

<<我绕了地球一圈>>

图书基本信息

书名：<<我绕了地球一圈>>

13位ISBN编号：9787502950125

10位ISBN编号：7502950125

出版时间：2010-8

出版时间：范京广 气象出版社 (2010-08出版)

作者：范京广

页数：237

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>

## <<我绕了地球一圈>>

### 前言

“京广，谁在死海练过瑜伽？  
谁在金字塔前练过瑜伽呀？”  
“那段时间，希望我同行的朋友每天这样劝我。  
坐豪华游轮环球游，我——想都没有想过！  
问身边的好朋友，回答仿佛统一了口径似的。  
“环球游——多好呀！  
去吧！  
“是啊！  
环球游——多好呀！  
去吧！  
“心里逐渐有了一点点朦胧的影子，仅仅一点点而已。  
“京广：想想啊！  
你这次去环球游。  
就是中国的首批乘客哟！  
冠军总只有一个呀！  
下次去，对你而言，就没有太大意义了！  
“大约隔了两天。  
希望我同行的朋友又来电话了。  
本来，那个朦胧的影子都快没了，朋友一个电话，影子又串出来。  
悄悄买本《世界地图册》回到家里慢慢看。  
一个国家、一个国家慢慢找，花了几天时间，终于将环球游途中将经历的二十几个国家从不同的页面找着了——只怪自己，中学时，地理没学好！  
“怎么样？  
有意思吧？  
快决定吧！  
“朋友有点不依不饶我了。  
旅行中有一个好的旅伴是相当重要的，这我知道。  
“你到船上去教瑜伽呀，在船上写作呀，拍片呀，多好呀！  
我来与日文商量吧，别想那么多了。  
“朋友远比我兴奋。  
我说不清自己的心情，也没有想得太多。  
朋友到我家拿着我的几本瑜伽著作及几张瑜伽光盘走了。  
过了几天，电话来了：“京广，好消息呀！  
日文认真看了你的资料，因为中国人是首次登船作环球之旅，你又是这么好的老师，邀请你上船教授瑜伽！  
这你就没有任何顾虑了吧？  
“消息确实令人振奋！  
朋友这么热心，日方没几天就发来隆重邀请函，我的心里去的决心基本上定了！  
路过地图出版社时，买回两个带灯地球仪，小的留给自己，大的送给我的朋友。  
晚上开着地球仪上的灯，又一遍一遍地地球仪上寻找这二十几个国家，渐渐地脑子里，心里有了更深的印象！  
眼前的地球仪逐渐变大，越来越大，越来越大，大如地球了——这时在我的心里，已经绕了地球一圈了！

## <<我绕了地球一圈>>

### 内容概要

《我绕了地球一圈：360°航海环球游记》2008年5月14日，作者乘坐日本“和平”号邮轮从日本横滨港口出发，跨过了地球上太平洋、印度洋、大西洋等三大洋；走过了亚洲、非洲、欧洲、北美洲等四大洲；穿过了世界上著名的苏伊士运河和巴拿马运河；经过了红海、地中海，马六甲海峡和直布罗陀海峡于同年9月4日返回横滨，历时114天，途经21个国家，停靠参观了22个港口城市，360度环绕地球整整一周。

<<我绕了地球一圈>>

作者简介

范京广：第一位环球瑜伽传播使者 日本“和平号”豪华邮轮特聘瑜伽师 Nokia全球总裁瑜伽讲师 清华大学女子学堂指定瑜伽讲师 健身瑜伽、经络瑜伽两大体系创始人 第53届世界小姐中国总决赛形体指导、评委 首届环球华人才女选拔赛专家委员 《健与美》、《都市主妇》等杂志专栏撰稿人 已出版著作：《时尚健身瑜伽》《经络瑜伽》《模特瑜伽塑形》《简瑜伽》。

<<我绕了地球一圈>>

书籍目录

亚洲篇日本第一站越南第二站新加坡第三站阿曼第四站约旦非洲篇第五站埃及亚洲篇（续）第六站土耳其欧洲篇第七站希腊第八站意大利第九站西班牙第十站法国第十一站荷兰第十二站挪威第十三站冰岛北美洲篇第十四站格陵兰第十五站美国第十六站美国第十七站巴拿马第十八站危地马拉第十九站墨西哥第二十站墨西哥第二十一站加拿大第二十二站美国

