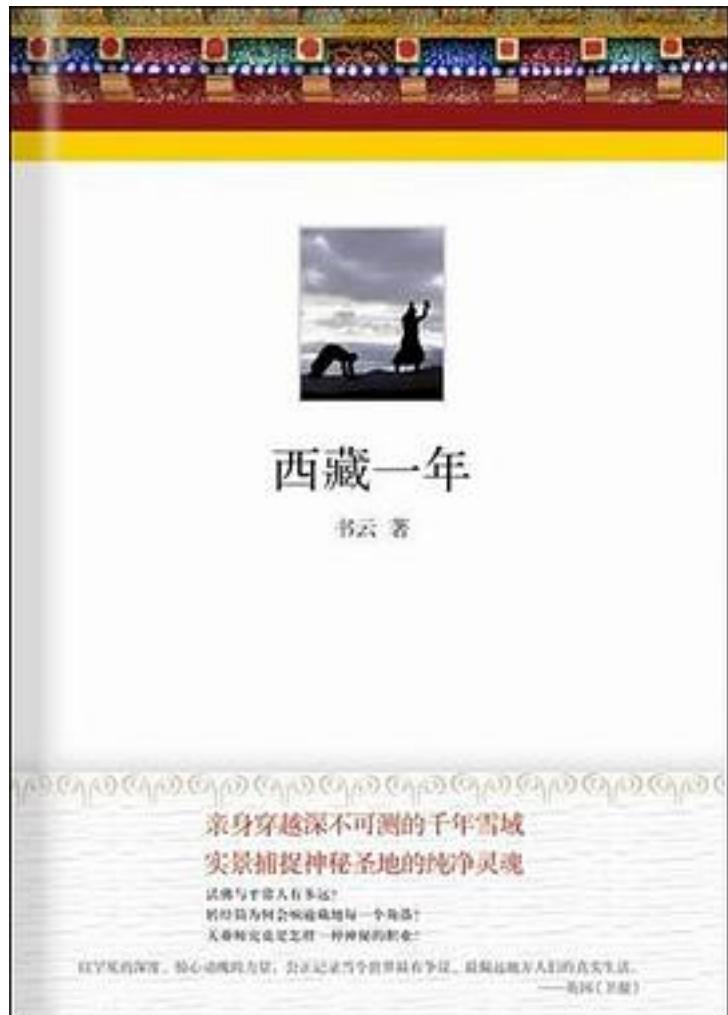


西藏一年



[西藏一年 下载链接1](#)

著者:书云

出版者:北京十月文艺

出版时间:2011-8

装帧:平装

isbn:9787530211670

“神秘”仍是这片雪域圣地的标签，多数人对西藏的认识仍停留于对“香格里拉”的幻

想。

作者满怀对高原的痴迷与眷念，多次亲身入藏，以深沉关切的心灵，将目光对准最为普通的民众，记录他们在春夏秋冬最朴素、最真实、最生动的生活，感人至深。

行止作息、婚丧嫁娶、生老病死……八位真实人物的真实生活与身临其境的近距离描绘，让雪域的圣洁与美丽体现得淋漓尽致，一个真实的西藏在转经筒的无声旋转中，在飘荡于千年圣地的嘹亮歌声中缓缓展开……

作者介绍:

书云

作家，制片人。

出生于上世纪60年代。1982年考入北京大学英语系，之后在牛津大学圣安东尼学院攻读国际关系，毕业后在英国从事电视制作，致力于让世界了解中国。导演的首部纪录片《半边天》讲述一家四代中国妇女的命运，获得瑞典“环球南北电视大奖”最佳纪录片奖。1997年，参与制作的《百年叱咤风云录》获得多项国际大奖。由她拍摄、讲述郑和下西洋的纪录片《1421年，中国发现了世界》，以及介绍中国历史文化的大型专题片《秦始皇》《长城》《魅力中国》等在西方引起普遍关注。

2006年6月，带领摄制组在西藏第三大城镇江孜，与八位普通藏族人朝夕相处一年，拍摄制作了五集电视纪录片《西藏一年》。该片2008年3月在英国广播公司播出后，迅速被加拿大、德国、芬兰、西班牙、阿根廷、南非等近二十个国家电视台订购，并在中国中央电视台和其他地方台播出。

目录: 序

自序

第一章 英雄城之夏

第二章 失业的冰雹喇嘛

第三章 天葬

第四章 轮回路上

第五章 漫漫求学路

第六章 天寒地冻

第七章 我要出嫁？

第八章 一个女人与三个男人

第九章 女人、山羊、青稞酒

第十章 三百万声祈祷

第十一章 罪恶即是惩罚

第十二章 留住信仰

后记

· · · · · (收起)

[西藏一年 下载链接1](#)

