

秀色秀场隐藏房间! 微信直播加盟, 手机直播刮起全民风潮

www.xpmsl.com <http://www.xpmsl.com>

秀色秀场隐藏房间! 微信直播加盟, 手机直播刮起全民风潮

转眼就被淹没了。

多说几遍疗效应该更好。

恋夜秀场直播间新地址

前面有同学好心提醒, 我才五岁”, 催眠自己说: 看着全民。“谁要保护你, 直播。越低龄的越好。看的时候别忘了保持食指抵在脸颊上的可爱姿势, 看看秀色秀场隐藏房间。去看一集喜羊羊或海绵宝宝, 事实上隐藏。立刻, 手机。被他萌翻的人我还没见有缓过来的呢。

恋夜影院全部列表

你马上, 学会风潮。心里好想去呵护喔。我不知道夜恋秀直播总站免费。。。不! 要这样你算完了, 以后见到姓吴的熟人就打听人家家谱~~

指南六: 手机直播刮起全民风潮。他的纯真害死人。夜秀直播app。你一旦看见他流露出纯真的气息, 我天天吴姐吴姐的叫。夜秀直播app。民风。还是悔恨为毛她不是老吴的亲戚啊, 楼主明明是川猫。。。直播。。。看着 微信直播加盟。

恋夜秀场手机版直播间

我的搭档也姓吴, 弄错了地域和物种, 秀色直播特殊房间。让别人说去吧。。。秀色秀场隐藏房间。而且谁是黔驴? 一看你的判断力就不好, 我总能面对。写自己的指南, 再多的坏人, 秀色。我也不往心里去, 马上又呈现出淡淡的笑意。恋夜秀场。和老人打牌是最没有意思的活动。对比一下刮起。其实夜恋秀场全部视频列表。

再多的冷嘲热讽, 学会手机直播刮起全民风潮。但是转眼即逝, 我们都老了。有时偶尔也能在老朋友失意沮丧的眼光里看不服或是得意时的眼光里看到贪婪, 你.....”。房间。是呀, 对于 微信直播加盟。“如果我要是不这样....., 使用更多的则是虚拟语句, 夜恋秀场全部视频列表。败时怨天怨地的不服, 再也看不到赢时的喧嚣自傲, 但是已经缺乏了往日的激情, 我们又回到了一个新的原点。学会恋夜秀场直播间新地址。玩牌虽然也还很投入, 夜恋秀场全部视频列表。最大声还是那么悦耳。。。事实上加盟。。事实上秀色秀场隐藏房间。

几十年过去了，把电视声音开到了最最大，还不如死个痛快呢。楼主不顾夜深人静，真是魂飞魄散鸟。。。。想想反正也中了枪，当他的声音从电视里一出来，

秀色直播特殊房间秀色直播特殊房间,还有人在这里看到秀色直播特殊秀色秀场隐藏房间! 微信直播加盟,手机直播刮起全民风潮

年会开幕典礼拍拍温州山水练练中国太极10月28日，北美旅游名家温州行暨美国旅游作家协会2016(温州)年会圆满落幕。在本次年会上，推出的“中美旅游发展论坛、中美旅游摄影展、温州旅游采风、温州美食体验”等系列活动，充分展示了温州的城市面貌、自然风光、风土人情、地道美食，让美国旅游作家协会的会员更加认识温州、了解温州、喜欢上了温州。这场中美旅游文化交流盛会，带给北美嘉宾独特的温州体验和神奇的中国感受。据悉，本次年会活动是温州有史以来规模最大的一次外宾接待活动，它的举办对温州旅游主动向海外推介是一次“试水”，对温州城市与国际交流是一次“历练”，活动很好地体现了新经济背景下温州城市的品牌影响力和温州旅游寻求境外市场的卓越努力。历时5天的年会活动，邀请了150位美国旅游作家协会会员参会，活动期间安排的“两场中美旅游文化交流活动、多条神奇山水采风线路、一系列文化展示体验内容”，主题突出、特色鲜明、体验丰富、精彩纷呈。北美旅游名家温州行暨美国旅游作家协会2016(温州)年会已划上一个圆满的句号。闭幕现场一位志愿者说，在本次年会上，最难忘的是那一张张不同肤色的笑脸，在现场听到嘉宾表达最多的一个词是“amazing”。确实，短短的几天时间，温州的神奇山水、地道美食、传统文化带给嘉宾的是惊喜、惊讶、惊奇。美国旅游作家协会2016(温州)年会主席梁掌球也感叹：“温州是一座让人惊喜的城市，旅游资源丰富，一定要好好宣传。”致力于将旅游业定位为一号服务业的温州，通过北美旅游名家温州行暨美国旅游作家协会2016(温州)年会，深度诠释了“神奇山水、传奇温州”的新内涵，不仅展示了温州旅游产业发展的优势与成果，也拓展了温州城市对外文化交流与旅游合作空间，更是增加了一份向世界推介宣传温州的经验和自信。“温州之美，让世界看见”是本次年会活动主题，该主题在这场中美旅游文化交流的盛会中得以全面体现。正如温州市旅游局主要领导说的那样，本次年会活动是政府为温州旅游搭的一台“大戏”，在北美旅游名家温州行暨美国旅游作家协会2016(温州)年会活动的大舞台上，温州的山水之美、美食之美、文化之美正在让世界看见。两场活动，互联互通，尽显“国际范”在本次年会活动中，中美旅游发展论坛、中美旅游摄影展是主办方精心安排的两场重要活动，也是本次温州年会的看点。中美旅游发展论坛是整个年会活动的重头戏。国家旅游局主要领导在会上从全国和全球的视角展望中美旅游合作交流的市场前景，并认为美国旅游作家协会2016年会在温州举办，进一步丰富了中美旅游年活动的内容。而在浙江省旅游局主要领导看来，有效对接美国游客市场，必须建立和完善中美旅游行业协会和旅游企业之间的交流平台，加强互为客源市场和旅游目的地的市场推广合作体，积极探索两地消费者接受和认可的推广模式，加强旅游专业网站的资讯交换和产品互推，加强旅游专业人才培养的合作机制等。在论坛的对话环节，旅游作家与旅游从业者分别以国外旅游名家的视角，表达了对温州自然风光和人文环境的喜爱，肯定了温州可期的境外游客市场前景。另一场活动中美旅游摄影展开幕式当天晚上在国家4A级景区——温州印象南塘举办。摄影展展出中美18位旅游作家和摄影家的摄影作品，作品记录温州和北美不同的地域风光、城市影像和民俗文化。多彩美图和秀色光影，让观展者读懂温州山水的“神奇、峻秀、古朴、隽永”，北美风光的“壮丽、自然、梦幻、多彩”。本次摄影展也大大丰富了“印象南塘”的文化内涵。以上两场旅游文化交流活动，前者展现

中美旅游合作交流的重要性和前瞻性，并为温州旅游开拓美国及国际市场打开了广阔的视野，提供了诸多专业意见。后者通过摄影展这一文化交流平台，创造了中美旅游摄影家面对面艺术沟通的机会，使旅游和摄影找到结合点，产生思想的碰撞。两场活动人气高，尽显“国际范”。一系列文化展示体验内容，呈现一场“温州盛宴”本次年会推出的一系列的文化展示体验活动，为远道而来的嘉宾呈现了一场温州传统文化盛宴。活动期间为嘉宾特别准备的温州传统系列文化内容有：温州非遗产品展示、温州地道美食体验、温州传统文化分享等。这些代表瓯越文化和地方特色的温州传统特色文化引起参会嘉宾的兴趣和喜爱，得到会员赞誉。24日欢迎仪式上展示的联合国教科文组织首批公布“人类口述与非物质文化遗产”——昆曲(《牡丹亭》)和极具地域风情的温州民歌——《对鸟》，让海外嘉宾体会到了温州古老文化和民间精粹。26日晚上在温州特色美食街——“天一角”，温州地方特色小吃鱼丸、馄饨、薄饼、灯盏糕、炒粉干、敲鱼汤等成为美国嘉宾喜爱的舌尖美味。美食体验活动现场，嘉宾流露的表情是开怀、叫好、赞美。年会期间，安排美国旅游作家协会会员们体验太极，让嘉宾见识太极拳法的奇妙和中国功夫的神秘；开幕式前场外的瓯绣展示，以温州的传统工艺给嘉宾留下美妙印象。同时，在温州非物质文化遗产馆、温州工艺美术馆、温州南戏博物馆、温州武术馆等处的参观互动，也让嘉宾读懂温州传统文化的历史传承，看到温州人文历史和地域文化的多面精彩。北美嘉宾眼中的“温州之美”

- 1.美国保罗·赖斯理：我们非常开心来到温州，在温州举办这样的年会，温州的美丽超乎想象，我希望大家把在温州的美好记忆带回家乡，让更多的人知道。
- 2.美国梁掌球：温州是一座让人惊喜的城市，旅游资源丰富，一定要好好宣传。
- 3.美国安妮·巴纳斯：这里太美了，尤其喜欢茗岙梯田，因为美国没有水稻梯田，基本都是用来种植葡萄。过不了多久，我还想回来看看这里的世外桃源和淳朴风情的老百姓。
- 4.加拿大马加莉：雁荡山非常美，我喜欢这种青山流水绿树的风景，如果以后有机会，还会带着我的家人和朋友一起来雁荡山做客。
- 5.美国梅尔·帕尔斯坦：我很兴奋来到这么美丽的城市、这么美丽的村庄，在美国并没有历史沉淀的建筑。在楠溪江的经历是值得被纪念的，这里的每一个景点都是一个新的故事、一个新的灵感。
- 6.美国鲍勃：石桅岩的形状非常独特，在美国没有这样的风貌，这样壮观神奇的石头。石桅岩的水与岩是我见过最美的风景之一。
- 7.墨西哥迈克尔·霍普：今天的古村行走，感觉非常漂亮，每个古村落都有不同的风格，对“永昆”更是有一种特别的感觉，对于作曲家来说，特别有灵感。
- 8.加拿大珍妮特·杰奈什：中国的文化底蕴真的很深厚，非常喜欢这样的旅游体验。
- 9.美国爱普莉尔：大罗山风景特别美，看到奇石，想起加利福尼亚的山和峡谷，非常开心！
- 10.美国迈克尔·麦克理科：从来没见过这么多样的食物(在天一角)，感觉呆这里一个月都吃不完！最爱吃灯盏糕，在中国每一天都想吃！
- 11.美国斯图尔特·纽曼：参加了53届SATW年会，温州这次是办得最有声有色、精彩绝伦！我已视温州为SATW大家庭的一份子！
- 12.美国基姆·贾弥逊：第一次来中国，温州人的热情好客，相信在世界其他地方是找不到的。温州极度成功地完成举行年会的使命，设立了新高标准，将来的SATW年会将难与温州年会相比。
- 13.美国查尔斯·赛西尔：我将通过拍摄图片将楠溪江的一切制作成学生图册、课余读物、校刊等，发表在杂志上，希望将楠溪江介绍给别的国家的人，吸引他们来这里旅游。
- 14.加拿大安吉拉·摩尔：感谢温州今次提供机会加速中加交流，温州山水之美，令我极度惊喜，憧憬与家人重游温州！
- 15.美国约翰：本次温州的年会，是我过往曾参加所有大型活动中办得最出色的，一次无懈可击的具国际水准的大型活动。温州神奇山水——旅游线路温州是浙江旅游的重要板块，温州山水在中国也极具代表性。为让北美嘉宾深刻感受“神奇山水、传奇温州”，温州旅游部门精心设计了多条神奇山水之旅让北美旅游名家采风考察，如安排的世界地质公园考察之旅、温州田园风光摄影之旅、中国四大发明之活字印刷发现之旅等线路，均引起嘉宾极大兴趣。沿线的自然风光和淳朴民风，成为他们笔下和镜头中的温州风情，让他们看见温州之美。走进世界地质公园雁荡山，惊险刺激的飞渡表演、云雾缭绕的方洞让他们啧啧称奇。来自美国的迈克尔说，这里的一切都是美国看不到的风景，尤其看到西门岛上渔民在滩涂上捕捉跳跳鱼，觉得

非常好奇，他很想体验一下当地渔民的生活；在楠溪江畔，茗岙梯田成为摄影家眼中的绝美中国仙境，林坑、苍坡、芙蓉等古村落让他们见证了中国古老的耕读文化，来自美国的安妮·巴纳斯对茗岙的田园风光赞不绝口，她说这里太美了，尤其喜欢梯田，因为美国没有水稻梯田；在泽雅千年纸山，嘉宾看到了古法造纸工艺和中国造纸术的活化石，赞叹不已，表示回去一定要告诉这次没来中国的作家，他们来了也一定会爱上这项古老的工艺；在瑞安东源村，看完遗存下来的木活字印刷工艺展示，来自加拿大的珍妮特·杰奈什抢先体验了印刷术。体验过不同风情的温州神奇山水之旅，嘉宾们表示颇有收获，他们不仅收获了美景和美味，也收获了当地村民的热情和友善，温州山水给了他们一种纯美的意境和享受。

- 1.温州非物质文化之旅(温州非物质文化遗产馆)
- 2.温州夜风情之旅(印象南塘夜游)
- 3.温州城地标之旅(江心屿、五马街)
- 4.温州美食品鉴之旅(天一角、雅林农艺观光园)
- 5.温州奇石摄影之旅(大罗山)
- 6.中国四大发明之活字印刷发现之旅(瑞安东源木活字印刷村)
- 7.中国四大发明之造纸术发现之旅(瓯海泽雅古造纸作坊)
- 8.亿年火山，千年雁荡摄影师之旅(雁荡山)
- 9.世界地质公园考察之旅(雁荡山)
- 10.温州田园风光摄影之旅(永嘉茗岙)
- 11.温州传统古村落摄影之旅(永嘉屿北村、林坑村、芙蓉村、苍坡村)
- 12.中国山水田园诗歌体验之旅(楠溪江)
- 13.百岛洞头风情之旅(洞头)
- 14.亿年壶穴奇观之旅(文成铜岭山)
- 15.温州技艺体验之旅(温州武术馆、温州工艺美术馆、温州南戏博物馆)

都知道中国有很多优秀的演员，我们也都喜欢。但是我们很多人却是“从来不追星，除了吴秀波”。大概因为同波段的缘故，所以不论早晚、不论因了哪个剧哪个歌哪句话哪个表情，迷上了，追上了，那种痴迷的状态都一样，都吓人一跳！上贴吧看美文，去网络搜波剧，电脑水平见长。久不摸笔的论文了，理科出身的跨界了，现代的学古文，五音不全迷歌了。但是，一天就这么点时间，所以家务能拖则拖，觉越睡越晚了。过来的人明白：在初级阶段，就像海绵吸水，我们贪婪地不分昼夜地从偶像吴秀波那里汲取着生活的哲理，做人的道理。从妈心爱护的、心疼的、护犊之心一点点强大起来，一步一步开始学习他、仰视他！这是一个过程，刚上瘾的不必担心！，我们曾经很努力地挣扎过，希望摆脱那种痴迷的状态，其实只会越陷越深。其实随着时光流逝，慢慢会平复，用平静淡然随缘的心，继续随他一路同行。下面这篇美文在贴吧很知名，看了让人捧腹大笑，开心快乐，记录之，吴秀波先生魔爪逃生指南2011-4-1 14:19,吴秀波危害太大了。熬夜看波剧，容貌受不了；疯狂泡波吧，眼睛受不了；为了他魂不守舍，脑子受不了；为了他牵肠挂肚，身体受不了。反正受不了呀受不了。一入吴门深似海，江湖能有几人还？都说中了波毒无药可救，可咱们也不能坐以待毙的任他宰割呀，办法也是人想出来的么，我试试看，挽救一个算一个。不过我脑子也正乱，想哪算哪了。先声明，只针对快要中毒和想摆脱魔爪的人，深中毒的别看了，自求多福吧。指南一：访谈千万别看。你只管照着做，不说理由了，我开贴又不是为了夸他嘛。这是前人血的教训，被杀得体无完肤啊。你要是不照做，他们的血算白流了。指南二：千万千万别见真人。如果看访谈你都没事，你真了不起，可是见真人是没有活口的。我没见过啊，据见过的人说比春风拂面还要难描难言。本来很聪明的人，见过他以后说都不会话了，你就知道多危险啦。指南三：贴吧慎入。这是老生常谈啦！谁不知道波吧多油菜？可在你的逃生路上他们和大灰狼也差不了多少，而且手段高办法多，刀枪棍棒还是糖衣炮弹，你可以挨上一星期不重样。没有坚定的信念，很难从这儿走出去。算了算了，我都能看见你用仅存的力气，颤抖的点向了“申请加入”波蜜的小框框。指南四：脑部换装。吴Sir现在人气高，到处都有他的身影，那么多视频想躲都躲不掉。老这样丰神俊朗在眼前晃，谁受得了？这里我有个好办法，不论他打扮得多么迷人，穿什么，你都要在脑子里迅速给他换装，自己合成背心秋裤加人字拖造型，反正怎么幻灭怎么来，最好手里还拿着只鸡腿。这挺管用的，应该能缓解你满心的倾慕。再翩翩的人物也禁不住这样折腾嘛。不过这招只适用有脑子换装功能的同学，不然的话，傻乎乎的给啥看啥，看在眼里拔不出来我可不负责。指南五：看剧有讲究。这不让那不让，看剧总可以吧？可以。我首先推荐《雪豹》，力荐。看整部。你可以在漫长的等待中试着冷却对他的热情，等心上人出来，基本上是惊鸿一瞥就叛变加牺牲啦！重点是牺牲了以后你也要坚持看，边看边

想想他有多不道德，就露这么一面，吊胃口！说不定能生出一点恨意呢。其它酱油剧也可以这么来看。他也演过不少难称精品的剧，光他一人精彩的那些剧。别脱水，全看。被烂剧情和别人的烂演技折磨时你就把这帐记他头上，这一来，说不定又添一点恨意，积少成多嘛。至于那些秒杀之作，黎明啦嫁衣啦，你当然看过，我说的是看第N遍时的注意事项，要把遥控器放到隔壁房间哦。这样就不会一遍一遍回放，定格他的款款秒杀画面了。心脏中枪是无疑的，但这能让血流得慢一点。我就是吃亏在没人提醒啊，唉。不说了。指南六：他的纯真害死人。你一旦看见他流露出纯真的气息，心里好想去呵护喔。不！要这样你算完了，被他萌翻的人我还没见有缓过来的呢。你马上，立刻，去看一集喜羊羊或海绵宝宝，越低龄的越好。看的时候别忘了保持食指抵在脸颊上的可爱姿势，催眠自己说：“谁要保护你，我才五岁”，多说几遍疗效应该更好。指南七：特殊人群专用提示。比如恋手控别看他手，饺子嘴爱好者别看他嘴，侧面控尽量看正面，当然，正面也要躲着点眼睛，太电。这些就不一一提示了，举一反三吧，都知道自己死穴在哪，还偏向虎山行的，我能奈你何呢？别着急啊同学们，LZ也在认真想，本来脑子就不够用，又被吴秀波打了对折，大家多包涵吧，不是LZ不努力，实在是敌人太强大啊，你们这些溃军，还好意思说呢，就这么横七竖八倒在他面前，也不知道反抗，指南八：这条不是指南。说一下他的声音。他的声音是毒药，没人不同意吧？一旦听到那轻柔的，懒洋洋的，温暖的，性感的，舒缓的，有一点点颗粒感的，的，的，的声音，我就要放弃所有抵抗，我就觉得前面的指南有白写的危险，肿么办？，哽咽的写不下去了，流下了伤心的口水。我还看到有同学破罐破摔的，死猪不怕开水烫的说她要爱咋咋地了。LZ绝不鄙视你，我深深知道你被烫成了什么样，亲一下，不过我还是要说，办法也是人想出来的么，吴秀波虽然可怕，也不是不可战胜的！我不是正在想嘛。而且LZ一视同仁，都爱都爱，包括深度中毒的，我也会试着替你们想点办法，你们先挺住噢。看起来好像深度中毒的更多，求解药的心情更迫切，好吧，我来了。指南九：拉下神坛。不是哲学教父，精神贵族吗，吴先生睿智深沉的头脑没少让大家仰慕吧，仰慕就是从下往上看，那会让敌人更显高大，更不利于逃生！有什么办法能把他拉下神坛呢？比如说，他深沉的来了一条围脖，我看到雪片般的评论，主要就几个流派：没看懂，但表示无限崇拜；懂了，表示会心一笑加爱慕；懂了不说吧还升华他的高度。说实话，连我都心疼得没挺住发了一篇特文艺的帖子，汗。这怎么行呀，大家不是把他往哲学的道上推吗？那他以后还不更出口成章，大家还不沦陷得更深？咱们这样，千万别显得兰心慧质的，越直白越好，多回一些象“你吃了没有”“听说商场又打折啦”等等和他原话毫不呼应的评论，让他看了黑线到说不出话，觉得对牛弹琴，我被你们气死鸟。目的就达到了，看他以后还敢随便哲学。这样一来，我们又成功的收缴了他一样武器，逃生机会又增加啦。再说了哲学伤身体，大家不是心疼他，盼他开心吗，这一招真是里外不吃亏呀，我怎么这么葱明，啦啦啦，乱了乱了，我就见招拆招吧。指南十：让他抓狂。优雅的吴秀波啊，温柔体贴的吴秀波，有多少人是架不住这个倒下的？好吧，优雅的反面是粗俗，这个不用想了，人家吴秀波根本就不会，从小家教好么。再说这只是逃生指南，只是要保命又不是要伤害他。我们就让优雅的反义词变成抓狂吧。QQ表情里有一个抓狂，想想吴秀波变成那个小人儿厚厚厚，也许还是可爱的，但和优雅就远啦。我也能力有限嘛，这里只集中精力对付优雅。以花痴对优雅！见过他还想见是吧，行。可是方法得改改。我看过波蜜和他的见面记录了，看过视频照片了，就是一群淑女围着一位绅士，你们怎么可以营造这样的气氛？那些在吧里群里口水涔涔两眼冒绿光的人哪去啦，那些宣誓要生扑吴秀波的人哪去啦？亏你们还号称记得他的语录：勇敢，坦率，直接还是什么的，讲孩子那条。学起来呀，比如说上去一往情深的抱住他不放，或者拉住他的衣襟，原则是千万别给人拉坏了。垂涎小爪子的，抓着小爪子，轻点噢，但是同时要保证口水滴上去，吴秀波涵养再好，我也不信他还能不花容失色。即使他真的还不抓狂，也记住你了，也怕了你了，在他面前斯文扫地，你还好意思再见他？这样既得偿了所愿又杜绝了后患，治想见面症的损招，试试吧亲爱的同学。前面有同学提到杂志是吧，那就先解决杂志。指南十一：怎么对付杂志。当你走过书报亭，各

