

# 《朵行西藏》

## 图书基本信息

书名：《朵行西藏》

13位ISBN编号：9787302327448

10位ISBN编号：7302327440

出版时间：2013-8-1

出版社：清华大学出版社

作者：美朵

页数：250

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](http://www.tushu111.com)

# 《朵行西藏》

## 内容概要

从拉萨到珠峰，从阿里到藏北，从无人区到世界第三极冰川。在世界屋脊最靠近阳光的地方，美朵用行走六千多公里经历，为你点燃一盏心灵的酥油灯，为你讲述拉萨的净、羊湖的纯，珠峰的奇、古格的寂寞和沉重，阿里的空旷与高远，藏北的原始与神秘，无人区的恐惧与欣喜，千年冰川的静静细语……

走过一座雪山又一座雪山，看过一个措又一个措，西藏的美尽在其中；看过高山路上磕长头的信徒，遇见草原深处最朴实的牧民，抚摸过满脸是泥的孩子的温润脸庞，忘不掉的，依然是那些能映见蓝天的眼神……

在这里，有艰难，有憧憬，有幸福；有人与景、人与人之间最美妙的相遇。一册在手，西藏永怀于心。

。

# 《朵行西藏》

## 作者简介

因为决定开始行走，起名美朵，谐格桑梅朵之意，希望能做一朵自由行走的花。高级摄影师，生于新疆，由西北游走到深圳。曾做过杂志编辑，报社记者，现从事文字、宣传工作。有散文、诗歌、游记等散见于报刊杂志及网络媒体。2010年被POCO摄影网评为港深地区最受欢迎女摄影师。

## 书籍目录

朵行西藏

1

序

5

行程简介

6

给我一壶甜茶，让我静静回味

7

天堂 就在你心里

10

初遇巴桑师傅

15

天上仙境 人间羊湖

18

公路边的冰川美女

20

那片水 静若处子

21

江孜民居

22

祈福 扎什伦布寺

25

爱恋珠峰

29

老仲巴—新龙门客栈

36

从帕羊到圣湖

41

古格 沧海

43

圣湖 此去无故乡

51

圣湖的主人

58

首次发飙

60

喜马拉雅深处“一根毛”

71

雍八拉山下的温暖小屋

79

科迦 科迦

82

路过神山

87

扎达土林，土蟒的巨作

90

扎不让的小资生活

92	
阿里情人谷	
96	
狮泉河见闻记	
98	
藏北 野生动物的天堂（一）	
103	
藏北 野生动物的天堂（二）	
104	
天湖 班公措	
107	
大闹革吉镇	
110	
被埋在改则的人海里	
113	
骑着铁马到措勤	
115	
扎日南木措 寂静的述说	
120	
怎么能爱我？	
123	
岁月的印记	
126	
草原人家	
131	
第一次哭泣	
138	
文布南的快乐时光	
140	
信念	
148	
请原谅我不能去看你	
152	
从雪域高原回到人间	
156	
深入冰川 旷世奇美	
160	
集体感动	
163	
早獭，高原上的懒精灵	
172	
纳木措，当时只道是寻常	
175	
双脚开出风雪路	
181	
玛吉阿米 世人的情结	
183	
再见，再见	
186	

# 《朵行西藏》

格桑花开

189

后记

191

西藏阿里大北线环线攻略及温馨TIPS

193

# 《朵行西藏》

## 精彩短评

1、  
也许是『缘』，这本书把我带去了西藏，遇到了从未盼望过的人，从未期待过的事。

我于西藏而言，没有情节，没有信仰，出发的路上不知前路为何物，即使是返程之前，我依然诚惶诚恐的追问自己前往西藏的意义和目的，唯一让我能够直面的那个一直镌刻在心理的问题『生活的意义』，出行前夜，我仰首远望天空，远方似乎有声音在回答我『答案也许在路上』。第二天，我背上背包毅然决然出发了。

曲折的出行总是美好相遇的前奏，颠沛的路途上，遇到了『琪姐姐』『Gigi』还有『昕语』，一切无法预见的故事和美丽的传说一样，突如其来如此美妙，又如美丽夏花短暂盛放。

西藏，那个曾经不屑又不愿的地方，在我孑然一身之后，第一个前往的地方就是雪域高原，放开执念，心会带你上路，在路上，遇到更好的自己，更好的对方。谢谢美朵！

2、前几页看着没什么意思，但是看到后面却不时有着惊喜出现，总有着几段文字几个图片打动着心。是不是总要把体会上升到人生社会宇宙意义上面才能有意义。。。现在好多人都往西藏跑，弄得那边都对外来人见怪不怪了。我也要去西藏，去看看那个那么蓝的天，和我的她~