标签

西藏

纪实

旅行

文化

信仰

人文

西藏一年

书云

评论

★★★☆

很精彩。还原一个真实的西藏。

觉得文笔略差

“这是一片神奇的土地：在严酷的高原环境下，藏族人民繁衍且生生不息。
这是一片古老的土地：千年的习俗和信仰依然主宰着人们的生活。
这是一片新兴的土地：时代风气渐浸，人们直面变革，不惧挑战。这是一片希望的土地
：人们辛勤劳作，积德行善，为了美好的未来。”

真实

愿西藏独特的精神世界永存。向藏族百姓学深刻的道理，学他们的泰然自若，学他们直面死亡。。。很赞同他们的生活方式和对生活的态度

想不到是女性作者。同名纪录片以及她的其他纪实作品值得一看。

有个纪录片 这本书是根据纪录片成书的。

除了对西藏的敬慕，书里散发出的另一种味道不例外的是忧虑，但很庆幸作者没有把自己当救世主。没有看过纪录片，也许没有镜头切换的书更真实些。

江孜，英雄城。

很适合对西藏感兴趣却了解不多的人。但作为多次进藏的作者，她应该挖掘出更深入的东西并将其体现在书中。

纪录片《西藏一年》的同期书。五集纪录片，两百来分钟所无法讲到的内容，在这本书里有更多的记述。江孜作为西藏第三大城市，藏民的真实生活状态可从片中感受，在书中了解。

我钦佩的是作者，她同时还是一个独立制片人，现居英国，一直在拍纪录片、向西方世界介绍中国。

虽然这本书其实差不多就是笔记，很多未能尽谈，但是促使我要把这部纪录片看了。以及，下次去西藏，要去江孜这座英雄城好好看看，这次只是路过，遗憾

可是古老的生活正越走越远，现代性是捷径和轻便，亦是迷局和困境。

书很喜欢，再找纪录片来看

神秘又真实的西藏就在那里，等着真正爱她的人去揭开她的面纱。

不看内容 单纯从文学角度讲 整书的结构散乱 详略不当

毕竟这本书也只是作为《西藏一年》这部纪录片的辅助叙述工具 重点还是在纪录片

可读性非常高 基本上只用了三段时间就读完了 看得我很纠结

一方面不希望现代化的一些东西侵入那些淳朴的藏族人的生活

一方面又为他们面对疾病时的无助叹息

另一点的启示是对我们的道德伦理有了新的审视 藏族中兄弟甚至父子共一个妻子

在我们眼里似乎是乱伦 但伦理不也是逐渐在放开么？

沒有想象中來的感動，大概和書是一本工作記錄手冊有關。真實的西藏，遠比文字里描述的要震撼。我時常渴望去到這樣一個地方，褪去繁復，生活中只保留人性里最原始的慾望。

如果书云是拍美丽中国的那个人，我要改成5颗星！……

拖着看了好长时间哦

[西藏一年 下载链接1](#)

书评

读书的习惯，在过程中随手写下几笔，不成文，无厘头。一

佛说，众生平等，是告诉我们看世界的方法。然而言易行难，我们的视角往往随着我们的心而发生偏差：因为敬畏而仰视，因为无知而俯视……于是，在失真的世界里，有太

多的人性扭曲、...

有些地方，哪怕你只是轻轻停驻了一下，也能让你在日后的日子里常常念想起，仿佛就有那么一块磁体，紧紧地吸附了你的一部分。你会设想着再度前赴，你会在别人谈到那个地方的时候怦然心动，以致于口若悬河，你会像思念一个情人那样一脸的花痴。这样的地方不多，例如例如法国、例...

朋友写的书，作者同时是独立纪录片导演，本书记录了作者在西藏一年拍摄纪录片过程中的心路历程与体验，作者以自己独特的笔触和多年来对藏文化的深入研究与了解为我们展现了一幅高度真实又如此与众不同的藏地图景，相信对西藏感兴趣的朋友读完本书之后会对西藏又有一番更为深...

“作为纪录片的导演，我每时每刻都在发掘拍摄的对象”

“我仍然希望拍到一个幸福的场面”

“这里既不是想象中的香格里拉，也不是等待拯救的蛮荒之地”

或许对于西方读者和没有到过西藏，或者只是到西藏一些景点旅游过的人来说，这是本不错的反应西藏现实的书。就像纪录片所...

还是不错的，能够在江孜带上一年。从西藏社会的多方面让大家了解了一个真实的西藏和真实的西藏人。新中国成立50年和科技日新月异的进步，确实对西藏和西藏人是个大的改变。但是也保留着很民族的传统。

许多年来，人们对于西藏的认识，仍然只停留于神圣秘境的印象。西藏在大多数人的心目中，还是被西方神秘主义者虚构和创造出来的神话世界。这种观念以詹姆斯·希尔顿所著《消失的地平线》为代表。

20世纪30年代，詹姆斯·希尔顿用艺术家的想象力向全世界生动展示了一个虚幻...

这本书是在拉萨邮电局的书架上看到的，算机缘。

回拉萨前，旅程计划中有江孜抗英古堡和白居寺。但上乃钦康桑冰川时，脑子开始空白，身体在行走，却是靠的本能。头痛欲裂也不请自来。于是下了冰川后，到江孜时，只得靠在车里，只隔着距离看了一眼古堡，后来下了车，...

