km2000.us from 2000-2020

2020.6

在0~6岁的时候，每天都重复的听与讲，重点在于重复，每天都听，内化于心。古诗词的类别，风花雪月家国情怀; 中国古代文化：1. 四部超自然的经典：一种从道理入手，一种从浪漫入手：前者是道德经与易经、后者是诗经与庄子；四书《大学》《中庸》《论语》《孟子》讲的是做人的理论; 五经前两部（易经与诗经）讲的是道理和艺术，后三部（《尚书》、《礼记》、《春秋》）讲的是历史、传记、年鉴、杂事，这里面也融入了一些摘录：静萱正是要念的诗句集锦.docx ; mp3: 楠楠 +多巴胺（二维码）； 1 ; 2 3; 4; 5

科学 vs science，中文 vs 英文，是 to know 还是classify、是格物致知还是分科之学，是道还是术？science

学《论语》- 对“学而时习之”的体会和理解.pdf， 通过比较来学习写作.docx

20200610 相片整理， 2012China/20200610/ 2020年硕士答辩 这两张PPT当中有值得要圈点的好地方，炎黄、华夏、中原五省、中国、首都、历史变迁，美国教练教育的方式和中国是不同的小崔说事-郎平的交叉换位，我们打的是世界大赛， 毕竟不是世界大战; 我们打的不是利益， 而是要打出一种人类的精神，林校长战役动员，和院士在北航，交大校报，新老书记的交替，交大的新书记：老书记的告别致辞，校长的欢迎新书记致辞，新书记的表决心致辞，有套路 （3点，有勾画，），净明素食馆 这是画在墙上的，不是贴上去的, 画的很有功力的 ，符合五行的吃法，有感于林敬轩的火太多和林正的水太多，应该吃什么东西才比较适合，我的立体书架， 给AIAA会议投稿的拍照，钟书阁，如何问出正确的问题？ 感谢USA Covid19check ，网站及其微信的二维码名片 ，Covid19间线上教学不错的PPT。，

听朝鲜和韩国的国歌非常有意思。他们都叫爱国歌Aegukga，这是他们的合集。North\_Korea\_Party\_Rock\_Anthem 朝鲜民族是一个非常团结的民族。但是由于历史的原因，把他们分成两个。他们用一首曲子作为国歌，只是把他们的词改成自己的。但不光是词不一样，就连曲子本身的风格也不同：朝鲜国歌的曲子偏向于苏联国歌的风格很有战斗精神，而韩国歌的曲子偏向于日本听起来非常柔和而没有战斗精神。高丽，朝鲜，韩国，Korea，都是指的同一个地方（国在东方，先受朝日之光鲜，顾名朝鲜，高丽，山高水丽，国号用了近500年，），他元是华夏民族的一部分，所以他们也在国歌当中都说了，半万年的历史。他们和中国是连着的，连的地方叫丹东，连的那条江叫鸭绿江，连的山叫白头山，也就是我们的长白山，长白山天池就是在山的顶部，有两国共用。

ppt：4:3屏幕，技巧，模版； 16x9屏幕，技巧，模版； 如何写PPT，如何讲述PPT: 1/ppt.rar

2012-20年在中国 2012China/

中国大学集锦 考大学加油！福建厦门双十中学鼓励性视频2012China/universities

除了谷歌百度之外的搜寻: tools 百度word使用的常用方法

2020.5

广播操与曳步舞（鬼步Shuffle dance ）education17 中小学生的广播体操，可以代之于这两者相结合，也就是135常规的广播体操，246跳曳步舞，跳舞的时候需要高度集中，可以大幅度的转移他们的注意力，形成课堂休息之功效。这个舞动作快速有张力，现场动感活力强，可以激发00学生兴趣，

四大名著排名: 西游记>红楼梦>三国演义>水浒传 ，孙悟空唐僧白骨精之间的信件 wukong

坚持，姚明如是说：一个人必须要坚持一两样简单的体育运动，是一生，如：whatissuccess12 这一项运动可以随时练，但是一天至少50个：每天要打一套广播体操和太极拳：陈淑长每天要喝一小勺37：

面试(研究生面试+找工作面试)、简历和实习 研究生面试应对策略, graduateinterviewenglish.pptx , 研究生英语面试应对策略,研究生毕业找工作、找实习,面试应对策略，自我介绍的台词,找一个工作 如何写简历,如何在公司正确的实习？一些做法,关于面试

静萱&正是要背的古诗词名句集锦(声音mp3+pdf) 静萱正是要念的诗句集锦.docx ，静萱+是是要背的古诗词名句， 可以用来描字的(声音mp3+) n1.pdf 。

2020.4

问对问题等于解决问题的一半 solveorresolve 这个”问题“指的是什么呢？如何正确的提问呢？曾仕强：解决问题还是化解问题，solve or resolve，Poblem or Product，工程学中的两P。

everyday do + by the way: everydayDo

执着与坚持=向熊猫学习 不忘初心~保持坚持的方法 whatissuccess12 牧羊人的衣服, 信心的冬天, 农夫撒种子的比喻，昏暗时-普希金的诗, 昏暗时分-有两个办法, 鼓励自己，精读成精

航发项目建议（河南方言） hangkong

研究生: whyG=读博？第2次高考？工作机会？ whatG=3件事儿=能毕业+找工作+内功 howG=如何读

randomopen r1

曾仕强 zeng 讲话沟通的前三分钟特别，三分钟，听不进去，后面就不用再讲 中国人讲了一句话之前要考虑三点，会不会听得进去，会不会有用，会不会让事情变得更恶劣？ 做人与做事的时间的比例，基层中层和高层 如何做一个老板,就是不要给出答案 你是不是适合你当老板，就看这三个要稳要远要很 秘书人员好人家cai会来找你，但是如何做好你老板和求你的人的沟通的工作 一个是大众传播，一个是小众传播，这两种要分开 马屁精≠马屁味道

When the dream comes alive you become unstoppable，当你的梦想变得活（而不是实现的小时候）起来的时候，mydream I can't tell you what is my dream. But I can tell you how do I feel when I found my dream.

Passion：passion

清明节：清明时节雨纷纷，茫茫古道送旧人，ancestor\_grace\_family\_honor ，前辈的恩情，相缘何必骨肉亲，fr 电视剧：家门的荣光。

我的智商不高，但是逆商很高。lyy (•̀⌄•́) 所有不舒服的时候，都是要成长的关头。 (•̀⌄•́) 面对他们不气馁的原因，是因为我知道，我的对手不是他们，而是生活，而是命运。他们是上天派来告诉我，应该怎么做的人。 (•̀⌄•́) 刘媛媛辞职信 video: 积极力 集中力 错题本 ，逆商

2020.3

Ω mp3: 广播体操 太极拳 眼保健操 taichi 为了祖国健康的工作50年 同学们,走出教室，走出宿舍,去参加体育锻炼

▷ 50后的样子，90后的样子: 60708090\_1

怎么读研究生？howG

2020.2

这三句话的微小差别: a.谁无暴风劲雨时,守得云开见月明。b.同心千载痴情盼,守得云开见月明。c.风雨过后见彩虹,守得云开见月明。

两队父和女的35年的照片 二猪+时间都去哪了 (本视频正能量，希望同意） 上海交大 jianchi

航发三三得九： ①三高: 高压、高温、高转速； ②三个核心部件: 压缩器、燃烧室与涡轮； ③三个核心技术：材料、结构和工艺。 hangkong

利用谷歌和百度网页翻译 franklinduan/duanlixing\_jianli。

《工程导学》当当网开始出售，ite 导读页

《IC Tchnology》当当网 ic

2020年年初 2012China/20200202 冬天爬香山,香山的双清别墅,2020年初去清华,2020年的实验, 2020年1月份硕士生答辩,2020年春节回家，武汉起义,工程人导学精装本封面,主持人大赛5分钟决赛精华两个,高铁特等舱,褚君浩院士在交大的演讲,上海世博源,2019年航空发动机新材料杭州会议大家的合影,花花 还不快给我滚出来，我要花,量子力学的恩怨情仇,肯德基的素鸡 k

（20200201）关于这次的武汉起“疫” zhong12

2020.1

Ω 两个铃声 ring

▷ 北大清华歌词对比 qinghuakangqiao3 序, 来了·别了，我们来自各地，我们来学习，跋。歌词。

模版下载： muban.rar ， ppt模板， Word template， Origin 图档

Ω 关于教育: 一个孩子他盯着目的地去跑，比一个孩子他亦步亦趋的跟着老师去跑，它们之间的速度是没有可比性的。lyy.doc 如果你不可以把那一关，把闸门打开的话，你怎么教他都没有用的。你看到一个学习方法，a你又看到一个b你这个时候才会想到说哪个方法更适合我，才会主动的去思考。高中的生活里面，你一天什么都不用想，一天的时间就被你的老师安排的满满的，所以高中学生你是没有什么办法教他什么的。 教和育是不同的，学和习是不同的。知识和智慧是不同的。马云说校长就是企业家。

怎样才是找到了自己的梦想？mydream ， I can't tell you what is my dream. But I can tell you how do I feel...

如何写？主要是科学类的写作、科技论文等等.howtowrite 近年来研究生报考人数快速增长，2019年是历史上报考人数最多的一年，报考人数将近300万。国内的重点高校，如北大清华交大，研究生人数已经超越本科生，本文分析了这种趋势的内在起因。而对于考入的研究生而言，写作是一项重要的能力，它关乎到一个研究生能否顺利毕业，也是一项在未来工作岗位上的重要沟通技能。

▷ 刘媛媛 演说视频 lyy 刘媛媛励志演讲，人这一辈子应该怎么过 读刘媛媛两本书摘录 《我不惧怕成为这样强硬的姑娘》，《刘媛媛的逆袭课 精准努力》 《2019主持人大赛》 中间和结尾 李七月和小米，好演说，内容和形式都完美.

工程人导学,工程导学,ite

研究生里面理念 franklinduan/valueOFlife 为什么读和怎样读？

2019.12

Ω 北大校歌：1.李白的风范。红楼飞雪，一时英杰，先哲曾书写，狂歌曾竞夜，收拾山河待百年约。qinghuakangqiao1 2.家国的情节: 我们来自江南塞北，情系着城镇乡野；我们走向海角天涯，指点着三山五岳。眼底未名水 胸中黄河月

▷ 耶穌抱我， 2015年圣诞之日。 yesubaowo

我的科研截图集锦 校园截图 IC截图 franklinduan/picts/

你有那么多人，你有那么一块大地方，资源那么丰富，又听说搞了社会主义，据说是有优越性，结果你搞了五六十年还不能超过mi 国，你像个什么样呢?那就要从地球上开除你球籍！china

2019.11

Word （双列）, PPT, Origin, 三线表excel，模版。plotscientificcurve ， 图和字的正确大小， Word template - chart 8cm double column

2019.10

▷ 觉得现在的朝鲜更像理想的共产主义社会。第一，他的领袖非常热爱人民；第二，现在的朝鲜社会心态非常好，人民的心思简单、淳朴；第三就是，物质世界足够丰富并且分布足够平均。非常符合共产主义最终梦想的原则，也就是人人快乐，按需分配，没有贫富分割，弱肉强食，这不就是共产党人、共产主义理想最终奋斗的目标吗？北朝鲜70年： North\_Korea\_Party\_Rock\_Anthem

量子力学的恩怨情仇合照 sciencemiracle#aa 物理上最伟大的合照， 29个世纪顶尖大脑， 1927年第五届索尔维会议合照,修复高清彩照

理性爱国：爱国指的是精神、指的是“心”。理性爱国是对国家利益的权衡、是对国人的爱国心与国家利益的平衡。真正的爱国不光是一种愿望，而且需要智慧。爱国的心是必须的。我们看了十一的阅兵、看了奥运会、看了中国骄傲，唤起了国人的爱国心，这些指的都是心、是精神，这些都是必须的。曲则全，枉则直也是应该的。如果我们想知道怎么聪明的去爱国，就应该学一学任正飞，甚至可以去学一学特朗普 china 小特给中国帮的忙 国家国力=（军事+经济+人口+面积）x 精神国力

拥抱玫瑰·拥抱仙人掌。le9 still hungry still foolish。Stay hungry，Stay foolish

我们要学习衡水中学，我们改变不了教育制度和社会环境 我们可以有适应这种环境的胜利方式 gaokao22 唤醒和激活孩子们的自性元能量 高考试题也在不断迭代中 刻苦但不痛苦 “绿色升学率”作业不是靠加班加点，靠的是提高效率 素质教育不是吹拉弹唱老师和校长最重要的是精神 适应不是消极妥协，适应是一种能力和智慧 应对制裁，我们最好的方式是做好自己的事，一直往前走，不要往两边看。

看问题的角度 perspectives perspective 如果出现了分歧和裂痕，首先是要沟通：从各自的角度出发，推演出你现在为什么会这样做？把这个分享给对方，如果对方有同理心的话，就能够理解你为什么这样做，解决了之间的分歧，这是第1步；如果还解决不了，……但是一般的情况，大家还是有同理心的，第1步就可以解决了，就可以解除隔阂了，不会走到第2步。

Ω 英语听力, study5 语感培养，

袁隆平转基因 gmo 如果转基因技术的初衷在于其商业利益。那么这个技术的好坏，将画上很大的问号。如果每年的耕种去购买种子，而自己没有再生能力的话，你这个技术就是自私的。这个gmo就可能是不健康的，这不是人们要吃的，也不是政府要提倡的，而必须加以抵制的。如果转基因的目的是为了抵制杂草，如果转基因是在谷内之间，野生杂交之间进行，转基因的目的在于增产，那这样的转基因技术，他的目的并不坏。它的结果、他的科学值得商议和讨论。

▷ 中国追 chinachase from 3rd→2nd→

中国70岁生日 2012China/20191001/11 ▷ video: ChinaGDP1960-2018 三大特点 第一人口线性增长 再过10年15亿； 第二GDP指数增长 加速度世界第一； 第三文革和解放初期增长速度偏低 历史原因 共和国的荣誉 亲亲 吃吃 ▷ video分析中国加速度 和尚唱中秋 Ai and Soul 马云朋克

2019.9

研究生英语面试应对策略,graduateinterviewenglish.pptx 研究生面试英语口语内容一般是 用英文介绍一下你自己，用英文介绍一下你的学校，用英文介绍一下你的家乡. 应对方法是语音练习 一句一句的跟着练习，跟着读，跟着念。比如这是吉大介绍的台词,及其练习的例子。

早期的学位论文都是用手写的方式完成的，这个早指的是80年代。ChineseAcademyThesis.pdf 这是一种比较基本的训练，在那个时代是迫不得已。但是现在看来这种书写的方式对于写作的严谨性和思维逻辑的一致性和缜密性是有益处的。那时候字写得还不好看，但是整个的节奏还算工整。关于整个文章的推理和态度，还是可以的。当年的作者是比较混的，是年轻的时比较乱的一个成长期，这份旧的手稿也是对当年的一段回忆。应该和很多人说声对不起的：）

微纳 = Science + Material + Application + Technology = MEMS + 微纳米材料 weinami

▷ 视频们：李玫瑾 衡水中学 清华大学校长一段脱稿演讲 limeijineducation 孩子不好好学习怎么办，教你7招

教师节和中秋节 2012China/20190901/910-815.pdf 2019年的教师节 9月10号。三年的教师节的花，青葱岁月袁隆平. 中秋节红楼梦里面的贾雨村这样说，三五再团圆。那个时候他们在吃螃蟹，但是没有螃蟹形状的月饼，现在有了螃蟹牌的月饼。

撰写科技论文方法谈-读和做·如何写·写给谁看 readwritepublish-how.pdf 写作一篇科技论文需要三个要素：第 1 是准备工作，也就是怎么读、怎么做：不读就 不知道怎么写，不做就不知道写什么；第 2 是做好自己，也就是要知道怎么写、写作的原理 和规范；第 3 步就是了解“敌人”，也就是要从编辑、审稿人和读者的角度审视你的文章他们会怎么看你写的文章。

北航校长徐惠彬，航空发动机非常科普 xuhuibin.pdf ▷视频：bigvideo/beihangxuhuibin

“小清华”寺庙-龙泉寺，和尚大都是清华北大博士, 清华北大北航·高科技出家人·龙泉寺 sciencemonk 这座寺庙叫龙泉寺,位于北京高校云集的海淀区

543 543.pdf 先后四次受到毛主席亲切接见，其中两次是设家宴款待。六位元帅接连看望一支部队，三位元帅宴请一名少校，这在我军历史上还从没有过。

江西景德镇·2019年中国航空产业大会 2012China/20190901/jingde 刘大响院士演讲·景德陶瓷·景德-直升机的摇篮 ▷视频 bigvideo/liudaxiang

2019年的夏季: 2012China/20190901/20190901summer.pdf 1被雨打蔫儿的莲花，2一泓蓝天,3上海交通大学理化楼群，42019 年交大莲花几朵，5台风把地板刷的贼干净，6思源湖内多三人，本来是一条船，这是船帆, 7王阳明的笔迹

《工程人导学》，新改写的目录 2012China/20190901/TheWaytobeAnEngineeringMan.pdf

长春2019年9月1号 2012China/20190901/changchun 426小动物们，2这是一汽，3清晨的太阳，4天，4肥皂和旧地图，5中东七彩城，6东北师大附中的里里外外，7中国大学的排名，8科学墙报写的非常好，联想到旧版的十万个为什么，科学原理清楚，有过提炼的过程，不像新版的，只有知识，没有精神，9高中的厨艺教师和陶瓷一教室

2019.8

从跟读当中看到态度的差别 wisdom2 林静萱认真和用心的朗读方式, 对比小孩子有气无力的读

69岁附中生日2019.9.1 2012China/20190901/fuzhong 中国70岁生日 高2四班教室现在的样子 香水和prada 排名录 班主任是女生 走廊，想起当年 陶瓷车间、物理实验室、厨艺实验室 学校 空军总医院，当年练兵的地方

使用word，使用Excel和origin,使用PPt，是科技论文撰写和讲演的三大必要工具,应该在大一本科的时候就要予以培养。plotscientificcurve 视频与pdf

交大有用链接 jiaoda/

2019.7

20190726-27 半夜爬泰山 2012China/20190728/ 一览众山小 ▷ 视频 下泰山缆车拍照, 看日出的石头 泰山之巅，玉皇顶等等 18盘 中天门 南天门 济南趵突泉 和宋总 好英文way in+way out； entrance+exit

关于同一件事情，同一本书，可以有两种表述方法，一种是阳春白雪的表述方法，一种是下里巴人的表述方法。1/write.pdf 前者讲的是妥当话，不会出错；后者讲的是实在话，但操作性强，接地气。作为一个工程人，应该学会讲这两种话。也就是可以做领袖型人才，也可以做一个合格的工人，要能上也能下，这需要做人的功夫。毛泽东同志有一篇文章这两个版本...

科研 富兰克林 franklinduan/

▷ 书签-几个国学：仕强、腾飞、老梁、马云、郦波，bookmarks\_2019\_6\_30 学历史的意义不是史实，不是知识，体会历史的value需要年龄，曾国藩王阳明，妥当话第3种话，知行合一格物致知，中国人不一定很难说，他们的话里面错误很多，这像是好书的一种：错误多但对你有用有启发，

从今天开始的每一天…，能量祈祷文，positiveeveryday.pdf ，每天读、写，获得宇宙无限的正能量。用法：每天日记开始时，抄一段自己喜欢的，并朗读一遍。然后wx 拍下写的字，传给互相。

2019.6

学习英语的对应词汇: An enlightened life is beautiful, life is a spiritual practice journey. en/mywritings/index An automated tranlated website of km2000.us

▷ 曾仕强视频 ：zeng 第三种话，心里存理，嘴讲的是情，妥当话，美国人和中国人的方法，西方人直線思維，中國人的思維是易經的？太多男生都不懂，难怪单身，圆通 与圆滑，部署如何向上级报告 上级如何向下属发出指示 如何与同级的同事相处 。

面试, typical interview questions：basic：bossandyou7 ， tips：aboutinterview.docx ，do a mock interview，interviewing types and tips, what to wear，what you might be asked in an interview，CMOS interview Qs: ；

▷ 职场：如何向上级报告 up1 ，礼让上级才能顺利报告 up2 ， 同级的同事相处 same ，上级如何向下属发出指示 down

Ω 【528Hz・睡眠・瞑想】優しい音楽と奇跡の周波数一気に身体修復の音楽α波令腦部神經盡快達到鬆弛 吸引力法則 帶來好運的音樂[2小時] 多巴胺分泌音樂[1小時] 助正面能量釋放 528 betaβ alphaα thetaθ deltaδ gammaγ

US embassy interview Q and A: 听，然后跟读，背。1.:http://efanyi.cc/tts/ 这个网站可以读 整篇的英文; 2.https://www.ffkuaidu.com/ 这个是讯飞的，一次只能读800字

▷ 孔子学琴的故事，中心词是“我不换”，音频 与视频 whatissuccess12，格物致知，精读可以成精，足够的重复，可以找到里边的道 。

▷ 1. 什么是善？善≠好，善是“合理”；2.如果米国人21世纪要不败，就要学会应对“不一定” ；3.投机取巧和随机应变的区别是什么？是心。https://www.youtube.com/watch?v=pp529xuDGyQ&t=24s . 4.《易经》和《论语》，孔子就是“妥当”“中庸”，变化、中庸才是真理，而不是知识、定理。妥当话是什么？https://www.youtube.com/watch?v=m7VFL1a104c&list=LL-7HYoHQH\_zAV0PTzuayaEA&index=9&t=15s

Ω 儿童跟读 = 正能量的语言 = 心灵的陶冶 gaokao4 儿童练习读古典、经典，是好还是坏？

婚姻和爱情是人生不同的两件事: ai\_sidebar 婚姻和爱情不一定相关， ta们像苹果和桔子，只是不同的甜味； 很多人分不开它们的区别，造成了很多不必要的痛苦。

为什么会觉得生活? 为什么生活当中缺乏激情？为什么吃饱了饭没事干？ xiuxing11 （问题的缘起 ʘᴗʘ 问题所在ʘᴗʘ问题如何解决ʘᴗʘ问题解决之后的喜悦ʘᴗʘ修行让生活变得美）

坚持 - 保持坚持的方法：whatissuccess12 帮助坚持的正能量，文章与视频链接 坚持理想~不忘初心~保持坚持的方法

关于交大 ~ Since 2013 jiaoda/jiaoda

▷ 关于沟通 communication 拍马屁和马屁的气氛的微细区别

▷ 2019父亲节考卷。答题人：交大人 答题时间：一辈子：father

对联儿更新：index2012 1.心里是非清·表面看情形 | 心里有理法·表面是人情 | 情理是中庸 2.鸡汤没有用，鸡汤喝下去（消化了）才有用 | 买书没有用，买书读下去（化合了）才有用 | 意与境要和，以前的：3.心欢喜时时快乐·人自在处处天堂。4.素食是最好的绿色·人生是一场修行；5.成都文殊院中的楹联：见了便做做了便放下了了有何不了·慧生于觉觉生于自在生生还是无生

▷ 中国人：心里有理,嘴上讲情, zhong3 世界上的几种典型种族 中国人 美国人 日本人韩国人 南美人 视频:曾仕强 中国人：心里有理, 嘴上讲情. 心里有一杆秤,嘴上只讲妥当的话.。https://youtu.be/SV3ihVdzUYo 中美交流的文化差异, 麦当劳服务生接待顾客的故事。

为什么中秋要八月十五的圆月l moon •ᴗ• 在古代的时候，没有及时的通信工具，如微信，视频，但是可以依靠圆亮的月亮当作镜子，把远方的相思，相恋反射在一起。 •ᴗ• 这是中国古代人表达浪漫的方式，和中国的国土人文历史节节相关，在地球这个大家园，此景也无可复制。 •ᴗ• 所以中国人才有中秋节，借月亮来团圆的节，选在中秋，因为月亮最可能出现， 并且面积最大，

清华的工字厅里面有一种标幅：清华之志，强国富民。 qinghuakangqiao, 为什么不叫富国强民呢？这是跟那个历史环境有关的，那个时候中国很弱，需要先让国家强大起来，在世界上站起来。而到了21世纪，我们的国家富了，清华之志应该改为富国强民，意思是对一个国家呢，要富、要和平；对人民要强，要自己要强。要自强不息

2017-05-09 39岁的颜宁将任美国普林斯顿大学终身讲席教授…… education12 ，但同时，她生怕自己在一个环境里待久了，可能故步自封而不自知；换一种环境，是为了给自己一些新的压力、刺激自己获得灵感， dr 施一公\_导师和学生

搜寻本站 searchenginesinchina

▷ A song dedicated to the walking meat: 一块行走的肥肉，给行尸走肉们的歌 xiuxing11

▷ 汽车系系主任李克强教授 lkq

（ '▿ ' ） Charles和廖智夫妇 因为同样的信仰，因为确信爱，所以彼此能带着爱心说诚实话。http://www.km2000.us/mycollections/liaozhi “他见我第一眼就知道我们有相同的信仰，他觉得我的眼睛特别亮。一看就是能够心灵上沟通的人。当时就不捨得分开。”2014年06月01日

Ω 唐僧和御弟配乐，工程图片集锦 ： http://www.km2000.us/mywritings/mywork.pdf;

｡◕‿◕｡random music r1

´◡` 熊猫很胖，虽然看上去很胖，但是并不代表不健康。jing/Human%20Handbook/Handbook3-1 熊猫吃的也很多，但是他是一个素食者，只吃竹子。现在所说的肥胖症，代表了一种不健康，因为体内有很多毒素，身体积累了很多不需要的废物，这些毒与废料造成身体的负担和以后发病的隐患，肥胖的人很容易累，身体觉得沉重，肥胖的人在近几十年来在各个国家都增多，这与当代的饮食有关，当代的肉，奶制品都不是几十年以前的了。

一带一路提神气 zhong10

ʘᴗʘ ✦be fond of but no need to own✦ we enjoy the sky, we enjoy the fresh greens, but we dont have to buy them, because they are free. en/email Our heart is like the Sky, Sky is our dream; our life is like the Earth, the Earth is our root. Our heart flies with dream, yet we shouldn't be away from our life.

▷ 三朵莲花，1l ，2l ，3l 此处有惊喜 此处有10个惊喜

AIAA 纸叠飞机 airplaneAIAA.pdf

▷ 英语听力的培养, 受基督山伯爵视频的启发 speed of mind, speedofmind , 要训练一种能力,也就是把所听的英语的速度变慢,变成慢动作

Ω 广播体操与太极拳七分钟, ▷ 视频演示二十四式太极拳, taichi 太极拳是一种境界 ,什么是绝招 绝招就是适合个人的“主观”，最合适的那个“客观”。绝招不是一招一式 不是死的 绝招是活的太极拳就是一动全动： 以丹田为中心 一动全动 ，手动、脚动、髋动、膝动、踝动， 一通百通 节节贯穿 气会跟着你走 给你的感觉就是热流 会感觉有热流，轻灵 不用拙力 气才会动起来 也不会累，太极拳通过内心而发出来的感觉和动作 所以才给人家一种感觉 是一种美，太极拳是就是不接受你的力量 不承受你的力量；把对方的力量消化掉，这个叫化，太极拳所谓四两拨千斤 首先要有千斤 而这个4两 仅仅是转换一下“千斤”的方向 位置 力度 目的等等 邱慧芳二十四式简化太极拳,口令, 邱慧芳精讲太极基本功 太极拳秘境

2018下半年~2019上半年照片集, 2012China/20190600/ 回长春回上海读书笔记等等的,好书好微信书摘,十一届三中全会的重要意义,海滨消消乐,曾仕强不直接讲，这酸爽，不敢相信,春节回家长春之旅,视频谁说冰糖葫芦甜？ 一汽的春节联欢场地 ,旧的82栋,起飞和降落,交大夜景，墨镜兰，清华，一汽2019春节,台州之行, 酵素桶之旅,酵素科学实验杯子的制作要求,酵素和纳米催化原理 纳米催化的产业化思路,菌株121,酵素妈妈 ,酵素，酵素桶，发酵,2018-2019 读书笔记,集成电路课程，一字型的小书架，把大学的学习化成一棵树，幸福生活，凤凰飞天，秋瑾的诗,

时间角的故事，见缝插针的故事，格物致知的故事，足够细致，总有机会: http://www.km2000.us/mywritings/renandtime8

2019.5

单词树,人的关系树：tree

Most-recent publication （Shanghai Jiaotong University, 2013-2019）， franklinduan/publication

在新时代逐梦，与新中国同行。段力行， new-era-china-gogogo.pdf 。这个题目本身就是一个作文命题，就把此文当成我的高考作文卷吧当年考的不理想，想再写一次。题目本身就是提纲，主要讲4点：第1个就是新时代，第2个是梦；第3个是新中国，第4个是行，

关于格物致知与知行合一: wangyangminghwzhuxi.pdf ，格物致知是朱熹，知行合一是王阳明。朱熹和王阳明，一个是理学、一个是心学，是中庸的两个方面，它们构成了一对中庸关系，形成了阴阳的两面：一个是理性的层面来解释中国的哲学，一个是用心的层面来解释中国的哲学和古代圣贤的理论。

CMOS树，硅谷之树，大学之树，好IC Technology 作业集锦 goodICHW.docx

工程人导学目录 http://www.km2000.us/mywritings/ITEsummary.pdf

给能坚持学生准备的抄写的文字 http://www.km2000.us/mywritings/forgoodstudents.pdf

2019.4

浙大校长竺可桢曾引用英国大文豪的话说， 大学， 不仅要学会如何得到面包， 而且要学会使面包更好吃. 前者指的是鱼，后者指的是渔，当前的大学教育，鱼有余而渔不足，这是不行的. 师者应鱼渔双授，学者当渔鱼双收，此为道也。 tree

大学之树: 其根，为基础，也为内功。前者如中小学；后者如爱、如阳光满心路、如不忘初心。 其枝，为EQ和IQ，IQ就是会读会写会干事，EQ就是写好人字的一撇和一na

2019.3

不忘初心小故事集锦 howtofaith.docx 不忘初心 - 牧羊人的衣服, ,信心的冬天,修行的冬季, 信心是什么-耶稣基督农夫撒种子的比喻，昏暗的时候怎么办-普希金的诗, 昏暗时分-有两个办法, 鼓励自己-10000小时法则

2019.1

Ω是“大学之道，在明明德”…… 的跟读 朗读经典对于智慧的作用 wisdom2 打包下载, 古典、经典对于"智慧"的作用，成功的范例

speed of hand, speed of mind：speedofmind 武功高的人是可以把快速度看的“慢”的人

精读成精 wisdom3

10000小时法则 10000 10000小时是个什么概念呢，简单的跟你说就是3612842，3612代表3年6年12年，842代表8小时4小时2小时，也就是说，如果每天练习八个小时的话，要花三年的时间，以此类推。

如何读研究生？研究生导师怎么做？ ☮ 如何读, 如何写科技/工程文章 ☮ z

2018.12

英语：

总论: 持之以恒+培养感觉（视频）； 精与粗相结合； 眼耳嘴手并用

听力 英语的听力 study5 粗与细 ：精听（1）与泛听（englishoneweeklisteninglist.xlsx）

读力 (中文我们都讲“一目十行”，英文也行。观察一下中文为什么你行？ ：study7

记单词 单词树 频度 联想 词根 金字塔法 study3

语法：中学语法表、englishgrammer

大学之树，渔和鱼的关系，How·What 知识与能力 tree 渔鱼双收与鱼渔双授

如何写：1/write.pdf 学会写论文 如何用origin+excel作图 博士生 vs 硕士生vs 本科生毕业论文, 关于投稿, abstract intro conclusion 之区别, 科研写作最常见的毛病就是没有逻辑这一点和语言无关中国人和美国人没有区别, 直击重点你放几周之后再看肯定有你自己看不明白的地方, 毛主席说怎样表达,研究生期间要学什么如何做研究生如何做导师如何做科研

书, why and how读? 为啥读书？怎样读书？1/read.pdf 如何进入一个新的领域

collected goodarticles, old, goodarticles 近看王永慶的養生實踐 喝檸檬汁　改善骨質疏鬆康熙看病 綠袖招兮，我心歡朗 兒給媽的信 How To Handle Tough Interviews 辦公室"游弋有余"六大定律 衛生組織（WHO）公布的全球十大垃圾食物 民視主播胡婉玲笑話集

2018年12月回到长春一汽,中东七彩城，明信片, 2012China/20181210/ 视频：七彩城儿童车

交大延时摄影 2012China/20181111/

钟书阁读书的截图，拍照 共产主义书 店 ( 随便勾画，不用买书)

2018.11

中小学生的广播体操，可以代之于这两者相结合，education17 也就是135常规的广播体操，246跳曳步舞，这个舞动作快速有力，配同的舞曲有张力，现场动感活力性强，适合年轻人， 可以激发学生的兴趣，跳舞的时候需要高度集中，可以大幅度的转移他们的注意力，形成课堂休息之功效。

走出宿舍 qinghuakangqiao2 每天下午4点半钟, 清华人将被大喇叭叫起来，"走出宿舍，走出教室，去参加体育锻炼，为祖国健康的工作50年"

世界上三个大的民族的国歌 china 三个国家都是打出来的 3country.pptx 国际歌

F16 飞机发动机试车, 自制喷气发动机 Jet Engine Homemade hangkong

2018.10

我的"共产主义乌托邦"(可以在书上随便勾画，不用买书)店理念 bookshop 现在已经存在的两家 ： 1.大理古城·书呆子书店； 2.上海交大·曦潮书店； 3.钟书阁(装饰形式上的“美”和经营内容上的“活”,活在哪？，更在其理念的创新,创新在哪？)

英语听力练习 两个视频内容 下载 study5 1.每天听一遍,听的时候一定要专心,要持续一个礼拜 2.一个礼拜以后，把听的内容听写下来,能记住多少写多少,能听懂多少写多少 3.把写下来的内容微信发给我

Q:不知者不为罪，然乎？ A;无明是罪，开悟是功德 http://www.km2000.us/mywritings/kaiwu

做人就是写好人字的一撇和一捺，完整的人= 身体 + 情感世界 + 精神与灵性，http://www.km2000.us/mywritings/ren 马斯洛 Maslow “需要层次理论” ，一生二，二生三，三生万物，一二三四. I, II, III, IV

素色拉酱制作方法 howtoeatb

如何用origin画出符合出版标准的科学曲线？教学视频plotscientificcurve 相关下载 Excel 与Origin 结合绘图 学会使用模板 模板下载

天安门的外滩，2018年10月1日，来自北航的一位同学; 国庆节的外滩, 红色和黄色作为基调 http://www.km2000.us/mywritings/china 视频: 有两首"我爱中国"的歌，一首比较正式 一首比较浪漫

2018.09

通过对比的方式进行呈现，是一项技巧,是上课的一种方式,清华大学主楼踏黄, http://i.youku.com/ranfu2013 长春传统的有轨电车前窗拍照，上海交大延时摄影，上海世界工业博览会，留园延时摄影，徐家汇延时摄影.,猪往前拱，鸡往后挠,南湖的金鱼儿,风车,蝴蝶和花,窗外打雷,彩色毛泽东照片和录像苏联提供,声东击西偷东西，三十六计偷手机,薛定谔的猫,毛先生,死了以后变成鱼你们来吃我吧,旧金山机场,轨道电车,前窗,全程拍摄,飞机雪中起飞,飞机降落旧金山,上海交大2018年1月25号大雪，半夜4点钟出来走,,硅谷市内开车,硅谷上280高速公路,万众创新,以后公园的棋盘就是这样,棋子也不会丢掉,固定棋盘,飞机降落拉斯维加斯,科学实验,发光二极管与电动机,用电池和磁铁做的,GE,航空发动机原理示意图,敦煌沙漠，从沙漠的山上走下来的整个过程,,敦煌沙漠开快车，速度快，地牢,,非常惊险,早期的朝鲜,摘苹果的时候,什么是主人翁的态度,如何教育孩子,

背单词: 频度+联想+词根+金字塔法 http://www.km2000.us/mywritings/study3 (按这本背(联想记忆，归类记忆) http://www.km2000.us/mywritings/danci\_short.pdf 先把它抄一遍，再把它抄一遍，再把它抄一遍……） (这是它的学习书(联想记忆，归类记忆)）利用danci\_study.pdf 这本书,查找没有记住的单词，并进行学习和阅读 danci\_short.pdf 这本书结尾的部分有一个a到z单词清单，用它作为测试，在不会的单词前面画一个句号，重点考察上次没有记住的生词，看看有多少效果

2018年暑期回到长春一汽 2012China/20180800/ 南湖拍照摄影,钟书阁书的封面,云南大学学生开始学习，日记，不忘初心

2018.08

2018.8.4-8 敦煌黄河游 2012China/20180810/ 黄河黄，日出， ▷ 沙漠在沙子上快车录像 http://www.km2000.us/bigvideo/ ，月牙泉 雅丹， 夜景， 佛祖，莫高窟， 骆驼行，敦煌中学

中国高铁和高压输电工程，是两项中国骄傲。china 说他们是中国骄傲，是因为他们是符合中国国情的、为中国民族服务的两项巨大的工程，这是对中国国民的贡献。对于世界而言，这两项工程是在世界领先的、第一位的工程。这个第一也不是普通的第一，他比第二名要超出很多。比如，高速铁路的运营里数（是全世界总里数的60%）、跨越的地理难度要比第二名（欧洲）高出好多好多。

2018.07

2018.7微信截图集锦 小孩子头像 2012China/20180700

2018.7 米国之旅，硅谷280开车, AIAA Populsion Forrum, Tesla 汽车，拉斯维加斯赌城机场，豪车，豪华的骷髅宝石，铝合金轻盈的椅子，如果站在风口上，猪也会飞起来，1万到20万年之前的恐龙化石 2012China/20180728/

2017.11 清华金秋，清华大学主楼9层无线电系RF展示，无线电的历史，天线，RF，RF 基础截图，FBAR和SAW 以及清华大学主楼历届党委 2012China/20171100/

2018.06

howtowritesciencepaper howtowritesciencepaper.docx

Passion可以来自天生，也可以来自后天。passionfrpractice.docx Passion可以精通，你对自己职业技能的精通，精通是持之以恒的专注、努力和不断练习的结果。如果Passion是后天塑造的，那么，我们是自由的。2018年6月2日下午，北京大学教师代表史蛟

Ω 儿 童 跟 读 mp3/ertong/；交通大学校训 浩然之气 清华校歌 觉海性澄圆初于闻中 十方国土大学之道 宇宙的丰盛 心经 我的精力充沛 故天将降大任 正心修身

儿童练字字帖.pdf

▷ 中国版图变迁 zhongguobantu 汉武帝中国开始姓“汉”，从那个时候“丝绸之路”开始。唐人街国人姓“唐”，唐宋元明清， 宋朝有仁宗， 元朝版图最大， 明朝的朱棣皇帝，建故宫、13陵，及其中国的领先于世界造船业，郑和下西洋，造船技术比哥伦布早了几百年。清朝，汉文化的科学化：四大名著，四库全书，康熙字典，清朝对于汉文化的贡献，也彰显了汉文化的生命力，汉文化骨子里面有一种美，灭不掉的。 搞来搞去还是被同化：）

康雍乾100多年，清朝的国土版图最大，归化了整个蒙古，新疆与西藏，清朝对中华国土的扩张有贡献，那时候外蒙古还是在中国。

中华民国和中华人民共和国，中国开始姓中，这个时候“中”实际的意思是“中华”，是外表的华美， “中国姓中”，指的是中国人的思想，是中庸中道的思想。世界已经全球化，已经没有中央之城的说法了，哪个国家都不是在中央。 日本人满洲国，本来想共治，但是日本人贪心太大，想占领全中国，最后失败， 那时候中国军阀正在内乱，国民党管不过来，连外蒙都分裂开了，蒋很后悔，红色中国一点一点变大，红色中国迅速变大，建立中华人民共和国， 中国不能分裂，必须统一，中国的“南北朝”，后患无穷，中国的台湾问题，就说明了这一点，到现在都没玩，被外界世界利用。

然后中国姓中，红中的中。中国人的力量就是“洪荒之力”，也就是红黄之力，红加黄的力量，红是红色中国，黄是中国人皮肤的颜色。

五行与八字，形成一定的对应关系，对于我们的生命属性，以及出生后外界环境的调整，是有帮助的。wuxing.pdf 比如有人起名为陈淼，就是五行缺水，用名字来补一下。下面的文字就是关于五行的操作，对于我们的生命进程有指导意义。

2018.05

怎样养孩子最健康？人生四养原则：养性（0-3）养正（5-12）养志（13-成年）养德（成年之后），电子书下载。0-3childteaching.pdf

孩子0-8岁对信息的全息接受 吸收强理解弱 不一定理解 但会存储在潜意识里 save 0-13 右脑吸收 不必懂 脑活跃的原理。為何要提倡兒童讀經 。 English beautiful reciting poems 　古典、经典对于"智慧"的作用 gaokao4

2018.04

1.买水果的原则与正确方法 howtoeata 一些看上去不正常的水果。 。。可是有些非常大的芒果，真的跟糖水一样。 2.关于生机饮食，关于食物的寒性。3.关于八字，关于五行缺什么？4.关于食物里的中庸

科研写作 最常见的毛病就是没有逻辑 这一点和语言无关，中国人和美国人没有区别 直击重点 你放几周之后再看，肯定有你自己看不明白的地方 howtowritesciencepaper.docx 博士生毕业论文 硕士生毕业论文 本科生毕业论文 撰写研究生手册 合理的知识结构 独立研究的方法和技能 学会写论文

2018.03

10000 小时定律：10000 小时 = 3612842：dr1 ▪3年每天八小时 ▪6年每天四小时 ▪12年每天二小时 清华校长陈吉宁2015毕业演讲 ▪《Outlier》: Malcolm Gladwell ,

2018.02

IC technology (2000 pages, ppt) , IC Technology - Hongxiao.pdf

高山流水，这是一幅情侣对联：mycalligraphy/target2 高山代表男人，流水是女人。高山为乾、是天，是宽阔、是高远；流水为坤，是至柔、是微远。高山流水是知音，是伯牙与子期的故事。好的情侣，也是好的精神伴侣。

▷ Mobike，胡玮炜Mobike发展思路与过程 huweiwei Mobike交叉典例：=互联网+大数据+GPS+夕阳工业+技术升级；应用导向社会价值：=新四大发明+利人民。Mobike的车锁=随处停车，关键技术瓶颈之一，像iPhone的触屏技术。创业模式= Passion + 从小的志向要远大，要宏大 + 轴+创业和by the way+创业模式像乔布斯+交叉学科的作用+工程学的具体，对细节的关注+从实际社会需要来定位+中庸。视频：

–Buick一席（人文+科技+白日梦）胡玮炜Mobike发展思路与过程，-Mobike 是交叉·典例 互联网 大数据 GPS 工业 新四大发明 利人民,–Mobike的车锁 关键技术瓶颈之一 像iPhone的触屏技术。

2018.01

2018.1.25 交大大雪 2012China/20180126 上海交大2018年1月25号大雪，半夜4点钟出来走

▷ 视频：video, 习近平的“轻松时刻”, 平易近人的时刻 leaders1

科研、做人、嘉城、巴菲特、颜宁、施一公等 1/wenzhai 实际上，一个对的人，只要自己做对了，做什么工作感觉都对，也都会热爱那个工作，一旦热爱，感觉更对，然后就是正能量的正循环，这才是正确的人生。

▷ 习近平与黄旭华 http://news.cctv.com/2017/11/18/ARTI9mxwKqHmGbW5VoynnUAA171118.shtml?tt\_from=sohunews 习近平是记得黄旭华的，这是交大人的一种荣耀。这个动作代表了对90岁老人的尊重及其对他一生对民族和国家的贡献，从个人的层面这是一种对老人的尊重和孝道及其敬佩之情，从国家的层面代表一种感谢。

研究生=能毕业+找一个工作+内功 1/g.pdf

练字字帖+正能量 zitie.pdf

中学生·高考·内功, 研究生·大学生: 1/index1

Ω Reciting the English verse: RecitingTextFromLenaYoung.pdf by following the mp3: gaokao4 English beautiful reciting poems (mp3 and text) David Young 选编的英文诗

关于德育：德智体全面发展，德为第一，可是这个“德育”应该怎么教呢？是不是政治课啊。上海交大施索华老师，复旦大学陈果老师在今天的新闻联播上，关于德育教育的, 内容很不错。哪些是德育的好老师，施索华、陈果、刘西拉、于丹。education15 education

2017.12

▷ 减肥哆嗦机 http://video.tudou.com/v/XMzIzODc3Nzc1Ng==?spm=a2hzp.8244740.0.0 这能减肥？我实验过，非常哆嗦，肥肉都侈嗦下来了 它的特点是：你根本都不用动，但是你的骨路要好。你要自己亲自体验烧里边的脂肪，就像微波炉，

▷ 常进：1.没有经费时怎么做科研？http://video.tudou.com/v/XMzIzODcwNzI5Mg==?spm=a2hzp.8244740.0.0 申请科研项目，要先把基础准备好，然后等待机会的到来；种瓜得豆，借船出海；2. 误差不能避免的，但是错误是可以避免的，个人是可以失败的，http://video.tudou.com/v/XMzIzODcxMjgyNA==?spm=a2hzp.8244740.0.0 但是不要再责任上失败。

2017.11

如何用origin+excel作图 origin+excel.pdf Why：大脑处理视觉内容的速度比文字内容快60000倍，因而好的图能够让读者更容易理解你所要表达的内容;使用Excel进行数据处理，使用origin进行绘图;科学论文图表的制作原则主要是规范、简单、美观和专业;总之先找到好的样板，然后follow之

2017.10

2G的莲花照片 2012China/20171025/ 华力微电子培训110人·教师节学生的礼物·交大中秋六块月亮·刘西拉，2017年暑期，军训课程·大大的志向·微信的截图·给父亲节的·交大的莲花， 儿时的胡说,泰山的茶杯，北京的友人相赠 从6月到8月·视频：风中飘扬的莲花·交大相声，如何教课

我的微纳 我的航空发动机 hangkong MIT 教材 Stanford 教材 中国科学院 我的科研 我的IC 我的科学

2017.9

杨元宁7本童书 杨元宁个人网站 和她的弟弟David Young 选编的诗作 gaokao4 " 但那些文字好像有生命，不同时候会跑出来产生新的意义。"杨元宁 7本童书 大地醫生(中英文顛倒書) 活在沉靜中:讚頌大地(中英文顛倒 記得快樂(中英文顛倒書) 一分耕耘:一分收獲(中英文顛倒書) Auguries of Innocence－純真的預言 The Road Not Taken－沒有選擇的那條路

莲动下雨舟，动态荷花集锦 十几个动莲动画：3lotus 莲花集锦，莲花大全，莲花天，莲天下多图：lotus/lotus 上海交通大学莲花集2017 2012China/lotus/

西藏的美,有内在和外在 tibet 虽然这个“美”分为内在和外在，但实际上西藏的天空的深远和西藏国土的广阔，湖畔的静谧，也具有精神层面的意义，对心灵有一种升华的作用。

20170914 央梅朵西藏的照片 原版照片 2012China/20170914/

我的微纳 ☮ 中国科学院 ☮ 我的科研 ☮ 我的IC ☮ 我的科学 ☮ IC WWW →

硅谷精神, 硅谷故事，美国硅谷,硅谷口号，硅谷故事， whatissuccess11

♥ 理想的婚姻举例 marriagemovie2 1.李连杰：爱比被爱舒服 3.山口百惠和三蒲友和（25周年）图片+视频： 3.西花厅的海棠花又开了颖超和恩来 4.第一家庭

♥ 第一家庭 http://www.km2000.us/mywritings/xicouple30.pdf 西花厅的海棠花又开了,颖超和恩来: http://www.km2000.us/mywritings/zhouenlai 淮安周家的井，俺提水灌了一瓶

2017.8

俺的旅行工具 ☮公共汽车 bus

Steve Jobs often quoted by many as the innovative pioneer of our generation, weighs in on his perspective of why passion is so needed for success. stevenjobs

Dream seeking yourdreamjob "When Harvard are waving Her hand to you, your being is already ready for it." …… Besides, do a descent and responsible job on your current temporary work. Job is a responsibility, a promise, an attitude. Always avoid doing a job in a very negative energy; though not a dream job, do it then do it well.