3、文字还行 可惜图文结合的不是很好

4、寂静的述说

5、好想去西藏！

1、首先随书附赠的明信片真的很棒，很超值，我不得不说就冲这些明信片，这本书也值得了。可能意外的收获本来就让人快乐。就像作者在写的题记“在西藏，我不仅看到了美丽的风格，还看到了信仰、生存、意志和爱。”可能是因为作者是女人，无论是照片还是文字，都带着很细腻的美，拍西藏，男人们更爱拍宏大，雄伟，震撼。而从女人的视角，的确有不一样的感觉，细致，感动，对细微观察的抱怨，都让人会心一笑。作为一个曾经去过西藏的女人，书里面的很多事情让我回忆起当年在西藏的趣事、风景、快乐。爆满的游人，不好找的宾馆，让女生们不能接受的洗手池，甚至不太保险的门锁。虔诚的磕长头的信徒、朴实的牧民、满脸是泥的孩子，西藏的旅行，好像都是这样的，带着快乐和无奈，但是又有值回“票价”风景。没去过的可以把这本书当成去西藏的攻略来看，以免错过了最美的风景。如果说去西藏是为了洗涤心灵，我觉得这是一个更多的让人思考，让人发现自己的地方，看作者的书，她也在这个地方，找到了很多自己没发现过的东西，思考了很多以前没思考过的东西。可能人在条件艰苦，挑战底线的地方，更容易思考自己的得失，思考自己想要的东西吧！从拉萨到珠峰，从阿里到藏北，从无人区到世界第三极冰川。在世界屋脊最靠近阳光的地方，作者用自己的眼镜，一个女人的眼镜，看到了不一样的西藏，体会到了不一样的思考。

2、这几年去西藏的人太多，关于西藏的书除了不少，攻略之类更多，不过能够让人安安静静抱着读的关于西藏的书实在不多。这一本不错，或许是女子的角度吧。能看出作者某种特殊的情怀。其实西藏除了风景，能写的东西不多，无非是千篇一律的藏人的淳朴之类，但是读了这本书，会有一丝惊喜。

3、在书中旅行 读《朵行西藏》 侯召明 这是一本旅行游记的书，作家美朵到西藏旅行的所见所闻，书中附有很多美图。书的封面设计的很美，蓝天之下，一群羊儿在悠然地吃草。内封面，是碧蓝的天空下，两条车辙伸向远方。作者带着我们走进了神秘的西藏之旅，听她给我们讲述亲身经历的故事。我没有去过西藏，很久都渴望能到西藏去旅行，看一看那里的风土人情，由于工作和家庭孩子，不能实现这个愿望。读了《朵行西藏》似乎亲身体会到了那朴实的美丽的西藏，真是心灵净化，如西藏的蓝天一样了。在书中，看到那么多朴实的西藏同胞，看到了他们的真是生活。作者在《给我一壶甜茶，让我静静回味》一文中写到“到西藏，当然要喝酥油茶，我一喝酥油茶就不舒服，我喜欢清香的甜茶，喜欢观看藏民们点起酥油灯，喜欢黯然的寺庙里那一盏酥油灯后面的安详，就像在高原的某一处荒地，遇见牧民席地而坐时，那一丝淡然与心会。……藏甜茶，实际是哪个就是藏奶和印度红茶的结合品，奶香茶香和糖糌和在一起，因为在西藏，就有了特别的味道。”看了这些文字，我才懂得什么是酥油茶，真是想亲口去西藏品尝一口。作者多次描写西藏的湖水，她在《天上仙湖，人间羊湖》，这篇中写到了西藏的湖水之美，“……有人说，羊湖，是一个美丽的姑娘的眼泪，所以静得能摄取你的魂魄；也有人说，羊湖是仙女们散落在人间的绿松石耳环，因为沾染了仙女的灵气，让来到这里的每一个人都迈不动脚步。可我眼里的羊湖，却像一个娇羞的少女，空灵独秀，带着妩媚与娇柔，将西藏的天与地亲切地纳入怀中。那湖色，深蓝、浅蓝、绿蓝，不知是山光倒映着水色，还是水色映衬着山光。”看图片，美丽的白云之下，静静地湖水，那么蓝绿，真是神仙的地方。作者在《那片谁，静若处子》中描写了两山之间的湖水，“……她无波无痕，仿佛静止一样，安静地绿着，安静地山脚随山势而去。仿佛是西藏的大山大水中一块宁静的碧玉，又仿佛是你躁动的心中那一声轻轻的呼唤，轻轻地就让你静下来，听任耳边的风呼呼着，……”作者用很多笔墨描写了“圣湖”，她在《圣湖，此去无故乡》中，写到圣湖的美景，和静之美。“……正午时分的圣湖似乎有一些雾气，再进行一段时间来到靠近湖边的草滩上时，湖对岸山下的雾气似乎更加浓烈，也许是正午的太阳蒸起来的水汽，缭绕在雪山脚下，在镜头中，景物总有些不堪清晰的感觉，……太阳开始一点一点西斜了，雪白的冈仁波齐开始一点一点被笼罩上黄昏的影子，也许纳木错尼太高挡住了日落，也许日落的方向在神山的斜面，它只在某一个侧面呈现出一点点微黄，其他部分则开始黯淡，它脚下的荒原慢慢呈现出金黄、暗黄、微黄的美丽光影，……”作者还在书中多次写到了西藏的信念，写到了佛，拍摄了许多信佛的人们，有百姓有喇嘛。读了这本书，让我有了去西藏的冲动，真想带着孩子和父母到西藏去看看，看看那里的风土人情。采一朵格桑花，喝一口雪山的水，看一看美丽的西藏日落。 1178字



# 《朵行西藏》

## 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](http://www.tushu111.com)