

PDF 合并器 - 未注册
请注册 PDF 合并器

PDF 合并器 - 未注册
请注册 PDF 合并器

PDF 合并器 - 未注册
请注册 PDF 合并器

编前语：

读仓央嘉措的诗就像是心灵进行一次朝拜，在最圣洁的地方，抛开万千烦扰，只为一次听听那不停的梵唱。

《问佛》

我问佛：为何不给所有女子羞花闭月的容颜？

佛曰：那只是昙花的一现，用来蒙蔽世俗的眼
没有什么美可以抵过一颗纯净仁爱的心
我把它赐给每一个女子
可有人让它蒙上了灰

我问佛：世间为何有那么多遗憾？

佛曰：这是一个婆娑世界，婆娑即遗憾
没有遗憾，给你再多幸福也不会体会快乐

我问佛：如何让人们的心不再感到孤单？

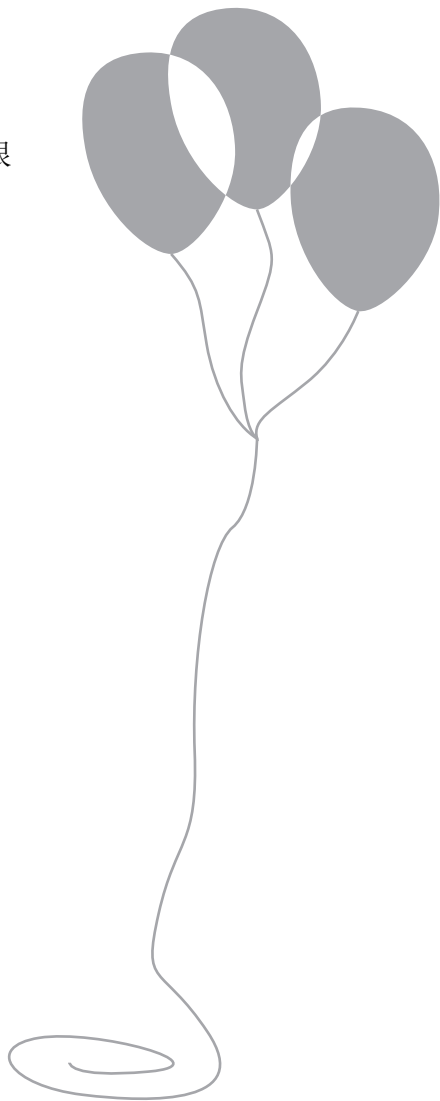
佛曰：每一颗心生来就是孤单而残缺的
多数带着这种残缺度过一生
只因与能使它圆满的另一半相遇时
不是疏忽错过，就是已失去了拥有它的资格

我问佛：如果遇到了可以爱的人，
却又怕不能把握该怎么办？

佛曰：留人间多少爱，迎浮世千重变
和有情人，做快乐事
别问是劫是缘

我问佛：如何才能如你般睿智？

佛曰：佛是过来人，人是未来佛 佛把世间万物分为十界：佛，菩萨，声闻，缘觉，天，阿修罗，人，畜生，饿鬼，地狱；
天，阿修罗，人，畜生，饿鬼，地狱.为六道众生；
六道众生要经历因果轮回,从中体验痛苦。
在体验痛苦的过程中,只有参透生命的真谛,才能得到永生。 凤凰，涅槃



佛曰：坐亦禅，行亦禅，一花一世界，一叶一如来，春来花自青，秋至叶飘零，无穷般若心自在，语默动静体自然。

佛说：万法皆生，皆系缘份，偶然的相遇，暮然的回首，注定彼此的一生，只为眼光交汇的刹那。

缘起即灭，缘生已空。

我也曾如你般天真

佛门中说一个人悟道有三阶段：“勘破、放下、自在。”

