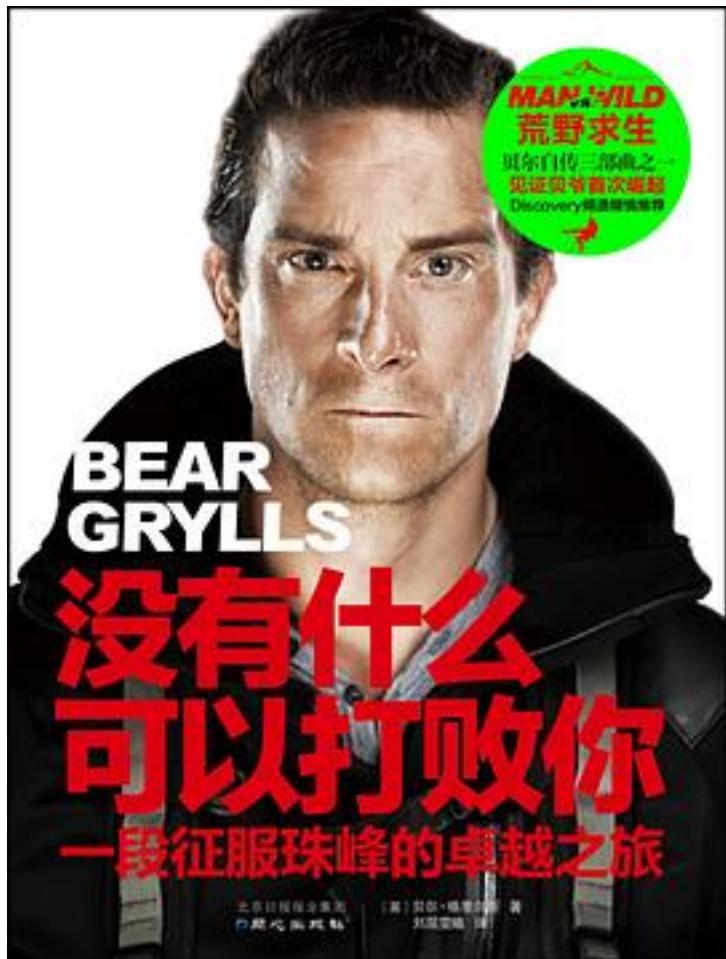


没有什么可以打败你



[没有什么可以打败你 下载链接1](#)

著者:[英] 贝尔·格里尔斯

出版者:同心出版社

出版时间:2014-10

装帧:平装

isbn:9787547713006

这是一本通过讲述贝尔探险珠峰经历，揭秘贝尔为什么“无所不能”的励志故事书。假如贝尔·格里尔斯没能登上珠穆朗玛峰，还会有后来风靡全球的《荒野求生》么？许

多年后，面对记者的诘问，贝尔以他一贯的英式幽默谦逊地答道：“我从来没有征服过珠穆朗玛峰，而是珠峰允许我从一面匍匐向上，然后在顶上停留了几分钟。”

在此之前，贝尔·格里尔斯是一名特种兵，在英国SAS空勤特种部队服役，1996年夏，在南非的一次跳伞中，不幸摔断了3截脊骨，在病床上昏睡了三月之久，是求生的本能和攀登珠峰的梦想让他活了下来——自从8岁生日那天，老贝尔送给贝尔一张珠峰的照片后，他就萌生了征服珠峰的念头。

贝尔痊愈后，被迫离开了服役3年的部队。他不顾家人反对，毅然加入了内尔珠穆朗玛远征队。被拒绝203次后，贝尔终于筹集齐了25,000美金，然后和米克一起朝着珠峰进发了。公元1998年5月26日上午7点22分，年仅23岁的贝尔·格里尔斯登上了珠穆朗玛峰，成为英国最年轻的成功登顶并活着下来的人——而他的老友米克并没有他那么幸运，由于氧气耗尽，他不得不在距珠峰300英尺的地方停了下来。