## &lt;&lt;我绕了地球一圈&gt;&gt;

## 章节摘录

埃及探访 邮轮昨天经过一天的航行穿越苏伊士运河后于晚上10点抵达埃及塞得港，今早5点晨雾中8台大巴在塞得港港口等候我们，5：45出发去首都开罗。

大巴一出港即进入到一片乡村地带，路边行人稀少，偶尔出现一两个穿着长袍的阿拉伯人。如果不是这些着长袍的路人和广告牌上的阿拉伯文字，乃代表这是一个阿拉伯国家，还真以为这里是上个世纪80年代的中国农村。

车速飞快地赶着时间，当地导游告诉我们，这里的人们早晨8点上班，不赶紧将会遇上堵车的高峰了。

高高的、胖胖的导游，是一位样子极为可亲的当地人，早年毕业于日本早稻田大学。与胖导游极为不相称的是他那温柔而细腻的声音，竟像瑜伽老师给会员诱导放松术&hellip;&hellip;今天太早起床的游客，在这温柔的声音中再次催眠入了梦乡。

从塞得港需驱车三个多小时才可到达开罗，导游很耐心，极有节奏地唱着催眠曲，就像从CD机内播放出来，一曲终了，接着下一曲，旋律很慢，慢得与此时的环境、乘客们的心境极为协调&hellip;&hellip;不知过了多久，迷迷糊糊好像听到“尼罗河”几个单词，睁开眼睛，一条长长的河流正从我们车边缓缓流过，河面不宽，很窄——这就是著名的尼罗河吗？

！  
别的游客也醒了，向导游证实——是的，是尼罗河！

这就是贯穿埃及的——世界上最长的河流！

我们正从此经过！

与我在国内时游历黄河的感觉完全不一样，黄河水面宽，河水奔流湍急；而尼罗河河水如此清澈，在你身边静静地流过，两边长满嫩绿的青草，显得极为恬静。

哪来的《尼罗河上的惨案》！

眼前这一切的美好让我脑海中闪过早年看过的这部电影，像夜空中的流星一般，在脑海中尚未停住，就已陨落！

埃及是北非旅游资源最集中的国家，世界文化与自然遗产丰富。

我们马上就要到达著名的考古博物馆了，看看时间，上午10点。

进得大厅来，保存完好的几千年的古代棺木、木乃伊、气派的皇宫内奢侈品等等，一一展现在你的眼前&hellip;&hellip;我想，在每个人的心里不能不引起震撼！

我们也是来自于有着几千年文明的古国，我们的故宫、颐和园、圆明园遗址、十三陵&hellip;&hellip;使我们作为中国人而骄傲！

同时也让世人惊叹！

今天我们在这里参观他国的博物馆，同样为古埃及文明所震撼！

从博物馆出来，霎时间还不能从几千年的历史长河中回到现实中来，路边地面躺着一位年轻人，穿着牛仔裤的两条腿伸得长长的，突然那两条腿一抬——噢怎么可以动呢？

脑子里还全是躺着的木乃伊，还不适应躺着的人可以动起来，怎么眼前所有的一切，都是活物了&hellip;&hellip;午餐时间到了，走出舒适的大巴，正是中午最炎热的时候，埃及虽然地处非洲，但日平均温度却并不高。

太阳毫不体贴人地从头顶上直射下来，用手遮住猛烈的阳光，似乎要将车上的冷空气带了出来，感觉还真是凉快了许多。

餐馆很大、很宽敞，如果没有来来往往的游客，感觉平常应该是鲜有人来这里光顾的。

餐馆正对着的是一个刚刚挤得下两个人的小棚子，里面正挤着两个男人，像我们新疆人烤羊肉串一样，前边两排炭火，一排前面堆着小山一样烤好的香喷喷诱人的鱼，另一边正是烧烤进行时。

