

<<最拉萨>>

图书基本信息

书名：<<最拉萨>>

13位ISBN编号：9787115236616

10位ISBN编号：7115236615

出版时间：2011-2-1

出版时间：人民邮电出版社

作者：李丝丝,索朗德吉

页数：171

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>

## <<最拉萨>>

### 内容概要

本书从景点、购物、美食等方面细数了拉萨的经典之地，向读者展现了一个最不可错过的拉萨。散落全篇的星级推荐和旅行攻略更体现了当地人对城市本身的独特理解。本书力图为读者呈现最精彩的旅行路线和最鲜明的旅行特色，是自助旅行者了解拉萨、游览拉萨的上佳指南书籍。

## &lt;&lt;最拉萨&gt;&gt;

## 书籍目录

- 第一章 拉萨之最 (一)最值得去的10个地方 布达拉宫·大昭寺·八廓街·纳木错、念青唐古拉山·哲蚌寺·罗布林卡·玛吉阿米·色拉寺·拉萨河·扎叶巴寺 (二)最适合“她”的5个地方 八廓街·罗布林卡·玛吉阿米·矮房子音乐酒吧·民族旅游工艺品商场 (三)最适合“他”的5个地方 布达拉宫·纳木错、念青唐古拉山·风情朗玛厅·藏餐厅·大昭寺
- 第二章 速行拉萨推荐线路 (一)一日一夜游 (二)两日一夜游 (三)三日两夜游 (四)四日三夜游
- 第三章 城市勾勒 (一)素描——拉萨地理 (二)生平——拉萨历史 (三)脾气——拉萨气候 (四)个性——拉萨特色游
- 1.藏历新年 2.传昭大法会 3.萨噶达瓦节 4.沐浴节 5.雪顿节
- 6.赛马节 7.望果节 8.林卡节 (五)语言文字 (六)宗教信仰 1.苯教——西藏最原始的宗教 2.藏传佛教 3.宗教基本术语 4.风俗和禁忌
- 第四章 畅游拉萨 (一)你准备好了吗？
- 1.身体准备 2.文化准备 3.心理准备 4.Tips：囊中必备 (二)景点全扫描
- 1.布达拉宫 2.大昭寺 3.八廓街 4.纳木错 5.小昭寺 6.药王山、摩崖石刻
- 7.哲蚌寺 8.色拉寺 9.甘丹寺 10.罗布林卡 11.西藏博物馆 12.查叶巴寺
- 13.下密院 14.曲贡文化遗址 15.帕崩卡 16.乃琼寺 17.宗角禄康(龙王潭)
- 18.扎基寺 19.拉萨河 20.聂唐大佛 21.羊八井
- 第五章 美食主义第六章
- 购！  
购！  
GO！
- 第七章 Oh，夜！
- 第八章 住宿交通实用信息第九章 拉萨之外的大美西藏

## 章节摘录

版权页：插图：（1）藏装：藏装是藏族文化中不可缺少的一部分。

藏装，藏语称为“曲巴”，虽有地区差异，但其基本特征是大襟、宽腰、长袖、超长、无扣。

藏装宽大，夏天的时候通风，比较凉快，冬天的时候又因衣物比较厚而保暖实用。

藏装着装十分讲究，前后顺序也不能乱，一乱穿起衣服来就不好看。

穿藏装时，先穿衬衣和衬裤，然后将外袍穿上；外袍要提至一定的高度，一般男至膝，女至脚面，再用腰带扎紧，前面要平整，后面的褶皱要对称平整。

穿好外袍后一般要露出右臂，有的则将两只袖子扎在腰间，把双臂都露在外面。

穿好衣服之后，接着再穿靴戴帽，往身上佩挂各种饰物、藏刀等。

藏装的布料也在不断地丰富。

过去农区主要使用氍毹为衣料，也有用布的，柔软并且耐用，牧区则使用耐寒的绵羊或山羊皮，抵御寒冷成为第一诉求。

现在的人们平时一般都穿锦花袍、绸花袍、绣花缎袍、提花皮面袍等面料的藏装。

此外，藏装都有镶边的习惯，一般镶上黑色平绒、毛呢或彩色氍毹，也有许多在衣襟，袖口、底边等处镶上动物皮毛。

镶边大约宽10~15厘米，也有宽达30多厘米的。

拉萨有很多藏装店，可以量身制作，根据你的身型做合适的尺码，你根据自己的爱好挑选藏装的颜色。

一般做一套藏装要花300元左右，如果要加好的皮毛边，就更贵了。

但是现在出于保护动物的考虑，一般店里都没有真正的动物皮毛了。

## <<最拉萨>>

### 编辑推荐

《最拉萨》：拉萨人带你游拉萨！  
直奔当地人最引以为豪的大小餐馆感受当地人最爱的购物街区吃喝玩乐全攻略，新老景点全搜罗带你聪明游拉萨！拉萨量值得去的10个地方布达拉宫·大昭寺·八廓街·纳木错、念青唐古拉山·哲蚌寺·罗布林卡·玛吉阿米·色拉寺·拉萨河·扎叶巴寺集中购物的4大去处来到拉萨必买的10种好东西拉萨之外的大美西藏赫芝·那曲·山南·羊卓雍错·卡若拉冰川·白居寺·帕拉庄园·夏鲁寺·日喀则市·扎什伦布寺

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>