第一图书网, tushu007.com

<<不丹.我前世的王国>>

图书基本信息

书名：<<不丹.我前世的王国>>

13位ISBN编号：9787535466761

10位ISBN编号：7535466761

出版时间：2013-5

出版时间：长江文艺出版社

作者：杨二车娜姆

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

第一图书网, tushu007.com

前言

给意大利朋友帕娜打电话，她也是一位虔诚的佛教徒。
我对她说，我刚从不丹王国回来。
她很开心地问我，一定有很多收获吧？
我说，在不丹的第一天，我的烟戒了！
二十年的烟龄，一天两包烟，一夜之间戒掉。
很神奇吧？
她说，那真是太好了。
其实，这样的事也在我身上发生过。
原来她以前也是又抽烟又喝酒，但第一次从意大利到圣地拉萨时，一下子就再也没有了抽烟的欲望。
戒烟也是一夜之间的事情！
太神奇了！
我们俩异口同声地说。
佛教圣地，能量，气场，伴随神圣的力量，就是不一样。
我这一生，最大的福气莫过于出生在一个有信仰，能每天幸福地叩拜佛祖的家庭！
挂完电话，心里想，戒烟之事最好不要写出来，免得以后中国太太们想让老公戒烟，就都拉到不丹王国去，圣地不就成了戒烟王国了吗？
！
在出发去不丹前，我在昆明的免税商店买了一条“中南海”。
虽然，心里知道不丹国全民戒烟，游客带烟需要付200%的税，但是我这个习惯了白天写作晚上开酒吧的女人，咖啡、香烟是不能离手的，这已成为作家和老板娘手中的标志性摆谱道具了。
心里也很希望能不在人家净土上吸烟，但二十年的习惯，就算再想尊重人家的规定，只怕也做不到。
万一在不丹土地上，烟瘾犯了怎么办，无精打彩地怎么看风光呢？
毕竟能来不丹的机会是很难得的，这份向往是在心底里隐藏了很多年才实现的！
进入不丹王国，就如同进入我生命中的分水岭。
之前在丽江花房酒吧，分分秒秒担心服务生做不好事得罪客人，又担心他把我心爱的杯子打碎多少，担心卫生哪里打扫得不够彻底。
有处女座洁癖的我，让身边的人对我怨声不绝！
花房酒吧虽不大，但每天睁开眼睛就全都是事！
我的读者们、花粉们从世界各地来花房看我，想一睹我这个他们心中的女神的风采！
而我这个女神，便一边拖着地，擦着桌子，洗着杯子，一边跟他们聊天，接受着他们的关心、问候和祝福，以及对我亲力亲为、亲自干活的惊讶。
当然我也接受着他们对我的失望。
我能感觉到他们的失望，是因为没有看见他们心中风情万种的我，没有看见花房里衣着华丽香艳，戴着花儿，身边有成堆帅哥相拥浪漫的我。
他们对我的失望，也是我对现实的失望。
侍候一个人要有敬重心、慈悲心和忠诚心。
现在的年轻人，带着敬重心走近你，但只要你一批评他们做事不对，他们就会立刻把敬重你的心放在角落，对你拥有的一切表现出不爽，不平衡，甚至不屑一顾。
这些小小隐秘的心思，就会像鱼儿在水里吐出的泡泡一样，一个个往上冒，摆出一副心不甘、情不愿的面孔做事。
一个没有慈悲心的人，永远谈不上忠诚。
我干脆自己侍候自己。
我自己擦地、熨衣、煮咖啡、写字，然后清洁自己。
再穿着绫罗绸缎，像女皇一样走下楼来，与大家欢歌笑语。
我就是这个花房的女王！