把海拔8,848米的珠峰踩在脚下，可不是一件说走就走旅行那样玩玩哒的小事。在人类首次成功登顶的45年后，尽管登山的辅助设备越来越先进，但攀登珠峰的死亡率一直保持不变：每6个成功登顶者中，就会有1人丧命。这次攀登过程中，贝尔有4位同伴就不幸长眠于斯。他和他的队友们承受了90天氧气稀薄、睡眠短缺、气候寒冷等极限考验，事实上，第一次侦查攀登，贝尔就坠进了19,000英尺的万丈深渊，好在一跟绳子拉住了他。而在下山的途中，冰峰突然崩裂，贝尔又差一点命丧大山。

本书就是这次荒野之旅的完整记录，几乎每一页读来都让人心惊肉跳。和后来的电视节目《荒野求生》生存表演秀不同，这次攀登珠峰是生与死的较量，贝尔向我们展示了他一贯的勇气、信心、力量和谦卑——这个被奥普拉称为“无所不能”的男人，无论是作为普通人，还是前特种兵，或者电视明星主持人，无论他是否登上过珠峰，他永远都是我们喜爱的那个贝尔·格里尔斯，因为他的词典里从来没有失败这个词——“人生来就不是为了被打败的，人能够被毁灭，但是不能够被打败。”

作者介绍：

著者 | 贝尔·格里尔斯

贝尔·格里尔斯 (Bear Grylls) 也许是全世界男人都渴望成为的那种人。这位前英国特种兵，现在是世界上最著名的户外生存大师和励志大师。他主持的《荒野求生》 (Man Vs. Wild) 节目，在全球有着12亿的观众，是世界上收看人数最多的电视节目之一，迄今已播出7季，曾获得2011年艾美奖提名。在节目中，他永远只带着一把匕首出现在镜头前，因地制宜地示范着各种求生技术，告诉人们如何在野外辨别方向，寻找水源和食物，如何在人迹罕至的荒野生存下来并成功返回富庶繁华的文明世界。他挑战全球极限荒野的探险经历及其昭示的不畏艰险、永不言弃的精神给全球观众留下了深刻的印象，在很多观众的心目中，贝尔就是男人、纯爷们、硬汉的代称，他是王者中的王者，男人中的男人。

贝尔在英国怀特岛长大，在那里，他已故的父亲教会了他登山和航海。贝尔精通武术，曾在英国特种空情部队SAS服役三年。在非洲的一次自由跳伞训练中遭受意外，摔断三处脊骨，不得不停止服役。尽管如此，两年后他仍然成功地登上了珠穆朗玛峰，成为有史以来英国的最年轻的登山家之一。此外，贝尔还是迄今为止最年轻的童子军主席，是全球2800万童子军的名誉领袖。他也是英国皇家海军的海军少校，畅销书作家。目前他和太太莎拉，三个儿子杰西、马默杜克、哈克贝利一起生活在泰晤士河畔一艘荷兰的驳船上。

目录: 01. 我以为我死了

1996年夏。南非，北德兰士瓦。16,000英尺高空。“跳！”当绿灯亮起，安迪走到舱口，朝下面望了望，毫不犹豫地纵身跳下。其他人鱼贯而出，我留在最后，深吸了一口气，后退一步，随后也一跃而下。风把我的身体捏成一道拱形，我只要稍微尝试控制我的身体，便能感到风的激烈反应。很快我就穿过了白棉花一样的云，远远地可以看见黄昏中蜿蜒的地平线。大概在3,000英尺高的时候，我把右手伸到臀部后面，猛地一拉伞索，“嘶啦”一声，降落伞打开了。可是似乎有什么不对劲。两三秒后，我才意识到，伞被风扯开了，裂成两半的伞像套在双轮战车上受惊的两匹马，惊慌失措地朝不同方向逃窜。坠速越来越快，地面越来越近，已经可以清楚地看见地面的沙子了。完了，一切都完了！我才22岁，就这样死了么？我绝望地闭上了眼睛。

02. 没有SAS，为什么而活？

在病床上躺了3个月后，我被转入到部队康复中心。能活下来已属奇迹，能否站起不得而知，更别奢望继续留在部队作为一名可以上前线冲锋陷阵的士兵了。我该怎么办呢？会在轮椅上度过接下来漫长的余生吗？我还有那么多的梦想没有实现——特别是——自从8岁生日那天，父亲送我一张珠峰的照片后，我的血管里就一直奔流着征服珠峰的血液。可是现在……每天躺在病床上，我的心中充满了恐惧。好在命运对我厚爱有加，8个月后，我竟然奇迹般地康复；但另一个不好的消息是——我需要离开我曾经为之努力奋斗3年的SAS。没有了SAS，我要为什么而活？幸运的是，攀登珠峰的梦想拯救了我，我不顾家人反对，毅然加入了内尔珠穆朗玛远征队，我知道我必须得抓住这个千载难逢的机会。实现儿时就诞生的梦想——要么是现在，要么将永远只是个传说。

