

# 《西藏，一个人的浩浩荡荡》

## 图书基本信息

书名：《西藏，一个人的浩浩荡荡》

13位ISBN编号：9787519219429

出版时间：2017-1-30

页数：224

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.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《西藏，一个人的浩浩荡荡》

## 内容概要

"西藏的旅行热度一直不减，特别是这几年，去西藏渐成时尚。骑车进藏既是单车一族的梦想，也渐为更多热爱西藏的人所熟知和赞叹。但踩着单车去西藏是种什么行为，会遇到什么困难，会有哪些快乐和痛苦，没有做过的人无法想像。笔者这本书，是告诉大家，有一群人喜欢用这种方式亲近西藏；新藏线，全长2700公里，是世界上海拔最高的公路，途中翻越5000米以上大山5座，其中最高的红土达坂海拔高达5380米，是几条进藏路线中最危险的，特别是界山达坂和死人沟。在短短的3天时间里，从海拔900多米的新疆翻过5200多米的山口再停到4500多米的阿里，加上复杂多变的气候，已经超过了很多人身体正常承受的极限。相比已被骑烂的川藏318，新藏线有新疆和阿里地区的雄阔与辽远，其景殊异，挑战更大，对骑友有致命的吸引。如何骑完这条最难的进藏路线，如何克服平均海拔4500下的高反，如何转神山.....，这是同类书籍所未涉及的内容，本书对之有详细描写。

# 《西藏，一个人的浩浩荡荡》

## 作者简介

梅里，大学老师，骑行爱好者，两次单车入藏，已出版《西藏是毒也是解药》（骑行滇藏线）一书，希望有生之年，骑完进藏的几条主要路线，完成“藏地单车行”系列丛书。作者继《西藏是毒也是解药》捐出全部稿酬给拉萨盲校之后，本书所得稿酬也将全部捐给西藏教育事业。