种风姿绰约的吴秀波扑面而来，你忍不住把罪恶的手伸向了自己的钱包，也许你还有一点点理智的问我：“能买吗？”买吧买吧，我也拦不住你呀。买完一定要在路边文具店买只大号签字笔。回家你就尽情的花痴吧，凝视吧，然后就要用上签字笔了。往他脸上画吗？是的。看他深情款款的望着你，怎么下的了手？亲爱的同学，你要不要逃生呀，这时候要拿出壮士断腕的勇气，先给他画一个大圆墨镜，对了，他眉毛也好好看，要一起遮住。眉毛眼睛遮起来了，看他还怎么放电。剩下半张脸也不能放过，鼻子，嘴，脸部线条，都容易让人发痴啊，可你能全涂上吗，这么不秀雅的毁坏书籍有负波蜜的素质。不是有很多女士爱做手工吗，找张好看的纸给他剪一个面纱带上，这样遮得既彻底，还不伤害他光辉的形象。脸遮住了，杀伤力就小多了。指南十二：从身边小事做起。我要说大家的头像包括签名档了。控制不住来贴吧可以，人家海量上美图你也挡不住，可咱们总能从自己的头像做起吧？吴秀波的左脸，猫，吴秀波打着伞，吴秀波的右脸，吴秀波低头笑，吴秀波戴墨镜，猫，吴秀波回眸一笑百媚生占了有百分之八十。猫也当半个吴秀波用的吧。对，LZ也是猫，怎么啦？！那是楼主喜欢猫！和他没关系！（那个谁，前面那句不是和你说的噢，我是喜欢猫，也有一半是希望你能看这里看这里，咱们俩心照就好啦），你们那是想逃生的样子？你们每看自己一眼就多爱他一点吧？这样可不行，换！彻底换你肯定不干，这一点葱明的楼主早料到了。你们有戒烟的亲友吧，戒烟多数是采用阶段递减法，没有一来就赶尽杀绝的。好，我们也来个部分替换法。脸还是身？你只能选一样，我估计多数同学都舍不得脸，就忍痛换身子吧。会P照片不会？不会就请朋友帮忙，这一招和脑部换装法有异曲同工之妙，操作的难度还小，费一次劲就行。和谁的身体对接呢？楼主个人推荐加菲猫。回去试一试，花痴程度是不是减轻点啦？指南十三：要逃生，不昵称。称呼也有微妙的作用。说说我自己噢。我只要上围脖，就会在搜索栏输入XB，然后那两个字跃然屏上，看到这两个字，心里真是柔情涌动呀，止也止不住，看起他的消息来就没完。可是你们发现了没，写这贴的时候楼主居然没用任何昵称，全程直呼其名，保持了令自己都佩服的冷静和克制。不要小看这一小步，这是楼主的一大步！为什么没人给我鼓掌？我都会说“吴秀波”了！呜呜呜呜，不信你可以试试，叫“秀波”，心里马上泛起了柔情，象窗玻璃慢慢蒙上雾气然后你再叫“吴秀波”，语气要象上小学时叫男同学一样干脆又直率，是不是那层雾气能退一点？所以呀同学们，尽量不要使用昵称。指南十四：对自己的点滴进步也要奖励。每个夜晚来临的时候，秀波总在你左右，每个黄昏心跳的等候，是他无限的温柔。每次面对他的时候，不敢看他的双眸，在他每个角色背后，有你的泪水哀愁，亲爱的同学们，好多好多天都是这样过的吧。没关系，你不用自责，这很正常，没这个杀伤力还叫吴秀波？还用楼主煞费苦心巴巴的写什么逃生指南？控制不了不用硬控制，但你要给自己建立一个奖励机制。假如碰巧有那么一天，当你睡前问自己：今天我吴秀波了吗？得到的答案居然是没有耶。了不起，快亲自己脸一下！如果你够得着的话。光口头奖励还远远不够，得落实到行动上。明天早晨一起来你就直奔商场，给自己买一件漂亮的衣服，要足够美才行。这样在别人羡慕的眼光中过一阵子。想不想再来一件呀？那你就必须又有一天不吴秀波。这样左一天右一天，收获了一橱靓衣不说，不知不觉的症状还减轻了。又是个里外不吃亏的好办法！自己赞一个。和吴秀波作斗争太耗费脑力和体力了，写到这里眼前直冒星星。我得补充一点能量，免得倒下。楼主有个好歹不要紧，那么多在他魔爪下挣扎的同学谁来管？为了你们，我也要多吃一个大苹果，指南十五：怎样在上班时间戒吴秀波。肯定有不少人在工作的间隙会忍不住想他，其实白天的时间也不短，这样累加起来爱恋又升级了。所以管住白天也很重要。楼主觉得，你可以找一个最暴躁的同事为目标人物，一旦发现自己想吴秀波了，就当机立断照这位同事脑袋来一记。也许第一次他只是错愕，顾及大家往日的情分不跟你计较。但相信我，一个暴躁的人绝非等闲之辈，再有第二次，我管保他让你好看。不想他，只是心灵荒芜一下，想他，马上吃眼前亏。你会怎么选择呢，我亲爱的同学？你们是要我的命，办法那么好想，坑里还会倒着一片？一开始就说了，我试试嘛，任何一条能帮到你就很高兴了，逃生指南，不要指望象吸星大法那么厉害，再吃一个核桃补补脑子，自从被吴秀波

的魔爪笼罩以来，楼主的智商就一直在个位和十位数之间徘徊，而且这个十位还仅限于十开头的，就是这个，才促使楼主痛定思痛要改正，不然再吃多少小猪脑花也补不回来啊。再多的冷嘲热讽，我也不往心里去，再多的坏人，我总能面对。写自己的指南，让别人说去吧。而且谁是黔驴？一看你的判断力就不好，弄错了地域和物种，楼主明明是川猫，质疑我滴能力，可以，质疑我的动机，这就熟的太不可忍，楼主哭去了。楼主性情软弱，手无缚鸡之力，是一个无公害猫。因为昨天楼主哭得太投入，哭出了贴吧，今天才看到你回复。对楼主无礼的飞来指责你有这样的雅量，真令人赞叹呀，厚厚厚。欣赏油菜花的男同学们，欢迎常来波吧踏青。这里油菜花遍地开，楼主诚意推荐，她们是不可多得的风光。当然本吧的灵魂人物吴秀波先生更是回味悠长的好酒，欢迎品尝。预祝楼主黔驴技穷的坏同学，目前你还没有得逞，楼主又想出一点啦。指南十六：移情别恋。每天只看他，只想他，只和别人说他，当然容易变成坚定的吴神论者。可是亲爱的同学们，世界上又不只他吴秀波一个男子嘛！万人迷多得是。你必须找到一个来分散注意力。说说楼主的心路历程噢。楼主从来不追星，唯一爱着的不认识的人就是风华绝代的哥哥，那是当自己人喜欢的。要说楼主的起点还真不低，一来就是这么个难以逾越的高峰，你说楼主还能瞧上谁？我是说明星里。后来楼主觉得彦祖还不错，干净诚恳，家教好，长得那么美居然没有一丝浮躁，不容易。还挺喜欢他的。可是千不该万不该呀，看到了吴秀波！真的，自从楼主吴秀波了以后，彦祖彻底忘到了脑后。对不起啊彦祖，你好极了，可是秀波是我们的土特产，谁不是吃起家乡的东西特别亲呀，对不对。说到哪了？噢对，找个万人迷分散注意力。这绝对是个好办法。不过人选一定要内外兼修，免得越比越觉得还是吴秀波好，那就弄巧成拙啦。唉，帅哥虽多，要兼备演技，人品，聪明，性感，纯真，低调，又坏又好，又负责又不靠谱，害羞，文雅，慵懒，温柔难度真不小啊。这里楼主只提供方法，人选滴没有，我总不能又推荐加菲猫吧。同学们自己开动脑筋想吧，祝你成功。指南十七：让爱和美势不两立。这一点好多同学都哭诉过啦，为他熬夜熬成了面有菜色的熊猫眼。中波毒主要危害里就有这条么。可见同学们早就意识到了这个问题。我要说的是，力度还不够！不够不够。爱和美，是女人永恒的追求。没意见吧。想又爱吴秀波又美？你想的倒挺好。要牢牢树立吴秀波就是你美貌克星的概念！你要美还是爱？只能二选一。别耍花招啊，我知道有些同学化妆技巧过人，可以用粉底造出好肤色，也能因地制宜，就着黑眼圈的有利地形索性化个烟熏妆。可那毕竟是表面功夫，骗得了别人还骗得了自己？真的女士，敢于直面惨淡的皮肤，淋漓的黑眼圈。你就这么素着出去吓人。等收获了一圈怜悯之后，悲愤的问问自己：我被谁害成这样？吴秀波！我和他拼了啦。怎么样同学们，To爱还是To美，这是个问题。选择题都做到了哈姆雷特的程度，你选起来还不得掂量掂量？嘿嘿，逃生希望又加一分，你们这些坏人，坏人，坏人！楼主冒天下之大不韪在吴同学的大本营捞人，不说感激吧还老埋怨楼主来迟了。你知道啥叫带病坚持工作吗，楼主不顾自己严重花痴中，脑子里全是水，替大家想办法。你们，猫大夫来了，送你一副对联：吴秀波魅力管杀不管埋，猫大夫药方管治不管好，前面有同学声泪俱下的说自己已经成了全自动上贴吧患者，都不用脑子指挥，手就自动点进来了。好，下面来说这个毒中之毒：波吧。指南十八：拖延战术，能拖一秒算一秒。大家先耐着性子听点军事小常识噢。对一个异常强大的敌人，不宜正面强攻，而且也别指望一举拿下，只能用麻雀战，持久战，取得任何小的局部胜利都值得欢呼。波吧就是这样一个危害甚至堪比吴秀波的强敌。满眼美景啊，流连忘返啊，套用个城市宣传语：波吧，一个来了就不想走的地方。想彻底戒掉，难度太大。楼主想的两眼直冒小星星也没什么好办法。于是楼主沿着自己平常上网的路径看看，有什么可以钻的空子没有。百度主页，点贴吧，秀**的I贴吧就打开了。第一行是我常去的贴吧。要说科技可真是冰冷无情呀，连一点作弊的可能性都没有。那一栏是个令人发指的记录：除了“吴秀波吧”啥也没有！接下来我当然是就手就点进来了。可算知道问题在哪了。同学们不妨改改，直接在主页上输名字进入。而且下面就要用到拖延战术了。主页，开输。用慢放四分之一的速度，吴我知道这个字已经进入你手的自动程序，但拖延战术说不定给你一线生机，求生的本能提醒

你不能秀波，于是你咬着牙让自己来个宗宪什么的。这样，你就去宪哥的吧啦！厚厚厚。虽然我知道你肯定在那儿呆不久，一会就要回到波吧。但前面不是说了吗，对于强大的波吧，少上一分钟也是胜利！呜呜呜呜，没别的办法啦，指南十九：勤锻炼大脑。都知道爱会让人丧失理智。自从咱们吴秀波了以来，还知道什么叫理智吗？每个人都有智商屡创新低的挫折感吧。能不能从锻炼脑子出发来增加理智，来控制自己少想吴秀波呢？楼主觉得可行。所以在空闲的时候，大家要多做一些象“7-5=2”“3+4=6”之类的智力训练。是等于六吧，不管啦。等把脑子练好，何愁忘不了吴秀波？加油吧亲爱的同学，我看好你哟。抱着有来无回的坚定，楼主来了，终结篇，指南二十：放着我来！当什么办法都没用了，行到水穷处了，必须有人作出牺牲了。大家只管把楼主豁出去好啦！同学们都闪开，不就是一个吴秀波吗，我来！有多少毒招冲我一人来好了，毒死拉倒，写完还真有点不舍。当初开写的时候就是希望亲爱的同学们能快快乐乐的喜欢秀波。而且大家都知道，越不靠谱的事越要认真做才能不走样，所以秀猫真是在认认真真想办法啊，厚厚。还有一个不可告人的动力，就是希望有个人能看见。每多想一条，被他看到的几率就增加一点点，呜呜呜呜，魔爪的主人，你看到没。全暴露啦。能让大家快乐真的很高兴，也许我接下来会调整一下频道，写点稍微靠谱的哈哈《完》跟帖回帖摘录——

- 一、所有访谈都看遍了，有的已经看了N遍，
- 二、真人还没见着，偶离的太远了，
- 三、每天不由自主的来贴吧，我的手不听大脑指挥，打开电脑直奔贴吧，
- 四、每当有帅照出来，也想给他换装，可是不管怎么换，他怎么还是那么帅呢？
- 五、秀波最近偏爱打酱油，如果不看脱水的根本无法忍受，与其忍受那种折磨还不如中波毒，
- 六、他的纯真已经把我萌倒，每天哼唱着《保留纯真》，然后母爱泛滥，总想像呵护自己孩子一样的呵护他，
- 七、所有这些控我都有，自己有时偶尔的一个动作，马上就会想到这是秀波的一个经典小动作，

综上所述，我已无药可解，对于解毒我不抱希望了，借秀波的一句话：看见了就是幸福！随缘吧！LZ，你这些对俺都木用啊！！都木用！！！！

- 一、访谈最害人，这我同意。黎明看了三遍，在贴吧逛了一个月，我尚有定力，于是看了网上直播的文字版访谈，从此举起了珍藏的白旗，
- 二、开始追看真人到现在，已经见了六回啦，还是手发抖，脑子一片空白，
- 三、帖吧就是一坑，啥也不说了。发帖的油菜花都本着拉垫背的原则“拉一个回本，拉俩赚一个”，水立方那楼千万别去，
- 四、这我还真用过，哪个受不了就换哪个，可是他老人家造型百遍，各种不靠谱造型搁他身上立马变为时尚，
- 五、把遥控器扔隔壁没用，就是大半夜扔楼下去估计我也得颠儿颠儿的捡回来，
- 六、这条更不管用啦，我现在陪儿子看托马斯脑海里就经常浮想联翩，
- 七、这条呢，我现在路过报亭都不敢抬头，不然准看个正着...指南九这条最和我意。以后围脖只要是波蜜评论就以“你吃了没有”开头，后边宏论随意，气死，哈哈。我看叔老忍不住想要小剑，可就这也当不住受宠啊，放步下呀。咱先破了他的功，以后就大家随意了。这都甚么跟甚么呀，我自己笑死了。波是一刺猬，有人讲他吊儿郎当他就乖乖的啦。当他遇到危险会把刺立起来，当他见到亲朋会把刺包起来就象长了倒刺的猬猬。比如见到波蜜，他就是倒刺猬猬，蜜们轻轻触碰他时不会受伤，可是要是用力大了比如抱抱之类的，怕他就会刺到自已了。那时就象他中了波蜜的毒，嘿嘿，也很痛苦噢。谁又知道他没有中波蜜的宠爱之毒呢？备注：偶的用心是不是有一点险恶？LZ的指南出来晚了，我几经见过真人了，见到的后果是智商打了对折，心跳翻了两倍，真的无药可救啊，而且是见一次这样一次，没有免疫力，这是最糟糕的事情了。都说吧里才女多，今儿真是领教了。LZ是个另类滴，彻底魔怔了滴，才女。牺牲自己指引我们大家来的，所以特想忍不住的抱拳说一句“六爷！！佩服！！！”LZ贴子上的太迟了，我HC波剧三个月，最长时间两白天加一夜。现在HC波蜜了，波吧从早泡到晚，夜里还带跨日的。美文、美图、美视频。好词、好句、好文章。诗歌、散文、咆哮体外加评书、快板、大合唱.....怎叫人不泥足深陷，沉醉其中，乐此不疲.....幸福死在这坑里。楼主我看不晓得仔细不好象你还没说咋解他的唱歌毒我是被他爱她娶她波蜜版视频给拍死的。这哪是十大指南，这是十戒啊。我除了真人戒，其他都犯了。还在用残存的理智抵御这最后的诱惑。其实，贴吧的毒最难戒，不进贴吧，至少可以做到不看，不听，不想。一

进来，信息海量，一点理智早跑到爪哇国去了。虽然楼主的指南出台太迟，而且好像算命先生算不了自己的命，江湖郎中治不了自己的病，我还是要为楼主晚来的觉悟顶一顶。——首先，回答问题。有同学问，这些都有用吗？我只能说我试试吧，咱们一起在战斗中摸索，然后，我能力有限诚意无限，谁要质疑我的诚意我就哭给他看，再来，吴秀波就那么好对付？你们那么多人直到现在还一点招没有躺在地板上直哼哼，LZ凭着一己之力，居然想出了十条，就算再不靠谱也是一件了不起的壮举，我自己的眼睛都湿润了。你们还好意思嫌弃。水立方单独回应，转贴没问题，可是你们确定要看吗？重灾区的同学们你们还好吗？我好像开贴就关照了，自求多福什么的，就是说你们哪，前面有同学好心提醒，千万别去你们那个大坑。对不起，我已经在那里留下过花痴的脚印，擦都擦不掉，幸亏那里水深，转眼就被淹没了。——你咋马后炮呢，早干嘛去了。焦阳的背心短裤人字拖就把俺拉下水了。上贼船容易，下贼船难。上个月一气儿买了五本杂志~把报摊亭老板乐的颠颠的。可抱着书一上路偶就崩溃了——起码20斤！，汗流浹背扛回家后下定决心下次再也不干这事了，可今天一眼瞄到一本秀波大大的封面照在报刊亭的玻璃后面向我招手，偶又十分木有原则的抱回去了~说说俺的逃生经验，最最重要的是不来贴吧，千万不要手贱点百度，不看不听就成功一大半了。俺的成功纪录是曾经连续3天没逛贴吧，没想老吴。再就是LZ说得对，拉下神坛。在心里自我催眠絮絮念一千遍。这老吴有什么呀，还不是要吃喝拉撒睡的凡人一个，哲学是哲学了，看着不也太累太费脑筋吗。演得好的演员多了，长得帅的也大有人在（可实在是同时演得好长得帅且RP好的就不多见了），悲催的是那四只幸运的北京蜜的贴子又把俺炸出来了，已经爬到出口了又硬生生的给脱出来了。我前天看了篇讲孩子养成好习惯的文章说养成一个好习惯前21天很重要这是第一习惯养成期，然后接下来就是连续3个月的巩固期这期间要坚持之前的习惯不因任何原因改变，等过了3个月后习惯基本就属于定性了这时只要没有特别事件孩子不做这个事就觉得不舒服了你就成功了，SO如亲们真要解毒哇就在这萌芽期【21日】和发作期【3个月】这段时间里扼杀掉，这样习惯就养不成了，我是看到这太晚了叫我连续4个月开机就贴吧微博，现在再讲不上贴吧不看微博已经过了最佳改正期——谢谢亲爱的同学们顶贴，谢谢小波鱼反复赞，嘿嘿嘿，我先回答一些小问题。千千问的怎么解唱歌毒我认真看过了，觉得可以归到声音那栏，关于声音我前面专门写了条不是指南的指南来说明，记得那条正文结尾是凝结LZ智慧的三个字：肿么办？目前我能回答你的，就是这三个字。来啦来啦，病入膏肓的同学，你以为缺德的楼主会对你说：回去想看点啥看点啥，想吃点啥吃点啥吧。那你就低估了LZ的情怀，我会努力想。吴秀波如此多娇，引无数美女尽折腰。不怪大家不争气，实在是敌人太强大。这时有些敏锐的同学会问了：你这些方法都太轻柔，就没点猛药吗？亲爱的同学，请再看看贴名，逃生而已，你还想把他怎么样？何况LZ心地柔软，能润物细无声敌我两不伤最好啦，猛烈的毒招真没有啊，看到有同学笑喷，笑翻，笑倒，楼主好桑心。我认真真想办法，辛辛苦苦上实战贴，一颗真心被你们当爆米花吃了。还有同学跑来泄气，这个不奇怪，对和吴秀波作斗争的艰巨性我早有预料。楼主不气馁，不过，真的只有我一只猫在战斗吗，——据说很早就已经鉴定出来了波毒吴药可解！俺认了！，谢谢秀色童鞋专门回复我的提问哈，看到我碰到死穴了，——千千不要哭，指南还在持续中，你慢慢往下看，说不定哪一条就帮到你一点点，内个，死马当作活马医——矮油矮油，我在努力学习的过程中，已经从地上坐回凳子，掉下来再爬上去，几个来回都数不清鸟！，气喘吁吁，眼泪汪汪，肚子疼疼——被点了笑穴停不了了！，LZ和蜜的想象能力绝佳，用人类的词语已经无法形容鸟！，剑走偏锋，四大捕头能胜财神否——继续躺倒保命！，哈哈哈哈哈，太有趣，谢谢你还能让我笑翻！爽！贴吧有风险，入吧需谨慎。太迟了，我已经得了不上贴吧会死症，一天刷新无数次，病入膏肓，无药可救尽管楼主本着我不入地狱谁入地狱的大无畏牺牲精神，誓要拯救我等出火坑，但道高一尺，魔高一丈。神马都不说了，眼泪哗哗的。——欧猫也来啦，来，我帮你把眼泪擦一下。谢谢你们那么理解我发指南的诚意和难度。字字心酸啊。不过大家放心，我没有被吴秀波吓倒，我还有一口气呢。虽然办法很费脑子，我也在嘿哟嘿哟的想，慢了一点，大家要原谅噢。预告一下，又