IC WWW http://www.km2000.us/mywritings/ic IC guru Stanford IC class MIT semiconductor lecture notes

什么叫做敬业？为什么我做了这么多，老板，似乎还是不喜欢我？老板喜欢什么样的员工？http://www.km2000.us/mywritings/bossandyou

上海交通大学军训举例 2017年8月30日 三营船建学院钢铁船奇 + 2016年8月30日 7连, 绿色剪影 2012China/sjtu/junxun

魔王是怎么骗我们的？Interview%20with%20God 有一个妇人，她有一次犯了罪，被县官判了30大板，于是她找了个情人（注：妇人=富人，情人=穷人）替yi挨这50大板，代价是yi付给这个情人50块大洋，这个情人呢挨了10板子以后，实在忍受不住，太疼了，他就把这50个银两给了县太爷，哀求他说，说你不要打了，我给你50块。免打了以后，然后他就回去感谢这个妇人，他说，谢谢你呀，没有你的50块大洋，我就要被打死了。

这个故事很像一个英文的短片，叫“Interview with God”。这个短片曾经提到过我们人类因为不正常的运行方式所造成的本末倒置。我们牺牲了我们的健康去赚了很多钱，然后然后拿这些赚的钱再去买健康；我们发明了洗衣机，发明了电视机，我们的生活变得越来越便利，但是我们却变得越来越没有时间享受生活，享受这些便利；手机给我们带来了生活的便利，但是损耗了人与人之间的亲情。

▷ 视频：CCTV新闻联播头条，30年以后梁家河的变化，90后大学生到习大大插队的地方参观和帮扶，梁家河变了2017-08-16liangjiahe

能量文（每天，你将获得宇宙的正能量）.fromtoday.pdf 用法：每天日记开始时，抄一段自己喜欢的，并朗读一遍。然后QQ拍下写的字，传给互相。记住：不能只是看、读，就完了.

四养原则：养性（0-3）养正（5-12）养志（13-成年）养德（成年之后），电子书下载 0-3childteaching.pdf

【正能量的科学研究图和思路】zhong9 正能量=人在这个世界无形的贡献和价值。人进步的最好方法，就是去接近那些充满正能量的人；而更好的事情，是成为这样一个充满正能量的人，去改变去吸引更多需要这种力量的人。

▷ 超清视频，人生是一部戏，这一部戏的导演是上帝，上帝在考验我们的极限，当我们到达极限的 …… http://video.tudou.com/v/XMjg1OTkwNDU1Mg==?spm=a2hzp.8244740.0.0 这部电影的意义很深刻:人生是一部戏，这一部戏的导演是上帝，上帝在考验我们的极限，当我们到达极限的时候，他让我们看到他，看到这一部戏的整个导演过程，那个结果是一种美，

▷ 视频，交大莲花写真集，配歌曲，来生愿做一朵莲，http://video.tudou.com/v/XMjk0NTMxMDAxNg==?spm=a2hzp.8244740.0.0 http://id.tudou.com/i/id\_595171029 飞机飞过月亮和飞机看日出，天时地利和人和，飞机的起飞、小飞机的和大飞机 http://video.tudou.com/v/XMjgyOTc4MDA0NA==?spm=a2hzp.8244740.0.0

写字：mycalligraphy/ 1.考试时老师喜欢的字考试拿高分的字 study9 可以写得不漂亮； 一定要能看清楚。 反面教材 令阅卷老师眼残的字体，放上来作反面教材，提醒大家尽量避免犯这些错误。 2.如何练字？用日记 study6 记日记练写字，写字不为了好看，为了人生素质的培养，所以讲“字如其人”， 3. 字帖 mycalligraphy/zitie.pdf

Ω 校风与校训与校歌 qinghuakangqiao1 校风≠校训，风主外，训主内。风主外：有执行性，为表现。训为思想：指学校的“品“，为内在。 例如 交大： 饮水思源，思源致远-校训 爱国荣校，感恩与责任-校风 Gratitude and responsibility 清华： 自强不息，厚德载物 校训 行胜于言-校风

富兰克林Franklin修行方法，自我完善，修身秘诀：franklin 学校教育和其他教育制度常常按照不正确的原则进行教学， 但是您的方法既简单，目标又正确。 【操作方法】 这些德行的名目和它们的涵义 具体，可操作性 　 每天都做 在一个时期内集中精力对付其中的一个 　 激励，借力打力 这儿我要坚持到底。若是上苍有灵(整个宇宙和宇宙间的一切都在大声叫喊证明上帝的存在)，上帝必然喜悦美好的德行； 而上帝所喜悦的人必然幸运。

2017.7

Ω 儿童练习读古典、经典，是好还是坏？gaokao4 儿童的古典的、经典的，听与朗读方面的教育不在于记忆，而在一种心灵的陶冶。我们大人都有一种印象，有些书是和我们人一起长大的，我们称这种书为好书，为经典。那么这些书是为了拿来记忆的吗？是为了拿来炫耀的吗？不是，他们是为了一种心灵的陶冶，儿童对于经典的听和朗读，其目的就在于此。

2017.6

中国骄傲 　china 两项主要成绩: 高铁。 高压输电。中美高铁，中国高铁即将入海 和谐号真空超级高铁，

中国现在的战略策略 = 一直往前走，不要往两边看 zhong10 中国现在根本就不在乎军事落后美国多少年，现在说30年的最多，也有说50年和20年的，但是这个确实已经不重要了， 中国这些年闷头发大财，已经达到了自己的目的。

2017 6.3-6.12 denver houston USA trip, 2012China/20170610/ arriving denver at night, denver downtown 16th st, weekend night, many street people, sheraton hotel where AIAA Forrum resides, 交大的红和AIAA的蓝, AIAA exhibition, Boeing 737 ,thermal sensor , white hosue + congress + monument, three in one , denver congress Jefferson , CityOCity vegan cheese cake jam , denver to houston, my car, havenot drive for 3 years, govinda Indian Saint place

2017.1-2017.6,2012China/20170600/ 2017年春节坐高铁回家，雪、冰雪; 2017年中南大学之行、岳麓书院;乌镇之行、水晶钻石; 硕士生答辩、两个组的;工程学导论课ite2017; IC2017 IC工艺课;复旦; jiaoda201701-06; 交大的春天和夏天,zawen 杂图杂说。微信文集等等， 2017chunjie/ -2017hunan/ - 2017wuzhen/ -IC2017/ -fudan2017/ -ite2017/ - jiaoda201701-06/ -students/ -zawen/。

publication updates franklinduan/research 百度文献 bbs 怎么查找中文核心期刊？ 影响因子和Q值 tools, IC 文章精选 人力资源 设备科 资产处 人事信息 课程 prp 毕业设计

2017.5

▷ 在土豆56搜狐QQ上传的视频 tudou56sohuvideos tudou56qqvideos.pdf

qinyuefei , 为人民服务的意义 ,“村官”秦玥飞 - 中国未来官的希望，

2017.4

▷ 三个教学视频：怎样正确地系鞋带儿？shoelace.flv 如何Origin Excel科学曲线: 1/ use excel to ctrl+D ，overlap curves.flv 如何用excel来做数据，曲线的叠加，use origin to plot scientific paper curves.flv Origin curve fit demo.flv 用origin做和科技论文标准的曲线，及其如何曲线拟合

不忘初心 - 故事：牧羊人的衣服 whatissuccess12 我们也是一样啊，... 然后生活比较舒服，或是升官，或是生意更好，或是忽然间碰到一个漂亮的女人，或是那个很好看的男人，然后我们认为，我们了不起呀，都被那个情况诱惑，被情况鼓励，更使得我们迷上那个物质的成功里面，忘记我们的初心！

饮水思源饭 zhangjie

NASA 的三个飞天理想 hangkong 蒸汽机，发电机，航空发动机，三种发动机的变迁及其视频工作原理, 发动机原理动画图解

2017.3

svchost 内存占用过高？加速Win7运行速度，tools

清华大学吐槽？ 八十年代清华校园 成都 (清华版) - 依曼 清华大学2016年毕业典礼汽车系系主任李克强教授 2012China/sjtu/studentstsinghua 上海交通大学学生吐槽 2012China/sjtu/students 母校就是,你可以吐槽它一百句一千句,却不想别人吐槽它哪怕一句。http://www.km2000.us/mywritings/april1 复旦交大即将合并成立一所新大学 http://www.km2000.us2012China/20160917/ 中秋节吐槽, 名校校徽集锦 中国五所交通大学共度120周年校庆,各自的校徽和标志,...

▷半导体界的中国名人两个，张忠谋，胡正明， zhangzhongmou 集成电路最好的视觉上的教材，TSMC集成电路代工的优点，保留商业机密，Stanford Engineering Hero Lecture Morris Chang in conversation with President John 半导体公司的交流方式，场景办公室开会等等，台积电是一场革命，也就是一场创新，是发明了一种商机，也是张忠谋回到台湾，不得已而为之的一种方式， 张忠谋当初的时候并没有创办台积电的意思，只是机缘巧合， 灵机一现

2017.2

▷ 视频 1） 朗读者，柳传志给儿子结婚的信 董卿， http://www.tudou.com/programs/view/gWUZk3osf00 用很浪漫的话讲述了这样几件事，第一，我爱你，第二，希望你成为什么样的人，第三，感谢我儿媳妇的父母亲，第四，希望有一个孙子 。。。 2） 濮存昕 关于感恩，帮助别人的美，董卿，朗读者，宗月大师，荣国威大夫，老舍 http://www.tudou.com/programs/view/bUmNLXL77VQ 。。。3）世界小姐张梓琳，董卿，朗读者，人美，心也美，念得也美：与其说妈妈希望你成为那样的人，不如说妈妈希望你能和妈妈相互勉励，帮助对方成为那样的人。http://www.tudou.com/programs/view/dA6BBZ58PBY 刘瑜 愿你有好运气，如果没有，愿你在不幸中学会慈悲。 愿你被很多人爱，如果没有，愿你在寂寞中学会宽容。 。。。。 4）董卿 朗读者 96岁 许渊冲 年轻 正能量 美好 http://www.tudou.com/programs/view/qy2boVNyw\_Q 许渊冲 现在这个年代，七十岁不稀奇，其实很年轻的， 老人已经96岁了，你看，还像个孩子一样，念起诗来就可以哭。

毛泽东[心之力] leaders4 宇宙即我心，我心即宇宙。 天之力莫大于日，地之力莫大于电，人之力莫大于心。 人生于天地之间，形而下者曰血肉之躯，形而上者曰真心实性。血肉者化物质之所成，心性者先天地之所生。故而有唯物唯心之论 说。 故个人有何心性即外表为其生活，团体有何心性即外表为其事业，国家有何心性即外表为其文明，众生有何心性即外表为其业力果报。 心为万力之本， 故当世青年之责任，在 故吾辈任重而道远，若能立此大心，聚爱成行，则此荧荧之光必点通天之亮，

▷央视[视频]最美“村官”秦玥飞 - 中国未来官的希望，会归零的耶鲁学生 - 归零-能同时摸天踏地的人 qinyuefei

science monk 清华北大北航·高科技出家人·龙泉寺=最强科研实力寺庙 sciencemonk 龙泉寺IT禅修营 “在这里就像大学的宿舍那样， 我们几个人住一间， 我非常喜欢这种生活方式。 不发工资，个人不拿钱， 需要的物资都可以到库房去领取， ‘按需分配’。 我们饮用的是山上引下来的泉水， 吃的是自己种的有机蔬菜。另外，寺中僧人非公事所需， 不拿手机不用电脑不上网； 有公事者，可提出申请， 在特定的时段内使用上述设备。 目前整个龙泉寺过百人的僧团 获准使用手机的不超过10人。陈坤与打坐·打坐演绎内心的强大,陈思成·闭关与北爱·闭关与开悟了悟佳作的关系dazuo1 把打坐当成一件事儿，打坐是人生最好的工作。 dazuo 出家比丘尼 谈如何对待“两性欲望”nun

2017.1

▷ 视频 日出东方 其道大光；交大吾校，熠熠其芒。帆扬江海，气盖碧苍；鹏飞万仞，薪传四方。 交大校歌（2） 周岱汪雨申版。http://www.tudou.com/programs/view/mMao6v-dO-I/

东川渡 剑川宿 - 吾交大人也，宇宙之重子也 hhttp://www.tudou.com/programs/view/N\_59Ao0WFdo/

2016.12

20161217 饮水思源处,江苏淮安,恩来故居,2012China/20161217/ 三民主义,浩然正气,中山陵，天下为公,生日，信心是礼物，外滩，人民英雄纪念碑， 三种歌唱方式：易拉罐儿，鸟，上海交通大学学生合唱团， 人间佛教，上海玉佛禅学院资助大学生创业， 去浙江杭州自助大餐，白堤， 外滩上海大厦，六百米， 上海田子坊，地铁9号线打浦桥， 中山陵的山楂树， 天下为公，博爱，三民主义， 苹果变成彩色了 三块猪包子， 思源为什么可以致远？ 心经的一种写法， 学生对上过课的评价，值得以后参考， 华为梦想视频，梦想体会到了之后的之后的感受， 可爱的任性， 爽哉

2016.10

2016.10 北戴河 蓝天与海浪 2012China/20161029/ 秦皇岛，绿色城市，公交车都是电动的 入住云天海湾 三位一体的餐具，慧海素食馆 北戴河的特色建筑们 , 书船 素食蛋糕坊，复旦附近 正能量 修行提醒钟 好市场 纳米洗衣技术 酵素是一项新技术，可推广 , 交大的猫和狗 交大蓝 交大十一 交大十一 阳光 阳光技术研究生三班，团结能干

交大哥哥摄影投稿，jiaoda/

2016.9

▷ 视频 上海交大首部航拍视频 当… 上海交通大学宣传片old 今日上海交大\_2015 2012China/sjtu/

我的老公教我做酵素 jiaosu 酵素同义词，包括啤酒和葡萄酒，而不是化学实验室里生产出来的酒精，它们是有生命，有活力一种饮料，发酵是一种生命的激发的过程，它会产生酶，发酵的过程，就像葡萄酒，啤酒，把一种食物自然地变成另外一种饮料，其实酒这种东西如果没有发酵过度的话，没有发展成酒精的话，是一种非常不错的健康饮料，美国的健康食品店就有很多，我们国家现在还没有，我们的同类产品叫酵素，发酵桶的内壁面上有纳米结构，可以帮助催化，比表面积大，催化力强！发酵桶上贴上正能量，发出的酵素美醇如茅台，

2016 军训图片录像网站，诗：巾帼也方刚 如何摆pose？莲花的细节、细致之处 2012China/20160917/ 视频：雨打莲叶闵行0号湾的美美和好好， 心经发散体 水的实验书中文章，交大校庆版，上海交通大学出版社， 面向未来120项科技一件，120周年校庆 为什么要记日记？怎样记日记？英语周计划学习课程表，自我 监督表， 神和愛 酵素酵素，我爱你！发酵素的方法， 闵行交大开学季 上海交通大学2016开学典礼，开学典礼当场用pad做的笔记，，开学典礼的日程，上海交通大学 月饼， 今年中秋来台风，月亮被刮跑了？ 今年的中秋 节正好是9月15，8月15对九月15， 杨振宁94 如何摆pose？上面谁的最好看？ how to make pose? man how to make pose? woman 清华大学校长和女排pk身高， 像你这样的教学方式，学生不离开你才怪， 中秋节吐槽，像素像素我爱你！ 初中高中我都是另类不合群啊，咋整 物理学家们的，照片和签名， the Silhouette of the sunset cloud 名校校徽集锦 中国五所交通大学共度120周年校庆，各自的校徽和标志

【人在这个世界无形的贡献和价值】 zhong9 。人进步的最好方法，就是去接近那些充满正能量的人； 。而更好的事情，是成为这样一个充满正能量的人，去改变去吸引更多需要这种力量的人。

▷ 视频 英文视频： 亲其师，信其道，也是师者的最高境界，也是所谓的只有亲其师，才会重其道， 英文视频：和学生建立关系对教育的重要性，老师是在求学生。.education9 中西方关于“教育”（education）的含义的理解: 在中国，教育=教+育，“教”在于老师，“育”在于学生。 在西方，education代表教育，这个词也很好。它是由两个词根e和dec组成的。education=e+duc，e=out duc=lead，education也就是把每个人里面的好东西引导出来，education的原意不是教导学生外在的知识，而是挖掘他们内在的潜能，让他们自己去认知世界。

Ω 几段值得背和反复听、写的英文: mp3/english%20reading/ 原音 The Road Not Taken,Big is small, big and small are one,Dream vs. road, Deal with the Adversities My statement as a graduate student advisor, Tomorrow lyrics, Consulting on Semiconductor Business and Industry, Benjamin Franklin 's letter about life after, helen keller three days to see, we r here to learn. Never criticize. Always encourage To see a world Lara.Croft.Tomb.Raider.2001

2016.8

▷ 视频 中国航空发动机集团成立CCTV头条新闻，2016年8月28日 视频

hangkong ; CCTV1 20160828: tudou 视频:中英文

1.Never criticize. Always encourage. + 2. To see a world in a grain of sand, and a heaven in a wild flower ... From 《The london has fallen》, and The Tomb raider. http://www.tudou.com/home/wisdomeye/item

▷ 视频 林丹和羽毛球，视频集锦，送给羽毛球爱好者，lindan

2016 07-08 重庆成都吉林长春出差，车展·国际功能材料大会·电子器件会议·沈阳佟欣高中 2012China/20160812/ 路线图，满负载的 重庆 成都 长春 重庆的 成都的 考托福的app，英语语音识别 素食西餐 涂层 高温 隔热重庆最好的素食餐厅 禅房花木深 金莲和净瓶 五谷轮回之所 慈航普度餐巾 品和韵 一沙一世界，一花一天堂 我班高考成绩 长春光机所 王江班主任手书 红旗L5￥1000万，坏人不卖的 长春车展 别摸我 私人订制，未来车的市场机会 破车pouches 大众瑶瑶 车的解析 元 沈阳早期教堂，似徐家汇 佟欣错题集锦：函数与三角，函数的图像表征，递增与递减 教科书专攻这两本，这几项内容，软肋点=高考提分点，80%的时间用于这20%的错题点，28定律的高考应用。 教科书编的好，有知识树状的结构图 北京王碧的SAW仿真论文 观音耳机 上海高温的深情 素食-心路历程

2016.7

▷ 天下为公：爬中山陵，见前总理，3分半钟；为人民服务：淮安拜望周总理，周家的井，俺提水灌了一瓶 恩来出生的床 2012China/20160717/ 两人的床·南高北低·头高脚低， 理飨婚姻：周恩来与邓颖超，精神上的门当户对 交大·图书馆·唐卡·艳 飨 2016.7.15 苜蓿园下2号地铁，2KM，走，汗 绿野香踪，果醋+草珊瑚=特色 和周树人周敦颐叔侄家谱关系 仿制的中南海西花厅 附：西花厅的海棠开了 船型旅店，在水里，能开走，淮安 lily in the valley tongxin 进交大 交大夏莲，伴曲：Lotus Next Time，来生愿做一朵莲 来生愿做一朵莲 与你再续三生缘 不早也不晚 来到你身边 不再错过 不再擦肩 来生愿做一朵莲 或在佛前 或在你心田 一生风清云淡 不纠也不缠 迎风舒展 浅笑嫣然 来生愿做一朵莲 苦辣酸甜 喜乐悲欢 等到回头是岸 心不再凌乱 随遇而安 宁静致远 德平曲莫斯科，红场，唱高调去了 好坏FBAR

休闲的萝卜大妈 大奔吧萝卜 vegatablefunny.pdf 好玩的素食：动感蔬菜

交大 2016录取通知书的模样 5.2016录取通知书的模样 ; 6.交大F12er毕业季（很多节点的发生） 2012China/sjtu/students 交大F12er毕业季（很多节点的发生）

颜宁 education12 20160705 清华大学生命科学学院毕业典礼即兴发言 不论别人和你说了什么，其实未来的路是难以预测的、终归是靠你自己去走，去体验。选择本身也许并不那么重要，更重要的是你做了选择之后怎么走。当你走出校园，你会面临各种各样在园子里想不到的挑战，会面临各种各样从未经历过的诱惑，甚至各种各样的陷阱，那么这个时候你是否准备好了？那么这个成功又是谁来定义的？我们清华毕业生每个人毫无疑问都是优秀的，但是一定要去做别人眼中那个优秀的你吗？我们是不是一不小心就变得随波逐流、人云亦云了？在这个微时代，希望大家保持勇气，勇敢地去做独一无二的你自己！不要惧怕失败。失败不可怕，放弃才可怕。最后送给大家几句话，就是希望大家能够收获爱情、享受友情、珍惜亲情。说到亲情，可能我们越独立越强大反而会慢慢淡忘父母对我们的恩情，所以希望大家任何时候不要take it for granted，要珍惜亲情。 视频 2014年清华大学本科生毕业典礼发言， 颜宁 领略了科学之美 颜宁 享受科学之美 清华生科院院长王宏伟：人生没有标准程序， 施一公

▷ 20160707 振动试验 夏天莲花 复旦草坪毕业季 2012China/20160707/ 交大工导课程展览（新体） 交大涂鸦拖鞋门（医学院画） 国防生涂鸦 交大双彩虹 清华毕业大会 交大莲花湖7月 这几张金莲近照比较满意 葛优蹄子 不同的角度，不同的眼光，同一个世界，同一件事情

2016.6

读博最重要的一件事情是选一个好导师 . dr 读书的能力和赚钱的能力不相关。 当你看到你的本科硕士同学赚大钱的时候，别太羡慕，记住那只是少数人，你的绝大多数同学也就一般般。如果你不是善于赚钱的人，你不读博士也赚不到那么多钱。反之，如果你有赚钱的能力，博士学位会助你一臂之力。 施一公给学生的话，施一公:导师和学生,

北京 长陵 朱棣 长城 豆芽长大的过程 工导课的合影 交大农业院 转基因站 交大杂拍 交大微纳院地图 2012China/20160608/ 北京十三陵 和毛先生们与大象合影 神道 长陵 朱棣的陵 万里长城 中国地质大学·素虎海螺火锅 豆芽十天（5.8 to 5.20）的长大，转基因实验（也发芽啊） 2016年工程学导论班，我们写了一本书 我们写了一本书 交大农业展览馆 交大杂拍 三只和平鸽和雄鹰 荷花湖的春意 英语单词排练计划（赵春雨，艳萍） 佟欣错题 婴儿培育计划 85年表妹的明信片 北桥公寓房

2016.5

他读书的方式非常奇特：同时阅读6本甚至更多的书籍，因为这样有助于刺激记忆力，脑电波（δ，θ，α，β）gaokao4

美元100是富兰克林的图像，老富对于财富的经营颇有一套。他对人生与上帝的看法是： franklin 天地间有一个创造万物的主宰。上帝运用天道统治全世界。人应当用崇拜、祈祷和感恩来敬拜上帝。但是上帝最喜悦的服役是对人行善。灵魂不灭。不论是在今世或来世，上帝必赏善罚恶。

本杰明-富兰克林与电. 自傳 (中文). 我就决心实行蔬食，您的自传不仅仅能教人自学，它并且能教人如何成为一个智者。 franklin 若是上苍有灵(整个宇宙和宇宙间的一切都在大声叫喊证明上帝的存在)，上帝必然喜悦美好的德行；而上帝所喜悦的人必然幸运。 后来我终于断定，光是抽象地相信完善的品德是于我们有利的，还不足以防止过失的发生， 为了达到这个目标，因此我想出了下面的一个方法

dream road 圆梦路，希望未来中国的城市道路都用这种正能量和浪漫的词来命名2012China/20150420/imagepages/image137

之所谓感情的寄托 marriagemoview 你我祂 二个独立而共通的灵魂 在心的路途上共同行进 珍惜并实践,别无他求。。 否则 何谓感情寄托？ 情欲,未来,归宿? 共享快乐或共患难,有个伴? 物质世界共同进步,帮扶? 都不如精神上的门当户对！

中国历代的好皇帝们 汉武帝唐王宋仁宗明永乐皇帝清康庸乾 leaders#k 好皇帝经常伴有良臣和贤士，最突出的例子就是仁宗，同年代的有范仲淹、包公、欧阳修、苏东坡，所谓好人结伙下凡游戏一番。 汉武帝 = 西汉版图 丝绸之路 唐王李世民 = 百姓能够休养生息，国泰民安， 宋仁宗 = 为人君，止于仁 范仲淹、包公、欧阳修、苏东坡、 明永乐皇帝 = 外交 清康雍乾 盛世 = 中国封建社会的回光返照 中国封建社会框架下达到极致。

2016.4

Ω 英语听力训练：培养一种感觉 study5 英语的听力和汉语的听力学习都差不多，就是要先培养一种感觉。大家都知道，同一句话，不管谁来说，你都听得懂，所以，语言就是一种感觉的建立。感觉的建立，秘诀很简单（也很难做到，难怪成功的人少），就是重复和坚持！Englishmp3/ftosplusrepeat/ 听力训练：重复出感觉！可以把快速的英文听成慢速，类似于武功：武功高的人是可以把快速度看的“慢”的人， 看看基督山伯爵的视频：http://www.tudou.com/programs/view/WN7MivZvGJE/

【优秀成才故事】上海交通大学电院 2012China/sjtu/students 这一路走来，有成功也有失败，有欢声笑语也有心酸苦楚，而最重要的是，我坚持下来了，我成长了。

坏的品位是什么呢？每个人都有不足，但是用放大镜四处去找别人的毛病，这种职业是在可耻！下流和下三滥! 1/pin.pdf 所谓“放大镜”，是指1.人有对负面印象更深的心理习惯；2.把坏处堆在一起，会让人忘了好处。这两条都会“放大”缺点，其实他没那么坏！

积极休息 = 转移注意力 2012China/20160330/imagepages/image131 doctor = less patient 2012China/20160330/imagepages/image128

很多时候，老师会常问：『这个问题大家听懂了吗？大家有什么问题吗？』谢谢想想，问题的问法没有考虑学生的细微心理？education9 学生怎么回答？大人们都知道这个心理，问问题可能会暴漏自己的弱点，会害羞，回答问题也是相同的道理 。 教育心理：选择题的心理逻辑： 1.想不出答案来，怕结果太『花』，教师不好判题； 4.选择题可能会影响创造力；容易调研，否则不太容易出结果；

思源门是个立体的“人”字，简约，立体, 交大三校门（思源门·清华门·北大门） MEMS原位集成的交大校徽 2012China/20160408/ 高科技的意义是是航空发动机高温涡轮叶片热电阻传感器 鞭打快牛，早交作业是吃亏吗？别人没交也得高分啊？不劳而获，吃亏是福，总是我吃亏，俞敏洪北大演讲，每天打扫卫生

天时地利人和，就是5w1h 5w1h

上海交大刘西拉 陈陈 刘西拉和涛哥 2012China/20160408/imagepages/image64 “复杂的表达一定是丢失了什么东西”。所以，我认为把一个复杂的问题简明的表达是高水平，反之是低水平。 “简明是工程的艺术”。我认为“简明”并不简单，这需要更深刻的思维。 工程领域的重要科研成果表达应该是简明的。

2016 4 8 上海交大120 岁跨三世校庆 2012China/20160408/ ·交大过去的蓝和交大现在的红·拖鞋门的夜色·120项未来科技预见开书典礼 校庆风筝开会，白天，晚上 思源湖畔扶风亭 庙门夜光 光影喷泉，为凯旋 凯旋门夜景

新教育学理念： 杜郎口的“10+35”时间模式学 gaokao ，每节课老师讲授不得超过10分钟，学生活动不得少于35分钟. 山西新绛中学 让学生从旁观者变为参与者 不要认为教师讲了，学生就会了，只有学生独立地做出来，学生才算是会了

新教育学理念： 互联网+的教育模式 O2O教育模式（Online to Offiline）, Khan Academy 萨尔曼•可汗 education9

背单词: 频度+联想+词根 study3 金字塔法，专攻记不住的，词汇本越来越薄；【把快看成慢 = 功夫 = 赢】视频 基督山伯爵 ：足够的重复，形成所谓的“感觉”，感觉对了，直觉出来了，速度就飞出来了

大脑操作原理 2012China/20160403/

左逻辑右直觉 左房子右花园 像MEMS，有Sensor和Actuator 视频：越聪明。触突量越大 大脑细胞的工作方式 触突 树突 0-13 右脑吸收 不必懂 脑活跃的原理 dentrill 120校庆倒计时10天了 她的心是关着的，要先打开这颗“心”，才能把“爱”和美好装进去。这就是现代教育的第一步，建立“爱”，建立信任，把“心”打开。 两面印的交大新微纳院 本宝宝换头像了 吉祥三宝你我祂 盛宣怀

1.“费曼技巧”的要点:不需要对教科书照本宣科，而是按自己的需要重构一个理论系统。【只有通过教别人，才能让自己学会】具体应用方法： studya 最终的目的, 是用你自己的语言, 而不是学习资料中的语言来解释概念. 2.整体性学习 Holistic Learning) "tree" your knowledge. make them related to each other 笔记流技术:就是先把课上的要点写下来，然后把它们组织联想。 一本这么厚的书，整成这一个图，就都记下了。

斯坦福大学的产学研之路 斯坦福工业园区 whatissuccess11 硅谷的两个口号（价值观）：拥抱失败；我们做事不是为了钱。硅谷故事 Fred Terman， Stanford 斯坦福大学的产学研之路 斯坦福工业园区

交大120对伴侣庆120年校庆 jiaoda 写给每一位交大人的情书

清明时节雨纷纷，茫茫古道送旧人。谨致一路芬芳。2012China/20130405/

为什么阳春白雪和下里巴人会搞到一起呢，因为世界是一个圆。manwoman4 牛粪与鲜花，阳与阴，不是指性别，而是加了品质。

茶是人的奢侈品。在我们的温饱问题解决了以后，我们才会想到茶，以怡情，以养性，以修行。cha 茶情是两个字，茶和情。茶 茶作为唯物的一面，要讲究茶叶，水，和茶杯与茶具。『茶 语 情』，就如『诗 言 志』。茶素以养性唯用。茶不光是要喝，还要讲怡情，所以叫茶情。

富的人、富有的人，不是有钱最多，而是可以给出的很多。whatissuccess8 能给出的很多，就是所谓慷慨的人。如果他自称是一个富有的人，但是给不出一分钱来？对你能有什么用呢？所以他们，对你而言，他们就是穷人，他们不是富有的人。

热障涂层 TBC from 曹学强 hangkong

2016.3

以前的教育理念是以“教”为主：教师要有十桶水，教给学生一桶水。但是谈到”育“，是指学生得到了多少，这其实是最难的部分，“育”包含时间、耐力、和互动。 education9

她的心是关着的，要先打开这颗“心”，才能把“爱”和美好装进去。 education9 这就是现代教育的第一步，建立“爱”，建立信任，把“心”打开。

老师的最高境界 education9 所谓好的老师的最高境界，就是，不好好学都觉得有罪恶感，都对不起老师的，这种老师才叫好老师，也是师者的最高境界，也是所谓的只有亲其师，才会重其道的道理

2016 交大校庆前夕·粉刷历史·思源门·包图冬春 2012China/20160330/ 包图门外 包图与思源 北京天蓝，农机院的天蓝 奔驰减肥周志军 Steve Jobs：cake wear shit 订书器订补书包 陈昭妃的免疫学 doctor=lesspatient 东方明珠今天“灭了” father education = pay for more 父亲的教育 IC Technology 分组写书 G123 chapter writing outline School moto + Skeleton 交大2016 兰花季节 交大男女黄金比例 0.618 交大U盘各种设计 儿童设计在书的世界 roots shake hands 施一公 导师和学生 桃花叠 思源映月 致远桥夜景 why people like to hear gossip

▷ 关于“孝”，美国孝和中国孝的微小差异（中英文），孝是人类的传承。en/mywritings/education 摘自“猜猜谁来吃晚餐”，Guess Who's Coming To Dinner (1967) - Sidney Poitier (You Don't Own Me），

如何写？如何写一本书？先抄，后写。先挖坑，后填萝卜。杨元宁：用灰箱代替写不出来的。howtowrite 看上去是抄的夏衍的“野草”，夏衍会告她侵权吗：）

上海交大的随拍照片，上海交大随拍时间线 从2012 到 2016： 2012China/sjtu/

2016.2

书摘： positive energy tree 2012China/20160212/positiveenergy/ ；马云书摘录：2012China/20160212/mayun/ ①梦在前方 +②路在脚下 +③我在路上+ 长风破浪会有时

英语听力 体会速度： 由快到慢. study5 基督山伯爵的例子，体会速度，由慢到快，由易到难。先听听乔布斯和比尔盖茨的正常速度讲话，然后放慢，会感到容易了很多，感觉他们的语感，多听，重复，以后会习惯美国人讲话的正常速度。这是练英语听力的一个方法。这段话含有足够的正能量！不白听！感觉他们的语感，多听，重复，以后会习惯美国人讲话的正常速度。这是练英语听力的一个方法。武功=速度训练，听得足够多，训练足够多，可以把别人的快速度看（听）慢了。

什么叫做品位？ 1/pin.pdf 「你烤了个非常棒的蛋糕，却在外面糊了一层狗屎 坏的品位是什么呢？关于品的故事 1.好的品位，如美国小学寒假冬天开放给贫穷学生的通告。好的品位，像贵族精神，贵族精神的实质, 英国皇家王子叔父争夺爵位的故事 2.坏的品位是什么呢？百官行述，方舟子挖陈昭妃，清华无聊挖杨振宁。微信拉黑： 发新年祝福，... 谁的名字变色了，就是他把你拉黑了。

硅谷故事： Cadence & Avanti 的故事 franklinduan/articles/Cadence Avanti.pdf，SMIC 的故事 franklinduan/articles/SMIC.pdf，bill gate steve job 的故事 stevenjobs，台积电张忠谋自传pdf，常想一二 硅谷的两个口号（价值观）：拥抱失败；我们做事不是为了钱 whatissuccess11 失败的心理发泄

Learn More, Study Less (整体性学习) 如何读一本书 study7 阅读指南，介绍了阅读的方法、技巧，阅读所应具备的广阔视野 学习理论 书名：Learn More, Study Less 整体性学习 为什么你的课程枯燥乏味 学习的目标 获取知识 快速阅读 笔记流 以项目为基础的学习 不要“学习”（Don’t study） 高效率秘籍

关于书的环境：20160221 今日，钟书阁，本想呆一天，但，只一小时…… 封闭的心态，封闭的书（塑料保护薄膜），封闭的（高校）墙 book 理想的书的环境（家、书店、图书馆）应该是让人家在里边就想读书，想学习，产生读书、翻书的欲望。家里的书房也应该布置成这个样子，才便于小孩子的成长。

▷ 在哈佛学生是先读书然后老师在第一堂课提问，而不是在中国先讲课再留作业http://www.tudou.com/home/wisdomeye/item

read a book - from xiaohu. 《20 century achievements in engineering》2012China/20160212/readbook/ 如何略读一本书

20160212 东方明珠脚下·白天雨天夜天·长春应化所，2016春节：2012China/20160212/ 2016MEMS ·硅酸盐·叶片TBC·微信杂·涂鸦记·手机狂论·文明中华·工程学导论书·撕红包里的钱·阿弥陀佛品牌的本田车·2016初交大寒冬·冰·一汽2016大年30军旗飘飘·观音菩萨的大手 2016 解脱的飞机 2016 空中拍彩虹·视频：2016 军火庆春节·2016 父子唱春节·disney和东方明珠合影·乔布斯比尔盖茨·毛二东大喷子 《沁园春•抢红包》 不管风吹浪打，胜似闲庭信步！（新中国）它是站在海岸，遥望海中已经看得见桅杆尖头的一只航船；它是立于高山之巅，远看东方已见光芒四射喷薄欲出的一轮朝日；它是躁动于母腹中的快要成熟了的一个婴儿。正能量： 世上只有1%的人能达到的智慧境界，他们有16种共同特征

2016.1

▷ 视频：开讲了，关于爱国，zhong6 饶毅：拒绝别人叫我回国是爱国，抗战时回来的才叫“爱国”，我没有这个资格。

▷ 视频:理想的婚姻（共同的价值观，爱与被爱的关系，秤平均）举例- marriagemoview 1.李连杰：爱比被爱舒服 3.山口百惠和三蒲友和 3.恩来与颖超：西花厅的海棠花又开了

2016的吉利故事: 2016 = f(x) @X=6, x=8, x=9

2012China/20160112/imagepages/image99

正能量的科学研究图和思路 2012China/20160112/imagepages/image2

20160112 图集： 微纳（院玉照集锦晴天、雨天、阳光、时间）,燕平猪,涂鸦, 2012China/20160112/ 微纳院20160101西方日出, 图 2016的吉利故事 正能量的科学研究图和思路 微纳院阳光显呗,微纳院·我家阳光显呗,上海交大李政道·图书馆,2016.1.1,微纳院的第一天,阳光出现的过程（注意拍照的时间）,视频这里,启明星和月亮的恋爱话别（>2个早晨）,映阶碧草自秋色,李政道图书馆（视频）,发财猪们的交谈,曹老弟的书，上海的雾霾,海报截图，好的话,William,Blake的诗,人生的4个养育过程，3岁前的重要,工程曲线和研究师范,世界最大飞机指标 gifs做微信表情,

关于月亮： 嫦娥、吴刚、玉兔、桂树（ 折桂）、桂花、月桂的关系 le6 【吴刚】 = 吴刚是东方版的【西西弗斯】 = 【愚公】移山，异曲同工。 吴刚自己忙着砍桂树、跟嫦娥是没有什么关系的。 。

书&书店&书摘：book ， bookshop

“奴性”与“顺应”的微妙区别 ego2

奴性，同义词有：奴才，听话，顺应，服从等。奴性和顺应取决于心态，奴性和”曲则全枉则直全而归之“， 奴性与”太极“”顺流而下“，顺应历史潮流”都是同义词的的两个角度的诠释罢了。

结婚要付钱 要丢脸，要放下”尊严“； 不是狭义的“钱”, 更多：当鲜花遇见牛粪-鲜花与牛粪的故事， ai9 合格的夫妻，婚姻的“钱”的内涵和外延，不是金钱，中国人讲“百年修得同船渡,千年修得共枕眠"，做一对, 要攒一千年（多世因缘）的”钱“。

