

<<我的拉萨>>

图书基本信息

书名：<<我的拉萨>>

13位ISBN编号：9787534443855

10位ISBN编号：7534443857

出版时间：2012-5

出版时间：江苏美术出版社

作者：陈志文

页数：249

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>

<<我的拉萨>>

前言

我出生在西北，专业学习在北京，工作后去过南、北两极、青藏高原、南美雨林、中亚沙漠……全球各地的典型地貌几乎都亲身到达、亲眼见到过。

但是我始终钟情于青藏高原的雄伟壮阔，就如同性格中始终带着风沙与原野的味道。

志文与我户外相识，之后加盟我供职的《中国国家地理》杂志社，共享三年后，他往返是江南郎，却与我这个西北汉分外投缘。

枘以为，此位江南郎豪爽大气，志发于四野。

不久前拿到本书书稿，又发现了他不愧于江南的细腻与柔情。

青藏高原隆升为世界屋脊，改变了东亚乃至世界的画然格局。

而拉萨，则是这座屋脊之正厅。

年轻时做科研，经常驻留青藏高原，双脚在拉萨不知踱过多少步子。

进入传媒界后，几度兜转，依然不断地与拉萨重逢。

追于种种原因，现在的我常常直飞拉萨；但最回味的，仍是年轻时用各种方式、渐渐接近拉萨的感受。

或者翻越米拉山，强烈体会山南的温润与山北的干热；或者经由冈底斯，擦身而过一列列冰川后，霎时来到华丽人间；或者纵贯念青唐古拉南下，脚下平缓的大地已经高出故乡几千米……每每因为抵达时的心境不同，见到的拉萨就会有不同的模样。

有故事的拉萨，适合有故事的人慢慢品读。

志文用那些文字与图片，勾勒了一个城市的轮廓，还有线条之下的沧桑。

我很明白，这些潇潇洒洒的图文也同样记录了一个人的心灵。

志文笔下的这座目光城、这个发呆圣地，让我心生亲切。

诚如他筹划此书时我的祝愿，现在终成一句感言： 不负拉萨不负卿。

李栓科：《中国国家地理》杂志社社长、总编

<<我的拉萨>>

内容概要

《我的拉萨(围着拉萨绕两圈)》作者陈志文，以15年21次进藏的资深藏地旅行经历，用精彩的藏地行摄美图，用饱含深情的笔触，讲述一个又一个不为人知的西藏故事，拉萨传说，带你“私会”八廓街，带你走近藏族人的生活，让你在拉萨的现实与历史之间穿梭，让你行走在蓝天白云之下的心灵圣地。

《我的拉萨(围着拉萨绕两圈)》由《中国国家地理》杂志社社长、总编李栓科倾情作序《不负拉萨不负卿》，强烈推荐，由“中国最美的书”

、美国设计大赛“ONESHOW”获奖设计得主瀚青堂精心设计。

中国西藏文化保护与发展协会理事、西藏大学院长图登克珠、抗战史学者戈叔亚、演员海青联合推荐

。

此外，书中赠送精美的唐卡图，向读者带去最好的祝福。

<<我的拉萨>>

作者简介

陈志文：“美国职业摄影师联盟”会员，“中国十大徒步人物”，曾任《中国国家地理》大型活动策划主管，中国高原委员会可可西里考察队队员，《中国国家地理》-CCTV阿尔金山考察活动总策划、考察队队长，2005年联合国世界野骆驼保护基金会中、英、蒙三国新疆罗布荒原联合探险队队员，组织全国107家知名媒体联动、《中国国家地理》纪念抗战大型活动，“自由之路”总策划、考察队队长、首席市场推广。