埃及属于阿拉伯国家，87%是阿拉伯人。

如前面几个阿拉伯国家一样，这里的人照例是不许随意拍照的。

但我总能想到绝招，两个男人举着即将要烤的鱼，笑吟吟地对着我举得高高的镜头。

右边拐角处的妇人在炎热的火炉边烤着烧饼，几大盆烤好的烧饼，亦堆得像小山一般。

## &lt;&lt;我绕了地球一圈&gt;&gt;

妇人拿着手里的烧饼拼命吆喝“one dollar, one dollar”，她们这样叫着“一美元”兜售的并不是手里的烧饼，而是想让你与她一起拍照，然后收取一美元的小费。

今天的午餐吃什么呢？

原来就是外面妇人烤的烧饼和男人烤的鱼。

每条鱼大约有8两，每人一条，吃完了还可以再要！

桌上摆着的几盆烧饼，你尽可以开怀大吃！

触摸金字塔 大巴从博物馆出来，行驶在前往金字塔的途中。

一会儿金字塔的塔尖从建筑物之间的某个缝隙钻入我们的视线，一会儿又从城市绿植的叶片间进到我们的眼帘。

不知过了多久，车进入了一条狭窄的巷子，慢慢爬过一个长长的斜坡道后，到了一个大坪内停下来。

除了我们八台大巴整齐地排成一排，旁边还停了不少其他车辆。

刚才远远看着还是与楼盘仿佛同高的金字塔，现在走到它跟前，抬头一望，才真正感觉它竟是如此雄伟而壮观！

金字塔建于4500年前，是古埃及法老（即国王）和王后的陵墓。

陵墓是用巨大石块修砌成的方锥形建筑，因形似汉字“金”字，故中文译作“金字塔”。

它是世界现存唯一的七大奇迹之一。

我往金字塔面前跑过去，开始以为那些大石像是用曾在农村看过的土砖堆砌而成的，跑到它面前，才发觉每一块“土砖”几乎与我同高。

行驶在塔前公路上的汽车，看起来犹如小蚂蚁。

边游览，边听着导游的精心讲解。

国王为什么要建造金字塔？

巨大的金字塔是怎样建成的？

更多的传说金字塔是外星人建造出来的，事实究竟怎样呢？

相传，古埃及第三王朝之前，无论王公大臣还是老百姓死后，都被葬入一种用泥砖建成的长方形的坟墓，古代埃及人叫它“马斯塔巴”。

后来，有个聪明的年轻人叫伊姆荷太普，在给埃及法老左塞王设计坟墓时，发明了一种新的建筑方法。

他用山上采下的呈方形的石块来代替泥砖，并不断修改修建陵墓的设计方案，最终建成一个六级的梯形金字塔——这就是我们现在所看到的金字塔的雏形。

在古代埃及文中，金字塔是梯形分层的，因此又称作层级金字塔。

这是一种高大的角锥体建筑物，底座四方形，每个侧面是三角形，样子就像汉字的“金字”字，所以我们叫它“金字塔”。

伊姆荷太普设计的塔式陵墓是埃及历史上的第一座石质陵墓。

左塞王之后的埃及法老纷纷效仿，在生前就大肆为自己修建坟墓，从此在古埃及掀起一股建造金字塔之风。

由于金字塔起源于古王朝时期，而且现存最大的胡夫金字塔也建在此时期内，因此，埃及的古王朝时期又被称为金字塔时代。

古代埃及的法老们为什么要将坟墓修成角锥体的形式，即修成汉字中的金字形呢？

导游继续着他的责任，原来，在最早的时候，埃及的法老是准备将马斯塔巴作为死后的永久性住所的。

后来，大约在第二至第三王朝的时候，埃及人产生了国王死后要成为神，他的灵魂要升天的观念。

在后来发现的《金字塔铭文》中有这样的话：“为他（法老）建造起上天的天梯，以便他可由此上到天上。

“金字塔就是这样的天梯。”

