

# 《荒野求生》

## 图书基本信息

# 《荒野求生》

## 前言

自序我疯狂，所以我存在气温零下20摄氏度，我搓了搓手指，依然感觉很冷。旧的冻伤时刻困扰着我，这都怪该死的珠穆朗玛峰！&ldquo;老兄，准备好了吗？&rdquo;摄影师西蒙笑着问我，工作设备已经完全准备就绪。我朝他笑了笑，心里却异常紧张起来。直觉告诉我有些不对劲，但我却没有听从自己的内心。工作时间到了。工作人员告诉我，今天早上干冷的北加拿大落基山风景异常壮观，我根本未曾留意。到了该进入我私密空间的时候了。我很少会像现在这样专注、聪明、勇敢、精确。我最了解这时候的自己，但也很少唤醒这样的自己。我只有在很少的时候才运用这些珍贵的品质，比如现在这个时刻。在我脚下是300英尺高的冰雪山坡。虽然陡峭，但我还应付得来。这样的速降我已经做过很多次了。&ldquo;千万不要自以为是。&rdquo;冥冥之中，内心有个声音及时提醒道。做了最后一次深呼吸后，我朝西蒙递了个眼色（示意我们可以开始了），马上收到了无声的确认。其实我们省略了一个至关重要的环节。我很清楚，但我什么也没有做。我纵身一跃，立即飞速滑坠。若是平时，我很享受这种感觉，而现在我却非常不安。以前从未有过这种感觉，直觉告诉我一定有什么事不对劲。我的速度很快超过每小时40英里，脚最先着地，冰从我身边快速划过，离我的脑袋不过几英寸&mdash;&mdash;这就是我的世界。速度越来越快，离山崖越来越近，得赶紧减速。我敏捷地把冰镐甩到前面，插入雪里，空中立刻腾起一片冰雪的&ldquo;云雾&rdquo;。我用尽全力把冰镐插入雪地，下坠速度终于慢了下来。一切进展如常，就像钟表那样精确。我信心十足。忽然我心头闪过一丝少见的清醒，不过稍纵即逝，很快就消失了。我停了下来，世界仿佛静止了。突然，&ldquo;砰&rdquo;的一声，一阵轰鸣，仿佛一辆货运列车呼啸而过，西蒙那沉重的木雪橇与摄影机厚厚的加固金属防护罩以超过每小时45英里的速度径直插入我的左大腿，剧痛伴随着白光袭来，而我则像玩具娃娃一样被狠狠地抛至山下。生命仿佛停止了，我看到的和感觉到的都变成了慢镜头。然而，在那个瞬间我只有一个念头：雪橇的运行轨迹如果再偏离一度的话，撞上的可能就是我的大脑了。毫无疑问，如果那样我就没机会再思考了。我只是受了伤，但我还活着。我躺在地上痛苦地蠕动着，眼里全是泪，但那是欣慰的泪。我看到了直升机，却听不到任何声音，然后我被送了进医院。自从拍摄《荒野求生》和《天生求生者》节目以来我已经好多次出现在医院里了。我痛恨受伤住院。就算闭上眼，那些经历还是会一一出现在我的脑海里。在越南，我在雨林里折断半根手指后躺到了肮脏的、血迹斑斑的急诊室里，床边没有任何抚慰。接着是在育空河遭遇岩石崩落，更别提哥斯达黎加那糟糕得多的山崩。还有蒙大拿的矿井塌陷、澳大利亚的咸水鳄，在太平洋小岛差点葬身16英尺长的猛虎之口，而在婆罗洲又被毒蛇咬伤。无数次的死里逃生。所有糟糕的往事逐渐模糊，然而一切还好，因为我还活着。对于生命来说活着才是最重要的，太多的抱怨无济于事。我笑了起来。第二天我就忘记了发生的事故，对我来说，那已是过去了。意外总会发生，那不是任何人的错。从这次事故中我得到了一个教训：一定要听从内心的声音。&ldquo;嗨，西蒙，我很好。走的时候给我买瓶冰镇果汁朗姆酒就行了。噢，我会把直升机、医生和治疗的账单寄给你的。&rdquo;西蒙拉着我的手。我真的很喜欢这个人。人生的一些岁月，我们曾一起度过。我低头看了看地板上撕破的滑雪服、浸血的夹克、破碎的微型摄影机和护目镜，不由得暗自疑惑：究竟从何时起，这些疯狂成就了我的世界？