# 《西藏，一个人的浩浩荡荡》

## 书籍目录

目录

CONTENTS

相聚在喀什

秣马叶城

天路零公里

库地达坂一般般

高反下的麻扎

301，俩站街男

空白噪音走黑卡

飞越康西瓦

活人都去死人沟

消失的界山达坂

爆爽的日子

班公湖里洗个澡

阿里重镇狮泉河

休整

今晚住黑店

够了！我要搭车

一个人的浩浩荡荡

转山

霍尔，落草为寇的好地方

虚脱在马攸桥

轻轻松松小帕羊

越过仲巴去拉藏

我的闲适你不懂

吉隆，珠穆朗玛后花园

切热乡里话收藏

桑桑走不停

终结219

铁马秋风日喀则

英雄之城——江孜

客从何处来

无法修饰你的美

赖在拉萨的日子

附录 1：新藏线骑行攻略

附录 2：拉萨——珠峰大本营骑行攻略

附录 3：西藏禁忌

后记：岁月无风自动，年轮刻在途中

# 《西藏，一个人的浩浩荡荡》

## 精彩短评

- 1、不知道什么时候流行起来的西藏并不是你想象的样子吧。
- 2、很好的一本书，推荐阅读！
- 3、西藏,对我而言是一个神秘的圣地,一直没有机会去,却有人已经几次骑行了,羡慕这样的勇气与智慧
- 4、没有什么能够阻挡，我对自由的向往~西藏是我最向往的一片土地。如何骑完这条最难的进藏路线，如何克服平均海拔4500下的高反，如何转神山……，这是同类书籍所未涉及的内容，本书对之有详细描写。期待了解更多西藏的信息。
- 5、西藏，在我国边界，地大，历史悠久，精神文化醇厚，是洗涤思想，自我顿悟的圣地。
- 6、西藏一直都是我心中的一个梦。
- 7、西藏是我一直向往的一片土地，很想去看看，却一直没有机会。想读这本书，了解更多西藏的故事
- 8、很喜欢的一本书，值得一读。
- 9、由于种种原因，不能有说走就走的旅行，所以想跟随书中去看看那些没有见过的风景、多了解一下外面的世界……西藏，从没去过，到一直在我心里……
- 10、很不错的书，很喜欢旅行……
- 11、西藏，神圣的地方！路途的多么艰辛和遥远一定是看到多么美丽的景色的正比，在路上，不回头，朝圣者的心义无反顾！
- 12、西藏的热度不减呀
- 13、一辆单车，赴西藏。
- 14、一直很想去西藏旅行，无奈各种条件限制，这个愿望迟迟不能实现，看了这本书就好像是自己去了西藏一样，特别好的一本书，推荐给大家！
- 15、西藏的旅行热度一直不减，特别是这几年，去西藏渐成时尚。
- 16、关于朝圣，关于信仰，关于佛教，关于318，似乎西藏承载了很多，有人为了梦想特地跑去西藏，有人为了朝圣去看那转动的经幡，还有那每年都有很多人去骑行的318，似乎西藏可以承载很多人的梦想，也是一个离天堂最近的地方，西藏可以是一个人，也可以是许多人
- 17、一直很想去西藏
- 18、不必埋怨世界的不幸。因为自己快乐就是最大的幸福。  
如果低头快乐，那就低头。  
如果仰起头开心，那就仰起。
- 19、有生之年必须去一次西藏！！
- 20、每个人都有个西藏梦吧
- 21、西藏，世人眼中的洁白圣地
- 22、一说到西藏，貌似大家都觉得好奇和神秘，也都很喜欢西藏这个地方，当然我也不例外了。  
西藏，是一个干净美丽，落落大方的地方，也是一个温柔优雅，让人乐不思蜀的地方，喜欢西藏的美，喜欢西藏的文化，喜欢西藏的民族风情，喜欢西藏的所有。这本书，绝对值得你一读。
- 23、去西藏很实用的一本书
- 24、一起来亲近西藏，了解他的美丽。
- 25、想去西藏
- 26、好想去西藏啊
- 27、有一个朋友在远行，看见他拍的西藏，湛蓝的天，清澈的水，让人神往！心情洒脱，生活也就美好！
- 28、骑行爱好者的真实旅途
- 29、好书推荐一下
- 30、一直想去的地方，看完书，追随脚步去一下
- 31、喜欢这本书。
- 32、好书，值得静下心来好好读一读！
- 33、西藏是神秘的圣地，不可思议的风景，不可思议的风俗，去西藏旅游是一种心灵释放的旅程
- 34、文笔很好 内容喜欢

## 《西藏，一个人的浩浩荡荡》

- 35、新藏线骑行爱好者的一本旅游指南
- 36、在书中感受到了那块神奇而又神秘的同时，也体会着作者的一路艰辛。也许每一个在路上的人，都找到了自己的灵魂归属，也找到与自己的灵魂对晤的方式。
- 37、面朝大海，春暖花开。
- 38、这是一部很励志，很有趣，有好看的西藏旅游随笔
- 39、带你一起去西藏
- 40、喜欢
- 41、浩浩荡荡西藏行
- 42、特别喜欢西藏
- 43、在最接近天堂的地方，不是每个人都那么有勇气去追逐。
- 44、西藏，一个朝圣的地方，值得你去看看，浩浩荡荡！！
- 45、一个人的旅行
- 46、是我喜欢的类型~
- 47、西藏，一个人的浩浩荡荡，一个人的心之所向。
- 48、西藏，一个想去的地方、
- 49、西藏，梦想中的地方
- 50、我也曾想过去西藏，但是身体不太行，现在在锻炼身体，等着去西藏

# 《西藏，一个人的浩浩荡荡》

## 章节试读

### 1、《西藏，一个人的浩浩荡荡》的笔记-第19页

感受深入骨髓的美，体验累并快乐的感觉。这章的题目蛮可爱——“一般般”，但章节末尾却有这样一段升华，真是人生没有白走的路，可能即使到过很多次，也还是每次都有每次的体验。

### 2、《西藏，一个人的浩浩荡荡》的笔记-第120页

西藏的云永远看不够也无法确切形容，不能总说像什么不像什么，就在你定睛看时它们已经发生变化，你只能说它就是云。如果说云是胚胎，风才是魔法师。云在风的揉捏下，或成花朵，或成白山，没有了风，就是棉絮一团。

### 3、《西藏，一个人的浩浩荡荡》的笔记-第40页

如果说自然之物也分雄雌男女，那么西藏的山是男人，西藏的云是女人。云白而软柔，如丝般缠绵，像极了女人的头发，轻轻缠绕着山腰；有的飘乎山上，降化成雪，光而洁，抚摸山之宝顶。众山黝褐，坚固沉默，如金刚铁围，与天上的云，徘徊缠绵，千年百载。

### 4、《西藏，一个人的浩浩荡荡》的笔记-第76页

其实在我们中国，最难的不是路上，而是以爱为名的绑架。我的男同事非常不理解书中提到的父母的做法，但是我却可以理解。自我荣升母亲，万事以孩子为大，恨不得所有的苦难替他承受，所有前路为他踩好，倘若明知会有危险，是万万不肯让孩子亲身接触的，这是中国式的“可怜天下父母心”，但确实也是某种程度的束缚，我想放手，但也愿孩子一生顺遂。

