

## <<人生如登山>>

### 图书基本信息

书名：<<人生如登山>>

13位ISBN编号：9787802346840

10位ISBN编号：7802346843

出版时间：2011-7

出版时间：中国发展

作者：(奥)托马斯·布本多尔夫/(德)唐文平

页数：177

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;人生如登山&gt;&gt;

## 前言

万事万物之间都是有联系的，人与人之间更是如此。

只不过有些联系紧密，有些联系疏淡，有些联系清晰、直接，有些联系隐晦、间接，有些联系需要较长时间才能观察到。

人与人之间的联系用中国文化的概念表述叫缘分，联系越紧密，缘分越深。

我和布本多尔夫先生应该是有缘分的。

说起来，我们两人是如此的不同：他是奥地利人，我是中国人；他是一位伟大的登山家，我是一个平凡的出版人。

但现在，《人生如登山》这本书把我们联系到了一起。

之所以有此联系发生，是因为我们在有着诸多不同的同时，也拥有一些共同点：我们有共同的朋友——在德国生活的唐文平博士暨她的丈夫何剑鸣博士——正是文平和剑鸣介绍我和布本多尔夫先生认识；我们有十分接近的年龄，按中国农历说我们都是壬寅年的“虎”，因而可能有一些对生活的相近的感悟。

大概正是因为这些共同点，2010年9月，当剑鸣和文平在北京的一次老友聚会上向我介绍布本多尔夫先生和他的著作时，我产生了浓厚的兴趣，表示希望在中国出版其著作。

2010年11月，我和我的同事陆森在文平的引见下初次见到布本多尔夫先生，我们即谈得十分投机，他讲述的攀岩中的许多体验，居然和我从一些禅宗书籍中读到的对禅定境界的描述十分接近，令我感到惊奇。

有趣的是，我和剑鸣相识多年，此前他们伉俪也曾从德国回国与我聚会，那时我尚在报社工作，他们并未说起过布本多尔夫其人其事其书。

而我刚刚改行进入出版界三个多月，他们就从德国带回了布本多尔夫的书并介绍给我。

我想，这大概就是缘分吧。

为了让中国读者全面了解布本多尔夫的人生和思想，布本多尔夫先生在和唐文平博士商量后，决定专门为中国读者写一本新书而不是简单地翻译他在德国出版的著作，这让我非常感动。

这也是本书的一个重要特点：本书是由布本多尔夫先生和唐文平博士共同创作出来的。

其工作方式为，布本多尔夫用德文一小节一小节写出初稿，唐文平在研读初稿的基础上与布本多尔夫充分讨论其思路、内容、结构以及文字意义，尽量准确地理解布本多尔夫原文的思想，确认后再写成中文。

因此，本书的写作十分费时费力，许多细节要在两人之间电话、邮件往返多次才能定稿。

这是一部严谨认真、呕心沥血之作。

收到书稿后，我如饥似渴地通读了一遍，打印稿上满是我用笔划出的重点线。

这本书承载了一位伟大登山家对自己人生经历的深度思考，由于他多次切近生命的某种绝对状态，他的思考具有罕见的穿透力。

布本多尔夫对其传奇人生的回顾和深度思考，加上唐文平在充分沟通、深刻理解基础上的流畅优美的中文表达，使这本书具有很高的阅读价值。

为此，我对他们充满感激之情。

作为一位禅学爱好者，我还从这本记述一位西方登山家思想的书中读到了一些类似东方禅宗的思想。

德国媒体曾经称赞布本多尔夫在德国出版的书是“哲学与诗”，我想说，《人生如登山》有诗意，有哲理，也有禅意。

布本多尔夫在回顾他12岁时第一次登山的经历时这样写道：“上山的时候，我没有想其他的东西，只想着下一步，只考虑应该把下一步放到哪里、该怎样迈出下一步……我完全沉浸在对下一步的思考之中，也许有生以来第一次超越了自我。

