

《西藏.青海玩全攻略》

图书基本信息

书名：《西藏.青海玩全攻略》

13位ISBN编号：9787115264992

10位ISBN编号：7115264996

出版时间：2011-11

出版社：人民邮电

作者：墨刻编辑部

页数：183

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《西藏·青海玩全攻略》

内容概要

《西藏·青海玩全攻略》内容简介：西藏和青海特殊的地理环境和民族宗教文化，给两地增添了丰富而又神秘的色彩。这里向来是旅游玩家梦想亲临的乐土，而在青藏铁路开通后，人们更有了亲近它们的好理由，赴西藏和青海旅游的热潮迅速升温。

《西藏·青海玩全攻略》将实地带领读者搭乘这条世界上海拔最高而且最长的铁路列车，尽览沿线优美的高原景致。在景点介绍方面，《西藏·青海玩全攻略》不仅对西藏和青海主要城市和区域的必访景点做了详细的介绍，包括西藏的拉萨、日喀则、藏北和后藏地区，以及青海的西宁、格尔木、都兰、青海湖、唐蕃古道、黄河及湟水谷地等地，而且还配有照片、地图、旅游资料，让旅游者一书在手，即能通行无阻。此外，《西藏·青海玩全攻略》还对青海和西藏两地的历史、世界遗产和特色风情做了深入浅出的介绍。

《西藏·青海玩全攻略》

书籍目录

初识西藏与青海 雪域风云 西域之冲 人间净土 世界遗产专题介绍 七大风情 壮阔悠远的江河美景·辽阔的草原放牧风光·多姿多彩的民族风情·精致丰富的佛教艺术·强健体质的高原美食·雄伟神秘的高山地貌·庄严的藏传佛教信仰 乘青藏铁路列车到拉萨 路线：西宁 湟源 海晏 鸟岛 天峻 德令哈 连湖 饮马峡 察尔汗 格尔木 南山口 纳赤台 小南川 玉珠峰 昆仑山 不冻泉 楚玛尔河 五道梁 秀水河 江克栋 日阿尺曲 沱沱河 通天河 雁石坪 布强格 唐古拉 扎加藏布 托居 安多 错那湖 底吾玛 岗秀 那曲 妥加 古露 乌玛塘 当雄 达琼果 羊八井 马乡 拉萨西 拉萨分区导览 西藏 拉萨 布达拉宫·八大进藏路线·大昭寺·布达拉宫周边·药王山·宗角禄康公园(龙王潭)·八廓街·罗布林卡·小昭寺·西藏博物馆·哲蚌寺·色拉寺·甘丹寺 日喀则 扎什伦布寺·班禅新宫·喜格孜步行街·清真寺·自由市场 藏北 羊八井·当雄·纳木错·扎西半岛·念青唐古拉山·那曲·色林错·尼玛·象雄王国遗址·改则·革吉·噶尔(狮泉河)·班公错·札达·冈仁波齐峰·塔钦·玛旁雍错·纳木那尼峰·拉昂错·普兰 后藏 江孜·帕里·亚东·萨迦·拉孜·白坝·绒布寺·珠穆朗玛峰·樟木 青海 西宁 东关清真大寺·土楼观·察汗河森林公园·老爷山·塔尔寺·宁张公路·小新街美食 格尔木 万丈盐桥·昆仑桥·纳赤台·西王母瑶池·西大滩·昆仑山口·五道梁·沱沱河镇·雁石坪·唐古拉山口 都兰 贝壳梁·香日德寺·吐蕃墓葬群 青海湖 倒淌河·日月山·海神亭·沙岛·旅游码头·鸟岛·原子城·金银滩草原 唐蕃古道 玉树：唐僧晒经台·三江源自然保护区纪念碑·文成公主庙·结古寺·新寨玛尼石城·勒巴沟岩画 玛多：星宿海·巴颜喀拉山口·鄂陵湖·扎陵湖 黄河、湟水谷地 贵德：玉皇阁 尖扎：坎布拉国家森林公园·李家峡水库 同仁：吾屯寺·隆务寺 循化：孟达天池自然保护区·黄河奇石馆·骆驼泉·街子清真寺 旅游须知