的确，一个人必须要放下，才能得到自在。

我问佛：为什么总是在我悲伤的时候下雪

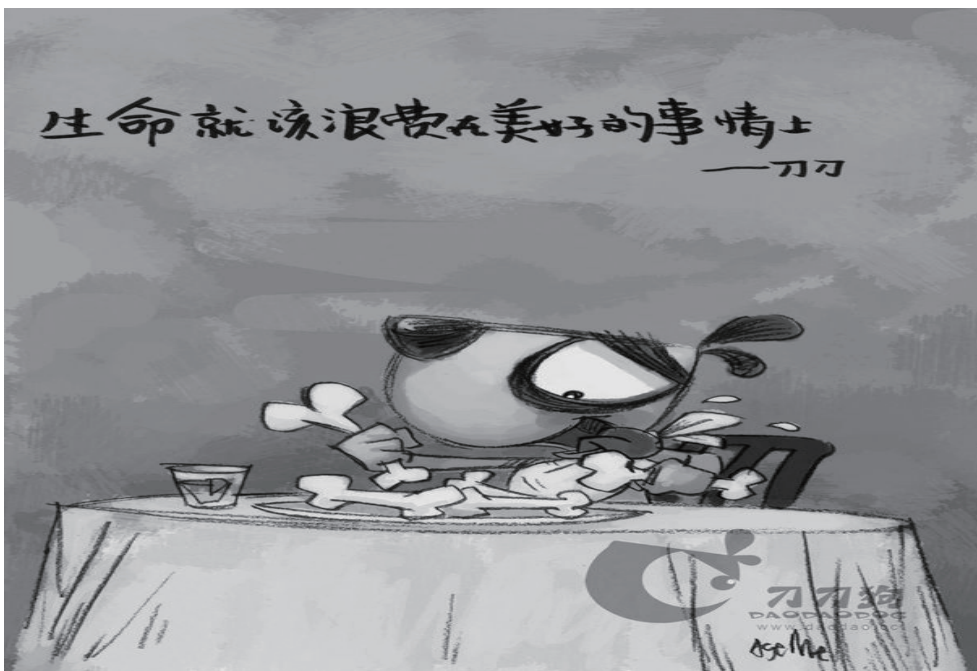
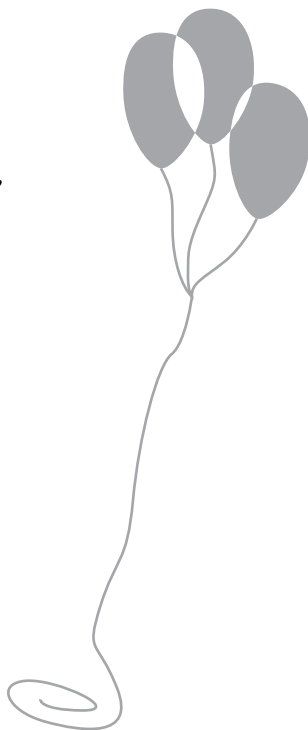
佛说：冬天就要过去，留点记忆

我问佛：为什么每次下雪都是我不在意的夜晚

佛说：不经意的时候人们总会错过很多真正的美丽

我问佛：那过几天还下不下雪

佛说：不要只盯着这个季节，错过了今冬



许愿树



生活之鉴

立春后，许多人都嗅到了春的气息，太阳暖洋洋的，风儿也变得柔柔的，于是，不少人就急着脱掉了厚重的冬衣。

而流感是由流感病毒引起的，经飞沫传播的急性呼吸道传染性疾病。早春，由于气候变化比较大，早晚温差大，人体不能完全适应气候的变化，容易感冒。同时，春天天气转暖，气温回升明显，万物复苏，病毒、细菌等病原微生物也活跃起来，所以，在冬春交替的时候，比较容易患上流感。

遇到流感初起，症状轻微的病人，可以用生姜、红糖、葱白熬水服用，对预防流感和治疗有一定的作用。而较重的病人应及时送医院治疗。根据病人情况，给予解热镇痛和抗病毒等对症治疗。高烧病人注意补液，防止脱水。对某些患有慢性呼吸道疾病的病人，患上流感后，除给予抗病毒治疗外，还应预防性的给予抗菌治疗。严重并发症的根据情况进行综合性治疗。

预防小常识

- 1、流感流行季节，应避免到人多的公共场所去，必要时应戴上口罩。
- 2、注意保持室内空气的流通，开窗通风。
- 3、注意休息，不要劳累。
- 4、可注射流感疫苗。
- 5、应注意个人卫生，勤洗手。流感病毒虽然是经飞沫空气传播，但病人的手如