03. 我也有一个梦想

在印度神话里，喜马拉雅山脉的诞生充满了悲壮。传说有一天，魔鬼Hiranyaksha突然跳入大地，趁“维护之神”毗湿奴正在休息，撕碎了他的身体，然后扔上了天空。毗湿奴的碎尸落下来后，变成了莽莽苍苍的喜马拉雅山脉。高耸入云的珠穆朗玛峰是它的主峰，也是目前地球上海拔最高的地方，人迹罕至，充满了神秘、威严和死亡。直到今天，在人类首次成功登顶的45年之后，攀登珠峰的死亡率一直保持不变：每六个成功登顶者中，就有一个会丧命。尽管使用的登山装备越来越完备，能够运用的科技手段也越来越先进，但是，珠穆朗玛峰依然保持着她凛然不可征服的姿态。在攀登珠峰的历史上，迄今为止，只有36个英国人成功登顶，这36人不过是那些尝试者中极小的一部分。我，贝尔·格里尔斯，一个曾经摔断三段脊骨的前特种兵，会有幸成为其中的一员吗？珠穆朗玛啊，要想揭开你的面纱，我该付出怎样的代价？

04. 203和25,000

为了这场神奇的相遇，我一边进行攀登前的适应性训练，一边全力筹集这次探险所需的经费。25,000美元的费用对于一个退伍的二等士兵来说几乎是不可能完成的一个天文数字。为了拉赞助，我和米克几乎翻遍了伦敦的每一条街道，挨个敲公司的门，饿狼一样捕捉着每一个能够赞助我们的机会。距离出发的日子越来越近，眼看不到3个星期了，还有16,000美元没有着落，整个事情似乎陷入了巨大的停顿。我的心里越来越绝望：如果筹集不到这笔钱，我将不得不从这次探险队里退出。然而天无绝人之路，在出发前两周，事情起了戏剧性的变化，有一天我骑车路过一条巷子，无意中瞥见一家名叫戴维斯·兰登&埃佛勒斯 (Everest) 的公司——在英语里，Everest是珠峰的名字，这也许是冥冥中的一种暗示？于是我鼓起勇气，敲开了公司的大门。48个小时后，我获得了DLE公司的赞助；而此前，我总共被拒绝了203次。

05. 徒步到大本营

我们目前所在的小镇卢卡拉海拔8,500英尺，深藏于喜马拉雅山脉脚下，我们将从这里行进35英里通往大本营。大本营位于17,450英尺的地方，要安全到达如此高海拔的地方，人体必须有充足的时间去适应。据我所知，首次攀登珠峰并且成功登顶的概率大概只有二十分之一。因此，米克和我更加觉得有必要让我们的身体尽早适应当地环境。接下来的日子，我们需要和当地的环境、气候来一场生死博弈。在蜿蜒曲折的山路上穿越无数多个山脉峡谷，9天后，我们抵达了罗布切。我们甚至已经可以用肉眼看到在冰川的边缘，珠峰脚下，隐隐约约的大本营。道路在岩石之间蜿蜒而上，我们一直沿着一条旧牦牛道，在不同的大石头上爬上翻下，每走一段就不得不停下来休息。直到现在，我似乎才开始真的意识到马拉里所说的“面前不可能完成的任务”，要实现这个不可能完成的任务恐怕只能是个梦想吧。甚至到了目前这个地步，我心里还在摇摆。我甚至还在为眼前这100英尺的高度发愁，怎么可能爬上这么高的海拔到达眼前这个庞然大物的顶端

呢？

06. “没有休眠存在的世界”

