

——二一——说
不论发生什么，都是美好的回忆。
不管到了哪里，都是美景，
只要我们在一起，

水彩分享课

爱犬 我们去西藏

涂涂猫 编著



出版集团



电子工业出版社
PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY
<http://www.phei.com.cn>

水彩分享课

爱犬 我们去西藏

涂涂猫 编著



电子工业出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

内容简介

从北京急行成都，一日历四季，经过各种坎坷和颠簸，大昭寺门前磕了大头，扎基寺殿里也供了好酒，羊湖面前再次凝固，终于转了山、转了湖，提心吊胆穿越荒凉的大北线，卡丁车模式走过迷人的“一错再错”，317 国道上从那曲连夜赶往昌都，躲过塌方、泥石流，却没躲过情绪大爆发，好在出藏平安至色达，一家人终成金刚道友，一起在祖国地图的西南方上画了一个大大的圆。

本书适合喜欢画画、喜欢旅游，或者又喜欢画画又喜欢旅游的所有人阅读。

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权所有，侵权必究。

图书在版编目 (CIP) 数据

水彩分享课：爱犬我们去西藏 / 涂涂猫编著. -- 北京：电子工业出版社，2016.8

ISBN 978-7-121-28820-3

I. ①水… II. ①涂… III. ①水彩画—绘画技法 IV. ①J215

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 105729 号

责任编辑：田 蕾

文字编辑：于庆芸

印刷：北京市大天乐投资管理有限公司

装订：北京市大天乐投资管理有限公司

出版发行：电子工业出版社

北京市海淀区万寿路 173 信箱 邮编：100036

开本：787×1092 1/16 印张：8.5 数：190.4 千字

版次：2016 年 8 月第 1 版

印次：2016 年 8 月第 1 次印刷

定 价：59.80 元

参与本书编写的还有张丽、田力、王倩、刘一子、杨柳、陈嵩明、杨金磊、肖思畅、陈杰、庞阳、张芯、赵磊、丁轩、张宇、王琳晶。

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题，请向购买书店调换。若书店售缺，请与本社发行部联系，联系及邮购电话：(010) 88254888, 88258888

质量投诉请发邮件至 zlts@phei.com.cn，盗版侵权举报请发邮件至 dbqq@phei.com.cn。

本书咨询联系方式：(010)88254161~88254667 转 1897。

旅程 content

出行准备

TT 说

/P11

出发, 急行军

/P25

成都——泸定——康定——新都桥

稻城妈妈

/P41

理塘——稻城——亚丁——巴塘——芒康



雪中然乌

/P57

邦达——业拉垭口——怒江——然乌——波密

恍如江南

/P71

鲁朗——林芝

拉萨 我们来了

/P82

工布江达——米拉山——拉萨

神山圣湖

/P101

当雄——羊卓雍错——卡若拉冰川——
日喀则——昌都

如愿而来

/P113

德格——色达



水彩分享课

爱犬 我们去西藏

涂涂猫 编著



电子工业出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

内容简介

从北京急行成都，一日历四季，经过各种坎坷和颠簸，大昭寺门前磕了大头，扎基寺殿里也供了好酒，羊湖面前再次凝固，终于转了山、转了湖，提心吊胆穿越荒凉的大北线，卡丁车模式走过迷人的“一错再错”，317国道上从那曲连夜赶往昌都，躲过塌方、泥石流，却没躲过情绪大爆发，好在出藏平安至色达，一家人终成金刚道友，一起在祖国地图的西南方上画了一个大大的圆。

本书适合喜欢画画、喜欢旅游，或者又喜欢画画又喜欢旅游的所有人阅读。

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权所有，侵权必究。

图书在版编目(CIP)数据

水彩分享课：爱犬我们去西藏 / 涂涂猫编著. -- 北京：电子工业出版社，2016.8

ISBN 978-7-121-28820-3

I. ①水… II. ①涂… III. ①水彩画—绘画技法IV. ①J215

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第105729号

责任编辑：田蕾

文字编辑：于庆芸

印刷：北京市大天乐投资管理有限公司

装订：北京市大天乐投资管理有限公司

出版发行：电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编：100036

开本：787×1092 1/16 印张：8.5 字数：190.4千字

版次：2016年8月第1版

印次：2016年8月第1次印刷

定价：59.80元

参与本书编写的还有张丽、田力、王倩、刘美芳子、杨柳、陈嵩明、杨金磊、肖思畅、陈杰、庞阳、张芯、赵磊、丁轩、张宇、王琳晶。

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题，请向购买书店调换。若书店售缺，请与本社发行部联系，联系及邮购电话：(010) 88254888，88258888