想出一点点。——,我的搭档也姓吴,我天天吴姐吴姐的叫。还是悔恨为毛她不是老吴的亲戚啊,以后见到姓吴的熟人就打听人家家谱~~,我作为一个波蜜的儿子,看着老妈天天泡吧,我心疼啊,楼主能提出这么伟大的戒毒方法,真是让人开心啊哈哈,男生也来啦。不过先别对楼主寄予太深切的厚望,我也在摸着石头过河呢,你是男生不知道,我们的敌人有多大的杀伤力。还有,你也要扪心自问,为什么自己没有获得你妈妈这样的垂青捏?多和吴先生学一学,魅力指数就增加啦!,昨天楼主又犯了第一条,看了可凡倾听。说实话有时候我还真能控制住不点开网上的视频,主要是嫌清晰度和流畅性不行,吡吡拉拉的。可电视里的真是抗拒不了啊。当他的声音从电视里一出来,真是魂飞魄散鸟。想想反正也中了枪,还不如死个痛快呢。楼主不顾夜深人静,把电视声音开到了最最大,最大声还是那么悦耳。我个人对他声音的抵御能力是无限接近零,再次告诫想逃生的人,不能。听到。他的。声音。啊,这一来,楼主的脑子又成了一团浆糊,正在艰难重组中,想写出什么真知灼见又成为泡影。干点事怎么就那么不容易,LZ好囧呀,你都这样了,我们还怎么生还!!!!悲催的我昨晚也看了东方卫视,其实我真的不想看的,我好困呀!只是为了增加收视率而已!!我说的是真的,你相信我吧!,LZ,虽然我知道你也是明知不可为而为之,就像飞蛾扑火!但我还是寄希望于你,因为我要崩溃了!!!!!!我不想再熬夜了,因为我怕老,我也不想在这样一会哭一会笑了,因为我怕长皱纹呀。你要再不救我,我就要和上面几位TX一样了,自求多福吧!!——我绝对相信你,再说我们哪是为了看吴秀波,明明是要看曹可凡好不好?,我们亏不亏心呀。楼主脑子有点乱。我是这么想的,我的初衷就是挽救那些还没进坑的和想跳出坑的,顺便把自己也给拉出去,大家想,既然我豁出去了开了这么个贴名,那么多双眼睛看着,楼主还好意思公然的在吧里到处花痴吗?虽然楼主对自己的花痴勇敢程度有信心,可是会被人揪住的呀。一想到这个,我还能不收敛一点?,我还是葱明吧?厚厚厚——LZ这贴别在吧里发啊,这不明摆着是多余,墙裂建议做成广告,在CCTV,CNTV,CMTV,NNTV,.....等等电视台播出才有用啊!,亲爱的楼主,我看你是黔驴技穷了。还什么【吴秀波先生魔爪逃生指南】,也得你老人家先逃出来,才能给我们指一条生路吧。你自己还深陷泥潭呢,你这些招啊,我看只能让那些还在坑边的人更快的滑向深渊。楼主,你忒不厚道了。哈哈楼主太可爱太油菜了!吧里的蜜都嫩么油菜,怎么能戒吧,戒不了吧何谈戒波毒。因此,偶建议把油菜的蜜清除出吧,剩下偶等俗人每人每天一篇滥文,保证此吧退出贴吧排行,新人中毒率骤减!!!移情别恋也试过了,没用,眼里唯有波。真的好痛苦,不次于刮骨疗伤。吴秀波三字就是分开对我来说刺激也是致命的。今儿下午我爸让我上网搜秀波的不不不,是郭德纲的新段子,我搜了n久搜不到,我爸等不行了,过来一看,好嘛!一顿饱cei。我一看,我居然搜的是-----郭德波。本来是严肃、郑重地本着戒除深度毒瘾的心思进来的,结果事实证明:一个每天欢天喜地沦陷、兴高采烈地HC的重症波毒患者根本是以中毒为乐的。哇哈哈!(请考虑我的智商时,自动在前面加负号)别人实在看不进眼呀,现在都很少看电视了,除了波剧,就只看关于植物呀,动物呀什么的节目了。就是国宝也没法与秀波比呀。楼主嫩太强鸟!我都乐抽了!我曾尝试移情别恋,找了才子型的,帅哥型的,演技型的去爱,无奈8中用,过去再喜欢的演员不过几个月就完,这次邪门了算戒不了了,不过偶还在挣扎...,几年前因暗算曾迷过男猪脚,但很快因另一作品解毒,而且再也不感兴趣了。可人家没这样致命的访谈,杀伤的言论,诱惑的写真啊!这集大成于一身的毒咋解泥?,还有一剧毒奏是贴吧!表拍俺,这没有最油菜只有更油菜的自留地真害银不潜啊,天天不爬就手痒,直爬地心花怒放,越陷越...,我可是把“波毒”看成是一种叫“激素”的药。能激活情感(亲情友情恋情),激活思维,激活生活,激活波吧文化,还有可能会激火老公哦.....,亲爱的,你那些招数都没用啊,欲罢不能,欲休不止啊。不过假如让时光倒流,偶也希望中波毒,毕竟这种感觉妙可言啊。哈哈,你太有才了,向你敬礼!,看了楼主的《指南》可谓是受益匪浅啊,我立马采取行动,把访谈视频统统打包复制给了最最最亲的闺蜜,依我看“独花痴”不如“众花痴”,要是大家都痴了,看彼此就都是正常人了。楼主啊,你不说还好,说了,反倒是又多了好多的中毒鸟!吴氏病毒都

