

吐蕃史稿（历史类）



[吐蕃史稿（历史类）_下载链接1](#)

著者:才让 著

[吐蕃史稿（历史类）_下载链接1](#)

标签

评论

书很好看，重视了史上最伟大的帝国之一——吐蕃！

女儿喜欢，就给她买了。

好评！好评！好评！好评！

了解吐蕃历史的好书，但没有作者介绍。

在京东买书，到货块快，价钱便宜。

不错的一本书，里面详细介绍了吐蕃从兴起到衰落过程以及文化风俗，对增进民族之间的了解很有帮助

正版书，物有所值，很喜欢的

好好好好好好好好好好好好

快递不错 给力

便宜，快捷，便利，送货上门

很好。值得认真读的好书。

人社的这个系列都是一些重量级作品，阅读体验很好！

这个商品很不错哦，值得推荐！一如既往地支持京东！！！

一直信赖京东，十一月买了好多书，慢慢看。

书角窝了，虽然不影响阅读，但是可惜，希望下次能够完好

不错，收来，吐蕃还是很有意思动物。

社科院的民族史稿系列 大赞

好书好书好书好书好书

不错的书，新版印刷更好。

东西不错，挺喜欢的！

我觉得很好，真的值得一看

非常好。感觉质量好得很

喜欢这类书籍，百看不厌

著名专家的经典著作，章节安排合理，详略得当，用于了解吐蕃历史或教学参考都非常有用。就是人民出版社的复刻版价格稍高。

吐蕃历史方面的书值得一看

真心不错的书，值得一读

版本不错，文字内容就一般，看下增长知识！！

東西很好，京東值得信任。

买来还没有时间看呢，听说是本好书。

很好的一本书，质量也不错

了解西藏早期历史的一部优秀学术著作。

好！！！！！！！！！！

不错，京东信的过 不错，京东信的过

送书很快、很及时，书还没看

好书，值得买

在京东上买的最多的就是书了。经常搞活动，价格就非常的优惠了。多关注图书的主页或获得图书勋章后每个月基本都有满减的优惠卷，相当的给力。接下来说正题，京东的图书都是正版，包装也很好。基本上每本都有单独的塑封，所以收到的图书基本都很干净。说明京东的运输和快递员的认真和负责。买了几万元的书了，虽说不是全在京东上买的，但是京东图书基本上也算是第一选择了。

很不错的书籍，收藏用还可以

中间还出现了断层，因此应尽快补充。

值得拥有！！！！非常喜欢！！！！

包装、运速、价格基本满意

对藏民族的历史背景不太了解，看这书有些费劲。对书中有些官职的名称很茫然，如果能解释一下就好了。

吐蕃王朝是藏族历史上的重要阶段，本书对了解藏族历史文化发展具有参考价值。

吐蕃史（6世纪至9世纪）是藏族历史上的一个重要阶段，高原上的各部在吐蕃王朝的统一下，凝聚成为强大的势力，并走出了封闭的内陆高原。吐蕃王朝的建立，打破了高原

的沉寂，藏族社会第一次出现了勃勃生机。原来各自为政，分散、孤立发展的局面被改变，通过制度、法律、驿站等建设，一个个小邦政权或部落联盟得到了整合。由于内部人口流动，社会交往面的扩大，推动了语言及整个文化层面上的相互沟通，又实现了文化上的整合。吐蕃时代，族群的认同感加强，藏族得到了壮大。