第一图书网, tushu007.com

没有皇上，也没有陪嫁丫鬟，只有世界上完全独立自主、自给自足的女王。
女神、女王、才女、传奇女，这些头衔都是大家赠予我的。
我在享受这一切的同时，早已心如明镜：我是谁，我来自哪里，我要走向哪里，我生命的泉源在哪里。
有时我也告诉他们，不必这么迷恋我，也不必这么忌恨我，我的今天来之不易。
我从来不是一个完美的人，但我是一个有太多阅历的人。
你只要从我身上学习和拿到一点对你生命成长有营养的东西，就够了。
我一直说名人是不能接触的，一接触就没有神秘感，就不再美丽！
神秘的东西，越远越神秘，愈远愈美丽。
一旦近了，全都看见了，就不再稀罕了。
而我，是一个完全没有依靠的名人，我的一生必须靠我自己，哪怕一杯咖啡钱都要我这十根手指头去挣。
所以我必须要把自己拿到光天化日下来晒太阳，来接见各位，问候各位，祝福各位。
顺便也要靠我自己增加一些曝光率，继续成为江湖上一位永久的、不老的传奇女子。
我必须是一个要有独立思考空间的女人，所以原谅我身边没办法养一堆助理、经纪人、公关，养他们也许会给我的工作带来热闹和金钱，但不能给我的灵和生活带来任何通透和纯净。
心的纯净，是我这个女人一生的追寻，也是小时候家人领我去佛堂研习的第一课。
所以，我从来都是在一个人承受我自己世界里的每一份轻与重。
我必须不停地学习，进步，结善缘，同时也要学习随时随地原谅别人。
来到不丹国，就像进入了我生命中的分水岭。
当我一只脚踏上这块土地，我满脑子的事情，就如冰淇淋遇见沙漠一样，融化了。
不丹的空气融化了我的心，吹散了我的心事。
我仰头看经幡飘向天空，好像要把祝福送到天空。
我知道我为什么而来，我爱上了这个世界上多少人肉眼看不见的爱。
佛祖是疼爱我的，他知道之前的忙碌带给我深深的疲倦，会伤害我这颗多少年来祈求保持纯净的心。
无论江湖多么险恶，一路走来多么艰辛，我都在这颗纯净心的引领下，一步一个脚印地走到今天。
佛祖是心疼我这颗心的，佛缘冥冥之中引领我来到这块宁静、纯粹、干净的土地，在这块天然健康的土地上来放松我的心情。
从山里走出来的我，是从小就懂得靠天生活的人，是最健康、最干净的人。
这样的人懂得敬天、敬地、敬佛，也懂得谢天、谢地、谢神灵的保佑。
在不丹的帕罗，在我一生敬爱的顶果钦哲仁波切的寺院里，我看见仁波切把珠宝镶嵌在佛堂前面的地下，在人们叩拜的地方！
我流着泪跪在大师的佛堂前，抚摸着这些宝石，明白了大师想告诉人们的意思。
世人都喜欢往上看，往上攀，往上比；唯有有慧根的人才不会小看地下的宝藏，不会小看佛祖的伟大力量！
佛祖总是在点悟我们的心，让我们的心不再迷离，不消失在一切对物欲的追求中！
迷茫的追求，就算得到也不见得就懂得怎么用来关心自己，反过来会因为财富招人眼红，招来横祸，招来仇恨，招来家破人亡！
我一直认为，人是每天都要学习，都要求自己进步的。
当我走在不丹王国这片充满善良、美德、智慧，充满佛缘的土地上时，我在心里深深地检讨自己，一针针修补自己心灵裂开的痕迹。
我像储存粮食一样，大口大口地呼吸着这里纯净的空气，让自己的心在这片宁静中得到清洗。
我用这里最干净的圣水，把自己的身体和心灵洗过一遍又一遍，一次又一次。
在顶果钦哲仁波切的佛像前，我流了一生中时间最长久的眼泪。
在佛堂前，我虔诚地叩拜，发愿。
我愿天地吉祥，世界和平，众生平安、幸福。
祈愿不丹国民在佛祖和天下最有人情味的国王的引领下，世世代代继续生活在这个全世界都羡慕的“