# 《荒野求生》

## 内容概要

# 《荒野求生》

## 作者简介

# 《荒野求生》

## 书籍目录

# 《荒野求生》

## 章节摘录

# 《荒野求生》

后记

# 《荒野求生》

媒体关注与评论



# 《荒野求生》

编辑推荐

# 《荒野求生》

## 名人推荐

贝尔专访：探险英雄讲述所有动人故事1. 贝尔和《荒野求生》 您最喜欢在哪个地方拍摄？墨西哥的铜峡谷非常特别，还有厄瓜多尔的安第斯山和亚马逊河，但说实话，所有的拍摄地都很神奇！对我来说，能让我来做这个系列已是莫大的荣幸 - 尽管有时身心俱疲，但仍感到荣幸之至，特别是，我知道有那么多人人都可以做得比我更好 - 那么多更加优秀的生存专家、登山高手、跳伞健将&hellip;&hellip;等等。另外，我能被Discovery这么受欢迎的电视频道邀请来做这个节目，我觉得自己真的是很幸运。 在拍摄《荒野求生》期间，您受过的最严重的伤是什么？我的肘关节老是受伤，它曾在珠穆朗玛峰上摔断过，当时我在海拔一万九千英尺掉进一道裂隙中&hellip;&hellip;我经常会在拍摄跳水和打滚之类的动作时弄伤它&hellip;&hellip;我能感到骨头渣子在某个地方跑来跑去！ 是什么驱使您前往那些险象环生的极端环境？那些地方有一股奇特的吸引力，那里的生活会变得非常原始而真实。每到艰难的时刻，我全身的感官都会变得非常敏锐。当你陷入泥浆，遭遇暴雨，正在攀爬的藤蔓快要断了的时候，你必须迅速作出思考&hellip;&hellip;我喜欢那样！ 在遭遇危险时，您会采用哪些策略来保护自己免受伤害？在英国空军特勤队第21团服役期间，我曾受过各种相关训练，加上我们有一支伟大的安全保障团队，时刻监控着我们所做的一切。最后，我非常相信自己的本能，我发现每到关键时刻它都很管用。我还会在每天的黎明前做祈祷。 您究竟是怎么吃下所有的虫子和蜘蛛的？您在吃的时候是如何战胜头脑中的杂念？当你越饿的时候，虫子就会看起来越美味！即便接受过与您一样的广泛训练，我相信也不是每个人都可以本能地知道，什么是好的，什么是坏的，什么是有用的。我相信您肯定事先研究过要去的地方。您的情报都是从哪里来的？空降之前，我会先花两天的时间熟悉一下拍摄地 - 我会仔细查看所有的安全和常识资料，并听取当地的护林员和丛林专家对当地环境和动植物所作的介绍。2. 贝尔和恐惧 您恐高吗？有时候会，但通常只要过一会儿就会没事儿了。这很正常，我就站着不动，看看周围，做个深呼吸，放松一下。通常用不了几分钟我就会没事儿了。恐惧一般是因为我们还没有习惯某些事情 - 公开演讲、速度、高度、等等。只需花点时间习惯和适应一下，认知可以克服恐惧。 你攀登珠穆朗玛峰的时候害怕吗？每天都很害怕，但我知道，害怕没什么，重要的是要继续前行，每一小时，每一天，每一晚，都不能停止，直到三个月后一切结束，你最后平安归来。你绝对不能放松，虽然这很难，但我想，这次旅行最终的目的是看你有多想要，以及你能忍受多寒冷多不舒服的环境。 您最害怕的时候是什么时候？嗯，我曾经参加过奥普拉的脱口秀，它一直都在我的恐惧榜上名列前茅。（备注：贝尔曾参加过2007年1月31日的《奥普拉脱口秀》。） 你最害怕在极度炎热的环境里，还是极度严寒的环境里束手无策？两者都很可怕，但我学到的经验是，有蚊子的地方其实比没蚊子的地方更可怕。3. 贝尔和工作伙伴 在拍摄过程中，看起来您和工作人员以及身边人的关系很亲密。在那样艰险的环境里，您有担心过他们的安危吗？我们都很清楚这项工作的危险性。我们的工作留心彼此，专业地完成自己的工作。我们有最好的安全小组（一共两个人，都是前英国特种兵）。这很有效。我为他们而感到骄傲 - 无论是拍摄工作还是安全工作 - 他们能和我一起一周接着一周地忍受这么可怕而恶心的地方！你们真应该好好爱他们！ 贝尔，我们都知道，让这个节目如此成功的因素还有工作人员 - 那些幕后英雄，但观众对他们却知之甚少。他们也和您一起经历荒野求生吗？他们吃些什么？我同意，在我眼里，他们都是英雄，都是行业里的精英 - 最好的摄影师，最好的安全保障人员，他们曾是我部队里的好友，都是军中翘楚。我们的工作真正的团队合作。大部分时候，我们一起吃喝（混合军用配给或当地食物，水则装在汽油罐里从营地背过来），不过我很少会让他们和我一起吃虫子。他们有他们的工作，我有我的工作。虽然我有严格的原则，所有被杀的动物都得和摄制组一起吃，有时，我的东西很受欢迎，有时则不。 您的节目里有多少位摄像师？我们通常有四位摄像师，但在撒哈拉，因为中暑，我们失去了三个。4. 贝尔和家人 我不知道您是否想过，为了妻子和孩子而少做一些如此高风险的工作？您的妻子反对过您现在的工作吗？经常反对，但事实上，这是我一生中唯一做得好的工作。我可能已经不适合做个普通雇员了。 您是如何遇到您的妻子莎拉的？1998年1月1日，我在冰冷的苏格兰海裸泳，结果遇到了莎拉。这是我一生中最美妙的一天！现在的结果是，我每年的新年都一定要游一次泳，不管我人在哪里。为了生存，您曾经什么都吃过，您的妻子还能继续吻您吗？（我是说，在您吃过了象鼻虫、十字蜘蛛和羊睾丸等等之后。）我尽量不告诉她太多，否则她永远都不会再亲我了！ 当您回家和家人一起重聚后，您们会一起外出露营和徒步吗？您会带着孩子们一起去森林探险吗？我尽量不这样做，这是我的工作，不是他们的。但我们的确去过威尔士岛旅行，在吊床上睡觉，吃野餐，还有爬山，下海游泳，和海豹共舞。（那

## 《荒野求生》

里没有自来水，也没有电，我们只能从屋顶收集饮水，用风力涡轮机发电。）但那里是天堂，我们很享受这种宁静的家庭生活。如果您孩子中的一个（或者两个）对您说，“爸爸，长大后，我想成为和您一样的探险家。”您会对他们说什么？他们比我有更强的判断力。耶西在3岁的时候对我说，他想当一个图书馆管理员，这真是个大新闻。虽然我的梦想是教他们爬山 - 不一定要爬什么了不得的高山，就是一起爬山。我的父亲告诉我，只有两件事是最重要的 - 追随你的梦想，照顾你的朋友。我希望能把这两点也传授给他们。