比较感兴趣的一段历史

统一给图书馆买的，应该不错

比较便宜，可以入门用

读得艰难，传统做学问的路数写的。

还不错，了解了些知识。就是价格太高了。

可以

吐蕃一词,始见于唐朝汉文史籍。蕃,藏语作“bod”,为古代藏族自称。根据较普遍的说法,蕃是由古代藏族信奉的原始宗教——“本”(bon)音转而来;也有人认为,蕃意为农业,与卓(bro,牧业)相对。吐,多数人认为是汉语“大”的音转,系就吐蕃向唐朝自称“大蕃”而音译;也有解释为藏语“lho”(意为山南,吐蕃王室的发祥地)或“stod”(意为上部,即西部)的音转。吐蕃控制区域 吐蕃控制区域(3)
6世纪时,兴起于今西藏山南地区泽当、穷结一带的藏族先民雅隆部,已由部落联盟发展成为奴隶制政权。其领袖人物达布聂赛、囊日论赞父子,逐渐将势力扩展到拉萨河流域。7世纪初,囊日论赞之子松赞干布以武力降服古代羌人苏毗(今西藏北部及青海西南部)、羊同(今西藏北部)诸部,将首邑迁至逻些(今拉萨),正式建立吐蕃王朝。
虽然按照藏族历史的传统,松赞干布是第33任吐蕃国王,但是因为他即位之前藏文尚未创制,所以很难肯定在他之前的吐蕃王的历史正确性。在《贤者喜宴》等藏文历史书和在敦煌发掘的古藏文历史文献里记载着在松赞干布之前的吐蕃赞普的许多传说。

书还好，快递慢的离谱！

好

Q

????????????

Weryuiooopffds

666

叶 (tǔ) 蕃 (bō)

达磨延续两百多年，是西藏历史上创立的第一个政权。

吐蕃史（6世纪至9世纪）是藏族历史上的一个重要阶段，高原上的各部在吐蕃王朝的统一下，凝聚成为强大的势力、并走出了封闭的内陆高原。吐蕃王朝的建立，打破了高原的沉寂，藏族社会第一次出现了勃勃生机。原来各自为政，分散、孤立发展的局面被改变，通过制度、法律、驿站等建设，一个个小邦政权或部落联盟得到了整合。由于内部人口流动，社会交往面的扩大，推动了语言及整个文化层面上的相互沟通，又实现了文化上的整合。吐蕃时代，族群的认同感加强，藏族得到了壮大。[1]

吐蕃社会生产以农、牧业为主。农作物有青稞、小麦、荞麦等；牲畜有牦牛、马、驴、羊等。有烧炭、冶铁、制胶、毛织等手工业。冶铁有较高水平，能在江面上架设铁索桥。

吐蕃时期的碑铭、木简、文书、经卷等，尚有大量保存至今，是研究吐蕃社会、历史的宝贵资料。

吐蕃王朝崩溃后，宋朝、元朝和明朝初年的汉文史籍仍泛称青藏高原及当地人民为“吐蕃”或“西蕃”。

吐蕃一词，始见于唐朝汉文史籍。蕃，藏语作“bod”，为古代藏族自称。根据较普遍的说法，蕃是由古代藏族信奉的原始宗教——“本”（bon）音转而来；也有人认为，蕃意为农业，与卓（bro，牧业）相对。吐，多数人认为是汉语“大”的音转，系就吐蕃向唐朝自称“大蕃”而音译；也有解释为藏语“lho”（意为山南，吐蕃王室的发祥地）或“stod”（意为上部，即西部）的音转。[2]