同时，角锥体金字塔形式又表示对太阳神的崇拜，因为古代埃及太阳神“拉”的标志是太

## &lt;&lt;我绕了地球一圈&gt;&gt;

阳光芒。

金字塔象征的就是刺向青天的太阳光芒。

因为，当我们站在通往基泽的路上，在金字塔棱线的角度上向西方看去，可以看到金字塔像撒向大地的太阳光芒。

导游讲到这里，我忽然想到我们习练瑜伽时的“拜日式”，意思是虔诚地向太阳予以膜拜，于是我赶紧下去寻找我的瑜伽会员到金字塔前来练习。

《金字塔铭文》中有这样的话：“天空把自己的光芒伸向你，以便你可以去到天上，犹如拉的眼睛一样。

”后来古代埃及对方尖碑的崇拜也有这样意义，因为方尖碑也表示太阳的光芒。

古埃及现存金字塔中规模最大的一座，是第四王朝法老胡夫的金字塔。

这座大金字塔原高146。

59米，经过几千年来风吹雨打，顶端已经剥蚀了将近10米。

但在1888年巴黎建筑起埃菲尔铁塔以前，它一直是世界上最高的建筑物。

这座金字塔的底面呈正方形，每边长230多米，绕金字塔一周，差不多要走1千米的路程。

在埃及已发现的金字塔中，最大最有名的是位于开罗西南面的吉萨高地上的祖孙三代金字塔。

也就是我们眼前的这三座！

它们是大金字塔（也称胡夫金字塔）、哈夫拉金字塔和门卡乌拉金字塔，与其周围众多的小金字塔形成金字塔群，为埃及金字塔建筑艺术的顶峰。

金字塔是古埃及奴隶制国王的陵寝。

这些统治者在历史上称之为“法老”。

古代埃及人对神的虔诚信仰，使其很早就形成了一个根深蒂固的“来世观念”，他们甚至认为“人生只不过是一个短暂的居留，而死后才是永久的享受”。

因而，埃及人把冥世看做是尘世生活的延续。

受这种“来世观念”的影响，古埃及人活着的时候，就诚心备至、充满信心地为死后做准备。

每一个有钱的埃及人都要忙着为自己准备坟墓，并用各种物品去装饰坟墓，以求死后获得永生。

以法老或贵族而论，他会花费几年，甚至几十年的时间去建造坟墓，还命令匠人以坟墓壁画和木制模型来描绘他死后要继续从事的驾船、狩猎、欢宴活动，以及仆人们应做的活计，等等，使他能死后同生前一样生活得舒适如意。

攀登金字塔是很多人的梦想！

但是攀登——在这里是不允许的！

一块石块上写着大大的“NO CLAMB！”

“但是好奇之心人皆有之，和着一些不算听指挥的游客一样偷偷向上攀沿着！

中国的“不到长城非好汉！

”用到这里“不攀金字塔非好汉！

”也很贴切。

许多人站在下面观望，我们站在上面拼命向下挥手。

现在你不得不由衷地敬佩几千年前设计与建造金字塔的古人！

古语云：古人不见今时月，今月曾经照古人。

现在我将它改成：古人不见今时塔，今塔曾为古人建！

……



<<我绕了地球一圈>>

编辑推荐

作者是一位资深健康专家和瑜伽师，为了深爱的航海全球游，她抛下企业的缠拌，乘坐日本“和平号”邮轮，顺时针西行，完成了一次“环游全球”的旅行，完整地绕了地球一周。

读万卷书不如行万里路，这句话自有其中的道理所在。

三个多月的航程，作者自东半球穿行到西半球，从赤道往北极圈感受冰火两重天；漂流了绿色、蓝色、灰色的海洋；见证了白色的沙漠、巍峨的雪山、亿年的冰川和繁茂的热带雨林；品读了古埃及、古希腊、古罗马、古玛雅等远近古时代文明；对照了现代欧洲文明、美洲文明；握手了阿拉伯人、白人、亚洲人、爱斯基摩人、印第安人；融汇了佛教、伊斯兰教、基督教的洗礼……亲历纵览这一切，把全世界的地理、地貌、历史、民族、文化、宗教都尽收眼底！

<<我绕了地球一圈>>

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>