

<<遇见西藏>>

图书基本信息

书名：<<遇见西藏>>

13位ISBN编号：9787561794739

10位ISBN编号：7561794738

出版时间：2012-7

出版时间：华东师范大学出版社

作者：邱常梵

页数：209

字数：180000

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>

<<遇见西藏>>

前言

只为途中与你相见2005年5月和6月，我独自一人于云南、西藏、四川交界的藏区自助旅行。

这一年，我五十岁，这是我的五十岁生日礼物。

我喜欢旅行，从高三毕业那年和好友二人带着睡袋，以最艰辛的方式自助旅行台湾和兰屿岛后，就莫名地爱上了旅行，从此，旅行成为我活络生命的一个方式。

我也喜欢走路，走路的体验完全是个人的，所以我喜欢自己一个人走，尤其是在大自然中。

一个人走，我不在乎路还有多远，就是将呼吸安放在每一个步伐的迈出，放松身心，一步一步缓缓向前，真真实实地感受双足与大地的接触……西藏会成为我的旅行计划，始于我读了《西藏生死书》，它像一粒种子埋进心田，有一个呼唤总是悄悄地在心田深处不时涌现：“来，来西藏！”

2000年，我首次从青藏公路走藏北牧区进入拉萨，旅程只有17天，留下的深刻回味恍如一世，当时我还未学佛，但身处那全民信佛的藏区，却有着回到家的感觉，我像是离家多年的流浪儿，躺在母亲的怀中，带着满足的微笑，沉沉入梦。

2004年我离开职场，随着工作重心移往北京的先生游走两岸，陆续收集了许多西藏资料，也就是这年年底，在心中蕴酿已久的西藏行确定了 2005年5、6月，独自前往滇、藏、川。

选择这个时间，是因为雪季刚过，雨季尚未来临，春夏之际野花开放，是一年中气候最稳、景观最美的季节。

当所有朋友知道我要独行，因为担心不断发出疑问，无数的“如果……”、“万一……”，三天两头，通过电话、email，对我劝说，最后我发现只有一句话可以让大家闭嘴，我反问：“要不然你陪我一道儿去？”

我知道不是所有人都放得下，人拥有的愈多，牵挂就愈多，烦恼也愈多，我会那么有信心独自旅行藏区，主要因为自从2002年皈依圣严法师后，人生路上就愈走愈明白，“成、住、坏、空”是世间万事万物不变的法则，认清了就不会执著；体悟了“千江有水千江月，万里无云万里天”的禅境，心就能如澄澈的江水，没有主观和成见，自然映现明月，又如万里无云的蓝天，坦荡广阔，自然包容一切。

那么，所见所及，尽是一片自在而丰富的水月与蓝天，映照出无限的风光，哪来那么多数不尽的“如果”、“万一”的担心啊？

走在西藏，我最常做的动作是仰望天空。

西藏的天空，大多时刻都是一片湛蓝、清澈、无涯，间有雪白软绵的云朵飘浮着。

仰望着仰望着，心中就会涌现一首诗，一首从天空飘落下来的诗。

那一天，我闭目在经殿的香雾中，蓦然听见你颂经中的真言；那一月，我摇动所有的经筒，不为超度，只为触摸你的指尖；那一年，磕长头匍匐在山路，不为觐见，只为贴着你的温暖；那一世，转山转水转佛塔，不为修来世，只为途中与你相见。

这首在网络上爆红、被大多数人讹传为六世达赖喇嘛创作的诗，传神地倾诉着一种令人心醉的情怀，仿佛在低回吟唱我和西藏的相遇、相知、相惜，它伴随着我走过五十多天，在我孤单时轻声抚慰着我的心灵。

我把我和西藏的相遇化成文字，这本书不是一本旅游书，它只是记录着我所“遇”见的西藏；记录着一个五十岁女子走过藏地的心路历程；一个来自台湾宝岛的半百女子，随缘遇众生的故事。

而这段旅程，正如人类学家所言：旅行是现代朝圣的一种形式，从出发到归来，就是一段暂时离开熟悉的世俗环境进入神圣空间的历程，会使人重新认识生命的意义。

旅途中，生命从里到外被洗涤，归来后，便获得了重生。

我五十岁，我遇见西藏，我获得了重生。

<<遇见西藏>>

内容概要

本书是作者去西藏旅游的笔记。

作者于50岁那年，辞去工作，独自一人到藏地旅游，经云南的丽江，走滇藏公路到西藏，再走川藏北路出四川，一路拍摄了很多风景名胜和著名的佛寺，一路拍摄了很多风景名胜和著名的佛寺，沿途记录了中国云南、四川、西藏的旖旎风光和边地人民的淳朴善良、乐观的精神面貌。

作者对藏传佛教有着浓厚的兴趣，在书中写下了很多人生的感悟和佛教的体验，反省内心，乐观积极地面对生活很有助益。

<<遇见西藏>>

作者简介

邱常梵，曾做过杂志社副主编、小学教师、日企中级主管及佛教出版社编辑。
喜爱阅读、登山、旅行，2002年开始学佛，视为人生最重要的转折点。
半百之前自认为像野地自在生长的小草，在与西藏结缘后，才绽放如阳光一般灿烂的花朵。

<<遇见西藏>>

书籍目录

只为途中与你相见
秋天似的金色年华
走人大山大水
云南迪庆藏族自治州
 启程
 谁的金沙江和虎跳峡
 重庆大哥
 寻找香格里拉
 神山佛国
 迢迢雨崩神瀑路
 有个藏族老人叫阿金
 我被放鸽子了
 无翅天使
吟唱雪域诗歌
西藏自治区
 幸福是圆的不容易背
 一山分四季，十里不同天
 古冰川湖之歌
 两只蝴蝶
 整栋旧楼只有我一个房客
 春去春又来
 扎桑喇嘛
 日光城的美丽与哀愁
 用身体丈量大地
 蓝天下的毛坑
 天涯若比邻
 你相信，它就是
 拖拉机上的藏族阿嬷
 最古老的修行圣地
 猴子嬉戏的地方
 啊，他是主持法会的上师
 跳神与灌顶
 重返黑水河
 客车上的三日两夜情
 暴雨冲毁了三座桥
啦索索，神胜利了
 日本女孩麻衣
 大圆满之夜
 告别，另一个开始
后记：随缘走，随缘遇众生

<<遇见西藏>>

章节摘录

版权页：

<<遇见西藏>>

媒体关注与评论

在每一个步履之间，用眼去看，用耳去听，用心去体会，如实地面对自己，将会发现人生另有一番景致！

让心拥有更多的空间，就像天空容纳着白云、乌云一般，接纳生命中的一切美好的、不好的，愉快的、不愉快的的事物，视每一个遭遇都是上天最好的安排，眼前世界自然会无限地宽广……高中毕业那年，一个小女生带着背包、睡袋，艰难地环游宝岛一圈，从此爱上了那份自由自在的在旷野的流浪。50岁后，独自一人行走在圣域高原，体悟心灵的纯真，只要心有依止，不执著，也可以和西藏的天空一样，湛蓝、清澈、无涯，充满希望……

<<遇见西藏>>

编辑推荐

《遇见西藏:心灵朝圣之旅》编辑推荐：来吧，西藏——这是心灵的召唤。
一个女子独自行走在圣域高原，看沿途旖旎的风光，体悟生命的无常，重获得人生的力量。
一部揭示藏传佛教与生命奇迹的著作、一本关于西藏的百科全书、全景展示藏地旖旎风光，一部西藏旅游的指南。

<<遇见西藏>>

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:<http://www.tushu007.com>