

# 《象山一样思考》

## 图书基本信息

书名：《象山一样思考》

13位ISBN编号：9787200113212

出版时间：2016-9-30

作者：徐铭谦

页数：283

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《像山一样思考》

## 内容概要

美国阿巴拉契亚山径是纵贯美国东海岸南北山脉的一条步道。一直以来,数以万计的志愿者、民间组织踩着前人的足迹走成步道,而步道又串联起散在各地的风景与故事、自然与人文、过去与未来,成为许多人梦想中的步道。徐铭谦一直梦想去探索这个步道背后的故事。于是,她背上近4个月旅程的行李,上路了。而后,原本只是单纯步道之旅,却成了与自己对话的生命之旅、与路对话的哲学之旅,还载满了笑与泪、汗水与泥巴的中外友情。在旅途中,她开始学会,如何像山一样思考,重新认识人与自然的关系。

# 《象山一样思考》

## 作者简介

徐铭谦,1974年生,台湾大学博士。现为千里步道协会副执行长,台湾大学国发所、台湾清华大学通识中心兼任助理教授。2006年起陆续获得梦想资助计划,赴美国、英国、德国、法国、瑞士、日本、冰岛、新西兰等国家徒步及学习步道工法,推动“步道志愿者”与“无障碍步道”运动,开创“手作步道”与“步道学”的专业领域。

著有《象山一样思考:寻找梦幻步道的旅程》(繁体字版:《地图上最美的问号:追寻梦幻步道的旅程》),获开卷美好生活书奖;与千里步道的同仁合著《千里步道,环岛慢行》,获得开卷美好生活书奖、入围金鼎奖。2016年起筹备手作步道系列图书,已出版《手作步道》。

# 《像山一样思考》

## 书籍目录

### 1 断背山是个好的开始

梦想的起点 / 书上的视野 / 非去不可的信念知识盒 百年山径故事

### 2 轻装化的极致是雇一头骡子

向登山前辈请教 / 啤酒罐变身为炉具知识盒 太阳能锅选用轻量、节能的装备

### 3 “怪咖”——全程行者学校校长

全程行者只是迁徙的动物 / 低价沃尔玛大战豪华户外连锁店 (REI) / 万卷不抵一页 / 我的同学们 / 期待看见最美的山径风景

### 4 阿巴拉契亚与没有历史的人

阿巴拉契亚山名之谜知识盒 南方阿巴拉契亚文化的音乐元素——乡村音乐 / 地质学上的阿巴拉契亚 / 切罗基的传说

### 5 泪之路

漫长的生死之路

### 6 做步道，第一课

爱你的工具 / 少林基本功夫 / 上乘工艺美术 / 手工打造的价值知识盒 清理步道工法

### 7 屋顶上的打击手

度过完美的一天 / 老当益壮的银发志愿者 /

上屋顶，下不来 / 第二座山屋 / 爷爷泡的咖啡 /

最后的晚餐 / 小记

知识盒 修建山屋工法

### 8 山椒鱼与树根的哲学

难题，砍掉一棵树？！ / 与山椒鱼相遇 / 找出自己理想的步道尺度知识盒 开辟新路工法

### 9 仙那度瓦华丽的冒险

夏天的营火 / 如果普罗米修斯看见 / 营地帐篷里的思考 / 白尾梅花鹿母子 / 谁的国家公园 / 成功移民的游隼知识盒 用保育救失业、拼经济 公民保育团的奇迹

### 10 早安！西西弗

一天挑战一级石阶 / 我的第一级石阶 / 石阶狂俱乐部 / 荒野的步道 / 会思考的石阶知识盒 打造石阶工法

### 11 亲爱的，我把步道变好玩了

给我一个支点 / 中国功夫击石法——从空手道式到金鸡独立挥棒式 / 我是传奇 / 伙伴们的狂欢 / 意外的邀约 / 小记

### 12 再别新桥

遇到瘴疔之气 / 超有型步道俱乐部 / 两种极端的步道 / 没有一棵树因为这座桥倒下 / 厕所也可以很环保 / 我们的高山生态厕所实验 / 暂时回到文明世界 / 为了梦想，争论可暂时摆一旁 / 浮生千山路知识盒 架设木板桥工法

