

# 旅遊及款待科好書推介

## 《慢行。不丹》

走進幸福密境，關於愛與慈悲的旅行

出版社：自由之丘文創

國際書號 (ISBN)：9789868746053

作者：葉孝忠



### 作者介紹：

新加坡國立大學社會及科學系榮譽班、香港中文大學文化研究碩士。為華人地區多家媒體撰寫專題及專欄。Lonely Planet 旅行指南系列中國項目組內容創建，並主編多部中國分省指南。曾出版《創意上海》等書。

### 內容簡介：

在這本書中，作者以第一人稱的視角，細膩地描述了她在不丹的慢行旅程，並探尋這個被稱為世界上最幸福國家的深層意義。她不僅體驗了不丹獨特的風土人情，也深刻感受到了該國民眾對於愛和慈悲的生活哲學。透過親身經歷和內心感悟的交織，讀者能夠一窺不丹人如何在日常生活中實踐佛教的教義，並將幸福作為衡量發展的核心。

### 推介原因：

《慢行。不丹》特別適合那些追尋生活中更深一層的意義，以及願意從其他文化中尋找靈感的讀者。這本書的特色在於它提供了一種不同於快速消費旅遊的視角，鼓勵讀者放慢腳步，深入體會每一處旅行目的地的精神和情感。

書中對於不丹的描述不僅局限於表面的觀光景點，而是深入到不丹社會的核心價值觀—如何將愛、慈悲與幸福融入日常生活，讓讀者能夠感受到不丹人對於宗教和傳統的尊重，以及他們如何在現代化的浪潮中保持這些價值的純淨。