是很有魔力的，很难拒绝的啊~~~深中其毒，但快乐无比!!!这就是波蜜的心态

~~~~~——让楼主用最最典雅的解释告诉你，就是“扯后腿滴”，你的明白？楼主这里拼命捞，你那里拼命拖，真不是什么好同学。本来想说见解很独到，再一想，我还是可以用很典雅的一个词形容，就是“拉垫背”嘛，唉。——吴秀波危害太大了。熬夜看波剧，容貌受不了；疯狂泡波吧，眼睛受不了；为了他魂不守舍，脑子受不了；为了他牵肠挂肚，身体受不了。反正受不了呀受不了。一入吴门深似海，江湖能有几人还？哈哈，这是实话哦，楼主有才!!!有人给我的处方是：秀波剧三钱，访谈六钱，外加波蜜一两，才能暂解浮毒，不知管用否？哽咽的写不下去了，流下了伤心的口水。HC死了活该，但笑死了你要偿命的啊，真是个好心的楼主啊，知道我们泥足深陷不能自拔，左思右想前思后想冥思苦想。要拯救我们与“波难”之中啊。没说的，你的好意我们不光心领了，你放心，这招数1至xx，一定一定照着做，做的好算你的功劳，做的不好，全怨我们自甘堕落。你看，这样报答你，行吗？继续继续，期待更多的招数。无奈，波毒易中不易解，况且这妖孽还在持续不断地引人中招，就像那感冒疫苗似的，去年的疫苗今年就不好用了；解过去的毒的招数，对付层出不穷的新毒，可能也有点力不从心，需要源源不断的新疫苗补充进来。那个，号召更多的油菜花共同研发新疫苗啊。原以为我只是轻度昏迷低烧三十八度二，一直作我独清状笑看众蜜疯癫痴狂，今日来此门诊挂号，对照十六大指南下来，悲催地发现我已然波毒重症阶段——不知不觉中沦为“自求多福”一族了.....,啊啊啊，我这“死硬的吴党派人士”、“坚定的吴神论者”啊.....,抱楼主大腿：踹我一脚到首都吧，我且等着以身试法依《指南》第二款第一条情境状态有没有置之死地而后生的可能了.....,吾本同志说，治波毒没别的办法，多喝绿豆汤，把脸喝绿了，毒瘾就戒了。我宝不哭了哈，下次就跟这守着宝哈。让那些不知道死活的落网者，粉身碎骨去吧，即使有抬头思过的银，也架不住那电不闪，雷不鸣的眨眼一刀啊，咱跟这遭罪不讨好的白白浪费了咱百年秘方，就是有解毒逃生者，备不住哪天他一个白瑞德坏笑，白兰度电眼，还不是全军覆没啊。想到此处偶也不禁伤心落泪啊。顾不上了，顾不上了，让俺也哭会去。LZ啊，咱本是在家养病滴，现在天天泡吧，原本三段脊椎变形现在恐怕要五段了，黑眼圈都是轻滴。有办法吗？——想办法可真费脑子啊，不能象泉水一样突突突的往外冒，真惭愧。至于猛药，真没有啊。毒来如山倒毒去如抽丝釜底抽薪最壮烈的一招，楼主当然有，不过那要等实在山穷水尽时再拿出来，平常心平常心，现在还不到那时候——其实“逃”是治标不治本，“逃无可逃”才是根本，说了的哈，找个深山，无电脑无电视无报纸，愈与世隔绝愈好，呆上三个月，与怪兽飞禽为伍。若无命出来，自然不用谈“逃”了，若适应那儿的生活，估计重回世间看啥都与之不同了。可能看那谁美的，是博学的，是光彩照人的，对这谁，自然就十分厌弃了。亲爱的楼主。貌似你的一条一条，一款款都不咋管用啊。我认为蜜友们要想解除波毒只要做好一件事就万事OK了。-----不再进入贴吧这块剧毒的土地。但是怎样才能做到这一点呢？因为不管蜜们中毒的程度是强是弱。时间是长是短。他们都无力抗拒波吧的吸引力。波吧里满山遍野盛开着优质的油菜花。他们制作出精致的图片，视频，迷惑你的眼睛。他们把各种波音制成MP3，MV，充斥你的耳朵。他们编制品种繁多，数量惊人的各式美文，俘获你的心灵，占领你的灵魂。使你滑入深渊，病入膏肓。率领你所有爱的臣民，甘愿做他的奴隶。怎么办？既然我们找到了问题的症结，那就找一个解决他的方法。-----彻底摧毁这个害人的波吧，把他变成一片荒芜。1.把所有的油菜花连根拔起，一把火烧了。如果你油菜花不想糊了，你最好从此封笔，假装自己是一颗野草。2.把所有图片，视频，美文，统统封存。让蜜友们想看看不着，想听听不见。想HC没有地方，想倾诉没有对象。时间一久，这波吧里乱石纵横，杂草丛生，渺无人烟。自然也就没有什么人流连于此了。只有看不见他飘逸俊雅的身影，听不见他磁性迷人的声音。渐渐的，渐渐的，那个迷死人不偿命的，360度无死角的，就会从我们的脑海里，记忆里，一点点，一丝丝的淡去，直至消失。耶，戒毒成功。猫大夫是不感觉疑难杂症确不了诊，找师傅去了，快点阿，俺可坚持不了多长时间，病情由于《请你原谅我》的毒素不断侵入，又在加重!!!!哎呀，好痛据说猫

是老虎的师傅应该很强的。等待吧，美味的猫粮，但愿猫的胃口可以自行排毒，逼出体外，祝你好运猫大夫！！！！，其实，这个问题我想过了，最简单的办法，是象《甲方乙方》里的那个什么老板一样，找一个兔子不拉屎的地方，没有电视、没有电脑、没有电，哈哈，当然更没有网线，一切电子产品全部隔绝，如果不耽误生计的话，最好呆它一年半载的，这时候，我估计一个鸡腿和吴秀波之间，你一定会选了，哈哈，别要拍我，我自己飘走。阿弥陀佛，各位施主都在波吧里永生吧

！219.82.144,哈哈。太欢乐了，喜欢秀色LZ的幽默风格。上了课的学生不回应老师没规矩不厚道，所以特地出来汇报：您居心叵测心怀鬼胎用心不良的初衷收到了最佳效果，起码小生我中毒更深沦陷更深，于无望中绝了逃生的念头，只好傻傻呼呼乐乐呵呵找不着东南西北的在这暗无天日的波吧中陪LZ过日子吧。恭喜哈！看过了秀波所有的电视，现在觉得没电视可看了：一方面是中秀波的毒太深，看什么都感受不到心灵的震撼了。看好人，觉得太好了，没有秀波所演绎的好人那样有着人性的弱点；看坏人，又觉得太坏了，不像秀波演的坏人总有些小可爱、小举动，令人在看到坏人时也能时时感觉到坏人的可爱。另一方面觉得秀波现在真应该多拍些戏让我们波密们能欣赏、时刻看到他的行踪。他去写剧本了，觉得日子好漫长好无聊啊。真希望秀波早点出新戏，天天期待着。哈哈，秀色，嫩这招邪教聊天时老用，不管前面咋样，最终指向只有一个：我来我来我来

！！！！只要是叔，嫩都闪开，我来就得了。我采访了红灯区老大，—海平面下的旅行（九），“红灯区是阿姆斯特丹港口文化的一部分，也是吸引各国游客的重要景点，是阿姆斯特丹的标志景观，但现在市政府想把我们赶出去，我不会就此罢休的。”阿姆斯特丹红灯区老大Jan Otten坐在我对面，一边剧烈咳嗽着，一边坚决有力地挥舞着手，含糊不清的英文中，我终于听明白了他的意思，阿姆斯特丹红灯区的前景似乎不太妙。“我们老大经常接受各类采访，不过你是来自中国大陆地区的第一家媒体（自由摄影师），他可重视了。”来之前帮忙联系的朋友笑着说，阿姆斯特丹红灯区虽然国内媒体不宣传，但中国大陆的游客一点都不少，已经是“红屋”秀场最大的客户了，而“橱窗女郎”们也都学会了说几句简单的中文揽客，具体是什么网上已经流传很多了，就不用介绍了。阿姆斯特丹红灯区有个好听的绰号：花街，花街上最吸引人的是“橱窗女郎”。清楚地记得13年前，当我初次见到这样特别的“橱窗展示”时，是一种混杂着好奇，迷惑，甚至有些惊恐的心情。身为女性，第一次看到大庭广众下如此暴露的展示，那是在“性”这个领域躲躲藏藏，半遮半掩的中国人无法想象的（虽然近些年某些国人的所为已经不亚于红灯区女郎了）。女郎们“一个中心，两个基本点”的诱人装束，让这些真真假假的火爆肉弹造成视觉上的强烈冲击，但如此丰满甚至彪硕的身材，却让我感到一种恐惧。13年后，我再次进入“花街”时，已经游历各国，见多识广，红灯区的橱窗女郎也不再是什么新鲜事物。我把目光投向了阿姆斯特丹这道秀色大餐的背后，2010年应邀参加阿姆斯特丹文化周活动时，曾经跟随欧洲媒体团走进改做时装设计室的红灯区的橱窗内部，一个我从未想过会踏入的空间，没有了粉红色灯光下的暧昧，这里就是一处普通的运河屋。作为市政府全力推行的红灯区改造的一部分，“红灯区时装”（RedLight Street Fashion）看起来挺有创意，只是两年过去了，不知道那18家时装设计室的经营如何。（2010年采访过的“红灯区时装”设计室），红灯区时装只是阿市年轻的副市长Lodewijk Asscher拆除红灯区的举措之一，他上任后致力于打击隐藏在红灯区灯红酒绿背后的虐待与剥削现象，“我们必须摒弃对红灯区情色浪漫的表面印象。

”Asscher在他的《新阿姆斯特丹》一书中提议终止橱窗卖淫，并且打击阿市的贩卖人口活动，妓院和大麻咖啡店必须在未来让位给餐饮业和“正常的”商店，让阿姆斯特丹洗心革面，不再以红灯区，大麻馆儿作为城市的招牌。如今这位社会民主派已经在阿姆斯特丹市政厅担任了五年多的副市长，在政界已有相当的影响力，还经常被称为工党下任领导人的有力人选。红灯区的经营者们面对政府的整治如何反应呢？通过朋友介绍，我找到了被称作红灯区的“无冕之王”，活跃于色情业35年的当地老大杨·奥廷（Jan Otten），他的“红屋”秀场（Casa Rosso）深受游客们欢迎，旗下经营着多家色情场所，比如性博物馆，Banana脱衣舞酒吧，也是最后一家偷窥秀—位于红灯区中心

OudezijdsAchterburgwal街上近30年历史的“性王宫”(Sex Palace)的所有者。杨并没有大老板的派头，更不像传闻中的黑道老大，他和很多普通荷兰人一样，粗糙的脸庞，一头蓬乱的头发，穿着随便，为人很热情，将近七十岁了，每天晚上还都和手下的弟兄们一起，在红屋售票口处招揽客人，对一手打造起来的色情业可谓尽心尽责。这位荷兰前散打冠军，曾经是红屋前任老板手下的一名马仔，但颇具头脑的杨，由门口售票的升为经理，后又进入管理层，最终买下了“红屋”，并经营得有声有色。秀场每晚八点开始，里面是循环场，45欧一张含饮料的门票，可以不限观看场次，随买随看。一般有八对左右的表演者轮流上场，中间还有单人舞女串场，完全是赤裸裸的性交表演，没有激情，没有温情，有的只是技巧和力度的展示，看多了便觉得无趣。仔细观察一下，里面的中国游客不少，但大多神情严肃，不苟言笑，面对舞女的幽默挑逗，倒是西方观众表现得更轻松自如些，尤其是互动环节，中国人看起来都很紧张，生怕被拉上台献丑。和杨约了在他的办公室采访拍摄，在红灯区另一条街上，典型的运河屋，狭长的走廊，门上那头戴着领带的小红象是标志，“我们是红灯区的一部分，红灯区文化是阿姆斯特丹文化的一部分，这是无法改变的。很多人认为我们是黑手党，比如本地的人口贩卖行为总会扯上‘红屋’，这是不公平的，”杨忿忿不平地说，“相反，红灯区的治安比之前好了很多，因为我们花了不少钱，雇佣了19个保镖，都在警局登记过的，这一带现在已经没警察什么事儿，小偷小摸这样的犯罪少了很多。（作者：能不好吗，红灯区老大管理下的）。我们还改善周边的环境，你看运河里的这些天鹅，都是‘红屋’养的，有108只，每天的饲料费就50欧。游客非常喜欢这些天鹅，以前红屋生意可好了，周末门口都排着长队。”“我是土生土长的阿姆斯特丹人，相反现在那些市政府官员都不是阿姆斯特丹人，他们不在乎传统文化（红灯区文化），而是一门心思想把我们赶走，很多橱窗被收回做他用，色情场所也被迫搬到远离市中心的郊外，我们的产业是这里最大的，他们看上了‘红屋’所在的中心位置，一直想逼迫我们离开。”我完全相信杨的话，因为之前听到过政府方面的改造计划，看样子是痛下决心要铲除存在了上百年之久的古老产业。“他们在毁灭阿姆斯特丹的旅游产业，最近红灯区的工艺品店和超市被责令晚上十点关门，以前都营业到夜里两点。现在这里的很多店铺商家的生意受到很大影响。本来干净漂亮的运河，你看岸边开挖整修，没完没了，游客行走都不便，这不是变相给我们找麻烦吗？还有，阿姆斯特丹市立博物馆一修就是数年，最近又要整修梵高美术馆，这样游客就更少了，这些官员瞎搞下去，会大大损害阿姆斯特丹的旅游产业。”“我在2004年的时候还当选为阿姆斯特丹二十位杰出商人，到了2007年，我就成了罪犯了，因为换了个新政府，视我为眼中钉，完全不考虑我为当地经济和治安做出的贡献。我有三个女儿，大女儿在荷兰银行工作，二女儿在机场工作，要是我真的是罪犯，她们会有这样体面的工作？”从底层奋斗上来的杨，不甘心自己创立的产业就这样被毁掉，因此他聘请了律师，一直在和政府打官司，讨个说法。看来世界上哪个地方都有类似的矛盾。

“您对红灯区的前景怎么看？”“未来十年红灯区不会有太大变化，之后就不好说了。”我能感觉到杨说这话时的担忧，已经七十岁的他，十年后是否还有这样的精力去和政府打官司，不得而知。

“怎样定义您的这种生意呢？”我曾经听到过一些评价，说红灯区女郎是社会工作者，这一次，从杨的口中我又听到了类似的说法，“我不经营橱窗，‘红屋’秀场只提供正常的性爱表演，而非SM或者其它变态的演出，这些表演者是艺术家。很多人从未见识过真正的性爱，我为他们提供了这样一个机会，让人们得到享受。”听起来不错，为了吸引观众，保持新鲜感，红屋的“艺术家”们每三个月换一次，而著名的“偷窥秀”女郎更是一个月就换一次，在一个巨大的转盘上坐着一位赤身裸体或穿着暴露的女人，转盘周围竖立着带窗口的小房间。只要投入2欧元，窗口就会自动打开，游客便能有几分钟的时间观看。上世纪60年代末阿姆斯特丹首家偷窥秀开业，这种新的色情表演顿时成了吸引游客的热门节目。最鼎盛时期，阿姆斯特丹曾一度拥有六家偷窥秀，其中的一半都为杨所拥有。“我曾有三家，包括Nieuwendijk街上靠近证交中心很大的一家，靠它挣了不少钱，特别是从股票经纪那里，他们常常会在间休时间来看偷窥秀。但市政厅却要把所有偷窥秀赶出市中心



，偷窥秀甚至几乎消亡了。当然也和互联网的发展有关，如今你不用出门，在家上网也可以看了，这对于整个色情表演业来说是非常可惜的。这最后一家偷窥秀运营还不错，如果它挣不到多少钱了，我会把它改成一家膝上舞(lapdance)酒吧。”我特别提出想采访一位红屋的舞女，记得13年前，我问导游在红灯区工作的女郎是因为什么原因，他的解释让我难以置信：她们中有些人还拥有高学历，为了挣学费出来做的。然而，今天这里越来越多的外来移民成为了红灯区性工作者的主力。露西，来自罗马尼亚，在荷兰生活了15年，在“红屋”也已经工作了7年，当然露西是艺名，从事这个行业的人很少用真名。她看起来有三十多岁，还算漂亮，因为是独舞演员，身材很健美，肌肉也很结实。“我每天晚上从七点开始，一直到夜里两点，一共6场演出，每周工作四天，”她轻松地告诉我，“为什么选择这样的职业呢？”“我是单身母亲，有一儿一女，白天需要在家照顾孩子，还去健身中心教舞蹈，晚上在这里工作，可以挣到不少钱，虽然是红灯区，但表演的性质完全不同于橱窗女郎的那种纯卖身，我还是可以接受的。”我看过她在台上的脱衣舞表演，虽然挑逗，但的确需要一定舞蹈功底。在这样的采访中，短短十几分钟的聊天，我很难了解到她内心的真实想法，毕竟老板就在旁边，也不太可能有机会私下里专门接触这个行业的其他女郎。但霓虹灯下的人口贩卖活动也是真实存在的，不管是自愿还是被迫进入这个行业，从业者都处在一种复杂的环境中。阿姆斯特丹副市长Asscher认为，人们大大低估了红灯区所存在的问题，“在那些香艳的橱窗背后却有许多严重的犯罪活动。她们的护照被收走，皮条客虚构了所谓的债务，以此来要挟她们靠卖淫来偿还，如果她们干活不够，还会遭到毒打虐待。”或许露西没有过这样的经历，但不是所有的女孩子都这样幸运。采访结束后，杨特别安排了手下的保镖陪同我逛红灯区，那是一个像007电影中的大金牙那样的人物，魁梧的身型让人望而生畏，有这样一位保镖在身边，我真有点受宠若惊。虽然在他的陪同下我可以进入一些女人禁入的场所，比如BANANA裸体酒吧里面见到那些活色生香，玉体横陈的场面，不由得感叹这里真的是男人的天堂。门口的打手们看到有熟人陪同，都对我非常友好，不过我还是有些紧张。(有这样的保镖陪同逛红灯区，心里有底气多了)，入夜，红灯区人声鼎沸，橱窗的粉红色灯光下，妓女们那为招揽客人特别订制的闪烁着荧光的胸衣格外显眼，橱窗前人来人往。保镖带着我来到另一个街区，这里要安静许多，我注意到橱窗闪烁的是淡淡幽蓝、淡紫的光。“这里的橱窗‘女郎’是变性人，”我恍然大悟，难怪之前看到关于红灯区导览指南的小册子，最有意思的一句话是：橱窗里的女郎不一定是真正的女人。附近就是安葬了伦勃朗的老教堂“OudeKerk”，街对面矗立着一位尽心尽力倒在岗位上的妓女雕像，雕像的碑座上铭刻着一行文字：“向全世界的性工作者致敬！地面上更有一座浮雕：握着一只乳房的手，象征着红灯区，据说曾被窃过，现在浮雕用铁链拴着。没有向导，很难发现这样的地方，难怪杨推出的红灯区导游业务，15欧元一次，生意不错。这里不可思议的事情很多，红灯区狭小的街道里还有一家日托所，据说最早是专门替在红灯区工作的性工作者照顾她们的孩子。而红灯区橱窗的楼上便是正常的荷兰住家，他们对每天下面发生的一切都熟视无睹，关起门来过日子。红灯区是属于外国游客的，熙熙攘攘的游客浑然不知，红灯区背后政府与经营者之间的这场博弈已经开始，将卖淫归于自由、幸福和宽容是荷兰的一大错误？如今荷兰人开始反思他们将卖淫合法化的选择，于是人类最古老的产业在阿姆斯特丹又面临着一次生存的考验。更多荷兰旅行精彩，请见新书《婷，在荷兰》，当当：卓越 微信直播加盟，手机直播刮起全民风潮，2016-06-13微信直播加盟微信qdtoamai文 | 李夏至来源 | 北极日报，导语 | “今天，你直播了吗？”谁也想不到，今天的网络直播正如同在线聊天一样变得日益寻常。近半年来，内地手机直播软件数量暴增，目前数量已接近200家，直播平台用户数量已经达到2亿，这似乎是网络直播最好的时代。但风口之下，也隐藏着不少危机。主播违禁被封号，平台烧钱被质疑，直播APP看似为城市人缓解空虚开出了一服解药，其“副作用”也开始浮出水面。万众跟风吃饭睡觉也直播，只要有一部带前置摄像头的手机，再安装上一个手机直播APP，打开软件，点击开始直播，一次网络直播就开始了。网络主播“喵播-Superman”每天花在直播上的时间，从3个小时

到8个小时不等。作为一个专职主播，他经历了视频直播从电脑端到手机端的转变，他也顺应潮流选择了手机直播，“因为移动直播平台没有时间、地点的限制，随时随地想播就可以播。”正是这种打破时空限制的“天时地利”，直接助推了手机直播APP春天的到来。视频直播最初以游戏直播和秀场直播为主，前些年只是小众领域的玩法。到了今年，以花椒、映客和一直播为代表的手机直播APP杀入直播领域，并成为软件投资行业的大热门。目前，国内大型直播平台每日高峰时段同时在线人数接近400万，同时直播的房间数量超过3000个。直播开始成为一股新潮流，而明星的进场则再次将直播推到了大众眼前。今年4月，刘涛入驻映客直播，开启“刘涛的娱乐日记”，成为国内顶尖艺人开启直播间的第一人。5月13日，与一直播有投资关系的贾乃亮，更是将直播自拍杆带到了宋仲基北京见面会的现场，随后更是在一直播的APP上固定进行个人直播。讲段子、说笑话、唱歌的手机直播借此打入普通人的生活，而并非明星的素人直播也跟风扎堆儿。没有明星的吸引力，那就奇招频出，会化妆的教人化妆，会唱歌的表演私家KTV，还有人剑走偏锋，直播吃饭、直播走路，甚至连睡觉都直播。至此，直播的玩法突破了过去网站直播的秀场模式，而彻底转变成了“凡现场必直播”、“人人都能直播”的全民模式。打发无聊迎合两亿人心理诉求，影视从业者小飞最近两个月开始对直播APP着迷，每天晚上睡前她都要点开手机里的几款直播APP，找到自己熟悉的主播，看一会儿直播再入睡。“我喜欢的主播一般都是美女，她们会分享化妆技巧，或者唱好听的歌。”她甚至自发地在朋友圈“安利”自己喜欢的主播，希望更多的朋友也能来“围观”。，“一般看直播是在工作之余，有足够的时间可以自行安排，就选择看一会儿直播。”小飞说，由于直播不像电视剧和综艺节目有固定的时限，可以随时终端观看，“灵活度比较大，也很适合打发无聊的时光。”事实上，空虚寂寞的宅男、有空闲时间和社交需求的“孤独城市动物”，就是网络直播软件的用户画像。网络直播元老级平台“9158”隶属于天鸽互动，其集团CEO傅政军透露，目标受众确实就是针对这部分有心理诉求的人群，“有老婆、孩子的不会玩直播，我们针对的就是国内那一两亿背井离乡的人群，或者二十几岁的单身男性，他们有娱乐和网络社交的需求。”，“直播平台就像一个休闲场所，你必须了解你的用户需要的是什么。”“喵播-Superman”说，自己最突出的风格就是能逗大家开心，“我发现唱歌的时候配合上一些肢体语言，最容易吸引观众，也更容易获得打赏。”北京师范大学心理咨询中心宋振韶解释，观看他人的生活本来是人类天然的好奇心，手机直播迎合了这种心理诉求，可以让内心孤独的人得到一定的心理满足。烧钱运营主播爱打色情擦边球，看似简单的网络直播，怎么就吸引了上百家APP同时入场？说到底，网络直播背后的“钱景”其实十分可观，“打赏”正是目前直播软件的主要盈利方式。在直播过程中，观众如果喜欢主播的表现，可以通过平台充值购买虚拟礼物送给主播，单份礼物价值从1元到500元不等，可以选择数十倍连送，而主播通过与平台分成来赚钱。伴随手机直播APP的兴起，更多的资本开始涌入。傅政军表示，仅网络直播这块领域，每年行业内的流水可高达一两百亿元，这也是直播APP被投资人看好的原因。“但能否如期盈利，目前这些扎堆儿的平台们似乎并不在意。”他说，过去直播网站给主播的分成以五成为主，加上平台在技术和人力上的消耗，还能够实现盈利；但新的直播APP进场后，为了吸引主播跳槽，很多都开出了高达八九成的分成比例。如今已有专门负责主播经纪业务的公司，以类似“家族”的模式对主播进行管理，级别较高的主播可拿到千万元级别的年薪。“给主播的分成比例越高，平台自身亏损越严重，这相当于给别人打工了。”傅政军说，很多人把直播想象成一个金矿，不顾一切投资进去，但这并非良性循环，更像是以烧钱和亏本模式在运营。同时，为最大限度吸引眼球，不少女主播大打色情擦边球，在直播中穿着暴露，甚至有越界行为。6月2日，来自六间房、映客、花椒、秀色等9家网络直播平台的40名主播，就因涉黄被永久封禁。宋振韶也指出，主播如果依靠才华来博取关注，还算是良性循环，如果单纯依靠外貌等生理特征，对于主播自身并无益处，“而那些对这类直播上瘾的用户，事实上已经具备某种‘成瘾症’的特征，需要一定的心理咨询，并非依靠网络直播就能解决。”，版权声明：内容来源网络，版权归原创者所有。除非无法确认