### 13 北与南

健行者的朝圣地 / 每一种都是美丽的选择 / 跨越扬基佬的地界 / 南北战争与梭罗的哀悼知识盒 中央山脉纵走联想

### 14 山径，社区，行不行

不断改道的山径 / 通过私人土地的难题 / 原初的新山村蓝图 “重返土地”的乡野运动 / 没有商业介入的光荣传统 / 欧陆舒适的健行经验 / 散步在英格兰的社区

### 15 漫游新英格兰山径

我在瓦尔登湖 / 历史与文学的时空交会 / 在纽约，爬郊山 / 我在阿巴拉契亚山径火车站下车 / 酒精炉派上用场 / 山径上的动物园 / 公无渡河

### 16 从那里到这里

最早的步道是哪一条 / 从 33 号闸口到 0 公里 / 从高山到海洋 / 卡塔丁以北、贝尔岛以南 / 小念头转动大世界，故事正要启程

细读铭谦的书

学习“无痕山林”，体验“手作步道”

## 《象山一样思考》

“手作步道”初体验 / “手作步道”在大陆的践行

## 章节试读

### 1、《像山一样思考》的笔记-第1页

#### 那些年，山教给我的事

接到北京出版社的邀请，有机会能在大陆出版《像山一样思考：寻找梦幻步道的旅程》（繁体版原书名：《地图上最美的问号：寻找梦幻步道的旅程》，再版书名：《我在阿巴拉契亚山径：一趟向山思考的旅程》），和更多读者分享自然教给我的事，真是值得开心。

原本想得很简单，不过就是繁体转换成简体，顶多只是两岸译法与语法的调整而已，但在与编辑反复讨论过程中，我才了解有些字词没办法直接转译。例如作为本书关键词的“步道”，原来在大陆没有“专供人行山走路的小径”的专有名词；也许较接近的说法是“山路”，但山路也可通车，而铺面也可能是硬化道路；部分地方有“游步道”的说法，但又太过强调外来者观光旅游的因素。

同时，推广上也存在着难题：一个华人去什么阿巴拉契亚山脉健行，当修护步道的志愿者，又不只是登山冒险，且难以被归类为自助游记，另外还有大量的文化观察；书名用美国环境伦理大师利奥波德的名言为题，显示是探讨人与自然关系的生态科普书，但里面介绍了一些修护步道的工法，又好像是建筑景观科系的工具书，不仅难以上架，对大陆读者来说也似有层隔阂，读者群实难界定。

因此，我想借用东方禅学思想中的“见山三部曲”，来诠释本书的思索阶段，搭配摘录的古代遍历中国的旅行家徐霞客游记片段为楔子，也当作给读者阅读此书的一些脉络与前导。

#### 见山是山

攀玩移时，望狮子峰已出，遂杖而西。是峰在庵西南，为案山。二里，蹶其巅，则三面拔立坞中，其下森峰列岫，自石笋接引两坞迤迳至此，环结又成一胜……群峰或上或下，或巨或纤，或直或欹，与身穿绕而过。俯窥辄顾，步步生奇，但壑深雪厚，一步一悚。

—1610年徐霞客《游黄山日记》

探险、旅行的内在冲动，是人们出走、进入、攀登一座又一座山的原初梦想，这样的经验古今中外皆然。

徐霞客足迹遍及大江南北，行过两万六千里。而本书中介绍的美、加国际阿巴拉契亚山径全程行者们前仆后继，徒步5550公里完成挑战自我的壮举，好莱坞影星劳勃·瑞福还将此主题搬上大荧幕，读者不妨把阅读本书当作一趟阿巴拉契亚山脉游，沿途展读风土民情与历史文化。郁郁葱葱的山貌随着林相在季节变化着容颜，阴晴雨雪，人在风景中心情转变。

