

#### 图书基本信息

书名：<<要么读书,要么旅行,身体和灵魂总有一个在路上>>

13位ISBN编号：9787547708477

10位ISBN编号：7547708471

出版时间：2013-5

出版时间：同心出版社

作者：刘屈艳扬

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>

## 前言

前言你也可以这本书的诞生很偶然。

一年前,当我非常迷惘困惑,准备把一切抛到脑后,独自一人在美国开始一场轰轰烈烈的沙发旅行时,我发现了一个台湾女孩与我竟有如此惊人的相似想法,并且她曾在欧洲睡了八个月的沙发,还出了一本书。

于是,托朋友在台湾给我带了一本她的书回来。

打鸡血一般地读了全书,还写了书评,之后自己就背个包乐呵呵地出发了,没想到被该书细心的编辑发现了行踪,联系上了我,说,出本书吧,其实你也可以。

你也可以。

我犹豫了。

一年前,也是怀疑自己是否能够赚足路费并在路上生活至少两个月,没想到,钱不够,我还是一路靠坚持靠各种途径认识的老朋友新朋友在路上好好地活了四个月。

没有尝试过,我就不会知道原来我也可以。

于是,我点头了。

生活中,已经有太多条条框框。

我想我的任务不是给自己画更多的框,而是想办法在框里框外,让自己活得更自由更开心。

我绝对不是什么旅行达人,出发之前,我对那些专业的户外用品知之甚少,不知道要带什么衣服,穿哪种鞋子。

于是去了离家最近的“Sports Authority”店里淘了一双50美元的登山鞋,走了三个月左右,鞋底走坏了,在波士顿(Boston)的时候,甚至可以感到飕飕的冷风从开裂的缝中钻进钻出。

我也没有运动达人那么健硕的身材,上学的时候,天天窝在椅子上,对着电脑一坐就是一整天,眼看着从国内带来的裤子都穿不下了。

我更没有钱,旅行的每一分开销都要靠打工去挣。

我曾经在某个火锅店打黑工的时候,在厨房里打杂一站就是十个小时,不断地收拾桌子洗碗洗盘子,还要被老板娘克扣工资。

但是,这些都阻止不了我,因为当有了信念之后,你便会义无反顾地走下去,回头才发现,原来你也可以。

五个多月的打工,四个多月的流浪,我没有像从前那样干什么事情都给自己设一个时间表讲求效率,相反,那个时候,我最缺乏的就是静静看生命流淌的耐性。

所以,脱离了既有的生活轨迹,给自己一个独处的时间,拥抱更多的陌生人,体验生命里更多的可能性。

每个生命都有一个起点、一个终点,你可以选择走直线,也可能会绕弯。

做一件事情的时候,我通常不会选择被认为是简单舒服的方式,而是希望能尽量依靠自己的力量更有意思地把事情办成。

这么做,不是向别人去证明我是谁,能力有多强,完成的过程就是生命成长的过程,我希望我的生命过程会更有意思一点点。

打工流浪,是我给自己出的一道题,真心感谢那些曾经对我有质疑、防备、不屑、怜悯、引诱的人,当然,还有真正尊重和关心我的朋友。

人世间各种情各种味,不都尝一遍,怎知生活味?

我鼓励每个人都到路上走一走,你也可以。

## 内容概要

《要么读书,要么旅行,身体和灵魂总有一个在路上》内容简介：她是一个自小就拥有流浪梦的狮子座女孩。

在美国硕士毕业之后，她决定去追逐内心的声音，做真正想成为的那个自己。

于是，她开始了打工、旅行的生活。

在为期三个月的打工过程中，她与之前从未接触过的人们相处、打拼，学会了如何去战胜自己，如何努力做好那些之前从未接触过的工作。

在结束打工后，她毅然背起背包，开始了独行之旅。

她享受睡灰狗巴士、搭便车的时光，在奔波中懂得了珍惜和感恩。

在与二十多个沙发主人的相处中，她走进了每个人不同的片断生活。

通过和他们一起旅行、画画、谈音乐、做美食，聊社会文化，她有了新的领悟和收获。

这些用文字、镜头和画笔记录下来的旅程点滴，成为她成长经历的真实证明。

这个历程对她来说，只是生命长度中极其微小的缩影。

怀揣梦想，继续上路，她对自己说只要你愿意，你也可以。

## 作者简介

刘屈艳扬, 87年的狮子座, 爱笑爱冒险的湖南女生。

自记事起就梦想着背包到异乡流浪, 虽然一心想往歪了走, 但在23岁之前, 却一直没有走出规规矩矩的乖孩子生活。

大学期间的志工经历、和在心理学领域的研究学习, 让她对许多曾经以为理所当然的事情和人生理念产生质疑, 并且强烈地感受到“心里总是缺了一块什么东西”。

从南京大学本科毕业后, 随即赴美深造。

又是一轮在课堂、自习室、实习与家之间的马不停蹄。

她开始不停问自己, “我独一无二的人生究竟长得什么样子?