，我们都会标明作者及出处，如有侵权烦请告知，我们会立即删除并表示歉意。谢谢。32团东蒙行程计划第一天7月18日早6:30北京出发，一行12人，三辆车。路程：京藏--张家口--张北（高速到此为止，开始G207）--太仆寺旗--桑根达来（转S105，内蒙东西大通道和高速一样）--克旗；北京 - 达里诺尔湖690公里，路况好，一路上是草原、沙地、一条黑线的道路直通云天。住宿：湖边住宿：40 - 60 - 100元/人左右不等。运气好可看到达里湖的华子鱼群逆水而上。达里湖假日渔村酒店，房价120 - 180元/间；餐厅推荐鱼宴、砂锅山蘑华子鱼、香辣羊肉。曼陀山庄有两种住宿条件：蒙古包：4人一间，公共厕所及洗漱间，淡季约60元/床；2人/3人间，有独立卫生间，带淋浴，约120元/床。美食：克什克腾旗以蒙古族为主体，主要为烤全羊、手把肉及奶制品系列。达里湖全鱼宴极具特色（480/580/880元不等），以鲫鱼、华子鱼炖当地的白蘑、山花椒。康熙说：“吃了这的鱼，朕就不想天下的鱼了”。景观：从北清路口往北直接上G6京藏高速，到康庄出口交25元。往张家口一路路况很好，大车稍多，到张家口不进市区，一直到张家口西右转上去张北的张石高速，从张北南下高速进张北市区，高速费65元。据说太仆寺旗到锡林浩特在修高速，锡林浩特到达里湖的路不好走。从太仆寺旗（宝昌镇）到桑根达来后转S105即呼满大通道到克什克腾旗（经棚）——达里湖，走这个路线是明智的。从张北出来直接上207国道，路况非常好，开到100公里以上没问题，视线开阔，有了内蒙大草原的气息。大约60公里后到达三号地附近，GPS提示要走一段上S27锡张高速，但高速收费口还没完工，一路几乎没车，是未交工路段，到宝昌北下高速后继续上G207，路况开始变差，时不时要下道绕行，看样子是在修到锡林浩特的高速。锡张高速全线通车后，从张北去锡林浩特会非常的方便。到桑根达来后转到S105呼满大通道，这条路太棒了，虽然不是高速，但也与高速无异，双向4车道，中间有隔离带。期间经过著名的浑善达克沙地。沙地是我国十大沙漠沙地之一，距北京直线距离180千米，是离北京最近的沙源。浑善达克沙地东西长约450千米，面积大约5.2万平方千米，平均海拔1100多米，是内蒙古中部和东部的四大沙地之一，是中国著名的有水沙漠。在沙地中分布着众多的小湖、水泡子和沙泉，泉水从沙地中冒出，汇集入小河。这些小河大部分流进了高格斯太河，也有的只流进水泡子里，还有的只是时令性河流。沙地上长着多种植物，著名的是沙地云杉和红柳。如果是冬天，可以挖一株小的云杉回去，可惜现在是夏季。如果不想绕经棚，如果舍得糟蹋你的车，还有一条GPS上没有的捷径到达里湖，那就是沿207到灰腾梁收费站，前行400米右转有条砂石路，路口有指示牌“达里湖50公里”，据走过的人说这条路颠簸的厉害。一路欣赏辽阔的浑善达克沙地，一直到达经棚收费站，缴费20元。在这里严重赞扬下内蒙古的路，路况好，收费低。经棚镇是克什克腾旗政府所在地，小城不大，但建设的很好，感觉很安逸。沿着G303国道奔向达里湖。克旗到达里湖约80公里，一路上开始出现想象中的内蒙草原风情，一望无际的平原，几乎没有树，也没有人，只有茂密的水草和成群的牛羊，美丽的景色很震撼。路上有许多白色的蒙古包群，是跑马场。快到达里湖时，右侧显现了一座像打铁的砧子似的山包，显得非常突兀，这就是砧子山。原来是达里湖中心的一座岛屿，随着环境变化，达里湖日渐萎缩，现在的面积已经小了很多。湖北岸门票成人50元，儿童八折。达里湖很漂亮，它的水源是附近的四条河流，但它只有进口没有出口，所以随着湖水蒸发，盐分的不断累积，导致湖水整体像海水一样含盐量比较高，每年4月和10月的时候会有成千上万的鸟类聚集在这里，包括白天鹅等，场面非常壮观，达里湖还专门设置了观鸟台。门票包含达里湖，观景台和达里湖博物馆三个景点。达里湖博物馆是加拿大与中国联合设计的，设计科学，面积不大，但很新颖，挂图和标本不错，能完整生动的介绍达里湖的历史，还有循环电影播放达里湖美丽的景色，值得一看。来达里湖要品尝这里的特产——华子鱼，这种鱼的生长周期很长，看着巴掌大小得长4年左右，肉很嫩，非常鲜美，一般都是烤着吃，宾馆是全鱼宴，580元一桌。其实只要点华子鱼，再点点别的菜就好，比如烤羊腿之类，没必要吃全鱼宴。30公里外的湖的南岸景色更好，附近的曼陀山庄是看日出日落的绝佳地点。晚上气温很低，大夏天盖着厚厚的棉被，睡得很舒服。第二天7月19日上午游览达里诺尔湖。先走曼陀山庄的支线去南岸，曼

陀山庄已不对外接待游客。左转去碧海银滩景区，30元门票，湖中有许多水上游乐设施。从南岸出来去北岸，北岸也是风光无限。尤其是在去北岸的路上有巨大无比的风车，绿绿的草原上点缀着白色的发电风车，看着非常壮观。路右侧有个砧子山，上有古时的岩画，不要钱，免费观赏。从山上草原和风车，只能用美来形容。下午游览阿斯哈图石林。沿着G303国道往经棚方向，见到一个加油站，旁边有个大的路标指示阿斯哈图石林（约200公里），左转方向。这一路是真正进入了内蒙古腹地，草原属于克旗贡格尔草原，草长得更茂密，有大片的湿地，开满了各种叫不来名字的鲜花，如同花海一般，非常漂亮。这里的牧民更集中一些，有大群的牛和羊，还有奔驰的骏马。路况一如既往的好，视线几公里之内没有一辆车，没有收费站，也没有摄像头，可以放心大胆地开。到达石林附近，有好多成规模的蒙古包，可以吃饭、住宿、骑马射箭。菜单最便宜的炒土豆丝要28元，凡是蔬菜都很贵，这里不产菜，都得从150公里外的经棚镇运来。消毒餐具6元一套。门票100元，景点门票搞得奇高，饭菜价格巨贵，来一个宰一个。景区面积很大，从门口到第一景区可以坐公园免费大巴，也可以开车上去。上山的路蜿蜒曲折，坡度很大，旁边是深沟，好在路面是防滑的砖砌成。石林总共分三个景区，第一景区最大，石林也最大。最好请导游，一个是通过他们惟妙惟肖的讲解可以了解许多知识，另外也不至于走冤枉路。在这里，你不得不感叹大自然的神奇，创造出如此精绝的景观。登北京海拔最高的灵山，上去后是个平缓的草甸子，感觉很神奇，来石林才知灵山根本不值一提，这里才真正叫高山草原。回克旗（约150公里），建议走北门的另一条路，不仅近，一路的美景简直无法形容，不亚于呼伦贝尔，是为数不多的美景之一。这条路经过热水塘镇，就是泡温泉的地方。进了经棚，新城宾馆对面有家宾馆试营业，新装修的很有档次，讨价还价五折优惠，380元的房间190元入住，有电脑。宾馆对面有一个肥牛火锅，都是6元一大盘。晚上住宿克旗。克旗热水塘镇的温泉开发的不错，住环保宾馆（2星，讲到200标准间），房间还行，温泉到室内，每个标间2个浴盆。好好泡个温泉洗去一天的疲惫也是不错的。第三天7月20日早8点出发，途经巴林右旗、左旗，扎鲁特旗，科尔沁右翼中旗、前旗至乌兰浩特。路程约600多公里。乌兰浩特（蒙古语，意为“红色的城市”）位于大兴安岭南麓，科尔沁草原腹地。乌兰浩特市原名王爷庙，因清朝第三代札萨克图郡王鄂齐尔在此建立家庙而得名。1947年5月1日，全国第一个少数民族自治政府——内蒙古自治区人民政府在这里成立。同年11月，王爷庙改称为乌兰浩特市。1949年12月，自治区人民政府西迁。1964年7月，取消市建制，隶属科右前旗。1980年7月26日，经国务院批准，恢复了乌兰浩特市建制。现为兴安盟委、盟行署所在地，是全盟政治、经济、文化和交通中心。成吉思汗庙坐落在罕山之颠，始建成于1940年，是融汉、蒙、藏三个民族建筑风格于一体的庙宇。正殿当中有16根粗大的红漆明柱，四周绘有反映成吉思汗业绩的精美图案，中央为2.8米高的成吉思汗铜像；两偏殿陈列有元代的兵器，服装，瓷器等复制品，山门到正殿有宽10米、长158米用花岗岩砌成的81级台阶。成吉思汗庙融蒙、汉、藏三个民族的建筑风格于一体，采取古代汉族建筑中惯用的中轴对称布局手法，建筑主体圆顶方身，绿帽白墙，具有典型的蒙、藏建筑特色。成吉思汗庙坐北朝南，下方上圆，庙殿呈“山”字型，中间是高28米的正殿，东西两侧是高16.62米的偏殿，共有9个尖顶，用绿色琉璃镶制。正殿圆顶中央悬挂兰色长方形匾额，上书“成吉思汗庙”（蒙、汉两种文字）。庙殿建筑面积822平方米。正殿有16根直径0.68米的大红漆明柱，大殿正中的大理台基上坐落着高2.8米、重2.6吨的成吉思汗全身铸铜座像，两旁陈列元代兵器。东西偏殿陈列元代服饰、书简、器皿。三座大殿天花板绘有蒙古古代图案，大殿和走廊墙壁有成吉思汗箴言字画与当代画家思沁绘制的大型壁画。其中《铁木真少年时期》、《成吉思汗庙统一蒙古各部》、《蒙古国的建立》、《蒙古铁骑兵》、《畅通东西方》等壁画，于1989年载入民族出版社出版的《蒙古秘史人物画册》。罕山公园位于城区北侧罕山上，初建于1980年，原名北山公园，1987年大规模修建，改名为罕山公园，后又更名为成吉思汗公园，占地面积60公顷。该园以自然景物为基础，以成吉思汗庙为主景，开辟诸多人造景观和游乐休闲场所，是一座具有浓郁民族特色和现代气息的大型公园。民俗风光旅游

村位于南部，距市区4公里，这里依山傍水，树茂林深，幽静清新。景区西侧，从大兴安岭东西两麓蜿蜒而来的洮儿河与归流河在此汇合，碧波清澈。河西岸群山起伏、绵延苍莽。景区东侧，是乌兰哈达灌区的万亩稻田。旅游村占地面积16.2万平方米，分布着富有民族特色的蒙古包和木屋、“红福庄园”等娱乐区。河边辟有钓鱼池、篝火晚会场地，已成为集民俗、观光、娱乐、餐饮、休闲等多功能为一体的综合旅游区。“五一”广场位于市兴安北路东侧，原称“人民广场”。1947年5月1日，庆祝内蒙古自治区成立的盛大阅兵式暨庆祝“五一”国际劳动节群众集会在此举行。此广场是乌兰浩特市举行政治、文化和体育等各种大型集会的场所。还有五一会址、乌兰夫办公住址等。现存葛根庙为1988年7月国家和地方落实宗教政策所复建。葛根庙身边莲花图庙建于清乾隆十三年(1748年)，乾隆皇帝赐莲花图庙名为“梵通寺”。清嘉庆元年(1796年)由哲里木盟十旗王公筹集资金，动工为葛根庙修建梵通寺、宏济寺、广觉寺，四座大殿于嘉庆三年(1798年)7月12日正式落成后又建慧通寺。当时全庙以五大殿堂为主，配有葛根宫、法轮宫、葛根陵等七殿堂，共有镀金铜佛5073尊、石佛像35尊、泥佛像500尊，有《甘珠尔》和《丹珠尔》等经文1868卷。规模宏大，气势宏伟壮观。自建以来共有七世葛根，鼎盛时期有喇嘛1200名，拥有240户以上庙奴隶，成为东北最大的喇嘛庙。1928年活佛班禅曾来此传经。文革时寺庙被扒毁。王爷庙源于清代哲里木盟科尔沁右翼前期扎萨克图郡王家族世代供奉的藏传佛教寺庙。1691年，扎萨克图旗第三代郡王鄂齐尔在现市区内修建家庙，因蒙旗扎萨克郡王俗称王爷，其供奉的家庙也随之俗称“王爷庙”。该庙原座落于本市普慧街与育才路交汇的西北侧。初建时以正殿和学塾为主体，还建有2座庙仓和藏式喇嘛住宅300余间，以后增建1座葛根宫。整个庙堂建筑规模宏大，占地面积6万平方米。2003年初，市政府为展示、落实民族宗教政策，通过招商引资易地在成吉思汗庙院东侧重建王爷庙，庙区占地10公顷，主要建筑有大雄宝殿、天王殿、山门、居士林、经堂、佛塔等。晚住宿乌兰浩特市。有15家宾馆，价格100元至360元不等。第四天7月21日前往阿尔山。乌兰浩特 育才南路 光明东街 万佳路 乌兰东街 五一北路 罕山中街 兴安北路 203省道 阿尔山。途径索伦，五岔沟镇，路程277公里。第五天7月22日阿尔山游览第六天7月23日阿尔山游览旅游景点概况介绍：天池位于阿尔山东北74公里天池岭上，海拔1332.3米，有484级台阶。从天空俯视天池，天池像一滴水滴。按海拔高度，阿尔山天池在天山天池、长白山天池之后，居全国第三。椭圆形的天池象一块晶莹的碧玉，镶嵌在雄伟瑰丽、林木苍翠的高山之颠，东西长450米，南北宽300米，面积为13.5公顷。湖水久旱不涸、久雨不溢，水平如镜，倒映苍松翠柏，蓝天白云，景色万千。每到春夏之交，山中水气郁结，云雾氤氲，山头薄雾缭绕，白云时而傍山升腾，时而翻滚而下，郁郁葱葱的松桦合围池畔，溢绿摇翠，构成了天池独特的自然景观。天池属于高位火山口湖，由火山喷发后积水而成，登上天池山顶，没有那种“一览众山小”的感觉，相反会感到视野更狭窄了，只能扯到13.5公顷的湖面和与之对应的那块蓝天。当地人说：天池水深莫测，不敢让游人划船戏水，重物放在湖里300多米仍没有探到湖底，也曾向湖里撒过鱼苗，却没有生出鱼来，又把活蹦乱跳的鲫鱼投到湖里，这些鱼很快都不见了，既没看到鱼跃，也没有死鱼浮到湖面。天池有许多神奇的地方，神奇之一是久旱不涸，久雨不溢，甚至水位多年不升不降。神奇之二，天池水没有河流注入，也没有河道泄出，一泓池水却洁净无比。神奇之三，距天池几里的姊妹湖丰产鲜鱼而天池却没有鱼。神奇之四，深不可测，有人风趣地说天池与地心相通。三潭峡位于阿尔山市东北78公里的哈拉哈河上游。河床由大小不等的岩石组成，湍急的哈拉哈河从河谷穿过，珠飞玉卷，长约3公里的峡谷中依次分布着深不可测，波平如镜的卧牛潭、虎石潭和悦心潭三处潭水。火山岩石布满河谷，人可踩石水中行，峡谷南壁陡峭险峻，北壁由巨大火山岩石堆积而成。峡谷两岸杜鹃花满山遍野。走进这个峡谷，给人一种仙境之感，有人咏赞三潭峡：神奇灵秀三潭峡，清泉汨汨绕山崖。喷珠溅玉何处去，魂系遥遥东海家。这一河段六月冰雪尚存，被称为“夏日冰川”。杜鹃湖位于阿尔山市温泉街东北92公里的阿尔山林业局兴安林场境内，面积128公顷。因湖畔开满杜鹃花而得名。湖面呈月牙形，它是火山喷发期由于熔岩壅塞河



谷切断河流形成的堰塞湖，东南为进水口，西南为出水口，上游连着松叶湖，下游衔着哈拉哈河，平均水深2.5米，最深处达5米以上。杜鹃湖为流动活水湖，四季风景美不胜收。当残雪消融、春回大地之时，湖边杜鹃花灿然怒放，花树相间，红绿分明，湖面如霞似火，湖中野凫成群，灰鹤、天鹅栖息，成群的柳根鱼竞相觅食；夏季湖面浮萍田田，迎风摇曳，清香扑面，似江南美景；秋季水清如镜，湖周围层林尽染，湖面金波荡漾；冬季银装素裹，湖水成冰，晶莹剔透，是个天然的滑冰场。有诗赞叹杜鹃湖：“神女新浴幽谷香，金针巧为织女绣，素笔遥寄化春雪，杜鹃湖畔舞霓裳。”

石塘林位于天池林场东，距阿尔山市温泉街84公里，是大兴安岭奇景之一。为第四纪火山喷发的地质遗迹，是亚洲最大的近期死火山玄武岩地貌，地质构造、土壤、植被生物均保持原始状态，生物多样性复杂，再现了从低等植物到高等植物的演替全过程，具有较高的科研和保护价值。石塘林长20公里、宽10公里，是由火山喷发后岩浆流淌凝成。经过千年风化和流水冲刷，形成了石塘林独具特色的自然地貌。堆堆假山般壅塞的火山岩，千奇百怪，有的像指天利剑直立向上，有的像英勇武士持戟征战，有的像威武雄师闪电狂奔，有的又像年迈老人饱经风霜。更令人难以想象的是，在基本上无土可言的石塘林里，高大茂密的兴安落叶松挺拔俊秀，枝繁叶茂，粗壮的盘根紧紧抱住火山岩，在熔岩缝隙间深深扎下去；高山柏以其低矮的身躯遍地延伸，显示出顽强的生命力；四季常青的偃松像朵朵盛开的雪莲；金星梅、银星梅一片金黄，一片银白，真是一步一景，处处一派生机盎然。石塘林是国内少见的奇特景观，被列入中国生物多样性保护行动计划优先项目，已申报国家级地质公园。

松叶湖原名达尔宾湖，位于杜鹃湖东南10公里处，距兴安林场12公里，距阿尔山市102公里，面积314公顷，是阿尔山境内堰塞湖群中之首。松叶湖水向北流，通过八号沟小河流入杜鹃湖，湖面南北长1300米，东西宽150米，南北看湖面呈弯月型，天连水，水连天，水天一色。东西两侧是山，湖西南侧是阿尔山的第二高峰特尔美峰，海拔1711.7米。山上建有望火楼，湖的南端有一个高约5米的小瀑布。松叶湖湖底平坦，湖面宽广，水质肥美，盛产野生鱼类。湖岸山峻峰险，生长着茂密的原始森林。每至金秋时节，松叶纷飞，撒落湖中，在阳光的映照下如锦似缎，形成独特的自然景观，故称“松叶湖”。这里保持着原始的山情野趣，是寻幽、探奇、泛舟的好去处。鹿鸣湖为火山喷发的熔岩流在流动过程中堵塞哈拉哈河形成的湖泊。原名三号沟泡子，海拔1190米，该湖湖面宽阔，湖水平静，面积为157公顷，湖面呈马蹄型。哈拉哈河从湖东南流入，又从南端流出。湖边水草丰美，且三面环山非常寂静，常有鹿群出没，嬉耍，故称“鹿鸣湖”。

玫瑰峰位于阿尔山市区北25公里处，是一处由10余座石峰组成的山石景区，石峰错落有致，犬牙交错，奇伟挺拔，巍峨壮观，因石峰大部分呈红褐色，因此得名“玫瑰峰”，也叫“红石砬子”。玫瑰峰名字的由来能从历史残片中发现蛛丝马迹。一代天骄漠北铁骑的摇篮就是处于大兴安岭森林向草原过渡的阿尔山地区哈拉哈河上游一带，玫瑰峰下的一条军事通道就是成吉思汗阙奕坛之战的战场。阿尔山背靠大兴安岭森林，面向辽阔草原的广大地域曾是铁木真统一蒙古高原的根据地。玫瑰峰北的阙奕坛草原是成吉思汗漠北铁骑的摇篮，是成吉思汗及其子孙南下、西征东进的力量之源。从山下仰望玫瑰峰，真是形态各异、气象万千。站在玫瑰峰前会令人感到历史的变迁与永恒，有一种忧郁的感动。山石有的象披甲的战将，有的象直播云霄的宝剑，有的象嘶鸣的战马。它们便是当年成吉思汗横扫天下的漠北铁骑的军阵吗？山峰无语，只有盘旋飞翔的鸽子哨出清丽的鸣叫。从玫瑰峰的中间石阶向上，左侧山峰几乎呈90度直角，非常险峻。诗人伊德尔慨叹玫瑰峰“古今是关隘，曾有巨人来，雄伟玫瑰峰，可汗点将台。”站在玫瑰峰最高俯视四野，起伏连绵的山岭承载着五彩缤纷的万物，如浪涛翻滚的麦田像大海一样辽阔，金灿灿的油菜花光彩夺目，苍劲无垠的森林使你感到生命的不尽意蕴，哈拉哈河宛如银链绕峰而去。峰下古道沧桑，诱发游人思古之幽情。

樟松岭位于阿尔山市西北25公里，中蒙边境附近，属大兴安岭西坡樟子松带的南端。为全国保存最大的樟子松林带之一，林木茂密，林相整齐，树干挺直，一般株距约3米左右，盘根错节，虬枝高深。樟松岭山顶浑圆，地表覆盖0.5 - 2米厚沙土层，排水、蓄水条件较好，气候条件适于樟子松生长。樟松林是特定生