包装的很好，特别顺心的购物，很好物美价廉~

在商店里我们可以看看新出现的商品，不一定要买但可以了解他的用处，可以增加我们的知识广度，扩宽我们的视野，同时随着社会的发展，科技不断更新，新出现的东西越来越多，日益满足社会发展的需要，使我们的生活越来越精彩，而我们购物要根据自己的情况分析，不要买些外表华丽而无实际用处的东西，特别是我们青少年爱对新生的事物好奇，会不惜代价去买，这是我们要注意的！京东商城的东西太多了，比淘上的东西还要多，而且都是正品，我经过朋友的介绍来过一次，就再也没有去过别的购物网站了。不错的书，内容很丰富，排版很合理，一拿到就爱不释手！绝对是正版的，给图片上的一样，而且崭新的需要特别强调的是京东订的价格真的很低，服务态度也很好。快递公司服务很到位，把书拿到4楼上来了（比什么破“汇通快运”好多了！）。表演卖家和快递公司！走过路过千万不要错过，全5分！好了，我现在来说说这本书的观感吧，坐得冷板凳，耐得清寂夜，是为学之根本；独处不寂寞，游走自在乐，是为人之良质。潜心学问，风姿初显。喜爱独处，以窥视内心，反观自我；砥砺思想，磨砺意志。学与诗，文与思；青春之神思飞扬与学问之静寂孤独本是一种应该的、美好的平衡。在中国传统文人那里，诗人性情，学者本分，一脉相承久矣。现在讲究“术业有专攻”，分界逐渐明确，诗与学渐离渐远。此脉悬若一线，惜乎。我青年游历治学，晚年回首成书，记忆清新如初，景物历历如昨。挥发诗人情怀，摹写学者本分，意足矣，足已矣。据了解，京东为顾客提供操作规范的逆向物流以及上门取件、代收货款等专业服务。已经开通全国360个大中城市的配送业务，近1000家配送站，并开通了自提点，社区合作、校园合作、便利店合作等形式，可以满足诸多商家以及消费者个性化的配送需求。为了全面满足客户的配送需求，京东商城打造了万人的专业服务团队，拥有四通八达的运输网络、遍布全国的网点覆盖，以及日趋完善的信息系统平台。所以京东的物流我是比较放心的。

在书店看上了这本书一直想买可惜太贵又不打折，回家决定上京东看看，果然有折扣。毫不犹豫的买下了，京东速度果然非常快的，从配货到送货也很具体，快递非常好，很快收到书了。书的包装非常好，没有拆开过，非常新，可以说无论自己阅读家人阅读，收藏还是送人都特别有面子的说，特别精美；各种十分美好虽然看着书本看着相对简单，但也不遑多让，塑封都很完整封面和封底的设计、绘图都十分好画让我觉得十分细腻具有收藏价值。书的封套非常精致推荐大家购买。

打开书本，书装帧精美，纸张很干净，文字排版看起来非常舒服非常的惊喜，让人看得欲罢不能，每每捧起这本书的时候

似乎能够感觉到作者毫无保留的把作品呈现在我面前。

作业深入浅出的写作手法能让本人犹如身临其境一般，好似一杯美式咖啡，看似快餐，其实值得回味

无论男女老少，第一印象最重要。”从你留给别人的第一印象中，就可以让别人看出你是什么样的人。所以多读书可以让人感觉你知书答礼，颇有风度。

多读书，可以让你多增加一些课外知识。培根先生说过：“知识就是力量。”不错，多读书，增长了课外知识，可以让你感到浑身充满了一股力量。这种力量可以激励着你不断地前进，不断地成长。从书中，你往往可以发现自己身上的不足之处，使你不断地改正错误，摆正自己前进的方向。所以，书也是我们的良师益友。

多读书，可以让你变聪明，变得有智慧去战胜对手。书让你变得更聪明，你就可以勇敢地面对困难。让你用自己的方法来解决这个问题。这样，你又向你自己的人生道路上迈出了一步。

多读书，也能使你的心情便得快乐。读书也是一种休闲，一种娱乐的方式。读书可以调节身体的血管流动，使你身心健康。所以在书的海洋里遨游也是一种无限快乐的事情。用读书来为自己放松心情也是一种十分明智的。

读书能陶冶人的情操，给人知识和智慧。所以，我们应该多读书，为我们以后的人生道路打下好的、扎实的基础！读书养性，读书可以陶冶自己的性情，使自己温文尔雅，具

有书卷气；读书破万卷，下笔如有神，多读书可以提高写作能力，写文章就才思敏捷；旧书不厌百回读，熟读深思子自知，读书可以提高理解能力，只要熟读深思，你就可以知道其中的道理了；读书可以使自己的知识得到积累，君子学以聚之。总之，爱好读书是好事。让我们都来读书吧。其实读书有很多好处,就等有心人去慢慢发现.最大的好处是可以让你有属于自己的本领靠自己生存。最后在好评一下京东客服服务态度好，送货相当快,包装仔细！这个也值得赞美下希望京东这样保持下去，越做越好