要有”愚公“的精神 ，《愚公移山》 - 梦想只是提前的事实。yugongyishan 所以要有耐心，要等，要坚持，要…要…要…

201512

你先是“人”？还是先是“中国人”？ zhong 以前有人问过恩来这句话，”你先是中国人？还是先是一个“人”？这实际是一个价值观的问题。也是一个人的心灵和身体，精神和物质哪个为“先”的问题。类似的问题有，”你先是科学家？还是先是一个“人”？” ”你先是一个人？还是一个女人？” ”先做人，再做女人“， ... 就是这种问题的答案。再说多了，就有人开始辩论了……

不同场合写的字· 考试时老师喜欢的字 考试拿高分的字·如何练字？study9 人的字，所谓“字如其人”，有形和力两个因素，【形】 包括单字的结构之美， ……【力】 体现书者的当时的心态和意境……【名人签名】 它主要是一种记忆，通过字来回忆到一个人…… 下面是孙婧妍的字和对字的解释，本性是开朗的，但是可以多变的。写字应该是一种享受。

如何练字？用日记 study6 记日记练写字，写字不为了好看，为了人生素质的培养，所以讲“字如其人”，是这个道理的

【照片里的5w1h】一张合格的照片里要有5w1h：what,where,when,how,在这里，时间与场合很重要，很多东西是很难再重复的，比如这两张抓拍 skill

▷ 视频 1.搞笑 你该生了。唱：明子, 曲：燕子, 2 两对儿左右撇子羽毛球杀了100回合，最后累倒， 一对儿两只手在内一对儿两只手在外， 绝配了

fotos from 2012.8 to 2015.12 in China: 20151221/· 20151130/· 20150831/· 20150811/· 20150801/· 20150622/· 20150608/· 20150501/· 20150428/· 20150420/· 20150405/· 20150328/· 20150220/· 20150203/· 20150115/· 20141231/· 20141222/· 20141115/· 20141021/· 20140908/· 20140901/· 20140818/· 20140809/· 20140715/· 20140519/· 20140427/· 20131013/· 20140405/· 20140323/· 20140201/· 20140119/· 20140107/· 20131221/· 20131014/· 20131013/· 20131001/· 20130920/· 20130901/· 20130815/· 20130527/· 20130501/· 20130422/· 20130405/· 20130401/· 20130224/· 20130120/· 20130120/· 20121221/· 20121207/· 20121202/· 20121122/· 20121026/· 20121010/· 20120923/· 20120907/· 20120816/

清华概况 qinghuakangqiao 清华学堂人才培养计划”：数学班（丘成桐）、物理班（朱邦芬）、生命科学班（施一公）、化学班（张希）、计算机班（姚期智）、钱学森力学班（郑泉水） 。2015年末回清华 2012China/20151221/ （雾霾过后的蓝天，主楼顶层，天文台，东北门紫荆区，9井10井拆了，藤校的“藤”，体育馆。交大太阳月亮启明星，出入境，玉金字塔

google网页登录操作方法 （交大内） 1/g

读书不是为了好工作+读书不是非做不可的事+读书而是想去要做的事+读书=对世界的好奇心=同心=不老 gaokao6 老师为什么总是难为学生呢=日本人的解释=故天将降大任于 老师您也去过拘留所是真的吗 老师的正确回答 一个人可以犯错 但是不能记一辈子

英语听力关键词：感觉 武功高的人是可以把快速度看的“慢”的人 重复与坚持 10000小时定律 全息学习 正能量+英语学习 study5

正能量、积极心理学访谈 zhong9 修理过的网页，排版有所变化，不知看上去是否更爽一些。

Ω 等你经历了以上 study5 英语听力 Englishmp3/ 磨练以后，下载这一段，是慢速过的 MP3 Englishmp3/slower/ and Englishmp3/slow/ ，感觉一下，体会一下“把快速看的慢”的感觉，很爽吧。还有4段励志视频，可以作为类似的练习。Englishmp3/another/ 其中有一段视频不是原本的美国人念的，你也会感觉听懂这些“非正规的英文”也没那么困难。

20151130

宁波工研院、如何去·2012China/20151130/ 张文武的书、智能制造·宁波素食，素满香，鼓楼内，￥22·金山，上海，参观 2015.10·微电子学院，中国半导体企业·交大莲花·交大下雨·交大环保车与航拍飞机·交大东门夕阳大方·上海，银都路，影桥·二猪·清朝，图书馆，皇帝与吃的·杂图·微纳科技忽悠产品·我的感冒药·一些文字·大脑、背、SRAM·施一公给学生的话、·刘亦婷对错题的攻略·长沙一中学教室

201511

正能量的积极鼓励，包括自我暗示型的正能量鼓励、提醒会帮助你保持在一个正能量的状态，因为社会的“负能量“影响很大，必须经常提醒才不会迷失。zhong9 打动每个人心的正能量、提醒的话因人而异，要自己来搞定，但是都是可以搞定的，关键还是“从我做起，从现在作起”。

硅谷精神主要有两个：我们工作不是为了“钱”+我们不怕“失败”。“不是为了钱”的主要意思是“钱”只是一个工具，过度的着重“钱”会限制我们的眼光和境界，人也变得狭小，钱是成功的一个衍生物；“不怕失败”讲的是“行胜于言”，有意思的人生在于实践，而不主要在于结果，失败只是一种结果，很多时候也是别人和社会界定的，很多时候因为这个”怕“，限制了我们人生的乐趣，所以要”不怕失败”。zhong9

心态是随着岁月调整出来的，回顾走过的路，也只有对光阴说一声感谢。对光阴说一声谢谢，也就是说，过去发生的都是应该发生的，不需要做什么改变，是人生学习的过程。zhong9 早一天领悟这一点，早一天”随然“一点。如果不能“随然“，那就”挣扎“一点，苦一点，但是会过去的，不爽的时候，只要记得相信明天就好了。当然，错误是一种学习，过去的错误不必后悔，但是就这样”错“过去，就有点浪费人生了。

▷ 徐嘉演讲- 关于素食 条理很清 演讲到位 重点实例明晰 = 演讲范例 http://www.tudou.com/home/wisdomeye/item APEC 奥巴马对话马云完整版 ； 如何自强不息？大方向的愚公 裤子不要掉=保底线 然后…一步一步让"底线"提升 ； 读书与年龄 10 20 30 趋利 趋名 趋内心

▷ 宁泽涛上海交通大学励志讲演 http://www.tudou.com/ 体会过程是成功的经验 任何时候不要放弃做人的底线 真正的幸福与快乐 物质至上不会长久 幸福会迟到但不会缺席 女生似乎更喜欢

英语单词树：study3#etree 【背单词】单词树 联想 频度 词根 金字塔法 study3

衡水一中：高考收割机学校 gaokao2#33 编者按：衡水一中的方法是对付高考的方法，是你人生的一种选择：高考进清华（等）是你多彩人生的第一块“敲门砖”！如果你和父母都同意这一点，也乐意付出代价，那就选择衡水一中。　“一本上线率86.6%，二本上线率99.3%，104人被清华北大录取，包揽全省文科、理科状元，以绝对优势摘取全省15连冠！” “我来学校做什么？我要做一个什么样的人？我今天做得怎么样？”

交大槽点 · 复旦交大即将合并成立一所新大学 ·清华北大槽点 april1

交大：张杰新生讲话 2013修身修心修学' 2014博闻 博雅 博学'2015自信自励自省 zhangjie

英语树：给中学生讲课用：children/eng/eng 1 学英语1-6年级单词系统分类,（小学） 给佟翼的 ; 2 学英语单词系统分类进阶,（中学）给佟欣的

高考·考试 wisdom1 （1）考试时（2）提高考试分数的训练 （3）高考状元与学霸举例

考试时 1.4个规则 2.心理战术 gaokao 考试·高考·考研: 准备好自己,分数是怎么定的, 60分 80分 100分举例

▷ 对错题的着重与错题的重要性：7分钟10秒处 gaokao2#22 考试：整理错题。错题=总错在哪儿=知识点不过关 提高到清华的分数。 高考状元应艺林 错题=软肋点=提分点=清华点 因为：总是错在哪儿，整理知识点

高考状元不神秘·智商不是No.1 ，都是普通人家的孩子 gaokao2 哈佛女孩儿刘亦婷,一个普通中国家庭的成功教育和学习案例；清华理科应艺琳 视频；文科状元孙婧妍，不光限于文科，有关于学习的“道”；杨元宁 （王永庆外孙） ，富二代哈佛才女，直接与大师对话·找方法、不要找借口

Casa de Luz☼Home of Light☼引光之家 - beautiful food ☀ beautiful people ☀ beautiful home - en/mywritings/casadeluz 2011-2012: My iPhone shoots of my lunch (>100photos) as a volunteer bonus and honor

故事，给中学生讲课用： bossandyou9 公元3000年的趣味生活百態(組圖) jing/wxc/ggg 杂：jing/wxc/goodarticles1 温家宝的女儿 姚明讲述与叶莉爱情故事 邓小平16字养生长寿的秘诀 jing/wxc/collectedarticals 国外中文网站 jing/wxc/cw 【女大学生寝室与男大学生寝室之完全对比】 jing/wxc/domitory 办公室"游弋有余"六大定律 jing/wxc/officerule 一位嫁进白宫的中国靓妹的幸福独白 jing/wxc/whitehouse

Ω 本站浏览（用百度搜本站的结果+本站的主要网页一览），每10秒自动换一张，览尽本网站春色：r 每页可以看到10个网页的：r10

Ω 【语录滋源】 正能量价值观营养快餐（短语），随机产生，30秒换一条，每天随机产生，还有音乐陪伴（都是难得听到的，也不知道是从哪儿整的）：r1 ；

20151014

人的脑分『左右脑』，左脑用，右脑不累，反而是『积极地休息』study6 关于人的「集中储量」与「背的储量」 研究生策略 3P Project， Paper， Presentation， “三气” 正气 大气 和气

上海交通大学学生吐槽 2012China/sjtu/students 母校就是，你可以吐槽它一百句一千句，却不想别人吐槽它哪怕一句。你问我们为什么孜孜不倦地吐槽母校，只因为爱得深沉。离开它的那一天，这些槽点都会变成最美好最深刻的回忆吧……

10000小时定律 study5 之所谓10000小时定律， 就是凡事儿，都得重复到一定的量（视频：朗朗开讲了，回答女生的提问） 。重复10000小时 = 3612842，也就是3年（如果每天8小时）or 6年（每天4小时）or 12年（每天2小时）。

▷ 视频：为什么比尔盖茨没有把钱捐给红十字或其他所谓慈善机构？ai3 慈善的钱最有效的花法，特里萨修女，这段视频，很有启发。特里萨修女 动情的一幕和音乐 爱的眼神 圣爱 神性的爱

书猫的小天堂-养老在这儿很不错啊 2012China/Library/

英语学习6点：study1 1) 精神：持之以恒+感觉+计划；坚持·好习惯·正能量·语感；2) 词：背、分级、词根、联想、归类；3) 读：段落方法、章节方法、实词、第一句、重点词扫描、精读粗读、精听略听；4) 全息学习，六根一起来：听写说听，眼耳嘴手并用5) 语感、感觉：a. 不要多，要“精”； b. 然后就是重复重复重复；c. 多动笔，别光“想”着背；6) 处理精读粗读、精听略听的关系。

Ω 英文的听力训练：习惯外国人说话的速度 (fr the count of mount cristo, how to train your speed of reading, speed of mind, 武功高的人是可以把快速度看的“慢”的人）视频在此： http://www.tudou.com/ 这个视频里要讲两个“亮点":1.专心-因为在监狱里，没别的事可以做，所以专心，所以成功。现今社会，诱惑太多，第一步就是”少、少少、少少少"；2.时间与坚持-基督山伯爵那时急于成功，问神父要花多长时间？这也是很多90后的毛病，神父也不回答，因为有所谓的“10000”小时定律，重复的远远不够，神父就懒得回答了。

2015.10.6

苹果公司的苹果为什么被咬了一口？stevenjobs9 完美似乎可以比作易经的“否卦”，卦象是天在上地在下，看上去是完美的但是相当于“死”了，因为没有生命力了，所以才不是“吉”卦。中国的古老人还是很智慧的，他们说“否极泰来”，“泰卦”，是天在下而地在上，趋势是地要降下来，天要升上去，象征活力满满，所以才是大“吉”的卦象。很像2006年以后的上海交大。

▷ tudou 视频集 tudou 超清原画·金字塔造型 美国硅谷时代的存货 航拍:上海^旧金山起飞比较. 波音，747 上海交大莲花湖 杭州西湖湖水的舞蹈，音乐的湖水 上海滩-外滩晚八点东方红-东方明珠夜景 DISCO mp3 动物们，动起来多图秀，好玩儿极了 印度爱情歌曲:老大与甘地`等待很长 金童玉女 - 山口百惠和三蒲友和 + （25周年）图片 把丈夫拉回来的过程 - 一个心理医生的成功例子 结婚与炒股、股票 希望 给你爱？还是一个机缘学到去爱 。。。

2015.9.30

为什么人的思考需要一定『背』的储量呢？因为人脑在高潮思考的时候（高考、谈判、面试等）需要很快的联想到相关的存储量，然后快速重组，产生新意。如果『背』的储量不足，需要翻书，加之翻书附带的拖延，大脑无法迅速形成新意，思考不灵。所以，要『背』！ 在电脑里，SRAM是离计算中心最近的存储单元，人脑在思考、创新时，也需要一定的记忆存量，类似于SRAM，这就是“背”的储量 更多： bei

知识是一棵树，而不是散乱的沙子。从中学的学习中，就应该有意的种这棵树了。树的成长次序是：根→树干→枝叶。先要立“根”，后来的知识，是在添枝叶，如果没系统或不相干，学完了也是还给老师或书本了 。知识树：2012China/20150811/

2015.9.14

我的励志学习文集 1/keyan 推荐的书及文摘拍照 1/ref

2015.9.7

中学生如何记日记·培养正能量、训练“坚持力”、写一笔好字、锻炼创新力 （ 全息学习=培养正能量·语感·意志力）,study6 记日记是一种训练坚持力的一个可行好用的方法 记日记是人生的一个好习惯 记日记是反思的好习惯，曾国藩等，三省吾身等，都有人生记录，日记就是这个人生记录与反思工具 记日记为了复习正能量 记日记为了语感、感觉 记日记练写字，写字不为了好看，为了人生素质的培养，所以讲“字如其人”，是这个道理的 记日记会有复习、思考、产生新意的创新意义，每周一小结、每本一大结、形成人生、形成成长的“树”

人与世界的相处点 ren/renandren 人与社会

日记对于复习和产生新意的创意的方法和步骤 ，每周做一个小结, 每本做一个大总结，study6 用一张白纸写下来，要注意注重的页数和内容简介（作为目录作用）夹在本子里, （可以把几本的目录订成一本，经常看这个目录集，每个月看一边大总结，会有复习和产生新意的创新意义

坚持 坚持是一种美 坚持本身是一种意义 坚持也带来所谓的成功 http://www.tudou.com 父女35年同一地点合影 (本视频正能量，希望同意） 上海交大

2015.8.31

【面试】 bossandyou7 1. 面试七条，基本“原理”：面试等于·你有什么=他要什么 2. 面试官：喜欢具体具体具体具体具体的经历，因为可以问出破绽 3.几个“内功”的小故事，老板喜欢什么样的员工

几个“内功”的小故事：bossandyou9 1考验，还是内功 2董事长面试90后 3 仔细观察 【IMPOSSIBLE】 你也许可以看到 【I'MPOSSIBLE】 4.董事长与漂亮美女面试时的对话 一次生动的面试 如何面试录取到正确的人

学习 = 背、思考、与时俱进 . 开始！study6

背有3个目的：读 和 思考 和 潜意识 bei 人脑在思考、创新时，也需要一定的记忆存量，类似于SRAM，这就是“背”的储量。这个储量，可以加快大脑的运算速度。这个储量（SRAM）的强化需要不断重复。“背”的储量（SRAM）是有限的

The Bund Center, kissing swan, 清华2015新生，吴公子被施一公（生物系）录取，2012China/20150831/ 北京站西直门出口地图们，中关村大厦们一游（20年后的变迁），一汽大众（段新艳及段婧来访），人的大脑左右图，大脑的SRAM图，姑父感冒药，叶片正反面传感器

2015.8.15

【如何读一本书】 1/read 1 . 读书是复习正能量，就是社会的能量偏向负能量，必须时时警觉，把自己拉回到正能量，有了正能量，人的感觉才对，才有戏 2.背=SRAM=创新储量，在电脑里， SRAM是离计算中心最近的存储单元，人脑在思考、创新时，也需要一定的记忆存量 3. 所谓“树”，就是人的知识体系是一棵树，是有结构的，而不是分散的，对于新的知识，必须要搭在树的结构上，才会记忆的牢固。

2015.8.11

知识的树状结构 2012China/20150811/#4 树，有根、主干、枝叶 后来的知识，是在添枝叶，如果没系统或不相干，学完了也是还给老师或书本了 中学的物理化学改革（上海高考可任选物理、化学一科，就是因为从智力层面，两者不甚相干，基本可以看做是两棵树） 右面是工程学树 the engineering tree

字: 2012China/20150811/index#3 左面是保安王师傅练习之前的字（4月）；右面是练习之后的日记（8月），可以看到字形和工整度的改变。这就是练字的功效！你也可以的！

▷ 【如何看”新闻联播“】 新闻联播记录模板(参考而已，你的会更好） 此则新闻联播取自视频 -》 可以利用天气预报来学习复习中国地理 study8 ... 怎么看新闻联播

中学生如何记日记 模板 2012China/20150811/#2 如何记日记 每日都做笔记，从13年写到15年，已经有7本了 日记每天占一页，其余的地方暂不填充 日记每天占一页，空余的地段写上要复习的话、内容…… 日记每周做一个小结

交大风云 2012China/20150811/

走着上班，风雨偏偏。图书馆境内，"偷"了很多石榴（guava），以飨读者 FBAR 网分 交大微纳车 风雨交大党中央

2015.8.9

Ω 英语的听力和汉语的听力学习都差不多，就是要先培养一种感觉。study5 大家都知道，同一句话，不管谁来说，你都听得懂，所以，语言就是一种感觉的建立。感觉的建立，秘诀很简单（也很难做到，难怪成功的人少），就是重复和坚持！

▷ 土豆wisdomeye视频： http://www.tudou.com/home/wisdomeye 宁波大桥 大巴前排手机摄.. 大上海纸醉金迷，top bus front video show of passing Ningbo bridge Like (better than) Goldern Bridge in San Francisco, K11,雨.. english mp3 .. 北京地铁前窗，喜欢前窗行.. 上海交大清华 Harvard Stanf.. 完整的人 = 身体 +情感世界.. 马云： 唐僧 猪八戒的优点.. 中学 高考的能力可以和人生.. 姚明 体育精神.. . 哈佛大学校园杂拍.. 姚明 失败与坚持与意志力 ..中国领袖与内阁选举的合理.. 正确的婚姻和联姻 - 结合后.. 如果你祈祷爱，你是希望上..

社会上流传一句话，是“努力其实就是一种天赋”，其实，努力包含“专心+时间“再加一个”愚“字， 这里 xin3 其实，努力包含“专心+时间“再加一个”愚“字，好听的称她为”坚持、毅力、意志力“。 做到这一项，哪里有那么容易，很多人都没有这个”愚“字，都太”小聪明了“，这也是早起长辈明人的洞察和训练。

∴ 勤奋实际上是一种天赋和内功，专心的能力，xin3 别以为努力和勤奋是一种笨人的借口、祂也是一种素质、天赋、一种能力 当然和后天有关，可以培养而得道。禅师-专心的能力，

生活·生命·人生·道 tiandao 开悟的人如何在平常里看到创新？浑水里如何摸鱼？ 利用逆境,李嘉诚

2015.8.4

新生指南，从学生的角度了解交大; 2.上海交通大学学生吐槽 2012China/sjtu/students

本页内容：bossandyou9 少有的美文，你先是人，然后才是所谓的美国人，或是所谓的中国人 什么样的人不适合回国 怎样回国 对于正在考虑回国的人的一些忠告 【新生指南】从学生的角度了解交大. 大实话们： 你不快乐是因为： 你可以像只猪一样懒， 却无法像只猪一样， 懒得心安理得。 裤衩接屁的故事，人丑就该多读书（笔者解释：心灵丑的意思，简爱不美，却很美）。

南海普陀 宁波车站 2012China/20150801/ 上海见她 一汽大门 红旗H7 左：王中林的树，下：我的ITE树 孟婷的字 砸我执 微纳风雨 雨莲 然 上海远景 亚非诗 无线输电 王洪来的字 狐狸和熊猫 习大大在吉林，和朝鲜，和长客，席地盘腿而坐 李光耀对中国和世界的看法，对的 长春应化所，日本教育部 一汽 长春西站 150b 洗浴中心 水立方洗浴中心， 醍醐轩、 南昌路 买衣服，大众服 助飞活动答卷 清华研究生笔记 大众一汽官服 我的书们 天茂姐家门 北大清华打扑克 扑克牌 暑期支教活动 暑期支教游戏

几个“内功”的小故事： bossandyou9 ① 一个蓝色花瓶测试选择经理人的办法。在选择经理人的过程当中，大多数人都没有完成任务，因为我们给的地址是假的，我们让店经理提 前关门，我们让 ② 这位董事长看人的角度非常独到且正确，可不是吗？气度，决定了一个人的高度，一个有气度的人才有成功的本钱，否则他未来的成就势必会受到局限。在谨记「知识就是力量」的同时， ③ 仔细观察“不可能”这个字【IMPOSSIBLE】你也许可以看到“我可能”【I'MPOSSIBLE】

不同场合写的字· 考试时老师喜欢的字考试拿高分的字· study9 练. 1.可以写得不漂亮； 2.一定要能看清楚。 其实，平时写的多，日记多，可以既写得快，又工整，考试时，就自然多了。如何用日记训练“写”功？ 反面教材 令阅卷老师眼残的字体，放上来作反面教材，提醒大家尽量避免犯这些错误。

如何学习 study6 【精神】 持之以恒+感觉 中学生如何记日记·模板·坚持·好习惯·正能量·语感 【重复】 【如何读】重点词扫描、四快 ，孙婧妍 【多写的功效】多动笔，全息学习

关于“读” study7 【如何“读”（速读）】example1：关键词, 例子2 第一句，很重要， 【精读,感觉】孙婧妍 ，背，语感 【如何读一本书】 书，先读目录，读好书直接与大师对话 【全息学习多动笔】 写 听、写、眼耳嘴手并用，日记·模板·坚持·好习惯·正能量·语感

如何高考： gaokao2 哈佛女孩儿刘亦婷,一个普通中国家庭的成功教育和学习案例 清华理科应艺琳 视频， 文科状元孙婧妍，不光限于文科，有关于学习的“道” 杨元宁 （王永庆外孙） ，富二代哈佛才女，直接与大师对话·找方法、不要找借口 学霸与学神的经验之谈 学霸情侣 学霸们是如何做笔记的？ 日记·模板·坚持·好习惯·正能量·语感 学霸情侣同上美国名校...

学霸与学神的经验之谈 学霸情侣 学霸们是如何做笔记的？gaokao5 日记·模板·坚持·好习惯·正能量·语感 学霸情侣同上美国名校... 学霸的时间管理法 执行其实是最关键的，也提到了读大学期间没时间谈女朋友的问题，他进行时间管理 ： 一时一事 失败是朋友 现在开始...

找方法、不要找借口，gaokao4 ：“无论碰到多大的困难，一旦立定目标，就要尽全力。”问杨元宁：“你人生遇过最大的困难是什么？”她认真地想了想，回答：“没有，我一定尽力完成。”

Theta brain waves in meditation are said to help open the “third eye” gaokao4 said to be the channel through which practitioners gain illumination wisdom. In practical terms, theta brainwaves in meditation also invoke a deep sense of relaxation and also encourage creativity and make problem solving and memorization easier. 智慧？古代圣哲的著作？……他认为这是让孩子们直接与大师对话，他更要求带领朗诵的大人不要解释字义，他相信孩子们有足够的智慧了解，而这些正能量也不至于因为大人的解释而扭曲原意。 Most people have also experienced a theta state, God-drive-you-way state, e.x., 1) drivers driving tasks so automatically （God drive you way）that they don’t remember making the drive home from their office, 2) when they do any task that is automatic （God drive you way）or nearly so, such as folding clothes, washing hair, etc.

20150712

其实学习什么科目，都有一个基本的“道”，孙婧妍的这篇文章，sunjingyan 实际上讲了这个“道”，以及触及这个“道”的方法及素质。 其他学科，可以举一反三，触类旁通，相信你的悟性，你会的。 这品文章适合精读！多读几遍：一是复习、二是感悟（为了举一反三，触类旁通），复习多读名著的意思，也在于此，“道”要常常复习！

　1/ 【英文】 ①听力 ②关于“读” ②记单词好书 【中学生·高考·内功】 ①如何考试 ②如何学习 中学生记日记（ 全息学习=培养正能量·语感·意志力） 关于“读” ③学霸、状元，好方法、 tomt ④读书读到博士到底有什么用？ 为什么读？一种情怀。为什么要读大学 ？ ⑤我推荐的好书们

关于“读” study7 本页内容： 【如何“读”（速读）】example1：关键词, 例子2 第一句，很重要， 【精读,感觉】孙婧妍 ，背，语感 【如何读一本书】 书，先读目录，读好书直接与大师对话 【全息学习多动笔】 写 听、写、眼耳嘴手并用，日记·模板·坚持·好习惯·正能量·语感

西藏人的姓名很怪，姓名都不和父母亲有关，是寺院的和尚和宗师起的，因为都是“佛的”孩子，父母只是“载体”。2012China/20131221/imagepages/image21

航空公司 充电宝 规格 根据Wh与mAh间的换算公式（Wh÷U×1000=mAh）以及日常充电宝5V电压可得知，乘客随身携带20000mAh以下的充电宝可以登机。 tools

【如何训练听力】 study5 全息学习的功力：听、写、说+听，眼耳嘴手并用 习惯外国人说话的速度 感觉 ,语感 学英文+励志 视频 以下的MP3和视频，兼有励志和学英文的双重作用，在不知不觉得重复中，也增加里你的正能量

　高考·考试 wisdom1 考试的方略 – 如何考试 考试的方略 – 心理战术 【分数是怎么定的】 【考试： 60分 80分 100分？】

英语单词分级背诵， study3 知道1000个词，读文章的了解率为50% + 3000 了解率为80% + 8000了解率为95%。这是硬道理，所以，从中学的初中起，应逐步的培养自己的词汇，以后读起来就没那么费劲。ii. 联想记忆，归类记忆，词根记忆，一记就是一串，比硬背要有效果。这2本书，不一定是为了目的而读，并且值得反复的读，像读小说一样。

【单词zhi背】才可以形成一看就知而不用想的境界，study6 这样，阅读速度会飞速的提高，这就是秘诀了。都记得读中文比读英文快，为什么？就是这个道理：不用想！

好课 什么样的课是“好课” 好课标准 gaokao

主页更新·与时俱进：

▷ 几段视频，看了会补充正能量：DealwiththeAdversities

如何·做科研 science1 胡立德：科学的乐. “要短，要令人惊讶，要尽可能让多的人看到”。大部分科学家其实还是那样子，他们不懂！他们不知道你不可能在故事里把所有东西都讲出来。科学并不是只有竭尽全力做得比别人更好，与此同时你还要能放声大笑，能喜欢上你所做的东西。

修行 xiuxing 世界的过度物质化带来了我们的无忧，但也带来了一种空空的感觉，或一种莫名其妙的忧郁能量，这种背景，也带来了对“修行”的好奇。修行其实就是一种爱好，一种游戏，就像下棋，打牌，看球赛一样。她就是你的一种爱好，嗜好。

李克强的接地气历程 lkq

20150622

中学生如何记日记·模板·坚持·好习惯·正能量·语感 study1

为什么要读博?读书读到博士到底有什么用？dr 为什么读？一种情怀。其实可以有很多理由，比如你想用高... 什么是博士 博士要博 Ph.D 博士论文的做法 - 虚功、内功 大学的教育 伟人和大器的教育（总书记和总理级的）大学是教育的最后一个接力棒，教书育人， 要教点儿实际的。陈吉宁，大学的教育 是铸造灵魂的地方”。大学的根本不在“大”，而在“学”，

工程学导论结题了 海报 开始 结束 教学(记笔记、高考要的字、2015年的6768、老师学生不是猫和老鼠 如何看新闻联播 我的书藏 自行车退役了 莲花，六月，雨前、雨中、雨后 商发云里雾里 父亲节 2012China/20150622/

水结晶研究3人： William Tiller (Stanford), 江本胜(Japan,passaway2013), Kenneth Lebbrecht (Caltech) 是水（H2O）在零下二十五摄氏度（多低？-5 ~ -25℃）以下的环境中固体化后的细小微粒。waterhasfeeling 通过高倍显微镜（多高？）（电镜）可以观察到水在某些苛刻情况下的单结晶体。水的研究，结晶摄影。

我们为了什么而工作 职场“内功”， 职业的好与坏 什么是坏工作？负钱, bossandyou 钱人并不幸福， 面试: 你有什么 = 他要什么 【如何对待苛刻的老板 】 如果你的心没有喜欢的在做，就不要期待有好的回报，不管你做的有多么 刚工作的8090后必看的电影，争取最好的老板，准备好最坏的老板。You must love what you are doing. If not, either find another work, or continue but prepare not being treated "fairly" or with success or respect. 【如果你不喜欢做？】

【如果你不喜欢你的工作】 bossandyou4 ：1.如果你不喜欢你的工作，若果你一直转工作……一大半原因是自己没有利用好“人生”； 2.我们为了什么而工作 ； 3.工作是一种自然的运动； 4.工作的本质不是钱 ； 5.什么是坏工作

几个“内功”的小故事： bossandyou9 ① 后来，顾问公司给我们出了一个蓝色花瓶测试选择经理人的办法。在选择经理人的过程当中，大多数人都没有完成任务，因为我们给的地址是假的，。。。 ② 这位董事长看人的角度非常独到且正确，可不是吗？气度，决定了一个人的高度，一个有气度的人才有成功的本钱，否则他未来的成就势必会受到局限。‘’ ③ 仔细观察“不可能”这个字【IMPOSSIBLE】你也许可以看到“我可能”【I'MPOSSIBLE】

▷ 精彩视频： $ 人生的张力变大，也宽 $ 杨先生 ， 8228 + 9339是美好的，翁帆变得美多了 $ tiandao

微纳米， “纳米科技基础研究”重大研究计划结题综述 nano\_ 納米電子學的幾個題 weinami

好英文，又励志 study1 Facebook 谢丽尔•桑德伯格（Sheryl Sandberg）在清华大学经济管理学院毕业典礼的演讲 2015年6月27日 中国，北京 能将激情和奉献完美结合是一种奢侈。一旦达成，幸福将至。 Try until you find something that stirs your passion, a job that matters to you and matters to others. It’s a luxury to combine passion and contribution. It’s also a clear path to happiness. 职位越高将会越依赖他人时，我有多么的惊讶。说实话，那时候我认为教授讲的是错的。 其实教授讲的是对的。我依赖我的销售团队，而不是反过来。 AliBaba CEO Jack Ma, “one of the secret sauces for Alibaba’s success is that we have a lot of women… without women, there would be no Alibaba.” 一个欢庆的日子，一个庆祝你们成就的日子，一个几经努力换来的时刻。 今天是一个感恩的日子， Today is a day of celebration. A day to celebrate your accomplishments, the hard work that brought you to this moment. This is a day of gratitude. I am honored to be here today to address Dean Yingyi Qian, Tsinghua School of Economics and Management’s distinguished faculty, proud family members, supportive friends, and most importantly, the class of 2015.

本页内容 sciencemiracle 历史上的几个科学公式 ❤◠‿◠❤ 物理理论与公理， 科学上的神来几笔， 数学的常识化，数学里的几个妹

▷ 视频:理想的婚姻3个举例- 1.李连杰：爱比被爱舒服 3.山口百惠和三蒲友和 3.西花厅的海棠花开了 zhouenlai

参考文献 文集 至 20150614 我的好书们 ref/

Of Study 《论读书》 Francis Bacon 王佐良先生，读书使人充实，讨论使人机智，笔记使人准确。 sunjingyan , Reading maketh a full man; conference a ready man; and writing an exact man. if a man write little, he had need have a great memory; 因此不常做笔记者须记忆力特强，

20150608

gaokao4 我的第一个禅修（作者：杨元宁，9岁时撰写。）

北京师范大学·启功的字写了一地·学为人师行为世范·“行”字在发光·2012China/20150608/ 中国地质大学·地质彩霞满天·李四光地质之光·交大彩虹跑·旧日记本·百荷捭阖交大baihe莲花湖 北师大党中央 百年老校 地质之光 潇潇雨鞋 交大120年，很棒的一张照片 交大硕士录取书 　 王中林的树 荷叶效应 交大彩虹跑 　 百荷，捭阖，交大baihe莲花湖 旧日记本

20150512

三分钟（一分钟）自我介绍方法.franklinduan/bio%20interview.pdf 这样分配内容：首：感谢的客气话，短。 第一1/3主要介绍自己的姓名、年龄、学历、专业特长、实践经历等；第二(<1/3)应聘职位，对本行业，本公司的要求和了解第三1/3主要介绍个人业绩，注意相关性， 在校活动和社会实践的成果； 具体具体具体…例证。（见下面例子）真实（诚信）：撒谎最难，因为要编造的伪证太多，一旦漏出，其他的好点一律勾销。 尾：表决心，谈交合点，尽量实在，可以为公司带来什么。（见下面例子）

▷ 父亲和儿子 视频：Benz vs BMW Father vs Son = Love 宝马和奔驰烧钱相撞 fathermotherandsondaughter ，看得出，父亲和儿子都没有真的在撞对方，用的都不是车的致残部位（右边、后面），可以作为父子以后的温馨回忆。犯罪的动机，大家可以理解，哪家的父子不吵啊。至于车子的价格，很多人关心，其实，那算个屁啊，大奔和宝马，看得出家力不扉，撞了一百万，就一百万吧。

2014.5.1

华东师大2012China/20150501/ 交大庙门·清华班·人不可相片像 像交大的梅花桩涂鸦underpass 华师大学生公寓，像民宅，有家的感觉 交大，五一，庙门 　 华东师大 学生像小松树 华东师大美 华东师大 巨人都孤独 　 大学，青涩，傻样，但是，somehow感觉很好 五一节，2015，

学霸、学神、状元，好方法、好字、好书 ，　学霸们是如何做笔记的？一、重点 符号标记法 二、留右侧空白 写注解 标注 重点 三、 可以用一页记录笔记，下一页记录所要对应的笔记提纲或要点 四 写日期 每天记一页 空余的地儿不要写 留空 gaokao2 英文记单词好书 我的好书们

给佟欣的SKYPE课堂：高考范例 孙婧妍同学 sunjingyan 婧妍满分作文 手机论 1 l 学霸情侣同上美国名校...1 l 什么样的字体阅卷老师最喜欢？

魔都的两所著名大学复旦大学和上海交通大学即将合并，1/ 组成一所新的大学，现已成立两校合并筹备委员会，相关准备工作正紧锣密鼓的进行当中。 相关部门还考虑了另外两种方案：同济和复旦合并成济旦（鸡蛋）大学，交大和同济合并成交济（交际）大学，但都不符合大魔都的战略发展规划而被否决。上海交通大学 = 上海西南某高校（Shanghai Southwest Some School）= 闵行理工学院 （Minhang Institute of Technology ），简称MIT = 东川路男子职业技术学院。“远看是座庙，近看是母校。五六千尼姑，三四万老道”。

大学在中国 = 清华·交大·浙大·复旦·同济·大工·华东师大·北航·北邮·北大·黄埔·吉大·德州大学UT Austin·斯坦福大学Stanford·哈佛大学Harvard·云南大学·西南联大·大理大学

20150428

清华104零字班校庆2012China/20150428/ 清华紫荆学生区·清华图书馆内·清华夜景·零字班旧照片·交大图书节书目排名·孙婧妍与仪珏的字

2015.4.19

浙江大学·交大119校庆·杭州大巴高铁站2012China/20150420/ 竺可桢·求是·浙大的古老·教学楼和系都是旧的·杭州的四种大巴（电动的·电气混合的·天然气的·普通汽车）·杭州高铁站（好看）·杭州大理城（青芝坞）·曹可凡来讲·交大电院羽毛球·致远学院·交大护照、交大人节、捏泥思源门、交大签证·交大植物园·工程学导论DOE·考试看表·毛2东的诗·圆梦路·1980-2010高考录取率·硅谷大学合影·轰炸性消消乐39局

▷ 思源公益·清华支教视频fr蔡劲松 qinghuakangqiao

(⊙o⊙)嗯 你先是“人”？还是先是“中国人”？zhong

“人”字：上1下2，“人”字：相互支撑，“人”字的三种写法、左和右的关系 ren

所以清华的校风和风骨是自强和厚道，自强指的是自己品格的培养，厚道是对待世界和待人的道理和原则。更多：自强不息，厚德而载物 qinghuakangqiao1

▷ 乔布斯和比尔盖茨在D5峰会上的视频对话英语文本： stevenjobs10

2015.4.1

思源公益·支教 gei 亲爱的人生只如初见同学，”人生只如初见“的其中一个意思是以”好奇心和激情“过”今天“，它的意思是很深厚的。这也是一种赤子之心！ 我上次发的内容大体有两类：一类是应付环境的方法，属于“术”类，比如高考类的，面试类的。“术”可以给你名利成功，但不是最主要的；另一类是“道”，是价值观，这是最主要的

大学在中国 2012China/universities = 大学在中国 = 清华·交大·浙大·复旦·同济大工·北航·北邮·北大·黄埔·大工·吉大·德州大学（UT Austin·斯坦福大学（Stanford·哈佛大学（Harvard·云南大学·西南联大·大理大学

七彩云南 2012China/yunnan 云南大学·西南联大 大理大学 大理中学们 ， 洱海 ， 大理古城 ， 大理昆明火车站飞机场 ， 大理喜洲 ， 云南怒江 ，

魔都的两所著名大学复旦大学和上海交通大学即将合并为旦通大学, april1 下面是百度百科界盛传的上海西南某高校的名校(上海交通大学)简介。同济和复旦合并成济旦（鸡蛋）大学，交大和同济合并成交济（交际）大学，但都不符合大魔都的战略发展规划而被否决,两校合并的第三个原因是为了解决东川路男子职业技术学院的男女生比例严重失调问题，

孙婧妍的字·交大精神:责任与担当 梦在前方，路在脚下，我在路上2012China/20150405/ 长风破浪会有时·交大工程学导论课程好作业5w1h·习大大上海滩新闻联播云南南路·交大春·水·桥·青年公寓·花·台·楼·交大致远学院 孙婧妍同学：才看到你的weibo: yaksa384 zhan.renren.com 你的“语文与我”很开悟，对同行们有很大的启发作用。做了一些注解，在这里：sunjingyan\_tongxin.doc 这是给我侄女的。你看看？我是1980年清华校友，校庆回去。

▷ Do you know why I hire you? bossandyou from movie: Prada. You must love what you are doing. If not, either find another work, or continue but prepare not being treated "fairly" or with success or respect. In many cases, we try to complain about what we are doing. Instead, we may try to love it and enjoy it. Try it! Change your attitude. Then you'll find you have actually changed yourself! This is the key; the job is just a vehicle to cultivate yourself. 刚工作的8090后必看的电影，争取最好的老板，准备好最坏的老板。Video1(ENG) | Video2 (CH)

2015.3.28

上海交大党中央和国务院·春天·复旦（校徽、双峰楼（光华楼）、草地与人、春花朵朵）·同济（图书馆的“空洞”设计、李国豪、教教室）·2012China/20150328/ 涂鸦墙·panaroma·全景图·圆梦路·水果爆炸爽·文字（自由女神中英文、远程、平凡的世界、圆梦路、两会囧、工程学、黄昆读研时的信、姜淑惠0-3岁人生培养图、姑父与领导干部家属的问题、大学学神的“萌”字、）

▷ 【清华】校歌: 西山苍苍，东海茫茫，莘莘学子来远方. 大同爰跻（yuan2ji1乃高升），祖国以（双向的给与）光，行健不息须自强 　 qinghua 第一句讲的是中国地理，讲的是同学少年壮志酬筹，集祖国各地之精华于北京；第二句讲的是为了共同的大同之志，为了祖国、为了中华服务之志，同时，中华也给了学子们荣光，然后，天行健君子效之而自强不息。 qinghuakangqiao1

2015.2.20

2015羊年春节长春、初二回交大、微纳院雨季、各类证书与手记、旧照 2012China/20150220/ With Family above from friend online above: family big together

2015.2.3

苏州、刘峰、2015、寒山寺、苏州高科技园区、北京、卧佛寺、冬、冬梅、宁静、智聚 汇、2012China/20150203/ 清大、远程教育推介会、O2O、北京地铁前窗、俺的2015羊年门联（中国银行敬赠）

2015.1.15

2015年台北、中研院、国父纪念馆、101大厦、2012China/20150115/ 同学上海夏宫、钱学森、刘大响图书、热障涂层图书

search engines in China other than Google and Baidu (very limited search on both in China) searchenginechina

欠人情的滋味不好受，这谁都知道。不要抱怨自己的病从哪里来，也不要抱怨运气不好。meatornot 吃这样的食物，就好比欠人情的滋味，我们不会好受的 ，我们的意识能量也变得很低落。吃肉无法避免痛苦的感觉，即使我们试着忽略，它仍会以某种形式危害我们，像是疾病、麻烦、精神耗弱或心理不健康。

2015.1.7

人民日报 2014-10-16 再次推荐极简主义生活方式！ simplelife 欲望极简 不受外在潮流的影响， 不跟风。 物质极简 将家中超过一年不用的物品 送人、出售或捐赠 明确自己的欲望和需求，不买不需要的物品 精简银行卡，仅保留一张借记卡一张信用卡。信息极简 减少使用社交网络、 定期远离互联网、远离手机，表达极简 多用名词、动词。工作极简 一次只专注做一件事，尽可能不做Multi-task。生活极简 锻炼。穿着简洁、不花哨。实践极简主义的方法、角度有很多，关键是要行动起来。

2014.12.31

2014年末，清华、北京、长春、李政道交大图书馆、笔记 2012China/20141231/ 李政道图书馆竣工，像钱学森图书馆，更像博物馆，令学生们失望，李老和钱老也不满意,图书馆，是学习的地方，不是纪念馆

交大: 小李，您的图书馆快盖好了，我累坏了、、、(交大李改道图书馆年底峻工，有地儿读书哩) 2012China/20141222/ 交大徐家汇东门夜景 MacroNanoLetters编辑部的故事 交大游泳馆，逸夫楼习大大题字 交大学神演讲竞赛 夜晚的徐家汇天主教堂，静谧 学峰中亚大柚子 大上海的湖光一角 怒江中学校服和傈僳族民间服装得瑟一下 交大北大篮球赛 习大大和焦裕禄 2014年12月素食吃喝集锦俺的苜蓿发芽了 夜上海杂拍 车轮充电器

上海交通大学 学生 吐槽 2012China/sjtu/students 交大，工科学校，男多女少，七千多尼姑，三万多罗汉。俺多么想成为一名罗汉啊:)。这是一封录取介绍信。

远看一座庙，近看是母校。七千多尼姑，三万多老道。 交大barcode 2012China/sjtu/

2014.11.14

《大飞机》专访中国工程院院士刘大响 hangkong 民用大涵道比涡扇发动机型号研制属于空白，全部依赖进口，民用发动机的特有关键技术预先研究才刚刚开始。预先研究和使用发展经费偏低，使许多试验研究工作做得不深不细。以美国为例，美国长期将推进技术、战略计算机、超大规模集成电路、先进战斗机和航天技术列为国家五大关键技术计划，优先予以规划和安排。..