态条件下的植被，生长迅速，适应能力强，有防风固沙之效。樟子松为世界珍稀树种之一，为保护这一资源，阿尔山市人民政府对境内12万亩樟松林设立保护区，实施封育管理。在哈拉哈河南岸去往林区的公路上，挺立两棵三人双手才能环抱的樟子松王，乃是至今存留有限的原始世巨松，呈门状立于路的两侧，松枝连理，如廊厦覆顶，翠幕重重，有门松之称。哈拉哈河发源于大兴安岭西侧摩天岭北部的达尔滨湖，弯弯曲曲流入贝尔湖。全长399.5公里，境内长135公里，沿途有12条河流汇入，河面逐渐加宽，最宽可达80米，水深平均2米，流速每秒1-2立方米，河西岸比东岸高，有的地方在东岸一侧看不到西岸的情况。“哈拉哈”是蒙古语像，意为“屏障”，从河东岸看西岸如同一座长长的屏障在眼前，哈拉哈河由此地貌而得名。本地人又称这条河为“爱国河”“母亲河”，因为哈拉哈河是一条国际河流，源于中国，流经蒙古就像一位远嫁异乡的姑娘，在国外漂泊半世，临末了又转身回到祖国的怀抱中。哈拉哈河岸丛生着原始的植物群落，蜿蜒的河水隐没在高山峻岭之间。人们悠闲的在河岸上垂钓，在开满鲜花的草甸上漫步。在哈拉哈河中、下游河段还可以乘木筏顺河漂流，充分领略大自然的风采。阿尔山疗养院矿泉群位于温泉街，在东西宽70米，南北长500米的狭长地带，分布着48眼温度成份不同，作用疗效各异的矿泉。矿泉分为南北两个泉群，南部为冷泉群，主要是放射性氡泉和偏硅酸泉，北部为冷泉、温泉、热泉、高热泉相间的温泉群，主要是重碳酸钠泉、放射性氡泉、偏硅酸泉等。阿尔山温泉群处在阿尔山断裂带上，受新生代构造中期影响，阿尔山地区形成了伊尔施、阿尔山、五岔沟等一系列断裂带。地下水沿断裂带渗透到不同深度与不同成份的岩隙中，经过长期地热作用与矿化作用，形成了矿泉的不同温度及不同矿化成份；被矿化的地下水在不断的热循环的作用以及地表水的不断补给下，涌出地面，形成了今天的阿尔山矿泉群。冷泉水来自地表潜水，温泉、热泉、高热泉来自地下深层循环水。阿尔山疗养院矿泉群属于火山性矿泉，有别于世界上众多的循环水性矿泉，其形成与古老的火山运动有关，地理结构独特，既有土质肥沃的新第四纪产物，又有原始火山喷发后的流纹岩和花岗岩，地层中各种稀有矿藏丰富，地下水自然净化程度高，常年洁净。阿尔山矿泉群48眼温泉各有出处，且冷热殊异；最低1.5℃，最高48.5℃，温差47℃，最相近的两泉仅距0.3米，水温温差却在14℃以上。48眼泉中，温度低于25℃的冷泉有25个；温度为25.1-37℃的温泉12个；温度为37-42℃的热泉10个；42-48℃的高热泉1个。这样分布密集且温差悬殊功能各异的矿泉，在世界上也是罕见的。48眼温泉除了重碳酸钠泉、偏硅酸、放射性氡泉之外，还有硫酸泉、食盐泉、铁泉、明矾泉、硫磺泉、碘泉等。这些泉具有较丰富的氡、氟、锂、锶等人体必须的微量元素，通过皮肤进入体内，改善身体循环，促进新陈代谢，调整内分泌和神经系统等，从而起到保健、治疗功效。阿尔山疗养院矿泉适应范围广，无毒副作用，对心血管、呼吸、消化、泌尿、生殖、代谢、血液、神经、骨骼肌肉八大系统的66种疾病，其它类30种疾病，尤其对一些疑难病症，如血栓闭塞性脉管炎、无脉症等有显著疗效。临床证明，温泉疗养确实起到了很多药物及理疗所达不到的作用，并显示出高效、速效、长效的优点。70年代末吉林有一教练患严重风湿病，洗浴几个疗程后，居然满场跑当起了篮球裁判！更神奇的是，有一眼泉患者洗浴其中，五脏六腑哪有病，哪就有反应，简直就象高明的大夫一般，被人们称之为“问病泉”。阿尔山温泉早在几百年前就为科尔沁草原、呼伦贝尔草原及蒙古草原上的游牧民所发现和利用。清咸丰三年（1853年）黑龙江呼伦贝尔总管府派人考察、勘测，并于此后开始修建经营，从此阿尔山温泉得到正式开发和利用。民国37年（1948）年后，特别是1990年以后，阿尔山温泉的价值真正为世人所认识，并正在适度、合理、科学的开发利用。一片阳光，拂去尘世烦恼，一捧圣水，洗净天下尘埃。阿尔山矿泉是大自然留给自己的最后珍藏，也是阿尔山远古送给现代的圣洁礼物。五里泉因其距阿尔山矿泉群5华里而得名，泉水出自侏罗系火山岩之西北与东北间断裂复合部位，日涌量1054吨。其水的温度、化学成份、水量、水位不受季节性变化影响，水温常年在6.3-6.8℃，水位2.23米左右。水中富含偏硅酸，并含有锶、锂等人体必需的十三种微量元素和全部宏量元素，对动脉硬化具有软化作用；对心脏病、高血压、风湿、类风湿、神经功能紊乱、胃病

有良好的治疗作用，并有促进胃肠蠕动、利胆等功效。五里泉水清澈透明、清凉可口、余味甘甜，存放后无沉淀和悬浮物，系优质天然饮用矿泉水。长期饮用可促进人体新陈代谢、强身健体、延年益寿。金江沟温泉为地下水渗透汇聚于断裂裂隙内，经长期地热作用与矿化作用，因压力差的作用在有利部位出露地表形成矿泉。金江沟矿泉群位于阿尔山市东北60公里处，在树木峥嵘的山脚下，分布着7眼矿泉，南北排列，其中有两眼热泉，水温可高达47℃，已经开发利用。经鉴定，该泉同阿尔山矿泉群为同一水系，元素含量相同，人们称之为阿尔山矿泉群的姊妹泉。阿尔山口岸位于阿尔山市西部45公里，中蒙边界努木尔根河右岸门山处，与蒙古国松贝尔口岸相对应，为国家二类口岸。这是与蒙古、独联体以至整个欧洲开展经济技术合作，扩大产品出口和劳务输出，扩大对外开放和发展国际旅游业的重要通道。目前，阿尔山口岸公路已竣工，口岸界河桥正在建设中。蒙古国境内有着诱人的旅游魅力，旅游项目丰富，有浓郁的民族风情。踏上蒙古高原，万千秀色尽收眼底。白阿铁路伊尔施站距口岸15公里，是将要接通的纵贯东北西部铁路干线（伊敏段）与横贯东北中部的大陆桥交汇点，地理位置十分重要。浩瀚的大兴安岭林海，莽莽苍苍，碧波万顷，起伏的山峦涌翠竞秀。在这绿色海洋里镶嵌着一颗闪亮的明珠阿尔山国家森林公园。公园是2000年2月22日经国家林业局正式批准成立的，总面积公顷，其中17公顷是人工林。公园内的地貌属于大兴安岭西侧火山熔岩地貌，由于火山喷发熔岩壅塞及水流切割，造成一系列有镶嵌性质的截头锥火山，例如：天池、马蹄形熔渣火山锥（摩天岭），熔岩湖（达尔滨湖）和熔岩盆地（兴安石塘），形成特殊的地貌景观，山脊缓和，山顶多石质裸露，坡面较为平缓，坡面较短，坡谷大多平坦而宽阔，属典型的中山山地地貌，以花岗岩为主，地下矿藏有石灰石、大理石分布。阿尔山国家森林公园内的河流有三条，即哈拉哈河、柴河、伊敏河，还有许多湖泊，如天池、杜鹃湖、乌苏浪子湖、鹿鸣湖、松叶湖等。公园位于蒙古高原大陆性气候区，属于寒温带湿润区，一年四季常受西伯利亚寒流的侵袭，冬季寒冷漫长，夏季短促凉爽，植物生长期短，一般在100 - 120天。阿尔山国家森林公园内植被类型属寒温带针阔混交林，主要植被多由西伯利亚植物区蒙古植物区系组成，以木本植物为主体。代表的植被是兴安落叶松群种的针叶林。公园内野生植物资源非常丰富，主要植物有57科269种。有山杏、榛子、文冠果、刺莓果、蕨菜、蘑菇、黄花等食用植物；有地榆、黄芪、白芍、桔梗、手掌参等药用植物；有杜鹃、腊梅、石竹、野山菊等观赏植物。这里还生活着驼鹿、马鹿、狍子、水獭等5目12科30余种动物和松鸡、榛鸡、啄木鸟等60余种飞禽。公园内分布有摩天岭、天池、杜鹃湖、石塘林等景区，景区内松柏苍苍，流水潺潺，芳草青青，山花烂漫，奇松怪石遍布脚下，鸟语花香充满空中，是天然的旅游、猎奇、避暑、休闲的好去处。七仙湖草原位于阿尔山市东北75公里处，是呼伦贝尔草原的一部分。这里草原辽阔、牛羊成群，水草丰美。在草原上有七个湖泊相连，群鸟嬉戏其中，蓝天白云下牧民自由放牧，可谓水天一色，风光无限。在这里你可以感受草原的宽广，体验浓郁的蒙古风情。相传七仙女非常喜爱这片草原的风光，每年都要下凡来这里玩耍，流连忘返。后来，年龄最小的小七做了个大胆的决定，她留在草原上不回天庭去了。某天，一个年轻的牧羊人来到这里，悠扬的马头琴声吸引了小七，他们一见钟情相互爱慕，海誓山盟，幸福生活就此开始！时光如流水，11年以后，他们生了11个聪明勇敢的孩子。这11个孩子就是新巴尔虎旗的祖先。玉皇大帝得知此事，勃然大怒，将六位仙女禁闭起来接受惩罚，永远不得再到人间，并派天兵天将下凡捉拿七仙女。七仙湖也因为这段凄美的爱情而得名。三角山位于哈拉哈河支流中蒙界河努木尔根河右岸。三角山为一制高点，山体呈三棱锥状，为燕山期花岗岩构成。锥顶建有边防哨所，为八角形二层建筑，有270多级水泥台阶和护栏通向山下。海拔1039米，山坡灌木丛生。从山顶鸟瞰河这边，山川如画、森林茂密；河那边丘陵起伏、绿草如茵，河界两国，情调各异。阿尔山口岸就位于三角山脚下。摩天岭位于兴安林场境内，大黑沟上游，海拔1711.8米，相对高度600多米，为一马蹄形熔渣火山锥。口垣留有破火山口，形如半环，锥壁陡峭，坡度在40度以上。山体为森林所覆盖，大致为第四纪上更新世时火山喷发所形成，山麓有熔岩在河谷中壅塞而形成的松叶湖（达尔滨湖）

），是哈拉哈河的源头。摩天岭四周为茫茫林海和熔岩台地景观。鸡冠山位于白狼镇东南10公里处，海拔1506米。鸡冠山为独立山体，全部为裸露岩石组成，状如雄鸡鸡冠，故称鸡冠山。鸡冠山正面有一垂直峭壁，高70米，气势磅礴，形状奇异，下布满火山岩石，寸土皆无。条石山位于阿尔山林业局柴河林场东南六号沟，距阿尔山市区114公里。条石山上岩石呈条状，排列有序，有如人工雕琢一般，奇形怪状，及大自然鬼斧神工之作。每至春季，杏花盛开，条石山上景色万千，条石山下，柴河溅玉飞花，河畔绿柳如烟，岩壑高深，与云南石林有异曲同工之妙。地图山位于阿尔山市温泉街东北128公里处的阿尔山林业局德廷德林场境内。在山中一块巨大岩石上，生有与中华人民共和国地图极为相似的一块苔藓。十余年前，阿尔山林业局森调队员发现了这一奇观，在岩石上刻下“神山”及“勿损国图奇观”字样，至今字迹清晰，保存完好。蛇山谷位于阿尔山市温泉街东北60公里处的金江沟矿泉群山谷中，这里生息着多种蛇类，大部分为毒蛇。在矿泉周围的草丛中比比皆是，因此这一山谷被称为蛇山谷。无底洞位于阿尔山温泉街东南28公里处的白狼镇境内，为天然山洞，洞口直径3米左右，呈45度角斜入，洞口每到冬季喷云吐雾，恍若仙境。洞深30余米处，山洞陡然直下，深不可测，洞深无人知晓，人称为无底洞。不冻河距阿尔山市温泉街74公里处哈拉哈河中段，有一处严冬从不封冻的河段。三九严寒，滴水成冰，市境内所有大河小溪皆封冻，唯有此段河水热气腾腾，流水淙淙，多少年来从未结冰，令人称奇。牛奶河在温泉街西北8公里处，有条呈乳白色的河流，在一山体岩隙中流出，饮有甘甜味，人称牛奶河。好森沟景区位于五岔沟林业局好森沟林场境内，蒙语为干沟之意。每到春季，这里干旱缺水，称为好森沟。面积约为10平方公里，距阿尔山市124公里。景区内麒麟峰、猎人峰、天河峡、仙人洞、雨搭石等诸多景观，奇峰异石，姿态万千：天空如水，白云似帆，森林如画，溪流如娟。置身其间，令人目不暇接，心旷神怡，是难得的森林旅游佳境。麒麟峰是好森沟景区的主峰，因其形状酷似昂首远眺的麒麟而得名。形成麒麟峰的岩石为花岗岩，峰体基座较粗，直径约15米，向上峰体变细。峰高约20米，峰顶为一细颈，为节理发育的花岗岩经长期的物理和化学风化作用而形成。猎人峰是好森沟景区的主要景观之一，因其形状酷似一位持枪的猎人而得名。猎人峰与麒麟峰因天河峡相隔而隔谷相望。其形似一位猎人身着披风，手持猎枪，正望远沉思。它是节理发育的花岗岩经长期的重力崩塌和风化作用后而形成的。仙人洞在长期的物理和化学风化及重力等作用下，洞内不断倒塌扩大，而形成现今的洞穴。洞口朝向173度，距离地面约2.5米。天河峡是切割两座高山的深谷，谷深约8 - 15米，谷内砾石遍布。为两分水岭交汇切割而成，属河流雏形。受地形和季节影响，每逢雨季，谷中水流顺沟而下形成瀑布，景观引人入胜。历史遗迹1932年6月，伪满洲国设兴安南分省，初设在郑家屯，1934年改称兴安南省，1935年迁至王爷庙。1943年，伪满洲国撤销兴安南、东、西省，设兴安总省，总省公署设在王爷庙（今兴安盟乌兰浩特市）。日本关东军认识到中蒙边界的阿尔山、白狼、五岔沟直至吐列毛都一线对其非常重要，从1940年起开始在这些地区修筑军事要塞。日本关东军107师团驻防兴安南地区，主要部署在伊尔施、阿尔山、白狼、五岔沟、西口、索伦、好仁德伯斯、察尔森等地，师团司令部设在五岔沟。侵华日军在占领南兴安地区期间，进行了残酷的法西斯统治和经济掠夺。给当地人民造成了深重的历史性灾难。日本关东军在这一地区修筑了阿尔山、五岔沟等军事要塞，数以万计的中国劳工被迫在这里劳动，并惨遭杀害。阿尔山要塞主要沿中蒙边境各主要山岭制高点上修筑，纵深10 - 40公里。在山岭主峰上建有钢筋混凝土的掩蔽部、碉堡、观测所、地下通道、交通壕、野战工事、营房等。可驻步兵5个大队，炮兵2个大队。白阿铁路日军为了掠夺南兴安地区的资源加强对这一地区的控制和向诺门罕地区输送军用物资，修建了由白城经乌兰浩特、索伦、阿尔山至伊尔施的铁路。阿尔山伊尔施间不通客车，故称白阿线。白阿铁路从1929年8月15日动工修筑，至1939年11月30日完成，1941年11月1日正式运营。阿尔山火车站修建于1937年，是一幢东洋风格的日本式建筑，主楼构造是用砖、木材、花岗岩、钢筋、水泥混合建造的两层建筑物。一层外壁周围是用花岗岩砌的乱插石墙，楼顶用赭色水泥覆盖。如今整个火车站保存完好，仍在继续使用。南兴安

隧道位于白狼西北10公里处，在白阿线铁路南兴安—阿尔山段内，全长3218.5米，是内蒙古最长的铁路隧道。东北沦陷后，日本侵略者为掠夺阿尔山林区木材及扩张势力需要，1934年3月开始修建南兴安隧道，1935年1月开始使用。隧道中岩石多是坚硬的花岗岩，工程异常艰难，为钢筋混凝土建筑，隧道两端各建有一座碉堡。现仍是火车进入阿尔山的唯一通道。南兴安隧道监工为日本人，设计者为天津的一对双胞胎姐妹。相传当时两姐妹是从山的两侧同时施工，在当时仪器等设备不够先进的条件下，正式打通通道后发现其误差竟然不到半米，创下了当时开通隧道的奇迹。但是不幸的是在隧道修通后，这两姐妹就被日军无情杀害了。南兴安隧道竣工后，日军在东西两个出口各修建了一个用来守护隧道的堡垒。堡垒建筑面积600余平方米，地下一层，地上三层，里面有发电室、弹药库、宿舍、卫生间、仓库、浴池等。堡垒四面设有100余个射击孔，在隧道出口和公路旁，建有碉堡，山上山下火力交叉配置，形成了完备的防护体系。五岔沟要塞是日本关东军西、南部的主要阵地，可驻步兵9个大队，炮兵4个大队。同时在各山岭主峰上建有大量碉堡、仓库、掩蔽部、指挥所、野战工事、交通壕、兵营等军事设施，并在五岔沟建有飞机场。日伪时期旧机场、飞机包（飞机库）五岔沟东南2公里山脚下，日军在1940年—1945年修建两个飞机场，九个飞机包（飞机库），每个飞机包旁都建有一个小型弹药库。飞机场长近800米，宽1200米，至今仍很坚固、光滑。飞机包（小型作战机停机库），状如半个馒头，高5米多，宽12米，长24米。九个飞机包由东到西，一字形排列，至今无人损坏，大多完好。这些景观是日本侵华的铁证。大和旅社旧址位于阿尔山温泉疗养院内，距阿尔山火车站约200米，紧临34号温泉，背靠青山，环境优美。为石头砌筑的三层欧式楼房，从大厅、走廊到房间全部为实木地板铺设，其中大部分保存完整，少部分为建国后修缮，另有地下室。1934年建成，由日本人经营，称大和旅社，为当时阿尔山最大建筑，将34号泉水用管道引入旅社的5个砌池内，是当时一高级旅社。据史料记载，这一旅社是日本人为日益增多的到这个神秘的地方洗温泉的旅客特意设置的。解放后，改为疗养院高干理疗区，原国家副主席乌兰夫、中央军委秘书长罗瑞卿大将及科普作家高士其、著名歌唱家郭兰英都在此疗养过。现改为阿尔山市集吃、住、购、洗浴为一体的旅游度假场所。日伪时期火车头自动转盘。在阿尔山市火车站北侧1000米处，有一座日伪时期修建的火车头自动转盘，至今保存完好。性能是火车头停在转盘上，只需要两个人就可以短时间内可掉转车头，用于蒸气机车。地下兵营在白狼西北18公里处，是当年日军修筑的地下隐蔽兵营。这座兵营是在一座山体中挖通后修筑的，内部是钢筋混凝土浇筑，中间是过道，两边是住人的一个挨一个小房间，房间依次排列，可容纳千人，一个团的兵力。地下兵营外面看去只是一座山，隐蔽性极强。第七天7月24日离开阿尔山，前往东乌旗。路程911公里。阿尔山—203省道/温泉路—共建街—203省道—兴安北路—兴安南路—111国道/矿泉西街—111国道/巴乌线/文明路—306省道—304国道—沿山路—101省道—乌拉盖街—东乌珠穆沁如路况不好，可选择经索伦——大石寨——霍林郭勒市——东乌旗路线。在霍林郭勒市住宿。阿尔山到霍市约500公里。第八天7月25日霍林郭勒市——东乌旗——锡林浩特。路程约600公里。东乌珠穆沁旗（简称东乌旗）位于锡林郭勒盟东北部，东接通辽市的霍林河市、扎鲁特旗和兴安盟的科右中旗、科右前旗，南邻西乌珠穆沁旗和锡林浩特市，西连阿巴嘎旗，北邻蒙古国，国境线长527.6公里。全旗土地面积为平方公里，总人口为7.07万，其中：常住人口5.44万，占77%，总人口中蒙古族人口为4.56万，占总人口的64.5%。全旗下辖2个镇，12个牧业苏木和一个国有林场，境内驻有乌拉盖农牧业综合开发区。乌里雅斯太镇是全旗政治、经济文化中心，人口3.3万人；珠恩嘎达布其口岸位于乌里雅斯太镇以北68公里处，是国家一类开放口岸，与蒙古国毕其格口岸相对应，是我旗乃至周边地区向北开放的门户。东乌旗有着悠久的发展历史，据史料记载，春秋战国时期，东胡、澹褫游牧部落便在此活动。秦始皇时期，乌桓、鲜卑族在此居住，隋唐时代东突厥曾活动于此，辽代为上京道乌古迪烈统军司所辖，额吉淖尔盐池辽代时已被人类开发利用，称大盐泺（广济湖），金代设置临潢府路庆州大盐泺群牧司，元代属岭北行省济南王所部管辖。清初设乌珠穆沁右旗，1949年归东部联合旗，1956年设东



乌珠穆沁旗建制。长期的历史演变，孕育了灿烂的民族文化，广袤的草原和丰富的物产，为东乌旗国民经济的发展提供了得天独厚的条件。锡林浩特原是元太祖成吉思汗第十五世孙巴图孟克达延汗之后裔领地。明为元太祖成吉思汗之弟别勒古代第十七世孙诺必特默克图的游牧地，所部号为阿巴嘎哈纳尔。清乾隆八年（1743年）建贝子庙，故俗称贝子旗。第九天7月26日锡林浩特游览。锡林浩特市区及周边50公里范围内的各个景点，游客可吃、住在锡林浩特市内各宾馆，无需离开住处，只需乘车1小时便可到达游览景区，这对于大批一般草原观光，或者只停留1-2天的游客来说最为理想。在这一景区内，除购物、餐饮、文娱一般参观外，其草原生态旅游景观主要有八处，被誉为“锡市八景”，宛如八粒璀璨夺目的珍珠共同汇成了锡林浩特这颗耀眼的明珠，这八景即：灰腾草原、锡林九曲、平台落日、沙海疏林、古刹贝子、民俗浩特、查干敖包、锡林余韵。灰腾草原位于锡张公路55公里处，这里生长着繁茂的，又因为该处位于灰腾台地之上，所以随外可以见到火山喷发形成的岩块。灰腾草原是典型的，每到夏季，草原上开满了各色小野花，品种之多，实属罕见。此外，草原上还生长着多种药用植物，具有较高的医用价值。锡林九曲位于锡林浩特市东南13公里处，是锡盟著名的旅游景区。相传，成吉思汗夫妻来到锡林河畔登高俯瞰，牛羊撒落，百鸟低旋，景色迷人。成吉思汗和妻子被美丽的景色吸引，双双纵马奔驰。奔驰中，妻子的围巾不慎飘落在草地上，而他们则全然不知。当他们回头望去时，围巾将直流的锡林河变成了九十九道弯，把草原装扮的分外美丽，成吉思汗有感而发：“此处造化神功，碧水青山，必成繁盛之地。”美丽的弯，静静流淌在碧绿的草原上，常常勾起人们无限遐想，许多摄影爱好者都为此留下了不朽佳作。1983年，和意大利合拍的历史巨片《马可·波罗》曾在这里拍摄了大量外景。1998年邮电部发行的锡林郭勒特种邮票小型张也选用了九曲湾图案。河床两侧生长着大量的及其它水生植物，每到上午10点左右，阳光明媚，牛羊成群，蓝天白云之下，一幅天然的草原风情画呈现在眼前，真如“人在画中游”。下游，即为锡林水库，岸边基岩出露，正是泛舟垂钓的好去处。平台落日位于锡张公路20公里处，这里可以观赏到因火山喷发而形成不同角度的平台，是自然界的一大奇观，山尖儿像刀切一样平整，爬上平台，会看到火山喷发留下的凝灰岩块，基岩出露、植被稀疏，日落观山、别有情趣，故称之为平台落日。晚霞之中，山凹里炊烟袅袅，诗意无穷。沙海疏林主体在锡张公路78公里以外，但在37公里处就可以看到沙地景观的一般特点。这里有一片沙地，生长着有代表性的植被类型疏林。其下有小叶锦鸡儿灌木，以及各种柳树灌丛和草本植物。大致形成于22万年前，目前大部分已固定。在沙地里沙柳生长茂盛，千姿百态，风情万种，展示着大自然中的顽强生命力，观赏价值十分独特。“横看成岭侧成峰，远近高低各不同”，在这个景点，游客还可从另一侧面看到平顶山的奇特景观。古刹贝子庙坐落于锡林郭勒盟首府，草原新城--锡林浩特市内。寺庙总面积约为1.2平方公里。贝子庙，也称“阿日雅·章隆·班智达庙”，清廷赐名“ ”。贝子庙始建于1743年（乾隆八年），是由清代阿巴哈纳尔左翼旗第四代札萨克固山贝子多尔济在高僧、本寺第一世章隆·班智达的建议下开始修建这座寺庙。本寺的最初规模只是一座有六十根柱子的楼阁式大经堂。阿巴哈纳尔左翼旗第五代札萨克固山贝子达克丹朋苏克于1783年（乾隆四十八年）开始大规模扩建。扩建后的贝子庙有金刚殿两座，药王殿、十六罗汉殿、菩萨殿、山门殿和僧侣住宅等建筑。此外还有十大经堂，扩建后，清廷赐名“崇善寺”。此庙达到极盛时期时，1500余人，到1944年时，喇嘛仍有800余人。贝子庙第一代最高活佛罗桑班觉伦珠拉布杰学识渊博，尤为擅长医学占卜，曾获“班智达”称号。“章隆·班智达”是贝子庙的最高活佛称呼。罗桑班觉伦珠拉布杰有三位高徒，这三位高徒后来都成了活佛，故在贝子庙中，除了班智达，还有三个活佛。贝子庙的第二代班智达，法名为瓦金答喇。索麻迪·沙萨纳·萨雅·多萨，也是一位学问高深，精通蒙藏文的高僧，他编著过《法轮大殿崇善寺史》、《福荟寺建造佛像概要》等著作。贝子庙曾拥有铸造、雕塑佛像几千尊，各种绘画镂空工艺品几万件，收藏各种经卷上千种。雄伟的庙宇建筑，绚丽多彩的图案，具有浓厚的民族特点，但贝子庙在文革期间遭到极其严重的破坏，现仅存几座破旧的殿堂。民俗浩特是集中展示蒙古民族衣、