旅人游览的主题是群山（阿巴拉契亚山脉是美国东岸南北山脊线的总称，包含高矮不同的山头），而脚下的山路只是无关轻重的过程，顾名思义就是通往山区的路，在地图上就是一条线，在古籍游记中是由里程与地名组合而成，无须细节。

#### 见山不是山

按，此则南北二盘，但名称之同耳，发源非一山之水。北盘自可渡河而东，始南合亦资孔、火烧铺之水，则火烧铺非北盘之源也。南盘自交水发源，南渡越州，始合明月所之水，则明月所非南盘之源也。乃《一统志》北盘舍杨林，南盘舍交水，而取东南支分者为源，则南北源一山之误，宜订正者一。

—1638年徐霞客《盘江考》

入山时带着一个问题，尝试追寻答案，就跟推理小说一样，每找到一个暂时的答案，只会引出更多的线索与更大的疑问。

对徐霞客而言，他的行走环绕着“探江河发源、寻三大龙脉”的线索，以地理博物学的角度校正典籍的道听途说。对利奥波德来说，从看到亲手猎杀的老狼眼睛里凶狠的绿火渐渐熄灭，了解了某种只有狼跟山知道的东西：“就像鹿群活在对狼的极度恐惧之中，山也活在对鹿的极度恐惧之中。而或许山的惧怕有更充分的理由，因为一只公鹿被狼杀死了，两三年后便会有另一只公鹿取而代之；然而，一座被过多的鹿摧毁的山，可能几十年也无法恢复原貌。”

而我弯身拿起一头是种下生命的锄头、一头是夺去植物生命的斧头的工具，沉重地要修护脚下的土径，既要使之不积水泥泞，又要尽可能减少伤害树根和土里栖息的生物，在人的需求与自然整体的稳定之间，寻求一个可以被山接受的尺度与做法。既真正借由敲击认识这座山的地质组成，也借此探

询人与自然之间的关系，在实作中思辨、寻找能让人在不伤害环境生态的前提下亲近自然的途径。

见山仍是山

复北上，行石罅中。石峰片片夹起；路宛转石间，塞者凿之，陡者级之，断者架木通之，悬者植梯接之……径小而峻，峰顶皆巨石鼎峙，中空如室。从其中叠级直上，级穷洞转，屈曲奇诡，如下上楼阁中，忘其峻出天表也。

—1618年徐霞客《游黄山日记后》

走过崇山峻岭，经历发掘、探究、怀疑、批判、辩证的历程，再回头来以全新的观点与实践，看进眼前的山、脚下的山径。

到美国之后我又陆续走访过许多国家，参与各地的实作。原理或有相类，但每个住在山里的人群，都发展出因应环境的生活方式，不同的步道工法具体而微地呈现各地的文化与场所精神，而那正是最能吸引旅人到访的特色。每座山都教会我不同的细节，工程不只关乎自然生态，也关乎深远的历史、文化乃至制度脉络。

而手作步道的发展之路，走得比我当初想象的更远。经过“台湾千里步道协会”伙伴们合作努力，协助相关步道主管机关，结合大专院校、社区大学、专业规划设计者、环境与文史NGO (Non-governmental Organization, 非政府组织) 等团队，发展出可以替代水泥硬化道路的方案。

大陆也有丰富的古道工法的历史，华北、华南、西南和西北因为地理条件不同，生活在当地的人们善用环境，一斧一凿亲手做出来的每条古道，都呈现不同的样貌，凝结成各地环境与文化的珍贵资产。

我也曾追随徐霞客的足迹。过去这几年来，我考察过北京的京西古道和八达岭野长城古道、浙江宁海的国家登山健身步道、云南高黎贡山的南丝绸之路与部分的茶马古道，还有四川具有民族色彩的转山路线。我还做过这些古道的自然动植物生态、历史人文、地质气候与步道工法的调查，这些步道本身工法就呈现极大的不同，也是文化资产的特色所在。