”这段话使我想起著名禅师圣严法师教导弟子如何爬山的话。

身体瘦弱并经常遭受病痛折磨的圣严法师爬山时比他的许多年轻力壮的弟子走得快，弟子不解。

禅师说，你只需关注脚下的每一步，切实走好，不要想前方有多远，就不会觉得累。

## <<人生如登山>>

——安住当下，把握当下，活在当下，这是禅宗的一种修行方法。

通读《人生如登山》，我发现布本多尔夫先生对“安住当下”有类似的实证体验。

正如他所言：当下是钥匙，当下是世界，是过去和未来流动的交叉点。

他在本书前言《致我的中国读者》中更明确地表述了这种理念：“明天我将知道更多，但今天是一个很好的‘出发点’，当下永远是最好的起点：现在，不是以后。”

## <<人生如登山>>

### 内容概要

《人生如登山》看似简单的书，记录了布本多尔夫先生登山的经历，以及在登山过程中的体验和感悟，可以说是他人生的写照。

对于他，登山是寻找和发现，是愉悦和满足，是做符合自我特有本性的事情，是做自己真心想做的事情，是对生命提问的积极回答。

顶峰和目标不是他登山和做事的终极，只是全身心投入登山和做事的自然结果。

相信这本书会启发读者去思考生命中的根本问题。

## <<人生如登山>>

### 作者简介

作者：（奥地利）托马斯·布本多尔夫（德国）唐文平托马斯·布本多尔夫，全球顶级极限登山家。与惯常依靠绳索和氧气瓶登山不同，他完全依靠双手双脚攀登垂直的山壁或冰壁，以“单人无绳一天攀登”的独特风格创造了众多以最快速度首次攀登全球著名山壁的世界纪录。

## <<人生如登山>>

### 书籍目录

第一章我的成长之路发现登山与攀壁健康的身体承载健康的精神生命的危机和痛苦的意义第二章我的登山之路寻找和发现——登山的动力单人攀登者——困境中的决定我在这里——登山的愉悦艾格峰北壁——回答生命的一个提问多洛米蒂五个山壁——创造纪录和步人歧途第三章我的思考之路梦想与挑战恐惧风险与安全小步原则勇气决定责任目标和努力成功幸福和愉悦充实满足的人生我为什么写作《人生如登山》写书如登山