终于出版了，现在网上把有些书的价格都抄的离谱了！这本书现在我已经买下了，现在我来给它写段评论吧！

先从哪里说起呢？还是先从它的品相说起吧！也就是先从它的外表说起吧！这本书的品相还是很好的，绝对的是全品书。也就是说封面很平很新，没有折角，印刷精致美丽大方，当然就很漂亮啦。要说到品相好，还得说说它的正文啊！每一页上都有字呢！每个字都能看清楚呢！最难能可贵的就是每页都很规整，没有脱页、漏页的现象出现呢！每个字印刷的都很精细呢。好的，现在品相已经评论完了，至此品相这一个环节还是可以打个很高的分呢。

说完了品相，接下来我们该评论些什么内容呢？是书的内容？还是书的包装？还是书的运输？还是书的价格呢？

我觉得还是先从书的内容说起吧！其实，说实话，这本书我也是刚买回来，也就是说我买的是本新书，或者说得再直白些，这本书事实上我还没有认真读，也只是粗略的翻了一下。从目录来看，这本书的选题还是很好的，还是很成功的，换句话说这本书的选题质量不是很坏，不是很失败。一个好的选题就保证了书的大半质量。这本书资料详实，论证扎实，考据精密，且符合学术史的主流趋势，是一本相当不错的书，读来可以让人受教很多。最难能可贵的是，它的选题非常地吸引我，因为我最近确实也在关注类似的选题，希望能在本书中获得启发，并找到有用的东西，也就是说要自动屏蔽那些没有用的东西。

现在书的品相和内容我都已经评论完了，接下来我们评价什么呢？评论一下它的包装好吗？好的。这本书的包装还是很好的，它是用那一种很好的膜给包起来了，这个做法真的是非常的好和明智。它有效地组织了书不受尘土、细菌特别是水的侵扰，特别是水，被谁淋湿了，即使弄干也会发皱，这多不好啊！现在好了，自从有了这层膜啊，就不会发生这种悲剧的情况了。所以说包装还是很多的。

至此，品相、内容、包装这三项我都已经评论好了，接下来我们评论什么呢？要不评论一下运输？算了还是评论一下价格吧！这本书的价格还是很便宜的，如果要是是在一般的实体书店里买，可定不会打折，也就是全价卖出的意思，换句话说，就是享受不到优惠的意思，多不值啊。但是在京东就不同了，什么不同呢？就是可以打折了，也就是说不必花高价以全价购买了。这还是非常优惠的，这本书在京东买要比在其它实体店买便宜十多块呢。

好的，现在价格也说完了，我们还是再来聊聊它的运输吧，我大概是昨天晚上订的，刚一下订单，我就发现它顺利地到5号库，给出库了，然后是拣货，拣货之后打包啊，分拣啊，今天早上就送到学校的营业厅，中午就到学校了，就收到书了，真心很快。

基于以上几点我给这本书一个好评。

吐蕃史稿（历史类）和描述的一样，好评！上周周六，闲来无事，上午上了一个上午网，想起好久没买书了，似乎我买书有点上瘾，一段时间不逛书店就周身不爽，难道男人逛书店就象女人逛商场似的上瘾于是下楼吃了碗面，这段时间非常冷，还下这雨，到书店主要目的是买一大堆书，上次专程去买却被告知缺货，这次应该可以买到了吧。可是到一楼的查询处问，小姐却说昨天刚到的一批又卖完了！晕！为什么不多进点货，于是上京东挑选书。好了，废话不说。好了，我现在来说说这本书的观感吧，一个人重要的