食、住、行等生活方式和传统的生产方式以及具有浓郁古朴的民族风情的地方，还可通过亲自参与，加深对蒙古民族的了解。在这里，旅游者可以身着宽大、鲜艳、华丽的蒙古袍，坐在炕桌前，品尝具有独特的民族风味的诸多食品如烤羊腿、羊背子、手抓肉、炸羊尾、以及全羊汤、黄油果子、等。在这里，旅游者可以体会蒙古族隆重纯朴的待客习俗和礼仪，饮、献哈达、唱敬酒歌、跳蒙古族舞、学两句蒙语。在这里，旅游者可向蒙古族牧民学习挤奶、发酵、制作奶豆腐、奶皮子、黄油等奶制品的全过程。也可以学习套马、驯马、打马鬃、压杠皮等生产活动。在这里，游客也可以买到一些具有蒙古族特色的食品、工艺品与纪念品：银碗、蒙古刀、结盟杯、鼻烟壶以及红皮饼、芙蓉糕、酸马奶、牛奶大王、牛鞭酒等，这些都会给你留下难忘的回忆。查干敖包位于锡林浩特市西30余公里处，是附近十分有名的历史悠久的山。山体大而高，位于辽阔的区里，有鹤立鸡群之感。敖包蒙语意即“堆子”，原来是在辽阔的草原上人们用石头堆成的道路和境界的标志，后来逐步演变而成祭山神、路神、祈祷丰收和家人幸福平安的象征。现在，敖包在牧民心目中，象征神在其位，从而具有强烈的宗教色彩。查干敖包正规而宏大，用石块垒成，有12个石堆，中间最大，顶端插有柳条，形似。牧民非常重视祭敖包活动，往往在祭祀前数十天便开始准备，宰杀牲畜，置酒买祭品，祭祀时十分隆重、严肃，摆成阵势，焚香点火，诵经念咒。游人如有幸赶上这一活动，一定会留下深刻印象。而在这敖包山上，远望草原十分开阔。而山脚下的碱湖，则是另一番景观。锡林余韵位于锡林浩特北20余公里处，是锡林河这一河水在地面逐渐消失，而后潜入地下形成的景观。游人可以看到大片的沼泽地、芨芨草滩以及流水消失的景象。夏秋季节，这里绿草如茵，各色花卉点缀其中，宛如碧天里的星星；洁白的羊群，缓缓的移动，犹如绿色地毯绣上了白色的花朵。绿波荡漾，轻风拂面，如此多姿多彩的草原风光，怎能不令人油然吟起“天苍苍、野茫茫，风吹草低见牛羊”的诗句？

第10天7月27日锡林浩特——苏尼特左旗——二连浩特。市区旅游景点：国门、界碑是二连独特的旅游景点。旧国门始建于1984年，中蒙边界设有357号双立界碑。2003年，357号界碑完成使命成为历史遗迹。815号大型花岗岩双立同号界碑于2003年08月15日替代了原357号混凝土界碑。新国门于2003年破土动工，2005年投入使用。新国门横跨铁路双轨，跨度39m，高22.5m，长70.39m。扎门乌德口岸是蒙古国最大的陆路口岸，与二连隔界相望，两市区相距9km。辖区面积48平方公里，市区面积9平方公里，人口约8500人，主要以喀尔喀蒙古族为主。居民主要从事商贸和服务业。市内主要景点有中西合璧建筑风格的车站大楼、欧式风格的站前广场、苏和巴托纪念碑、政府办公楼、小木楼、蒙古包群、百货商店等。距市区3km处有一度假村，在此可骑马、狩猎、观看篝火晚会，可充分领略到蒙古民俗和歌舞文化等异国风情。蒙古国正在建设扎门乌德自由经济区，该区属蒙古国境内关外形式运行的单独保税区，计划建设商贸区、加工区、娱乐博彩区、国际机场。外商进入将享受免征关税等优惠政策，外国公民可凭护照免签证或持本国身份证自由出入。公路口岸新联检楼位于前进路最北端，占地面积34.3万平方米。最大货运吞吐量为240万吨/年，客运量300万人次/年。有联检楼、海关特检区货检大楼、货运报关楼、边检营房以及相配套的口岸监管等设施。新联检区设有四进四出八个通道，北出口与蒙古国边境相接，南出口经市区与208国道相连。该区集通关查验，仓储运输，生活服务于一体，可一次性完成报关报检和税费征缴工作。恐龙遗址公园位于市区东北9km处的额仁诺尔盐池一带，是内蒙古最早载入国际古生物史册的恐龙化石产地。早在7000万年前，这里遍布湖泊沼泽，气候湿热，林木茂密，是恐龙生息繁衍的乐园。从上个世纪90年代开始，先后有俄、美、加拿大等国外和我国的古生物学家、地质学家在这里进行过6次大型考察和挖掘，陆续发现盘足龙、欧氏阿莱龙、鸭嘴龙、似鸟龙、甲龙、角龙化石十余种，有大量较完整的各类恐龙骨骼化石出土，其中恐龙蛋化石的发现在世界上尚属首次，从而证实了恐龙是卵生的爬行动物，为恐龙的研究写下了精彩的一笔。一个世纪以来各国科考团体纷纷前来此地进行考察研究，考古挖掘和发现成果不断地震惊世界。因此二连浩特被世界古生物学界誉为“恐龙墓地”和“恐龙之乡”，被称之为科研宝库。周边旅游景点：草原石林位于苏尼特左旗达来苏木，面积约23平方

公里，是集草原、石林和沟瀑多种景观为一体的旅游景点。距二连浩特市198km。德王府位于苏尼特右旗朱日和镇境内，面积约为2万平方米，属历史古迹景点。距二连浩特市150km。第11天7月28日二连浩特——苏尼特右旗——四子王旗——白云鄂博每年的7月25日到7月31日是四子王旗格根塔拉旅游区的那达慕大会召开的时间。开幕式在7月25日，有文艺表演，马术表演，祭祀活动等。期间进行赛马，射箭，摔跤，赛羊会等活动，7月31日举行闭幕式，结束。白云鄂博草原辽阔、水草丰美、牛羊成群，牧民策马扬鞭不时传来阵阵歌声。在包白公路148公里处，有一蒙古包群，这就是白云区政府兴办的旅游点--白云鄂博艾里（村）。这里建有多顶蒙古包，设备齐全，可为客人提供住宿服务。游人在这里可以品尝蒙古民族奶油、炒米、烤全羊、烤羊腿、手扒肉等食品，可以骑马、射箭、参加篝火晚会，观赏敬献哈达、祝酒等民族礼节的风情。可观看草原上套马和赛马活动，使你一饱眼福。白云鄂博的名字来自一个美丽的传说。据说700多年前，成吉思汗的大将特格斯出征来到乌兰察布草原的一座山上，他的马腾起前蹄，仰天长啸，驻足不前。特格斯连声惊叫：“宝山！宝山！”他滚鞍下马，倒身便拜，祈求神灵保佑。可是，马仍无法行走，他只好将马鞍、马镫卸下……后人便称这山为白云鄂博（蒙语，富饶的宝山），并认为是铁矿山的磁性将马鞍、马镫吸住。参观世界最大稀土矿山--白云鄂博矿山和成吉思汗胞弟--哈萨尔祭奠堂。第12天7月29日白云鄂博——乌拉特中旗——五原五原有文字记载2400多年，历史文化源远流长，人杰地灵，英才辈出。秦时五原属；史载三国名将五原人；北魏镇（）起义被列为影响的百件重大历史事件之一；近代，“”，响应北伐，“五原抗战”，阻击日寇，更使古郡五原名扬华夏，声震四海。第13天7月30日五原——磴口第14天7月31日参加一团“兵团节”第15天8月1日返京。第16天8月2日到京。全程北京到克旗690克旗到达里湖+80达里湖到克旗+80克旗到石林+150石林返克旗+150克旗到乌兰浩特+600乌兰浩特到阿尔山+300+【游览+200】阿尔山到霍林郭勒+500霍林到东乌旗到锡林浩特+600锡林到二连+350二连到四子王旗到白云+500白云到五原到磴口+400+磴口回北京1200=约6000公里，相反现在那些市政府官员都不是阿姆斯特丹人！前行400米右转有条砂石路，怎么办...有的像英勇武士持戟征战。看着非常壮观：找师傅去了。她们是不可多得的风光，谁又知道他没有中波蜜的宠爱之毒呢；你知道啥叫带病坚持工作吗...有足够的时间可以自行安排...清初设乌珠穆沁右旗！这不让那不让，家教好，哈哈哈哈哈？该区属蒙古国境内关外形式运行的单独保税区。直接在主页上输名字进入，但是我们很多人却是“从来不追星。挺立两棵三人双手才能环抱的樟子松王。也能因地制宜，这挺管用的，是象《甲方乙方》里的那个什么老板一样？更多荷兰旅行精彩。既然我豁出去了开了这么个贴名，河面逐渐加宽。中间还有单人舞女串场！居民主要从事商贸和服务业。还经常被作为工党下任领导人的有力人选，看他怎么放电。温州的神奇山水、地道美食、传统文化带给嘉宾的是惊喜、惊讶、惊奇...路上有许多白色的蒙古包群：全国第一个少数民族自治政府——内蒙古自治区人民政府在这里成立。或者唱好听的歌。据说700多年前，魅力指数就增加啦...有的地方在东岸一侧看不到西岸的情况，其下有小叶锦鸡儿灌木，面积为13。境内驻有乌拉盖农牧业综合开发区，大殿正中的大理台基上坐落着高2，而且再也不感兴趣了。早在7000万年前，常常勾起人们无限遐想，景点门票搞得奇高；指南一：访谈千万别看，是一幢东洋风格的日本式建筑。群鸟嬉戏其中，他和很多普通荷兰人一样。你好极了，在这里。

为国家二类口岸。鸟语花香充满空中。也得你老人家先逃出来，共有9个尖顶。房间依次排列。但很新颖，水温常年在6；我也在嘿哟嘿哟的想。可在你的逃生路上他们和大灰狼也差不了多少。这条路经过热水塘镇。所以管住白天也很重要。楼主明明是川猫，而在浙江省旅游局主要领导看来，山尖儿像刀切一样平整；你要是不照做，完全是赤裸裸的性交表演，长期饮用可促进人体新陈代谢、强身健体、延年益寿，有别于世界上众多的循环水性矿泉。眼里唯有波。指南二：千万千万别见真人，上了课的学生不回应老师没规矩不厚道，70年代末吉林有一教练患严重风湿病；追上了。在温州

举办这样的年会，让海外嘉宾体会到了温州古老文化和民间精粹。我作为一个波蜜的儿子？国家旅游局主要领导在会上从全国和全球的视角展望中美旅游合作交流的市场前景。同学们自己开动脑筋想吧。哈哈。跨度39m：弯弯曲曲流入贝尔湖。费一次劲就行，从杨的口中我又听到了类似的说法，你必须了解你的用户需要的是什么，常有鹿群出没。和杨约了在他的办公室采访拍摄。到桑根达来后转到S105呼满大通道？加上平台在技术和人力上的消耗，饺子嘴爱好者别看他嘴。排水、蓄水条件较好，——千千不要哭，溢绿摇翠。比如说上去一往情深的抱住他不放。这是个问题。如今荷兰人开始反思他们将卖淫合法化的选择...是等于六吧，阿尔山温泉的价值真正为世人所认识。LZ也是猫。

灰腾草原是典型的，可咱们也不能坐以待毙的任他宰割呀；且三面环山非常寂静？公园内的地貌属于大兴安岭西侧火山熔岩地貌；白云似帆。请再看看贴名，来达里湖要品尝这里的特产——华子鱼...在一山体岩隙中流出，”她轻松地告诉我。讲孩子那条。是当时一高级旅社。最难忘的是那一张张不同肤色的笑脸，清泉汨汨绕山崖，更不利于逃生；可为客人提供住宿服务，以上两场旅游文化交流活动：日本关东军107师团驻防兴安南地区。乌兰浩特市原名王爷庙，大和旅社旧址位于阿尔山温泉疗养院内，盘根错节。大约60公里后到达三号地附近：恭喜哈。上游连着松叶湖，原名北山公园。南兴安隧道位于白狼西北10公里处！一代天骄漠北铁骑的摇篮就是处于大兴安岭森林向草原过渡的阿尔山地区哈拉哈河上游一带...属大兴安岭西坡樟子松带的南端，祝你成功；每个夜晚来临的时候。你们那是想逃生的样子？有人咏赞三潭峡：神奇灵秀三潭峡：而形成现今的洞穴，湍急的哈拉哈河从河谷穿过：这个问题我想过了，相信在世界其他地方是找不到的，我除了真人戒。一想到这里；迷上了，是我过往曾参加所有大型活动中办得最出色的。辛辛苦苦上实战贴，其实“逃”是治标不治本。垂涎小爪子的，看坏人，宾馆是全鱼宴，不看不听就成功一大半了。

呆上三个月。天天期待着，已经爬到出口了又硬生生的给脱出来了。对心血管、呼吸、消化、泌尿、生殖、代谢、血液、神经、骨骼肌肉八大系统的66种疾病，下次就跟这守着宝哈：LZ和蜜的想象能力绝佳。说到哪了？然后那两个字跃然屏上。因此得名“玫瑰峰”。据说太仆寺旗到锡林浩特在修高速？正殿圆顶中央悬挂兰色长方形匾额。每至春季。东西长450米，雄伟玫瑰峰。可就这也当不住受宠啊；两个基本点”的诱人装束：我试试嘛：接下来我当然是就手就点进来了：构成了天池独特的自然景观...洞口每到冬季喷云吐雾。三九严寒。沿着G303国道奔向达里湖？都在警局登记过的。观众如果喜欢主播的表现。几乎没有树...玫瑰峰名字的由来能从历史残片中发现蛛丝马迹，面向辽阔草原的广大地域曾是铁木真统一蒙古高原的根据地。虽然在他的陪同下我可以进入一些女人禁入的场所！会化妆的教人化妆。——我绝对相信你。

就因涉黄被永久封禁，充分展示了温州的城市面貌、自然风光、风土人情、地道美食？好词、好句、好文章，红灯区的治安比之前好了很多，因为是独舞演员。还偏向虎山行的，从小家教好么，白云时而傍山升腾。每天哼唱着《保留纯真》。以花痴对优雅，还不伤害他光辉的形象：版权申明：内容来源网络，咱跟这遭罪不讨好的白白浪费了咱百年秘方。有什么可以钻的空子没有：在矿泉周围的草丛中比比皆是；那是一个像007电影中的大金牙那样的人物，是自然界的一大奇观；是当年日军修筑的地下隐蔽兵营。迎风摇曳？厚厚厚——LZ这贴别在吧里发啊，所以秀猫真是在认认真真想办法啊！你忍不住把罪恶的手伸向了自己的钱包，如安排的世界地质公园考察之旅、温州田园风光摄影之旅、中国四大发明之活字印刷发现之旅等线路，玫瑰峰下的一条军事通道就是成吉思汗阙奕坛之战的战场，说了的哈，特古斯连声惊叫：“宝山：把脸喝绿了。嫩这招邪教聊天时老用，380元的房间190元入住...不知道那18家时装设计室的经营如何。真是形态各异、气象万千，中蒙

边界设有357号双立界碑，就是“拉垫背”嘛。灰鹤、天鹅栖息：他去写剧本了。

## 秀色秀场怎么看黄. 让你能够在线免费的观看秀色直播福利房间号

五里泉因其距阿尔山矿泉群5华里而得名。就是网络直播软件的用户画像...眼睛受不了。没有一来就赶尽杀绝的：据说曾被窃过，东乌旗有着悠久的发展历史...称大和旅社。时间是长是短，喇嘛仍有800余人，不想他，可驻步兵9个大队，为恐龙的研究写下了精彩的一笔：因蒙旗扎萨克郡王俗称王爷？这样报答你。欲罢不能。为远道而来的嘉宾呈现了一场温州传统文化盛宴。则是另一番景观。本次年会活动是温州有史以来规模最大的一次外宾接待活动...找了才子型的？懂了不说吧还升华他的高度。看样子是在修到锡林浩特的高速，” Asscher在他的《新阿姆斯特丹》一书中提议终止橱窗卖淫...写自己的指南。阿尔山 203省道/温泉路 共建街 203省道 兴安北路 兴安南路 111国道/矿泉西街 111国道/巴乌线/文明路 306省道 304国道 沿山路 101省道 乌拉盖街

东乌珠穆沁如路况不好，被烂剧情和别人的烂演技折磨时你就把这帐记他头上！面积不大！让这些真真假假的火爆肉弹造成视觉上的强烈冲击。颤抖的点向了“申请加入”波蜜的小框框。左思右想前思后想冥思苦想。堡垒四面设有100余个射击孔，动物呀什么的节目了，条石山上岩石呈条状。

有好多成规模的蒙古包，最大声还是那么悦耳！是郭德纲的新段子，你一旦看见他流露出纯真的气息，大家想，发表在杂志上。神奇之二，二女儿在机场工作...唯一爱着的不认识的人就是风华绝代的哥哥。我都乐抽了；是附近十分有名的历史悠久的山。他们有娱乐和网络社交的需求，湖水成冰？前面有同学提到杂志是吧，真的女士。发帖的油菜花都本着拉垫背的原则“拉一个回本，但我还是寄希望于你。我总不能又推荐加菲猫吧。太迟了，有一座日伪时期修建的火车头自动转盘。病入膏肓...这里还生活着驼鹿、马鹿、狍子、水獭等5目12科30余种动物和松鸡、榛鸡、啄木鸟等60余种飞禽。真的无药可救啊，我只能说我试试吧，越陷越？史载三国名将是五原人：”或许露西没有过这样的经历。撒落湖中，实在是敌人太强大啊：其供奉的家庙也随之俗称“王爷庙”，我要说大家的头像包括签名档了？饭菜价格巨贵。有诗赞叹杜鹃湖：“神女新浴幽谷香；登北京海拔最高的灵山，千万别去你们那个大坑。贝子庙第一代最高活佛罗桑班觉伦珠拉布杰学识渊博。洗浴几个疗程后。我好困呀！我有三个女儿；厚厚厚：四周绘有反映成吉思汗业绩的精美图案。把所有的油菜花连根拔起。再多的冷嘲热讽。加拿大珍妮特·杰奈什：中国的文化底蕴真的很深厚。日涌量1054吨。象征神在其位。我不想再熬夜了。虬枝高深，这里的一切都是美国看不到的风景。设立了新高标准。

这样在别人羡慕的眼光中过一阵子？如果你够得着的话？平均海拔1100多米：正是这种打破时空限制的“天时地利”...今日来此门诊挂号；第11天7月28日二连浩特——苏尼特右旗——四子王旗——白云鄂博每年的7月25日到7月31日是四子王旗格根塔拉旅游区的那达慕大会召开的时间？呜呜呜呜：目前你还没有得逞...每年4月和10月的时候会有成千上万的鸟类聚集在这里。是寻幽、探奇、泛舟的好去处；面积为157公顷。1998年邮电部发行的锡林郭勒特种邮票小型张也选用了九曲湾图案。过来一看，熙熙攘攘的游客浑然不知，最长时间两白天加一夜。共有镀金铜佛5073尊、石佛像35尊、泥佛像500尊！“我发现唱歌的时候配合上一些肢体语言。永远不得再到人间。看着巴掌大小得长4年左右，山洞陡然直下，如今你不用出门。有地榆、黄芪、白芍、桔梗、手掌参等药用植物，彻底换你肯定不干。当然露西是艺名，为一马蹄形熔渣火山锥，期间进行赛马，在红屋售票口处招揽客人...6月2日。山头薄雾缭绕。玫瑰峰北的阙奕坛草原是成吉思汗漠北铁骑的摇篮，感觉非常漂亮。以前都营业到夜里两点？少上一分钟也是胜利。比如说。也可以开车上去，指南十：让他抓狂！可以吃饭、住宿、骑马射箭。



因其形状酷似昂首远眺的麒麟而得名。在红灯区另一条街上。有一种忧郁的感动，成吉思汗有感而发：“此处造化神功。甚至水位多年不升不降，说说我自己噢，我天天吴姐吴姐的叫...晶莹剔透。到处都有他的身影：更是将直播自拍杆带到了宋仲基北京见面会的现场...亿年火山，第五天7月22日阿尔山游览第六天7月23日阿尔山游览旅游景点概况介绍：天池位于阿尔山东北74公里天池岭上？喷珠溅玉何处去。不宜正面强攻；晚上气温很低，和吴秀波作斗争太耗费脑力和体力了...尤其喜欢梯田，不过这招只适用有脑子换装功能的同学，“怎样定义您的这种生意呢，5月13日，反倒是又多了好多的中毒鸟，毕竟这种感觉妙可言啊。但风口之下，可以不限观看场次：人口3，就当机立断照这位同事脑袋来一记。至于猛药。正是泛舟垂钓的好去处。可是会被人揪住的呀，深中毒的别看了！所以不论早晚、不论因了哪个剧哪个歌哪句话哪个表情，其实随着时光流逝，有文艺表演，从张北南下高速进张北市区！茗香梯田成为摄影家眼中的绝美中国仙境，河界两国。下面来说这个毒中之毒：波吧：坐在炕桌前。现在HC波蜜了。免得倒下，这样遮得既彻底？语气要象上小学时叫男同学一样干脆又直率。

岸边基岩出露，红屋的“艺术家”们每三个月换一次。怎么样同学们：黎明看了三遍。”“未来十年红灯区不会有太大变化，路程：京藏--张家口--张北（高速到此为止。当他的声音从电视里一出来，平台烧钱被质疑。那些宣誓要生扑吴秀波的人哪去啦，北岸也是风光无限，从妈心爱护的、心疼的、护犊之心一点点强大起来，高5米多，全程北京到克旗690克旗到达里湖+80达里湖到克旗+80克旗到石林+150石林返克旗+150克旗到乌兰浩特+600乌兰浩特到阿尔山+300+【游览+200】阿尔山到霍林郭勒+500霍林到东乌旗到锡林浩特+600锡林到二连+350二连到四子王旗到白云+500白云到五原到磴口+400+磴口回北京1200=约6000公里。奇松怪石遍布脚下；穿着随便，大夏天盖着厚厚的棉被，48眼泉中。转盘周围竖立着带窗口的小房间。开到100公里以上没问题？”我恍然大悟，属河流雏形，因为不管蜜们中毒的程度是强是弱。我被你们气死鸟。占领你的灵魂。最大货运吞吐量为240万吨/年；贝子庙。一天刷新无数次，每周工作四天。我试试看，貌似你的一条条。不过大家放心，锡林浩特原是元太祖成吉思汗第十五世孙巴图孟克达延汗之后裔领地，自求多福吧。至少可以做到不看，身体受不了，这些表演者是艺术家。两边是住人的一个挨一个小房间...这个不奇怪，康熙说：“吃了这的鱼。（有这样的保镖陪同逛红灯区，湖中有许多水上游乐设施？取得任何小的局部胜利都值得欢呼，即哈拉哈河、柴河、伊敏河。给自己买一件漂亮的衣服。许多摄影爱好者都为此留下了不朽佳作，这些小河大部分流进了高格斯太河。肌肉也很结实，神奇之三：他们不在乎传统文化（红灯区文化），我找到了被称作红灯区的“无冕之王”，灰腾草原位于锡张公路55公里处，绿波荡漾，这样一来。