头疼，呕吐，高海拔反应困扰着我们每一个人。我浑身无力，连搭帐篷也必须找人帮忙。这里充满了寒冷、极高海拔、岩石和冰雪，强大的风力能直接将人掀离冰坡。一开始，听到脚下的冰川时不时发出的呻吟，我总感到毛骨悚然。环顾四处，找不到一点熟悉的感觉。看不见一棵树，没有流淌的水流，脚下也没有泥土。身边唯一可以称得上慰藉的只有屁股下面坐着的垫子，还有那把三根弦的吉他。我们必须尽快适应营地的生活，并且在4月底完成适应训练，中间如果遭遇任何失误和不幸，我们都不可能活着回去。

07. 坠进万丈深渊

19,000英尺，咽喉峡。我第一次进入冰瀑。我正在靠着冰墙休息，脚下的冰面忽然裂开了个大口子。瞬间，地面破裂，我的身体开始急速下跌。跌落的冰雪追上我，重重地砸在我的头上，然后若无其事地继续往下坠往下坠……直到听不到一点儿声音。我感觉我的脖子几乎快要断了，不住地抽搐着。突然，我停止了下坠，一根绳子拉住了我。我使出所有的力气呼叫着，没有任何回应，除了这个冰窟窿里我自己的回音。我抬头看了看上面掉下的一束光，然后望了一下脚下的万丈深渊，绝望地抓紧绳索，我要死在这里吗？

08. 他们在哪儿？

“已经这么晚了，冰瀑医生呢？”藤巴嘟囔着，“平时这个时候，他们已经回来两个小时了，再过一会儿天就要黑了。”他说得没错。这里一到六点半，天就几乎全黑了。现在，已经是五点半了，天空看起来与以往有些不同，一片险恶的样子。米克和我拿起望远镜观察冰瀑，可是我们看不到冰面上有任何像人影的迹象。风刮得渐渐厉害起来，当黄昏来临，冰瀑彻底消失在旋转的迷雾之中。两个医生到现在还没回来，藤巴和其他的夏尔巴人都开始紧张起来了。

09. 最后的仪式，最初的远行

和尚诵经的声音在冰川上回响。一个大喇嘛在风雪里走了20多里路来到大本营，为我们主持了临行前的仪式。我们用石头建了一个祭坛，在仪式最后，喇嘛会在祭坛上竖起一面佛教旗帜。大喇嘛花了一整天唱诵，并向各位山神供献了食物和酒水。对于夏尔巴人而言，仪式是登山中最重要的一部分。他们相信，如果没有山神的保佑，他们不可能在此驰骋。普伽一结束，每个人就会获得巨大的勇气。之后，不管发生什么事情，对我们来说都是命运。

10. 雪山上的复活节

4月12日，星期天，是我一年之中最喜欢的一天——复活节。在海拔17,450英尺高的冰原上举行仪式是一件特别神奇的事情。参加活动的人远远超出了我们的预料，因此帐篷里显得十分拥挤。我们一起祷告，祈祷山的保佑。我用支支吾吾的西班牙语念了一段经文，接着，乔唱起了《天赐恩宠》，她唱得非常动听。那天早上服侍结束后，帐篷里弥漫着一片欢乐的气氛。我走到帐篷外面，坐到一块石头上，拿出《天赐恩宠》的歌词又读了一遍：经历千辛万苦，恩宠赐我平安，恩宠带我回乡。

11. 最后的归程

三号营地的环境已经接近人体可以承受的极限，再往上走，人体机能会不断地消耗直至能量完全耗尽，还能坚持多久，就靠命运和运气了。我们都很清楚这样逼迫自己挑战自我极限的危险性。在19,450英尺的三号营地待了一晚上，我们准备下山，为登顶做最后一次尝试。下山的路上，我的动作变得有些笨拙。一不留神，脚下没踩稳，我在冰面上往下滑了一下，绳子撞到了一个正在上山的美国人的那边。有那么几十秒，我们俩完全静止在半空，面前就是深不见底的斜坡。我大口地喘着气，把头埋进胸膛，在海拔这么高的地方，我们都在尽全力逃脱这个危险游戏。我发誓这将是我的最后一次。

12. “终于走到了这里”

现在，大部分的登山队已经回到大本营了。从现在开始，我们在等待季候风的来临。在最后登顶前，登山者都会回到大本营以下低海拔的地区进行调整。更高的氧含量能帮助人体更好地睡眠和恢复体能，这样，在登顶过程中，身体才能更有效地工作。现在，我们所有人都已经下山到了大本营，万事俱备，只欠天气了。内尔和杰弗里到距离大本营6个小时的定波切村庄休整，米克和我决定留在大本营。三星期之后，我们依然在焦急等待一个好天气，却等来了一个不幸的消息。