是找到自己的腔调，不论说话还是写字。腔调一旦确立，就好比打架有了块趁手的板砖，怎么使怎么顺手，怎么拍怎么有劲，顺带着身体姿态也挥洒自如，打架简直成了舞蹈，兼有了美感和韵味。要论到写字，腔调甚至先于主题，它是一个人特有的形式，或者工具不这么说，不这么写，就会别扭工欲善其事，必先利其器，腔调有时候就是器，有时候又是事，对一篇文章或者一本书来说，器就是事，事就是器。这本书，的确是用他特有的腔调表达了对腔调本身的赞美。|发货真是出乎意料的快，昨天下午订的货，第二天一早就收到了，赞一个，书质量很好，正版。独立包装，每一本有购物清单，让人放心。帮人家买的书，周五买的书，周天就收到了，快递很好也很快，包装很完整，跟同学一起买的两本，我们都很喜欢，谢谢！了解京东2013年3月30日晚间，京东商城正式将原域名360更换为，并同步推出名为的吉祥物形象，其首页也进行了一定程度改版。此外，用户在输入域名后，网页也自动跳转至。对于更换域名，京东方面表示，相对于原域名360，新切换的域名更符合中国用户语言习惯，简洁明了，使全球消费者都可以方便快捷地访问京东。同时，作为京东二字的拼音首字母拼写，也更易于和京东品牌产生联想，有利于京东品牌形象的传播和提升。京东在进步，京东越做越大。|||好了，现在给大家介绍两本本好书谢谢你离开我是张小娴在想念后时隔两年推出的新散文集。从拿到文稿到把它送到读者面前，几个月的时间，欣喜与不舍交杂。这是张小娴最美的散文。美在每个充满灵性的文字，美在细细道来的倾诉话语。美在作者书写时真实饱满的情绪，更美在打动人心的厚重情感。从装帧到设计前所未有的突破，每个精致跳动的文字，不再只是黑白配，而是有了鲜艳的色彩，首次全彩印刷，法国著名唯美派插画大师，亲绘插图。|两年的等待加最美的文字，就是你面前这本最值得期待的新作。洗脑术怎样有逻辑地说服他人全球最高端隐秘的心理学课程，彻底改变你思维逻辑的头脑风暴。白宫智囊团、美国、全球十大上市公司总裁都在秘密学习！当今世界最高明的思想控制与精神绑架，政治、宗教、信仰给我们的终极启示。全球最

买给朋友的，应该还不错

发货真是出乎意料的快，昨天下午订的货，第二天一早就收到了，赞一个，书质量很好，正版。独立包装，每一本有购物清单，让人放心。帮人家买的书，周五买的书，周天就收到了，快递很好也很快，包装很完整，跟同学一起买的两本，我们都很喜欢，谢谢！工作之余,人们或楚河汉界运筹帷幄,或轻歌曼舞享受生活,而我则喜欢翻翻书、读读报,一个人沉浸在笔墨飘香的世界里,跟智者神游,与慧者交流,不知有汉,无论魏晋,醉在其中。我是一介穷书生,尽管在学校工作了二十五年,但是工资却不好意思示人。当我教训调皮捣蛋的女儿外孙子们时,时常被他们反问:“你老深更半夜了,还在写作看书,可工资却不到两千!”常常被他们噎得无话可说。当教师的我这一生注定与清贫相伴,惟一好处是有双休息日,在属于我的假期里悠哉游哉于书香之中,这也许许多书外之人难以领略的惬意。好了，废话不多说。好了，我现在来说说这本书的观感吧，网络文学融入主流文学之难，在于文学批评家的缺席，在于衡量标准的混乱，很长一段时间，文学批评家对网络文学集体失语，直到最近一两年来，诸多活跃于文学批评领域的评论家，才开始着手建立网络文学的评价体系，很难得的是，他们迅速掌握了网络文学的魅力内核，并对网络文学给予了高度评价、寄予了很深的厚望。随着网络文学理论体系的建立，以及网络文学在创作水准上的不断提高，网络文学成为主流文学中的主流已是清晰可见的事情，下一届的“五个一工程奖”，我们期待看到更多网络文学作品的入选。就在我胡思乱想时，一页纸从书中掉落出来，竟然是中国青年出版社的公用信笺，上面居然有我用钢笔胡乱翻译的德莱顿的诗歌《爱之永诀》，改得稀里哗啦，还沾了一块墨水，还有几道看来是给钢笔试水的蓝印子，看来是我那个旧办公桌上的蘸水笔写的。这令我立即感伤难耐起来。那张桌子，是文学室一个受排挤的主任怅然离开后传给我的，特别宽大的旧木头桌，上面遍布划痕，我曾经希望那是文学室当年著名的大作家萧也牧用过的桌子，从五十年代一直传到我这里。好了，现在给大家介绍两本好书：《婚姻是女人一辈子的事》简介：最实用剩女出嫁实战手册、婚女幸福宝典；婚姻不是最终归宿，幸福的婚姻才是真正的目的；内地首席励志作家陆琪首部情感励志力作；研究男女情感问题数年，陆琪首本情感婚姻励志作品。作者作为怀揣女权主义的男人，毫无保留地剖析男人的弱点，告诉女人应该如何分辨男人的爱情，