5. 生活中的贝尔 贝尔先生，您有没有重访过《荒野求生》拍摄过的地点？没有。大部分拍摄地都是相当艰险、遍布蚊虫的地方，或者零下三十度、天寒地冻的地方。不过我们刚自墨西哥西海岸拍摄归来，那里倒是曾让我觉得“嗯，这个地方还是很酷的，值得盖个小木屋长住一下！”您最宝贵的探险回忆是什么？5月26日清晨七点二十二分，我登顶珠穆朗玛峰，太阳在西藏上空升起，我最好的伙伴内尔·劳顿就我的身边。四名登山者刚在这座山上丧生。我们孑然一身，身处高山，脆弱无依，但我们都感觉到了一股奇异的力量。对我而言，这个时刻令人回味无穷，充满感情，孩童时的梦想终于成真，那也是兴奋的顶点。两年前我曾摔伤了背，我自己本身在很大程度上都很质疑自己到底能不能完成，但无论如何，我上来了，我知道已故的父亲会为我微笑，对此，我深信不疑。我很好奇，不知道您是如何保持自己的强健体魄的？您每天是如何锻炼的？都做哪些运动？我每周锻炼六天……一天跑步（在山上和我的狗一起跑），然后做一些循环训练，一周还做一次瑜伽。我尽量保持吃得健康，大部分时候，我几乎不吃奶制品或者肉或者鱼 - 除了周末和生存需要的时候！请问您是哪种空手道的黑带选手？另外，您的生存指南大概什么时候出书？加油干吧！我是松涛馆空手道2段。我的书上周已经出版。（事实上，它刚挤进英国前十名畅销书榜单。我对此非常兴奋。谢谢了，伙计们！）在其它破记录的成功事迹中，作为登顶珠穆朗玛峰最年轻的英国登山者，您被收入了吉尼斯世界记录。您有计划再打破其它的世界记录吗？是的，今年5月，如果情况允许，我打算乘动力滑翔伞飞越珠穆朗玛峰。您能告诉我们您在英国空军特勤队的工作吗？从1994年到1997年，我在英国空军特勤队（第21团）服役。我通过了英国特种部队的选拔，成为一名特种兵，接受了徒手格斗、沙漠作战、严冬作战、野战生存、医疗急救、跳伞、信号、防御性驾驶、登山和爆破等技能训练。我曾两次赴北非服役（具体细节保密）。1996年末，在南非的一次自由伞降事故中，我摔伤了背，我在英国的军事康复中心花了一年时间才得以痊愈。1997年末，我登上了喜马拉雅山的阿玛达布朗峰，登山英雄埃德蒙·希拉里曾将其描绘为“无法攀登”的山峰。随后，1998年5月，作为一支由四名士兵组成的军事小组的一份子，我和我最好的伙伴内尔·劳顿（他是英国皇家海军陆战队和空军特勤队第21团的前上尉）登上了珠穆朗玛峰的峰顶。10天后，我年满24岁。1998年末，我从英国空军特勤队第21团退役。您一直带在身边的是哪些东西？打火石，这样无论环境多恶劣，我都能随时随地生火 - 从而让自己的精神振作一些，而且它的确曾多次帮助我摆脱困境。还有我的基督教信仰：高山上的经验以及在军队里的经验教会了我，如果一个骄傲自大的人觉得自己无所需，那他一定会付出代价，而我需要我的信仰。最后，我的鞋子里总是塞着一张我家人的照片。

# 《荒野求生》

## 精彩短评

- 1、哪里都是荒野，因为人的孤独是绝对的，相知相爱是相对的。所以更要：永远不要失去希望，这是生存技能的基石。除此之外，野外生存的第一条法则就是永远要保持微笑，只要你活着就还有希望。
- 2、简单质朴的文字描绘动人的冒险故事。  
关于亲情、友情、爱情，坚持信念，坚守信仰的简单真理。
- 3、书名莫名其妙，其实是一本自传。写得还是挺平实的。战胜自然的前提之一是战胜自我，贝爷确实是好样的。
- 4、只有精神空虚才是真正的贫困。一个人即使失去了一切，但若保有勇气、快乐、希望、美德和自尊，他仍然是一个富有的人。--《荒野求生》贝尔 格里尔斯
- 5、一直很喜欢贝尔和他的《荒野求生》节目，出自传当然是要更加支持的！书是塑料薄膜封好的，没有损坏，材质很不错、印刷也很清晰，配送的贝尔的海报是同书封面一样的照片，如果有探险感觉的照片就好了。书的配货到发货，很迅速！迫不及待要认真阅读，去了解贝尔传奇的经历！
- 6、昨天刚收到货，以前就听说过这本书，许多名家大力推荐的，关于贝尔本人唯一授权的一本自传估计名不虚传！
- 7、男神啊男神，励志的人生故事
- 8、一直都对贝爷非常仰慕，在上海“纪实频道”播的“荒野求生”节目每期都看，后来还去网上补看。越看越过瘾。所以贝爷这次出书我全力支持！书里主要写了贝爷的家族历史，童年回忆，家庭状况，父母姐姐等轶事，从另一个侧面对贝爷有了新的了解！披露很多幕后的故事和成名前的艰辛，和妻子沙拉的相识相知相恋，贝爷的儿子，等等。非常值得一读的好书，强烈推荐！！
- 9、贝爷nb。如果是25岁的我立马扔下书去买尼泊尔机票了——wait i did that anyway
- 10、作为人物传记，看着实在好无聊；可如果当成小说看，就会绝对贝爷那是神一样的男人，不愧为“站在食物链顶端的男人”。
- 11、彪悍的人生，纯爷们
- 12、贝尔格里尔斯的荒野求生我电脑里面下载了全套，非常喜欢这个系列，贝尔的魅力也十分强大，阅读他的自传可以更多的了解他
- 13、贝爷自传
- 14、我觉得贝尔的父亲说得很对，做任何事情都不要指望着侥幸，而要做好充分的准备工作。之前看过贝尔的采访，得知他在到达一个极度恶劣的新环境去探险之前，他都会先进行相关的考察。
- 15、他说，求生时，有三样东西对我来说至关重要。对宗教的信仰，藏在鞋底的家人照片和带在身边的打火石。只有狂妄自大的人才会说，我什么的不需要。在野外，信念很重要。——贝尔格里尔斯。一个男人，要怎么样才算有气质有魅力？我觉得，像贝尔这样就是。狂放，自由，热爱，无畏，睿智！这是一个热爱生活的男人应当有的品质。好书。鉴定完毕。
- 16、第一次看传记，本以为是一本介绍如何求生的工具书，买来才发现是传记。读下来感觉不错，很精彩，对贝尔有了个大概的了解吧。此后我也对荒野求生的节目有了接触，那个看着比较热血，比较激昂，也比较有教育性。
- 17、如果说，要我对这本书说些什么，那么一定是：作者是一个传奇。  
如果问，这本书可以告诉我们什么，那么一定是：有贝尔的品质，就能有贝尔的成功。  
常人，痴于贪，懈于行，苦于求不得，唯他，不贪，不嗔，不痴，精进不休，却所求极少。  
多灾多难的童年，多么爱自找工苦吃啊，又多么能力啊，竟然小小年纪就四处犯险。伟大的父亲，一路上，给的，全是支持，无数次把捣蛋的儿子从险境里救出。  
上寄校，心智的摧残，却让他更坚定地相信，自己不属于熙熙攘攘的人间，而属于荒野。  
为了不被欺负，十多岁的少年风雨无阻地练习武术。  
为了加入特种空勤团，当别人在看电视，玩游戏的时候，他背着负重物暴走不休。  
终于，梦成，却出了重大事故，跳伞失事，脊梁断了……人生在这里，又拐了一个弯，怎么办？  
最后，选择了珠峰  
无数次死里逃生，我们看到的不是奇迹的，而是苦难的辉煌，又有哪一段辉煌不是苦难成就的？  
所以佛苦行了六年，而我们永远只晓了趋乐避苦，反只能在苦难中苦苦挣扎

