

<<西藏旅行完全手册>>

图书基本信息

书名：<<西藏旅行完全手册>>

13位ISBN编号：9787506320962

10位ISBN编号：7506320967

出版时间：2001-7

出版时间：作家出版社

作者：贺中 / 庄严

页数：490

字数：345000

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>

<<西藏旅行完全手册>>

前言

羁恋于一城一乡，终老一生，世事不闻，那已是古老的生活方式。

如今，越来越多的人都在不同程度地实现着“旅足天下”的梦想。

相较而言，早期纯粹声色享娱似的旅游方式在品质上已属一般，更深层次上的旅游则倾向于个体生命的感悟与回归。

这和现世人们的生存环境以及流行的理念有着密切的关系。

所谓“行走大地，慰藉心灵”，出游这种身体力行的举动带有几个明显的特征：对生之压力的缓释与对抗，对自然的亲近与融和，对生命本质的体尝与强化。

然而，要在这种程度上实现出游的目的并非易事。

千篇一律、粗制滥造的人为景观，环境污染的日益加剧，逸乐无趣的全程服务等等，大量的物质付出不说，精神上得到的还只是低劣的回报。

于是，更多的人选择远游，以自助的方式，到那些无名的、偏远的甚至艰辛卓著的地方，通过自身在旅程中的不断努力探寻，力图精神层面上有所收获。

在这些众多白勺选择中，西藏无疑是很多人的梦想。

在世界第三极的西藏，众多的美妙和神奇都趋向于极致。

巍然傲立的雪峰，浩瀚如镜的明湖，七彩眩目的阳光，延绵不绝的草场，辉煌玄妙的寺庙以及质朴淳善的人们，等等，任择一二便可成就为撼人心魄的华美篇章。

然而，单有这些是不足以诱人前往的。

在这里，你任何艰辛的跋涉与痛楚，都会在闪烁着冷冽清辉的神山圣湖无言的包容与见证中，在焕发着金色微笑的诸神诸佛慈爱的祝祷与唱颂中，在洋溢着勃勃生机的众生心无旁鹜的注目与放歌中得到回报，这种来自青藏的回报足可影响一生。

对于游者来说，西藏的魅力还在于她给予了游人与自然深切体肤、亲密无间的接触途径。

无论你选择哪一条道路进入高原，你都会感受到生命历经重铸时的道道印记。

西藏令人震撼的美无疑又是统一而谐和的，那些试图以一两次旅游观光便想尽揽西藏美的想法，只可能是一种美好的奢望。

<<西藏旅行完全手册>>

内容概要

羁恋于一城一乡，终老一生，世事不闻，那已是古老的生活方式。

如今，越来越多的人都在不同程度地实现着“旅足天下”的梦想。

相较而言，早期纯粹声色享娱似的旅游方式在品质上已属一般，更深层次上的旅游则倾向于个体生命的感悟与回归。

在世界第三级的西藏，众多的美妙和神奇都趋向于极致。

巍然傲立的雪峰，浩瀚如镜的明湖，七彩眩目的阳光，延绵不绝的草场，辉煌玄妙的寺庙以及质朴淳善的人们，任择一二便可成就为撼人心魄的华美篇章。

《西藏旅行完全手册》的出版，可以说是为众多心仪神往西藏的人们提供了一个很好的——了解西藏、认识西藏的切入点。

编著者侧重从文化理解与沟通，旅行必备常识介绍两个方面入手，以简约、实用的文字生面、深入地反映了西藏各地区的自然、宗教、文化及民俗风貌，并配以大量的图表，极大地方便了旅行者直观简捷地获取信息与指导。