他15年里21次进藏经历，在高原徒步上千公里，深入各种无人绝境，积累丰富的高原极地经验，是国内首屈一指的资深西藏旅行家。

<<我的拉萨>>

书籍目录

- 一 序
- 二 写在前面的话
- 三 拉萨的名片
 - 1 布达拉宫——西藏最早的大房子
 - 2 大昭寺——万心归宿
 - 3 罗布林卡——拉萨的宝贝
 - 4 拉萨三大寺
 - 5 西藏自治区博物馆——绚烂宝库的窗口
- 四 和拉萨打个招呼
 - 1 高原梦想与高原反应
 - 2 名字的秘密
 - 3 藏式与藏饰
 - 4 最惬意的茶生活
 - 5 藏式食物
 - 6 八廓街的故事——最后的藏式乐园
 - 7 玛吉阿米到底是谁
 - 8 神仙姐姐与神仙玩法
- 五 做回拉萨人
 - 1 东西南北三佑寺——让我们看清拉萨的脸庞
 - 2 画的史书与颂歌——唐卡
 - 3 纸上和心里的印记——藏经与藏纸
 - 4 天下藏文出拉萨
 - 5 密而不密——上下密院的故事
 - 6 礼佛六件套——外三件：风马旗、玛尼石、擦擦
 - 7 礼佛六件套——内三件：藏香、酥油灯、酥油花
 - 8 关圣庙与汉人坟
 - 9 改行做财神——扎基寺与扎基拉姆
- 六 行者式的朝圣——围着拉萨转两圈
 - 1 感受拉萨的第一圈
小昭寺 次巴拉康 北方三佑寺 下密院 木如寺 嘎玛夏 仓姑寺 南方三佑怙殿 大昭寺
 - 2 膜拜拉萨的第二圈
山南敏珠林寺 嘛呢拉康 强巴拉康 木如宁巴 绕赛参康 墨竹工卡羊日岗寺 驻拉分寺 奴日桑官 丹杰林寺 策门林寺 大昭寺
- 七 后记

<<我的拉萨>>

章节摘录

版权页：插图：不过我第一次见到布达拉宫，应该是在“文革”期间，那时候才10岁。

父亲的单位有时候会有歌舞表演。

有一出戏叫“金珠玛米，亚咕啾！”

”（藏语意思：解放军好！

）演的是藏族姑娘为解放军战士洗衣服的事情。

因为这出戏里姑娘们穿的衣服颜色要比其他总是穿绿色军装的戏鲜艳，所以，我格外注意了这出“金珠玛米”的戏，同时我也注意到这些且歌且舞的姑娘们身后的背景，一座建立在山上的大房子。

当然，当时我并不知道那是布达拉宫，更不知道它的故事，单纯朴素的无产阶级红小兵只会由衷地觉得，那房子好大呀，那么多窗户！

相信很多人的感受会是和当年我这个无产阶级红小兵一样的，那就是这座房子好大啊！

真的，后来，我在我的藏族司机罗布桑白那里听到一个段子证明，几百年前，就有人发出过我这样的感慨，与我不同的只有两点：1.那是几百年前；2.那些人感叹完了之后，还动手做了件大事情。

传说：当年布达拉宫在拉萨建成以后，直接成为雪域高原最伟大的建筑。

拉萨也因为布达拉宫而盛名远扬。

身在日喀则的豪门老大素闻布达拉宫的盛名，觉得自己德高望重，也该有这样一座宏大的建筑，才能衬托自己赫赫威仪。

不过，建这么大的一座宫殿不是小孩子过家家，谈何容易！

当年的建筑队即使不像现在这样一定要有什么部什么委发放的资质证书，至少也得要有个范本，照着样子才行吧。

只是当年的情况，估计方圆一万里范围内，也就只有布达拉宫那一所房子符合做范本的条件。

因为当年拉萨所处的前藏与日喀则所属的后藏地位相当，也就是大家平起平坐的关系，让日喀则主动开口求拉萨支援些盖房子的资料，那是不太好意思开这个口的！

但是，没有范本借鉴就强行开工，工程会变得十分危险。

真是两难呐！

就在这时，有聪明人献计：“明着要，不好意思，我们就自己悄悄地去拉萨，仔细勘察人家的布达拉宫，不张扬、不咋呼，记下数据，自己带点资料回来，不就结了？”

”大家一商量，都认为这个主意好，既保留了面子，又办成了事情，一箭双雕，两全其美，好！

就这么办！

<<我的拉萨>>

后记

从动笔伊始，至本书书稿完成，共计4个月。

4个月当中，我一天最多写过5000字，速度不可谓不快。

如果本书的制作周期，是从第一次踏上拉萨的土地时开始算起，那么，完成这本书，我用了15年。

15年来，我时常在拉萨留连，用上万张照片记录她的容颜，与所有的朋友谈起她，读各种有关她的书……现在，我写了10万字，来陈述爱上这座城市的理由。

在我的行走生涯中，图片记录多过文字记录。

因为我常常在面对世界时，感叹语言的苍白。

因此，书中文不足处颇多，以图补之。

而图不足之处，我希望读者用自己的旅程与感悟来补足。

我曾经独闯藏北无人区，单身走过中国近2000个县。

可是在本书从一个计划而终付梓之际，我真的想说：太不容易，我不是一个人！

2009年11月，我入职“西祠胡同”，负责旅游、摄影频道的工作。

西祠鼓励员工做梦，不论是有激情的梦或是美好的梦。

在领导与同事的支持下，就是在这里，我完成了本书。

《中国国家地理》社长兼总编辑李栓科先生，是我曾经的领导，也是我一生中的导师。

他不但在百忙之中为我拟了书名，还为这本书做了序言推荐。

江苏美术出版社的周海歌社长几次关心本书的排印事务，副总编辑毛晓剑先生多次为图书出谋划策，责编魏申申小姐更是对我的文稿精雕细琢，瀚清堂赵清先生、周伟伟先生为本书设计付出大量心血。