## 《荒野求生》

爱这个坚忍如神一般的男人！

18、风行全球的户外探险节目——《荒野求生》主持人贝尔&#8226;格里尔斯同时也是一名成功的畅销书作家。迄今为止，他已经推出了11本著作，其中《荒野求生》（《Mud, Sweat and Tears》）是他目前最完整最精彩的一本自传。这本书的英文版一经推出，便登上了英国畅销书榜首，并雄踞榜首长达九周。目前，《荒野求生》中文版将于5月正式在国内推出，与美国兰登书屋版贝尔自传同期上市。

说到贝尔&#8226;格里尔斯，大家首先想到的可能是他在《荒野求生》探险节目里深入世界上最险恶的绝境中那惊心动魄的冒险经历，也会为他吞下常人无法接受的各种生猛怪异的食物而疯狂尖叫。每一次贝尔的完胜，每一次他又成功地征服了地球上某处“不可能”的地方，都展示了他强大的冒险心灵和纯熟的生存技巧。贝尔，究竟是怎样成长为一个超级冒险王，怎样成就了他的野外生存秀长达7季的神话？他的勇气、胆魄和生存技巧究竟是怎样炼成的呢？《荒野求生》这本书，就是第一次用贝尔自己的语言，讲述这位世界上最强悍的青年探险家\*\*、精彩的人生故事。

贝尔&#8226;格里尔斯出生于一个富有冒险开拓进取精神的家族，他的曾外祖父曾著有《天助自助者》一书，打破了维多利亚时代的陈规陋俗和门第之见，鼓励引导人们以个人努力赢得成功。贝尔继承了家族的信仰体系，从小便深受身为英国皇家海军司令的父亲影响，喜爱登山探险、出海扬帆。幼年时，他在怀特岛上肆意顽皮地成长，并在13岁到18岁期间就读于英国著名的贵族学校伊顿公学，在那里，贝尔的个性得到了蓬勃发展，也懂了什么是真正的英格兰精神、什么是自由。从学校毕业后，贝尔徒步旅行横穿北印度，第一次近距离接触喜马拉雅山，并萌生了攀登珠峰的愿望。

回到英国，贝尔做了一个改变他一生的决定，参加了英国空勤队SAS选拔，去当一个特种部队的伞兵。SAS是世界上最精锐最艰苦的特种部队，其要求之残酷绝非常人所能想象。贝尔前后两次参加了夏选和冬选，历尽艰苦，才最终成为SAS第21团中的一员。

在SAS服役期间，贝尔的命运突然发生了一次急速转变。某个夏天，他在北非的一次自由跳伞中不慎摔断脊椎，造成严重骨折，甚至连是否能再次行走都成了一个重大问题。贝尔的信心曾一度跌到人生谷底，然而，攀登珠峰的渴望再次在心中燃起，并成为支撑他恢复的巨大动力，他发誓如果能康复行走，一定要兑现这个少时的诺言。很快，贝尔奇迹般地恢复健康，积极筹划他的攀登珠峰计划。经过3个月的艰苦登山，1998年5月26日7点22分，贝尔打破世界吉尼斯纪录，成为英国历史上最年轻的、成功登上珠峰并生还的人。

登上珠峰为贝尔带了极大的荣誉，并让他首次成为公众人物，载誉而归后，贝尔开始尝试以励志演讲为生，将他对人生与探险的经验分享给众多听众。机缘巧合的是，受Discovery频道和第4频道的邀请，贝尔开始拍摄大型户外探险节目《荒野求生》，并一炮打响。至今，《荒野求生》节目已开拍7季，贝尔的探险足迹也踏遍了世界上最险恶的绝境。他的节目在全球受到观众热捧，而贝尔也成为男人们最渴望成为的那种人。

回顾自己从一个顽皮少年成长为一个真正的职业探险家，回顾每一次与死神交锋的时刻，贝尔深感种种疯狂冒险成就了他的世界。在极限的边缘，贝尔触摸到最真实的自己。在《荒野求生》里，他写道：“人生是一场冒险之旅，危险与快乐同行。”这个神话般的男人，以他那超越常人的经历再次证实了这样一条至理名言：“人不是生来被打败的”。让我们通过这本《荒野求生》，一起来感受贝尔&#8226;格里尔斯的疯狂世界。