质量投诉请发邮件至 zlts@phei.com.cn，盗版侵权举报请发邮件至 dbqq@phei.com.cn。

本书咨询联系方式：(010)88254161~88254667 转 1897。

自序

“好想去色达啊！”

“好！”

“明天出发吧？”

“好！”



再一次踏上这条通往天际的路，

熟悉又陌生。

本以为是一次一如既往的旅行，

却发现是一次洞悉因果的修行。

随缘而来，化缘而去。

这梦一样的世界里，

生命是一次出发。

旅程 content

出行准备

TT 说

/P11

出发，急行军

/P25

成都——泸定——康定——新都桥

稻城妈妈

/P41

理塘——稻城——亚丁——巴塘——芒康



雪中然乌

/P57

邦达——业拉垭口——怒江——然乌——波密

恍如江南

/P71

鲁朗——林芝

拉萨 我们来了

/P82

工布江达——米拉山——拉萨

神山圣湖

/P101

当雄——羊卓雍错——卡若拉冰川——
日喀则——昌都

如愿而来

/P113

德格——色达

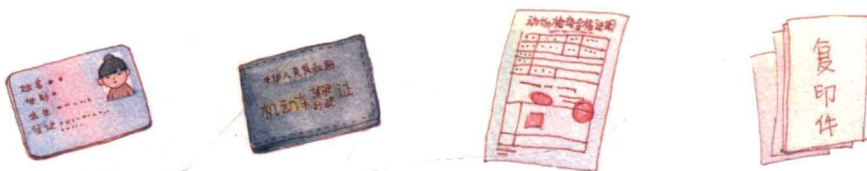


◎出行准备

长途自驾旅行非常耗时，并且藏地有些地区物资并不丰富，所以在汽车后备箱够大的情况下，准备的物品自然越充分越好。

对我来说最重要的就是 TT 的装备，证件和检疫证明最好随身携带。狗粮和零食按出行的时间来计算，多带几天的量也很必要。眼药水、常备药一定要备全了，在出发前记得做驱虫，这些在藏区可不好找。

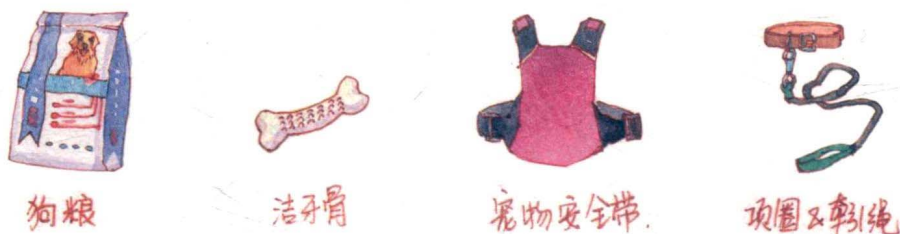
●必备用品



身份证、驾驶证、行驶证及其复印件，这三证每天都会多次同时用到，每个检查站和加油站都需要登记。



藏区紫外线强烈、气候干燥，遮阳帽、飞巾、太阳镜和润唇膏都是贴身物品，怕晒黑最好就遮严点，防晒霜要一层层地涂。



TT 的宠物安全带和牵引绳对它来说是非常重要的。洗澡的用品最好也带上，除了拉萨其他地方是没有宠物店的，每次弄脏了都要自己洗。

●生活用品

我和TT的衣服。
(要注意带上冲锋衣和羽绒服等保暖衣物)。



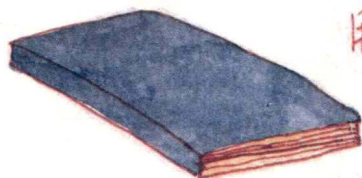
藏地的昼夜温差很大，保暖是缓解高原反应的重要手段，抓绒类衣裤的柔软、透气性能大大增加了旅途的舒适性。藏地多以藏餐和川菜为主，一路上吃是没有问题的。藏地整体住宿条件还是不错的，多半酒店都有 WiFi，也能洗澡，但有一个睡袋还是很必要的，在偏远的、条件不好的旅馆住宿，如果被冻醒，不但痛苦还会影响第二天的行程。其他的还有药物、相机、纸巾……能够带的我都尽量带上了。

嗯...还有什么要带呢?
后备箱足够大,东西带全一点比较好。

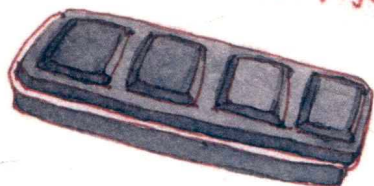
我的狗粮和眼药水可别忘了带哦!