拉萨旅游局给予了我极大的支持，积极安排我去拉萨做“一线调查”。

章晓历副局长的信任使我倍感温暖。

西藏大学旅游与管理学院、经济与管理学院、文学院、艺术学院、理学院的图登克珠教授、旺多教授、白伦·占堆教授、亚·达瓦次仁教授、日·达瓦次仁教授、洛桑扎西教授、古格·其美多吉教授、旦增卓嘎教授等多位专家学者为我找线索，勘谬误，考证史实……可以说，这本书因为他们的锤炼而更具价值。

还有拉萨的洛桑次仁，我的一位好友，为了我的书的事情也是忙前忙后，真的很感谢他们。

写作的过程中，我参考了一些文章与图书。

其中有：五世达赖喇嘛著《西藏王臣记》 索南坚赞先生著、刘立干先生译注《西藏王统记》 刘立干先生著《印藏佛教史》 季羨林先生著《佛》 林语堂先生著《印度的智慧》 (日本)河口慧海先生著《西藏秘行》 (法国)石泰安先生著《西藏的文明》 马丽华先生著《老拉萨—圣城暮色》……在此一并致谢。

最后，我还是要谢谢你，谢谢你看完我的文字！

不过，这终归是我的拉萨。

想认识她，还要你付诸行动。

如果你能带着我的这本书去结识那座城市，我会倍感荣幸；接下来如果你也有了你自己的拉萨，这才是我真正的心愿。

谢谢你！

扎西德勒！

<<我的拉萨>>

媒体关注与评论

有故事的拉萨，适合有故事的人慢慢品读。

志文用那些文字与图片，勾勒了一个城市的轮廓，还有线条之下的沧桑。

我很明白，这些潇潇洒洒的图文也同样记录了一个人的心灵。

志文笔下的这座日光城，这个发呆圣地，让我心生亲切。

李栓科 《中国国家地理》杂志社社长、总编我认为《我的拉萨》是一本深度了解拉萨旅游文化，全面提升拉萨旅游品牌，更高层次体验拉萨人文旅游资源的一本好书。

文风幽默、深入浅出、通俗易懂，而且书中的图片非常精美，是一本深度介绍拉萨旅游的“好书”。

图登克珠 中国西藏文化保护与发展协会理事、 西藏大学经济与管理学院院长 几个印度边防军人围着陈志文勒令删除照片。

在把我们驱逐出境的途中，我的心跳到了嗓子眼，因为胆大妄为的他又掏出相机……那是史迪威公路的起点印缅边境，我们要去一个无人知晓的远征军墓地。

他“违法”拍摄的照片成为死者家属唯一的慰藉... 有朋友这样说，全世界什么地方都可以不去，而西藏是一定要去的。

陈志文的《我的拉萨》，告诉你的就是这样的一个地方。

走进拉萨，就是走进自己的心灵…… 戈叔亚抗战史学者 看过志文的《我的拉萨》，让我觉得西藏就在不远处召唤。

西藏原来离我很近，拉萨原来就在我身边。

带上这本书去拉萨吧，还犹豫什么？

海清演员

<<我的拉萨>>

编辑推荐

《我的拉萨》是一本细说拉萨的书。

这是一本让没有来过西藏的人，想来拉萨；让来过西藏的人，回到拉萨的书。

这《我的拉萨》不是攻略，不是导游手册，这《我的拉萨》是风景，是故事，满纸藏地风情和传说。

在拉萨，秘密的朝圣之路到底在哪？

仓央嘉措，是情圣还是一位悲情领袖？

八廓街上到底有多少秘密？

《我的拉萨》通过一连串的故事叙述，以通俗、幽默、生动的语言向读者展示除了拉萨三大文化遗产（布达拉宫、罗布林卡、大昭寺）之外的拉萨，而这个拉萨，才是更真实的，更被人希望了解的拉萨。

<<我的拉萨>>

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>