

# 中国之最 海拔最高的大湖

青藏高原是世界上海拔最高的高原，海拔最高的湖自然也在这里。青藏高原上有两处湖泊，海拔分别为5556米和5465米，但因为它们面积太小，只得让位于海拔4718米处的大湖——纳木错。

纳木错位于拉萨市的当雄县和那曲地区班戈县之间，南面是念青唐古拉山，北侧和西北侧是平阔辽远的藏北高原。纳木错湖面狭长，东西长70千米，南北宽30千米，面积为1920平方千米。在藏语中，“错”就是“湖”的意思，“纳木错”意即天湖、灵湖或神湖，藏族人民也叫它“腾格里湖”、“腾格里海”。据说，这里被佛教信徒们尊为四大威猛湖之一，更是藏传佛教的著名圣地。纳木错中有5个岛屿，最大的一个约有1.24平方千米，佛教徒把这5个岛屿当作是五方佛的化身，凡去神湖朝佛敬香者都会虔诚地顶礼膜拜。纳木错就像一面巨大宝镜，镶嵌在“世界屋脊”之上，静候着佛教信徒从四面八方赶来朝拜，也传承着一代又一代藏族人的信仰于追求。

那么，纳木错是怎么形成的呢？据地质学家考证，大约在距今2亿多年前，地壳发生了一次强烈运动，青藏高原大幅度隆起，岩层受到挤压，有的褶皱隆起，成为高山；有的凹陷下落，成了谷地或山间盆地。纳木错就是在地壳运动陷落的基础上，又加上冰川活动影响而形成的。

纳木错不仅是世界上海拔最高的大湖，还是中国第二大咸水湖、西藏第一大内陆湖。它的湖水主要来源是天然降水和高山融冰雪水补给，罗萨、打尔古藏布、查哈苏太河等水流也注入其中。纳木错和阿里的玛旁雍错、浪卡子县的羊卓雍错并称为“西藏三大圣湖”。



纳木错藏语为“天湖”，为三大圣湖之首。据说它和西藏神山之首念青唐古拉山有夫妻之名，是佛教徒的朝拜圣地。



## 开怀篇



### 《津巴布韦总统的幽默》

津巴布韦总统 - Zimbabwe 是非洲黑人总统，他在印尼雅加达演讲时，妙语如珠，充满智慧和风趣。

他说：  
…只要白色车还在用黑色轮胎，种族歧视就仍存在。  
只要人们仍以黑色代表恶运，而白色代表和平，种族歧视就仍存在。  
只要人们仍穿白色衣

参加婚礼，穿黑色衣参加丧礼，种族歧视就仍存在。(注：非洲丧礼是著白衣)

只要赖帐就被列入黑名单，而非白名单，种族歧视就仍存在。  
就算是打撞球也是以黑球进袋而白球仍在抬面，种族歧视就仍存在。  
但我无所谓，只要我仍在用白色卫生纸擦我的黑屁股，我就很爽。



## 论语文学常识



子贡问曰：“有一言而可以终身行之者乎？”子曰：“其恕乎！己所不欲，勿施于人。”《卫灵公篇第十五》

翻译：  
子贡问孔子：“有没有一句话可以让人终身奉行呢？”孔子说：“那就是‘恕’了！自己不要的，不要强加给别人。”

生活里的思考：  
该倒垃圾、该洗碗了，你有没有想过：“为什么不是哥哥去？为什么总是我？”  
于是，兄弟姐妹吵成一团，惹得爸妈生气，真是得不偿失。  
何不换个角度，主动为别人想一想？大家都不要做的事，推来推去，徒增气愤，那么，你先抢

来做了吧！多做一点事，你不会少了什么，别人也多不了什么，却可以让自己有一颗体贴、善解人意的。  
肯为人着想的家庭是友善的，多为人设想的校园是友好的。如果人人都能为别人想想，不要将自己不喜欢的强加到别人身上，这个世界，是不是会更美好呢？

## 实用成语词典

一日千里 yī rì qiān lǐ  
形容进步与发展的速度很快

人怕出名猪怕壮 rén pà chū míng zhū pà zhuàng  
人出名后，难免被人攻讦，猪肥壮难免被人宰食

左右逢源 zuǒ yòu féng yuán  
比喻做事顺手

名利双收 míng lì shuāng shōu  
既得名，又得利

放任自流 fàng rèn zì liú  
听凭自然发展，不闻不问



## 介绍自己时一定要说自己长的丑

如果你是美女帅哥  
大家就会觉得你很谦虚  
如果你真的很丑  
至少还能发现你另一个优点...



那就是“诚实”！



阮渊椿  
印度尼西亚



## 名家名言

君子以行言，小人以舌言。

【出处】《孔子家语》  
【注释】行：行动。言：说话。