## &lt;&lt;人生如登山&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：插图：缘由，霍卡雷克突然从天而降，重新进入我的生活。

那时，我已经到英国的寄读学校上过一年小学。

平时我参加滑雪比赛，在当地乒乓球队打球，滑雪的水平高于打乒乓球。

我已经有了一个女朋友，小心翼翼地开始了两性之间的交往。

我很忙，每天训练、会女朋友、被我的弱科——数学纠缠，常常在外公家度过很多时间。

这些事情排满了我每天的日程，但显然并没有让我感到充实满足，当时我肯定隐隐察觉，我还没有找到我的使命、一件适合我的事情、一件让我充实满足的事情。

除了不喜欢的数学，我所做的一切，对我来说都不是真正的挑战。

只有数学让我费劲，但我不喜欢数学，数学是上学时一个令我烦恼的义务。

大概出于无聊，在6月的一个下午，我骑了自行车，来到八公里以外绿谷的尽头，那里有霍卡雷克山前的最后一座农庄。

我觉得应该上山，我想亲眼看看被雪崩带走的小木屋，看看追猎小动物的老鹰。

我想知道，站在阴影般的十字架旁边，从山顶俯瞰绿谷是什么感觉。

我很好奇，霍卡雷克向我提出问题，我来到这里寻找答案。

我试着上山，但是我连小木屋都没有走到。

我没有找到路，只好沿着一条小溪向上爬，辛苦地走了几个小时后，小溪变成一个瀑布，左右是垂直的岩壁，我无法继续往前，只好费力地慢慢退到山下，回到我存放自行车的农家。

在那里，我碰到一个猎人，他告诉我在小溪右边不远的地方有一条路，并向我描述了如何找到这条路。

几天以后，放学之后的一个下午，我再次尝试攀爬霍卡雷克。

我找到了猎人描述的那条路，刚开始我进展顺利，跑得很快。

我还不知道走远路开始的时候应该慢走，不懂得上山下山要合理分配力量，而且当时我觉得那条路不是很远，但是那条路比我想象的要远得多。

我的。

装备”很简单，脚上穿着当时流行的阿迪达斯鞋，身上穿着短袖套头衫和短裤，我没背背包、没带干粮、没有雨具，走之前也没有关心天气预报。

我家里没有人登山，我找不到可以询问登山相关事情的人，例如登山应该注意什么、登山需要什么东西，等等。

## <<人生如登山>>

### 后记

我第一次有机会来到中国，是1987年。

那一年，我和一名摄影师以及一名记者一起到了北京，参观了长城，还在云南昆明附近奇特的石林和广西桂林攀岩。

近几年，我还多次到过上海、香港、澳门和西藏，认识了今天的新的中国。

我在中国接受媒体采访，为大型企业高层管理人员做报告。

在这个过程中，我初步地了解了当今中国人的思想，许多人对我的关于人的普遍行为的哲学思考很感兴趣，这出乎我的预料。

在接受媒体采访的时候，中国记者提问之深刻，给我留下了很深的印象。

他们提出的问题与我已经习惯的西方记者的问题不同，我是一个登山者，但是他们提出的问题更多的是在挑战作为思想者的我，它们涉及意义、满足、恐惧和幸福等重要的人生课题。

我不知道是偶然还是必然，让我认识了特定的人，他们一直要求我、敦促我为中国写一本书，这里有这么多人在寻求精神导向、寻找生命的意义。

可以肯定的事实是，没有我的中国朋友何剑鸣和他的夫人唐文平，是不可能《人生如登山》这本书的。

剑鸣就职于德国慕尼黑西门子公司，我时常为西门子公司做报告，因此他在十年前就认识了我并了解了我的哲学思想。

文平本是文学与语言学研究者，也回中国的大学讲学。

在集中精力完成这本书的几个月的时间里，她是我相得益彰的哲学对话伙伴，她提出了许多尖锐和深刻的问题，使这本书大大增色，帮助我更好地理解今天中国人所关心的那些重要的问题。

通过剑鸣和文平，我认识了我的出版人——中国发展出版社社长包月阳先生。

他出版了这本书，是对我的哲学思想的巨大信任，对此我对他和中国发展出版社不胜感激。



## <<人生如登山>>

### 媒体关注与评论

布本多尔夫先生是一位拥有哲学思维的登山家。

他对人生、生命和“意义”的思考独特、深入而宏阔，从而使本书充满了名言警句。

相对于我从书中读出禅意，我相信，不同的读者也可以从中悟出不同的东西，作为自己人生之路的参考。

——包月阳中国发展出版社社长、首都青年编辑记者协会主席布本多尔夫先生在登山中找到自己，找到自己的使命，他对生命的认识来自他自己，来自他登山的经历，来自于生命的绝境。

他是一个现实生活中的人，一个积极主动的人，他与我们分享的思想不是冥思苦想的结果，而是他基于自己经历的实在的思考。

——唐文平德国明斯特大学博士

## &lt;&lt;人生如登山&gt;&gt;

## 编辑推荐

《人生如登山》：对于他登山是寻找和发现是愉悦和满足是对生命提问的积极回答,我倾听了我内在的声音，遵循我的“自我特有本性”，做出决定选择了登山的生命，选择了与登山有关的一切，以此，我承担了自我责任。

登山的生命不是容易的生命，因为登山是“危险”的冒险；但是，对我来说，最大的危险是根本不去尝试经历这些冒险。

这是我的生命，这个生命挑战我，焕发我的激情。

我不能做任何其他的事情，更不能出于错误的义务感、为了所谓的安全去做其他事情。

是的，我登山的生命可能会让我失去性命，但是另一种生命对我同样危险，因为那不是一个人充实满足的生命，而是一个浪费掉的白白存在的生命。

布本多尔夫先生为全球顶级的极限单人徒手攀岩攀冰专家。

与惯常依靠绳索和氧气瓶步行登山不同，他完全依靠双手双脚攀登垂直的山壁或冰壁，在单人徒手登山这一领域创造了众多以最快速度首次攀登全球著名山壁并成功的世界纪录。

布本多尔夫先生又是一位有着深厚的文学和哲学修养的登山家。

从青年时代至今，他已经以德文写作并出版六部图书作品，记录他登山的体验，以这些在极限环境乃至生命绝境中得到的体验为基础，引发出对人的普遍行为原则的思考，阐述他对人生的认识和态度。

他的著作富有文采和哲理，其《征服无形》一书被德语媒体誉为“哲学与文学的结合”。

<<人生如登山>>

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>