我的人生界限在哪里?

”想脱离按部就班的生活, 硕士毕业不久, 她便和一帮失业者跳上一辆货车, 飞奔在洛杉矶各个地区挨家挨户推销吸尘器, 由此开始了自己的间隔年。

她开始尝试许多曾经不敢做、或者不愿做的事情, 三个多月跌宕起伏的打工经历结束之后, 背起背包, 踏上了独自旅行路。

她总是相信, 人心本善, 一路交朋结友, 从西走到东、从南走到北。

她在北加州一座佛寺中静修, 在德州农场做志工干农活, 在猫王故乡重拾对绘画的热情, 在华盛顿与一家巴基斯坦移民结缘, 在芝加哥返程之际所有财物和重要证件被偷……靠着不足三千美金, 她走完了四个月的旅途。

但是, 在路上的生活, 才刚刚开始。

《我是刘屈艳扬, 我代言我自己》——要么出发, 要么纠结到死!

最可悲一辈子夜郎自大做只井底之蛙, 冒险是注定孤独的旅行, 路上少不了质疑和嘲笑, 但那又怎样?

哪怕遍体鳞伤也要活得漂亮。

我是刘屈艳扬, 我代言我自己。

25岁, 单身, 狮子座, 女, 读书, 打工, 旅行, 3千美金游遍美国, 我冒险, 我自由, 我快乐!

我只做我自己!

书籍目录

前言你也可以 Part1前奏：向梦想之地进发 就这样毕业了！

002 一个突然的决定004 最漫长的旅程005 享受真正的夕阳007 满载快乐的小火车011 山路惊魂017 闯入  
童话世界020 回到原地024 Part2彷徨：初涉世事的迷惘 当自由遭遇命运028 推销吸尘器的日子032 危险  
女孩042 一场墨西哥的狂欢046 Part3尝试：沙发初体验 富人与承诺058 迟暮063 初当沙发客066 逃离，准  
准备好了吗？

074 Part4放逐：整装再出发 非英雄式出发078 乘着灰狗与你重逢080 ThumbUp！

084 万佛圣城参禅088 旧金山掠影102 Part5行走：沿途的人和事儿 历史小镇的百年穿越114 车轮上的爱  
情121 冬季温暖盐湖城129 有爱的父与子138 农场记事142 Part6追逐：听从内心的声音 简单的艺术家先  
生160 抵达东岸164 关于L—O—V—E168 漂游的人171 我和我的穆斯林家庭177 伤情芝加哥195 Part7回归  
：下个路口再见 保质期内的约会208 琐事小记211 就算一个人也不会孤单213 我们还会再见218 尾声