### 5、《西藏，一个人的浩浩荡荡》的笔记-第47页

这么美的地方，轻易地拽住了我的脚步。真不想太快地从这张画中滑过，坐会躺会，看看天，玩个自拍，也不觉得累。骑行西藏，骑友们说是身体下地狱，眼睛进天堂。我这还没下地狱，眼睛就进了天堂，多想让时间永远停在此时此刻。

书中还记录着各位骑友的大胆豪言，奇趣感悟骑友如是说：

进藏？我骑的是滇藏线，路况最好的进藏线！感受？靠！别提了！去之前以为和玩一样，没想到一路累得和狗一样！还去吗？这次骑哪条线？我歇过来肯定再去！

### 6、《西藏，一个人的浩浩荡荡》的笔记-第68页

11点多赶到日松乡，又见静水一滩。奇妙的是湖里竟然有两只仙鹤，悠闲地啄食着水草，也不怕人。一路上常常看到“保护野生动物”的宣传牌，应该是保护措施得当，这里的动物大都怕人。让动物怕，这是个多么野蛮又丢人的事。而人能于动物和睦相处，才是实现了和谐社会的标志之一吧。想想在我们这个饕餮大国，要实现这个目标，是个多么遥远的梦！

### 7、《西藏，一个人的浩浩荡荡》的笔记-第37页

通过分享骑行人员的感悟，让我间接感受到他们此行的魅力所在，有很多是只可意会，言传不准的。“流年”这个大队的分散是必然的。前辈攻略说得对，长途出行不宜人多，节奏相合者才可成伴。后来认识的骑友老树说，他的这些骑友有些竟然睡到中午才出发，这导致的直接后果是不得不走夜路。想他们当初策划时也一定是意气风发，豪气干云，仿佛大地就在自己脚下。一旦上路才发现，这么多的人想协调一致是多么的难。单车进藏本来就一个人的事，人越少，是非就越少。跟那只乌

## 《西藏，一个人的浩浩荡荡》

鸦一样，我们这些爱好骑行的人何尝不是天地之间的一只傻鸟呢？你为什么要去西藏？还是踩着单车去？累吗？后悔吗？有艳遇吗？你这么“掉皮”你家人知道吗？你出门在外，让人牵挂，有责任心吗？……这些问题笨拙得连傻鸟都懒得去解释。就像有人问某个出家人，你为什么出家？他回头反问，你为什么不出家？说的够多后，倦了，行为就成了一种无言的解说。当你还没想明白过来，我们回来了；当你还在感慨，我们又去了。我们来了又去，去了又来。如果问个很俗的问题：“这是有什么意义？”没有意义！骑行本无意义。西藏也不是神，她无法拯救你的孤独，她也无法净化你的心灵，她甚至连看都不看你一眼，但脚踩大地的此时此刻，总会带给我们片刻的安详和欢愉。这就足够了。而骑行，是贴近西藏肌肤，感恩她的给予的最好方式。

### 8、《西藏，一个人的浩浩荡荡》的笔记-第11页

心情激动，脚下就快。出发的这个点，天还是蛮配合，没有风，也没有毒辣的太阳，灰蒙蒙的有点阴凉。这种天气很适合骑行，也彰显了这身绿色的骑行服。这本书是骑行笔记，作者的语言出奇的好，最怕写成流水账，也最怕没有画面感。我未能亲身到过西藏，很希望旅行笔记中描写的真实生动，让我仿佛身临其境、代入感强，谢谢作者的语言，是彩色的。

### 9、《西藏，一个人的浩浩荡荡》的笔记-第87页

天蓝草黄，更兼急速下坡，心清气爽。奔跑在这辽阔的土地，我是多么自由！而这种自由的获得曾经多么艰难，现在又是多么的容易！骑行是种自我挑战，人就是在一次次与自己的较量中，沮丧、挣扎、羽化成蝶。这是个痛苦的过程，许多人等不到化蝶的那一天就死掉了，而我，一念之间，完成了骑行新藏线以来的第一次涅槃。这一切，虽然无人见证无人喝彩，却是在西藏这个宏大的背景下完成，想来是何等有幸！