该手册所辑图片多为名家精选，各种地图、表单等也较贴合西藏各区最新的旅游现状，是最近几年以来出版并持续升温的“西藏热”中不可多得的精品力作。

<<西藏旅行完全手册>>

作者简介

贺中，著名青年诗人，又名克列·萨尔丁诺夫、贺忠、老汉、河中等，有裕固、藏、蒙、汉等民族血统，六十年代生于甘肃南皇城，毕业于北京第二外国语学院。

著有诗集《群山之中》、《西藏之书》等，与人合编、合著、合拍有若干有关西藏的摄影画册、图书及电视片。

其诗歌作品曾被译为多种文字，见诸海内外书刊。

现服务于西藏两家画刊社，具体做策划、设计、编辑等工作。

庄严，知名编辑和翻译家，1971年生于广东汕头，毕业于成都科技大学。

参与了若干画册、图书及音像制品的编辑上作，翻译论文和摄影作品曾多次获奖。

现为西藏两家画刊社的高级编辑和美术总监。

<<西藏旅行完全手册>>

书籍目录

前言世界屋脊旅行浏览西藏概况 地理 人口 文字 西藏历史述要 从远古到吐蕃时期的文化交流 绘画 藏历 曲艺 邮票收藏 土特产品 气候 宗教信仰 创世神话 吐蕃时期的古道 藏学 建筑 雕塑 体育 藏密 气功 野生动物 行政区划 其他民族 史前时期青藏高原的人类活动 西藏历史述要 吐蕃时期的古道 人类活动 从远古到吐蕃时期的文化交流 藏学 文学 文化交流 建筑 工艺品 绘画 雕塑 藏医学 藏历 体育 藏戏与藏族歌舞 曲艺 藏密气功 藏币收藏 邮票收藏 野生动物 野生植物 土特产品主要城镇西藏自治区主要山峰、河流、湖泊、冰川、温泉 著名山脉和山峰 湖泊、河流 温泉 冰川 风俗习惯重要节日庆典西藏原始自然宗教——苯教藏传佛教 佛教传入西藏和藏传佛教的形成 藏传佛教的主要派系 藏传佛教的组织制度 藏传佛教的主要人物常见的佛像与法器 佛像 法器 寺庙与景点 日喀则地区 阿里地区 那曲地区 山南地区 昌都地区 林芝地区在西藏旅行中最容易遇到有关文化、宗教和习俗的常识 文化 宗教 习俗西藏旅游备忘档案出入藏主要路线西藏神秘现象旅游者在藏旅行需要特别注意的事项旅游者常用的基本藏语野外生存绝招西藏商务旅游西藏的中国及世界之最给你提供的几条建议和最佳旅游线路参考及建议阅读书目综合索引旅行者手札后记

<<西藏旅行完全手册>>

章节摘录

插图：

<<西藏旅行完全手册>>

后记

编写《西藏旅行完全手册》一直是我和庄严君多年来的愿望，其原因不外乎以下几点：一是多年来从事西藏旅游工作，深感此类书籍的出版对促进西藏旅游业发展的重要意义；二是很多国内外旅游探险者对西藏方方面面的认识不尽全面、确切，以讹传讹者甚众；三是市面上虽有国内外著者所撰的同类书籍，但大都内容不太详细、信息陈旧，实用性及准确性等都有诸多不足。

《西藏旅游探险手册》的正式出版应该说是同类书籍空白之处的补充，其价值不言而喻。

这本书的优点在于：它既可以作为西藏旅游探险者的实用手册，又可以当作培训西藏导游的教材使用，而且对从事其它有关西藏工作的人士也有广泛的参考和实用价值。

《西藏旅行完全手册》编写工作耗时一年多，其中的甘苦自然无需在此言说。

说是编著，当然采用了不少前辈学者及同好们的部分研究成果或著作内容，在此特向他们表示深深的敬意和衷心的感谢。

在这里我们还要感谢对《西藏旅行完全手册》的出版给予很多帮助的以下诸君：汤正琪先生，李尔亮先生，明加先生，央金女士，旺久先生，作家出版社的懿翎、刘文良及老友龙虎林、张晓敏、罗波、杨彤、王睿、李刚、黄艳、周丽霞、刘清平、李兴荣、铁军等。

可以说没有他们的倾力相助，也就没有此书的顺利诞生。

《西藏旅行完全手册》得以正式出版，也是一次友情的真实体验和对西藏生活的美好纪念。

庄严君与我在西藏朝夕相处，相互提携，闲时临风把盏，豪饮高歌；忙了纵横尘烟，同心事物；渡过了许多难以忘怀的时光。

与他的愉快合作，让我的内心时时充满温暖。

《西藏旅行完全手册》便是我们共同贡献给西藏的一份小小的功课，也算是与西藏的“善缘”展示吧。

《西藏旅行完全手册》的编著涉及面广，资料收集颇费力气，很多方面对编著者来说都是以前未曾经历的工作，加之我们经验不足、考虑欠周，不当之处在所难免，恳请各界读者多多指点，以便我们在再版时补充修订。

<<西藏旅行完全手册>>

媒体关注与评论

我看过几本有关西藏的此类书籍，都不大理想，《西藏旅游探险手册》册》毫无疑问是其中最好的一本，对于很多热爱两藏的稳中有各界人士来说，此书的出版的确恰到好处。

——著名作家马原西藏对于很多人都是可望不可及的，在那块神秘缄默的高地上产生过令人惊讶的灿烂文明，而其奇绝的山川风貌更使人难以忘怀《西藏旅游探险手册》以独到的编著目光，丰富的知识与实在经验，告诉了人们一个较为清晰的西藏。

——北大学教授、著名学者陈嘉映你如果旅行两藏，需要一个准确可靠而又全面的指导，《西藏旅游探险手册》肯定会给你满意的帮助。

——西藏旅行探险家脑勒旺堆这本书虽然是旅行探险类书籍，但它包含着丰富的信息几乎涉及了西藏的方方面面。

——美国旅行家，人类学家布瑞特西藏太迷人啦！

阅读这本书可以了解很多被人忽略的人类与自然现象，较之很多华而不实的介绍，更多了一些份量。

——著名文学评论家文能《西藏旅游探险手册》的确可以让喜欢西藏的人饱餐一顿，是“西藏图书热”中出现的一本好书。

——《西藏文化报》总编，著名社会活动家，安多尼玛

<<西藏旅行完全手册>>

编辑推荐

《西藏旅行完全手册》由作家出版社出版。

<<西藏旅行完全手册>>

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>