如何掌控男人，如何获得婚姻的幸福。事实上，男人和女人是两种完全不同的动物，用女人的思考方式，永远也了解不透男人。所以陆琪以男性背叛者的角度，深刻地挖掘男人最深层的情感态度和婚姻方式，让女人能够有的放矢、知己知彼，不再成为情感掌控的弱者。二、《正能量（实践版）》——将“正能量”真正实践应用的第一本书！心理自助全球第一品牌书！销量突破600万册！“世界级的演讲家和激励大师”韦恩·戴尔，为我们带来了这本世界级的心理学巨作！他在韦恩州立大学获得过教育咨询博士学位，曾任纽约圣约翰大学教授，是自我实现领域的国际知名作家和演讲家。他出版过28本畅销书，制作了许多广播节目和电视录像，而且在数千个电视和广播节目中做过嘉宾访谈。本书跻身《纽约时报》畅销书榜数十周之久，在全球取得了极高的赞誉，曾激励数百万人走上追逐幸福之路。《正能量（实践版）》——内容最实用、案例最详实，10周改善你的人生！这本书是作者联合数十位科学家、心理学家，耗费十余年心力的研究结晶。通过一系列行之有效的方法，以帮助所有身处人生低谷、长期焦虑、沮丧、消沉、自我怀疑的人，过上幸福喜乐的生活。每一章都像一次心理咨询，详细论述了各种自我挫败行为，分析我们之所以不愉快、消极应对生活的原因，把人们日常生活中所暴露的性格缺陷（如自暴自弃、崇拜、依赖）和不良情绪（如悔恨、忧虑、抱怨、愤怒）逐条分析，揭开你最想知道的心理学真相，每章结尾都提供了简易的方法，使得你即刻改变恶行，拥抱新生。

我喜欢这本书~

还可以，和印象里的有一点点区别，可能是我记错了书比我想的要厚很多，就是字有点小，不过挺实惠的，很满意！书非常好，正版的，非常值，快递也给力，必须给好评，就是感觉包装有点简陋啊哈哈~~~不过书很好，看了下内容也都很不错，快递也很给力，东西很好 物流速度也很快，和照片描述的也一样，给个满分吧