章节摘录

版权页：插图：就算一个人也不会孤单 离回国的日子越来越近了，四个月的旅行已经是过去时，但记忆无比清晰。

旅途上，经常有美国人问我：你最喜欢哪个地方？

这个问题让我很难回答，因为这次旅行不是一次游玩，风景固然美丽，但是我的注意力和记忆力都被人和事给带走了。

每个所经之地的故事都是不同的，所以我对每个地方的感受都是不同的。

只能说，每个地方对我来说都很特别。

也有朋友要我写个什么攻略以供参考。

可是我发现自己不知如何下笔，因为这是一次流浪，近四个月的流浪已经超出了我的预期，走完它，靠了许多人热心的帮助，我不知道该怎么教别人去模仿。

那么，我有什么可以分享的呢？

我是怎样旅行的？

这是许多人最关心的问题。

行程：洛杉矶（11/18/2011） 帕西菲克格罗夫（11/18—21/2011） 南旧金山（11/21—22/2011） 尤凯亚（11/22—28/2011） 旧金山（11/28—12/04/2011） 里诺（12/05—07/2011） 盐湖城（12/08—14/2011） 奥斯汀（12/15—18/2011） 马诺（12/18/2011—01/01/2012） 孟菲斯（01/02—05/2012） 亚特兰大（01/06—12/2012） 夏洛茨维尔（01/13—16/2012） 费城（01/17—20/2012） 波士顿（01/21—27/2012） 纽约（01/27—02/01/2012） 芒特雷尼尔（02/01—03/2012） 巴尔的摩（02/02/2012） 罗克维尔（02/04—07/2012） 斯普林菲尔德（02/07—03/07/2012） 印第安纳波利斯（03/08/2012） 芝加哥（03/09—14/2012） 洛杉矶（03/14/2012） 住宿：在住宿上我只花了很少的钱，既然是流浪穷游，我自然是尽量避免去住明码标价的酒店和旅社，事实上除了在华盛顿租房子，其他大部分时候都是当沙发客住在陌生人家里或者在朋友家中借宿。

当沙发客不只是一种经济的旅行方式，作为一个行者，这是我能走进别人生活最直接的方式。

找沙发的时候，我也一直很顺利，很少有被拒绝的时候。

我找到的沙发主人大部分都和我有共同的兴趣爱好，比如喜欢艺术的，具有冒险流浪气质的，喜欢交流知识的，心理学同行或者对心理学感兴趣的，等等。

总之，这个世界这么大，人那么多，你总能找到和你相似的那类人。

游学：游学游学，边游边学。

我喜欢在街上闲逛，每到一个陌生的地方，我就喜欢漫无目的地在路上走，随便上一辆公交车或者地铁去一个地名听上去不错的地方。

这样走走停停，观察当地人的着装、表情、走路的姿态，听一个城市的声音。

我常常迫不及待地想找个人说话，我左顾右盼的神情和背包轻易暴露了旅行者的身份。

于是，就会有人对我报以友好的微笑，有人会自愿给我当向导，有人会主动找我搭话，还不忘留个号码：“嗨，如果需要帮助的话就给我打电话！”

另外，我超级喜欢去博物馆，特别是非现代艺术博物馆，如果能有印象派的藏品那就更符合我的胃口了。

如果碰到一个好博物馆，那么那一天我就能待在里面不出来了。

就这样，我在东岸独自旅行时度过了许多愉快的时光。



编辑推荐

《要么读书,要么旅行,身体和灵魂总有一个在路上》编辑推荐：你确定一定以及肯定你那就是生活而不是“被”生活？

按部就班，一团死水，20岁的血管流淌着80岁的血液。

瞧你那蔫儿吧唧的样儿，绝对需要去远方打一次鸡血。

一个爱冒险女孩的美国之旅，能满足您对旅行的所有想象。

三千美金=读书×旅行×沙发客×打工×爱情。

1.最刻骨铭心的身心放逐之旅，能满足你对旅行的所有想象。

人和远方的相遇，就像一场超越时空的爱情。

还有什么能比深入身体和灵魂的成长之旅更让人刻骨铭心？

《要么读书,要么旅行,身体和灵魂总有一个在路上》集留学、旅行、打工、沙发客、爱情、心理成长之大成，过程惊险刺激，能满足你对在美留学、旅行的所有想象：在北加州佛寺中静修，在德州农场做志工干农活，在猫王故乡重拾对绘画的热情，在华盛顿与一家巴基斯坦移民结缘，在芝加哥返程之际所有财物和重要证件被偷……2.最温暖真诚的成长之旅，对我们的成长极具启发意义。

从小到大，刘屈艳阳是个乖乖女，读书，升学，考试，一直过着按部就班的生活，来到美国读完硕士后，作者试图挣脱既有的生活轨迹，思考“我独一无二的人生究竟长得什么样子？

我的人生界限在哪里？

”，于是开始了自己的“间隔年”生活。

三个多月跌宕起伏的打工经历结束之后，她背起背包，孤身一人走完了四个月的旅程。

对于一个善于思考的女孩来说，收获的不仅是沿途的风景，还有那些好心的热心人以及同他们发生的故事，最重要的是，作者从一直被父母安排的生活中解放了出来，做了一回真正的自己。

你还在“被”生活吗？

你是否愿意做一回真正的自己？

3.最经济划算的旅行，三千美金，游遍美国。

长达一年的间隔年生活，行程三万多里，竟然花了不到三千美金，作者究竟是怎么做到的？

露宿？

沙发客？

打工？

搭便车？

读后即知答案。

4.《我，睡了，81个人的沙发》连美恩，《一个人私奔》王迪诗倾情推荐。

蚂蜂窝旅游网重磅支持大帖！



名人推荐

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>