第一图书网, tushu007.com

幸福指数最高的国家”，祈愿围绕着不丹国的喜马拉雅神山永远保佑不丹国民的快乐，祈愿大慈大悲的佛祖永远保佑不丹国民幸福安康，不要让他们被外界的垃圾文化诱惑和侵蚀，永远永远不要受到任何伤害。
我叩拜完所有的佛院，也在不丹国的佛堂前，祈愿我们的摩梭格姆女神永远保佑我们摩梭人的家园。
让每一位在她身边敬仰她，每天在心里叩拜她的摩梭儿女，永生永世都会活在最丰盈的幸福里。
九天在不丹，让我的灵魂洗了一次澡。
不丹王国是美好的，但我不能没有任何牵挂，我不能留在不丹，我是要回去的。
我前来叩拜它，是一种修行。
不丹之行，成就了我，把我的心、我的灵魂打散，重组，又黏固在一起。
在这样一个没有嘈杂、没有喧闹、没有仇恨、没有毒食品和毒空气的天空下，我看到人们的健康与感恩。
在敬佛气场的山水中，我静静地走在河流边，心里更清楚地明白了我此行来不丹国的真正原因——我要把我心灵合一的东西带回来，融化在我每一天、每一时、每一分、每一秒的生活里，学会在未来的日子里，无论身处何种环境，都能淡然地住下去。
重悟淡然心和纯净心是我不丹之行最大的收获，也是我未来生命的力量。
不丹之行，我深深地了解我是一个有福报的女人。
佛祖总是在我心灵疲倦的时候，引领我来到空气清爽的世外桃源，让我的心，重新得到滋养，明白心灵合一会让自己看世人的眼睛更善良、更悠远，更感知生命之路的垭口，也会有更多不同的新奇体验，在等待你去翻阅。
心灵合一，你就是你自己世界的主人。
不必向谁请愿，你都可以安心地上路。
双手合十，感恩佛祖，感恩不丹国。
感恩格姆女神，感恩我阿妈。
感恩这个世界，所有爱我，和不爱我的人。
爱你们的娜姆

第一图书网, tushu007.com

<<不丹.我前世的王国>>

内容概要

《不丹,我前世的王国》内容简介：2007年，担任“快男”评委招致满城风雨后，杨二车娜姆突然消失后，《不丹,我前世的王国》为您继续讲述她的传奇故事！
《不丹,我前世的王国》是褒贬不一的世间传奇女子时隔7年，再次出书，力求让读者重新认识不丹，重新认识杨二车娜姆！

杨二车娜姆心怀朝圣之心前进不丹，以细腻、真诚、感恩的笔调采写不丹风物，图文并茂地呈现密境不丹，书中高度赞扬呵护身心灵健康的生活方式，并对不丹王国全民信佛的氛围表示推崇，写出了全新的人生感悟。

年逾不惑的杨二车娜姆，在新书中依然沿袭一贯率真热情的文风，但却一改往日的大胆张扬，字里行间，皆是生命的收敛、姿态的从容、心灵的沉静。
一个人的旅行，让灵魂丰盛、让生命充实。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

第一图书网, tushu007.com

<<不丹.我前世的王国>>

书籍目录

前言不丹，我生命的分水岭分享神秘的不丹王国旅行第一天 [廷布]不丹，我静静地来第二天 [还是廷布]我的心如此柔软第三天 [普纳卡]来世要做不丹人第四天 [通萨]我活着，我值得的一生第五天 [布姆唐]等待有多久，思念有多深第六天 [还是布姆唐]我前世的王国第七天 [富吉卡&多曲拉]缘分天定第八天 [帕罗]一生的福报第九天 [告别帕罗]我爱你们，正如你们爱我后记给我你的心雷龙之域