### 10、《西藏，一个人的浩浩荡荡》的笔记-第69页

奇妙的是湖里竟然有两只仙鹤，悠闲地啄食着水草，也不怕人。一路上常常看到“保护野生动物”的宣传牌，应该是保护措施得当，这里的动物大都不怕人。让动物怕，这是个多么野蛮又丢人的事。而人能与动物和睦相处，才是实现了和谐社会的标志之一吧。想想在我们这个泱泱大国，要实现这个目标，是个多么遥远的梦！人人都向往自由，人人都希望生活不止眼前的苟且，还有诗和远方。但真正能有多少人为之选择性放弃和二货式坚持？又有多少人在苟且中嘲笑着别人的远方和梦想？就像我们这些可爱的骑友，能拿出生命中的一段时间来骑行西藏，这段时间可能在别人看来是自虐而毫无价值，也可能会因此丢了爱人，丢了工作，甚至剥掉一层皮。但只有走过的人才知道，这种选择是多么值得！

### 11、《西藏，一个人的浩浩荡荡》的笔记-第5页

虽然有时累得够呛，有时路遇风险，但是，到达目的地后的喜悦足以弥补这一切。骑行是一种生活态度，能够从中学到兼任，学到团结协作。……人生何尝不是这样呢？

### 12、《西藏，一个人的浩浩荡荡》的笔记-第9页

书里穿插了很多知识，让人知识库大增，满足各种好奇心。馕是维吾尔族人最主要的食品，也是维吾尔族饮食文化中别具特色的一种食品。维吾尔族食用馕已有2,000多年的历史。馕的品种很多，大约有50多种。主要有肉馕、油喀、窝窝馕、片馕和芝麻馕等。根据馕的品种，不同馕的用料也会不同，大致含有鸡蛋、牛奶、洋葱、清油、芝麻、葱花等原料。由于馕独特的制作工艺和新疆特殊的干燥性气候使得馕的含水量较少，烤出的馕外干内酥，有久储不坏等特点，非常便于携带和储存。

### 13、《西藏，一个人的浩浩荡荡》的笔记-第1页



## 《西藏，一个人的浩浩荡荡》

我也行想读,在文字间体会博大的情怀

### 14、《西藏，一个人的浩浩荡荡》的笔记-第211页

岁月无风自动，年轮刻在途中。多少人曾经有过行走路上的梦想却一步也未曾迈出，是谁把你困住？是你自己。多少人曾经怀揣色彩斑斓的梦想却在岁月中冲蚀成灰白暗淡，是谁让梦想失色？还是你自己。荷花对我说，30岁之前最怕失去的不是……而是梦想；我接着说，30岁后最怕失去的不是梦想，而是你是否朝着梦想迈步。迈步，而又百折不回。

### 15、《西藏，一个人的浩浩荡荡》的笔记-第132页

西藏本来就不是个激进的地方，你很少看到忙忙碌碌的人。一壶酥油茶能喝一上午，一圈锅庄能跳一晚上。手中的转经筒不停，会说话就念六字大明咒。他们能花一年甚至更长的时间磕长头去拉萨，会把一生的继续全部奉献给寺院，会把汉人视为珍宝的天珠扔进圣湖。他们安于生老病死贫穷富达，人生的种种无常淡然以对。看他们的生活，有的富裕，有的也在贫困线上挣扎，但你很少看到愁眉苦脸的人，也很少听到他们抱怨与仇富，这一点与印度人很相似。也许是西藏特殊的自然环境和宗教气氛让生长于斯的人们学会了接受与等待，平和而又闲适地过着日常的生活。这种生活让习惯了忙碌的人们不理解，也让有些人羡慕。我希望有一天能闲适下来，了却一切该了的，远远离开人群，享受静默如谜的西藏时光。

### 16、《西藏，一个人的浩浩荡荡》的笔记-第35页

前辈骑友说10个走新藏的人，7个会在第一周之内就会放弃。放弃有两种方式，一种是直接回家，一种是搭车继续；还相传女生到此就只剩下半条命。新藏之威，我早从一位阿姨那里感受到。那年她去旅游，尚且不是骑行，回来便病了大半年，天天喝着中药，痊愈后发誓此生不再进藏。从来我便觉得西藏既美丽又莫测。

### 17、《西藏，一个人的浩浩荡荡》的笔记-第128页

有人曾不解地问这些磕长头者：“你们这样辛苦，希望得到什么？”

“不希望得到什么。”

“那你们为什么还这样做？”

“……”

我们的许多问题常常让藏民无语。是我们想得太多，还是他们想得太少？我们总是带着种强烈的目的性，连去寺院烧香拜佛都有所求，求平安、求发财、求升官，常想舍一得万报。难怪我们无法想象藏民的这种行为。有人说西藏是个能够净化心灵的地方，净化什么呢？可能最需要净化的就是我们这种得失心吧。

# 《西藏，一个人的浩浩荡荡》

## 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.tushu000.com](http://www.tushu000.com)