未来科技发展点研究：futuretech 本页内容：未来的地球科技: UFO,飞碟，场论-控制引力与排斥力的方法 麦田圈 - 外星人的笔记 尼古拉·特斯拉（Nikola Tesla) 无线能量传输 “反引力”“空间传送系统” “引力门系统” 再生能源·绿色环保科技 《海底两万里》：用海洋里的Na来发电太阳的光里有宝 阳光里的养分、能量，还远远没有被开发空气电磁能 水的微细结构 C、H、O生命系统

Deal with the Adversities DealwiththeAdversities 几段视频，看了会补充正能量 搜网视频关键词 《开讲啦》 苦难是一种财富 马云：不抱怨才有今天的马云 《开讲啦 廖智：不抵抗 就能盛放 《开讲啦》 20130104 俞敏洪：相信奋斗的力量 《杨澜访谈录》20141123 朴槿惠 因为信念 坚定前行

完整的人 = 身体 ⊕ 情感世界 ⊕ 精神与灵性 ren/ 【身体】健康，物质世界，衣食住行。【情感世界】爱人，家庭，集体，团队，朋友。【精神与灵性】信仰，人生观，人生是一次旅行，人生是一场修行。

面试官喜欢具体具体具体具体具体的经历。本文包括（面试这几条）： ：bossandyou7 1. 七条，基本“原理”：面试等于·你有什么=他要什么; 2. 理想的老板·雇员关系 老板喜欢什么样的员工; 3. 面试官喜欢具体的经历

　【学霸的时间管理法】三个学期拿到双学位 gaokao5 他进行时间管理的主要方法包括： 目标明确是关键。 灵活安排 一时一事 失败是朋友 现在开始！ 无情的放弃 捍卫你的时间 完全投入 动手一试 保持激情 饮食和锻炼 劳逸结合

►►►增加思想里的正能量 ►►►规避食物里的负能量 zhong9

▷ 补充正能量视频： positivevideos 成功的人： 励志影视:人生·成功·幸福 做你自己视频们

人与神佛,上帝的关系,修行与心灵: ren/renandbuddha 人与神佛上帝关系1：祈求关系: “求神拜佛”. 高考前，很多家长的求神许愿...人与神佛上帝关系2：崇拜,仰视关系: \_/\\_ 宗教, 基督教, 佛教, 人与神佛上帝关系3：灵性修行关系: 修行的美 怎么让面包变的更好吃

宇宙的奥秘 en/mywritings/humanwisdom 地球文明与星际联盟 生命的意义 人生的目的 轮回的真相 走出人生大梦

上海交响乐音乐厅，和学峰阳春白雪一番 这么多90后华东师大乐团的学生在演奏的! 小提琴梯队尤其好，齐整、symphonic, 在浪尖上，猪也会飘上来 2012China/20141115/ 赵小兰赵锡成赵安吉在上海交大，交大莲花湖荒秋与整理，3D思维法 生活用具更新的

关于客观的评价那个时代、那些人，蒯大富 张铁生 黄帅今夕 leaders9 本页内容：蒯大富的生活与智慧与错误 采访蒯大富 张铁生生平 姻缘 张铁生写在白卷上的信 范景刚就张铁生《卫报》采访 黄帅今夕

习大大书法：习近平（与焦裕禄）的书法 leaders1

2014.10.21

学英文 【英语为了】 1.素质 2.考试 study1 【英语学习5点】 中学 大学和研究生 学英文 MP3 flv 【买裤子的尺码】 【数学的常识化与图形化】 勾股定律 π 椭圆的画法 弧度 画抛物线

【毕业情书】刚毕业的离校时的礼物。 jiaoda 【交大情歌】写给每一位交大人的情书。图片们，从录取通知书，校园的每一个经历，你来的时候，火车站，进拖鞋门。。。 【清华情歌】一个清华男生历时四年的坚持生活拍摄 【相关视频】美国清华 Stanford University 【哈佛情歌】

2014 金秋十月，师大附中高二四班，北京，34年后，21+4人，天安门与香山红叶，北饭和卡拉新天地，王府井大街的“镀金”效应 ，上海交大雨季，怒江（fr.季麟）， 爱民来交大、吃饭、喜马拉雅中心、菩缘会馆、小风扇和上海大风、和学生合影、俺的T字型课桌、太极汤、彭丽媛年轻时、怒江中学校服与交大合影 2012China/20141021/

中庸思想的应用：在涡轮喷和涵道之间（涵道比）之间加一个中间态，hangkong 自适应变循环发动机在双涵道变循环发动机的基础上新增了第三个涵道，可改变风扇或核心机的流量和压比

愛与性的关系：ai14 爱是真的，性只是一个表象。如果拿掉了“性”，本质就留了下来，愛。对于同性恋，我们不一定要理解、相信， 但是我们应该开放我们的心，我们应该接受同志们的感受，ai10 视频：Ellen （美国的鲁豫，李静） 和 Anne （6天7夜）。同性恋的开始不是因为姓，而是源于爱。

2014.10.1

▷ 视频：中国的总统选举 | 中国的思想系统引领未来 中国的脚步： 1.中国统一: 毛先生蒋先生 2.中国富强 ： 邓先生 江先生+胡锦涛温家宝 +习近平彭丽媛 3.中国梦： leaders

中国人民感谢邓小平！因为他改进和设立了适合中国的政治体系，也是中央式的“皇权制度”，只不过，皇子和内阁选拔的范围是全中国，而不光是总书记的儿子！并且，是从很基层的中国底层开始。领导阶层的换届也无“拖泥带水”，整个内阁都换！没有老中青，没有“传帮带”，这些都是从邓小平开始的。leaders 中国的总统一届十年，每两次人大换一届。虽然没有像美国4年一选，连任可8年，但是现在中国运气好，有好的接班人接班，美国就差些。

▷ 精神上的门当户对，关于柏拉图愛青。 marriagemoview 精神上的门当户（mp3）是最理想的。

信心？spiritualwinter , mp3：Jesus's parable ，坚持？whatissuccess12 也许上帝经常在开我们的玩笑 、在考验我们的“坚持”、最大的敌人不是石头，而是我们的自心，我们不能坚持。

信仰？belief ,信仰问题回答如下问题：我从哪里来？生命的目的何在？我为何在这里？我si后将到哪里去？(好书导读：「带我回家」)。可以看出，搞懂了这些，心理问题将不复存在，也会睡个好觉。 信仰和信仰主义有所区别，因为信仰有“不合逻辑”的成分，不过，人生里肯定有两部分内容同时存在，理性和感性（所以科学不能代替宗教，见后面），同时拥有，是人生的一种”中庸“和平衡。

英漢靈修辭彙 　jing/lingxiucihui A Bottle Of Nectar Water With A Willow Branch In It 楊柳枝淨水瓶 Garden Of Eden

☮5W1H思考法☮ 5w1h 5W1H 是原因（WHY）、对象（WHAT）、地点（WHERE）、时间（WHEN）、人员（WHO）、方法（HOW）·英文第一个字母。回想起来你人生的任何一个点、一件事、一个难题、一件物品、、、，把5W1H给写画出来，比如，你的车：为什么买啊？什么车啊？那个4S？啥时买的？车里都要装谁啊？车开的咋样？在你描述任何的时候，都可以按这个条理来谈，很清楚！人家也喜欢！

《降伏其心》 ~ 内在音流 ~ 佛号 ~ 打坐 xiuxing10

专心……砍柴，担水，做饭 xin3 散乱心·六根 ……释万行

2014.9.21

交大： 张杰2013开学季 张杰2014毕业季 张杰2014开学季 zhangjie ╭★╯修身、修心、修学╭★╯——在2013级新生开学典礼上的讲话 ╭★╯让人文之光照亮未来╭★╯——在2014届本科生毕业典礼上的演讲 ╭★╯博闻 博雅 博学╭★╯——在2014级新生开学典礼上的讲话

2014.9.8

站内搜：谷歌不通（在中国）？试试：百度 or sohu top 搜的结果： km2000us

▷ 视频：习近平的心路历程，延安下乡插队生涯，为什么中国的领导阶层在迄今是世界最优秀的？leaders1

航空发动机 hangkong 中国是如何打破美国科技垄断的？核心机之路——浅谈第四代大推力军用涡轮风扇发动机发展 航空燃气涡轮发动机GTE 民用航空发动机制造商及部分产品简介 GE RR PW 中航工业集团旗下企业与研究机构 全球最大燃气轮机，如果说航空发动机 超大型燃气轮机 。 纯净动力PW1000G 普惠 GTF 新一代齿轮传动涡扇发动机

如何当老师、教授，教师如何上第一堂课 education9 教师必须知道的65个课堂细节 清华推荐的24本精品读物 多长时间的微课视频最能吸引人…… 郑强教授演讲视频

2014 朋友的西藏图片 云、天、海、霞 幡 2012China/20140908/ 内海 班公湖 （藏语称“错”，纳木错。。。） 布达拉宫 西藏西部的阿里 难得的藏传佛教壁画（100年，未修膳） 地上的。写意莲花 天体流动（80分钟拍摄） 交大军训与微纳院 雨季交大 蜘蛛网与水滴 交大“红地毯” 交大石路 亚体诗词 大沽路，印度masala，6年了 绿米健康生活屋

“愛在左，同情在右，ai19 愛是自身的品质，而同情是对待别人的品质。自身的愛源由心而来，所以“愛”里有个“心”。同情，则要从他人的角度看待问题，所以，愛走在左面·同情走在右面，带动我们的人生；虽然有痛，但也有欢喜相伴。

常听说“我的孩子”，“我的学生”。其实孩子，学生，不是你的财产。他们是他们自己，这一点，美国人、西藏人、有信仰的人大都认同。比如西藏人，孩子命名多在寺院里，名字多为四个字，不是姓的父母亲的姓，而是一个法名。 （仓央嘉措：没生育过我的母亲-》） 美国人则是为上帝抚养孩子。这个不是不讲孝道，而是一种观念，孩子对于父母，也不是没有感恩和报答，只是他们要做回自己！ education1

2014.9.1

“未曾生育我的母亲”。 其实，仓央嘉措指的是“上帝”，和西方人讲的每个人都是上帝的子孙异曲同工。这个“生育”，指的是母亲的分娩过程，而人是上帝的儿子这个概念是精神层面的，所以上帝虽然是我们的母亲，但是分娩的过程属于我们人类的生身母亲。2012China/20131221/imagepages/image21

仓央嘉措，六世的达赖喇嘛，他写了很多情诗，但被大多的世人认为不是喇嘛的正常行径，其实，这里的情人指的是至高无上的上帝，是西藏教里的最高佛。例如，他写道：2012China/20140809/imagepages/image39 这个看不到，摸不着的，但永远跟着我们的，就是“愛”，是上帝，祂也不来不往，祂静静的，她是欢喜。

2014 八月 大理（古城·洱海·大学·中学）、喜洲、怒江中学们 西南联大·云南大学 2012China/20140901/ 交大领导曾在此下榻 大理古城 下面是喜洲 白族的原貌 这是泸水一中 这是民族中学 三江并流 西南联大旧址，现为云南师大 下为云南大学，古风存 大理火车站 昆明云南机场

2014.8.18

毛泽东诗词选 leaders4 《沁园春·长沙》 《七律二首·送瘟神》 《水调歌头·游泳》 《沁园春·雪》

▷ 视频 英文听写 alimighty2

If somebody prays for patience， do you thing God will give them the patience, or gives them the opportunity to be patient; if praying for courage then just give them the courage, or provide them a chance to be courageous. If somebody prays for a family be closer, do you thing God will grant them the warm fuzzy feelings, or provides them the opportunity to love each other. 如果你祈祷爱，你是希望上帝给你爱？还是祈求上帝给你一个机缘让你学到怎样去爱？前一种结果显然不够味儿！因为只有甜味。爱是啥滋味?它是甜味、还有酸甜苦辣和在一起的味道 。后一种更有味儿！视频：上帝给人生的不是结果，而是一个过程。在苦味儿里，要感恩！

Ω mp3：姚明，开讲了,体育精神，体育对意志力、坚持、持之以恒能力的培养。education13 体育不仅使身体强壮、健康，体育还使身体升华为精神、素质、意志力、内功。。。Nelson Mandela 与体育精神。20年的监狱生涯，曼德拉说起获释出狱当天的心情：“ 当我走出囚室、迈过通往自由的监狱大门时，我已经清楚，自己若不能把悲痛与怨恨留在身后，那么我其实仍在狱中。 ” (“As I walked out the door toward the gate that would lead to my freedom, I knew if I didn't leave my bitterness and hatred behind, I'd still be in prison.”)

2014 交大云南四川梅朵教育提升活动 2012China/20140818/ 2014 交大梅朵上海西部教育提升工程 开营 赠书 结营 笛里吐短笛 上海，书展，2014 一些以后可以考虑的书 雨打交大·青葱交大 2012China/20140818/meiduo/

关于综合能力+ 高考能力的思考 l 关于坚持理想 l 完美的人生思想：中庸 gaokaoHesuzhi.doc

手机 指南 电池 被偷 没电 进水 收费寄生虫 iphone iphone 指南

科学: science .✦科学方法 .博士是什么意思？ .Ph.D 博士论文的做法· 发现与发明…科学家、艺术家、工程师的思维取向 .·5W1H ·.IMPOSSIBLE=IamPOSSIBLE .颜宁:领略科学之美 · .视频:楊振寧:物理与美· 科学上的神来之笔·历史上的十个科学公式　 ✦未来的科学: .太阳的能量们：太阳的光里有宝 · 未来的地球科技 能源 绿色产业 · 视频:下一代的笔记本电脑· .麦田圈·外星人的笔记 · UFO，未来的飞行,.水结晶 实验·主观世界对实验结果的影响 科学不能解答人类: 科学与宗教·科学与信仰·科学的主观层面 ·科学与道德 .科学技术对人类的利益谈

考试·高考·考研 gaokao 关于综合能力+ 高考能力的思考 关于坚持理想 中庸

一些寻梦的方法：靠学习，读书，时间，生活了解各种选择，产生各种灵感 选梦：自身特点观察：科学家、艺术家、工程师的思维取向：sciencemindset

人与物质世界…人与自然 ren/renandnatural 科学 自然、环保、雾霾 | 未来科技

2014.8.9

▷ Ω 学英文MP3，视频，英文听写课文，带中英文字母的视频： study1 1. Steve.Jobs..Bill.Gates 谈成功的条件： " You need a lot of passion for what you're doing because it's so hard. Without passion, any rational person would give up." 2. 电影片段：终极礼物，也有译名“超级礼物”（The ultimate gift ），最后礼物。学习人生: 工作、金錢、友誼、學習、困境、家庭、開懷大笑、夢想、付出、感恩，及愛。 Do you truly know how to learn? Jason, any process worth going through will get tougher before it gets easier. 。。。

关于学习和教育：study 高考、考研 ╭★╯ 学习 ╭★╯教育 ╭★╯ 内功 ╭★╯

人的周围：ren/ren 自心 健康 学习 工作 爱情 钱

关于朋友的故事-路遥和马力的关系 bossandyou8 好的关系是人生的一种美好 经营关系的六项基本原则

人与社会 ren/renandren 工作 朋友 爱人 社会和未来 题目： 文明 。 男女 。 婚姻 。 教育 。 政治。 战争与和平 。原谅 。 考验 。 灾难 。 戒律 。 灵性而富裕 。夫妻相处之道 。

故事会 stories 四 个 老 婆 1 地狱与天堂的广告 2 康熙看病与同仁堂 5 尼姑 尼姑夫，大姑姑 大姑父 10 开心的八兔 11 差不多先生传 •胡适• 12 野草 作者：夏衍 15 禅的故事：得道 = 心得在事儿上 17

【星相】学和性格取向及生活选择学 renandtime12 【命运】命与运是两个词，命是过去的因，运是未来的果 你今天借我100，明天还了我100。借是“因”，还是“果”。 人的前世 世界是一所大学

2014 年暑假回长春交大雨后蓝天，久违！2012China/20140809/ 上海的上半年，都没有见过。下午暴雨，骑车出去后才赶上，全身湿透后科技处办完事，然后出来，就见到这洗过的蓝天，持续也很短，就几小时。真的是，美都很短交大暑期助飞计划：老生利用暑期帮帮新生和宣传交大 西藏支教的同学们 我报名去西藏，但没买到票 在醍醐轩素食店长春 高铁从上海到长春清华有一只王八蛋：）心斋是王，新老图书馆是八，大礼堂是蛋一汽 丢丑的事：裤子的扣子忘记一颗，回家看照片才发现。。。所以照片都裁减了 长春公交的业余座位，这种业余座位在长春的公交车上还很常见，上海已经不见了摘自徐静蕾书，理想的婚姻当然很难，不必强求 交大莲花湖

2014.7.29

【杨元宁（王永庆外孙女）】修行与哈佛才女 gaokao2 16岁那年，杨元宁出版了7本童书，《大地医生》《不再恐惧》《活在沉静中：赞颂大地》《整体疗法》《记得快乐》《大笑老人》《业力：一分耕耘一分收获》等。 她（16岁）甚至谈到 “我们的灵魂或是精神，不论我们叫它什么，也是一样的。即使抛去了这个肉体，我们的灵魂还是永存。真相是，我们原本就是美丽的灵魂。暂居在这皮骨袋里。内在是无限的光明，永远不灭地闪耀着。”

2014.7.15

关于失败： whatissuccess11 硅谷的两个口号（价值观）：拥抱失败；我们做事不是为了钱。大卫 卡普兰的《硅谷之光》提及的硅谷两大原则，“我们不为赚钱”和“我们容忍犯错”，那里，允许梦想、鼓励创新、宽容失败、激发企业家精神，因此，与其说这本书呈现的是硅谷的过去，不如说是硅谷的气质。

From 刘卓燕, 7/17/2014. Topics: find 1. the right magazine, 2. correct Chinese references, 3. paper submission, 4. 影响因子和Q值 referencetools

2014年七月交大，2012China/20140715/ 交大毕业季，思源门前，交大雨荷，习公主，2014.7.15 好文字，2012China/20140715/text/ 朴槿惠，星云，竺可桢，简单与禅，泰国电车道与商家并用 http://www.tudou.com/programs/view/2WSS7nLJlD8

学生礼物 from Luo Lanxin 2014.6: http://www.tudou.com/programs/view/Xur419HcFkQ

2014.7.4

第一夫人：先做人，再做女人：pengliyuan 不管作为男人还是女人，“自立、自强”永远是必须的。 　 1.【投资自己】 　 　 2.【做一个独立的女人】 　 3.【给自己充电】 　 4.【做让人赏心悦目的女人】 　 5.【学会宽容】 　 6.【真正的魅力】 　 7.【学会平衡，讨人喜欢】 　 　 8.【智慧】

朴槿惠-修身总统 piaojinhui 我走过的路与众不同。在大学时期，我梦想成为电子科学领域的产业主力军。。。熬过如此痛苦的时间，恢复平静，是不断地与自己进行对话，与自己斗争的过程。读东西方的古典书籍，进行冥想，天天写日记，回顾自身，这样慢慢地坚定了内心。。。。冯友兰先生的《中国哲学史》蕴含着做人的道理和战胜人生磨难的智慧，让我领悟到了如何自正其身，如何善良正直的活着。

中国军政改革大进步 ， 习大大大手笔 ChineseCIArevolution 草根情节 习近平彭丽媛接地气 习近平中国梦: 1建立信仰 2以草根为主的方略 3官的为人民服务本质 = 三大问题 leaders1

好书推荐：【中国健康调查报告】 （PDF）-病与饮食的关系 chinastudy 影片《食品公司》 video: Food Fact Inc foodfacts （如肥胖、冠心病、肿瘤、骨质疏松等） 而雌激素来源于我们摄入的肉、奶、蛋、鱼。在20年前的中国，这四样东西似乎都是富人才常吃的东西。现在，他们都上了百姓的餐桌。便宜是因为它们都是养殖场里面养大的。在生长过程里面，为了要使这些动物能生长得很快，它们被打很多荷尔蒙激素。..

2014.6.7（6、7、8，录取吧高考天）

高考·考研。1学习：准备好自己】考试时平时的一个学习和生活结果的一个测验，也是考官和高校对学生要进行考试的初衷。所以，要先把自己准备好。。。2分数是怎么定的】正常的老师会白给你60分的及格分数，只要你上了课，做了作业，。。。3考试攻略】a）先把所有的题看一遍，用几10秒钟。记下有几辺一看就难的题做个记号。。。4考试：心理战术】由于心理因素低了分数，有点儿冤，应该避免。心理高考学生=学习·考试·人生 老师=教育 更多 gaokao

▷ 姚明，《开讲了》。http://tv.cntv.cn/video/C38955/4c13025afe854cb1a11fe196d133646e 【1团队】我们在一起。责任感。 【2信任】团队协作，队友。信任，能力叠加。 【3坚持】但是我们可以选择的事，面对结果的态度……虽然不会改变你的结果……但……将来发生的事情……怎样面对挫折的。这就是我们意志力所要提倡的东西。

关于邪教。邪教指的是极端教，利用常见宗教的名义行不义之事，比如新疆暴力恐怖、美国的911事件、美国“天堂之门”39人集体自杀等等。这些恐怖事件往往以平民的生命为代价，行凶者又往往冠以“英勇就义”，为主献身等光荣称号。xiuxing4

2014.6.1

绿袖招兮，我心欢朗。绿袖飘兮，我心痴狂 。绿袖遥兮，我心流光。绿袖永兮，非我新娘 。Greensleeves

▷ 影片《神鬼愿望》讲的是，人最应该梦想的是什么？应该明白，所有的“得”都是要有“舍”来陪伴，所以叫“舍得”。舍得就是生活的阴阳平衡和“中庸”，中国人的智慧和聪明之处。 adsdorhell

▷ 挺起了胸膛向前走，http://www.km2000.us/mywritings/le10 50年代初，《乡村女教师》曾感动了一代中国青年，那时，我就知道天下最崇高的职业是教师。

Ω 【清华】【北大】【复旦】【交大】 校歌 校训 qinghuakangqiao1 西山苍苍，东海茫茫，莘莘学子来远方 大同爰跻（yuan2ji1乃高升），祖国以（双向的给与）光，行健不息须自强。 第一句讲的是中国地理，讲的是同学少年壮志酬筹，集祖国各地之精华于北京；第二句讲的是为了共同的大同之志，为了祖国、为了中华服务之志，同时，中华也给了学子们荣光，然后，天行健君子效之而自强不息。

▷ 一个清华男生历时四年的坚持生活拍摄，半小时长，延时摄影浓缩四年，清华园内各主要景观与主要生活片断，并有一封在入学后给他自己毕业时才拆封的信。2012China/20131013/ 【相关视频】美国清华 Stanford University 清华视频：▷ 2013年，清华图书馆（逸夫馆）和旧馆（走路）连拍。20年了，变化不太大，图书馆还是很美。▷ 跟着女自行车走 镜头环拍清华主楼及正门 Follow female you fing the beautifuls. 　▷ 清华大学标记性建筑：大礼堂和清华学堂环绕一圈拍摄，河北小学生参观合影来凑热闹。▷ 颜宁施一公化学馆生物馆

▷ 我的搜狐视频的笔名叫“本想”，用那个“本”来“想”的意思，“本”是什么哩，就是‘道’！http://my.tv.sohu.com/user/47284709 我的56视频笔名叫然夫，然为然也、天然、随然之意义也、夫为男人的意思 http://i.56.com/u/km2000us/ 我的土豆视频笔名叫智慧眼，wisdoneye，智慧眼不是长在眉毛下面的那两个，而在脑子的中间，眉宇之中的后面、大脑勺的前面，是人的智慧之门： http://www.tudou.com/home/wisdomeye/

2014.5.19

2014 五月，兰花，外滩，亚信. 2012China/20140519/ 看到这么多类别和颜色的君子兰，大开眼界。兰花有5瓣儿， 交大东门·饮水思源 南京路上的纸醉金迷 外滩夜景-两侧-晚. 黄浦江昨晚的纸醉金迷， 外滩今天的成就，也是对世界文明世界的一项贡献。 亚信会在上海5.20， 东方明珠塔也变胖了，发光也多了些。 . 东方明珠的彩色变幻 外滩夜景+东方明珠电视 菁菁堂上演《西藏天空》，推荐！西藏，离天最近的净土， 　 七宝古镇. 水的结晶. 书 .

上海素食地图：2012China/sushiChina

2014.4.18

名人的搭档和伉俪 央视美女主播们的幸福家庭　 marriagemoview2 　“长相这事吧，美也好，丑也好，说到底就一句话，我长什么样关你屁事?” 山口百惠和三蒲友和，是世界上很难得的金童玉女， 商界大佬中不少都有红颜知己， 马云和彭蕾

2014.4.5

2014.4.5 上海南汇郁金香园·北大·清华中科院半导体所·北京林学院 2012China/20140405/

2014.3.23 上海交大2014春天 · 两根筷子抱一个月亮 · 思源 · 和清华 · 和西藏 · 和爱民 2012China/20140323/ 硕士毕业服，蓝底黄道，博士，黑底红道，学士，黑底黄道 姚明低头 交大徐汇校园，旧图书馆 钱老，交大，俺 清华同学聚上海，因为徐峥来 交大春季，兰花开 爱民来上海，在唤觉 铜人雨天打伞 西藏，修行，仓央嘉措，yogananda 复旦中学西藏同学班，中国在希望里· 宏观世界与微观世界.ppt 你爱，或者不爱我·爱就在那里·不增不减

2014.3.17

郑强演讲视频: http://www.km2000.us/mywritings/education9 浙江大学的郑强教授在中国石油大学的演讲 浙江大学郑强谈教育『收藏』 郑强教授华工开讲 ( 一起学习吧 ) 中国强大的真正希望——浙大郑强教授演讲 贵州大学校长郑强走进央视《开讲啦》 郑强教授-研究生现实定位与未来发展 郑强复旦大学演讲

2014.1.30

▷ 今儿大年三十儿： 霍尊 中国风《卷珠帘》, 23岁的90后，还有点青涩，但极具实力和魅力。juanchulian 才大四，快毕业了 ，上2014马年春晚，看临场表现吧。一个人可以重复唱几次，几次录音，但意与境合，已经难找，可遇而不可求。在这个视频里的这个表现绝对是一品，不太容易重复。 歌词解： 镌刻好 每道眉间心上——"心上的“前面可以加个”在"字，便于理解，但是，加了以后美感大打折扣。 男人帅不帅，很大程度取决于眉宇之间的英气。而女主人公的男人在她心中显然帅，所以要“刻”来表达和强调。 画间透过思量—— 此举很难断句，但妙之极！边画边想她们以前在一起的生活的美好 沾染了 墨色淌 千家文都泛黄—— “淌”用得好！好的不好用语言表达的好。相思之苦画出来的画，让历史的纸张变黄，形容思念是时间变得很长，很传神和间接的美。

▷ XiAndObama2014 习大大和马总统共庆马年，中国梦和美国梦的共同实现，绝妙配音和视频PS。演说词从满正能量。

Video list in my collections and my shoots: funnymovies

　航空发动机 hangkong

2014.1.19

Ω 再别康桥 徐志摩（东北话滑稽版）MP3 好玩儿极了 xuzhimo 我得了八嗖的招手，磨叽西天的云彩。我傻了巴叽地走了，正如我飚的呼的来；我得瑟得瑟衣袖，不带走一嘎达云彩 。

▷ 视频搞笑：21世纪的唐僧，U盘里存佛经 wukong

马云喜欢带八戒的团队，有视频为证：马云：把八戒也带上吧 mayun 八戒的被捉弄，有故事为证： wukong

差不多先生传 jokes#1 ·胡适·　　你知道中国有名的人是谁？提起此人，人人皆晓，他称差，名不多，是各省各县各村人氏。... 因为他是中国全国人的代表。

长风破浪会有时，直挂云帆济沧海。 你完成了生命对你的承诺。造化的公务人员：佛与魔 人为了修行而生 人为了无明而死

1.9-1.16 沈阳和妹妹们及孩子们在一起，春节前夕，和小姨小姨夫在抚顺：2012China/20140119/

2014.1.7

富人的金钱观：richness2 比尔。盖茨 股神巴菲特如何花钱 　⇨ ♋♋ 简单生活不是贫困生活，而是一种时髦 ⇨ ♋♋ 视频：“富的人并不拥有最多，而是需要最少。”　⇨ ♋♋ 李嘉诚：用一百元买1分钱

20140104去南通 （Syngenta）,趣味话图，交大墙画, 大理，使人变小，黄昆大学时给杨振宁的青涩书信, 孔明知道空明之道孔明之道：简单和主动地清贫 2012China/20140107/

上海交大2013-2014年度借书录: franklinduan/20132014JiaodaLibrary 《一个瑜伽行者的自传》，《悦读中国》，《大学一流之道》，《金属功能材料》，《大道无形》，《黄昆文集》，《中华上下五千年》，《曙光集》，《射雕英雄传》，《启功口述历史》，《我的父亲邓小平》，《中国院士》，《希腊神话》，《二十五史故事》，《名师风范》，《希腊罗马神话》，《别闹了,美国宇航局》，《神雕侠侣》，《众神之车?》，《爱因斯坦谈人生》，《FoundationsofMEMS/》，《MEMSandmicrosystems:》，《物理天问》，《启功谈艺录》，《爱因斯坦传》，《庄子的境界》，《富兰克林自传》，《宇宙公式》，《人间重晚晴》，《田长霖传奇》，《富兰克林传》，《东方文化与人类发展前途》，《微传感器》，《雅虎酋长—杨致远》，《非同寻常》，《刘亦婷的学习方法和培养细节》，《马丁·路德·金自传》，《史蒂夫·乔布斯传》 ...

2014.1.1

2013&2014: 2014年1月1日的《新闻联播》的结尾总结道：“2013爱你一生，2014爱你一世（谐音），新闻联播和你一起，传承一生一世的爱和正能量！越来越有人气了, 更“接地气”了、更有亲和力和活力了！zhong9

中国好了！leaders

【高考·考研】gaokao 正值考研之际，高考（考研）三件事：1. 努力去考；2. 结果是天的，不是你的；3.高考不是好工作，高考也不是成功的事业和人生。高考·人生·选择·真实·视频：8090后高考成功举例 ·高考心理学

#李亚鹏被曝违规#希望QQ把这个头条拿下来！不要助长负能量！ 最讨厌这种人，到处传这种负面！每个人都有不足，但是用放大镜四处去找别人的毛病，这种职业是在可耻！下流和下三滥!做慈善已经不容易了！不要报道这种子虚乌有！不是说有没有！而是说你做的目的和结果！是正能量还是负能量！李亚鹏和王菲，李连杰，不会干这种事！可以去查，不过这个新闻的后果，只是让人失去做好事的信心！本来人就少! 您说是不是这个理儿？

大长今和成龙，有着大师常用的同一种教育，重复地做一件看似无聊的的动作，了解对方，让学生自己了悟其中的禅意。视频：成龙训练功夫小子的“态度”。bossandyou 态度是一种习惯，好的工作态度是一生的财富和好处。这种训练看起来也许很笨，很不机巧，却是一种基本的智慧。

交大校长张杰2013：修身、修心、修学: zhangjie 【此时此刻，你们也许很期望我可以告诉你们在大学该怎么做，才能成功。可是我想告诉你们，成功其实是世界上最难定义的概念，它的内涵和外延因人因事而异。而且，... 】

哈佛女孩刘亦婷：liuyiting 哈佛毕业以后的祂，还在找方向。刘亦婷的成功到底是什么？是哈佛吗？

十八则 　　儿十六岁半，情窦开。妻告我，儿子喜欢上一女同学。 　　"儿子，过来一下。" 　　"哦，爸爸，有事吗?" 　　"最近，我瞧你，似喜忽忧，神色不定，有心事?" 　　"??"低头，坦白，脸红。 　　"哈，这是好事，说明我儿子对人有兴趣，取向正常，爸爸放心了。" 　　"爸爸，??" 　　 更多：dachangjin05#1

克林顿和希拉里教育孩子的方法。子女从小要做家务劳动，不是需要他们，而是对他们好。儿女终归是儿女，它们象鸟，总会飞走，总要会飞。yudan\_education

Do you truly know how to learn? Jason, any process worth going through will get tougher before it gets easier. That makes learning a gift, even the pain is your teacher. Our life shall be lived not avoiding problems, but welcoming them as challenges to strengthen us so that we can be victorious in the future. yudan\_education

☀ 人生要学习的几个基本功课: 工作、金錢、友誼、學習、困境、家庭、開懷大笑、夢想、付出、感恩，及愛。一个人的一生应该得到些啥? 一个亿万富翁,是留给他的后代一笔巨钱,还是要教她各种价值观念, 人生要得到这一系列的礼物,才是值得的,他们比亿万钱更为重要.好电影,尤其对教育孩子有益. 电影片段：终极礼物，也有译名“超级礼物”（The ultimate gift ），最后礼物。学习人生: 工作、金錢、友誼、學習、困境、家庭、開懷大笑、夢想、付出、感恩，及愛。yudan\_education

☀ 做你自己: 我年轻时候的对于成功的看法和现在不同。我想，长大了，要出名，要做明星，要做电影。当我长大了，我想环游世界，开名车，我要有自己的粉丝（groupies）。 但，现在我对成功的看法已经改变了。等你长大，就会明白成功的定义是会变的。今天，对于你们来，成功就是一口喝掉二十杯烈酒。对我来说，最重要的是忠实于自己，做完整的自己，不要因别人的压力而改变自己，委曲不能求全。做诚实的，有同情心的人，多少做出些贡献。最后，总结一下我的总结：跟随你的心，忠实于自己。yudan\_education

2013.12.25

▷ km2000.us 在土豆56搜狐QQ上传的视频 (100多） tudou56sohuvideos

▷ 视频系列： hsihuandfirework 俺的金字塔音响系统，很有创意，是吧？ 西湖水上喷泉音乐 - 美丽的杭州西湖夜景，灵动艳丽的喷泉，动听的音乐 西湖水上喷泉音乐 - 白天的场景，高清， 2013年正月十五，烟火打的像不要钱似的

▷ My videoshows: hsihuandfirework China water music fantacy (compete Disney, and, it is toally free to the public) , water dancing with music patterns. China water music fantacy at day time, HD shoot, water dancing with music patterns. Crazy firework like the money is free air. My creative diamond audio system. It can rotate. Fancy, isnt it?

▷ （转给朋友的最酷圣诞视频） #最期待的圣诞礼物#给你一个（视频，疯狂的美国家外圣诞）圣诞夜新年豪宅动态音乐与灯火系统，美国 Xmas

中国高校的图书馆(清华上海交大吉大大连理工北航北邮) 2012China/Library/ 多图：各地和各校的图书馆。 在图书馆学习'那一刻'你的空间'就是你的家'是那么的大'宽'自在'自由'你的占有'富足感'比任何一个豪宅'都要富足和奢侈豪华'是一种宽舒的正能量场'你在'就富有她'这就是学校和钱少的补偿'记得多来。

2013.12.21

2013.12.21 上海交大教与学研习会，在上海浦东莎海国际酒店，教与学的海报，上海徐家汇电子大球（坐车时拍摄的）10米直径彩显圣诞2013： 2012China/20131221/ 宿舍安了枕头和大棉被及音架，交大北面商品房：￥34 for 21m^2，西藏，修行，仓央嘉措，yogananda，我儿子开车被抓，斯坦福流氓，涂料科技。周瑜打黄盖的故事，为了中国.

2013#年终总结#气候不正常，自然灾害多，我们为地球做过什么坏事了？更多：goveg

#宿舍里养宠物#看门的郎阿姨干嘛去了？【狼外婆与狼阿姨】大学的女生宿舍, 被男生称作熊猫馆,被几个面相凶恶的老太婆看管着. 称她们为狼外婆, 年轻一点的称狼阿姨. 一天课余, 男生林问:”老听说狼外婆狼外婆的, 究竟是个什么来头?”一娘娘腔的男生答:”你小时候干嘛去了, 童话http://url.cn/4QaEzm

#转基因食品，你吃吗#不吃，原因和判别方法在这里：http://url.cn/290tEB

2013.12.13

王菲为啥离？王菲去了哪儿？xiuxing9 【为了寻找“爱”】那份真爱，属于上帝的爱。神性的爱 - 完美的爱 尝到了真正的爱才会舍弃便宜的爱。 【没生育过我的母亲】修行的人都知道是什么意思。祂指圣母！我们的灵体和灵魂是他的儿子。世界的母亲是一个工具，我们不仅要爱她，也要愛祂！

修行的方法 xiuxing6 【修行的阶梯】第一个阶梯是业余的阶级，包含内修和外修。内修就是读好的经典，如圣经，如佛经，得到好的能量和祝福。内修也包括信仰和宗教，信佛教、信基督教、等等。外修就是生活，人生感悟、励志、正能量、乐观、大度、等等。 第二个阶梯是找到有传法力量的在世明师学，依靠他修行。这是专业的。

交大校长张杰2013：修身、修心、修学: zhangjie 【此时此刻，你们也许很期望我可以告诉你们在大学该怎么做，才能成功。可是我想告诉你们，成功其实是世界上最难定义的概念，它的内涵和外延因人因事而异。而且，如果你所做的一切都是为了所谓的成功，那你必然会和成功失之交臂。所以，在你们真正步入大学的第一天，我们不谈成功，只谈做人，怎样做一个独立的，睿智的，淡泊名利、德行高尚的，一个有严肃的批判精神而又富有温暖的人文情怀的人。】

哈佛女孩刘亦婷：liuyiting 哈佛毕业以后的祂，还在找方向。刘亦婷的成功到底是什么？是哈佛吗？

负能量的食物： meatornot 负能量的食物不仅会带给我们负的健康，也会给我们带来负的心理。我们可以享受生活,但是不要建立在别的生命的残忍上 ，因为那样的话，气氛会很不一样。

素食人不必影响社交。无须把#素食#当为主义或信仰，素食是一种意识，一种倾向，一种时尚的生活态度，meatornot#2 比如现在在超市，我们买点儿什么？ 可以偏向多买蔬菜呀。出去会朋友，可以多点素菜吃呀；点好的一桌菜，可以选素菜吃呀；一盘综合炒菜，可以夹肉边菜呀。。。总之，态度有了，方法很多，都是为了幸福指数而选择的。

#当一年我成为了大叔# 大书大娘感悟： 明白的人生才美 人生是一场修行 明白的生活，人生不应该只有甜味，苦和辣也是要的。人生是一场学习和修行；人生不是追求 金字塔，而是找到平衡。

#盘点2013#2013热词：霾 http://url.cn/2hCcQP 2013年的三大气候亮点 雾霾，是大自然给中国人民的一个恩赐的警醒！其实，工厂一直在往大气里放毒，因为老天爷一直在吹风，今年没吹，所以污染就留了下来。但是！但是！人是不应该向大气里放毒的！全世界，只有中国这

2013.12.5

今天是#国际志愿者日#，#志愿者#的英文是Volunteer。志愿者属于一种人生的奢侈境界，就是共产主义型的劳动者，雷锋似的工作人员。gei 服务和劳动不要钱，因为钱够花了。当自己的衣食住行达到满足后，服务就成为了自己的工作，失业了多不好啊。今天的新闻联播(2013.12.5)也很给力，中国现在的社会，志愿者在增多，因为很多人可以好好地奢侈一下了。

2013热词：霾 goveg 2013年的三大气候亮点 雾霾，是大自然给中国人民的一个恩赐的警醒！其实，工厂一直在往大气里放毒，因为老天爷一直在吹风，今年没吹，所以污染就留了下来。 全世界，只有中国这样雾霾！ 搞笑视频:高温联播 + 2013年 霾，十米不见人

明白的人生才美 人生是一场修行 明白的生活，人生不应该只有甜味，苦和辣也是要的。人生是一场学习和修行；人生不是追求 金字塔，而是找到平衡。

结婚·婚姻 ai7 【为什么在教堂？】 这其实是西方对婚姻的一个态度：婚姻·，是在上帝面前的一个承诺， 【为什么很多知识女性欣赏电影《简爱》？】 在清华读书的时候，有很多女生喜欢看简爱，并且会看好几遍， 【牛粪与鲜花】... 或是说祂没有弱点，你每天都在汗颜。 【婚姻是承诺和担当】 至于两个人在一起试婚、拍托， 但是，牵涉到流产，牵涉到第三者的不严肃性， 【经营婚姻】 婚姻不是飞机，而是火车，是有铁轨的 【婚前性】 婚姻和爱情是人生不同的两件事，婚姻和爱情，像苹果和桔子，他们只是不同的水果，不同的甜味 ai18

2013.11.30

对付无聊的人生：教你一些方法，养一只狗，对它要好，在挑狗的时候就要选你最喜欢，按宠物店教你的做法养狗，或者种一些植物，看一些笑话书，一些卡通片，或者是帮助社会上需要帮助的人。把时间充满就不会想了当你每天晚上累得躺下就睡，你会觉得充实。

A与B的对话： A.我买的薰衣草籽，要放在香袋里，透出香气。B.刚买的袜子，分出一支吧。AB是谁哎?

AB芬芳续：A.那另一支袜子咋办?不浪费了? B.和上次洗衣机剩下的那只凑合一下吧「哈哈哈」

人生是飞机还是火车?