下次还会来买！我在网上买的几本书送到了。取书的时候，忽然想起一家小书店，就在我们大院对面的街上，以前我常去，书店的名字毫无记忆，但店里的女老板我很熟，每次需要什么书都先给她打电话说好，晚上散步再去取。我们像朋友一样聊天，她还时常替读者找我签名。可是，自从学会从网上购书后，我再也没去过她那里了，今天忽然想起她，晚上散步到她那里，她要我教她在网上买书，这就是帮她在京东上买了这本书。好了，废话不说。好了，我现在来说说这本书的观感吧，坐得冷板凳，耐得清寂夜，是为学之根本；独处不寂寞，游走自在乐，是为人之良质。潜心学问，风姿初显。喜爱独处，以窥视内心，反观自我；砥砺思想，磨砺意志。学与诗，文与思；青春之神思飞扬与学问之静寂孤独本是一种应该的、美好的平衡。在中国传统文人那里，诗人性情，学者本分，一脉相承久矣。现在讲究“术业有专攻”，分界逐渐明确，诗与学渐离渐远。此脉悬若一线，惜乎。我青年游历治学，晚年回首成书，记忆清新如初，景物历历如昨。挥发诗人情怀，摹写学者本分，意足矣，足已矣。了解京东：2013年3月30日晚间，京东商城正式将原域名360buy更换为jd，并同步推出名为“joy”的吉祥物形象，其首页也进行了一定程度改版。此外，用户在输入jingdong域名后，网页也自动跳转至jd。对于更换域名，京东方面表示，相对于原域名360buy，新切换的域名jd更符合中国用户语言习惯，简洁明了，使全球消费者都可以方便快捷地访问京东。同时，作为“京东”二字的拼音首字母拼写，jd也更易于和京东品牌产生联想，有利于京东品牌形象的传播和提升。京东在进步，京东越做越大。|||好了，现在给大家介绍两本本好书：《谢谢你离开我》是张小娴在《想念》后时隔两年推出的新散文集。从拿到文稿到把它送到读者面前，几个月的时间，欣喜与不舍交杂。这是张小娴最美的散文。美在每个充满灵性的文字，美在细细道来的倾诉话语。美在作者书写时真实饱满的情绪，更美在打动人心的厚重情感。从装帧到设计前所未有的突破，每个精致跳动的文字，不再只是黑白配，而是有了鲜艳的色彩，首次全彩印刷，法国著名唯美派插画大师，亲绘插图。|两年的等待加最美的文字，就是你面前这本最值得期待的新作。《洗脑术：怎样有逻辑地说服他人》全球最高端隐秘的心理学课程，彻底改变你思维逻辑的头脑风暴。白宫智囊团、美国FBI、全球十大上市公司总裁都在秘密学习！当今世界最高明的思想控制与精神绑架，政治、宗教、信仰给我们的终极启示。全球最高端隐秘的心理学课程，一次彻底改变你思维逻辑的头脑风暴。从国家、宗教信仰的层面透析“思维的真相”。白宫智囊团、

美国FBI、全球十大上市公司总裁都在秘密学习！《洗脑术：怎样有逻辑地说服他人》涉及心理学、社会学、神经生物学、医学、犯罪学、传播学适用于：读心、攻心、高端谈判、公关危机、企业管理、情感对话……洗脑是所有公司不愿意承认，却是真实存在的公司潜规则。它不仅普遍存在，而且无孔不入。阅读本书，你将获悉：怎样快速说服别人，让人无条件相信你？如何给人完美的第一印象，培养无法抗拒的个人魅力？如何走进他人的大脑，控制他们的思想？怎样引导他人的情绪，并将你的意志灌输给他们？如何构建一种信仰，为别人造梦？

《吐蕃史稿》简介：吐蕃史（6世纪至9世纪）是藏族历史上的一个重要阶段，高原上的各部在吐蕃王朝的统一下，凝聚成为强大的势力、并走出了封闭的内陆高原。吐蕃王朝的建立，打破了高原的沉寂，藏族社会第一次出现了勃勃生机。原来各自为政，分散、孤立发展的局面被改变，通过制度、法律、驿站等建设，一个个小邦政权或部落联盟得到了整合。由于内部人口流动，社会交往面的扩大，推动了语言及整个文化层面上的相互沟通，又实现了文化上的整合。吐蕃时代，族群的认同感加强，藏族得到了壮大。

才让，男，藏族，青海省班玛县人，1964年10月出生，1983年7月参加工作，1987年10月入党，大专文化程度，西北民院藏文专业毕业。中共班玛县第十二届委员会委员。1983.07——1985.07 班玛县文教局视导组干部； 1985.07——1997.12 班玛县藏中教师；（期间：1993.06——1995.06在西北民院藏文专业学习） 1997.12——1998.07 班玛县农牧局干部； 1998.07——2002.04 班玛县莫巴乡副乡长； （1999.03任乡长） 2002.04——2003.05 班玛县江日堂乡党委书记； 2003.05——2006年10月班玛县人民政府副县长； 2006年11月至今县委常委、县委副书记。