13. 求求你，别扔下我一个人

我们决定回到14,000英尺的定波切做冲刺前的最后休整。糟糕的是，我在那里传染上了

慢性胸腔感染，我头痛欲裂，我的身体在发烧，每咳一次全身的骨头都在颤抖。最让我担心的是，天气情况开始好转，大部队都在做登顶的冲刺准备，我却因病留在了大本营。等待20多天得来的机会，就这样与我擦肩而过。

14. 这么近，那么远

这是孤注一掷，非常冒险的一次决定——我感觉自己恢复了一些，便决定登上二号营地，在台风离开后出发。当我到达2号营地，我的好友米克和内尔已经在去四号营地的路上。这一次，是登顶的绝佳机会，遥远的山顶不再遥不可及。但是，由于搞错了谁带哪根绳子，导致在距离珠穆朗玛峰顶335英尺的地方，没有更多绳子可用了，在经历了那么多危险和困难之后，这么近距离的靠近峰顶后，登顶又一次成为遥远的梦。就在他们准备下山之际，又一个噩耗传来，在约26,000英尺的高空中，我的好友米克命悬一线。

15. 我承认我很怕

这是我最后一次机会了。我焦急地等待着台风离开的消息，三天后，机会终于来了。我、内尔、杰弗里决定再次向珠峰进军。珠峰最后的4,000英尺是死亡空间，人类无法在此生存，一旦进入这个高度，就等于进入了死亡时间。低温、强风、雪崩、缺氧等时刻环绕在我们周围，拖着脚走在刀锋一样的山脊上，我们的目标越来越明确。在我的脚下是深不见底的深渊，在我的前面是高不可攀的峰顶。这是我生命的攀登，无论什么都不能阻止我。

16. 我跑出了地球

现在，我把地球给踏遍了。1998年5月26日早上7点22分，珠峰之巅张开双臂迎接我的到来。护目镜下，泪水早已奔出眼眶在我脸上肆虐。我血脉贲张，不敢相信自己竟然真的可以站在珠峰顶上。太阳在西藏上空冉冉升起，整个山岭沐浴在一片绛红色的光中。站在世界之巅，我是那么的渺小，但我能感觉到一股奇异的力量的存在，是上天特别眷顾我才让我登上了世界之巅吗？虽然科技已经可以将人类送上月球，但没有任何科技可以将人类送到珠峰顶端。只有踏踏实实一步一步经历危险从珠峰身上爬过，才有可能到达峰顶。这不禁让我感到非常骄傲。

17. 时间把时间借给了我

必须下山！我的氧气快用光了！还有不到五分之一罐氧气，我必须靠这点氧维持到露台地区。我怀疑自己是否能办得到，如果还有一线希望的话，我必须马上离开。在下山的途中，我们幸运地避开了一场雪崩，回望着滚滚的白雪和破碎的冰川，想起生死交际，命悬一线之时，我忍不住放声痛哭。直到回到大本营，那些担心，那些紧张，那些压力才像风一样远去。太阳照在身上暖洋洋的，我知道，现在已经安全了。

18. 为什么会是我？

“是什么让一个还乳臭未干的23岁男孩宁愿冒生命危险也要看一眼西藏？”我不知道。如果硬要说我学到了什么东西，那一定是珠穆朗玛峰允许我们走到她的顶端，并且在那么多人丧生的地方，让我们捡了一条命回来。飞机带上我们，如自由的鸟儿瞬间飞过喜马拉雅山谷。我坐在直升机的后面，看着我们过去的三个月在远处变成一束微光。那个严寒、险恶、冰冷的世界，渐渐被抛到身后。这样一片梦想禁地，曾经让我们短暂停留片刻，并且我们都活着回来了。

· · · · · (收起)

[没有什么可以打败你](#) [下载链接1](#)

标签

励志

贝爷

贝尔·格里尔斯

探险

荒野求生

纪实

传记

登山

评论

任何时候都要保持和地面的三点接触。不管你有多害怕，一定要慢慢移动，永远，永远保持冷静。

作为一名登山者对自然的敬畏感是最值得应该学习的功课。你能够攀登是因为脚下的山峦允许你这么做。如果，它要求你等待，你就必须等待，当它允许你继续前进时，你才可以呼吸着稀薄的空气，聚集你所有的力气挣扎向上。仔细聆听大山的任何动静，保持耐心，是能否存活下来的关键。