例如京西古道上的“蹄窝”地景，人为踩踏加上石材特性与水蚀的壶穴痕迹，而在“香道”上则因应人与轿子进香有石阶、石板铺设，其中发现在斜坡上有“山坡陡峭处，每隔一米，栽立石一排，防止石头松动滑落”的规律；宁海登山健身步道，在元代宁海县丞就记载当地工法特色“行山云作路，垒石海为田”，当地古镇民家与田埂都以打石砌造，古道、古桥也是如此，在斜坡处以立砌小石增加摩擦力的方式解决水的冲刷与路滑问题；由于高黎贡山的火山岩特性，山脚下江苴古镇街道石板的铺设，以卵石砌边、石板镶心，镶心石板一尺来宽、二三尺长，方便老弱妇孺行走，既不破坏地下生态，这些镶砌的石缝间，还可以渗下多余的雨水。

世界各地的步道虽然说着不同的山的语言，但在跨文化、跨地域的经验中却存在许多高度的共通性。比如在英国南威尔士，日本冲绳，中国浙江宁海、四川丹巴中路与台湾屏东旧达来排湾族部落都有类似的立砌小石铺面与石墙造屋。这些地方的地质多岩石(虽然岩性质地成因各异)，而气候也都相似地受到海洋、季风的影响。

一地步道的历史、文化、气候、水文、环境、生态与制度细节，反映出当地的独一无二，也体现了人与万物相互联结的整体平衡关系。

恰若青石的街道向晚，但愿明日与青山常在

游历大陆的古道探索之旅当然还不在于本书的范围内，但在步道勘查现场时，随意就能与动辄以百年为单位的古道、古桥、古建筑和古镇相遇，借由研读石块的堆叠规律、来往人马、车辙在石块上遗留的痕迹，仿如能与古人、匠师的心灵跨时空对话，是相当快意的经验。

在我心目中，长城、丝路与京杭大运河都是地图上几乎最长距离、见证贸易与文明交流的路径，这期间刚好遇上“京杭大运河”申遗成功、“一带一路”政策推动，这些文化资产受到重视，但我也看到一些“全面翻新”的“古迹”，心中不免有点儿失落，能让我印证徐霞客游记场景的地方越来越少，而能够发掘保存的古道的相关物质与非物质文化遗产也越来越少，传统工法逐渐被大量水泥硬化道路与栈道平台设施取代，甚至周遭的山林地景、古镇小区也一概被开发，变得更加景区化、商圈化、同质化。

台湾走过类似的道路，但已逐渐悟得：若以水泥为文明的表征，反而失去了宝贵的特色，也终于开始尝试从当地山村找回故事，运用在地材料，结合自地古老智慧，因地制宜修护形貌各异各具特色的行走山路；透过反思，逐步进入“水泥步道零成长，天然步道零损失”，以及手作步道的阶段，从某种程度也可说是“见山三部曲”的历程。透过本书的出版，希望邀请大陆的读者们，不论你是“驴友



## 《像山一样思考》

”、自助游爱好者，还是关心环境、热爱大自然的朋友，与此专业相关或无关的从业人员，都欢迎你和我一起走一趟追寻梦幻步道、“像山一样思考”的旅程，寻找属于自己的答案。

本书有机会出简体版，要感谢北京市科学技术协会的认可，感谢北京自然之友的穿针引线，感谢北京理工大学教授杨东平老师特别撰文推荐。此外，还要特别感谢北京出版集团退休老编辑丁宁老师的热血义务帮助。该书简体版的筹备与制作耗时近两年，精益求精，在此期间，我有幸与大陆的环保团体、户外团体一起探索步道及民间古道的调查与规划活动，彼此切磋、学习，共同推动步道运动的发展。也在这段时间，大陆正在开启国家登山健身步道、国家公园等规划，步道的重要日益受到关注，期待能有机会透过文字与更多朋友结缘，或许书中的某段故事与读者产生联结与对话。我也期待，能借此重新审视熟悉的步道环境，带着好奇的眼光展开人与自然关系的探索之旅。



# 《象山一样思考》

## 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:[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)