霾的害也是相对的，因为霾是因为气排不开，所以包图的空气味道极好，因为树与湖水的鲜活气也棸在了这里，好味道! 但是霾（Haze）不是好东西（他赶跑了骆家辉（玩笑话）），上海雾霾视频：http://v.qq.com/boke/page/h/a/z/h0409u3geaz

手机减少了我们期待感，缩短了我们的神妙感，让我们低水平了幸福感，也是乔布欺作的一个笑话，因为他讲，stay hungry stay foolish , 而他的iPhone 却帮人们拿走了这份饥渴。回忆过去的好体验，好场景，海、天、云海

2013.11.29

身心灵健康的幸福生活 = 生理、情感满足的幸福感: 社会的层面自我实现的幸福感: 精神(spirituality)与自我超越: ren

怎样辨别转基因食品？gmo5 到超市看清楚： 条形码以＂8＂开头的是转基因品! ☆ 不吃转基因食品的理由 ☆ 转基因食品的危害 以“3”和“4”开头，代表这个农作物是用传统方法种植； 如果是五位且以“9”打头，则是有机产品； 如果以“8”开头，则是转基因食品。 8开头5位码是转基因产品不要买

2013.11.25

#学生堕胎免费# 堕胎对一个女人是一生的伤害：会对你以后人生的幸福指数带一个很大的负数。性必须以爱为前提。manwoman2 但是对于8090后，一定要知道， ..应该极力避免。它不仅对女生带来一种痛苦， 它的感受像是你做了一件背叛朋友的事的感觉。如果没有要孩子和结婚的打算， 就要极力避免怀孕

在中国的近代史上，先不讲他们对中华民族的贡献，林彪，小平，毛先生和蒋先生周先生，都是很有味道的人 leaders8 批林批孔，把林彪和孔子在一起批判，算是对彪哥的荣幸了。所谓天马行空，克己复礼，都是林彪遵从过的孔老夫子的训教。 听到林彪死的消息时，在人民大会堂的国务院总理周恩来几乎一生仅见的当众号啕大哭，捶胸顿足，足足二十多分钟；而海峡对岸的蒋介石也流下痛惋的眼泪，这其实是战友的情节，毛先生也老了一大截，出去意识形态之争，大家都是英雄，都可以做朋友的。

2013.11.21

上海交通大学的“交通”含义： 2012China/sjtu/ 天地交而万物通，是为交通，是易经里的“泰”卦: 交大的泰，代表变、活、生命, 像曰：大海在大天之上，天海相通，活力通达的生动

中美两国2013年生活比较，美国回国人员的去与留？jobanfriendship 小奥和骆家辉的微信对话讲通了美国回国的人的正负 + - 法，为什么回来的男人比女人多？选择中国，要有足够心里动力和正负平衡能力。中国不完美，但是是当今世界迈向完美活力最快的土地。很多发达国家，没了活力，像易经的“否”卦，天在上，地在下，极度当位，但没了变化，没了活力，所以叫“否”卦。

歌：没有修行的人像一块行走的肥肉, 李连杰：我为什么修行 王菲的学佛之路, xiuxing7

【狼外婆与狼阿姨】大学的女生宿舍, 被男生称作熊猫馆,被几个面相凶恶的老太婆看管着. 称她们为狼外婆, 年轻一点的称狼阿姨. 一天课余, 男生林问:”老听说狼外婆狼外婆的, 究竟是个什么来头?”一娘娘腔的男生答:”你小时候干嘛去了, 童话没读过?”林低沉着嗓音, 一本正经地说:”我上高中才知道有童话这么回事.”同学们大笑,说你说话太有喜感了. jokes huwanjoke

曾几何时，幻想拿够了钱，回家养老。。可是。。得无聊。。。你会想起苏联洋鬼子曾经说过的话，“劳动是一项光荣，劳动让人变得高尚”。mydream .. 中国的文化底蕴，很是深远，中国人讲到工作，讲的更平常些，劳动就是生活的一部分。1840到1978年，中国内外战，文化打走的差不多了..

话说回来，你跟8090讲劳动不是为了名不是为了钱，似乎早了些 。。。 没理由不理解年轻，因为我门都是那么走来的，都荒唐过，所以大部分中年老板，对年轻人都足够宽容。mydream

生和死只是两个逗号 jing/rama/087 　　生命是一条直线，可知的部份在生死两点之间，在此两点之外的部份还是不可知，且不可见的；人若能了解生命不可知的部份，这个生命就像一个没有逗点的长句。

人的前世：在出生之前，有前世，有前面的生命。出生只是一个连接点，是你的过去时的继续。 比如你开一辆车， 你的生命不是这辆车，你要开车的目的，在车子之前就有了，在前世就有了，要想起来，所以禅宗和佛教都问，我是谁。据说星云大师的前世是清朝的玉琳国师，台剧《在世情缘》 Reincarnated Love 也理解了爱情的缘由是什么？更多zaishiqingyuan

未来会与幽浮系统挂钩。UFO飞起来是没有声音的，为神马？懂物理的人都知道，牛三（牛顿第三定律）futuretech 是推进的基本原理，基本方法现在是火箭，很原始和很表面化的机械方法。爱因斯坦的场论玩儿了一半，没有定论和结果。未来的科学革命呢？

2013.11.18

工作的意义 - 我们为了什么而工作 bossandyou4 【工作的本质】《庄子》里工作的故事： 【苏联人：劳动是一种光荣】 他们喜欢工作，是为了工作自身，尽管从客观上来说， 【美国人】工作 = 机械，效率，钱，富裕，享乐 。。。好吗？ 【工作的本质不是钱】当代的教育，西方的和中国当代的，往往偏重技能，偏重谋生，偏重钱。 【工作是一种修行】一个我们现有的教育体制里应该包括的问题: 工作是一种体验，人生是一场修行。

什么是好工作？负钱 因为他们是“负钱”。有很多时候，有钱的人并不幸福，因为负钱买来了“负”的幸福。greenlife\_files/ourwork

What is your dream job? yourdreamjob A persistent passion is the key for your dream job. Like Steve Jobs and Bill Gate said, " .... Why We Work?

2013.11.7

▷ 一份感动，一份哭，一份正能量。视频：夏丹和高雨欣：爱真好 zhong9 [寻找最美孝心少年颁奖典礼] 20131108 雨欣夏丹

#咱们结婚吧# #结婚#的真正含义 更多：ai7 现在有些人赶时髦，到教堂里结婚。这其实是西方对婚姻的一个态度：婚姻·，是在上帝面前的一个承诺，它比我们领一个结婚证来的神圣，

▷ 为什么很多知识女性欣赏电影《简爱》？ ai7 《简爱》片段。在清华读书的时候，有很多女生喜欢看简爱，并且会看好几遍，那时，为了学英文是一个理由，不过，对女生而言，不是唯一的。

婚姻的本质是平衡，而不是最优 ai7 没有人愿意和圣人结婚，因为他对你没有需要，或是说祂没有弱点，你每天都在汗颜。两个人一定要互相需要，才有在一起的理由。这里没有贬低圣人，也没有金钱交易，这里讲的是人的基本心理要求，人的本性心理，不就是这样吗？

结婚是严肃的事，而不是随便的事。婚姻是承诺和担当 ai7 至于两个人在一起试婚、拍托，在不牵涉孩子、流产、第三者的不严肃多脚以外，作为结婚的前奏，在现在的东西方，都是认可的，也是合乎人性的。但是，牵涉到流产，牵涉到第三者的不严肃性，是应该必须禁止的，

2013.11.5

阳光满心路，这个“满”和“路”用得好。阳关满了，黑就没空了，le6 有了正能量，负能量就没了位置，多好。路，代表一个行走的过程，而不是瞬间的快感和幸福感，幸福是一个过程，而不要追求一个果实。理想，梦，目标，只是界定一个方向，达到了，庆祝一下，还要往前走。幸福是一种心境，而不是一种物质。

人生不应该只有甜味，玫瑰是有刺的 le9 甜是苦衬出来的，“Stay hungry，Stay foolish（保持饥饿，保持愚蠢）”有主动的意思，就是主动地饿，因为这种状态带了美好的幸福感。举个例子，在你饿的时候，窝头都是香的，你会很感恩给你窝头的那个人，在饿的时候，香和感恩的感觉都出来了，美好的感觉就出来了，这就是主动地饿的禅意。 甜和苦的关系就是如此。

修行代表了正能量，现在的肉和奶得到的过程太苦了,饱含了痛苦和否定的心理能量,肉食与修行的能量相反，修行加了负能量，是走两步退一步，xiuxing8 也许还不止一步。现在抑郁的多了，就是这个道理。 现在的肉和奶得到的过程太苦了。饱含了痛苦和否定的心理能量。人吃下去，长期下来，没有心理疾病才怪。你对你的亲人，家庭不好，虐待他们，你的结果，你的心情都不会好，这是99%以上的人的感受。

21世纪西游：wukong 师徒內信：唐僧给孙悟空的一封信 白骨精给孙悟空的回信 孙悟空写给白骨精的信 93年的老幽默文集 · 1993 - 1994 留学期间的读物， jokes 葛优三件事 毛泽东谈怎样使猫吃辣椒 ·胡适· 差不多先生传　·图雅·逐鹿记　入厕阅读

2013.11.1

首页修改：为什么现在谈及素食的人多了?点击你所关心的原因(点击最打动你的) 健康|| 忧郁 | 修行 素食不是主义，也不是和尚，也无需一步到位，它就是一种态度，一种自在，一种不亏欠的活法，一种应时的选择。素食就像一种爱好，像足球。 素食可以可口 中国素食厅

Ω 北国之春 2012China/changchun 千昌夫- mp3 亭亭白桦悠悠碧空 微微南来风 木兰花开山岗上 北国之春天 啊北国之春天已来临 城里不知季节变换 不知季节已变换 妈妈犹在寄来包裹 送来寒衣御严冬

习近平中国梦: leaders1 1建立信仰 2以草根为主的治国方略 3修理为官-为人民服务本质 = 三大问题

神佛像、图、仙境、古代圣人们头像 jing/pictures/ 点击进仙境（音像模拟）仙境（音像模拟） 佛的图片·实用华丽绚烂的时钟swf·公交车模拟·绝美的动态荷花swf jing/buddha 中外古今修行经史子集, 图书（免费下载）,经、传、说、轶 jing/

2013.10.25

中华民族千年 小总结 leaders

【2012 - 2020】 18大： 财富均匀化，建设生态健康化。科学发展，平衡进步

【2000 - 2012】 16大：让一部分人先富起来，小康一下 ，先把财富累起来

【1978 - 2000】 11大：小平泽民时代，ramping，铺路

【1949 - 1978】 中国解放+阶级斗争结束

【1840 - 1949】 外国人参加的中国内战

【春秋 - 清朝】 中国内部的内战与重建的循环

【 ？ - 尧舜】 中国早期的桃花源共产主义社会

▷ 卡通中国领导阶层选举过程：中国的目前最好 leaders#1 ▷ 1978年，十一届三中全会，中国继1949年后的又一次巨大转型，中国复兴开始 leaders#1978

▷ 央视[视频]最美“村官”秦玥飞 - 中国未来官的希望，会归零的耶鲁学生 - 归零-能同时摸天踏地的人 gpgw

Stay hungry，Stay foolish（保持饥饿，保持愚蠢）stevenjobs 《乔布斯：2005年斯坦福演讲》。在演讲的最后，“Stay hungry，Stay foolish（保持饥饿，保持愚蠢）”这句话送给所有在场的听众 Stay在这里，有主动的意思，就是要主动地蠢，主动地饿，有时，这是一种可遇而不可求的状态，因为这种状态带了美好的幸福感。举个例子，在你饿的时候，窝头都是香的，你会很感恩给你窝头的那个人，在饿的时候，香和感恩的感觉都出来了，美好的感觉就出来了，这就是主动地饿的禅意。而没有主动的“饿”的有些 8090们，没有香和感恩的感觉，因为没有体会Stay hungry的禅意。禅的确很微妙，但是禅确实起作用在生活里。

2013.10.23

马云：适逢乱世·不乱！mayun 整；资源整合! 借；造船过河不如借船过河。 学；变；要想改变口袋，先要改变脑袋！ 成功就是三步 第一步是选择、第二步是坚持、第三步还是坚持 今天很残酷、明天很美好、后天更美好、大多数人死在明天晚上、看不到后天的早晨的太阳 你的圈子对了、你人生就对了、近墨者黑、近朱者赤 成功的人可以无数次修改方法、但绝不轻易放弃目标 不成功的人总改目标、就是不改方法

▷ 笑人笑事儿视频们 funnymovies 笑能量可以互相传染，所谓同性相吸 笑能量带来快乐的能量 笑能量的传播是，活 【创意配音】2013年—《高温联播》 恶搞音译越南版- 变疯，烧手 射雕英雄传越南语版 视频：女朋友的手是鼠标。 硅谷的工作间 他终于疯了。。。 电话扔进啤酒杯 为女人装了电线杆 捉弄：澳大利亚机场帅哥脱衣安检 取笑联通 大陆厕所 麦兜 模仿周星驰 Funny Library Classification Leaders ledder

▷ 好人好事儿视频们 gpgw正能量 正能量可以互相传染，所谓同性相吸 正能量带来快乐的能量 正能量的传播是一种责任，人活着的责任

2013.10.21

新闻联播到位的节目zhong9，保送清华的应该这样！今晚的新闻联播（20131021） 有些好节目，黑龙江的高中同学高雨欣帮助妈妈晚上摆摊儿卖吃的为糊口的事儿，学习也没耽误，总考第一，也有怕被同学笑的担心，不过中央台一报道，丢脸变成了好事，也会被未来推荐给清华，校长会特批收她的。好孩子！央视也办了一件好人好事，这个新闻报得非常到位！

#转基因食品# 据说，推广的科学家都是转基因公司的股东。他们的话包含了他们的利益，可信吗？转基因问题不是科学问题. ta要用人的身体来做实验. 中国的问题是: 我们缺粮食吗? ... more：gmo

2013.10.14

2013年10月清华20年后故地重游 2012China/20131013/ 2013年，清华图书馆（逸夫馆）和旧馆（走路）连拍。20年了，变化不太大， 清华大学标记性建筑：大礼堂和清华学堂环绕一圈拍摄，河北小学生参观合影来凑热闹。 主楼，老样子 清华校训 九号楼，俺的大学一二年故居 八食堂 体育场，现在是体育馆了 清华的几幢捐助楼 清华东门，主校门 水木清华，清华的园林 清华的党中央 党中央的花园和会客室们 俺当年谈恋爱的地方 清华的一教和二教 清华图书馆（逸夫馆）和旧馆（走路）连拍。 15号楼，还住人，俺研究生时住的 清华的食堂，称谓XX园 XX斎，都成了XX学院 俺当年晨练的地方（主楼前）

北航（BUAA），北邮（BUPT） 小平同志温馨的一家人和一生，很幸运。 2012China/20131014/ 北航 北邮和校训 启功书的北师大校训 毅力还是段力？ 中国谷歌夜照 林淑珍得第一 俺的高中成绩单 北京素食餐厅分布（2009年） 小平同志，中国人民的儿子 温馨的一家人

2013.10.01

今年十一，很多人出游，都是去的人少的地儿，长白山，绥中，国际汇展中心。。。，很是愉悦。2012China/20131001/

▷ 视频： Steve.Jobs.and.Bill.Gates at D5 谈成功的条件 stevenjobs 带中英文字母的视频 视频： Steve.Jobs.and.Bill.Gates at D5 谈成功的条件 带中英文字母的视频 Do you truly know how to learn? Jason, any process worth going through will get tougher before it gets easier.

▷ 郭德纲·科学家·梦·上帝 whatissuccess9 谁赢了？人生的导演是上帝，成功，上帝说了算

英文听写课文：Do you truly know how to learn? Jason, any process worth going through will get tougher before it gets easier. study That makes learning a gift, even the pain is your teacher. Our life shall be lived not avoiding problems, but welcoming them as challenges to strengthen us so that we can be victorious in the future.

2013.9.18

▷ 这2013年中秋节 9.11-9.18, 美国加州之行, 2012China/20130920/ 上海浦东飞机着陆全过程, 2013年中秋节回国航拍,浦东机场起飞及航拍,波音747在上海浦东起飞全过程 ,浦东机场内 ,2013年访美： 美国旧金山机场单轨列车, 美国PaloAlto 美国加州街道早晨, 2013年美国驾车-山区小景- 9月18 早上,美国教堂 美国公车 加州麦当劳, 美国加油 国内的朋友：美国加油全自助 ,加州街道 民宅 加州著名的红杉树，长寿高达 ,,美国高速路 ,美国2013旧金山高速公路开车, 路景， 中秋去mindy家做客 看到月亮了吗，它起得很早 　 　 旧金山机场2013.9.18, 旧金山上空航拍,蓝天与翅膀,日本上空 航拍日本的远山 航拍日本的富士山，金秋，很是壮观 , 上海交大莲花湖大开 迎新生,　 上海交大新生之际的莲花 2013.9 上海交大开学书记讲话 上海法院，像美国国会,2013年美国驾车-山区小景-早上 IMG\_4237飞机进站-美国旧金山机场2013年秋 上海浦东飞机着陆全过程2013年中秋节回国航拍 上海交大莲花湖大开 迎新生 2013.9.18 旧金山上空航拍

▷ 2013年夏天极热，人类要注意了。【薪】搞笑视频：【创意配音】2013年——《高温联播》 goveg

2013.9.8

2013年9月8日 最新更新：素食在上海 2012China/sushiChina 素食餐厅在上海，7先生，597，豫园，徐家汇，静安寺，玉佛寺。。。

2013.9.1

2013年8月回绥中，长春。绥中，和小伟，和大舅小舅 和驴合影，它很自在 田园大路 民宅 荷花，是绥中的保佑 旧照片，往事好 邻居大妈的半岁 海里泡了5小时，消上海的2个月热气 烧炕烧水 姥爷和姥姥的坟， 他们对俺曾很好 赶集 为什么苹果纳闷难吃， 因为没了太阳 没包纸的苹果有阳光，好吃 长春：长春一汽，共青团花园， 俺对家的记忆 长春地质宫和俺干闺女合影 （就是路边的小孩：）2012China/20130901/

2013.8.15

刘如梅小光大上海一游, 上海交大的植物园可莲花池, 商发和交大合影, 交大的桥与水, 2013交大毕业季（7月底），学生穿着毕业装游荡, Wayo 寄出的Casa De Luz 照片2012China/20130815/

2013.7.5

修行让生活变得美。xiuxing 有了修行的眼睛，同一个物质或事物，你看到的就是比别人多。就像有了显微镜，同一块表面，里面多了很多很多的东西。表面没有改变，但是东西变多了。

有部新片《北京青年》，讲到8090后重走青春的故事，类似修行的感觉。xiuxing7 外在的拥有没有改变，但是因为你的内在改变，世界就变了，变美了。 有诗为证： 多少人活着却如同死去...

乔布斯和比尔盖茨，出生和退隐，标志了计算机时代的开与合。stevenjobs 两个人星星相惜，是难得的竞争友谊。两个人也见证了所谓企业的个人魅力和灵魂，没有了他们在苹果和微软，两个公司不知还有多少工作的魅力。

▷ 这朱军彭丽媛艺术人生（2001年）: 学无止境 + 老百姓的日子都这么过 leaders1 推背图对中国21世纪的语言偈：日月丽天　群阴慑服 - 胡温; 百灵来朝　双羽四足 - 双羽为習，百灵为媛

▷ 这CCTV1 在线直播： http://www.km2000.us/mywritings/cctv-1

▷ 这廖智：轮椅上的跳舞-一种随然的坚强　liaozhi 由健康人-》两腿截肢-》站起来跳舞-》又坐在轮椅上跳舞。另一种对“坚强”的升华，一种心里坚强的传递。视频2：廖智杨志刚：到底谁帮助了谁：不愿意被拖累，是人的习惯。都觉得是残疾人会拖累自己的舞蹈分数，却没有料到和廖智搭伴舞蹈而在心里能量的得到。。。

2013.5.25

业障是一种学习renandtime3 。。往往是苦的果实，这种果实让我们学习

静安寺素食，青年教师公寓，徐家汇交大旧校园，微纳米院 2012China/20130527/ 中国上海,徐家汇上海交大附近素食 2012China/sushiChina 大连长春素食 wheretoeatveggie

2013.5.23

【坚持理想】成功的人生就是身体力行这四个字whatissuccess12 梦，就是一个目标，它只了一个方向，这里用“只”，有双重的含义。。。坚持，则是实实在在的做出来的。也许上帝经常在开我们的玩笑，也许是他在考试和考验。。。有时真的受不了，咋整？但是雨过天晴了，那感觉真tama好！坚持理想的典范名人：马云，廖智，夏丹，Steven Jobs，。。。

▷ 这段视频，表达了我也想要说的话，我一直不知道怎么去讲，一直等到看了这个视频。这个视频的女孩子廖智，她就讲出了我的感受：感恩！她讲得超好。比起她，我的坚强差多了，我也没有真的得到多少痛，而是觉得无限的惠顾和恩典。寄上这段视频，也是寄上我的感恩。liaozhi

2013.5.15

▷ 刘洋 真实的刘洋，真实的人，平凡与出名的距离，失去与拥有的互相加强作用，如何得到感恩。 liuyang

颜宁 科学是混乱人生的小港湾，认真做事，自由做人 education12

▷ 李娜 情感要真，善良. 真性情：我就是一个家的太太 lina

▷ 欧阳夏丹 对你的选择负责，负情绪是容许的，但还是要积极地走路, 夏丹采访集锦 ouyangxiadan

▷ 视频: 马云48岁退休演讲，人活着为了啥 ，工作就是生活mayun

▷ 成功-做你自己 - 视频们：实现自我,超越自我的公众人物 beyourselfvideos

▷ 做你自己-对我们的心要忠诚 === 励志影视:人生·成功·幸福 lizhidianying

2013.5.1

2013.4.25 - 2013.5.1 游浦东，徐家汇, 徐家汇天主教堂, 结婚车，宝马和悍马, 交大外景, 三七茶（虹梅路和沪闵路交接的METRO）, 浦东上海科技园附近 2012China/20130501/

2013.4.22

2013.4.22 中国国旅￥120杭州游，2013最后的雨前茶 http://www.km2000.us2012China/20130422/

▷ 新名：明心，我新，土豆视频http://www.tudou.com/home/wisdomeye 【高清HD】黄浦江夜船+东方明珠 + 杭州西湖湖水的舞蹈，音乐的湖水，摄于2013清明节 + 高清原版13分钟连续烟火（激烈，长，高楼拍摄，2013十五） 【土豆视频】 Firework glorious in China, Changchun, Jilin Province + 杭州-上海 高铁，超车，300km/h + 上海滩-外滩晚八点东方红-东方明珠夜景 + Water Dance of Hsihu Lake in China,

2013.4.5

2013年清明去杭州西湖灵隐 2012China/20130405/

2013.4.1

2013愚人节在上海外滩，上海交大，上海豫园，外滩的白天和夜景对比，豫园的素食 2012China/20130401/

2013.3.19

Ω 童歌：宁静的夏天+小酒窝 children/childrensongs + MissA 宁夏 + 青涩00后美美钢琴 + 童音标准唱 + MissA秀智唱 宁静的夏天 李亭儒

2013.3.15

315大酬宾：http://www.tudou.com/programs/view/iavcacvdKjo/ 原子弹般的爆玉米豆烟火（2013年夜十五） http://www.tudou.com/programs/view/modb4We48i0/ 1200x720 高清烟火视频，高密集射放，蹦豆般响亮，激烈，密集。2013年1月十五绽放。 http://www.tudou.com/programs/view/TfUwXODel68/ 乐活视频: 奢侈的烟火，长达13分钟，耗资百万，密集，响

2013.3.9

阳光满心路 le6 ~拥抱俺吧，仙人掌这样说~ 拥抱生活，就像拥抱上帝一样。~ 上帝爱我 ~ 爱过是苦,爱过是福,阳光满心路. 阳光照下的地方，就有了开悟。

▷ Ω 俺要芬芳：le8 岁月不是辉煌，岁月也不是沧桑，岁月就是芬芳。小宋佳，还没嫁，还能演出情意《那样芬芳》，演得好！《再见芬芳》 电视剧，满正能量，把沧桑写为芬芳，体现了“爱”的美。其实这不一定是 演员本人好看，好看的是“爱”，而不只是形体的。总结发言一下，爱的感受真好

2013.3.4

▷ Ω 歌：宁静的夏天。左：青涩00后美美钢琴 中：童音标准唱 右：MissA秀智唱 children/childrensongs 可爱的孩子 娃娃 小孩【多图集锦】children/ 孩子与宠物有一种诱人的单纯，没有任何机巧。

2013.3.2

❖职业与爱情、办公室的恋情关系（浮沉）jobanfriendship ❖职业行为和个人情结（骆家辉）❖职场行为和私人友情（毛泽东和蒋介石）In the world of business I can kill you, but it does not mean that I dont love you or respect you. ~ Mexico Latin proverb

【我们拥有的正能量越多，就越健康】 janez 我们的意识与能量越高，就拥有越多的力量。我们散发出正面、积极的能量，并聆听内在声音的指引。正能量人得以更接近宇宙意识，正能量决定每个人未来的发展与命运！ 现代社会的物质主义、财富分配的不均 急需正能量。

▷ 乡村爱情，从第一部走到第六部，从2000到2013年。十年：ai20 “十年：人的变迁，村的变迁，价值观的变迁。在中国，中国的变迁=农村的变迁。从乡爱1走到相爱6，看到了中国的变化，中国好了！

▷ 【图】爱在左，同情在右 ai19 “爱在左，同情在右，走在生命两旁，随时撒种，随时开花，将这一径长途，点缀得花香弥漫，使穿杖拂叶的行人，踏着荆棘，不觉得痛苦，有泪可落，却不悲凉。” ~冰心~

2013.3.1

Ω卡农不同演奏集锦：mp3/cannonmp31 帕海贝尔-卡农MP3集锦. Cannon, 触动灵魂的曲目，源自灵魂的声音。7个不同的演奏。

▷ Tomorrow - the sun will shine: liupeinomoney

wj to bullet the worries, trip, empty, anxiety

time will kill every worry in the end

God will surprise you

play life seriously

the sun will not light till it clears. the sun will not appear when the cloud ...

spiritual shower,

▷ 【累与爽 Play the life seriously】紧张产生累，不一定是身体与时间的“紧”。因为在开始时的心理作用，得失感过重。时间之后，青涩化为大气，做回自己，才会松化那份身体和时间的“累”， 那种所谓“辛苦”，在“紧张”中享受与体会“紧中有松”的感觉。视频：欧阳夏丹的初期北漂-很多北漂的共同人生历程。放下后，爽！ouyangxiadan 到那时，在外人眼里，不管你看上去有多辛苦和累，你自己都似乎充满能量和幸福感。

微博：【中国·台湾·世界·民主·繁荣和幸福】中国现在 大于> 台湾·世界·民主。 繁荣和幸福谁都要，捣乱是因为美国有病。美式民主，使台湾出现了严重的水土不服，在过去的十几年民主里，导致了政党恶斗、经济严重滑坡。甚至到了今天，全台湾民望最高的政治人物还是关注民生的强势领导人蒋经国先生。　zhong11

▷ 56励志视频 然夫的： http://km2000us.56.com 影评:浪漫的奈何桥 西. 水有思想,.. 喜欢, 但并不1定拥有. 八兔宫崎骏 fire train 玩偶之家 见到他的那一天... 上太阳 和上帝的访谈 为什么北极熊不吃企鹅... 励志电影 / 播放:10377 成功人士 / 播放:1457 音乐 / 播放:22 美 / 播放:108

Keywords: Tomorrow - the sun will shine 【play life seriously】 The sun will not light till it clears. Spiritual shower【对未来的担心感】【"累"与爽】God will flood you with whatever deserves.

2013.2.27

▷ Positive Psychology, 哈佛大学公开课：幸福课（好英文，中文字幕） 幸福是内在的一种态度 幸福与打坐修行的关系 le7 视频：B K Shivani（要懂英文）幸福是内在的一种态度 Videos: perfect Harvard English, rich vocabulary, dual subtitles.

▷ Video: Indian Girl Guru, B K Shivani （in English）le7 Happiness is attitude Happiness and spiritual 　Harvard Video: Happiness and meditation 视频： 幸福是内在的一种态度 幸福与打坐修行的关系。幸福与打坐修行的关系

Ωmp3: Chinese first lady sings (she used to be a very famous singer in China): 1.The dream of my land; 2. My hometown; 3. ren shuo shan xi hao feng guang /mp3/pengliyuanMP3/pengliyuanmp3

2013.2.25

【2013.2.25新闻联播】2013年惊奇新闻，天大好消息！台湾大陆两总统（连战、习近平，英九可咋整啊?)会见于北京人民大会堂，星云大师出席，台湾解放了，大陆光复了。奇怪的是，此次会见咋没翻译呢？我的天！这世界咋的啦？2.韩国第一位女总统今天登基，从政三政策皆健康也。3.中国首次用GEP这个新词(Gross Environmental Product 国内绿色生产总值）取代GDP（Gross Domestic Product 国内生产总值），英明！也可以实现。悲哉美利坚和TW！他们的领袖没有太大的权限和舞台来干这个。钱已经降为次要，美哉中国！视频：http://tv.cntv.cn/video/C10437/efe3a5e82b80419ebdc9fb60b5403e66 本节目主要内容： 1、习近平总书记会见连战一行； 7、我国首个生态系统生产总值项目启动； 10、朴槿惠宣誓就任韩国总统： （1）朴槿惠提出三大核心理念；经济振兴"、"国民幸福"和"文化兴盛“

高中、大学、硕士研究生、博士研究生合影们·schools/ ·1.高中-师大附中-三十载功名路八万里天下行·高中东北师大附中高二四班合影·俺班女生在南湖（那有彩色照片不容易）·高中成绩单·（按的成绩不错）·2.清华·西门·毕业合影在大礼堂·清华学堂·大学同学签名·大学同学签名·2·研究生同学签名·2·研究生同学签名·3.清华研究生（硕士）·无研52班合影·4.中科院半导体所博士生·郑厚植、黄昆·5.美国乔治梅森大学博士·Lake·Tahoe·开会·和博士生导师Iannou·和师兄弟·博士生期间会议·

2013.2.24

▷ The just-outside-window firework-shooting, 2012China/20130224/ The deafening sound of explosions, high density, large flowers, more than a dozen per second Shoot at the 20-story building (~ 40m) same height as fireworks shooting height (40 meters). 13 minutes, $100,000 dollar firework by a small restaurant (fireworks now do not have guns, gun barrels are boxes packed the finished product, anti-aircraft guns fireworks disposable kick down very continuous, and even played 13 minutes, to celebrate the Year of the Dragon (2012) and playing on the fifteenth day.

▷ 窗外的超近烟花拍摄，爆炸声震耳，雷人。2012China/20130224/ 烟花密度极高，每秒十几响的十几米的大花儿。烟花雷响很近，不关窗户会被射著。在20层的家裏(~40m)拍摄，正好平级拍到烟花的高度（~40米）。中国富了，几十万的餐厅烟花（现在的烟花都不用机关炮了，没有炮管，都是成箱装好的成品，高射炮烟花一次性打完，非常连续，连打了13分钟，耗资十万多，过瘾，为庆祝龙年（2012）正月十五而打。

2013.2.20

更新对联儿、春联儿、对联儿们 index2012 生活造幸福 ♦ 人生飘（留）沉香，第一句是讲生活，第二句是讲生命，至于是“飘”，还是“留”，与您的人生观有关。

2013.2.15

在心情最低潮的时候...处理低落的应急方法 失恋以后，被炒了以后。。。 1. 都会成为过去。你的过去不都是这样的吗? 2. 用转移法，不要陷在那里 。去看电影，去看朋友。去走路.一定要自觉不要陷在那里。 3. 要反省自己,不要反省别人. 逆境是生活的调味辣椒,我们一定有什么不妥的思想和行为,要开悟，反省自己错在哪儿。 4. 如果你有信仰，依靠它，正是用得到它的地方。 5. 有比你更不幸的。你也有美丽的片刻可以回顾。这是比较法. 5. 其实,逆境的心里因素要比客观的要大。难缠的是他们设置不去，丢了又马上回来.不过,他们总会成为过去。你的过去不都是这样的吗? DealwiththeAdversities

2013.2.10 春节

2013年春节。本网站新气象： 神马食物增加正能量 ？人生是一场学习和修行【 】。人生不是追求卓越，而是找到平衡。要找到“心”，心决定态度，态度则给出人生的幸福指数。

Ω 草根彭丽媛: 彭丽媛三首歌MP3（随机放）：希望的田野，人说山西，俺家乡好 leaders1

正能量就是素食的吃法，和乐活的活法。正能量怎么吃？怎么日用？正吃法如何开始的？（ howtoeat ）。素食不仅为自己的健康，包含身体的和精神上的；素食也免励对动物的残忍，素食也为了环保(素食是最好的绿色，22个素食为主的人=1个肉食为主的人)，畜牧业对环境和地球造成了很大的负能量和巨大破坏。

【正能量·食物和思想里的正能量】zhong9

助人为乐、由心的祝愿、感恩、爱，都是正的能量。正的能量，好的能量，是越多越好的。[以杀生的方式取得能量，熊胆、皮貂、残忍的肉，对他人的否定祝愿、小心眼和自私，都是负能量。负能量主要的是对自己不好，忧郁、幸福感的低落，痛苦和坏的运气，都是负能量带来的“果”。]

▷ 嗨了！哭吧您嘚。2012年在中国的生活照 2012China/ if you want him to quit something, you must first give him something, better.。 实践人类真正标准的生活 http://hi.baidu.com/10001

肉食里中包含了残忍和不情愿，气场里氛围了很多负能量；素食含有更多的正能量，也更接近高级的文明，让我们的身体和心理更幸福。食品正能量排序 正能量+可口食品正能量排序 正能量+可口

颜宁更领略了科学之美 education12 他们能把每个科学发现讲得像历史故事一样引人入胜，会让你觉得：哇！原来做生物这么好玩！ “当然啦，前提是你要喜欢。” 搞科研最重要的还是专注 “做科研会让你身心都很轻松，喜怒哀乐都变得特别简单。 做科研跟艺术创作一样,是很美妙、很激动人心的事 搞科研也需要一个好的体魄,爬泰山既当是休闲放松的出游,又是对体力、毅力的一次很好的考量。

2013.1.20

2012China/20130120/ 1.20 奥巴马克林顿在国会山就职，按抵达美利坚 2013年春节前去广州、深圳探亲过关 广州夜景 黄埔军校和校长合影 长春，段超莉的开悟人生

2012

2012.12.22

《再见芬芳》 小宋佳演唱。le8 　偶时候，我们会很喜欢某个演员人物，其实本质上是我们喜欢在某一个场景里的他她，有爱的世界，感觉真好。其实这不一定是那个人好在哪里，他她其他的照片不一定那么好看。好看的是“爱”，而不只是形体的。总结发言一下，爱的感受真好！ =>《再见芬芳》 小宋佳演唱。le8

2012.12.21

世界末日12/21 上海之行，南京路，浦东工业园，东北的-20C与2个小时后的上海+10C 2012China/20121221/ 上海磁悬浮，世界末日12/21 东北的有轨与上海的有轨风光

2012.12.15

What the America should do after the Connecticut Gun Tragedy:

1. Why allow the machine guns for personal defense? Those are for the wars!

2. Guns belongs to adults. Parents should be strongly urged to lock their weapons.

3. Increasing mental sickness for teenage should be addressed immediately. Heavy negative energy from the negative food like meat and dairy products should be discussed on the political table.

2012.12.12

成都文殊院中的这幅楹联：index2012 见了便做做了便放下了了有何不了 | 慧生于觉觉生于自在生生还是无生

2012.12.7

2012年的东北寒冬（-20C)，我佛寒爽！清凉雪景 2012China/20121207/ 书法：爱 + Stay hungry, stay foolish. Neither love Nor hate the life, But what thou liv'st, live well However long or short, may the heaven permits.

2012年十八大之后，习近平提出了“中国梦”这个热词。 leaders 1840年前，中国穷，内战不断，朝代更迭，但都是皇权制，领袖的候选人只有几个皇子，国家的管理体制不美。中国人民自1840年以后，一直处于被欺负的状态，直到1949年，中国统一为一个大国。之后，中国自己折腾了二十多年，现在好了，不穷了内战不打了；国强了，不怕被欺负了。风水已经转到了中国，中国在变得更好。

▷ 视频：《北京青年》片段 xin 。得到开悟了，态度对了，人生就对了，青春冲走了以后，同样的世界看上去不一样了。

用A4纸叠美国信封（图解））2012China/20121202/ (to fold the US envelop using Letter size paper (picture demo)) 1.好处：里面包含了更多的情感价值，而不是机器化的商业花价值。 2.有跟多的气质，品味，性格和人情， 3.叠法简单，对称，有禅味儿。

2012.12.4

▷ 教育的视频(网搜）：education11 跟随周宝林走进邦德教育-如何教育，如何老师 深圳中学优秀高中生应艺琳自述保送清华大学的秘诀-如何高考·如何学习·如何人生 诸康妮21世纪全国中学生英语演讲比赛总决赛冠军-梦想·找到自己·学生恋爱 浙江大学教授郑强的演讲，教育与中华民族复兴之路 山东杜郎口中学和山西新绛中学：真正的教育改革是一个实用主义 龙永图·于丹谈80后，教育·工作·幸福·价值观 80后，三十而立的困惑与机会 神马是老师？21世纪的“师道”

人为了修行而生 人为了无明而死 ♦ Nobody need anything except God. ♦ 长风破浪会有时，直挂云帆济沧海。《行路难》 , 乘长风破万里浪，高挂云帆，横渡沧海 ♦ Dont react too negatively. So that later on when you recognize it is just a joke played by Thee you feel yourself a moron or regret.

2012.12.2

12/1/2012 2012China/20121202/ First High speed railway (350km/h vs 600km/h for airplane) through the three north continents in China (from Massachusetts , New York to Washington DC) 12月1日是东北高铁第一天，俺去了沈阳，感觉：爽！里面和747一样，只是空间高了，空气好了，也没有飞机场的麻烦门。八节车厢，1,8节都是车头，也是头等舱。时速300KM，（飞机600KM/h）长春到沈阳只要50分钟，酷啊。12/1 is the first day of east coast high speed railway (half speed of airplane), comfortable and fast. I took it on Dec.1 from my hometown to Shen Yang, cool train! Some fotos.

2012.11.27

▷ 视频：Longing and belief faithandlonging 基督教-耶稣-如鹿切慕溪水-As the Deer 《Jesus as hart panteth》 As the hart panteth after the water brooks, so panteth my soul after thee, O God. http://v.youku.com/v\_show/id\_XMjIzOTM3NDk2

上帝,耶稣,基督教,天主教,信仰,有信心 - 相关联接: belief1 Interview with God …… 上帝与人类的故事 …… 耶稣抱我 …… faith and longing …… 基督教 和 荒漠甘泉

2012.11.20

养生系列: 臭氧干净机:洗菜，洗脸，洗空气 太极拳 广播体操音乐节奏 tools ♦ 三七·活血·年轻 sanqi37

If you lose the motivation or dream, then what is the use of the full energy? Eat for physical but also for spiritual and dream.

If you lose your dream, what is the use of the way to to it or any effort?

Target and dream are always greater than road to it or effort needed.

2012.11.18

【 中美经济战争中的战略问题】游击战的攻略，动态里求平衡的攻略。中国不应该硬碰硬的斗，要学习孙膑赛马，用自己的一等马去和敌方的二等马去比赛；不要玩儿整体实力的比拼，而是去争取局部的具体的一个一个的胜利，最后凑成赢局。中国人不能打阵地战，要玩儿游击战；不求死水的平稳，而在动态里求平衡zhong10

Photos:　1. The fall of China (Northeast): Sky, land, leaves, colors, ... 2. misc China, mop, traffic light, bus 2012China/20121010/ , traffic light in China, http://v.qq.com/boke/page/h/a/r/h04038ydgar Chinese advanced mop machine, good for casa de luz kitchen, video: http://url.cn/8Y32Pq http://url.cn/7VeYq8

2012.11.14

春联儿、对联儿更新：index2012 心欢喜时时快乐 | 人自在处处天堂。素食是最好的绿色 | 人生是一场修行

China also just finished presidential election for next 10 years. China is lucky these years, economy is great, No.2 in the world, close to USA. If copy Wal-Mart from China to USA then no one would visit USA Wal-Mart; just cannot compare inside. leaders

share some photos in China: shanghai night 2012China/20121026/shanghai ， eastern pearl harbor 2012China/20121026/dalian ， home town 2012China/20121026/changchun ， enjoy

牛奶里的否定能量:milk

2012.11.11

11.11买了什么？【1111购物狂欢节】先科迷你音响便携式插卡带收音机超级播放器 【1111购物狂欢节】【狂暑季】百特 ES808 电动鼻毛修剪器 【1111购物狂欢节】力天D928家用臭氧机洗菜机蔬果清洗 消毒杀菌去农药残留 【1111购物狂欢节】秋冬新品 骆驼户外鞋男士登山鞋徒步鞋 低帮 劲霸男装夹克外套 男夹克中老年商务休闲翻领男士夹克衫 taobao

中国的总统一届十年，每两次人大换一届。虽然没有像美国4年一选，连任可8年，但是现在中国运气好，有好的接班人接班，美国就差些。leaders

【2012 - 2020】 18大：科学发展，平衡进步

【2000 - 2012】 16大：让一部分人先富起来，小康一下

【1988 - 2000】 小平泽民时代，ramping，铺路

【2020 - 2030】 0010 后的时代，心灵发展·崭新的价值观的建成时期

▷ 视频：6070“后”欠8090后的。。。 （摘自《北京青年11》）60708090 8090后的人多了什么？少什么？

2012.11.4

▷ 大上海之夜 2012China/20121026/shanghai ，东方明珠大连 2012China/20121026/dalian ，故乡长春 2012China/20121026/changchun ，知识网站： 2012China/zen/ 中国素食 2012China/sushiChina

2012.11.1

素食点: 1.长春市 柱子饭店， 221 266 路车 地院 医大 小心尚隐素食火锅 2. 爱之家素餐厅 大连理工大学 3.长春 天茂城 素食 4.上海 交大 钟声商场 二楼 wheretoeatveggie

2012.10.26

▷ 2012。10。17 夕阳抵达上海，长春龙嘉机场起飞，上海交大·大上海夜·上海多彩夜·上海降落·淮海中路，《-长春南湖·秋-》 ，《-大连-》 世界和平公园 抚顺 高速公路的美。大连抚顺 深秋的山路 隧道的美 老虎滩 星海广场（书形的海滩平台） 海滩 弯路 大连理工大学 大工图书馆 图书馆 大连站 长春站 2012China/20121026/

2012.10.10

2012双十节，长春豪华处（美丽的秋天，枫树，蓝天，塑雕，园林，中国奇闻） 2012China/20121010/

2012.9.23

▷ 视频：婚礼和葬礼的完美结合。本来就是一回事。婚礼视频：粉色的葬礼。marriageandstock2

▷ 2012 9 22 小学母校（汽车厂三小） ，长春南湖，吉林大学 2012China/20120923/

2012.9.7

▷ 20120907 中学母校（东北师大附中）·大学（清华大学）毕业纪念册·上海交大之行 2012China/20120907/ 照相，题词。。。

2012.8.22

▷ 2012 8.15-22 回到祖国第一周 2012China/20120816/

2012.8.14

▷ 段徐志摩：离别奥斯丁 2012austin/20120814/ Adiós Casa

I leave, softly and gently,

Just as I came, quiet and unknowingly

I wave to the western sky,

Say: "See u when I see you" , Gently.

The golden Casa de the river edge

Luz the setting sun‘s bride.

Her quivering reflection

Stays fixed in my dream.

2012 Autumn, Casa de Luz

See you when I see you! Austin.