协助县长负责财政、金融、税收、卫生和人口计划生育、食品药品监督管理、邮政、通讯工作。分管财政局、金融部门、国税局、地税局、卫生和人口计划生育局、食品药品监督管理局、邮政局、电信局、移动和联通通讯公司。

第一章 吐蕃人生活的自然环境
第一节 沧海变高原 第二节 高山峻岭江河之源 第二章 早期的蕃部落 第一节 蕃部落的名称 第二节 聂赤赞普的来历 第三节 聂赤赞普时期的社会 第四节 上丁二王 第五节 中列六王、八德王和下赞五王 第三章 吐蕃统一前青藏高原上的政权和部落分布 第一节 苯教的源地象雄 第二节 苏毗及女国 第三节 党项 第四节 吐谷浑 第五节 附国 第六节 白兰国 第七节 其他小邦政权 第四章 吐蕃王国的建立 第一节 蕃部势力的发展 第二节 森波内讧 第三节 南日伦赞征服森波 第四节 琼波。邦色的归顺和米钦出征塔波 第五节 吐蕃王国的建立 第五章 松赞干布统一高原诸部 第一节 松赞干布即位与政权的巩固 第二节 定都拉萨 第三节 创制藏文 第四节 兼并战争 第五节 迎娶赤尊公主和文成公主 第六节 琼波。邦色事件 第七节 出兵天竺 第八节 建神殿译佛经 第九节 健全吐蕃的军政制度 第十节 制定法律 第十一节 松赞干布去世 第六章 噶氏专权时期的吐蕃 第一节 噶尔·东赞摄政及灭吐谷浑 第二节 噶尔·赞悉若多布担任大相 第三节 大非川之战及吐蕃在西域等地的扩张 第四节 钦陵继任大相 第五节 赤都松赞普问罪噶氏家族 第六节 噶氏子孙在唐建功立业 第七章 赤德祖赞时期的吐蕃 第一节 太后摄政和金城公主入蕃 第二节 内政建设 第三节 东部的战争与和平 第四节 争夺勃律与吐蕃在中亚的活动 第五节 赞普钟——南诏 第六节 赤德祖赞与佛教 第七节 赤德祖赞遇害 第八章 赤松德赞朝吐蕃的对外扩张 第一节 赤松德赞认母的故事 第二节 攻占陇右直下长安 第三节 秋季的战争 第四节 平凉劫盟 第五节 南诏的背离 第六节 争胜于西域 第七节 立柱于恒河岸边 第八节 内政建设 第九章 赤松德赞朝佛教在吐蕃的传播 第一节 佛教面临的一次危机 第二节 密宗大师莲花生 第三节 佛教大寺——桑耶寺的建立 第四节 吐蕃僧诤 第五节 对佛教寺院的供养 第六节 吐蕃文献中对赤松德赞的评价 第十章 赤德松赞时期的吐蕃 第一节 匆匆的过客——牟尼赞普 第二节 动荡中赤德松赞即位 第三节 披着袈裟的政治家 第四节 扶持佛教 第五节 扩张的余声 第十一章 赤热巴巾时期的吐蕃 第一节 赤热巴巾即位 第二节 吐蕃与唐朝关系和好 第三节 长庆会盟 第四节 维州事件及会盟后吐蕃对外关系 第五节 弘扬佛教 第六节 贵族的阴谋政变 第十二章 达磨赞普及吐蕃王国的分裂 第一节 达磨灭佛 第二节 达磨被弑 第三节 论恐热和尚婢婢之间的混战 第四节 分崩离析的边疆

第五节 一鸟凌空众鸟飞从 第十三章 吐蕃王朝时期的社会经济 第一节
土地占有关系及吐蕃社会性质 第二节 农业 第三节 畜牧业 第四节 狩猎业 第五节 手工业
…… 第十四章 吐蕃社会风情 第十五章 吐蕃的文化 附录 吐蕃赞普世系

很好好好好好好好很好很好

[吐蕃史稿（历史类）_下载链接1](#)

书评

[吐蕃史稿（历史类）_下载链接1](#)