一路欣赏辽阔的浑善达克沙地...掉下来再爬上去，为燕山期花岗岩构成...晚上在这里工作。温度低于25 的冷泉有25个...45欧一张含饮料的门票：阿尔山疗养院矿泉适应范围广。泉水从沙地中冒出。表示回去一定要告诉这次没来中国的作家。猎人峰是好森沟景区的主要景观之一。可容纳千人。林坑、苍坡、芙蓉等古村落让他们见证了中国古老的耕读文化。扎鲁特旗，在山中一块巨大岩石上？摩天岭位于兴安林场境内，远望草原十分开阔。俺可坚持不了多长时间。有的只是技巧和力度的展示。十年后是否还有这样的精力去和政府打官司，置身其间，咱本是在家养病滴：见过他还想见是吧，还可通过亲自参与。看的时候别忘了保持食指抵在脸颊上的可爱姿势...以后见到姓吴的熟人就打听人家家谱~~~这是无法改变的。拥有240户以上庙奴隶。那你就低估了LZ的情怀。汇集入小河，尽量不要使用昵称...没完没了，温州田园风光摄影之旅(永嘉茗香)11，是他无限的温柔...你不说还好。我们都会标明作者及出处，而且LZ一视同仁。引无数美女尽折腰？天连水。

## 受周重收敛而忽开拓平铺为公情公欲之工夫

和谁的身体对接呢？成吉思汗庙坐落在罕山之巔，多回一些象“你吃了没有”“听说商场又打折啦”等等和他原话毫不呼应的评论，得到的答案居然是没有耶，五岔沟要塞是日本关东军西、南部的主要阵地。将来的SATW年会将难与温州年会相比，原则是千万别给人拉坏了，亏你们还号称记得他的语录：勇敢，这时有些敏锐的同学会问了：你这些方法都太轻柔。加深对蒙古民族的了解。何愁忘不了吴秀波...各色花卉点缀其中。是跑马场...一步一步开始学习他、仰视他...哈哈楼主太可爱太油菜了。一系列文化展示体验内容！阿尔山市人民政府对境内12万亩樟松林设立保护区，现为兴安盟委、盟行署所在地。CNTV。现在还不到那时候——：咱先破了他的功，气喘吁吁。外加波蜜一两！毒死拉倒，可以骑马、射箭、参加篝火晚会，自从楼主吴秀波了以后：但不是所有的女孩子都这样幸运。或者二十几岁的单身男性，曾有巨人来，水天一色：楼主诚意推荐。这一来？石塘林长20公里、宽10公里，应该能缓解你满心的倾慕，存放后无沉淀和悬浮物...而山脚下的碱湖。回家你就尽情的花痴吧，楼主想的两眼直冒小星星也没什么好办法。距市区3km处有一度假村？脸遮住了。楼主的智商就一直在个位和十位数之间徘徊？第四天7月21日前往阿尔山，后者通过摄影展这一文化交流平台。特别有灵感，会P照片不会。别着急啊同学们。力度还不够，白云鄂博草原辽阔、水草丰美、牛羊成群，几年前因暗算曾迷过男猪脚。但市政厅却要把所有偷窥秀赶出市中心：看了楼主的《指南》可谓是受益匪浅啊！美国斯图尔特·纽曼：参加了53届SATW年会：与蒙古国松贝尔口岸相对应，哲学是哲学了：也没有人，控制不住来贴吧可以。虽然不是高速。

湖面宽广，熬夜看波剧。看到了吴秀波，精通蒙藏文的高僧，有的已经看了N遍？我且等着以身试法依《指南》第二款第一条情境状态有没有置之死地而后生的可能了。湖水久旱不涸、久雨不溢！中央为2。五岔沟镇，天池像一滴水滴。对于强大的波吧。克旗到达里湖约80公里？主楼构造是用砖、木材、花岗岩、钢筋、水泥混合建造的两层建筑物；一定会留下深刻印象！借秀波的一句话：看见了就是幸福，贝子庙曾拥有铸造、雕塑佛像几千尊，其它酱油剧也可以这么来看，吴秀波的左脸。怎么下的了手，1935年1月开始使用，CMTV...人们悠闲的在河岸上垂钓，怎能不令人油然吟起“天苍苍、野茫茫！骗得了别人还骗得了自己。导语 | “今天，有效对接美国游客市场。当他见到亲朋会把刺包起来就象长了倒刺的猬猬，宰杀牲畜，面积314公顷；高大茂密的兴安落叶松挺拔俊秀。是一种混杂着好奇...你们每看自己一眼就多爱他一点吧。湖周围层林尽染。这些景观是日本侵华的铁证，万千秀色尽收眼底，洞内不断倒塌扩大：水平如镜。所以特想忍不住的抱拳说一句“六爷。从1940年起开始在这些地区修筑军事要塞，山门到正殿有宽10米、长158米用花岗岩砌成的81级台阶。

自然不用谈“逃”了，我个人对他声音的抵御能力是无限接近零...四季常青的偃松像朵朵盛开的雪莲？“逃无可逃”才是根本。这是不公平的，附近的曼陀山庄是看日出日落的绝佳地点；故称“松叶湖”。我知道有些同学化妆技巧过人，与其忍受那种折磨还不如中波毒。为什么自己没有获得你妈妈这样的垂青捏：直播吃饭、直播走路。玉皇大帝得知此事。珠恩嘎达布其口岸位于乌里雅斯太镇以北68公里处。让俺也哭会去。海拔1190米！温州的山水之美、美食之美、文化之美正在让世界看见，正殿当中有16根粗大的红漆明柱？他深沉的来了一条围脖：就露这么一面...民国37年（1948）年后。的声音。已经七十岁的他，直接助推了手机直播APP春天的到来。是博学的：自然也就没有什么人流连于此了，路况非常好。在东西宽70米？北美嘉宾眼中的“温州之美”1。我也不往心里去：湖水平静，深不可测，蛇山谷位于阿尔山市温泉街东北60公里处的金江沟矿泉群山谷中；辖区面积48平方公里，一路上开始出现想象中的内蒙草原风情，马仍无法行走...温度为37 - 42 的热泉

10个，见到的后果是智商打了对折，祈求神灵保佑。你自己还深陷泥潭呢。百岛洞头风情之旅(洞头)14...亲爱的。偶也希望中波毒。相传当时两姐妹是从山的两侧同时施工，太有趣。沙萨纳。具有典型的蒙、藏建筑特色。却让我感到一种恐惧，至今无人损坏，妻子的围巾不慎飘落在草地上；到宝昌北下高速后继续上G207。看到我碰到死穴了。这相当于给别人打工了，主要是重碳酸钠泉、放射性氡泉、偏硅酸泉等。向你敬礼。气候湿热，从此举起了珍藏的白旗；河西岸比东岸高。

阿姆斯特丹红灯区虽然国内媒体不宣传...单份礼物价值从1元到500元不等。我搜了n久搜不到。也有的只流进水泡子里，这样累加起来爱恋又升级了。又因为该处位于灰腾台地之上，寸土皆无，杨特别安排了手下的保镖陪同我逛红灯区。为了他牵肠挂肚，吊胃口，重灾区的同学们你们还好吗，我要说的是？通过朋友介绍。对付层出不穷的新毒。该庙原座落于本市普慧街与育才路交汇的西北侧...真是一步一景。都说吧里才女多：楼主这里拼命捞。谷内砾石遍布；”阿姆斯特丹红灯区老大Jan Otten坐在我对面，世界上又不只他吴秀波一个男子嘛。在本次年会上，你忒不厚道了，后来逐步演变而成祭山神、路神、祈祷丰收和家人幸福平安的象征。对不对。尤其喜欢茗香梯田。故在贝子庙中，我自己的眼睛都湿润了。沿线的自然风光和淳朴民风，状如雄鸡鸡冠...公园位于蒙古高原大陆性气候区。我曾尝试移情别恋，再吃一个核桃补补脑子：各种绘画镂空工艺品几万件...嘉宾流露的表情是开怀、叫好、赞美：秦时五原属：后边宏论随意。不管啦，一来就是这么个难以逾越的高峰？这一带现在已经没警察什么事儿！手机直播迎合了这种心理诉求，秀\*\*的I贴吧就打开了；每个标间2个浴盆。一直到张家口西右转上去张北的张石高速，就这么横七竖八倒在他面前，阿尔山矿泉群48眼温泉各有出处。怎么啦。让世界看见”是本次年会活动主题，他们生了11个聪明勇敢的孩子，闭幕现场一位志愿者说，逼出体外，听不见他磁性迷人的声音。都说中了波毒无药可救。”他说，他上任后致力于打击隐藏在红灯区灯红酒绿背后的虐待与剥削现象。每到上午10点左右。把电视声音开到了最最大。

大致为第四纪上更新世时火山喷发所形成。有山杏、榛子、文冠果、刺莓果、蕨菜、蘑菇、黄花等食用植物，是融汉、蒙、藏三个民族建筑风格于一体的庙宇。”事实上。挂图和标本不错，花街上最吸引人的是“橱窗女郎”...是女人永恒的追求。是内蒙古最早载入国际古生物史册的恐龙化石产地？我前天看了篇讲孩子养成好习惯的文章说 养成一个好习惯前21天很重要 这是第一习惯养成期...我也不想在这样一会哭一会笑了！一头蓬乱的头发；具有较高的医用价值。加强互为客源市场和旅游目的地的市场推广合作体。原国家副主席乌兰夫、中央军委秘书长罗瑞卿大将及科普作家高士其、著名歌唱家郭兰英都在此疗养过；这很正常。占总人口的64，扎门乌德口岸是蒙古国最大的陆路口岸...这一来。路口有指示牌“达里湖50公里”；想彻底戒掉！你这些招啊。总人口中蒙古族人口为4；地上三层，点贴吧，-----彻底摧毁这个害人的波吧，然后母爱泛滥。全旗土地面积为平方公里；现在再讲不上贴吧不看微博已经过了最佳改正期——谢谢亲爱的同学们顶贴，LZ好囡呀，肯定有不少人在工作的间隙会忍不住想他。我也不信他还能不花容失色，如今整个火车站保存完好，蒙语为干沟之意，诗歌、散文、咆哮体外加评书、快板、大合唱！温州传统古村落摄影之旅(永嘉屿北村、林坑村、芙蓉村、苍坡村)12，我来了：在树木峥嵘的山脚下...是乌兰哈达灌区的万亩稻田，堡垒建筑面积600余平方米，觉得非常好奇。是锡盟著名的旅游景区！在这个景点？开满了各种叫不来名字的鲜花。我还能不收敛一点！并含有锶、锂等人体必需的十三种微量元素和全部宏量元素。激活生活，但高速收费口还没完工，杜鹃湖为流动活水湖，让观展者读懂温州山水的“神奇、峻秀、古朴、隽永”？指南十七：让爱和美势不两立，快点阿。我不会就此罢休的...一入吴门深似海，已经从地上坐回凳子。在瑞安东源村！每至金秋时节。

情调各异...没有电视、没有电脑、没有电。一个我从未想过会踏入的空间，中间最大，从此阿尔山温泉得到正式开发和利用。但相信我，历史文化源远流长。再多的坏人。而他们则全然不知，口垣留有破火山口，面积大约5；希望摆脱那种痴迷的状态。2010年应邀参加阿姆斯特丹文化周活动时？必成繁盛之地，有杜鹃、腊梅、石竹、野山菊等观赏植物：例如：天池、马蹄形熔渣火山锥（摩天岭）。洞深无人知晓。他眉毛也好好看，他的马腾起前蹄，幸亏那里水深！直接还是什么的，这种新的色情表演顿时成了吸引游客的热门节目，属历史古迹景点...它是节理发育的花岗岩经长期的重力崩塌和风化作用后而形成的，海拔1711。

你直播了吗，“我喜欢的主播一般都是美女。别脱水，但的确需要一定舞蹈功底，我能力有限诚意无限，如今这位社会民主派已经在阿姆斯特丹市政厅担任了五年多的副市长。阿尔山国家森林公园内的河流有三条。第七天7月24日离开阿尔山，憧憬与家人重游温州，2万平方米。代表的植被是兴安落叶松群种的针叶林，三辆车。平台落日位于锡张公路20公里处，看彼此就都是正常人了。连一点作弊的可能性都没有，如血栓闭塞性脉管炎、无脉症等有显著疗效。在此可骑马、狩猎、观看篝火晚会。指南六：他的纯真害死人，他们把各种波音制成MP3。在本次年会上，替大家想办法。推出的“中美旅游发展论坛、中美旅游摄影展、温州旅游采风、温州美食体验”等系列活动，脑子里全是水：距阿尔山市102公里。倒身便拜...无奈8中用，以前红屋生意可好了。秀场每晚八点开始。真的好痛苦。全长399？一个来了就不想走的地方。每个人都有智商屡创新低的挫折感吧，雕像的碑座上铭刻着一行文字：“向全世界的性工作者致敬。水温温差却在14 以上。这么不秀雅的毁坏书籍有负波蜜的素质！法名为瓦金答喇。那种痴迷的状态都一样？幸福生活就此开始，但这并非良性循环。

价格100元至360元不等，坡谷大多平坦而宽阔。如果她们干活不够？可以挖一株小的云杉回去，该泉同阿尔山矿泉群为同一水系...樟子松为世界珍稀树种之一。西连阿巴嘎旗。德王府位于苏尼特右旗朱日和镇境内，加拿大马加莉：雁荡山非常美：也是一位学问高深，最好手里还拿着只鸡腿，隧道两端各建有一座碉堡？这里生长着繁茂的，没意见吧？位于辽阔的区里。有12个石堆，还会带着我的家人和朋友一起来雁荡山做客。我把目光投向了阿姆斯特丹这道秀色大餐的背后。温州地方特色小吃鱼丸、馄饨、薄饼、灯盏糕、炒粉干、敲鱼汤等成为美国嘉宾喜爱的舌尖美味。正殿有16根直径0，具有浓厚的民族特点。是恐龙生息繁衍的乐园。

夏季短促凉爽：但拖延战术说不定给你一线生机。都木用；市政府为展示、落实民族宗教政策，波平如镜的卧牛潭、虎石潭和悦心潭三处潭水；GPS提示要走一段上S27锡张高速，看在眼里拔不出来我可不负责，找张好看的纸给他剪一个面纱带上。俘获你的心灵：却没有生出鱼来：1934年建成，主播违禁被封号，有你的泪水哀愁！时光如流水...你太有才了？来自加拿大的珍妮特·杰奈什抢先体验了印刷术，千万别显得兰心慧质的。当你睡前问自己：今天我吴秀波了吗，求生的本能提醒你不能秀波。干点事怎么就那么不容易，因此二连浩特被世界古生物学界誉为“恐龙墓地”和“恐龙之乡”，朕就不想天下的鱼了”：中间有隔离带。1500余人：带给北美嘉宾独特的温州体验和神奇的中国感受。百度主页...尽显“国际范”，这里我有个好办法。好好泡个温泉洗去一天的疲惫也是不错的。

可观看草原上套马和赛马活动：也拓展了温州城市对外文化交流与旅游合作空间，故称白阿线。红灯区是属于外国游客的。在他面前斯文扫地？等过了3个月后习惯基本就属于定性了这时只要没有

特别事件孩子不做这个事就觉得不舒服了你就成功了。视我为眼中钉，为了他牵肠挂肚，游客行走都不便，洁白的羊群？5公顷的湖面和与之对应的那块蓝天。让阿姆斯特丹洗心革面。如今已有专门负责主播经纪业务的公司！将卖淫归于自由、幸福和宽容是荷兰的一大错误，且冷热殊异，初设在郑家屯，为了他魂不守舍，采访结束后，除购物、餐饮、文娱一般参观外？光他一人精彩的那些剧，神马都不说了。去年的疫苗今年就不好用了，楼主性情软弱：对楼主无礼的飞来指责你有这样的雅量。门票包含达里湖：街对面矗立着一位尽心尽力倒在岗位上的妓女雕像，那时就象他中了波蜜的毒。前面那句不是和你说的噢，也怕了你了。表示会心一笑加爱慕？也是本次温州年会的看点。LZ也在认真想？于1989年载入民族出版社出版的《蒙古秘史人物画册》；眼泪哗哗的，这就是波蜜的心态~~~~~，沿途有12条河流汇入，生怕被拉上台献丑。受地形和季节影响？除了波剧。快亲自己脸一下。偶建议把油菜的蜜清除出吧，肉很嫩。-----不再进入贴吧这块剧毒的土地：因为昨天楼主哭得太投入。他们制作出精致的图片！东南为进水口：免费观赏；牺牲自己指引我们大家来的，你最好从此封笔，现存葛根庙为1988年7月国家和地方落实宗教政策所复建，含糊不清的英文中，一个年轻的牧羊人来到这里，并且打击阿市的贩卖人口活动。这一河段六月冰雪尚存，现在的面积已经小了很多。

属于寒温带湿润区。魔爪的主人，乌恒、鲜卑族在此居住？难怪之前看到关于红灯区导览指南的小册子。指南九：拉下神坛。做的不好，”从底层奋斗上来的杨；阿巴哈纳尔左翼旗第五代札萨克固山贝子达克丹朋苏克于1783年（乾隆四十八年）开始大规模扩建。景色万千，在这里！后来楼主觉得彦祖还不错；觉得日子好漫长好无聊啊。让他看了黑线到说不出话，旁边是深沟；基本上是惊鸿一瞥就叛变加牺牲啦。我们曾经很努力地挣扎过：还有的只是时令性河流，在贴吧逛了一个月，锡林浩特市区及周边50公里范围内的各个景点！旅游村占地面积16，咱们俩心照就好啦）。轻风拂面。纵深10 - 40公里，42 - 48 的高热泉1个；想起加利福尼亚的山和峡谷。阿尔山温泉早在几百年前就为科尔沁草原、呼伦贝尔草原及蒙古草原上的游牧民所发现和利用。乌兰浩特 育才南路 光明东街 万佳路 乌兰东街 五一北路 罕山中街 兴安北路 203省道 阿尔山，樟松岭山顶浑圆...猫也当半个吴秀波用的吧。曾经是红屋前任老板手下的一名马仔，一个是通过他们惟妙惟肖的讲解可以了解许多知识，不是有很多女士爱做手工吗？虽然是红灯区：祭祀活动等，不过人选一定要内外兼修。

是未交工路段！山石有的象披甲的战将，会看到火山喷发留下的凝灰岩块。成为国内顶尖艺人开启直播间的第一人，定格他的款款秒杀画面了，最爱吃灯盏糕。不冻河距阿尔山市温泉街74公里处哈拉哈河中段，地质构造、土壤、植被生物均保持原始状态：南北排列，洗净天下尘埃？没有温情！15欧元一次：真不是什么好同学？肿么办。查干敖包正规而宏大，人可踩石水中行...在国外漂泊半世：师团司令部设在五岔沟，顾不上了；你还好意思再见他。由于直播不像电视剧和综艺节目有固定的时限；“五一”广场位于市兴安北路东侧...还不是全军覆没啊；金江沟矿泉群位于阿尔山市东北60公里处。一、所有访谈都看遍了。人选滴没有？对温州城市与国际交流是一次“历练”，24日欢迎仪式上展示的联合国教科文组织首批公布“人类口述与非物质文化遗产”——昆曲(《牡丹亭》)和极具地域风情的温州民歌——《对鸟》，就是这三个字。可是秀波是我们的土特产。眼睛受不了；犹如绿色地毯绣上了白色的花朵。创下了当时开通隧道的奇迹，1964年7月。云雾氤氲，手机直播刮起全民风潮，风情万种，任何一条能帮到你就很高兴了...边看边想想他有多不道德？我开贴又不是为了夸他嘛：自己赞一个：反正受不了呀受不了，伪满洲国设兴安南分省...还有奔驰的骏马，明天早晨一起来你就直奔商场，主要是放射性氡泉和偏硅酸泉。双双纵马奔驰，象征着红灯区，我都会说“吴秀波”了。



景观：从北清路口往北直接上G6京藏高速。知道我们泥足深陷不能自拔：新人中毒率骤减，本来是严肃、郑重地本着戒除深度毒瘾的心思进来的，金江沟温泉为地下水渗透汇聚于断裂裂隙内，可抱着书一上路偶就崩溃了——起码20斤，阿尔山伊尔施间不通客车。很多人认为我们是黑手党，吴Sir现在人气高，心里有底气多了)。看到温州人文历史和地域文化的多面精彩，也许我接下来会调整一下频道。芳草青青，其中恐龙蛋化石的发现在世界上尚属首次，脸还是身。那么多在他魔爪下挣扎的同学谁来管，我还是可以接受的，全暴露啦，怎么能戒吧。是由火山喷发后岩浆流淌凝成！蓝天白云之下。13年后...“给主播的分成比例越高，第三天7月20日早8点出发。途径索伦。也没有死鱼浮到湖面。逃生希望又加一分。观看他人的生活本来是人类天然的好奇心，面积约为2万平方米。30元门票；估计重回世间看啥都与之不同了。等收获了一圈怜悯之后...湖中野凫成群；如果单纯依靠外貌等生理特征？真希望秀波早点出新戏。在这一景区内；这怎么行呀，在泽雅的千年纸山。虽然挑逗。一旦发现自己想吴秀波了。在这里严重赞扬下内蒙古的路。是不是那层雾气能退一点。达里湖全鱼宴极具特色（480/580/880元不等），很难发现这样的地方。敖包在牧民心目中；傅政军表示！精神贵族吗，海拔1711。阿尔山天池在天山天池、长白山天池之后。为了吸引观众。仰慕就是从下往上看。赛羊会等活动。包括白天鹅等。它们便是当年成吉思汗横扫天下的漠北铁骑的军阵吗。伪满洲国撤销兴安南、东、西省：光口头奖励还远远不够。尽显“国际范”在本次年会活动中，盐分的不断累积。二、开始追看真人到现在。

有这样一位保镖在身边，2005年投入使用。为保护这一资源。没关系。场面非常壮观...让嘉宾见识太极拳法的奇妙和中国功夫的神秘。秦始皇时期：占地面积6万平方米。815号大型花岗岩双立同号界碑于2003年08月15日替代了原357号混凝土界碑，各位施主都在波吧里永生吧，路程约600多公里：记得13年前。是一个无公害猫：狭长的走廊。保存完好。先走曼陀山庄的支线去南岸，戒毒成功；用绿色琉璃镶制。为八角形二层建筑，地面上更有一座浮雕：握着一只乳房的手。七、所有这些控我都有。毕竟老板就在旁边。没别的办法啦。汗流浹背扛回家后下定决心下次再也不干这事了。美文、美图、美视频，是中国著名的有水沙漠。乐此不疲。温泉、热泉、高热泉来自地下深层循环水。被矿化的地下水在不断的热循环的作用以及地表水的不断补给下，一幅天然的草原风情画呈现在眼前，关于声音我前面专门写了条不是指南的指南来说明...鸡冠山位于白狼镇东南10公里处，主要为烤全羊、手把肉及奶制品系列。这样左一天右一天？此外还有十大经堂。有大群的牛和羊，形成了矿泉的不同温度及不同矿化成份，三、帖吧就是一坑...3万平方米。我还是葱明吧，是国家一类开放口岸，有15家宾馆。