第一图书网, tushu007.com

章节摘录

第一图书网, tushu007.com

后记

得知杨二车娜姆女士的新书《不丹，我前世的王国》即将出版，我很高兴，也很荣幸能为这本书写下这篇文章。

我是原味不丹旅行社的董事总经理Tshetriem。

我的中文名字叫雷龙，因为不丹又被称为“雷龙之域”。

从印度的大学毕业以后，我就开始从事旅游行业，五年的导游生涯让我积累了一定的知识和经验。之后，我做了三年运营经理和市场经理，走遍了整个不丹。

作为一个不丹人，每当我为来自世界各地的游客介绍我们的自然风景和文化传统时，我都深感自豪。

但是当我在外国旅行时，常常听到人们问不丹在哪里。

所以我深深觉得有必要向人们介绍不丹，让大家多了解不丹和不丹的文化。

我们原味不丹旅行社有幸邀请到杨二车娜姆女士来不丹旅游。

娜姆的足迹遍及帕罗、廷布、普纳卡、旺迪颇章、宗萨和布姆唐。

当娜姆说她要写本书介绍不丹，尤其是给那些从没听说过不丹或没来过不丹的朋友介绍不丹时，我非常高兴。

因为我知道娜姆是一位中国畅销书作家，我相信她能够让更多的人认识不丹并爱上不丹。

我拜读了英文版的《走出女儿国》，从这本书里我发现娜姆的家乡泸沽湖和我的家乡东部不丹有着某些共同的地方。

泸沽湖有走婚的传统，东部不丹十几年前经济落后，也有“night hunting”的风俗，和走婚十分相似。

这些年随着经济的发展，这些习俗渐渐从东部农村消失了。

和娜姆的交流中，我也发现不丹和泸沽湖面临着同样的问题：如何在经济发展和保护传统中寻找一个平衡点。

我想这不仅仅是不丹和泸沽湖的问题，也是全世界古老传统面临的问题。

不丹政府对旅游业管理很规范，对每日消费和旅行社服务等有严格要求。

2012年不丹的游客人数达到五万多人，对人口只有七十多万的不丹来说，已经是一个很大的数字。

游客对于不丹的影响，可能仅次于互联网和电视了。

因为大部分不丹人终生都没有离开过不丹，甚至自己的家乡，游客是这些不丹人认识外界的一扇窗户。

所以负责任的旅行者就变得越来越重要，尤其是对不丹这样人口稀少、相对封闭落后的国家。

我想无论在哪里，懂得尊重当地文化和人民的旅行者永远是受欢迎的。

娜姆对家乡泸沽湖的热爱让我印象深刻。

和她的交谈中，可以感受到她对家乡的使命感，她把家乡介绍给了世界，也为家乡的改变感到焦虑和无助。

这个世界在以难以想象的迅猛速度发展，对每个古老文化都带来前所未有的冲击。

如何维持纯净的发展，这是我们共同面对的问题。

这问题需要你们每位读者的帮助，需要每一位来到纯净之地的游客去努力维持这里纯净的传统。

我衷心希望所有的读者喜欢这本书，并能从中了解不丹。

雷龙

第一图书网, tushu007.com

编辑推荐

《不丹,我前世的王国》编辑推荐：杨二车娜姆暌违7年再推随笔集“封杀”新闻之后，杨二车娜姆时隔7年，再度出书，让读者重新认识这个备受争议的世间奇女子，分享她的生命蜕变。
一贯正能量读本，真诚真实之余，更添一份感恩、升华。
杨二车娜姆早期的文字个性张扬、崇尚人定胜天，此次，感恩不丹之行，在《不丹,我前世的王国》一书中与读者一同探索心灵抚慰的方法，学习收敛生命，关注身心灵的统一，追求人生境界升华。
海量娜姆不丹照片首曝光，杨二将不丹带到读者面前。
《不丹,我前世的王国》作为一本旅行随笔，通过海量精美图片和精致文字，带读者领略密境不丹的纯净美好。

第一图书网, tushu007.com

<<不丹.我前世的王国>>

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