19、大爱贝爷！

20、《荒野求生》一书跟贝尔的节目同样精彩、震撼，我非常喜欢。

21、以前只看过荒野求生视频，看了小说才知道拍摄时的一些事情和贝尔的经历

22、贝尔真是个神奇的冒险勇士，敬佩他坚韧不拔的精神。

23、之前看贝尔的探险节目就受益匪浅，经常会有一些很励志的语录，很鼓舞人。现在看他的传记，发现他成长的故事中也蕴含着许多值得学习的东西，很受用。

## 《荒野求生》

- 24、登山如此有意义的一件事。
- 25、自己是看《荒野求生》节目才知道贝尔·格里尔斯这个人的，进而有了兴趣购买他的自传，但实际上里面描写怎么拍摄的内容并不太多，对自身成长的描述更加详尽，当然这从全面了解他的成长和日后的发展倒也无可厚非，只是跟自己希望知道的内容有些偏差。
- 26、不是讲荒野求生的故事，主要讲贝尔的家庭
- 27、真 粉丝，书籍。认同贝爷在面临人生转折时候的决定。
- 28、每天一有时间就会锁定探索荒野求生，真的很喜欢这个节目！喜欢像贝尔这样即豪放又狂野的人。
- 29、这本书描写了贝尔小时候成长历程，包括家庭出生，生活学习环境等。某种因素造就了贝尔坚强的品质。对于喜欢《荒野求生》纪录片节目的朋友来说必须读一读啊。
- 30、很喜欢看贝尔的荒野求生和新的兵营求生，所以买了这本书。向贝尔学习。
- 31、这个男人就是传奇。他直率简单勇敢无畏，没有什么可以阻挡他前进的步伐。SAS选拔的艰辛痛苦，跳伞失误差点残废的人生低谷，挑战世界之巅珠峰的雄心壮举和那些数不清的极致冒险，还有正在进行或等待发生的故事，没有什么比这些更叫人热泪盈眶了。攀登珠峰肯定是每个冒险者的极致梦想，大部分人只是当做梦，很少的人去做了，更少的人成功了，但只有几个人成功以后活着走到地面，而这家伙23岁就做到了。他不仅是天生的冒险者，更是虔诚的自然主义者，敬畏自然，满怀感恩，并没有自我膨胀到以为征服了神山，而自认幸运。这是他活下来的最大理由。崇拜Bear，不仅仅因为佩服他实现了哪些，更是敬服实现背后的精神。人生是一场冒险，活着的每一天都是礼物。
- 32、人生是一场冒险游戏，活着的每一天都是礼物。
- 33、一把野刀打遍天下
- 34、贝爷自传 当然是大力资兹啊  
送的海报一年多了还没有掉色 exciting
- 35、如果真的是贝爷本人写的还可以原谅，因为真是写得太烂了！
- 36、书很贵啊！
- 37、贝尔写得很实在，只是书名翻译得太恶心了。贝尔取得很好，叫<Mud, Sweat and Tears>，可是翻译过来又是连书名都做了一番商业宣传。
- 38、这个商品不错~在电视上看了贝尔的荒野求生，立即被他的英勇、无惧、智慧所吸引，贝爷拥有的绝非普通人的胆识，被贝爷的勇猛所折服，就欣赏贝尔这样的男人。
- 39、书的印刷和封面都不错,字稍小了一点,五折买的,还可以接受.喜欢贝尔就看他的野外求生,这本书只是想了解他更多一点,不要要求内容写的像经典小说一样好,他不是小说家,是探险家.对内容要求高的朋友最好考虑清楚再买.
- 40、前不久才把整本书看完了。谈谈我对贝尔的看法，从刚看他的的节目就对他充满了很多兴趣，觉得真是不可思议，竟然有人能做到这样？直到某天看到这本书才决定买来看看他究竟是怎样的人。看完书才对贝尔有了更深点的了解。说实话，我很敬佩他的那种精神，很多人会觉得把自己置身于荒山野岭是自虐，但是生活在今天的社会，我们不能没有防范意识，有很多事我们是预料不到的。在他求生的过程中，我们看到的不是精彩，而应该是一种伟大的勇气，怎样突破大自然的挑战 and 自我的极限，这是一种真正的男子汉气概，令人崇敬。我非常向往那种生活，把自己置身于大自然，自由自在，但是不可能走上这种生活，因为我们没有这种精神和冒险的热情，不管怎样，向贝爷致敬
- 41、2015.09.11 第一次阅读 被他的精神感动 故事也很有趣 真实的情感
- 42、
- 43、最喜欢勇登珠峰那段
- 44、书收到了，质量真心不错，哈哈，还有海报！偶然看过一期贝尔的荒野求生，然后在网上看了他的每期冒险，真的是惊心动魄的画面与经历尽被他娓娓道来，长也很多知识呀，也被他的那种永不放弃的精神激励，哈
- 45、贝尔从小时候就喜欢探险，而且把探险做为自己的梦想去实现，一步步走到今天的他终于成功了，成为了一个真正的探险王者，很佩服他一直以来的坚持
- 46、喜欢贝尔割肉丝，喜欢他的《荒野求生》

## 《荒野求生》

47、一直喜欢看荒野求生，每集必看，特别是吃虫子的片段，真佩服他的胃，看了书，发现贝尔自小就有过人的天赋，身体素质也是从小锻炼的，好喜欢他。

48、喜欢贝爷

49、贝爷的故事告诉了我两个道理：1人是无比强大的，如果你软弱、早晨起不来、坚持不了晨跑和锻炼，那只是你自己对自己的放纵。2世界很大，外面很美，出去看一看，一定不会错。（让我坚定了辞职去旅行。）

50、已经不记得第一次看《荒野求生》节目是在什么时候了，贝爷那强大的胃让人过目难忘，当时觉得贝爷实在太牛了。看完贝爷这部自传，才知道他简直就是个传奇，他的人生历程真印证了那句话，有信仰朝着梦想奋斗的人运气都不会太差！

51、在电视上看了贝尔的荒野求生，立即被他的英勇、无惧、智慧所吸引，贝爷拥有的绝非普通人的胆识，被贝爷的勇猛所折服，就欣赏贝尔这样的男人。

52、贝尔不仅可以横跨世界，而且书也写得好。当我拿起书开始阅读，贝尔朴素的文风扑面而来。像是一个老朋友，娓娓道来他的事迹。

看看贝尔的16岁前，我们中国的小孩是不会有那样的生活。贝尔父母从不在意孩子的分数，只要不是落后就行，就这样，贝尔就和父亲去海边探险，去雪山攀登。在伊顿公学，贝尔就开始练合气道和空手道。短短四年，就成为了英国国内最年轻的黑带二段，并赴日本参加比赛。有一个插曲，在伊顿公学练习合气道时，不小心把尼泊尔皇储迪彭德拉打伤了。迪彭德拉在英国生活了十二年后，回到尼泊尔，在一次聚会上，枪杀了数位警卫，那是“尼泊尔皇室黑暗时期”。

“求生时，有三件事对我来说至关重要。对宗教信仰，藏在鞋里的家人的照片和带在身边的打火石。只有狂妄自大的人才会说我什么都不学要。在野外，信念很重要他是我的精神支柱”——贝尔信仰可以让人坚定的活着。家人的照片之所以在鞋里，是因为它会提醒你，不要迷失回家的路。打火石，可以给你带来温暖。

贝尔评论自己，是为梦想而活！这也是他父亲对他教育的引导，人只要为梦想而活，就是一个富有的人。判断一个绅士不是在于血统，而是在于是否真实且充实的活着。我不赞同前半句，但我很赞同后半句。阅读贝尔，不仅仅让你有一种征服自然的冲动，还让你对现有的生活提出一些思考：我们在中国的大环境下，是否可以为自己的梦想而活？当然，付出的代价也是无法想象的。懒惰，是最可耻的。在伊顿公学，这是遭人排斥的。看看现在的社会，游手好闲的人比比皆是，我们一定要勤奋，为梦想而活！！

