位ISBN编号：7540754125

出版时间：2012-1

出版时间：漓江出版社

作者：[美] 约翰·帕克

译者：范涓

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;雨中的3分58秒&gt;&gt;

## 前言

想当一条在水里悠游，在陆上奔跑的鱼 飞小鱼(台湾知名作家、马拉松选手) 惭愧。就在我的双脚丧失了跑步的能力，跑道与“马场”离我越来越远，有种恍如隔世的感觉之际，我却如愿以偿，以“马拉松作家”这个让我脸红心跳，带着点心虚，却有着难以名状的兴奋的名号，为了一本又一本与跑步相关的励志书，写下我的感动。

而我，乐在其中，明明手中有十万火急的书稿，正焦头烂额的时候，还是没有丝毫犹豫，就答应了《雨中的3分58秒》的“抢先读”。

(本书被誉为“关于跑步，最精彩动人的一部小说！

”)我必须承认，刚开始阅读时，是在赶稿的忙碌生活里抽出零星的时间，用一种很缓慢的速度行进着；但没想到在一个偶然放松的午后，我竟然莫名陷入了卡西迪的故事里，无法自拔。

这不仅是一个跑步选手的真实故事，你可以看到运动员灿烂似樱花般的生涯背后不为人知的艰辛过程，这更是一本很有文采的书，许多比喻妙到让人喷饭。

我不禁强烈嫉妒起作者精湛与高超的写作技巧(无论是描写跑步还是驾驭语言)，竟然写出这么高傲又不可一世的字句。

其中印象最深刻的是《间歇训练》这个章节，我简直惊讶连连，拍案叫绝，突然觉得自己像个疯子般，频频点头如捣蒜：心里有一股抑制不住的冲动，真想叫每个受过这种“非人折磨之苦”的跑者来看，相信大伙儿应该会心有戚戚焉。

作者对过程中那种咒骂、怨恨、恼怒、耍赖、委屈、痛苦、崩溃、拼命想逃的种种超出体能极限的心路历程，描写得实在太淋漓尽致了。

我完全可以体会，当全速冲刺之后，缓走或慢跑那种“简直就像奢侈的享受”这句话。

虽然，我的训练速度在很多人眼中，根本就是“一块小蛋糕”，甚至是被归类在“奢侈的享受”里。每个人心跳的节奏，奔跑的速度，追求的境界，跑步的目的，受压的程度，都不尽相同，但我仍由衷地觉得，不管你是要不顾一切往前冲的竞速跑，或者是看沿途风光的快乐跑，甚至是当一只在人群中咧嘴而笑的乌龟，都该好好享受这段被我看成“与魔鬼打交道”的精彩过程。

到最后，完全无法自拔，我蜷缩在沙发上，直到夜幕低垂仍浑然不觉。

厚厚一本书，右边越来越薄，然后戛然而止，我却仍无法从故事中抽离出来，觉得自己也像是个与世隔绝的隐居者，借由别人的文字，淬炼我那老是爱跟自己作对、不堪一击的意志力。

终于忍不住发出一声长长的赞叹：“真好看！”

我想，它将是继村上春树的《当我谈跑步时，我谈些什么》之后，又一本让我爱不释手、一看再看，空白之处写满密密麻麻“眉批”的心灵导书(mentor)。

“跑步让我维持规律生活。

”——村上春树把跑步与小说创作做了如此完美的联结，而书中主角卡西迪，也是这样斩钉截铁地回答。

终于明白自己的生活之所以一团混乱，始终无法井然有序、有条不紊的症结了。

“今天你跑了没？”

” “鱼在水里能不游吗？”

” 这是书里绝妙的对话。

当头棒喝，我猛然被敲醒，决定把这两句话，狠狠地、牢牢地记住。

## <<雨中的3分58秒>>

### 内容概要

《雨中的3分58秒》内容简介：关于跑步，最精彩动人的一部小说！

卡西迪热爱跑步，他一直在挑战1600米的“4分钟障碍”，而且大四那年春天的比赛是他最后的机会。正当他在传奇学长丹顿的指导下一步步朝此目标迈进时，他遇见了迷人的安莉亚，她让他心慌意乱。卡西迪本来过着苦行僧般的训练生活，安莉亚的出现挑衅着他原本对训练的专注。而且在最艰难的时刻，卡西迪因挺身帮助队友对抗学校不公，面临被退学无法参赛的危机。安莉亚此时此刻作出了惊人的决定，她企图挽回这段感情，当爱情和梦想抉择时，谁会胜出？或许我们都是为了梦想，不惜一切代价去追求的疯子，但当你亲身体会后，才会知道人的灵魂可以承受多少东西。

<<雨中的3分58秒>>

作者简介

<<雨中的3分58秒>>

书籍目录

第一回合 秋天曾经.....杜比会馆晨跑漫长的序曲保龄球赌局低调的冠军安莉亚老狗与新把戏傲慢与偏见那个午后恶魔起诉、审判第二回合 冬天室内赛愧疚新领域故障期密会午夜突袭夜奔傲慢与偏见宇宙正义马群多过骑士离开熟悉之地山林生活侦察工作过早出现的死神时光.....第三回合 春天雨中的3分58秒漩涡爱尔兰式快感间歇训练兰花暂停.....圆球体为自己出征一切归于平静身为跑者.....

<<雨中的3分58秒>>

章节摘录

<<雨中的3分58秒>>

编辑推荐

《雨中的3分58秒》编辑推荐：美国图书馆失窃率最高的小说，连续7年高踞绝版书询问排行榜榜首。  
跑步让我维持规律生活——村上春树，《风之影》译者又一优美佳作，跑步教给他人生的基本道理。  
跑步融合了生与死。  
跑步让他疲倦得难以理解。  
但是，跑步也让他自由。

<<雨中的3分58秒>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>