章节摘录

1300多年前，大唐与吐蕃第一次和亲联姻，文成公主千里迢迢由中土远赴西藏。3000多公里的高海拔路途，一行人走走停停，当行经玉树巴塘贝纳沟一带时，发现这里有山脉屏障，最窄的沟口约10米，最宽处约400米，不仅气候宜人，连风景也分外美丽，文成公主便下令在此停留休息。文成公主在停留于此的一段时间，命随从在沟内的岩壁上雕凿各种佛像、佛塔，经文等，其中北面岩壁上九尊唐代风格的佛像至今依然清晰可见。710年（唐中宗景龙四年），金城公主入藏和亲，看见壮观的岩刻壁画裸露于天地，不禁感慨万千，便命令工匠与当地藏民一起，依着岩壁修建了文成公主庙。

目前所见的文成公主庙是在1931年重新建造的，藏式平顶建筑采土筑、石砌、木柱的结构。红泥外墙分为3层，依序为香客进出的双扇大门、双开的窗户与一整排藏式窗户。进入大门后才发现，里头并不是3层，而是一座挑高的殿堂。殿堂石壁上还留有文成公主当年雕凿的9尊巨型佛像。正中央主佛大日如来像，高7米有余，身着唐服盘坐，气定神闲的姿态让信徒有安详之感。主佛两侧的8尊菩萨为普贤、文殊，金刚手、除盖障、虚空藏、观世音、弥勒和地藏菩萨，他们造型与神态各异，唯一相同的是，均属于唐代风格。据传文成公主庙后方的山崖顶上，留有文成公主的脚印，若能够将脚深入脚印中，不仅可以消灾解厄、永保安康，而且许下的愿望也能一一实现，因此参拜的信众无不以顺时针的方向转山祈祷，祈求积下功德以保平安。结古寺主体建筑包括桑舟嘉措经堂、讲经院，弥勒殿、大照殿等。在明清鼎盛时期，结古寺的僧侣达千余人，是通天河沿岸最大的藏传佛教寺院。结古寺的起源很早，公元前1世纪时结古寺属于苯教寺院，之后又曾隶属于宁玛派，噶举派，到明洪武三十一年（1398年）改为萨迦派寺院一直到今天。距今300多年的大经堂，可容纳1000多名僧侣，是结古寺规模最宏大的殿堂。这座经堂是由萨迦派大堪布（西藏僧官职位的名称）巴德秋君与第一世嘉那活佛多松却帕文所设计，并由活佛扎武迈根负责修建。殿堂中间供奉着释迦牟尼佛、燃灯佛与弥勒佛，供台上有观世音菩萨，文殊菩萨、金刚持菩萨、绿度母、莲花生、萨迦五祖等佛像。两边墙壁则有释迦牟尼十二形状图的金粉壁画，也就是释迦牟尼成佛的故事。以大经堂为中心，北边山坡的断墙废墟，原是历代嘉那活佛的宫殿，第九世班禅大师曲吉尼玛在此圆寂。东北边是讲经院，是僧侣修习藏传佛教的学校，由讲经院毕业的僧侣将获颁格西，相当于大学学士学位。西边场院是每年4月结古寺举办法会的场所，每当举行法会时，不仅全寺僧侣齐聚，就连结古镇居民也都前来观看朝拜。……

《西藏·青海玩全攻略》

编辑推荐

壮阔悠远的江河美景，世界最高珠穆朗玛峰，草原之神念青唐古拉山，雪山之神冈仁波齐峰，长江、黄河、澜沧江源头。坐着火车去拉萨，世界上海拔最高的铁路，火车怎么坐·车票怎么买·路上看什么，青藏铁路十大之最，八大进藏路线图。体验藏族同胞的生活，吃糌粑喝青稞酒，当英雄草原赛马会，转山朝拜送祝福。经典行程，西宁·格尔木，拉萨·日喀则，阿里·后藏。世界遗产巡礼，探访布达拉宫。

《西藏.青海玩全攻略》

精彩短评

- 1、过几天就去看看
- 2、从西宁到拉萨火车路径的介绍很好。可惜，内容有点过时，票价都不符。
- 3、介绍的比较简单，只是参考
- 4、还不错，挺详细的介绍！
- 5、书里面的图片还是比较多的，而且可以很好地了解青海和西藏，打算要去自助旅游的朋友，比较适合这个
- 6、图片比较多，适合没有什么耐性的朋友阅读。

《西藏.青海玩全攻略》

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:www.tushu111.com