53、普通的个人传记，对纪实类文字不讨厌的看看也无妨，牛逼是他的，所以读起来并没有什么特别的感触。平平谈谈吧

54、“贝尔的伟大之处不仅在于他教会了我们如何在荒野逃生的技能，而且还向我们昭示了人在紧张压力下生命意志的巨大张力和对自由的无限追求。贝尔简直不是人，贝尔是一种信仰。”

55、贝爷的自传，他是个强悍的男人。

56、贝尔不仅能够荒野求生，还能写好书。贝尔，好样的！

57、看完“荒野求生”后，对贝尔佩服得五体投地，镇定，勇敢，临危不乱，令人钦佩！

58、荒野求生（野性与睿智！Discovery频道主持人贝尔唯一授权自传，附赠写真海报：与贝尔共上征程！）（现货发售）

59、这是我第一次接触人物传记，这本书通过描写贝尔德经历，让我明白了一些东西，这些东西让我很难描述，但却给我留下很深的印象。贝尔不是人，是一种信仰！！

60、好书！Sas和喜马拉雅那段经历确实让人敬佩，爱情则平淡无奇，当然，这事对贝爷比较重要。翻译有些错误，海军的commander，是中校军衔，翻译成了司令，容易让人误会。

61、看个乐子，请勿单独尝试。

62、贝尔爷真是挺亲切的人哪~看看他的自传还是很有趣的~他的各种经历本身也是相当值得一看的.....唯一的遗憾是送的海报居然是封面那张.....其实贝爷身材这么好，送个半果半身像什么的多好啊.....

63、荒野求生每集必看，贝尔。格里尔斯，一个挑战自然的人，值得尊敬。

64、喜欢看荒野求生的人肯定会喜欢这本书的，通过这本书可以更进一步的走近了解贝尔

65、贝尔在这本书里给我们分享了许多宝贵的感悟，喜欢荒野求生的童鞋们不可不看。

66、看看他的求生经验。与贝尔一起征服地球上最危险的地方。

## 《荒野求生》

67、贝爷，偶像

68、这是一本很厚实很精美的书，光看封面就会感觉到它很酷了，书里还赠送了贝尔的海报。非常真珠儿，非常好。书的前面有很多贝尔从小至今的一些珍贵照片，彩色的，贝尔的炽热粉丝是绝对不能错过的。特别的愧疚，我还不够炽热，因为被形容成“站在食物链顶端的男人”，才开始看荒野求生认识贝尔。那不是一般二般的勇于冒险，遥哪走，到处走，哪儿险走哪儿，逮啥吃啥，牛眼珠，动物粪便的水分，肥尾蝎，大天牛等等，所以我才开始感兴趣的，当然哒~还有因为他长得很帅啦。故事是从贝尔的家族开始讲起（他外祖母的爱情给了我很大的启发）。家族背景非常好，童年很完美。自传中，他被狗咬过，让人削过，泡妞很失败，参加SAS最后一轮被淘汰，四个月的艰苦努力付诸东流。。。后来又险些瘫痪。。。可见，绳命不是已值入刺井猜。他是英国最年轻的攀登珠峰者，是探险专家。对于贝尔·格里尔斯来说，他并没有超越极限，他只是不断地克服挑战，为梦想而生存，并将自己的信仰作为交流的礼物来奉献于世。书的结尾他强调自己只是一个普通人，也有害怕的事情。第一，面对一大群观众，他会害怕。第二，他其实有恐高症。每次《荒野求生》那看似潇洒的开场都是他不断和恐惧博弈的结果。公布这两个秘密让他倍感轻松。看完他的自传，有一种火辣辣得要燃烧的崇拜啊，啊，啊。就写成这样吧，我几天心情不愉悦，写的不好。总之这本书很好，贝尔粉丝要赶紧收。

69、很喜欢，从贝尔身上学到了荒野的求生知识，而且还看到了作者对自由的无限追求，我儿子非常喜欢这本书

70、这是贝尔的自传，讲述了他童年一直到现在的的生活，他的爱情，朋友，在部队服役的生涯，他的妻子和孩子。这本书非常厚，内容非常多，需要慢慢地读，慢慢地领会。贝尔告诉了我们他在面对困境时的选择，教会了我很多有益的道理。买这本书纯粹是因为对贝尔的喜欢，因为我平时很少会买自传来读。总之我很喜欢这本书，很满意。

71、贝尔的魅力是无人可敌的，他的行为说话方式与人生态度就如同给人洗礼，也许正如他所说信仰很重要，我觉得我们现在真的需要一些信仰，一些相信自己的东西，家庭就是我们的支柱。

72、涨姿势

73、灰暗的日子里需要一点鸡血。接下来想多读些传记和历史的书。不过，mud sweat and tears是怎么译成这个书名的？

74、求生不完全手册

75、一直都有看荒野求生的节目的，很喜欢贝尔啊，太牛了，个人经历很激励人啊~~

76、看完《荒野求生》主持人贝尔的自传，它讲述了贝尔的成长历程：8岁参加童子军、18岁成为英国最年轻空手道黑带二段、通过SAS（英国特种部队）测试、脊椎重伤、登上珠峰、结婚演讲写书、继续冒险、拍摄《荒野求生》等节目、2012年与雇主《探索》意见不合招解聘。收获：践行梦想、超越自我、决心、毅力。

77、这是一个勇士与大自然斗争的故事，让我们从中获得各种知识吧

78、关键时候弱鸡是要淘汰的，不要说什么同情心

79、有薄膜包着，不错不错！书本附送的海报很清晰！超大的！只是这个图片有点....不适合....看了N多集野外求生，学到很多东西！超喜欢贝尔的！看了这本书后可以更好的了解他！迟早把另一本也买了！

80、本书最喜欢攀登珠峰那一段，我能从文字上感受到珠峰的凶险与攀登的不易，每一个用生命向珠峰发起挑战的人都是真正的勇士！哪怕最终没有成功登顶。对贝爷无法客观的去评论，这个人就是我心里的男人的典范！正直、风趣、勇猛等等等等。

81、挺中规中矩的自传，而且披露的内容有点太少了~

82、贝尔大爷实在是猛。。。只能仰望之

83、完全没感觉.....

84、从此爱上了户外运动，人类在大自然面前是那么渺小，但是我们可以让自己强大起来。

85、SAS那部分有些过于冗长。

86、看过贝尔的节目，对他无限好奇，偶然看到他也出自传了，于是拿下，出众的人都是有信仰与目标的

87、荒野求生是我最喜欢的节目之一，也喜欢自传。个人认为书名应该是贝尔自传而不是荒野求生，因为内容没有涉及求生。



## 《荒野求生》

从他的童年到学校生活、SAS的魔鬼训练、登上世界最高的山、与莎拉结婚、拍摄荒野求生,贝尔告诉我们他不是神人,只是个肯喂梦想付诸努力、热爱冒险、有坚定信念的人。

花了两天看完,总之内容不错!