2012.8.13

▷ 视频：明天会好。（英文歌）Tomorrow - the sun will shine liupeinomoney the sun will not shine until it's clear , time will kill every worry in the end , God will surprise you , play life seriously

2012.8.9

▷ 教革与高考不是对立，而是共荣和互利·考试是一个必要，但不是全部 gaokao2 视频（杨澜）：山东杜郎口中学和山西新绛中学 。真正的教育改革是一个实用主义。教改不需反感高考，也不需为高考而高考，中间还有一条路。就是老师要累点儿，动点儿心思。老师的观念要打破，老师也是一个永远的学习，老师要面临学生的问题和挑战。

【正能量】正能量这个词正变得时髦和走红，林志玲、陈坤、刘蓓等导演多次引用。正能量可能会给人以错觉，以为是一种负面的忍受，不是。正能量是接受并欢迎痛，就像欢迎辣味。zhong9

痛像辣味，给人一种流泪的刺激，可是强化甜味和咸味。zhong9 它是生活必须的好东东，痛和失败与快乐应该共存，一种痛并快乐的活着。在痛里，要相信快乐的到来，要通过耐心的考核。正能量不是阿Q，而是一种中庸，阴阳平衡/辩证法, 和21世纪人生价值观的新解。

2012.8.7

你完成了生命对你的承诺 si生命是无限延伸的，所有的东西都存在这个时间的框里，没有过去、未来和现在。是我们选择某个生命的角度来完成我们的计划，或体验我们所喜欢的事物，我们这样做是为了要经历，就是这样而已.生和死只是两个逗号

mp3 藏钟响一天 mp3/tibatanbell 正的钟声，纯·厚·远·圆，而不是乱·尖·杂。钟声，有两种发声方法：“咚”声和“瓮”声，“咚”是敲击出来的，“瓮”是“磨”出来的（磨钟的边缘）。前者是“波”，后者是一种在空气里的“共振”。两种声音都有引人入定的效果，都有“入流亡所”之功效。

金钱游戏与规则 richness5 【美国人的金钱游戏】关于美国人的金钱游戏，中国其实可以不买账。视频：北爱：钱的游戏和规则。【钱】是几个人制定的游戏。我们凡夫的选择是：1.当主玩的人，如果你有先手，如果你有能力；2.

2012.7.29

2012 7 21 - 2012 7 29 照片集锦：【2012austin/20120729/ 】 Casa 外照，中饭，松鼠、桥的视频，刀的比较，China Town, 叠铅笔冒，噢耶 ~~ !!!，杨桃的书画

2012.7.28

微博：中国姓“中” 这个“中”不是地理位置的“中”，而是中国人的思想体系，中庸，中道。 ☮ zhong1 ☮ 中国人的思想是“中”，美国人的思想是“最”。中国姓过汉，姓过唐，明，清，这些都是蛮好听的姓。现在的中国姓“中”。

中国人的思想，讲的是一个“中”字, 中庸，中道。整个的人生在各个方面平均下来，某一个方面的极端，“最”，会被另一个方面的“反最”而平均，所以还是回到一个“中”字。即使你不情愿平均，上帝会替你来平均， 并且，名利场中的“最”，多养了一份贪婪，少填了一份平和和幸福。 zhong 中国人比美国人"优越"的地方

2012.7.27

▷ Lovely children [Photos Collection] video children laugh sound [ children/ ] 婴儿宝宝开心的大笑·咋乐成这样 么时候也能这样毫无功利性的大笑呢？✦ children and pets do have something in common - simple and pure. ✦ in the heart of each person, it has this simple and pure, like must attract alike. The pure one, only children and pets have. http://www.tudou.com/programs/view/Aj5HQYV4LL4/

▷ He finally becomes a jerk (鲁迅然曰：伊终于变成了疯子） forestgumpjinsanshun2 视频：快乐的疯子，快乐的二傻 帅克 shrek 二儿一点没什么不好·难得糊涂·阿甘与郭靖视频，瞿颖：二一点。李静《非常静距离》“二姐”大PK 瞿颖 江珊 谢娜

▷ 连续放跳全天24小时迪斯科 disco 狂劲儿DISCO mp3 多图秀，好玩儿极了动物们，动起来 http://www.tudou.com/programs/view/Cv03T2ZFSlc/

2012.7.26

▷ 创业三要：使命，价值观，共同的目标 mayun 制造危机感，企业与团队管理的心理学 ✦ 马云：成功的概念 成功不是功成名就 ✦ 董事长（创业者，领袖）和CEO（经理，首席执行官）的区别 ✦ 图解：5w1h, 科学方法、工程学方法、思想方法、管理学方法

2012.7.25

▷ Casa de Luz☼Home of Light☼引光之家 en/mywritings/casadeluz a best example of an energetic eatery - vegan, organic and original (unprocessed food), easy & cozy, fresh & healthy wholesome energy in the house. Casa follows macrobiotics principle - an Yin and Yang balanced principle.

为遇难死者的告慰：本杰明弗兰克林：往生是一个再生，si是一个新生命的开始，一个人在死的那一刻才算得到真正的诞生。音频： si 生老病死，斯是一个恩典。像一辆很难开的老车，上天容许你替换，以旧换新，以迎接新的历程

2012.7.24

▷ http://www.tudou.com/programs/view/hPAZW06LBxs/ 【视频歌曲北爱 光阴的故事】renandtime13 【play life seriously】 风花雪月的诗句里我在年年的成长 世界是一个骗局，人生是一场复习。人生是学校，爱情婚姻也一样， 在圣明之光的照耀下，我们会开悟，会看到什么都没有，所谓人生如戏。

▷ Dibaba 特鲁纳什·迪巴巴5000米的最后一圈像跑百米一样 ▷ Olympic 视频：南非奇女子dibaba创的 5000米长跑，疯狂和极具刺激的最后一百米，boboinUSA 几乎没有任何疲劳。她现在在美国哈佛读书。 英国 伦敦 奥运 http://www.tudou.com/programs/view/l0Rir4t1VdU/

2012.7.23

【中英诗词赏析】 willblake 一沙一世界，一花一天堂。一叶一如来，一念一极乐。To see a world in a grain of sand, And a heaven in a wild flower …… Hold infinity in the palm of your hand, And eternity in an hour.

微博：图解：科学方法、工程学方法、思想方法、管理学方法 【5w1h 】思考方法☮图解法☮5W1H分析法☮各种问题分析图☮图类别总结☮对选定的项目都要从原因（WHY）、对象（WHAT）、地点（WHERE）、时间（WHEN）、人员（WHO）、方法（HOW）等六个方面提出问题进行思考。

▷ 人生-成全自己的生命 education11 知足-珍惜已经有的幸福 真诚-是什么就是什么 视频：龙永图·于丹谈80后，教育·工作·幸福·价值观

▷ 不要把阿Q一棍子打死 richness1 知足不是阿Q。阿Q不是坏人，他只是鲁迅笔下极端化的一个人物。在鲁迅的年代里，中国的阿Q太多；在21世纪的现在，阿Q太少，都不是阴阳平衡的状态。不思进取不好，贪心也不好，适度，平衡，才好。视频：如何珍惜已经有的幸福·如何知足·

然夫的文章（21世纪的足迹）(2000-2012)

2012

2012.12.21

世界末日12/21 上海之行，南京路，浦东工业园，东北的-20C与2个小时后的上海+10C myphotos/2012China/20121221/ 上海磁悬浮，世界末日12/21 东北的有轨与上海的有轨风光

2012.12.15

What the America should do after the Connecticut Gun Tragedy:

1. Why allow the machine guns for personal defense? Those are for the wars!

2. Guns belongs to adults. Parents should be strongly urged to lock their weapons.

3. Increasing mental sickness for teenage should be addressed immediately. Heavy negative energy from the negative food like meat and dairy products should be discussed on the political table.

2012.12.12

成都文殊院中的这幅楹联：index2012.html 见了便做做了便放下了了有何不了 | 慧生于觉觉生于自在生生还是无生

2012.12.7

2012年的东北寒冬（-20C)，我佛寒爽！清凉雪景：myphotos/2012China/20121207/ 书法：爱 + Stay hungry, stay foolish. Neither love Nor hate the life, But what thou liv'st, live well However long or short, may the heaven permits.

2012年十八大之后，习近平提出了“中国梦”这个热词。mywritings/leaders.html 1840年前，中国穷，内战不断，朝代更迭，但都是皇权制，领袖的候选人只有几个皇子，国家的管理体制不美。中国人民自1840年以后，一直处于被欺负的状态，直到1949年，中国统一为一个大国。之后，中国自己折腾了二十多年，现在好了，不穷了内战不打了；国强了，不怕被欺负了。风水已经转到了中国，中国在变得更好。

▷ 视频：《北京青年》片段 mywritings/xin.html 。得到开悟了，态度对了，人生就对了，青春冲走了以后，同样的世界看上去不一样了。

用A4纸叠美国信封（图解））myphotos/2012China/20121202/ (to fold the US envelop using Letter size paper (picture demo)) 1.好处：里面包含了更多的情感价值，而不是机器化的商业花价值。 2.有跟多的气质，品味，性格和人情， 3.叠法简单，对称，有禅味儿。

2012.12.4

▷ 教育的视频(网搜）：mywritings/education11.html 跟随周宝林走进邦德教育-如何教育，如何老师 深圳中学优秀高中生应艺琳自述保送清华大学的秘诀-如何高考·如何学习·如何人生 诸康妮21世纪全国中学生英语演讲比赛总决赛冠军-梦想·找到自己·学生恋爱 浙江大学教授郑强的演讲，教育与中华民族复兴之路 山东杜郎口中学和山西新绛中学：真正的教育改革是一个实用主义 龙永图·于丹谈80后，教育·工作·幸福·价值观 80后，三十而立的困惑与机会 神马是老师？21世纪的“师道”

人为了修行而生 人为了无明而死 ♦ Nobody need anything except God. ♦ 长风破浪会有时，直挂云帆济沧海。《行路难》 , 乘长风破万里浪，高挂云帆，横渡沧海 ♦ Dont react too negatively. So that later on when you recognize it is just a joke played by Thee you feel yourself a moron or regret.

2012.12.2

12/1/2012 myphotos/2012China/20121202/ First High speed railway (350km/h vs 600km/h for airplane) through the three north continents in China (from Massachusetts , New York to Washington DC) 12月1日是东北高铁第一天，俺去了沈阳，感觉：爽！里面和747一样，只是空间高了，空气好了，也没有飞机场的麻烦门。八节车厢，1,8节都是车头，也是头等舱。时速300KM，（飞机600KM/h）长春到沈阳只要50分钟，酷啊。12/1 is the first day of east coast high speed railway (half speed of airplane), comfortable and fast. I took it on Dec.1 from my hometown to Shen Yang, cool train! Some fotos.

2012.11.27

▷ 視頻：Longing and belief mycollections/faithandlonging.html 基督教-耶稣-如鹿切慕溪水-As the Deer 《Jesus as hart panteth》 As the hart panteth after the water brooks, so panteth my soul after thee, O God. http://v.youku.com/v\_show/id\_XMjIzOTM3NDk2.html

上帝,耶稣,基督教,天主教,信仰,有信心 - 相关联接: mywritings/belief1.html Interview with God …… 上帝与人类的故事 …… 耶稣抱我 …… faith and longing …… 基督教 和 荒漠甘泉

2012.11.20

养生系列: 臭氧干净机:洗菜，洗脸，洗空气 太极拳 广播体操音乐节奏 mycollections/tools.html ♦ 三七·活血·年轻 mycollections/sanqi37.html

If you lose the motivation or dream, then what is the use of the full energy? Eat for physical but also for spiritual and dream.

If you lose your dream, what is the use of the way to to it or any effort?

Target and dream are always greater than road to it or effort needed.

2012.11.18

【 中美经济战争中的战略问题】游击战的攻略，动态里求平衡的攻略。中国不应该硬碰硬的斗，要学习孙膑赛马，用自己的一等马去和敌方的二等马去比赛；不要玩儿整体实力的比拼，而是去争取局部的具体的一个一个的胜利，最后凑成赢局。中国人不能打阵地战，要玩儿游击战；不求死水的平稳，而在动态里求平衡mywritings/zhong10.html

Photos:　1. The fall of China (Northeast): Sky, land, leaves, colors, ... 2. misc in China, mop, traffic light, bus ... myphotos/2012China/20121010/ , traffic light in China, http://v.qq.com/boke/page/h/a/r/h04038ydgar.html Chinese advanced mop machine, good for casa de luz kitchen, video: http://url.cn/8Y32Pq http://url.cn/7VeYq8

2012.11.14

春联儿、对联儿更新：index2012.html 心欢喜时时快乐 | 人自在处处天堂。素食是最好的绿色 | 人生是一场修行

China also just finished presidential election for next 10 years. China is lucky these years, economy is great, No.2 in the world, close to USA. If copy Wal-Mart from China to USA then no one would visit USA Wal-Mart; just cannot compare inside. en/mywritings/leaders.html

share some photos in China: shanghai night myphotos/2012China/20121026/shanghai.html ， eastern pearl harbor myphotos/2012China/20121026/dalian.html ， home town myphotos/2012China/20121026/changchun.html ， enjoy

牛奶里的否定能量:mywritings/milk.html

2012.11.11

11.11买了什么？【1111购物狂欢节】先科迷你音响便携式插卡带收音机超级播放器 【1111购物狂欢节】【狂暑季】百特 ES808 电动鼻毛修剪器 【1111购物狂欢节】力天D928家用臭氧机洗菜机蔬果清洗 消毒杀菌去农药残留 【1111购物狂欢节】秋冬新品 骆驼户外鞋男士登山鞋徒步鞋 低帮 劲霸男装夹克外套 男夹克中老年商务休闲翻领男士夹克衫 mywritings/taobao.html

中国的总统一届十年，每两次人大换一届。虽然没有像美国4年一选，连任可8年，但是现在中国运气好，有好的接班人接班，美国就差些。mywritings/leaders.html

【2012 - 2020】 18大：科学发展，平衡进步

【2000 - 2012】 16大：让一部分人先富起来，小康一下

【1988 - 2000】 小平泽民时代，ramping，铺路

【2020 - 2030】 0010 后的时代，心灵发展·崭新的价值观的建成时期

▷ 视频：6070“后”欠8090后的。。。 （摘自《北京青年11》）mywritings/60708090.html 8090后的人多了什么？少什么？

2012.11.4

▷ 大上海之夜 myphotos/2012China/20121026/shanghai.html ，东方明珠大连 myphotos/2012China/20121026/dalian.html ，故乡长春 myphotos/2012China/20121026/changchun.html ，知识网站： myphotos/2012China/zen/ 中国素食 myphotos/2012China/sushiChina.html

2012.11.1

素食点: 1.长春市 柱子饭店， 221 266 路车 地院 医大 小心尚隐素食火锅 2. 爱之家素餐厅 大连理工大学 3.长春 天茂城 素食 4.上海 交大 钟声商场 二楼 mywritings/wheretoeatveggie.html

2012.10.26

▷ 2012。10。17 夕阳抵达上海，长春龙嘉机场起飞，上海交大·大上海夜·上海多彩夜·上海降落·淮海中路，《-长春南湖·秋-》 ，《-大连-》 世界和平公园 抚顺 高速公路的美。大连抚顺 深秋的山路 隧道的美 老虎滩 星海广场（书形的海滩平台） 海滩 弯路 大连理工大学 大工图书馆 图书馆 大连站 长春站 myphotos/2012China/20121026/

2012.10.10

2012双十节，长春豪华处（美丽的秋天，枫树，蓝天，塑雕，园林，中国奇闻） myphotos/2012China/20121010/

2012.9.23

▷ 视频：婚礼和葬礼的完美结合。本来就是一回事。婚礼视频：粉色的葬礼。mycollections/marriageandstock2.html

▷ 2012 9 22 小学母校（汽车厂三小） ，长春南湖，吉林大学 myphotos/2012China/20120923/

2012.9.7

▷ 20120907 中学母校（东北师大附中）·大学（清华大学）毕业纪念册·上海交大之行 myphotos/2012China/20120907/ 照相，题词。。。

2012.8.22

▷ 2012 8.15-22 回到祖国第一周 myphotos/2012China/20120816/

2012.8.14

▷ 段徐志摩：离别奥斯丁 myphotos/2012austin/20120814/ Adiós Casa

I leave, softly and gently,

Just as I came, quiet and unknowingly

I wave to the western sky,

Say: "See u when I see you" , Gently.

The golden Casa de the river edge

Luz the setting sun‘s bride.

Her quivering reflection

Stays fixed in my dream.

2012 Autumn, Casa de Luz

See you when I see you! Austin.

2012.8.13

▷ 视频：明天会好。（英文歌）Tomorrow - the sun will shine myshoots/liupeinomoney.htm the sun will not shine until it's clear , time will kill every worry in the end , God will surprise you , play life seriously

2012.8.9

▷ 教革与高考不是对立，而是共荣和互利·考试是一个必要，但不是全部 mywritings/gaokao2.html 视频（杨澜）：山东杜郎口中学和山西新绛中学 。真正的教育改革是一个实用主义。教改不需反感高考，也不需为高考而高考，中间还有一条路。就是老师要累点儿，动点儿心思。老师的观念要打破，老师也是一个永远的学习，老师要面临学生的问题和挑战。

【正能量】正能量这个词正变得时髦和走红，林志玲、陈坤、刘蓓等导演多次引用。正能量可能会给人以错觉，以为是一种负面的忍受，不是。正能量是接受并欢迎痛，就像欢迎辣味。mywritings/zhong9.html

痛像辣味，给人一种流泪的刺激，可是强化甜味和咸味。mywritings/zhong9.html 它是生活必须的好东东，痛和失败与快乐应该共存，一种痛并快乐的活着。在痛里，要相信快乐的到来，要通过耐心的考核。正能量不是阿Q，而是一种中庸，阴阳平衡/辩证法, 和21世纪人生价值观的新解。

2012.8.7

你完成了生命对你的承诺 mywritings/si.html生命是无限延伸的，所有的东西都存在这个时间的框里，没有过去、未来和现在。是我们选择某个生命的角度来完成我们的计划，或体验我们所喜欢的事物，我们这样做是为了要经历，就是这样而已.生和死只是两个逗号

mp3 藏鐘響一天 mp3/tibatanbell.html 正的钟声，纯·厚·远·圆，而不是乱·尖·杂。钟声，有两种发声方法：“咚”声和“瓮”声，“咚”是敲击出来的，“瓮”是“磨”出来的（磨钟的边缘）。前者是“波”，后者是一种在空气里的“共振”。两种声音都有引人入定的效果，都有“入流亡所”之功效。

金钱游戏与规则 mywritings/richness5.html 【美国人的金钱游戏】关于美国人的金钱游戏，中国其实可以不买账。视频：北爱：钱的游戏和规则。【钱】是几个人制定的游戏。我们凡夫的选择是：1.当主玩的人，如果你有先手，如果你有能力；2.

2012.7.29

2012 7 21 - 2012 7 29 照片集锦：【myphotos/2012austin/20120729/ 】 Casa 外照，中饭，松鼠、桥的视频，刀的比较，China Town, 叠铅笔冒，噢耶 ~~ !!!，杨桃的书画

2012.7.28

微博：中国姓“中” 这个“中”不是地理位置的“中”，而是中国人的思想体系，中庸，中道。 ☮ mywritings/zhong1.html ☮ 中国人的思想是“中”，美国人的思想是“最”。中国姓过汉，姓过唐，明，清，这些都是蛮好听的姓。现在的中国姓“中”。

中国人的思想，讲的是一个“中”字, 中庸，中道。整个的人生在各个方面平均下来，某一个方面的极端，“最”，会被另一个方面的“反最”而平均，所以还是回到一个“中”字。即使你不情愿平均，上帝会替你来平均， 并且，名利场中的“最”，多养了一份贪婪，少填了一份平和和幸福。 mywritings/zhong.html 中国人比美国人"优越"的地方

2012.7.27

▷ Lovely children [Photos Collection] video children laugh sound [ en/mycollections/children/ ] 婴儿宝宝开心的大笑·咋乐成这样 么时候也能这样毫无功利性的大笑呢？✦ children and pets do have something in common - simple and pure. ✦ in the heart of each person, it has this simple and pure, like must attract alike. The pure one, only children and pets have. http://www.tudou.com/programs/view/Aj5HQYV4LL4/

▷ He finally becomes a jerk (鲁迅然曰：伊终于变成了疯子） mycollections/forestgumpjinsanshun2.html 视频：快乐的疯子，快乐的二傻 帅克 shrek 二儿一点没什么不好·难得糊涂·阿甘与郭靖视频，瞿颖：二一点。李静《非常静距离》“二姐”大PK 瞿颖 江珊 谢娜

▷ 连续放跳全天24小时迪斯科 mycollections/disco.html 狂劲儿DISCO mp3 多图秀，好玩儿极了动物们，动起来 http://www.tudou.com/programs/view/Cv03T2ZFSlc/

2012.7.26

▷ 创业三要：使命，价值观，共同的目标 mycollections/mayun.html 制造危机感，企业与团队管理的心理学 ✦ 马云：成功的概念 成功不是功成名就 ✦ 董事长（创业者，领袖）和CEO（经理，首席执行官）的区别 ✦ 图解：5w1h, 科学方法、工程学方法、思想方法、管理学方法

2012.7.25

▷ Casa de Luz☼Home of Light☼引光之家 en/mywritings/casadeluz.html a best example of an energetic eatery - vegan, organic and original (unprocessed food), easy & cozy, fresh & healthy wholesome energy in the house. Casa follows macrobiotics principle - an Yin and Yang balanced principle.

为遇难死者的告慰：本杰明弗兰克林：往生是一个再生，si是一个新生命的开始，一个人在死的那一刻才算得到真正的诞生。音频： mywritings/si.html 生老病死，斯是一个恩典。像一辆很难开的老车，上天容许你替换，以旧换新，以迎接新的历程

2012.7.24

▷ 它们吻了。。。终于。。。为什么要吻？接吻圣经 How To Kiss http://www.tudou.com/programs/view/AUBqPjzRIqM/ 心理还是生理感应.. 苯丙胺的奔涌。。多巴胺激素增多.. 心跳能加快到每分钟超过百次 ... （也许你不会吻）..吻的艺术..你会吻么. Kissing Tips and Advice

▷ http://www.tudou.com/programs/view/hPAZW06LBxs/ 【视频歌曲北爱 光阴的故事】mywritings/renandtime13.html 【play life seriously】 风花雪月的诗句里我在年年的成长 世界是一个骗局，人生是一场复习。人生是学校，爱情婚姻也一样， 在圣明之光的照耀下，我们会开悟，会看到什么都没有，所谓人生如戏。

▷ Dibaba 特鲁纳什·迪巴巴5000米的最后一圈像跑百米一样 ▷ Olympic 视频：南非奇女子dibaba创的 5000米长跑，疯狂和极具刺激的最后一百米，mycollections/boboinUSA.html 几乎没有任何疲劳。她现在在美国哈佛读书。 英国 伦敦 奥运 http://www.tudou.com/programs/view/l0Rir4t1VdU/

2012.7.23

【中英诗词赏析】 mywritings/willblake.html 一沙一世界，一花一天堂。一叶一如来，一念一极乐。To see a world in a grain of sand, And a heaven in a wild flower …… Hold infinity in the palm of your hand, And eternity in an hour.

微博：图解：科学方法、工程学方法、思想方法、管理学方法 【mywritings/5w1h.html 】思考方法☮图解法☮5W1H分析法☮各种问题分析图☮图类别总结☮对选定的项目都要从原因（WHY）、对象（WHAT）、地点（WHERE）、时间（WHEN）、人员（WHO）、方法（HOW）等六个方面提出问题进行思考。

▷ 人生-成全自己的生命 mywritings/education11.html 知足-珍惜已经有的幸福 真诚-是什么就是什么 视频：龙永图·于丹谈80后，教育·工作·幸福·价值观

▷ 不要把阿Q一棍子打死 mywritings/richness1.html 知足不是阿Q。阿Q不是坏人，他只是鲁迅笔下极端化的一个人物。在鲁迅的年代里，中国的阿Q太多；在21世纪的现在，阿Q太少，都不是阴阳平衡的状态。不思进取不好，贪心也不好，适度，平衡，才好。视频：如何珍惜已经有的幸福·如何知足·

2012.7.22

图：叠那种纸的铅笔套，原始朴实儿时的手工艺，mycollections/paperpencilcap.html

▷ Heaven Will Take the Note [哈哈] mywritings/renandtime1.html [哈哈] 但行好事·莫问前程 视频：郭德纲《济公》：做好人有好报·因果报应.

▷ 剩女三顺姐：过期的包子 mycollections/forestgumpjinsanshun4.html 金三顺滑稽镜头·韩国像比目鱼样的牛粪追求鲜花的故事

禅：专一与专心 mywritings/xin.html 我们大多数人，在做一件事的时候，心在另一件事上。我们坐公车，手里在玩手机；我们在吃饭，眼睛在看电视，因为我们没有用心在做，所以我们会累。老和尚讲的，就是这个道理。得道 = 心得在事儿上

2012.7.21

禅的故事：得道 = 心得在事儿上 【mycollections/jokes.html 】小和尚问老和尚：“您得道前，做什么？” 老和尚：“砍柴，担水，做饭。” 小和尚：“那得道后呢？”老和尚：“砍柴，担水，做饭。” 小和尚：“那何谓得道？” 老和尚：“得道前，砍柴时惦着挑水，挑水时惦着做饭；得道后，砍柴即砍柴，担水即担水，做饭即做饭。”

▷ 女子只穿内衣乘地铁，http://www.tudou.com/programs/view/YaTZEefARDs/ 地球暖化的2012，肉食对于暖化的巨大“贡献”，mycollections/goveg.htm 视频：素食·解决暖化

▷ 美国德州喂松鼠'3厘米远 iPhone 摄影2分钟http://v.qq.com/page/v/b/b/v0401efx4bb.html 阳光满心路: 美国德州 Barton spring 2012年夏游泳音乐会iphone摄影 http://v.qq.com/page/u/o/4/u0401qarpo4.html

▷ 照片, iphone 视频：2012.7.4 ——2012.7.20 在德州奥斯丁 myphotos/2012austin/20120720/ Casa de Luz Lunch Photos + Squirrel iPhone video shoot + Austin Bridge + Summer Flowers

2012.7.20

▷ http://www.tudou.com/programs/view/Kq7NkcdcrSc/ 印度:【给guru的颂歌-动听`感动】 http://www.tudou.com/programs/view/b0\_YWzfuYcg/ 教育: 幸福是一种态度，幸福不是一个东西 http://www.tudou.com/programs/view/2D7jSsIH7jU/ 生要学习的几个基本功课: 工作、金錢、友誼、感恩，及愛 http://www.tudou.com/programs/view/RxFdd1AnzVU/ 雪绒花 《音乐之声》"Edelweiss" http://www.tudou.com/programs/view/qJ-555T4wf0/ 耶穌抱我 YO\_TE\_EXTRANARE http://www.tudou.com/programs/view/uGPQYbnkBYc/ 娱乐视频, 王菲：人生的缺憾和接受, 关于压力 http://www.tudou.com/programs/view/lfc53FYkFq4/ 做你自己 : 成功的真实意义 http://www.tudou.com/programs/view/ei7lvYc611s/ 教育 和上帝对话 http://www.tudou.com/programs/view/24klf2Z7SLs/ 安德鲁·波契利《Time To Say Goodbye》 http://www.tudou.com/programs/view/VaFh3ilHTiU/ 电影 电影电视精彩片段集锦 http://www.tudou.com/programs/view/POBBy0LgMPE/ 汽车 美国沙漠高速公络开车急速时前窗景观 http://www.tudou.com/programs/view/4E\_s43yu84Y/ 音乐 印度爱情歌曲:老大与甘地`等待很长 http://www.tudou.com/programs/view/VD1vOQy8k7Q/ 原创 日本女孩儿：一秒钟叠衬衣 http://www.tudou.com/programs/view/3Gf51S76Pg8/ 原创 等俺有了￥ - 室内装修美呆 http://www.tudou.com/programs/view/fBUHTVAar4o/ 原创 Birds of Paradise

▷ 做好人就是要吃亏，那为什么还要做呢？还是有理由的。mywritings/renandtime1.html 理由是：心情好！还有因果的关系。

2012.7.19

低能儿是多酒与吸毒的来生结果 【 mywritings/renandtime9.html 】

在鲁豫有约里，曾访问过星星的孩子，就是自闭症低能儿的孩子，但是不是所有的闭症都是低能儿。低能儿是多酒与吸毒的来生结果——所以佛学里讲要戒酒。为什么要戒酒？这就是轮回的因果。

▷ 搞笑视频：美国周立波，美利坚波波，模仿小布什与克林顿 mycollections/boboinUSA.html Olympic视频：南非奇女子dibaba创的 5000米长跑，疯狂和极具刺激的最后一百米，几乎没有任何疲劳。她现在在美国哈佛读书。

▷ 【中英美文赏析】“绿色的衣袖”(Greensleeves) mycollections/Greensleeves.html 绿袖招兮，我心欢朗 Greensleeves was all my joy 绿袖飘兮，我心痴狂 Greensleeves was my delight 绿袖遥兮，我心流光 Greensleeves was my heart of gold 绿袖永兮，非我新娘 And who but my Lady Greensleeves

▷ 【play life seriously】 mywritings/renandtime13.html 【视频歌曲北爱 光阴的故事】风花雪月的诗句里我在年年的成长 世界是一个骗局，人生是一场复习。人生是学校，爱情婚姻也一样， 在圣明之光的照耀下，我们会开悟，会看到什么都没有，所谓人生如戏。

2012.7.17

信仰与幸福的关系·信仰和社交和心理学 mywritings/belief6.html Q: 我们通常会说，信仰带给我们幸福。心理学家发现，通过信仰所产生的情感联系：同一信仰的成员之间的联系，才是幸福的来源。同意吗？

▷ #舌尖上的爱歌# ✦ 印度:【给guru的颂歌-动听`感动】 ✦ 印度爱情歌曲:老大与甘地`等待很长 ✦ 西班牙文歌：想你 yo te extrañare ✦ 英文歌：Love will keep us alive ✦ 雪绒花 《音乐之声》"Edelweiss" ✦ 安德鲁·波契利《Time To Say Goodbye》 ✦ mywritings/lovesongs.html

▷ 视频：豆浆机，非常便宜，好用，好清洁，省钱+新鲜。mywritings/howtoeat2.html 牛奶代替品 豆浆是牛奶的完美替代者 【当代牛奶的问题】在牛奶生产中，由孟山都创造的重组牛生长激素（rBGH）.. 更多 【牛奶中的钙】由于钙是碱性物质的重要来源，所以，越喝牛奶越缺钙。 ..更多

▷ 视频: mycollections/forestgumpjinsanshun.html ♠ 叛逆期 冯小刚的顺杆儿爬方法 ♠ 冯小刚大师是非常笨的人 ♠《阿甘正传》意境远 内涵深 故事好 ♠ 郭靖和杨过·成功人士共有的内功·单纯♠ 人的三个可遇而不可求：单纯 上帝 专一

2012.7.15

▷ 【喜欢，但并不一定拥有】酷暑hou的大雨：甭躲，MV: Michael Jackson 大雨中拥抱大雨的视频，歌：在莫斯科的她 mycollections/shirt.html 视频：聪明的日本姑娘：叠衬衣只用一个动作（1秒钟）

2012.7.11

【爱过是苦,爱过是福,阳光满心路】阳光照下的地方，就有了开悟。mywritings/le6.html 0、开悟的人，懂得享受一切，有什么就享受什么。1、有好事就把它看成 。。。 2、如果环境不允许 ...

▷ 流泪的视频 mywritings/niai.html 喜悦的视频 mywritings/lovesongs.html

2012.7.7

▷ 视频：电视剧《青瓷》29 ：王志文张国立：小三儿里的伤害与迷惘，不对的爱情。mywritings/manwoman5.html 《青瓷》讲述了王志文如何不自觉的进入“三”的世界，然后你看着他用手机在当面虚伪和撒谎，过着心理挣扎的“假”生活。

2012.7.4

生活上可以阳春白雪，工作需要下里巴 http://www.km2000.us/mywritings/zhong2.html 许多脑力工作的人，会变得四体不勤，身体变弱，有一个原因，就是因为把自己和阳春白雪划成等号，认为下里巴人是“俗”，是下贱。其实，体力劳动现在被很多有识之士看为时髦，看为和大自然。反过来，体力劳动的人要多去图书馆 给阳春白雪，不为地位，而为气质。

2012.7.3

明白是两个字，中国人很聪明，不然用一个字就好了。“明”是日和月，光的意思。“白”是什么都没有。mywritings/xin2.html 在圣明之光的照耀下，我们会开悟，会看到什么都没有，所谓人生如戏。

装·假是两个字，mywritings/xin2.html 人可以装，但不能假。“装”的时候是自己心里明白，“假”则是一种对内心的不诚实，一种不是明白的“装”，心理不安，时间久了会生病的。

【人生·上帝是导演，时间长了些】mywritings/ego5.html 人生就是一场戏，只不过上帝是导演，时间长了些。 爱情婚姻也一样，爱情是激情，婚姻是承诺，人生是学校，它们都是学校里的课，他们不是你。

2012 6.21 ……2012.7.4 Lunch, Sushi, Barton Spring Music Show myphotos/2012austin/20120704/

▷ 视频：林志玲的“嗲”不是装，也不是假，它就是一种自我的真，mywritings/ego5.html 还有，她的心理健康指数很高。林志玲的心其实很简单，远不是外人看的那么复杂。世界是一个骗局，人生是一场复习。演员的职业，我执的训练

演员也是人，有自己的个性习惯，会不自觉的着相。演员有机会被强加的进入另一个人的世界，要成为他，如陈坤和林志玲所说，mywritings/ego5.html 在演绎任何一个角色的时候都必须要“真”，不然就演的没有神气。但是每个角色完了，不能还米在里面。演员时间久了，明白人生如戏的道理。

2012.7.2

mp3: "無聊"的藏鐘響一天 mp3/tibatanbell.html 原始的西藏大寺廟鐘的聲音 可作為打坐音樂，是沒有任何內容的音樂，有“紅樓”曰，無為有處有還無

▷ 视频：伯恩的简单生活. myshoots/dearborn.htm 简单生活：简单生活就是轻生活，轻巧、轻松地生活。The movie is about an ordinary life of an ordinary person. A beautiful inner character emits the inner glow of a beautiful spiritual soul. It's not an exciting story, just plain. You may appreciate the movie more when you are getting more senior. ...

▷ 视频：上帝的正确理解 myshoots/ohgod.htm A movie got a few correct glimpse of "God". Like God is not describable by language, God is a garbage collector, God does not only sit in church, God is not knowledge ...

2012.7.1

电影电视精彩片段集锦 mycollections/seeyouwheniseeyou.html 讲《北爱》<感动生命>《简爱》 《大长今》 《爱情呼叫转移》 ..

2012.6.30

失败的快乐.打了麻药的猪：伤好多，败极多，爽！俺疯了. 失败的快哉，耶诶！！！！ mywritings/whatissuccess11.html god want to see you jerk, everyone love to make fun of you, don't be "the end of world" 不要在乎成功，只是一直在走。失败多好玩儿。耶诶！！！！ 人生就是失败，上地喜欢看热闹，好玩.

2012.6.27

Interview 6 tricks: Match-making: your need = they need. en/mywritings/bossandyou7.html (Interview = IQ + EQ) (Picture) Buty is the relationship. future is colorful and bright, but you must walk on the track.

▷ 心灵的世界很有意思， mywritings/dazuo1.html 陈坤陈思成北爱打坐与表演和艺术创作，心灵的修行是一种奢侈，当你有无聊，当你有空虚，当你的爱情只滿了半瓶，试试心灵的修行，试试打坐

▷ 视频：髙速的酷感. 俺在美国开保时捷，美国沙漠高速公络开车急速时前窗景观·刺激的髙速·加配乐 mycollections/butifulusa.html

▷ Videos: driving in USA with my Porsche, desert highway, front window view, exciting, en/mycollections/butifulusa.html

2012.6.26

▷ Career and Dream Job. Passion, Love and Growth http://www.youtube.com/watch?v=5HtDtao8HcQ&feature=youtu.be Zhu Kan Ni speech (Champion of Chinese National English Speech)

2012.6.25

打坐：演绎内心的强大，快哉！演员导演与打坐闭关 陈坤陈思成，人生演义，人生是一场学习。mywritings/dazuo1.html 更多的人开始心灵层面的追求，重要的不是我们到达什么样的境界，重要的是我们已经开始行走，打坐就像你的工作和职业，打坐是人生的最好工作。

失败的心理发泄 mywritings/whatissuccess11.html 失败的快哉，不要在乎成功，只是一直在走。“成功”是别人的客观，“走”是自己的。 失败多好玩儿。耶诶！！！！ 人生就是失败，上地喜欢看热闹，好玩，你的死也在看，看热闹。god just want to see you jerk yourself, everyone love to make fun of you, don't be "the end of world"

2012.6.24

▷ 8090后：梦想·激情·实现的过程举例（视频：哈佛周宝林·清华理科应艺琳·哥伦比亚文科诸康妮） 人生一定要找到自己喜欢和热爱什么，就是所谓梦想和激情。梦带来激情，激情引出成功，mywritings/gaokao2.html

▷ Video: Career and Dream Job · Passion, Love and Growth. en/mywritings/gaokao.html Zhu Kan Ni speech (Champion of Chinese National English Speech)

▷ 视频:高考成功举例·清华理科应艺琳·哥伦比亚文科诸康妮 mywritings/gaokao.html 应艺琳:首先，你得喜欢，对知识和科学的喜欢 . 诸康妮:热爱是成功之母 8090后对生命人生的理解已经很超前了

2012.6.23

为什么抑郁症变多了？mywritings/save8.html 抑郁就是不快活，抑郁症则是心理疾病，和人的环境和成长背景有关，但常被人忽略的是，心理的疾病与饮食有着密切的关系。

▷ 没有面包，悲哉·快哉。mywritings/ai15.html 没有面包，没有车没有电影片没有晚餐，悲哉，快哉！

▷ 打感情牌《青瓷》：感情也用来打牌，人生是虚幻，世界是幻像。要做个诚实的简单人，俺爽：）俺疯了。mywritings/manwoman5.html

▷ 生活为神马会无聊 要用爱来刺激 mywritings/ai16.html

微纳米 五官，眼耳鼻舌身，光音味热电压，物理信号

2012.6.21

Photos: myphotos/2012austin/20120620/ from 2012.6.10 to 2012.6.20, Barton Spring Swimming Pool (2011 - 2012), Austin's China Town,, Lunch in Casa de Luz.

▷ 爱情是烟，哪儿包的住啊？评沉重电视剧《青瓷》（王志文张国立）：mywritings/ 在爱情面前，咱们都糊涂

2012.6.19

▷ 小三儿和大三儿：有内疚的爱情。【mywritings/manwoman5.html 】小三儿是女，大三儿是男。它们的共性都是“三”，不是“二”。它们的共性应该是爱，不管是柏拉图 还是性。小三儿和大三儿都纠结，因为人人都有良知。咋办呢？也评视频：电视剧《青瓷》29 ：王志文张国立：小三儿

小三解决方案: 出轨的男（女）人们 【mywritings/manwoman5.html 】 明白一个道理：人生必须放弃一些美好。因为： 平衡·阴阳平衡 = 人生。人生必须放弃一些美好，因为人生必须要保留一些不完美，因为完美与不完美构成一对阴与阳。我们人生，一定不要贪，我们不要平衡，只要好的，老天会替我们平衡。与其被动，不如主动；如果被动，要去安然、全然接受。这就是对出轨的男（女）人的忠告。

婚姻是一杆平衡的秤·婚姻需要计算 mywritings/ai7.html 爱情不能永久，因为爱情是激情，而婚姻像爱的银行。你要自己有“爱”，才能给别人“爱”；你要自己银行有钱，你才能去给钱。（如何找到你的爱源？）

微博：爱与爱情不是一回事 mywritings/ai18.html 爱情不能永久，因为爱情是激情，而不是”爱”，要把爱情变成“爱”，爱很简单也很纯，但爱情很复杂。爱河的美好和迷就是：当你在里面的时候，你相信永远和美好。当你在外面的时候，你会看到爱情不可能永原。世界的爱情就是虚幻，如果你没有“爱源”的话。（如何找到你的爱源？）

2012.6.17

我有两个爸爸，一个富，一个穷。一个受过良好的教育，聪明绝顶，拥有博士的光环，我的另一个爸爸连八年级都没能念完。 mycollections/jing/fbbqbb1/fbbqbb002.html 为什么第二个爸爸富呢？第一课：富人不为钱工作，第三课，关注自己的事业，第六课，不要为金钱而工作

2012.6.15

▷ 21世纪·电视剧充斥的年代。如何选看电视剧：混钱·还是经过努力的好戏 mywritings/simplelife.html 现在，富人很多，他们怎么花钱呢？投资影视啊。所以，电视剧现在充斥电视与网络，好的编剧导演和演员阵容实为不易，在2012年4月到6月，《北爱》，《感动生命》是好的2个，是很用过心力的2部戏。作为看客，一是找个眼熟，看自己喜欢的演员，二是看到戏里面的用的心力，花了多少心思。

▷ 视频：《北京爱情故事》主题曲《再见 青春：美丽的疼痛+永恒的迷惘。视频：《北京爱情故事》片尾曲：我是如此的爱着你 几乎已经彻底忘却这个世界 mywritings/ai17.html 《北爱》我喜欢她抽我

▷ video:【Happiness is inside】 en/mywritings/le.html The inner bliss is the eternal happiness, the blissfulness of merging into God and heaven. You have to experience rather than textbook, like fall in love, like taste an apple (rather than read the textbook). Be in love and reading love story is not the same enjoyment.

2012.6.11

▷ 美丽的云南·美丽的大理 mywritings/ai17.html 优美葫芦丝背景音乐

2012.6.10

陈思成·闭关与北爱·闭关就是与自己对话·闭关与开悟了悟佳作的关系. mywritings/dazuo.html 闭关是佛教用语，意思是把自己关起来与自己对话，与佛祖与上地对话。闭关有很多名字：打坐，静思，三省吾身……。小陈儿闭关一年，得剧本《北爱》，不仅有深度，也有诙谐度，的确是好作品。

街拍：2012 06 06-2012 06 10 路边的野花，myphotos/2012austin/20120610/ Casa Lunch，，可爱的小孩儿和小王八，奥斯丁桥和鸽子的近距离照片（30cm），我的家具和鞋柜

▷ 金童玉女·陈思成佟丽娅·中国的山口百惠和友和，难得的80后一对能够有一致的价值观 mycollections/ | 杨澜，海蓝·人生·心理·选择·真实李娜 做你自己

▷ 于丹解答80后：穷，苦，北漂。答案：知足，珍惜已经有的幸福。mywritings/richness1.html 处理危机的应急方法 mywritings/DealwiththeAdversities.htm 关于“担心”的视频：刘蓓怎样担心未来 myshoots/liupeinomoney.htm

微博：名人为啥有“鸭梨”·名人如何解压·用名利做好事·名人如何做广告·对付闲言 名人·对付名利带来的副产品·对付闲言的自我态度 mywritings/whatissuccess10.html 继续痛吧，痛和快乐的活着，这就是阴阳平衡。3 看名人的采访访谈节目，看看他们的心路过程，让自己宽一下心。这是旁比法

2012.6.9

【不要怕丢脸，最大的脸是你的内心】mywritings/ego4.html 表面虚伪可以，但是自己要明白的虚伪，也不要因为虚伪给别人带来伤害。我们可以欺骗，但滋味并不好受，因为我们知道自己骗了，这就没有骗到我们的心。脸可以保住，但是这种脸保多了，心就少了。其实很多的场合，是我们自己太在乎，太担心，才虚伪，一定要知道自己的内心，知道虚伪不是自己。

▷ mywritings/ego.html 【原谅·和解】很多事儿，是误会。21世纪，夫妻之间，有多大仇啊？原谅并没有那么难。难，在第一句。第一句话那么难说？要脸不要脸？脸有那么重吗？【有一个神奇的效果】为了别人有利益，会让你放下自我。 怕·我执·压力·丢脸·是同义词

Our life Origin: Soul - Pure and Clean en/mywritings/ran.html Picture：the primitive of the elephant and the cleanness of the pure girl. They are all our qualities, with strong contrast of Yin and Yang. The muddy dirty and the heart cleanness, we need them all. The heart to heart, from trunky elephant to elegant girl, like our physical body and ethereal soul.

