

<<爱自己就一个人去旅行>>

图书基本信息

书名：<<爱自己就一个人去旅行>>

13位ISBN编号：9789868931817

10位ISBN编号：9868931819

出版时间：2013-7-4

出版时间：零极限

作者：愚娜

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>

## <<爱自己就一个人去旅行>>

### 内容概要

流浪与知性之旅的不同在于前者是走马看花，后者对当地历史、文化、艺术都要有深入了解。

本书令人着迷的文字与对不同文化的深度观察，对旅行与异国文化有兴趣的人来说非常值得阅读！

已经很久没有读到这么一本教人感动的旅行文学！

幸运的她，热爱着自己的工作；却也发现，心里似乎有股缺憾，人生还有一份热情需要去宣泄，需要与真实的自己更靠近。

因为人生的风景，应该不只是如此。

三十岁生日前，她决定送给自己一份生命的大礼：“一个人去旅行”。

这个决定，改变了她的人生，也让她找到爱自己的力量。

在西藏，她从餐风露宿磕长头朝圣的藏民身上看见“幸福的秘密”；在五千公尺高的西藏高原上被碗里的两根青菜感动，学会感恩；为了一睹圣母峰（珠峰）的日出，双脚差点失去知觉，才看清自己的渺小；提前一天离开拉萨，而幸运地躲过西藏暴动。

在尼泊尔，因为有热水和马桶，发现自己便拥有快乐与满足；在印度，她发现思想的力量，可以是捆绑的枷锁，也可以是自由的翅膀；在印度旅行，她感到最困难的挑战，是“人性”而不是“环境”。

在丝路之旅中，她对伊斯兰（回教）文化有了重新认识与感动，也看见中国少数民族被日渐“汉化”的危机与无奈；在敦煌遇见沙漠暴雨，第一次感到与死亡如此接近；在西域看见中国东西部发展的失衡与落差，许多新疆孩子在中国各地流浪，许多农民至今仍是文盲；在路上认识中国的知识份子，找到熟悉的感动，文化大革命的伤害正逐步修复；沿路看见中国无处不在的潜规则和社会发展的不均衡，以及未来动荡的可能；在喀纳斯大草原上跑马，从不同角度看见层层雪峰，让她感受到“换个角度，人生也可以有不同的风景”。

在欧洲荷兰，她看见一个小国因思想解放而成就伟大；在法国，她与内在的上帝相遇，找到平静的力量，以及独处的芬芳；在西班牙，她看到景气的改变冲击着每一个人的人生，并在西班牙家庭度过圣诞，感受爱与温暖；在义大利，她被人文与艺术感动，原来人类的力量来自一颗思想的种子，让她重新思考人生的方向。

旅行的感动，烙在心底的影响，足以在往后的人生中不断咀嚼，慢慢释放出愈来愈多惊人的能量，甚至因此改变人生。

我们不知道自己有生以来的底限在哪里？  
潜能有多么无穷无尽？

直到我们终于可以看到其实非常显而易见，而我们总是视而不见的一些东西，旅行于是对我们有了不同的“意义”。

## <<爱自己就一个人去旅行>>

从作者感性的文字中，我们体悟在同样的天空下，世界充满如此大的未知与不同，而我们何其有幸能参与其中，成为众多不同中的一份子。

旅行正是一扇门，打开通往世界的可能；一个人旅行，更让我们有机会“与真实的自己对话”。

这是一本记述生命可能性的文学旅作，读万卷书，更要行万里路  
这本书蕴藏了深度的文化观察与动人的内在成长。

读者将会带着感动，跟着本书一同走过每一个国家，每一块土地，感受不同的文化与背景冲击，了解当地的社会现象与价值观，从中找到相似的灵魂，或一个人去旅行的勇气！

### 本书特色

翻开这本书后才真正了解，

旅行不只是旅行，而是经过不同文化洗礼后，人生多出的一份从容与自在

作者分享自己一个人旅行走过最感动的三段旅程。

本书分为“朝圣篇”、“丝路篇”、“欧洲篇”三大章节；朝圣篇包括西藏、印度、尼泊尔；丝路篇自西安出发，经过嘉峪关、敦煌、哈密、吐鲁番、乌鲁木齐，结束于中国最北边的喀纳斯草原；欧洲之旅包括荷兰、法国、西班牙与义大利。

这本书将带领你跟随作者一同体验“深度旅行”的美好。

本书动人的文字与丰富的文化观察，将带给你心灵上的启发与对不同文化更多的了解。

作者将当地历史、文化、经济、艺术与人文的细腻观察交融在文字之中，以独特的视角观察旅途中不同文化与不同的人生；这是一本会教人鼓起勇气追寻自我的书！

## <<爱自己 就一个人去旅行>>

### 作者简介

愚娜  
六年级生，出生在充满阳光与热情的高雄，在台北都市长大，三十岁前对人生仍充满迷惘。  
三十岁生日前决定给自己一份生命的大礼：“一个人去旅行”！  
从此爱上一个人旅行，至今已走过超过二十多个国家。

作者将最感动的三段旅行，从自我探索、文化、历史、经济、社会现象、艺术等各个角度，分享她眼中所看到的世界与旅程中的感动。

这是一本会令人鼓起勇气追求自我的书！

## <<爱自己就一个人去旅行>>

### 书籍目录

序

推荐序

朝圣篇

西藏

拉萨——靠近神的所在

幸福的秘密

林芝——相逢何必曾相识

羊湖前垂泪，大地母亲的慈悲

拉孜——藏民的生存之道

定日——两根青菜的感动

圣母峰（珠峰）——世界之巅迎接晨曦

尼泊尔

加德满都——快乐，就在简单中

躲过西藏暴动

波卡拉费娃湖——单纯的心从专注开始

泛舟与惊险降落伞疯狂体验

印度

瓦拉纳西——为来世而活的印度子民

卡朱拉霍——性爱至高礼赞

乌岱普尔——贫穷中的辉煌文明

泰姬玛哈陵——爱的泪珠，旷世陵寝

德里——混乱的终点

丝路篇

西安——丝路起点伊斯兰世界

嘉峪关——戈壁沙场的美丽孤寂

敦煌——黄沙中的人情味

敦煌到哈密——沙漠中的暴雨

哈密——西域上的蒙尘珍珠

吐鲁番——新疆流浪儿悲歌

坎儿井——火焰山下的动人智慧

乌鲁木齐——汉化镇压失去维族心

喀纳斯草原——人间净土

欧洲篇

荷兰

阿姆斯特丹——诚实面对人性的非凡小国

法国

巴黎——充满矛盾与惊喜的飨宴

维埃纳——与内心的上帝相遇

安锡湖——独处的芬芳

尼姆与亚耳——法国的罗马，梵谷的孤寂

西班牙

巴塞隆纳——景物依旧，人事全非

马德里——狂欢跨年夜

格拉那达——伊斯兰风情西班牙

义大利

<<爱自己 就一个人去旅行>>

罗马——甜蜜的生活

佛罗伦斯——欧洲文明的圣地

威尼斯——爱的真谛

<<爱自己 就一个人去旅行>>

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>