但是!书竟然有好几页未剪开!还是我自己用小刀隔开的!买来收藏竟然这质量太令人失望了!

有5页印刷字很浅!嫌换货麻烦就算了.....因为内容好我还是给5星好了,不知道有没有人和我一样买到烂书?

88、翻译真的很诡啊!

89、贝爷,真,男神

90、不要太费心去拜读别人成功的种种,适当地给予鼓掌,然后去书写自己的故事吧。

91、如果你喜欢贝尔这个人对他充满好奇真的可以读下,你会发现他真的很神奇,这本书和荒野求生这个节目不同,不会有重复的感觉。总之不错,推荐看

92、经常在电视节目中看荒野求生,很佩服贝尔的精神.尤其是他不挑食,这点实在是了不起!!!书里还有一张贝尔的海报,很酷的样子.

93、不同于节目中但同样坚韧的贝尔。

94、训练,就要挑战自己的极限。作为一个户外的爱好者,看到一些故事,尤其是冒险和训练的时候,莫名的感受到鼓动。

一个好的生活,也不需要家财万贯,只是要绅士,要让生命有意义。

95、看到他们一起结伴探险,很感动,也很为贝尔开心。对于小时候父亲常年在外的人来说,很羡慕他们

96、看过书和他的节目后,感觉贝爷太正直实诚了,心灵没受到污染,单纯,已经不像一个活在现实中的人了。

97、并没有涉及节目,对不起荒野求生这个名字,翻译很辣鸡,机翻都比这个好,贝爷也只是个普通人,感受到了温暖

98、非常喜欢贝尔,大多数时候都能够激励我去努力,去奋斗。除了求生技巧之外,让我意志也变得坚强。

99、老公是贝尔的忠实粉丝,所以帮他买了这部自传,我自己先看了一遍,了解了贝尔奋斗的故事,印象深刻的是他在军队接受训练时忍受了常人难以忍受的痛苦,很让人佩服,贝尔的精神很鼓舞人,希望他能新的节目问世。

100、内容可能没有大家想的精彩,不过如果你喜欢贝尔-格里尔斯的话,买来看没错的。

101、前面第一第二节还勉强,后面错误多得简直恐怖。译者居然能把被选入球队翻成“选择球队”,能翻出拉丁文老师用溜冰来对学生进行“强度测验”这种一看就不通的句子。

# 《荒野求生》

精彩书评

# 《荒野求生》

## 章节试读

### 1、《荒野求生》的笔记-第160页

每个人前进一点点就能让我们取得非凡的成就。当其他人都放弃时，我们却付出了更多。这就是为什么我们会与众不同。

### 2、《荒野求生》的笔记-第89页

他们都是拥有信仰的人，就像打火石一样，只要材料适当，方法得当，火就源源不断。

### 3、《荒野求生》的笔记-第171页

但该死的意外往往能创造一个全新的自己。

### 4、《荒野求生》的笔记-第85页

梦想并不值钱，你得采取必要的行动，才能使这些梦想成为现实。

### 5、《荒野求生》的笔记-第102页

说老实话，如果之前我对参加SAS，身体将面对的疼痛和打击有任何概念的话，我会明白继续这个疯狂梦想有多么不切实际。但幸运的是，我们从来不知道未来迎接我们的会是什么。//恐惧和勇气都来自对未来的无知。已知比无知的勇气更难能可贵。

### 6、《荒野求生》的笔记-第1页

### 7、《荒野求生》的笔记-第108页

很多新兵习惯于看他们中士的脸色行事，习惯被呼来喝去，习惯被不断鞭策。但SAS的方式如此与众不同，谁需要被呵斥才执行命令谁就得中途滚蛋。你必须不断提高自己，自己促进自己，就SAS来说，就是"慢慢前进，永不停下"。

### 8、《荒野求生》的笔记-第65页

### 9、《荒野求生》的笔记-第35页

当我慢慢长大以后，我意识到这个世界充满了虚假和复杂，我越来越追求个性和同一。

总之，当我独自一人时，即使满身泥泞，又湿又冷，我也觉得妙不可言。

### 10、《荒野求生》的笔记-第179页

当你集中注意力，开始从宇宙中寻找共鸣，你很快就会发现自己喜欢的事纷至沓来，仿佛串通好了一样。

## 《荒野求生》

### 11、《荒野求生》的笔记-第116页

"精神力量不得不依存于身体，而身体永远被精神力量所驱动"

### 12、《荒野求生》的笔记-第43页

但学校就是学校，老师一转身就不知道会发生什么事了。

### 13、《荒野求生》的笔记-第5页

判断一个绅士的标准不是看他的血统，而是看他是否过着充实而有意义的生活。

财富以及社会等级和真正的风度没有必然的联系。一个精神丰富的穷人在各个方面都优于一个精神空虚的富人，用圣·保罗的话来说就是：“前者似乎一无所有，却拥有一切；而后者虽然拥有一切，却依然一无所有。”

只有精神空虚才是真正的贫困。一个人即使失去了一切，但若保有勇气、快乐、希望、美德与自尊，他仍然是一个富有的人。

### 14、《荒野求生》的笔记-第134页

...面对寒冷的金科玉律，指挥参谋曾一次又一次地告诉我们：“千万别让自己冷下去。在你还有感官知觉与活动能力的时候，要尽快地动起来或者增加一层保护。不要耽误，要行动敏捷——无论你的解决办法是什么，去做就好。”

### 15、《荒野求生》的笔记-第121页

如果你打算孤注一掷，在挑战风险前，一定要选对时机，别被逮个正着。

### 16、《荒野求生》的笔记-第93页

不管在哪儿，太把自己当回事儿就会四面受敌。

### 17、《荒野求生》的笔记-第36页

这页提到贝尔和伙伴出去探险，出海探险，但是遭遇困难（被泥浆黏住了），随后被救生艇救起。里面有句话让我想起了咱们国内的一些驴友。“母亲亲自带着我去救生艇艇长家，登门致歉，并请求允许我以给全体船员干杂货的方式赎罪”。这句话让我不禁联想到国内某些获救驴友连累救援人员也打上性命，却无任何表示这件事。唉。。。