VIP Veggies: en/mywritings/obamabrazilvegan.html 【F】Anne Hathaway, Kate Winslet, Reese Witherspoon, Natalie Portman, Ellen Degeneres……【M】Brad Pitt, Leonardo DiCaprio, John Lennon, Alec Baldwin, Bill Clinton……

Be Veggie is the Best Green 【green your life】 Live not to achieve·Life to experience 【Why live?】 en/ 【Survive->bread->Life】 We human live for bread at first, then we eat to live. Life is not physical comfort only, but also the inner bliss.

Many believe life is to enjoy. Many dont believe life is suffering or of bad luck. But only enjoy or rich is not the life, neither the suffering or bad luck. en/whylive.html Life is the balance of enjoy and suffering. Both are good ingredients of Life. Life is a balance of Yin and Yang.

How Food made in 21st? video: en/mywritings/foodfacts.html Industrialized Food - Harmful food additives, hormone, antibiotics, GMO. If food drive is money, it starts to follow the money rule: less cost and no behind-scene dirty secret + fancy ads.

The map of a green life en/mywritings/muqin.html

2012.6.8

▷ 二十四式太极拳教学\_苏韧峰示范 ╭★╯ 广播体操音乐节奏 ╭★╯mycollections/taichi.html

小平的人情味儿—小平和孙子孙女们的照片，经典·珍贵· mywritings/leaders7.html

▷ 雪绒花 美国电影《音乐之声》插曲 （带英文歌词）The Sound of Music (1965) "Edelweiss" mywritings/lovesongs.html 印度爱情歌曲与美视频：等待很长

2012.6.7

未来人类的科技，能源：太阳能·海洋能·电磁波电力，会被开发。 mywritings/futuretech.html 未来的地球科技: 场论-控制引力与排斥力的方法 UFO飞起来是没有声音的，为神马？因为它使用调整引力场的方法来飞行，而不是用火力气体的反作用力。

▷ #舌尖上的爱# mywritings/lovesongs.html 爱情歌集锦·因为爱而激情的歌和视频·Indian Song: 印度爱情歌曲与美视频：等待很长·西班牙文歌：想你 Spanish Song: yo te extrañare ·英文歌：Love will keep us alive 老鹰乐队，高清，NBC版

▷ 高考：mywritings/study.html 1.努力去考2.结果是天的，不是你的3.高考不是工作，高考不是成功。这样的例子太多了，闲时多逛书局，读杨澜，鲁豫，海蓝博士等成功人士的传记，会让你解脱高考的压力。解脱未来，有时反而结果会更好.

中秋念月亮 mywritings/moon.html 天上的月亮清又清，普照在 天下的人海里； ... 母亲的心像月亮一样晴，照着我们小小的心灵；. 母亲的爱像浩瀚的

▷ 6070后的经典回顾：婚姻的平等性，曾打动无数女性的爱情观。mywritings/marriagemoview.html#2 《简爱》片段 ，上译配音经典邱岳峰李梓，中英文对白，简爱主题音乐“……但我们走进坟墓，在上地那里，我们每个人都是平等的”

▷ 《爱情呼叫转移》片段.【你要接受ta的好和坏】。mywritings/marriagemoview.html#1 好的太太不是找到的，而是你培养的。要培养自己的开悟才会培养爱情婚姻。

▷ 如何判断你爱了，或是在计算婚姻 mywritings/niai.html 6070后的爱情观 fr《感动生命》 . 爱情没有包袱, 婚姻包括包袱（fr:《非诚勿扰》（fr:《北爱》）

▷ 爱是内心的声音，爱是真诚，爱是激情，对自己的心要真 爱情与婚姻，是激情与理智，是理想与现实。爱情是激情·婚姻是结果·爱情是苹果，婚姻是鸭梨（压力？☺ 婚姻是一杆平衡的秤 ，婚姻需要计算。《简爱》并不简单，爱是简单·婚姻不简单 mywritings/niai.html

2012.6.6

从我做起从现在做起：放下肉食，拯救世界 mywritings/wedo.html (地球怎么了) 人怎样吃掉了地球！肉食过多，杀生过多，负面能量过多，吃肉是第一的原因, 吃肉严重破坏我们的地球，mycollections/goveg2.html

Dear 6070s: about 8090s - your children mywritings/60708090.html They are not like us. We are the generations who listen to and become whatever our parents expect us to be. Our life is actually their life, continued. But we should not let our children be the same. “I gave you this life so you can live it.” Life is a totally individual thing. It does not have to be a rich life, smooth life, famous life as most of us expected. It is just the life they like to live, even the whole journey is full of challenge and turbulence.

▷ 爱情与婚姻，激情与理智，理想与现实。爱情是激情·婚姻是结果 爱情是苹果，婚姻是鸭梨（压力？☺ mywritings/niai.html

▷ 婚姻是一杆平衡的秤，婚姻需要计算。简爱并不简单-爱简单·婚姻不简单 mywritings/niai.html

▷ 在爱的那一刻，世界是美好的，这是每个人都应该得到的体验。这个爱，不一定得到结果，不一定得到婚姻。mywritings/niai.html

▷ 一定要了解爱情与婚姻的区别，才能拿到合理的婚姻，也能尽情洋溢在爱河里。mywritings/niai.html 一定要了解爱情与婚姻的区别，才能正确面临小二和小三的挣扎，才能合理的处里小二或小三的处境。当今世界，男女平等，小二和小三已经没有男女之分了。

▷ 激情容易，理智=难。难也得做，这个过程，是每个人的功课，也是每个人的乐，包括你的痛。它们都很美好，像红烧苦瓜。来吧，这由不得你。mywritings/niai.html

▷ 视频 爱是对自己的心诚实，爱没有包袱（fr:《北爱》 mywritings/niai.html 视频3: 婚姻是一杆秤，婚姻包括包袱（fr:《非诚勿扰》

▷ 视频：赵本山的乡村爱情·鲜花与牛粪的主观性 km2000.us/mywritings/marriagemoview.html

▷ 微博：20120605摄影与图集: myphotos/2012austin/20120605/ 2009-2012俺的家与家具，写字台，东西很少，花费很少，挣得最少·2009—往生回来后画的第一幅画·将CD以1+3+6叠加并粘接旧光碟便成光线增强镜,·2012年5月到6月在Casa·de·Luz·做Volunteer·时，劳动后的午餐拍照，这些照片与recipe,·可以作为后来的健康饮食的参考索引·中国字与图的设计组合·好孩子们（集锦）·手的魅力，好看的手（集锦）

▷ #舌尖上的爱# 因为爱而激情的画面和视频（集锦）mywritings/niai.html 面的视频，都是爱·激情时分的视频。这些爱的流露和表达与做爱无关，但都是真正的爱的享受。在爱的那一刻，不管是生活还是在电影电视的表演场合，都是美好和感动的。在爱的那一片刻，虽然遗憾的很短，不管你长的多丑，爱都让你变美。

2012.6.5

▷ #舌尖上的# 艺术与灵性 mywritings/wisdom1.html 电影欣赏：泰戈尔 Tagore's Poem and Romantic Gandhi 甘地.美文欣赏：劳作者的伊甸园 作者：泰戈尔 , 视频：白岩松，王小丫：慢生活与发呆

▷ #几岁开始抽烟# 人为什么抽烟？(视频） mywritings/addiction.html 1. 抽烟的真正原因：根源在于因为内在还没満足，2. 改变坏的不良嗜好的方法：人类的心理特点和心理规律是转移疗法. 要先用一个东西代替，离开那个不良嗜好境界，而不是直说"NO"。否则头脑接受不了。

2012.6.4

▷ 视频：龙永图·于丹谈80后，教育·工作·幸福·价值观 mywritings/education11.html 20110226[论道] 80后，三十而立的困惑与机会(于丹、龙永图) 2008年8月29日 龙永图对话于丹-神马是老师？21世纪的“师道” 我的梦，8090的未来价值观 共产主义快到了。

2012.6.3

▷ 慢生活·发呆·艺术与灵性 mywritings/wisdom1.html 美文欣赏：劳作者的伊甸园. 作者：泰戈尔 视频：白岩松，王小丫：慢生活与发呆

Hibiscus, Flor de Jamaica" (pronounced /həˈmaɪkə/) mywritings/lemon.html 洛神花 - 南美山楂茶 - 玫瑰茄. 富含人体所需氨基酸、蛋白质，有机酸维生素C，大量天然色素及多种矿物质、水槿酸，其中木槿酸，被认为对治疗心脏病、高血压、动脉硬化

2012.6.2

▷ 自行车·步行·爬行:与大地与天空 mywritings/byke2013.html 视频：南韩美女与新型自行车之设计。省油和减肥：开车是为了方便，如果开车感觉不轻松，老堵，又费油钱，为何不骑车呢？ 骑车吧，走吧，回到童少年。 多和大自然在一起，又省钱。

▷ #几岁开始抽烟# 人为什么抽烟？(视频） mywritings/addiction.html 1. 抽烟的真正原因：根源在于因为内在还没満足，2. 改变坏的不良嗜好的方法：人类的心理特点和心理规律是转移疗法. 要先用一个东西代替，离开那个不良嗜好境界，而不是直说"NO"。否则头脑接受不了。

豪华的2012『公交车』, Fantastic Bus, 快乐巴士, 精美巴士动图 (flash swf animation) mywritings/byke2012.html 开车是为了方便，如果开车感觉不轻松，老堵，又费油钱，为何不骑车和公车呢？公车和骑车吧，回到童少年。 多和大自然在一起，又省钱。

2012.6.1

▷ 金钱,名利,声望,不是让人幸福的希望(Wish),沉醉在其中,是在地狱使者的广告里.爱,无私的给,上地,奉献才是正招.影片《神鬼愿望》讲的是人最应该梦想什么,应该明白,生命中的很多奢华和物质的得到,都是要有代价的, mycollections/adsdorhell.html

▷ mycollections/butifulusa.html 视频:美国开车,美丽的亚美利加,俺在美国开保时捷

2012.5.30

Photos in 2012 5 24 - 31 Casa de Luz Lunch photos, wild flowers yellow and red and green myphotos/2012austin/20120531/

2012.5.27

▷ 也谈“师道尊严”，期待21世纪的9000后的教育价值观 mywritings/education9.html 师生的这种体系是敬畏关系，是上个世纪和古代的中国教育传统。现在的教育体系，又近于商业，少了真诚。未来的教育和师生关系，期待“爱”，要爱学生，以学生为本，当然，师者又要有真才实学，于丹（视频），就是这样的例子。

黄昆院士的治学之道 中国科学院 mywritings/chinascience.html

2012.5.26

▷ 视频回顾 小平的智慧 和个人魅力 mywritings/leaders7.html 小平同志的草根情节一是了解老百姓，知道他们要什么；二是学会谦卑，了解领袖是一个职位但不是自己。忘不了小平，小平的姜维避祸，小平的草根情结的培育

▷ 视频 生活·生命·人生·道 (杨先生)科学与美·爱情与美 mycollections/tiandao.html (章老师)在人的经历当中，不顺比太顺好一点.

▷ （回顾视频）聂卫平和小平（三十年过了，很多事可以回顾了）mywritings/leaders7.html 视频（王小蒙）：聂卫平金庸小平陈毅 。 视频（老赵会客厅）：聂卫平小平陈毅胡耀邦

2012.5.25

如何进入共产主义社会？资本主义心态下论共产主义的可行性 mywritings/gongchan.html 在资本主义的人利心态下，共产主义已经具足了物质基础，按需分配的可能性和可行性

1993 - 1994 留学期间的读物，93-96 三年是中文网络同一、非商业化的黄金时代 【mycollections/jokes.html 】入厕阅读 · 毛泽东谈怎样使猫吃辣椒 ·【胡适】差不多先生传 · 葛优三件事 赵本山小品全集(1990-2009年)·【 图雅】一天前去收费，过来一只，样子与尺寸都类 似一只翻毛皮鞋，在我腿上挠了一阵子，然后奋力咬了一口。因其嘴小，只在裤子 上咬了一洞。富人珠光宝气，为我主持正义，说：“乔治，这是不礼貌的！”乔治 并不松口，只是发出一种快活的呜咽，使人怀疑它的主人平常是不是就用这话当做 抢骨头的口令

2012.5.24

▷ 郑强：如何当老师、教授　mywritings/education9.html 1.要有真才实学，要守专业。2.要爱学生 3.要会沟通。陈吉宁：大学精神

大学的教育,伟人和大器的教育（总书记和总理级的）mywritings/dr1.html 温总理即兴演讲（2012.5.21） 陈吉宁清华校长演讲，“大学不仅是传授知识和技能的场所，更是培养人的思想、情感、意志、品质之所在，是铸造灵魂的地方”。

未来价值观的先驱者：郑强和马云、钱文忠、于丹 mywritings/education10.html 你要讲一个东西不好，要先给一个好的，这就是替代法，一个非常基本的人性定律。就像戒烟，要先了解原因，然后还要选替代。戒除任何的瘾，都是因为没有找到真正好的。

猪 mycollections/wukong.html 猪的人生写照：十岁学会自己洗澡——猪自清；二十岁光彩照人——猪时茂；三十岁找到工作——猪立业；四十岁雇了佣人——猪得佣；五十岁学会打篮球——猪投！

人生在高潮的时候可以享受高潮，在低谷的时候才会享受人生。mywritings/zhong2.html

【阴与阳原是·本来就是一对儿朋友】很久很久以前，谎言和真实在河边洗澡，谎言先洗好，穿了真实的衣服离开,真实却不肯穿谎言的衣服。后来，在人们的眼里，只有穿着真实衣服的谎言，却很难接受赤裸裸的真实。mywritings/zhong2.html

【一字诀·二字诀】若要一辈子高兴：做佛；若要一阵子高兴：做官；若要一个人高兴：做梦；若要一家人高兴：做饭；若要一帮人高兴：做东；若要二个人高兴：做... mycollections/jokes.html

2012.5.22

Photos in 2012 5 22. myphotos/2012austin/20120522/ Casa lunch and some funny pictures. Gas always full. 永远油满 Combine business w/ pleasure. In Tokyo we have to rent this layer to build exit. Moving-the-Sun project. Graduation shot: corporation wedding gowns (the wall is like a bridal gown) Bill and Steven's cemetery: Continue computer in Heaven

然夫的文章（21世纪的足迹）(2000-2012)【 mywritings/index0.html 】

日本和韩国都是很注重内在品质的民族，虽然他们都曾是中华民族的后裔☺但是地域和环境造就了他们的内在坚韧（两部电影：千与千寻，大长今，讲了这个道理）这种内在的坚韧和严肃性国际都佩服，世界上的几种典型种族 中国人 美国人 日本人韩国人 南美人 。。。 ☮ mywritings/zhong3.html

【感恩】感恩的赞美诗太多，感了半天，连感恩是什么都不清楚，还感什么劲呢？mywritings/baiqiuen1.html 【感恩】关于感恩。感恩是什么？谁的恩？不了解这些，就无从感恩。大家都已经熟知的四重恩书本上都有很多，去实践就好了。这些都是对世界，对别人的感恩。那么，对于自己，对于神奇的自我，要感恩些啥呢？

关于教育的感慨：张铁生和杨丽萍 mywritings/zhong8.html 回看张铁生的信，那封信其实写的真不错。张铁生是时代的牺牲品，但是本人真的不差，是个真男子汉。也观杨丽萍对小彩旗的教育反思教育理念。对一个将生命奉献于舞蹈的人，有专注于悟性和感受力的培养。至于教育，小彩旗没有上学，只学会加减乘除。视频：鲁豫、杨丽萍

2012.5.21

照片集：婴儿的大笑（用做手机铃声好玩儿极了） 2012 5 21 Old Casa de Luz photos (2010), May 21 Lunch, baby laugh audio, San Diego Casa de Luz photo myphotos/2012austin/20120521/

俺以前是小王八蛋，现在俺成了小王八。图：王八蛋开了了 mycollections/dupu.html

▷ 怕·我执·压力·丢脸·是同义词 mywritings/ego.html 视频：王菲：压力来自我执 王菲：慈善与我执 【有一个神奇的效果】为了别人有利益，会让你放下自我。【还有】这几个同义词多数都发生在实践之前，往往在实践的进行时里，它们就没了。

2012.5.20

为什么很多名人的后代都在国外度过青年呢？所谓“姜维避祸”，国外对她们的成长好。mywritings/zhong6.html 在国外，没人会宠坏他们，让他们自己自然接受阳光与水分，而不是让人喂饭。这也是克林顿和比尔盖茨教女的方法。为神马姜维要出国？因为是诸葛亮的主意

Eating in Casa de Luz（ 多图，德州，美利坚，美食田园，引光之家） en/mywritings/casadeluz.html Casa de Luz is a best example of energetic eatery - vegan, organic and original (unprocessed food) - wholesome w/ descent energy. Beautiful food and beautiful people.

♡爱♥恋人之爱♥神性的爱♡ mywritings/ai.html 爱有许多种：小三的，恋人的，爱情的，亲情的，朋友的，神性的，味道各有不同，但甜是祂们的共性。

▷ 慧与光☼慧与静☼慧与心☼知识不等于智慧 聪明不等于慧☼做人的智慧☼智慧人生 mywritings/wisdom.html 聪明看世界，糊涂一颗心。对客观世界要聪明，对主观世界可以糊涂一点。 做人不是要做出一个结果，而是要做出一个本然。 坦坦荡荡做人 平平淡淡生活 踏踏实实工作。

▷ 视频·西班牙文情歌，就是好听，味儿足。图也美。Jesús me mantenga 耶稣抱我 Jesus gives me a hug mycollections/yesubaowo.html 图美： 想念和思念的两招儿：眼泪与祈求·天马，是有的·和平，会飞来的

毕业集体结婚照，白墙试婚纱 mycollections/dupu.html 好看，牛粪与鲜花的故事 太极沙发，太极床，太极湖 姚明和林书豪的马桶 比基尼点心（创意小饼干，情人节特卖） 光腚的苹果 君子之交淡如水的一道菜 巧克力做的杯子，不能装热水，要戴手套，不能亲太久 ╭★╯ 亚当与夏娃（图） ╭★ 杜甫太忙，该让诗圣"歇歇"了 想念和思念的两招儿：眼泪与祈求 天马，是有的 和平，会飞来的

▷ 转基因食品集成视频：mywritings/gmo3.html 列数了多年来各国科学家对转基因食品临床研究的负面结果，已证实在食用数年或数十年后其对人体有可能产生的危害。列数了各个发展中国家在种植转基因作物后所遭受到的严重生态危害。探究了为何转基因食品只能在发展中国家推广。揭露了推广转基因背后的黑幕以及真正受益人。

▷ 影片《食品公司》mywritings/foodfacts.html 食品工业、种植业、畜牧业、养殖业的向钱看问题是世界问题、不是中国问题 影片《食品公司》揭露了世界范围的食品公司经营者为了获取高额利润，不惜改变动植物的生长方式和生长周期，从而在经营上取得丰厚的利润的黑幕。而代价却是公众的健康和安全。

创意诗图， 图美： 想念和思念的两招儿：眼泪与祈求·天马，是有的·和平，会飞来的， 杜甫太忙，该让诗圣"歇歇"了 姚明和林书豪的马桶 比基尼点心（创意小饼干，情人节特卖） 君子之交淡如水的一道菜 mycollections/dupu.html

▷ 人是一本书。内容都已经印好了。我们一页一页的翻岁月。视频：mywritings/whatissuccess9.html 内容无法更改，但是我们可以在书上做标记和注解。每个人的内容都精彩，都有内容，内容是上地写的，我们的任务是读书，欣赏，我们也可以做标注。

▷ 谁赢了？人生的导演是上地，成功，上地说了算 mywritings/whatissuccess9.html 视频：李连杰与成龙：谁赢了，要听导演的。郭德纲《济公传》片段：神与佛界的比斗和礼节

▷ 视频：郭德纲《济公》。做好人有好报·因果报应·mywritings/renandtime1.html 好人会有好报吗？为什么看上去会不一定甚至没有？因果到底怎么算？

▷ 锅里的苍蝇不是佛与道的错 mywritings/belief3.html “善”是每个宗教里边的一种美好。 不要因为某个相信宗教的人有了“丑”而忘了宗教本身的善。因噎而废食，因人而排教，以偏概全是太可惜了。视频：郭德纲《济公》

▷ “性早熟”和牛奶·奶粉的关系 mywritings/milk6.html 为了多赚钱，加速成长、加速产奶，在牛奶生产里加入抗生素、加入荷尔蒙雌激素几乎是让每一个人相信的定律。下一个问题是：牛奶一定要喝吗？谁在鼓吹我们要和牛奶？答案是：没必要。钙可以从叶绿菜里来，蛋白质可以从豆浆里来。家制豆奶最安全,我们永远都躲得起. 视频：食品安全问题的避重就轻法

▷ 视频： Love will keep us alive 老鹰乐队，澳大利亚，带歌词 mywritings/ai16.html 【独孤不等于缺爱】 【要找到里面的爱，才会有爱给别人】 【怎样找到里面的愛 “心”是愛的精髓】高清，NBC版

名人·对付名利带来的副产品·对付闲言的办法 mywritings/whatissuccess3.html 三点：➊ 要了解自己要做什么 -> 继续做。这一点的精髓在于：转移注意力。 ➋ 学会观察自己：痛吗？继续痛吧，痛和快乐的活着，这就是阴阳平衡。 ➌ 看名人的采访访谈节目，看看他们的心路过程，让自己宽一下心。这是旁比法，算是利用人类的弱点，因为这个方法的出发点是用降低别人来慰藉自己。

▷ 【面试=IQ+EQ】IQ是智商，你的专业水平；EQ是情商，是你的价值观和人生态度，所谓“内功”。当今社会，面试时两个都考。比较激烈一点和刺激一点的，会用很不客气和损人的方式进行（视频：张歆艺和赵宝刚）mywritings/bossandyou7.html

面试技巧7则 【mywritings/bossandyou7.html ➐ 【合】 ➊【做好功课】 ➋【面试礼仪】未必要穿名牌，但是。。➌【回答问题】➍【自信和无挂碍】面试的脸可能是鲨鱼脸：）不过，他们不是鲨鱼，这是要看你的自信和反应能力。➎【面试=IQ+EQ】IQ是智商，你的专业水平；EQ是情商，是你的价值观和人生态度，（视频：张歆艺和赵宝刚）➏【谢恩】面试完后一定不要忘了谢恩。发一个短信，表达谢意和你想入主的意愿。

2012.5.19

▷ "无聊"的藏钟响一天 mp3/tibatanbell.html 这个光碟是按2000年在牛津大学的街边小店买的，光碟的内容是西藏大寺庙里的藏钟，是高品质录音，英国学者录制的，这是原始的钟的声音，不是人工合成的声音。全盘都是钟声，可作为打坐音乐，是无聊的音乐，没有任何内容的音乐，有“红楼”曰，无为有处有还无

2012.5.18

▷ 视频： 《北爱》我喜欢她抽我. 爱的心理：爱·恨·不理睬不在乎，您喜欢哪一个？mywritings/ai17.html 从人的心理来看，是爱>不理睬>恨。郭德纲喜欢人家骂，就是这个道理。所以爱人之间，要有爱有恨，这个恨，当然不是恶意的，它只是一种阴与阳的平衡。人生的阴阳理论奥妙无穷，关键点是两个都要有，不能只要好的，不要坏的。这不是无奈，而是一种对人生的欣赏（Enjoy）

▷ 态度·决定人生命运和幸福的内功 mywritings/bossandyou2.html 什么是态度？你靠谱吗？好的态度的养成一个人的内力和内功 内功·态度举例. 为什么初次面试不能迟到？因为人都怕这种不认真的态度，这种我们未来会在一起但我不敢信任你的可怕，所谓不靠谱。没有人说不能原谅你迟到的理由，只是大家都不认得，因而无法判断这是你的态度、习惯，或是偶然。因此就……不要你了。

Animal Kitties 可爱的动物孩子们 - 组图：动物们在小的时候 mycollections/animals/animalkids.html （几百图，供博客使用）

2012 5 11-18 fotos: Lunch photos in Casa, City Bank, UT, Rainbow outside my apartment myphotos/2012austin/20120518/

2012.5.17

▷ 生活为神马会无聊？为什么王石怒波要爬山？在《北爱》里，为什么无敌的哥哥要刺激而不是平平股票？mywritings/ai16.html 生活中的空虚感，是因为心里没有满。这个满，要用“爱”来填满，而不是用所谓的刺激，用满足欲望。 人一定要爱。爱可以让你通合大自然的每一个生命，没有爱的生命就像没有源的水。没有源的水，总会干。视频： Love will keep us alive 老鹰乐队，澳大利亚，带歌词

2012.5.16

你来自哪颗星 射雕英雄传之东邪西毒 笑侃三十年 我叫金三顺 壹周立波秀 碟中谍5 李连杰 黄飞鸿 老郭讲水浒 鲁豫有约 杨澜访谈录\_ 比尔·盖茨 理性乐观者的告白 哈佛爱情故事爱在哈佛

▷ 爱与面包·爱情的地基 mywritings/ai15.html 8090后的爱情观： 我爱你，但是你没有面包…… 我爱你，但是我没有面包…… 这个“爱”，其实只是借用了一个叫做“爱”的词，它实际上是一种化学反应，有没有面包，都可以成为婚姻和爱情，关键是要有共同的爱情地基。

2012.5.15

▷ 视频片段：金三顺里的阿甘诠释·蛋糕打出的恋情 mycollections/forestgumpjinsanshun4.html 金三顺滑稽镜头·韩国像比目鱼样的牛粪追求鲜花的故事

▷ 人的三个可遇而不可求：单纯·上地·专一mycollections/forestgumpjinsanshun3.html 《阿甘正传》意境远，内涵深，故事好·3郭靖和杨过共有的内功：单纯 。 故事好，表现手法唯美。制片，镜头处理等都相当高明，难怪得那么多奥斯卡奖项。 成功人士共有的气质就是单纯与专一，这个成功，是人生的成功，不是名利的成功，虽然名利可以随着而来。这个成功，可以用“美”来形容。它只用于体会，而很难用词句代替体验。

女人·孩子·爱的感觉·被感恩的福报。mywritings/ai8.html 杨澜、孙俪、江珊觉得有了孩子后，爱心得到 …… ………… 版权·盗版·专利让位给宣传·广告·免费 mywritings/copyrite.html 为神马中国和美国，娱乐界和商业都把版权和专利“浅”花了？因为东西太多了，太多的广告，太多的电影电视剧。

▷ 视频:美国开车,美丽的亚美利加 mycollections/butifulusa.html 美丽的美利坚上空,航拍美国.飞机上拍美国,硅谷上空,飞机上拍盐湖城(夜景),2012年硅谷机场 (12 图片)

▷ 视频：奈何桥·天国·超世界·时光机 mycollections/eternal.html 下一代的笔记本电脑特点：1笔记本只剩下了一支“笔”。2把笔打开，屏幕则蹦出。3屏幕就是键盘和鼠标。

▷ 熊猫也开悟 mycollections/panda.html 1. 功夫熊猫里面的人物禅机：为什么机巧选狐狸，祖师爷选乌龟，龙的传人选是熊猫。2.真正的功夫在了解自我，了解自己的心。

2012.5.14

女人·孩子·爱的感觉·被感恩的福报。mywritings/ai8.html 杨澜、孙俪、江珊觉得有了孩子后，爱心得到升华。孩子让她们学到爱的滋味，是美好的，这种感觉是正常的母亲共有的，也是一种福报，一种感恩，因为不是所有的母亲都正常。这些有福报的母亲们，不会感到孩子对于她们是付出，孩子对于正常的母亲，是对上苍的感恩。

版权·盗版·专利让位给信息爆炸·广告·免费 mywritings/copyrite.html 为神马中国和美国，娱乐界和商业都把版权和专利“浅”花了？因为东西太多了，太多的广告，太多的电影电视剧。你不免费，你要版权，我可以选别的啊。所以，至今，没有公司为所谓的“版权”起诉个人，除非这些个人有商业和毁谤目的。

然耳，就是孔子说的“耳顺”，佛学的“我执”，苏东坡的“一屁打过江”。耳朵随“然”了，就是人到中年了，曰然夫，有然耳矣。

谦卑不是自卑 ☀ “学而优则仕”造就了自卑 mywritings/humble.html 在上地的眼里，在天地造化的眼里，仰望星空，俯视海洋，我们有很多的不知道，这时候，我们就有了谦卑。

感恩是神马?无私和拥有· 感恩是什么？谁的恩？不了解这些，就无从感恩。 mywritings/baiqiuen1.html ✦感恩与抱怨✦接收·感恩·欣赏人生是一种恩典和成熟： ✦感恩与拥有✦喜欢，但并不一定拥有。

2012.5.13

最美的女人。女人的美【短的，长的】 【mywritings/ai8.html 】 内在的美比较久远，像茅台 爱与美：当爱的那一刻，她/他就变得很美，因为爱会把美带出来。

存储原理（0和1带来的一项奇迹）mywritings/sram.html 电：半导体存储(RAM、ROM、Flash)技术，电磁：而磁存储(硬盘、软盘、磁带)，光电：光存储(CD、DVD、MO、PC、BD、全息)

2012.5.12

▷ 视频：爱不是性·柏拉图与弗洛伊德 摘自《北爱》 爱的本质不是性，而性的本质是爱。西方有云：做爱 = Make Love，讲出了性的本质是爱。尽管两性的爱可能没有长久，但至少在那个时刻的，是出于爱，否则，那个行为很空虚。mywritings/ai14.html

2012.5.11

▷ 俺更喜欢这一段 not jut the song, but Bocelli and Brightman are amazing together. 爱与美，癞蛤蟆与牛粪里面的爱换来了美 视频：话别的时间已到 Time To Say Goodbye - Andrea Bocelli & Sarah Brightman mycollections/Andrea\_Bocelli.html 与神别离的时刻

2012.5.10

▷ 当一个人爱的时候，那一刻，她/他就变得很美，因为爱会把美带出来。♣ mycollections/gandong.html 这就是“爱”的迷和魅力，这也是牛粪的魅力，很多恋爱，都是这样产生的，不管他长得是否像牛粪。这也是慈善的真正原因，因为爱会把美带出来。

▷ 精彩视频（王石·白岩松·王小丫·王志文·杨振宁） 生活·生命·人生·道，生活，一个是生，然后是活，先生而后活【mycollections/tiandao.html】

微电子行业的工作类型 （科研、工业界） 和应该有的相关知识与技能 mywritings/ic.html Education and Training on Semiconductor Device and Technology☮ Consulting on Semiconductor Business and Industry.

思考方法☮图解法☮ 5W1H思考法 mywritings/5w1h.html 对选定的项目都要从原因（WHY）、对象（WHAT）、地点（WHERE）、时间（WHEN）、人员（WHO）、方法（HOW）等六个方面提出问题进行思考。这种思考办法，可使思考的内容科学化, 具体化

思想方法·科学家与工程师的地基 mywritings/sciencemindset.html 发现与发明, 科学家、艺术家、工程师的思维取向, 职业大厦（工程师、科学家）的建筑, 学校教育和社会需求之间的距离

2012.5.10 街拍 宏生活食物拍 myphotos/2012austin/20120509/ 4·15，仙人掌丛林，仙人掌的花，蝴蝶、蜜蜂与花儿 4·16，野花集,花林 4·24, 德克萨斯州的小巴黎奥斯丁: 中国城，宏生活食物拍，环保超小骑车街拍，抓拍松鼠，野花，仙人掌，桥

2012.5.9

科学杂谈·科学与上地·科学方法 科学技术对人类的利益谈,不该发生的科学发明 mywritings/science.html

科学与道德 mywritings/sciencerighteousness.html 徒有高的科技，没有好的人心，高科技会成为毁灭的工具。古代的文明有亚特兰蒂斯，文明的程度很高，但是最后毁灭在人本身的武器手里。

我们人类所谓的科学（叫发现）和技术（叫发明），有点类似这个故事。mywritings/sciencerighteousness.html 我们也许只是抄了超世界的东西然后写下来做出来然后拿来用。

科学与主观·科学与宗教·科学与信仰：mywritings/materailvsspiritual.html 尽管科学在上个世纪是客观世界的学问，但在21世纪，有很多实验开始揭露科学实验的结果与主观有关。这些实验也许会让古董的科学家认为是迷信的产物，不过，还是把心打开为好。

2012.5.6

▷ 视频：美丽的斯坦福大学 myshoots/Stanford%20University.html 斯坦福大学图片带解说 （100张）(Stanford University - 100 photos) 有和清华类似的朴素校徽。校园粗犷、开阔，大片的树林和山地，红瓦黄墙。位于富庶的加利福尼亚州。与旧金山(San Francisco)和硅谷(Silicon Valley)为邻。

▷ 视频：Birds and Forest, 鸟语林，自制9分钟情景影片 myshoots/Birds&Forest.html 视频：My Light （雾、光与云），自制9分钟情景影片 myshoots/5th.html

2012.5.4

生活上可以阳春白雪，工作需要下里巴人。人是中庸，要阴阳平衡。http://www.km2000.us/mywritings/zhong2.html

2012.5.2

▷ 电视剧摘录《AA制生活》 ，学习死亡与珍惜生活的 mywritings/si1.html 经历亲人和自己的死亡，会让自己更珍惜你的生活，这种记忆刻骨铭心。然后，看到了诱惑，你又会忘记，然后又被提醒，然后又被忘记。这种忘记和提醒重复于我们每个人的人生，人生就是这两个复习的过程。

美图，新意：太极沙发，太极床，太极湖 mycollections/dupu.html

2012.4.29

#初恋#的年华，我们在初恋的年代伤害过的女孩 mywritings/ai13.html 读　你　已　迟 　·郑心一·

▷ mycollections/forestgumpjinsanshun2.html #二#儿就是笨的意思，笨小孩。一种郭靖与阿甘的单纯和无知，这种傻蛋实际上是一种美，糊涂是福，板桥云：“难得糊涂”。 上地喜欢单纯。视频：非常静距离“二姐”大PK 江珊 谢娜

2012.4.28

笑一场，四个#笑#: mycollections/jokes.html 1. 开心的八兔, 唐僧四人坐飞机去旅游 2.尼姑 尼姑夫，大姑姑 大姑父 3.二姐PK 李静 江珊·谢娜 4.民视主播胡婉玲笑话集 4.21世纪西游：唐僧给孙悟空的一封信 白骨精给孙悟空的回信 孙悟空写给白骨精的信

#高校禁穿短裙有其道理# mywritings/ai12.html 其实，这个道理和禁止黄色泛滥是一样的。男子是眼睛的奴隶，这是人性的特点，无需否认。而学校是要集中和学习的地方，任何极端分散注意力的行为都应该尽力规避。尤其是年轻男性，荷尔蒙已经太多， 当然，对于女性，可能她们会觉得美的权利受到损伤。但是，如果你的损失有助于别人的得益，是不是值得让一让呢？高校禁穿短裙有道理否？

▷ My Butiful Aulac #美丽#的越南：现代和古老的结合 myphotos/mybutifulaulac/ 中文 越南语 在线翻译

少吃为妙 全球易致命的十大垃圾#食品# mywritings/save7.html “地沟油 < 牛奶 < 肉食 < 海鲜 < 转基因食物 < 非有机高化肥 < 有机蔬食（米面豆腐蔬菜） < 少吃（吃是生理需要,吃不是上瘾） 吃的次序：避免前面的，从后往前吃。

2012.4.27

▷ 生活，生命的宽度，有关#视频#（王石, 白岩松，王小丫。。。）mycollections/tiandao.html 生活，一个是生，然后是活。 在生存没有问题后，活着就变为一种修行。 白岩松，龙永图，人生的加减乘除，中庸和平衡·成功的人生=正确的人生观和人生态度 白岩松，王小丫：慢生活与发呆的好处

励志影视:#人生#·成功·幸福 mycollections/lizhidianying.html

胡可 ·今夜有戏·#郭德纲# ·天津卫视 mycollections/huke.html 视频：胡可·找对象和炒股·

2012.4.26

#高科技#诈骗集锦用电脑偷钱用遥控器锁车时密码无线被偷-车丢 视频：王小丫，肉鸡与反肉鸡. mywritings/hacker.html 不是让你去诈骗，而是让你知己知彼，保护自己；不是让你恨，因为追与跑只是一个游戏而已，包括你的钱，21世纪的人生不必嫉恶如仇.

肉鸡、木马、后门，是网络侵犯的一些新名词，是一种新的高科技个人侵犯。像科学发明一样，如原子弹、如转基因食物，肉鸡的原始就是黑客，是一种计算机的征服和技术炫耀。mywritings/hacker.html 把它用于商用的钱的黑心目的，就形成一种侵犯和犯罪。

关于孤独，关于#光棍#儿，满足与充实，内心的爱与满。视频 mycollections/solitude.html 【单身不等于寂寞】 孤独不是寂寞，他们是两个东东，关键在于内心的世界，一个是空的，一个是满的。独孤是一种美好的状态。小丫甚至迷恋孤独的感觉。它让人从容。孤独是心灵的按摩和滋润。正是因为孤独和寂寞，才能有丰富的感受。她也喜欢热闹，但不能总是热闹，必须有自己的空间。

【为什么出了国才懂#爱国#】出国的目的不是在国外，而是更能感恩中国。mycollections/solitude.html 出了国，生活了，比较了，有了两个结果：国外好，或国内好。两个都是对的，因为两个都是真实的，因为是比较而得到的。喜欢哪一个都好·关键是要喜欢。

2012.4.25

视频们：对#未来#的担心感 myshoots/liupeinomoney.htm 要把自己沉得很低，不要用别人的抬高自己来利诱自己。 为了能当上科长或是处长，或是为了挂上一个讲师或是教授的头衔，每晚终于精疲力尽地在电视机前躺下时，我们对生活的感受只是：累。

✦ 当今#世界#的问题：要有意识地平衡阴和阳，复杂化和简单生活的平衡。不要沉到秤砣的一边去，要有意识地平回来。mywritings/simplelife.html 对未来的担心感：要把自己沉得很低，不要用别人的抬高自己来利诱自己，要知道自己为什么而活。

下图说明了#信仰#和科学的区别: 信仰是一条线，科学是多向线 mywritings/belief.html 信仰倾向于简单、直觉、单纯，科学是逻辑、分析、复杂化。

#科学#的主观层面 mywritings/materailvsspiritual.html 尽管科学在上个世纪是客观世界的学问，但在21世纪，有很多实验开始揭露科学实验的结果与主观有关。这些实验也许会让古董的科学家认为是迷信的产物，不过，还是把心打开为好。纵观科学的发展历史，正统的理论体系都是由不正统开始的。

.#信仰#与宗教 .基督，佛、阿拉的真含义 .道、佛、神，上地、老天爷 .信仰和社交 .信仰和科学的区别 ✦mywritings/belief.html 信仰不是布道 .修行就是一种爱好 .生命与修行的关系 .修行的正门与旁门 .真灵修与假灵修 .关于谭崔（Tantra）所谓灵修法

信仰和#社交# mywritings/belief.html Q: 信仰带给我们幸福。心理学家发现，通过信仰所产生的情感联系,才是幸福的来源。同意吗？ A: 同一信仰的成员之间的交流，有幸福感，有知音感。但这只是幸福感，不是幸福。信仰的幸福，是人与上地交合的喜悦。其实，这种信仰的幸福讲来无味，因为人神和悦是完全自我的体会。

图：#阴阳平衡#相敬如宾床 mywritings/manwoman4.html 青中年男女伴侣请考虑：太极阴阳平衡相敬如宾床。太极婚姻，Taichi twin bed, suitable for 21st century marriage - intimate yet not to close.

当代#职场#内功：苏东坡所欠的内功和王安石的教诲 mywritings/ego3.html 一屁打过江 苏东坡和王安石，三峡水泡茶，水和生活的细致

2012.4.24

图：太极婚姻，阴阳平衡相敬如宾床 mywritings/manwoman4.html 婚姻是一杆平衡的太极秤，可以一边是牛粪，一边是鲜花，一边是阴，一边是阳，但要平衡。阴和阳不是指性别，而是指品质。阴和阳之间相亲相依，但也要有距离感。Taichi twin bed, suitable for 21st century marriage - intimate yet not to close.

