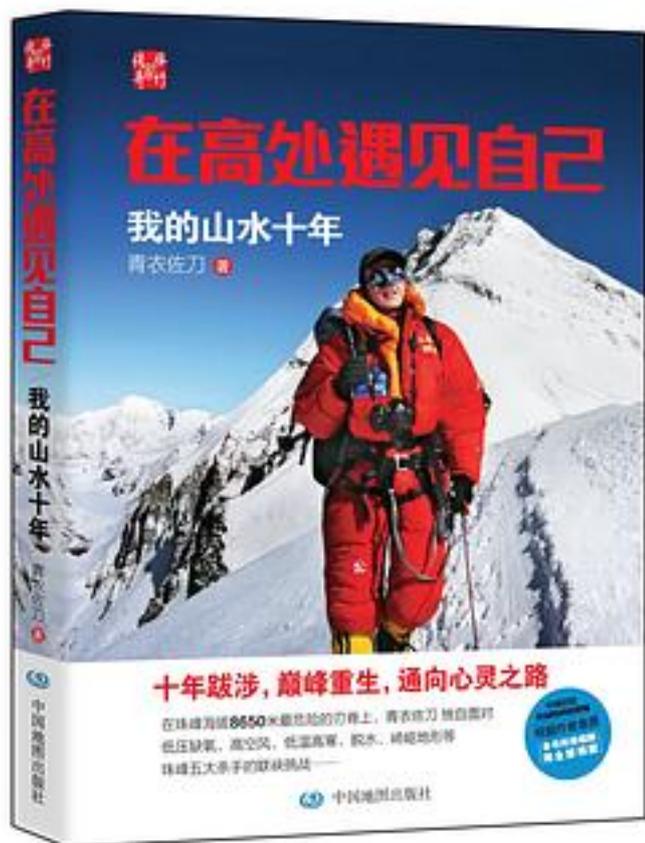


# 在高山遇见自己



[在高山遇见自己\\_下载链接1](#)

著者:青衣佐刀

出版者:中国地图出版社

出版时间:2014-6

装帧:平装

isbn:9787503176401

这本书讲述的是一个从小城市普通教师陈钧钧（网名青衣佐刀）在他开始即将进入“中年危机”时，如何由一个虚荣和自以为是的胖子，因为梦想而重返山水间，再次恢复青春和勇气，成为国家健将级登山运动员、户外摄影师和作家的故事。

但，还不仅仅如此，通过作者在高处眺望与其心灵的喃喃自语，也许，你会发现生命真正意义的支点在哪里。

作者介绍:

青衣佐刀：本名陈钧钧，安徽马鞍山人，教育工作者，国家健将级登山运动员，户外摄影师。2007年7月以来，先后登顶海拔7546米的慕士塔格峰、海拔8201米的卓奥友峰、海拔8848米的珠穆朗玛峰、海拔6193米的麦金利峰、海拔5895米的乞力马扎罗峰、海拔6168米的雀儿山。2013年1月出版《永无高处》，2013年9月雪山摄影作品《极限》入选“2013年中国平遥国际摄影大展”。2014年《中国摄影》第2期对其专访。2014年6月，《在高山遇见自己：我的山水十年》，由中国地图出版社出版发行。现在大理市古城洱海边马久邑村经营一家以摄影为主题的度假客栈。

目录:《在高山遇见自己》序 I

推荐序一 杨键 VII

推荐序二 Stefan Chow VIII

推荐序三 杨春风 X

自序 XI

第一章 在珠峰灰色山脊上 1

第二章 攀登的梦 11

第三章 转水 23

第四章 转山 37

第五章 我的处女攀 55

第六章 第一座八千米 75

第七章 终于来了 99

第八章 大本营 107

第九章 上上下下 123

第十章 触摸巅峰 143

第十一章 垂直350米生死空间 163

第十二章 活着真好 173

第十三章 梦之后 185

第十四章 雪的时代之白日梦 193

第十五章 2011年，那些忘不掉的画面 235

青 藏 239

非 洲 267

菲 律 宾 279

附文

一本没能送出去的书 284

跋

第二次攀登 294

致谢 296

• • • • • ([收起](#))

[在高山遇见自己\\_下载链接1](#)

标签

登山户外

青衣佐刀

《在高处遇见自己》

旅行家传奇

旅行

我的山水十年

登山

自传

## 评论

草根记述自己的登山历程，真诚打动人心

-----  
坦荡冲动的登山教师。可能是爱好摄影，从倒叙的行文结构就有了电影感，中间几次遇  
险和穿插的历史冒险故事也很有镜头感。  
最后，为一件事付出热情与姓名，人生的意义到底是什么呢？