总是有那么些人，那些不可得的东西对他们有一种特别的吸引。一般来说，这些人可不是什么专家，可是，他们的雄心和好奇心足以把对他们的一切质疑都一扫而光。决心和信念是他们最强大的武器。这样的人，说得好听是古怪，说得难听是疯子……这些人身上有三个共同点：相信自己，强大的决心和耐力。

明白为何而活的人，能够承受一切苦难。——尼采

为登珠峰前的训练很燃，登顶期的三个月经历看着很逗，可在登顶的那一个时刻真的是泪目。贝尔写的日记，教会了我该怎么来记录一天。但23岁的他做的事，除了让我敬佩，更让我学会，好好跟自己对话，体会力量在体内的流动。

心灵鸡汤。。。

拥抱困难，永不放弃

曾经和一个等过珠峰的人聊过，却没有说出这么多鲜为人知的艰难。在那个人嘴里，珠峰只是“最高的不就是珠峰嘛？”看完才能体会到这样的攀登有多难，也才能想像到一点，这样的风景有多美

原本想的是，考研复试之前把这本书看完，这样就算失败也有点面对的底气了。但是既然过了，就把这本书纯粹当作了解贝爷那一段时间的经历吧~（还被学弟嫌弃说我居然看这么鸡汤的书……）只攀登珠峰这一项探险内容上看，这种记载真实经历的文字也称得上扣人心弦，但是贝爷毕竟不是专业的笔杆子，遣词、叙述顺序等功力确实差了点。贝爷说被别人只询问一个“你登上去了没有”的问题心里会不爽，因为这样的问题非常狭隘，的确如此。但是那种过程的经历，如果是我，还是放在心里面慢慢回忆和品尝就好，绝知此事要躬行。

荒野求生。贝爷的历程。

才发现贝爷竟然出过一本登珠峰的专著

贝爷罩我去冒险，人生就是一场大冒险！

面对珠峰贝爷用专注力，信念与谨慎终于登顶。

让人敬畏的珠峰，但这本书的意义可能是让人迫切需要信仰

“我的胸腔里只有一种原始的简单。我的精力完全集中在脚下的每一个动作，没有什么可以干扰我。正式这样一种直接、简单的心态让登山者才有可能继续往上爬。”登山如此，其他事情，其实也是如此。

贝爷威武！

去做那些你一开始觉得自己不行的事情吧，没有什么能够打败你，哪怕是登上世界最高峰

感觉流水帐，基本可以当一个日记看。但，一个普通特种兵的日记有什么好看的呢，如果作者可以把文章做大段删减阅读起来可能会好一点，可惜这本书买来只能摆那了

感觉和普通鸡汤差不多。

看完后才感受珠穆朗玛峰的伟大

[没有什么可以打败你](#) [下载链接1](#)

书评

没有什么可以打败你，即使你面对的是世界上最高的山峰。攀登“世界之巅”珠穆朗玛峰一直是勇敢者的梦想与挑战。几十年来，很多勇敢者在珠峰顶上留下脚印。不过，要将海拔8848米的珠峰踩在脚下，可不是想当然的事。尽管登山设备越来越先进，可是，攀登珠峰的死亡率一直保持不...

作为一本登珠峰的书，它不鸡血，还有些鸡毛日常。能成为英国最年轻的登顶者，体力与能力贝爷都有，并做了数月准备后，仍要面对无数风险与困难。

读这本书的中途我也差点弃书，慢慢地了解着这些登山者要反复往返与各各营地，不断挑战自己对稀薄空气，寒冷冰雪与冰隙的挑...

主要讲的就是贝里病好后去爬珠穆朗玛的事，如果吧文字转成影像可能会好点，否则读起来味如嚼蜡，没有情绪的波澜，可以借鉴的技巧也没有多少，说到底，就是一本日记想想看，一个人的日记大部分都是平淡如水的生活记录，而爬山这种前期工作复杂，登

山准备繁多，登山过程漫长的...

没有什么可以打败你 [下载链接1](#)