果接触了自身的唾沫、鼻涕等，又去接触其他东西，很容易污染被他接触的东西。此



时，如果你再去接触了这些东西，就很容易被传染上，所以，一定要勤洗手，注意个人卫生。

6、在饮食上应注意清淡饮食，多吃含维生素丰富的食物，如蔬菜、瓜果等。

7、多喝水，加强排泄。

8、加强体育锻炼，注意增减衣服。

流感并不可怕，我们应该正确看待它，自己和家人患上流感后，不要惊慌，但也不要自己随使用药，应该及时到医院就医，这样才能有比较好的愈后。

☞ 记本流水账

大家有必要将自己每月的生活开支用本子逐一记录下来，这样一个月下来，就知道哪些开销大了是不合理的，哪些开支少了是需要增加的；每月调整自己的开支，做到精打细算，细水长流，杜绝浪费，不该花的钱坚决不花。记流水账还有一个好处，就是寒暑假回家父母“算总账”时有个交待，流水账上每笔开支都清清楚楚，父母也就能放心地把钱交给你们支配了。

☞ 省钱报平安

出门在外，定期不定期地与父母家人沟通、报平安十分必要。这方面算计得好，也能节省不少钱呢！如果家中有上网的电脑，可以到网吧发“伊妹儿”或用QQ与父母聊天。

☞ 树立健康的消费观

一是消费要量力而行。不能为顾面子而寅吃卯粮；更不能频繁出入舞厅、溜冰场、网吧，沾染吸烟、喝酒、赌博等不良习气；要多交些平时不胡乱花钱、有良好消费习惯的同学，群体活动中的请客、吃饭和娱乐最好实行“AA制”，轮流坐庄。二是购物要适可而止，尤其是女生大都喜欢上街购物，往往一上街便不能控制自己的购物欲望，不管实用不实用的，只图一时买个痛快；新生们还要摒弃盲目攀比心理，因为好好学习才是正业，不健康的虚荣心要坚决予以抵制。三是身体健康最重要，有些新生为了“节俭”，有病也不去医院看，抱着拖拖看的心理，实际上往往因小失大，小病酿成大病，最后花费更多医药费不说，自己也受罪。因此，发现疾病苗头，就要尽早治疗。

☞ 理财的方法可以从报纸杂志上获取，也可以向师哥、师姐们请教，学校也要利用多种形式向新生们传授理财知识。只有这样方方面面重视理财，新生们的校园生活才会过得无忧无虑、健康快乐。

昵图网 nipic.com/zzzzzzzz

据某兼职网站的统计数据表明，兼职人群以大学生为主，97.8%的大学生表示“想找份兼职”，72%的大学生做过兼职。

1. 网上兼职骗信息费

有的网站上有兼职信息，要求兼职人员有一定的网络应用能力，先把他们网站的招聘广告发到五个网站上，然后把链接发给他们，等你发了五个链接，并告之他们之后，他们要求你给他们发信息，他们好把所谓的“工号”发给你，你一发信息，就被收几元的信息费，然后没有下文了，你所发的链接成了他们的免费广告，去骗更多的人。

有的网站不断宣传他们的产品如何好销，骗加盟费，由于加盟费极低，学生很容易上当，而一旦交了一次钱之后，各种名目的费用就开始了，为了把之前的钱收回来，很多人欲罢不能，结果钱被骗得更多。

2. 公关陷阱

利用一些人贪图享受和高薪的心理，发布高薪的公关岗位，这类岗位有时不单纯骗钱，还可能骗色，不仅是行骗这么简单，甚至可能涉黑，所以，千万不要被高薪所骗，丧失原则。

3. 笔试陷阱

上面的公司都是骗子公司，产品也都是假冒伪劣，工作也都是假的，但有一类公司，却有真的工作，但不给工资。这类公司先叫学生去面试，做些测试，包括：兼职翻译、兼职设计、兼职拟稿等等，但拿了样稿后，工作却没有下文。

这类公司将一个工作分解成若干个小块，让不同的应聘者笔试，然后把这些应聘者的“作品”再拼在一起，完成工作，这样省下大笔的劳务费。所以，在面试的时候，笔试的量要合理，如翻译的测试不应超过 500 字。另外，面试前尽量查看一下公司的信誉，现在是互联网的时代，骗子公司注定在网上骂声一片。

4. 抄写打字等古老骗局

骗子的骗术千变万化，但求职者要坚持认定一条：“凡是要先交钱的都是骗人的！”，哪怕有再冠冕堂皇的理由和名义，坚决捂紧自己的钱包！

另外，不可起贪心，天上不会掉馅饼，地上没有轻松白来的高薪，凡事都会有代价，一步一个脚印，慢慢来！

兼职防骗

纳木错是中国第
中部，湖面海拔4718米。
西长70多千米，南北宽
方千米。湖水最大深度
米，为世界上海拔最高
藏语，而这个湖的蒙古
种名称都是“天湖”之



二大的咸水湖。位于西藏
湖的形状近似长方形，东
30多千米，面积1920多平
33米，蓄水量768亿立方
的大型湖泊。“纳木错”为
语名称为“腾格里海”，两
意。