-----  
挑战自我的极限，普通人无法想象和到达的巅峰，不是超越自然，只是超越自我，对自  
然加深敬畏。一个性情中人，勇敢坦诚的回忆中有人性的真实，哪怕只有一点，也足够  
珍贵。

-----  
没想到，青衣佐刀的这本《在高处遇见自己》，京东评论数高达2200多条，好评率96%  
，厉害！

-----  
青衣佐刀是我见过的最帅的登山家，能登上珠穆朗玛的，可只有百分之四的比率不到呢。  
支持大卖！

-----  
对于很多像作者这样敢于攀登的冒险者，我心里是敬佩的。但其实看完整本书，我对书中出现的其他人物印象更深，比如那个只爬了黄山，就敢谎称登过雪山去爬珠峰的老吴。  
。

-----  
旅行家传奇

-----  
把一夜情写得这么清新脱俗，正义凛然，佩服佩服

-----  
书里有很多雪山的照片，拍得很美。也有相当页数的诗，但没仔细看。该书的文笔要比之前看的基本要好些。有很多登山时的思考与体验，值得一看

-----  
青衣佐刀老师啦，尤其是在爬过珠峰的人里面，帅！

-----  
励志典范，简直了

-----  
一部震撼人心的作品

-----  
这是一本励志和内心发现的故事，是思想的声音。这使我想到了畅销书雷殿生的《十年徒步中国》。陈钧钧（青衣佐刀）在珠峰这个世界最高处的坦诚，被相机和文字记录下来。因而这些图文，在一个重商的世界里便显得尤为珍稀珍贵。

-----

主要讲的是中年大叔的人生轨迹的突变。想想自己若干年后会如何?我就想打了鸡血。

-----  
相比登山爱好者数量增加的趋势，国内对登山的宣扬甚少。普通人对登山也很难获得更多细致的了解和参照。而这本书，无疑是对这块短板的补益。

-----  
稿酬全部捐献，中国首位登顶珠峰的人民教师。真是牛人哎、(ノ▽ノ)ノ

-----  
我想媳妇在某些方面是很懂我的，她知道我喜欢户外，喜欢山野，喜欢无拘无束。但她可能不知道，我会为了一个缥缈的目标暗下决定，并一步步实现，是的，我被种草了，并希望终有一天能够成功的拔草。

在 高处，以青衣十年攀登为主线，以人生轨迹和心路变化为副线，全景展现了一个来自普通教育战线的户外达人的一步步成长经历。所以在高处既是一本参考书，也是一本励志书。作为参考书，可以作为极致登山运动的参考，学会如何一步步成就自己8844的梦想。作为励志书，可以体会青衣的成长轨迹，找到目标，努力坚持，达成梦想。

青衣是个摄影达人，所以这本书在体会高山上的惊心动魄的同时，也冲击着视觉和心灵，那些高处的、纯净的、美好的照片，诠释着这个世界的美丽，因为照片上没有风声、没有严寒、没有疲惫，剩下的只是光影构图的美妙。

-----  
为公益点个赞！正能量哎，所得稿酬全部捐出，不容易！不简单！

-----  
成为青衣佐刀那样的人，确实不太现实。可是我们可以看到攀爬珠峰的精彩，以及经历“磨难”后的新生！

-----  
很传奇

-----  
[在 高处遇见自己\\_下载链接1](#)

书评

青衣佐刀是我的偶像，在《高处遇见自己》是一本好书。这不是忽悠各位盆友们，因为能登上珠穆朗玛峰的，本来就很少，书中说100个人，只有4个人身体里才有这种基因，没有这种基因的人根本爬不了。可惜不在4%的范围之内。只好高高仰慕能爬上去的人了，比如王石，比如青衣佐刀，比...

-----  
-----  
-----  
这是唯一一本我安安静静一口气读完的游记！然后心潮涌动……

青衣佐刀是一位彻头彻尾的自然主义者，他的独特经历、旅行故事、山水情怀、兄弟情谊，令人动容！

他的第一本书《永无高处》的稿酬全部捐献给了浪卡子县的贫困学生。他的第二本书《在《高处遇见自己》》的稿酬也将全部捐献！

-----  
人应该有信仰，比如美德，比如求知，比如挑战自己。刀哥是我很尊敬的一位作者，他不仅仅把登山当做自身乐趣，更是当做一种使命，一种自己给自己的使命。而每次的登山获得的不仅仅是成就感，荣誉感，更重要的是其本人内心的纯化，内心更多了一份平静。我想他已经成为一种精神了...

-----  
[在《高处遇见自己》\\_下载链接1](#)