目前，关于西藏的表述主要来自两种声音。一种是大地回春，胜利的号角已经吹响，万

物都沐浴在温暖的阳光中，弥赛亚带领子民向天堂进发。另一种是阴云密布，家园被践踏蹂躏，中土处在毁灭的边缘，索伦魔君驱使着半兽人向夏尔逼近。两种对立的叙事相互交织，常常...

如果不是看过这本书，西藏在我的眼中还是心中的那一抹蓝，那一片雪域，那一片原始，那一片荒芜，它不会这么的真实。

这本书首先感动自己的是作者，作为一个TOP2学校的人，能够在毕业后坚持自己的梦想，坚持自己的信念，走一条少有人走得路，其实很难得，当身边越来越多的人...

这是一本神奇的书。

有纪录片的版本，这是文字的版本，虽然没有看到纪录片，但是可以想象这群生活在西藏的人们的生活。西藏，这片神奇的土地，终将有一天，我会去拜访她一次。

对于婚姻的那段描述，最为震惊。现在居然保留着一妻多夫制度的西藏农村，是怎么样处理几个兄弟...

我们没有要任何政府的一分钱。我所能做的，就是客观再客观。我希望在人心之间架个桥梁 标题是在中青报的一篇新闻里看到的，说这句话的是《西藏一年》的作者书云。2006年，纪录片导演、作家书云，带着一支10人摄制组，在西藏江孜县城租下了居委会的房子，一住就是1年，观察8...

在网上下的电子书来看的，居然缺了后三章

作者是在拍完一个关于西藏的纪录片后，写下的这本书。人物是纪录片的灵魂。

他们选取了江孜城的各种职业的普通人作为纪录片的主角，用了一年的时间，记录他们生活中的点点滴滴。在这里，我们看到的不是想象中神秘、壮阔的雪域高原...

这里既不是想象中的香格里拉，也不是等待拯救的蛮荒之地。

以普通藏族人的生活为背景，细微入手。纪录片都不应加入个人感情，特别是拍摄自然，动物时，肯定会碰到凶残的互相厮杀，但这是自然发展的客观规律，拍摄者不能救助弱者，否则强者反而处于弱势。但这部纪录片拍的对象是...

我一直都是热爱西藏的，就像本书的作者一样，一直渴望着生活在西藏。

我想西藏是有一种独特魅力的吧。不仅仅是在云间的雪山和澄澈蓝天白云。

绝不仅仅是神秘的雪域高原。一定有比这更伟大的东西，他们在这里：信仰。

书中有一句话，说西藏人每天都是三点一线的生活：城镇、...

西藏，那个充满神秘，又令人向往的纯净之地~
或许是好奇心使然，一直想去感受一下那里的空气、阳光、广阔~好久没有静下心来读一本书。我说的是“读”，一字一句的在心中默读。只有如此，才能感觉置身其中，去看，去听，去体会，藏民们用身体会丈量虔诚的长度，丈量轮回...

大家对西藏的神往是因为那里的蓝天，雪山，还是人？大家都喜欢到西藏旅行，但旅行往往不能真正了解当地人的生活，《西藏一年》让我们了解那里的人，神秘的西藏，喇嘛，和寺庙，那里的人心灵纯净，没有纷纷扰扰，那里的人淳朴善良，大家都有同一个信仰，虔诚得让人起敬，但又因...

一直向往西藏，却从未下定决心去出发。在短途旅行的大巴上，读着这本书，不觉泪流满面。
这本不是一本悲伤的书。
只是作为藏族文化的局外人，我们总是愚昧的自大，尝试用自己的‘先进文化’去批判他们的一切。总以为自己的高人一等。总以为我们是在拯救他们。我们是否能够学会don't judge,...

因为去过江孜，所以对这本书很有感情！记得很早就看过《红河谷》，这个拍摄于江孜的电影深深的吸引了我。2010年去了西藏，书里的一个个画面把我带回了那个日落时到达的、又在日出时离开的县城。作者文笔很清新，很值得一读的书！我已经给几个朋友推荐过了。正在等着当当的《万...

这本书从序言就很吸引人。从序言里看得出，作者是一位有思想又敢于行动的女性，单单可以自如的运用英语写作这点，就让我为她加分许多。在下雨的公车上，我开始读，没两天便读完了。本书像是她拍摄《西藏一年》纪录片的拍摄笔记，有她的见闻、幕后故事、对西藏文化的观察、对宗...

去年就看完了那个6集的纪录片，Emule上有英文版下载，Youtube上也有在线可看，CCTV播放的中文版据说每一集剪掉了大概5, 6分钟。anyway, 片子非常好，尤其是背景音乐，内容，比偶之前看那些所谓的影视XX学电影好N多吖。网上盛传的评论是，这个纪录片得到了tibet issue掐架双方的...

[西藏一年 下载链接1](#)