主要景点

纳木措生态旅游景区内主要景点有：迎宾石（夫妻石）、合掌石、善恶洞等。



(1) **迎宾石**：也称为是纳木措湖的门神。相传纳木措是一位女神，她掌管着藏北草原的财富，所以当商贩外出做生意时，必先来到此地祈求门神，在得到门神的同意下方可朝拜纳木措，以保生意兴隆。

(2) **合掌石**：也称为父母石及相传它是父亲念青唐古拉山峰和母亲纳木措女神的化身，象征他们忠贞不渝的爱情。此掌为芷传宁玛教派创始人莲花生丈师修行时合掌祈福万物的显像。

(3) **善恶洞**：藏传佛教认为人无论做善事或恶事，上天是一定能知道的，就像钻善恶洞一样，无论胖、矮、高、瘦只要你行的正走的直便能从此洞中过，反之就应当反省一下自己的过措。善恶洞只是佛祖给世人敲的警钟而已。

绝美看点

每个到过纳木措的人，整个灵魂都仿佛被纯净的湖水所洗涤。站在纳木措湖边，头顶深邃而疏朗的蓝天，与纯净的湖水浑然一体；远处雄奇皑皑的雪峰犹如琼楼玉宇，忽隐忽现；湖边的草地犹如一张巨大的绿毯，无边无际。清晨，湖面雾霭茫茫，太阳升起云消雾散，浩瀚无际的湖面在清风中泛起涟漪。在阳光下，念青唐古拉山的主峰格外清淅，如一个威武的战士守护着纳木湖。高原的气候常常瞬息万变，时而狂风大作，时面乌云密布，风雪过后，湖面依然波光粼粼，透着一种别样情韵。去纳木措游览，除了观赏纳木措湖之外，另一大特色是一望无际的纳木措草原，让人



感受至深的是藏北那种人迹罕至的壮阔雄浑。草原上动作敏捷的土拨鼠、悄然凝望的黄羊、活泼可爱的野兔，都让人感到一种大自然的亲切。散落在草地上的一顶顶帐篷，升起的一缕缕青烟，都给人以无尽的遐想。此外，湖面很厚的冰至翌年5月开始融化时发出的巨大声响，声传数里，亦是一自然的奇景。

旅游说明

时间：到纳木措旅游，必须赶在每年6-9月的雨季。10月或11月，纳木措就会因大雪封山而无法进入。2006年纳木措的封山时间是2006年10月12日。

交通：没有交通车去纳木措。许多旅行者结伴租车去，找辆中巴，包两天来回1500元，到YAK或八廓学旅馆的告示栏找伴；或者可以搭巴士去，可在Kirey旅馆前搭小型巴士，后者较便宜且方便，早上7点出发，但在前一晚应先去Kirey旅馆问问清楚，有时情况不定。



离纳木措最近的是青藏公路上的当雄镇，从当雄，可以租车或徒步前往纳木措，运气好时能搭上便车。

此外，旅行社有一日游或二日游的线路，费用180~250元左右。

景点票价：120元，另外进入扎西岛还得加收5元的管理费，开放时间：6:00-18:00。包车前往费用一般已含门票。

游玩建议

前往纳木措跟团价格较便宜，目前是旅游旺季，价格在220-260元之间，可当天来回，一般中午12点左右到达扎西半岛，在湖边游玩一小时，但如此行程游玩不可尽兴。如果运气好，碰上旅游团有空余位置，可当天去，第二天再跟团返回。如此便可环扎西半岛，尽兴游玩。还可欣赏纳木措的黄昏晨霞。回拉萨途中，若时间充裕，可到著名的羊八井温泉参观放松，门票30元，泡温泉98元，不限时。

小贴士：

1、下山有2条土路，走径直向西的1条，起初离湖是越来越远，但很快，一抹蔚蓝就出现在眼前。

2、对迅速提高的1100米海拔没有足够重视的话，会有高原反应。如若徒步前往纳木措，得带上足够补给及帐篷、睡袋。

3、纳木措昼夜的温差较大，晚上风力强劲，常会有大雨或冰雹。在夏天，晚上也需要穿上厚厚的羽绒服。