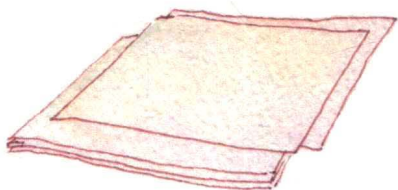
● 绘画工具



用来画速写的本子。



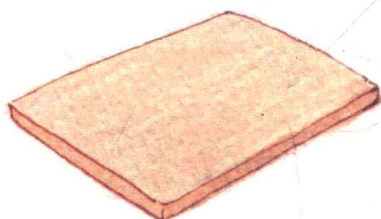
固体水彩。



剪裁的水彩纸



无胶带



用来贴水彩纸的板子。



棕色针管笔



自动铅笔

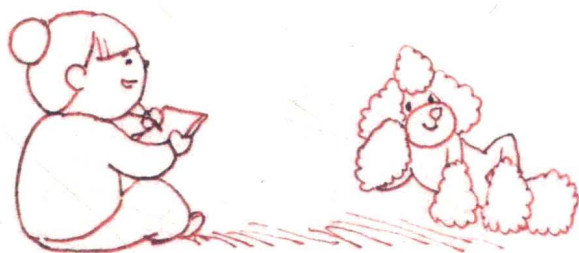


水彩笔



橡皮

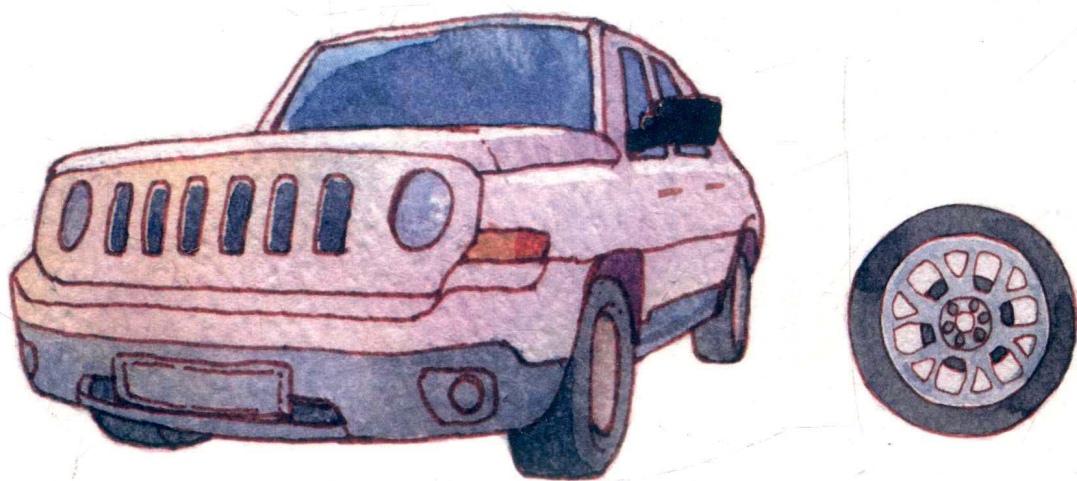
水彩是很适合画风景画的材料，而且很便携。我带的是史明克的 24 色固体颜料，水彩纸则是自己裁成小张的获多福 300 克粗纹纸张。再带上一个速写本（普通的速写本），平时可以随意写写画画。



有时我们在路边一停，对着风景随意地写生；有时我会先将喜爱的画面用相机拍下来，等回到酒店稍作休息后，对着照片画一画。用笔将这一路的风景记录下来，更有不一样的纪念意义呢。

●交通工具

塌方泥石流这样的地质灾害在西藏是很常见的，底盘越高的车辆通过性越好，那就必须要SUV了。西藏自驾容易出现的问题就是爆胎、减震断裂和地盘破损导致的油箱破裂等，出发前除了全面保养以外，有条件最好换越野胎，多带两条备胎是很有必要的；底板建议换成3毫米厚的钢板；减震多半是断后面的，带两根上路会踏实很多；备用钥匙、千斤顶、气泵、拖车绳、工兵铲也都是必备物品；一拖几的车载充电器和逆变电源也是很实用的。



跟我们一起走了一路的 JEEP 自由客，一路上非常坚强！

说了那么多，出来玩，最重要的就是开心和多带钱！准备充分，就可以随时出发啦！







TT 环野大西藏之旅

Tibet tour

TT 说

“再走五辆，咱就走应急道！”

“啊？”

“五、四、三、二、一，走”

“亲，你看咱后面是不是跟了辆警车？”

“呃！”

“警察叔叔是不是在拍照？”

“嗯。”

“六分？”

“嗯。”

“哦。”



西藏哪里好？很难说清。去过的、留下的、将去的、
没去的，每个人心中都有一个西藏，或远、或近，重要
的不是路过，而是爱着。