### 18、《荒野求生》的笔记-第121页

如果你打算孤注一掷，在挑战风险之前，一定要选对时机，别被逮个正着。

### 19、《荒野求生》的笔记-第14页

一切都会过去，没有什么大不了的，每一天都会是新的开始。无论时运多么不济，也不要彻底的绝望！

## 《荒野求生》

### 20、《荒野求生》的笔记-第132页

"上帝的召唤常有初始、死亡和复活。"重生是一个重大命题。

### 21、《荒野求生》的笔记-第154页

刻苦训练，轻松作战。确保你对待训练要像对待真实的战斗那样，这样遇到真实的战斗时就不会惊惶失措。

### 22、《荒野求生》的笔记-第163页

有朋友要求我简述加入SAS所需要具备的资格。我想说，其实真正重要的是：面对糟糕情况时，能进行自我激励、快速恢复精神，沉着冷静；遇到残酷的情况时能保持微笑，镇定，反应迅速，必须有"随机应变"的智慧；遇到危机时要有良好的洞察力。

### 23、《荒野求生》的笔记-第62页

如果今天有人问我为何喜欢登山，答案不是一时冲动，亦非为了追求个人成就。对我来说，登山是一种互助和分享性的经验过程，而这种体验是很难在日常生活中感受到的。我喜欢登山，因为登山让每个人头发凌乱，衣装不整。我喜欢登山，因为登山需要你完全交出自己，需要你不停挣扎甚至战斗。.....因为它对所有的人都同样公平。

### 24、《荒野求生》的笔记-第85页

但我却有这样一个危险的梦想。梦想并不值钱，你得采取必要的行动，才能使这些梦想成为现实。我的梦想从来不是毫无征兆的，我曾将攀登珠峰的想法清楚地告诉我们身边所有亲近的人。然而，他们都觉得我疯了。

### 25、《荒野求生》的笔记-第37页

凡事要量力而行，不要从事任何没有坚实后备计划的冒险活动，当直觉告诉你某事不靠谱时，更不要受他人怂恿。

### 26、《荒野求生》的笔记-第5页

判断一个绅士的标准不是看他的血统，而是看他是否过着充实而有意义的生活。

### 27、《荒野求生》的笔记-第60页

看了《跟着贝尔去冒险》之后觉得荒野求生很酷，但是书里主要讲的是他的儿时的求学生活，自己他与父母和妻儿之间的轶事。还有他与discovery频道的一些纠纷。so boring。

### 28、《荒野求生》的笔记-第39页

但那夜我学到了最关键的宝贵经验：要相信直觉，注意聆听内心深处的声音。//那天直觉告诉我返回寻找螺丝，可我没能坚持，也许它就在搭车的时候盯着我。

### 29、《荒野求生》的笔记-第25页

## 《荒野求生》

要知道，理想的人生是忘却营营尔且特立独行的生活，最重要的是，它得充满乐趣。

### 30、《荒野求生》的笔记-第43页

### 31、《荒野求生》的笔记-第163页

军队是一个能够磨练意志品质的地方。前几日和一个当兵的朋友聊天，发现国内的部队"水很深"，可能是对军旅生活的另类解读。但我依然希望部队里能够真正培养出意志坚强，道德高尚的军人~这样才符合我从小对于军人的认知

### 32、《荒野求生》的笔记-第41页

恐惧使你表面看起来很强，但内心却脆弱无比。

### 33、《荒野求生》的笔记-第14页

一切都会过去，没有什么大不了的，每一天都会是新的开始。无论时运多么不济，也不要彻底的绝望！

### 34、《荒野求生》的笔记-第80页

在这次旅行中，我懂得了无论处于何种境地都不能怨天尤人，永远心存感恩，一直保持满腔热情。最重要的是，那些本身贫困的人们给予我的仁慈和热心让我终身难忘。

### 35、《荒野求生》的笔记-第1页

活的蝎子 都敢吃 很有营养哦

### 36、《荒野求生》的笔记-第108页

很多新兵习惯有看他们中士的脸色行事，习惯被呼来喝去，习惯不断鞭策。但SAS的方式如此与众不同，谁需要被呵斥才能执行命令谁就得中途滚蛋。

### 37、《荒野求生》的笔记-第58页

伊顿公学的强大优势在于鼓励学生发展自己的兴趣爱好——无论这爱好有多么荒诞离奇。伊顿公学唯独不能容忍的是懒惰和懈怠，其他大多数不端行为基本可以忽略不计。我喜欢这样，学校不仅仅是在鼓励我们发展自己的爱好，更重要的是鼓励我们的个性成长。

### 38、《荒野求生》的笔记-第35页

当我慢慢长大以后，我意识到这个世界充满了虚假和复杂，我越来越追求个性和同一，而这些，只有探险才能给我。

### 39、《荒野求生》的笔记-第14页



## 《荒野求生》

拉入不同的方向。我知道我不是第一个体会这种焦虑的人。

### 46、《荒野求生》的笔记-第87页

我越来越认识到普通人的不平凡之处。。。我目睹了太多辛劳的人日复一日地做着艰苦的工作。  
。。

### 47、《荒野求生》的笔记-第14页

一切都会过去，没有什么永恒不变的。

无论多么时运不济，也不要彻底的绝望。

应该憧憬未来而不是沉湎于过去，但不要试图遗忘过去，因为那是你的一部分，是你成为现在的你的原因所在。试着向前看，试试奥，一点一点的学。

### 48、《荒野求生》的笔记-第15页

刚刚看完第一章，贝尔像我们讲述了他的家族传统对他的影响。“判断一个绅士的标准不是看他的血统，而是看他是否过着充实而有意义的生活”。从这一章我们可以很明显的看到，英国人那种传统的绅士观念，虽然贝尔是一个热爱荒野的人，但是他的内心依然是斯文而绅士的。我们能很明显的感觉到这种英国绅士情怀在里面。

### 49、《荒野求生》的笔记-第85页

梦想并不值钱，你得采取必要的行动，才能使这些梦想成为现实。

### 50、《荒野求生》的笔记-第58页

贝尔，原来是他姐姐给起的外号~从熊到猴子，贝尔在伊顿的蜕变有没有让我们的教育汗颜呢~喊了那么多年的素质教育了~唉



# 《荒野求生》

## 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)