4·24街拍, 德克萨斯州的小巴黎奥斯丁: myphotos/2012austin/20120424/ #中国城#，宏生活食物拍，环保超小骑车街拍，抓拍松鼠，野花，仙人掌，桥

臭氧: 洗菜，洗脸，洗空气 【mycollections/o2.html 】臭氧，就是闪电打雷大雨以后的空气。雷电打过的空气，有一种新鲜的味道，就是臭氧，就是电解、电打过的的#空气#。

臭氧的好处：臭氧是目前已知的快速而绿色的杀菌气体，可协助水来杀灭附在水果、蔬菜等食物上的各类有害细菌。臭氧会很快分解为氧气，所以用臭氧来洗脸（把臭氧机通在脸盆里），会让你在脸盆里焖很久。 【mycollections/o2.html 】臭氧干净机:洗菜，洗脸，洗空气

“我要面包”，伊说. 更多： mywritings/manwoman.html #婚姻#和爱情不一定要关联，他们像苹果和桔子，只是不同的水果，当然，他们都是甜的:)

2012.4.23

何为#心灵环保#？mywritings/xin.html 所以“心灵环保”就是健康的心态。1. 人可以有限的延长生命，但不如去拓宽生命的宽度，要把心打开，然后就开心。不要成见太多。2. 要有信仰，但不是迷信。要有工作，但不光是为了发财。这两点，目的都是要把心填满，而不觉空虚。

台词：有人抄袭了怎么办？ 高兴还来不及。当今的21世纪似乎又回归道18世纪，抄袭是一种推广和广告，这个推广的不是钱，而是一种价值观，一种健康的理念，一种我们原有的“心”。这种“心”不为卖钱，因为它本身就属于老天。文章大部分都是我写的，有一些是引用的。不想计较是谁写的，而是计较它对人生的贡献。好人心，好身心，好心情，好心灵。 当然，有异议的，请写信给偶（下面有信箱）

2012.4.21

悠乐语、 越南语 #搞笑#与唯美视频 mycollections/overwork.html 恶搞音译越南版 - 变疯，烧手，对你我还真没地看臭 - 射雕英雄传越南语版 ,罗文甄妮射雕英雄传一生有意义(香港版） 　　视频：女朋友的手是鼠标。硅谷的工作癫 他终于疯了……

视频：动态延时摄影 ：#北京#夜景 - myshoots/labeijing.html 时间还在这儿，流逝的是我们自己

幸福加油站 #皮鞋很忙# 杜甫穿皮鞋（搞笑图）mycollections/dupu.html 姚明和林书豪的马桶 比基尼点心（创意小饼干，情人节特卖）

2012.4.20

视频：#杨丽萍#如何教育小彩旗：感受生灵，感受生命，学习慈悲 mywritings/ego3.html

关于【担心】的视频们：爱海 | 自己有爱才能爱 | 感受生命，学习慈悲 | 刘蓓：担心未来 myshoots/liupeinomoney.htm 未来是可以担心得，也可以准备的，准备后就不用担心了。但是， 上地是已经有了安排的，不要太纠结。 “你看天上的飞鸟，也不种，也不收，天父尚且看顾它们，你们做人的，为什么要忧虑明天呢？”

2012.4.19

俺的#旅行#工具 （多美#图#） - mywritings/my11.html 1,心，要多远就多远、要多快有多快 2.☮飞机，象鸟，有鸟的型3.☮船，泰坦尼克，像鱼，还能感知海洋 4.☮大奔 ，象征世界的名利和精致 5.☮公共汽车 ，童年、报纸、iphone 6☮自行，步行，爬山。与天空、与大地

视频搞笑：21世纪的唐僧，U盘里存佛经 mycollections/wukong.html 唐僧给孙悟空的一封信 白骨精给孙悟空的回信 孙悟空写给白骨精的信 俺的四大名著排名点击,以下是解释 mywritings/4works.html 】 排名次序是，西游记，红楼梦，三国演义，水浒传。

#如果你是孔融怎么做#：孔融让梨不是违心的。也谈人之初性本善，人的真正本性和后天教育的负面影响，人生的挫折之后的成熟与人的本性的回归。读更多：mywritings/baiqiuen3.html

2012.4.18

视频 mycollections/solitude.html 【为什么出了国才懂爱国】人生是旅行，旅行的目的不是外面，而是里面，出国的目的不是在国外，而是更能感恩中国。出了国，生活了，比较了，有了两个结果：国外好，或国内好。两个都是对的，因为两个都是真实的，因为是比较而得到的。喜欢哪一个都好·关键是要喜欢。【单身不等于寂寞】 孤独不是寂寞，他们是两个东东，关键在于内心的世界，一个是空的，一个是满的。

#牛奶#与骨质疏松年轻化 你的骨头松了吗 mywritings/milk2.html 奶制品与乳腺癌的正比关系当今的奶制品与“阴盛阳衰” 牛奶太”苦“ 牛奶有钙，但给不了你外国牛奶与中国牛奶，洋货不一定”干净“ 家制豆奶最安全婴儿喝什么奶好? 抗生素和荷尔蒙牛奶的生产过程，为什么小孩儿不愿意喝

2012.4.17

#修行#的冬季 mywritings/spiritualwinter.html 我们在「修行冬天」的时候，很简单混淆、退心或是被人骗，感觉到很闷，修行不进步，又不想修行，或是会有很多不合意、不顺利的情形，不过，我们应该知道过了一会儿就没事了。有的时候我们修行会碰到困难，跟冬天的时候天气很冷又下雨一样，我们感觉到不舒服，戒律好像产生动摇，信心也好像减少，修行似乎退步或是停在原地，我们感觉到很难过，那个时候就是「修行的冬天」。

美国太湖：（照片十几）太浩湖 Lake Tahoe （2005年国际会议）myphotos/2005LakeTahoe/ 太浩湖是位於美国加利福尼亚州与内华达州之间的高山湖泊，四周由山峰环抱，湖水澄净湛蓝，湖水却不会结冰。 俺于2005年冬天去太皓胡参加学术会，与IBM的同事们会后一游美国太湖，IBM的相机好，是专业的，这帮玩儿客：）硅谷到Tahoe行车三个半小时。

開曼群島(The Cayman Islands) 位於美國佛羅里達州邁阿密南方400公里，风景极佳，但也很贵。 (60 图片) 这是俺2004年独自一游，那是俺还年轻，时间还在这儿，流逝的是我们自己。myphotos/cayman/ 一个人发疯，两个人发狂。

4·17 德州，花儿 ,花林 十张照片 myphotos/2012austin/20120416/

2012.4.16

流芳是一个虚名，他代表你可以圈点的过去，但是你的过去永远不能代表你的现在和未来，你还是要重新把握你当下的幸福。离开世界，你只能带走你自己的心。（读更多-》mywritings/4works.html ）所谓修身齐家治国平天下，“身”不是身体，“身”指的是心。

Ph.D 博士论文的做法 - 虚功、内功 1.第一印象：在最初的几个月内，设法给你的老板留下个工作刻苦的印象 mywritings/dr.html 那可受益终期。3.~{别总试图玩新花样。要想取悦老板，就顺他的杆儿爬，搔他的痒处——他 准有一套自己钟爱的独门兵器：研究方法或理论。 20.~{为节省时间及纸张计，先画曲线后描点。

4.16 摄影（图20张）家外的野花集锦 myphotos/2012austin/20120416/

2012.4.15

4·15照片：仙人掌丛林，仙人掌的花，蝴蝶、蜜蜂与花儿 myphotos/2012austin/20120415/ 仙人掌是这样长叶子的 仙人掌是这样开花的 仙人掌是这样发芽的 仙人丛林, 朦胧的野花 使用iPhone3GS拍的

2012.4.14

照片几十张，四月十四纪念日于奥斯丁河边 myphotos/2012austin/20120414/

也读《北京爱情故事》视频：《北爱》 8090后的爱情观：电视剧里的面包与爱情，实际是指面包与婚姻，因为爱情和婚姻不是一回事。爱是激情，而婚姻是平衡。读更多,一个人发疯，两个人发狂。：mywritings/ai9.html - 变疯，烧手，对你我还真没地看臭, 时间还在这儿，流逝的是我们自己。

神性的爱 - 完美的爱 尝到了真正的爱才会舍弃便宜的爱。【mywritings/ai3.html 】

2012.4.13

主持人和演员的职业有它的刺激性，因为它们的工作性质可以让他们进入各种人生，尝试几种人生，实践几次人生。演员的职业的魅力不光在于出名，而在于生命的拓宽。都说人生是戏，其实演戏和演电影就是在短的时间内体会角色的人生，琢磨和体会好了，才能演的出色，演完了，也快速的过了那一生。mycollections/tiandao.html

尝到了真正的爱才会舍弃便宜的爱。mywritings/le4.html 音频：男女结合的性关系所带来的愉悦，只是这种快乐的翻版，不过是一种复制品罢了。如果我们想要尽情享受人生，就该享受天国真正的快乐，它比我们世俗的生活要好上千百倍。

教师如何上第一堂课 mywritings/education9.html 第一节课最好是不要讲课。 开场白，要介绍自己的姓名和求学经历，这是最吸引学生的，有助于学生了解老师的过去，促进师生友谊的建立。备好课 备好学生 教师的形象

生命的宽度，生活的宽度 mycollections/tiandao.html 拓宽生命的宽度，提高生活的质量，王石，杨澜，杨先生，他们的心理年龄甚为年轻，他们都拓宽了他们的生命。生命的长度可能有限，健康的生活也许可以延长我们的生命，但主要的是， 健康的生理和心理让我们的幸福指数有所提高。生活的宽度就是生活的意义问题，正确的人生态度，可以拓宽人的生命。

2012.4.12

2012 年美国德州随拍：myphotos/2012austin/ 二月：俺的家：Casa de Luz， 三月：德州的家：雷锋的家，为友谊共存于时间， 四月：2012.4.9 多数是用俺的 iPhone 的街拍， 四月十日 家外 Austin，Texas

星相学和性格取向及生活选择学 星相学着重人的个性，而不着重于算命和命运，很多8090后喜欢，可以活的更有方向，而不是信命 mywritings/renandtime12.html 通常所说的处女座，狮子座,都是指你出生那一刻太阳的位置，往往忽略月亮，金星，火星…，这些行星决定你的内在特性，财运，也必须考虑.

2012.4.11

科学教育，科学与生活 - 视频，楊振寧: 生活感悟,學習生活,美与物理学,我與恩師 ,研究經歷,生活与科研 mywritings/education8.html

视频：李娜的成功是做她自己，而不是她的光环 mywritings/lina.html

#恋爱即成性伴侣# 性必须以爱为前提。但是对于8090后，一定要知道，人工流产和堕胎虽然不犯法，但是应该极力避免。它不仅对女生带来一种痛苦，而且是一种杀生，会对你以后人生的幸福指数带一个很大的负数。它的感受像是你做了一件背叛朋友的事的感觉。如果没有要孩子和结婚的打算，就要极力避免怀孕。更多：mywritings/manwoman2.html

性以婚姻为前提，这是上一个世纪的传统，我不想否认它的道理。但是对于现实的8090后，性必须以爱为前提，而不是只是生理上的逢场做戏。因为没有爱的性是很空洞的。性虽然不一定带来婚姻，但是一定要有爱，至少在那个时刻。 mywritings/manwoman2.html

中国的教育：教育不是学而优则仕 mywritings/education7.html 我们的教育需要反思 所谓功成名就的人生价值观不是教育的终极目的。功名 ，这是中国传统的士大夫思想。这样理解，对人生有误导的含义，这个成功指的也许是事业，是事物，但成功的人生不是成功的事业。把成功的人生等同于成功的事业，不仅误导了80后以前的中国人和中国教育，也误导了美国的任何教育体系。

照片：2011 4 10 Austin， Texas，家门 办公室 窗外 门外 邻居女子学校 myphotos/2012austin/20120410/index.html

2012.4.10

两个人的事情，只有两个人和上地清楚，世界的人的看法，本来就是一种多余，在当事的两个爱侣眼里，也只有尽可能忽略而已，因为，世界就是如此而已。只要两个人喜欢。是两个人的感受， 与金钱，地位等社会标准没有必要的关系。mywritings/ai9.html

学习园地，各大院校微电子行业介绍：franklinduan/research.html 微纳米 上海交大 清华大学微电子学 - 微纳器件与系统集成研究室 长白慧谷 中国科学院 吉林大学微电子学与固体电子 北京航空航天大学微电子与固体电子学 华东师范大学微电子电路与系统研究所

人生宇宙，人与周遭的关系，一个人就是一个世界 mywritings/humanwisdom.html 一沙一世界，一花一天堂。 一叶一如来，一念一极乐。

二男和酸酸诞生了。

2012.4.9

相片儿，街拍，2012.沧桑。俺的家：Casa de Luz, 德州的家：雷锋的家，为友谊共存于时间 俺在德州的二零一二四月，多数是用俺的IPHONE的街拍 myphotos/2012austin/

世间都讲有一见钟情，其实，两个人怎莫能一见面就像老朋友，这都是前世积累的情谊。 还有，眼是心灵之窗，所谓一见钟情，没有眼睛不行，眼睛传递了累世的业情。视频: Reincarnated Love 再世情缘 mycollections/zaishiqingyuan.html

2010.4.8

【记者和媒体人物：真相和外部障碍之间的博弈】感谢这些正义的媒体人物这些勇敢地职业行为，采访的记者承担第一线的风险，鲁豫及团队则承担把这个报道放大化的争议。做这些媒体事情，承蒙上天的加持和回报，也承担否定力量的压力和威胁，做这些媒体事情，需要足够的正义感和勇气.这些都是值得的媒体行为。【视频】熊胆里的苦 myshoots/bearbladder.htm

2012.4.7

中国姓“中”，这个“中”不是地理位置的“中”，而是中庸，中道。像在高速上跑车，有三条线，选中间那一条。像是“吃亏是福”，因为“亏”与“盈”是阴阳的两面，人生在走中线，有了亏，就保障了盈。中国人不讲要最好的，因为最好的要用最不好的来平衡。mywritings/zhong.html

视频：杨丽萍教学，慈悲心和同一体的学习 mywritings/ego3.html 当我们能够体会生命的感受的时候，我们才可以去真正和有效的去帮助和施以援手。

苏韧峰二十四式太极拳，示范太极拳视频：mycollections/taichi.html

鲁豫采访：熊胆的来源与过程。很多人不知道熊胆是怎么来的，知道了，他们都不会用了。熊胆太苦，这个苦，不是滋味，而是给你带来的噩梦，很苦的梦。【视频】熊胆里的苦myshoots/bearbladder.htm

感谢这些正义的媒体人物这些勇敢地职业行为，采访的记者承担第一线的风险，鲁豫及团队则承担把这个报道放大化的争议。 鲁豫采访：熊胆的来源与过程。做这些媒体事情，承蒙上天的加持和回报，也承担否定力量的压力和威胁，做这些媒体事情，需要足够的正义感和勇气.这些都是值得的媒体行为。【视频】熊胆里的苦myshoots/bearbladder.htm

2012.4.6

视频：工作态度 - 主动地做与被动的做 如何看待和对待苛刻的老板 【mywritings/bossandyou.html 】不要认为老板总是在剥削自己。工作是为了自己，不是为了老板。不要误解这句话的含义，这里的自己，不是职位，提升，金钱，而是自己的内力，内功。这个内力，可以用在任何的工作上。工作只是一种学习，学习了解自己。

2012.4.5

视频：济公吃肉喝酒的秘密╭★╯ “酒肉穿肠过，佛主心中留,世人若学我，如同进魔道 。”mycollections/jigongyechisu.html 济公其实是不吃肉喝酒的，这只是一种济公装疯的传说 | 游本昌在演了济公这个角色后人生的转变。在冥冥中，神灵，济公加持了他的人生。

立体声曲：大地母亲 mywritings/wedo.html

中秋念月亮 mywritings/moon.html

小心21世纪偷车新法 - 如何用你的遥控器锁车 mywritings/savewater.html 偷者已经发明了一种高科技，利用你的锁车密码打开你的车门，当然，是您离开车以后。

绿色点滴,马桶省水简单方法 mywritings/savewater.html 厕所省水不光是为了省钱，在我们的温饱问题解决了以后，我们会想到能为别人，为社会做点儿什么。省水，对大家，对自己都有好处，又不费事儿，还是个乐呢。

Video: perspective: heal the relationship of a wife and husband, both have the right reason from their own perspectives, coordinating the angle. mywritings/perspectives.html

Video: When we change our attitude we change the thing. Situation is the same, but we changed. mywritings/attitude.html

Video: Addiction is from the no connection to inner Bliss mywritings/addiction.html When we connect with our inner Self bliss the addiction is not a problem

粒子效果屏保，烟花效果屏保 -> 下载mycollections/screensaver.html 炫丽，璀璨，缤纷，深邃的星空和烂漫的烟火，从未见过的视觉盛典，32k的大小创造的效果足以超越你的想象！粒子运行规律复杂多变，几何图样优美丰富，电脑自动即时生成各种效果，而且程序已经过充分优化，运行流畅，系统要求极低。

2012.4.4

阴和阳·就是辩证法，矛盾论 http://www.km2000.us/mywritings/zhong2.html 其实阴和阳，不是什么新东西和古老的东西，它就是6070后所熟悉的辩证理论。矛盾双方的互存，互生，互转，和阴阳的理论是相通的。因为辩证法的阶级斗争的历史背景，辩证法理论少了的，是中庸的思想。强调成功，和美国思想靠齐，重视一个“最”字，是现在的辩证法理论偏离了中庸的阴阳理论。

#新型地沟油# 我们能控制的不多，只有管好我们自己。当今食品的避重就轻：地沟油 < 牛奶 < 肉食 < 海鲜 < 转基因食物 < 非有机高化肥 < 有机蔬食（米面豆腐蔬菜）吃的次序：避免前面的，从后往前吃。（为什么：mywritings/save4.html 地沟油和猪肉牛奶，50步笑100步 我们也许没有精力去讨论整个的内。

什么是博士，大学的教育mywritings/dr.html 拿到一个博士学位，成为一个行业的专家，但是不要失去博，只有专。视频。郎咸平，蔡元培，西南联大，大学教育的第一是学生，不是科研，不是论文，不是金钱。

慈善是一种生命的学习·慈善带给我们内在的微细变化 mywritings/charity.html 慈善的本质不是金钱·慈善是心 .给了是给自己布施快乐 .拿了苦自己苦·皮草和熊胆里的苦 .有钱的人与慈善：名人·心理压力·心理医生 .付出与服务他人是人的本性·付出和快乐的关系 .绿色慈善

✦关于给，两种分享 mywritings/charity.html 给是一门功课，给不是强加 .视频：夫妻关系和从他人的角度 .微博与分享、互粉为了啥 .关于知恩图报 .好人会有好报吗？雷锋为什么29岁就走了？ .帮助的回报在你的心灵 .也谈“人不为己天诛地灭”

✦mywritings/charity.html ✦慈善流氓陈光标与慈善孙子李连杰·马云的企业慈善 ✦白求恩、雷锋的人性意义 ✦人之初性本善的真含义 ✦安吉丽娜：慈善和感恩的心.

✦安吉丽娜：慈善和感恩的心. mywritings/charity.html 过去我花了太多时间在我自己狭小的世界里进行自我同情，而没有醒来看看自己拥有多少有利条件。人们拥有了很多之后，总是想要更多的东西，甚至没有意识到应该对本身拥有的这些东西感恩。我不觉得收养孩子是什么人道主义，因为这并非是一种牺牲，而是一种馈赠。

2012.4.3

视频：郎咸平-转基因水稻的背后 mywritings/gmo3.html 转基因的巨大商机和商业骗局，人民可以民主反对转基因

同性的爱 - 同性的，也是一种恋人的爱 mywritings/ai10.html 视频：Ellen （美国的鲁豫，李静） 和 Anne （6天7夜）。同性恋的开始不是因为姓，而是源于爱。爱是真的，性只是一个表象。如果拿掉了“性”，本质就留了下来，愛。

爱是大爱，爱不是执着。视频： 杨丽萍谈爱，爱是大爱，爱不是执着。mywritings/ai11.html 爱不是执着，有了执着的爱就变了味儿，就有了所谓的苦。爱是永恒的，但是爱的感受和感觉是随然的。

视频：【名人对死亡的说法】 杨丽萍：了悟生命，人生与皮囊.李连杰:学习死亡，懂得珍惜和感恩每一天 mywritings/si1.html 赵忠祥：面对死亡,知足常乐. 苹果乔布斯在斯坦福大学的演讲.三毛的天国选择。

2012.4.2

我是小二儿。小二儿有什么不好？阿甘与郭靖 mycollections/forestgumpjinsanshun2.html 二儿就是笨的意思，笨小孩。一种郭靖与阿甘的单纯和无知，这种傻蛋实际上是一种美，糊涂是福，板桥云：“难得糊涂”。上地喜欢单纯。视频：非常静距离“二姐”大PK 江珊 谢娜

#清明#时节话往生。台湾人对离开人世叫往生，一个很有诗意的名字。在生老病死当中，「生」有人教，「老」也有人照顾，预先准备养老金或老年保险等，「病」也有医生医治，有医护人员会教我们怎样做才能避免疾病或减少疾病。可是「死」却没有人教，这是不行的。IhavecomtotakeyouHome/home2.html

简单生活不是贫困生活，而是一种时髦。mywritings/simplelife.html 脑力的工作者，要平衡以简单、重复的体力劳动，如主动选择离入口远一点的车位，洗碗和打扫房间，等等，不要以为这些是下人的工作，适当的这些工作是对你好。更愿意使用公共交通，经常骑车和步行， 简单生活就是轻生活，轻巧、轻松地生活。

简单生活ABC：简单生活就是轻生活，轻巧、轻松地生活。倾向于降低个人消费 用一种更少商业色彩的方式来过节日 从深加工的粮食、肉、糖转向更天然、健康、简单的食物 更愿意使用公共交通，经常骑车和步行mywritings/simplelife.html

英文精彩演讲，英文清晰，内容精彩。（中字）Ellen关于成功：我年轻时候的对于成功的看法和现在不同。我想，长大了，要出名，要做明星，要做电影,开名车，我要有自己的粉丝.但，现在我对成功的看法已经改变了。等你长大，就会明白成功的定义是会变的。mycollections/yudan\_education.html 今天，对我来说，最重要的是忠实于自己，做完整的自己，

2012.4.1

柠檬是个宝 （美图）mywritings/lemon.html 柠檬具有高度碱性改善骨质疏松 美颜美容效果

教师，人类灵魂的技术员儿☾mywritings/education1.html ☽视频集：教育，学习，内功 ☾mycollections/yudan\_education.html

当鲜花遇见牛粪。。。【mywritings/ai9.html 】 鲜花和牛粪，有他的相对性，只要两个人喜欢。在某些人看来，牛粪比鲜花更好。很多女人不是很喜欢机巧，因为很多机巧都会离开智慧和常识

2012.3.31

汽车手动挡、自动挡、优缺点列表 mywritings/daben.html ￥ 贵 便宜 （减1-2万） 省油 高速省油 市区省油 省心 市区开麻烦

@以前的电视剧不多，出一个看一个。现在不同了，太多了，所以要有一个选择。是否时髦，好评是一个标准，个人的角度，喜好，价值观又是一个标准。人的角度有那几个人本：人与人,人与自然,人与时间,人与外星,人与神,人与幸福：index2.html

@做好一个本色演员。怎样做好一个穷鬼？没钱就不用花，夜谈美国的消费观。简单生活不是穷困生活。mywritings/simplelife.html

没穿裤子的苹果（图） mycollections/applepigu.html 长得像屁股的苹果 (图）刚毕业的女老师，在黑板上画了一个苹果，问学生：“小朋友们，谁知道黑板上画的是什么？”小朋友们都抢着回答：“是一个屁股！”老师气的满脸是泪，去找校长评理，校长训斥学生：“你们真是不懂事，老师这么好，你们还把她气哭。”看了看黑板，又说：“是谁？还在黑板上画了个屁股？！！！”

光腚的苹果.mycollections/dupu.html 创意诗图，博君一笑：杜甫太忙，该让诗圣"歇歇"了 姚明和林书豪的马桶 比基尼点心（创意小饼干，情人节特卖） 君子之交淡如水的一道菜

【视频】熊胆里的苦 myshoots/bearbladder.htm 很多人不知道熊胆是怎么来的，知道了，他们都不会用了。熊胆太苦，这个苦，不是滋味，而是给你带来的噩梦，很苦的梦。

2012.3.30

硅谷爬山 （爬了一冬天，照片几十）俺天，俺山，俺云。【myphotos/2007MissionPeak/ 】美国加洲的硅谷是世界著名的高科技摇篮. 硅谷的一年四季中，只有冬天冬季才是绿色的！ 弥漫在山谷之间的晨雾，会把硅谷渲染出几分灵气仙风的模样。 爬了一冬天，拍了不少：云，雾，广，旷。 一爬（雾天），二爬（晴天），三爬（云天），四爬（鸟瞰硅谷），五爬（上帝爱我）。视频：（My Light 雾、光与云）

为什么有人喜欢爬山？爬山者的心情和瘾. 爬山与生命感悟。myphotos/2007MissionPeak/ 爬山者的视频：为什么得到成功的人王石和怒波喜欢爬珠峰来挑战生命？

俺的旅行工具 （多美图）- mywritings/my11.html 心，要多远就多远、要多快有多快☮飞机，象鸟，有鸟的型☮船，像鱼，还能感知海洋☮大奔，象征世界的名利和精致☮公共汽车，童年、报纸、iphone☮步行，爬行 。与天空、与大地

人生，生命，世界-人生是一场修行：世界是一所大学：成功的人生是明白的人生：接收感恩和欣赏人生是一种恩典和成熟：mywritings/rensheng.html

人怎样吃掉了地球！地球很生气，后果很严重 【 mywritings/muqin.html 】人类对自然灾害的防不胜防：最近世界的自然灾害很频繁。检讨人类近几年对大自然的行为，我们是不是做错了什么？ 人类近几十年的行为，首重某些西方国家，对自然界，对生灵，对地球，有非常不公平的对待。

地球母亲的四个孩子，大儿子人类太欺负人！ 母亲很生气，后果很严重 【mywritings/muqin.html 】 如果你是这个大家庭的母亲，你真的会看得十分清楚：大儿子-人类作的太过分！也许你也看到，近一两年，自然灾害猛增，这都是大体母亲的脸色！！

2012.3.29

三把椅子。三个地方。三种意境（俺拍了两张）myphotos/2011austin/3chairs.html 摄影欣赏：照片于意境：闹中静 度假 累了之后

【心】 ☾喜欢与拥有☽ ☾工作和钱☽ ☾我有一个梦☽ 当我们喜欢的时候，我们的心是开的。当我们认为我们拥有什么的时候，我们把我们的心闭了起来。 喜欢是爱，拥有是私；喜欢是开，拥有是闭。mywritings/futuremind.html

人民不是小白鼠 转基因食物对生育能力的影响.转基因食品不是毒药，不会一下就死或得病，甚至在你的一生里也可能没什么事儿。但是他会对你的儿子，孙子产生生育方面的影响。这个实验的周期很长，至少20年。问题是，谁愿意做小白鼠？还有，你想不想被骗做小白鼠？还有，你想不想被骗为小白鼠？mywritings/gmo4.html

人不应该残害动物，把它们当成没有感觉和感情的机器。 把动物和生灵看成低级而凌驾于其上，这是和落后的文明。mywritings/futuremind.html

人也不应该浪费而以消费为荣，简朴是美德，简朴不是因为穷，我们就这样儿。对于空气，对于水，对于海洋和资源，我们充满感恩，而不是玷污。 mywritings/futuremind.html

人不应杀戮和伤害他的同类，人也不应再残害动物，吃他们和虐待他们。应该素食，没有否定的、负面的气氛，人有了道德，就没有了战争，社会会和谐，世界会和平。 mywritings/futuremind.html

一道简单而美丽的一道菜（Potluck ），经济、便宜又拿得出手 mywritings/2.html 比基尼点心（创意小饼干，情人节特卖）君子之交淡如水的一道菜 巧克力做的杯子，不能装热水，要戴手套，不能亲太久

创意诗图，博君一笑：杜甫太忙，该让诗圣"歇歇"了 姚明和林书豪的马桶 比基尼点心（创意小饼干，情人节特卖） 君子之交淡如水的一道菜 巧克力做的杯子，不能装热水，要戴手套，不能亲太久 mycollections/dupu.html

2012.3.28

中国要什么？中国的价值观【中国心】更注重人性，注重人的权利和尊重本心，强调做我自己。【成功】 成功不是功成名就，也就是功名, 成功的人生不是成功的事业 。【工作和钱】工作是一种自觉的服务，而不会因为工种的不同来划分人的级别，人也不是为了“钱”而工作，工作就像你的吃饭和睡觉 mywritings/zhong7.html 【中国的文明】应该是一个“爱”字。人也不应该浪费而以消费为荣，简朴是我们中国人的美德，简朴不是因为穷，我们就这样儿。对于空气，对于水，对于海洋和资源，我们充满感恩，而不是玷污。

2012.3.27

糖和盐 mywritings/sugarandsalt.html 人需要的是盐，而不是有咸味儿的氯化钠。盐，对我们很重要，我们每天都要吃，盐，贵点儿并没什么，因为每次用量并不多,海盐的迷思:都说海盐更健康，这种说法有误导的一面。

道是什么？從一點到另一點，產生了聯繫，那就是道。联系的方式不同，就有了不同的路。然曰：道路。mywritings/belief5.html

Home Fashion 时尚家居 mycollections/HomeFashion.html 视频：等俺有了￥ - 室内装修美呆. 甭管外面如何 俺的家可以。。。俺明天的家 。或者，喜欢, 但并不一定拥有（几十样室内设计举例）

臭氧干净机:洗菜，洗脸，洗空气 【mycollections/o2.html 】

素食怎么吃？素食是怎么开始的？如何素食才健康？素食怎样开始：所谓难，其实就是第一步而已。来一星期的素尝尝鲜并不难，把素食当做主义，吃一辈子，难！这是头脑的诡计。所以，跟自己说“我只是做一件，我不是一辈子都做”。克林顿，就是这样开始的。mywritings/howtoeat.html

可口的素食 - - 中看又中吃 -操作办法 (多图）都是你爱吃的mywritings/howtoeat6.html 图 4道色香味俱足的豆腐菜 - 文思豆腐,三美豆腐,豆腐箱子,乳汁烧豆腐、烧茄子、小白菜托炸北菇、素肉炸酱的做法、(图: 素肉 素蛋 素炒蛋)

图：简单好看便宜：一道简单 又拿得出手的（Potluck ） mywritings/2.html

多图素食几百道：香喷喷的土豆饼，绿豆海带冬瓜汤，茄汁茭白，沙南瓜饼，粉蒸素肉，素三丝，蘑菇素面肠 mywritings/vegegg2.html

为什么素食？素食对健康的益处 卍 越来越多白领、明星、企业家加入素食队伍 原因是，现在的肉问题太多了 卍 食物,心理,忧郁症 - 肉食 vs 素食 mywritings/whyveg.html

绿色生活, 生活代表“生”和“活”两个意思。在生存没有问题后，活着就变为一种修行, 简单生活, 修行与生活, 态度与生活：生活中拥有什么并不重要，能不能知足才重要，视频：生活，在生存没有问题后，活着就变为一种修行 mycollections/tiandao.html

2012.3.26

一朵简单的春花：myphotos/2011austin/chair.html 一张简单的禅椅 【意境不一定是在#名胜古迹#】在你生活的周围，就有很有意境的图面。酸葡萄这样写:) 喜欢, 但并不一定拥有。像绿色的空气, 像旷旷的田野, 像干净的马路。你不拥有它们, 但喜欢是你的, 他们是你的感恩。

#转基因#对8090后的王老五的影响？mywritings/gmo7.html 0010后是我们的子孙，转基因会影响王老五的生育，会影响到0010后和他们的孩子。

王老五的担心：转基因食物对生育能力的影响 mywritings/gmo4.html 转基因与生育能力，人民不是小白鼠 转基因食物离你有多远，什么是转基因食物？转基因食物是什么？有啥危害？（转基因食物的5w1h ）mywritings/gmo1.html

俺的简朴生活：锅盖的把手被砸坏了，舍不得花钱，就用瓶盖打了一个洞，做了一个。没钱就不用花. mywritings/whatissuccess8.html 学历和富有（钱）- 像橘子和苹果，没有什么可比性和联系，它们只是不同的水果，但都是甜的。他们是成功的两个方向，哪个都成，就是不能踏在中间，走远了，两只腿不够长，踩不到两只船上，会掉下来

#舒淇#要学#郭德纲#！也评年轻的黄色叛逆荒唐 每个人都有年轻的时候！每个人年轻时都叛逆过，荒唐过。我们要学习安然的接受它的后果，但这些不是我们的未来！一切都将是过眼云烟， 人生是一个学习的经历，不要被所谓成功与失败的人类概念所左右。【也评9000后年轻叛逆期的荒唐】

#舒淇#要学郭德纲！mywritings/60708090.html 每个人年轻时都叛逆过，荒唐过。 【也评南墙】南墙是一种人生的经历，不能完全否定“撞南墙”。 我们ye要很安然的接受它的后果，但这些不是我们的未来！ 人生是一场学习。以前做错的一件丑事，它实际上就是一件经历而已。它的结果就是教育你的人生：那么做不对，以后不要做了。听起来像是为自己找借口，不过对于当事人自己，必须把它当成一种学习，而不是羞辱和罪恶感，生活是你自己的，不是别人的。

美国总统奥巴马要求在巴西访问逗留期间提供全素食食品 此则新闻，在巴西报纸和媒体用葡萄牙文有给予报道，但在美国国内却被拦截了。原因是什么呢？为什么总统的素食观念不便公开？mywritings/obamabrazilvegan4.html

柯林顿吃中式素食,成功甩肉10kg mywritings/obamabrazilvegan2.html 美国前总统柯林顿告别肉类和奶制品，向中国人的饮食习惯取经，每餐几乎只吃蔬果和豆类，短短2个月内甩肉10公斤，CNN主持人逼问他减肥的秘诀小柯透露，他其实是，

克林顿嫁女 婚宴全都是素食 mywritings/obamabrazilvegan3.html 如今的美国已有超过1400万素食者。更有37%以上的年轻人认​可素食的理念，美国人每年因为心脏疾病、癌症、高血压、糖尿病、肥胖症，以及​许多其它的疾病，花费已超过1200亿美元。一种健康而且合乎人​道的素食饮食方式，却可以挽救这些美国的生命，并节省美国人的金​钱

为什么总统的素食观念不能公开？mywritings/obamabrazilvegan5.html 肉类后面的商机很大，它们对政府的经费也很斐然，包含个人的和竞选的，总统个人的观点，素食理念不能公开，这里的契机你是可以猜得到的。

2012.3.25

8090后的养老问题 mywritings/60708090.html #我们的养老问题# 8090价值观：未来的养老不是靠儿女。如果我们对自己的心忠诚的话，必须承认同代人比较容易做朋友。承认这一条，养老院，老人合作社，是未来老人的家，生活和工作（当然只是为了乐趣，不是为了生计）的地方。

中国未来的学校公交车和机场接送车。省油和减肥：少开车不就得了。开车是为了方便，如果开车感觉不轻松，老堵，又费油钱，为何不骑车和公车呢？汽车和 骑车吧，回到童少年。 多和大自然在一起，又省钱。精美动图 mywritings/byke2012.html

人民不是小白鼠。现在，有很多稀奇古怪的转基因技术，例如四条腿的鸡，美国用基因技术生产的三倍大的三文鱼，转基因的玉米和黄豆。这些新型食物，背后都有很大的商机，它们，对人体和生命会有什么长远的影响呢？ mywritings/gmo7.html

Animal Kitties 可爱的动物孩子们 - 组图 (>100) ：动物们在他们的小时候 mycollections/animals/ 相关：可爱的小孩儿 | 可爱的动物

Attitude and happiness: "If you can think differently, you'll live a happy life." en/mywritings/le.html Happiness is an attitude╭★╯Happy has a good looking energy╭★╯Happiness and generosity

2012.3.24

The world is a school. In the school, our job is to learn, not to achieve. ♣ en/ ♣ We don't change the world; the world is classroom for us to practice our life, to enlighten ourselves and to appreciate life. ♥ Be veg is an consciousness, an awareness, a healthy living attitude. Being veggie is a green charity.

Man and life: mywritings/rensheng.html

Our original self: the real healing is not to repare the wound, but to uncover the original simple perfection. en/

Mother Earth is crying!!! en/mywritings/muqin.html

Relationship between man and soul en/ren/renandbuddha.html

When we hear, "you made me unhappy". But this is a misleading saying. We are the one who delivers the happiness, not the others. The smile is on your face, and nobody should take it away. "If you can think differently, you'll live a happy life." It is the attitude who contributes the happiness. en/mywritings/le.html

Death: death is an ending but not an end. Death is a new start. en/mywritings/si.html Video of Steven Job in Stanford:

2012.3.22

莲花叶子的微纳米效应 mywritings/weinami.html 周敦颐在《爱莲说》中曾说：「莲花出淤泥而不染」，这正是大自然中神奇的地方。但是为什么呢？后来科学家进一步的研究其构造及原因，并取名为──莲花效应。

#铁路改革# 铁路事故多的原因还有，车速快多了。在美国有统计，车速在45英里最安全，这个速度，老太太都不会用，大家都开70左右。结论是：速度快了，是没有办法的借口。豪华的2012『公交车』,精美动图 (面包就要有了) mywritings/byke2012.html 幸福不是大奔 大奔不等于幸福，幸福是一种态度，幸福不是一个东西。

Tools: mycollections/tools.html 【 random play mp3 swf + Disco animation + swf clocks + zen taste pctures + timer / reminder + swf animated lotus 】DISCO 集锦 随机MP3 心的感动 - 本然 莲动下雨舟 可爱的孩子 可爱的动物 兔爷 禅味图片 爱莲集 金字塔音响系统 搞笑与娱情 视频合集 励志电影视频集锦 　 理想的婚姻视频举例 视频集：教育学习内功 修行电影,电视剧 做你自己视频集锦

Tipping point = where to start? en/bfranklin13virtures.html This is my defination of the word "tipping point": We see lot of problems in our life or bad habbits that we are facing to conqure. But we dont know where to start, maybe they are too many. B. Franklin invented a way 300 years ago:

2012.3.21

视频：My Beautiful Tibet 离心灵最近的是自己的生活。尽管如此，西藏的确是地球的香格里拉，请看会声会影:myshoots/MyBeautifulTibet.htm

食品好坏的排序 （由坏 -> 好）选择避重就轻。mywritings/save5.html “地沟油”“ < 牛奶 < 肉食 < 海鲜 < 转基因食物 < 非有机高化肥 < 有机素食 < 少吃

我们听到很多传闻，好像食物们都有问题。有人说，既然都有问题，那就闭起眼睛，有啥吃啥吧。其实，我们还是可以刷点小聪明，我们可以选择吃的次序：选择避重就轻。mywritings/save5.html

为什么忧郁症的人睡不着？食物与睡眠的关系。食物与心情的关系。mywritings/save6.html ~ 忧郁是沉重的心情，与过多的肉类饮食有关 ~ 忧郁症的人都睡不着，这当然和个人的环境和成长背景有关，但常被人忽略的是，忧郁症与好心情有着巨大的关系，而好心情与饮食有着密切的关系。

『现在的肉类，奶类食品，会严重影响我们的心情。在国外，心理医生的生意越来越多，因为有心理忧郁的人越来越多。心理医生其实就是做思想工作的人，但是他们常常会忽略吃下去的痛苦和否定的心理能量对人的内在影响，这是很常识的东西。mywritings/save6.html 』

#四条腿的鸡你敢吃吗# 人民不是小白鼠。科学说：实践检验真理。现在，你来做这个试验好吗？所以，关于食物，健康，乃至生命的话题，不是科学的问题，而是每一个活生生的生命的问题 mywritings/gmo7.html 这实际是个逻辑问题。如果人类实在没吃的啦，要饿死了，再来问这个问题也不晚。

现在，有很多稀奇古怪的转基因技术，例如四条腿的鸡，美国用基因技术生产的三倍大的三文鱼，转基因的玉米和黄豆。这些新型食物，背后都有很大的商机，它们，对人体和生命会有什么长远的影响呢？ mywritings/gmo7.html

转基因食物的科学逻辑 mywritings/gmo8.html 转基因：人工嫁接与转基因不是一回事。人类发展到至今,植种的粮食,水果几乎都在不断的改良中,这是袁隆平等类似专家的工作.像是砍下一只橘树枝,然后插到柠檬树里面,可能会变出更甜的柠檬来.不过,现在的转基因技术,是一种转DNA的技术,这种技术玩儿大了.拿生命本身来玩儿.

自古以来，有很多的所谓政治家用宗教和白莲教做他们的活动。不是宗教的错，是人的错。明眼人不会以偏概全，那宗教当靶子打。灵修班也是如此道理。灵修不是迷信，更多：真灵修与假灵修,判定方法：灵修是往上走，不是往下走。 mywritings/xiuxing4.html “换妻”，色情，大收钱都是假借灵修往下走，明眼人一看便知。 灵修是“修养灵性”的意思，指心灵的修炼。人们常常会把灵修和基督徒连在一起。其实，灵修是和我们的、和人的生命连在一起的。

#关于#谭崔#（Tantra）的所谓灵修法。这是古印度的一种修行方法，这种方法，即使是在印度，也是一派旁门左道。灵修，修行，要修正正人君子，应该走正门，而不是旁门。还有，Tantra只是灵修的一派旁门左道，不能以偏概全，给人以谈虎变色的体会，把所有的修行挡在门外。更多：真灵修与假灵修,判定方法：灵修是往上走，不是往下走。 mywritings/xiuxing4.html “换妻”，色情，大收钱都是假借灵修往下走，明眼人一看便知。

灵修就是一种爱好。不要把灵修看得很神秘，灵修是一种爱好，就像你喜欢足球，高尔夫球一样。灵修改变你对世界的看法和感悟。mywritings/xiuxing3.html 灵修不是宗教，它没有远离生活，它只是一种美好的生活方式。

修行就是一种爱好 mywritings/xiuxing5.html 修行其实就是一种爱好，一种游戏，就像下棋，打牌，看球赛一样。她就是你的一种爱好，嗜好。修行不是宗教，它没有远离生活，它只是一种美好的生活方式，一个人人都可以平安相处完美融合的生活方式。

什么是修行，怎样修行，外在修行, 内在修行 mywritings/xiuxing2.html 修行 = 修理实行. 修行包括理论和实践.光说不练是不行的

修行的方法♋ mywritings/xiuxing6.html 修行不是宗教♋ 修行不是科学（修行的主观成分）♋ 修行人不是狂热主义者

2012.3.20

灵修就是一种爱好。不要把灵修看得很神秘，灵修是一种爱好，就像你喜欢足球，高尔夫球一样。灵修改变你对世界的看法和感悟。mywritings/xiuxing3.html 灵修不是宗教，它没有远离生活，它只是一种美好的生活方式。

真灵修与假灵修,判定方法：灵修是往上走，不是往下走。 “换妻”，色情，大收钱都是假借灵修往下走，明眼人一看便知。 mywritings/xiuxing4.html 灵修是“修养灵性”的意思，指心灵的修炼。人们常常会把灵修和基督徒连在一起。其实，灵修是和我们的、和人的生命连在一起的。

可爱的孩子 娃娃 小孩【多图集锦】mycollections/children/ 孩子与宠物有一种诱人的单纯，没有任何机巧。 俺老了，老儿喜欢小孩儿。喜欢，不一定拥有。

清华「穿越」试题『如果你可以‘穿越’回古代，你想到哪个时间的什么地方?你想成为谁或你想做些什么?为什么?』 清华招生办表示，这一题重点考察的是考生的个人理想和社会理想。 【俺的试答】mywritings/renandtime4.html 第一： 生命的前前后后. 人生是一场心的旅行，生与死不是生命真的开始与结束

诗：清华康桥 mywritings/qinghuakangqiao.html 水木清华的友谊 【斯坦福大学】美国清华。

#转基因#食物-是什么？有啥危害？（转基因食物的5w1h ）mywritings/gmo1.html 转基因与生育能力，人民不是小白鼠

#转基因#问题不是科学问题,而是一个简单的逻辑问题 - 人民不是小白鼠 mywritings/gmo2.html 袁隆平坦言，“人民不是小白鼠，不能这样用那么多人的健康和生命安全做实验，来冒险。”

视频：#转基因#食品的真相 mywritings/gmo3.html “人民不是小白鼠，不能这样用那么多人的健康和生命安全做实验，来冒险。”

2012.3.19

成功的#产品# - 遵从人性 - 遵从常识 （图：母猪和小猪，USB扩展器,USB Hub 美学与科技。mycollections/stevenjobs9.html

#油价#少开车不就得了。开车是为了方便，如果开车感觉不轻松，老堵，又费油钱，为何不骑车和公车呢？汽车和坐车吧，回到童少年。 多和大自然在一起，又省钱。精美动图 ：豪华的2012『公交车』 mywritings/byke2012.html 幸福不是大奔（废油，不买也罢） 大奔不等于幸福，幸福是一种态度，幸福不是一个东西。

809000后的价值观. 水木清华的友谊. 6070后怎样减少代沟mywritings/60708090.html 8090更注重人性，注重人的权利和尊重本心，强调做我自己。这些观念，比6070后进步了很多。

2012.3.18

#地沟油#的反思，#食品#好坏的排序 （由坏 -> 好）mywritings/save5.html “地沟油”“染色馒头” < 牛奶 < 肉食 < 海鲜 < 转基因食物 < 非有机高化肥 < 有机蔬食（米面豆腐蔬菜） < 少吃（吃是生理需要,吃不是上瘾） 【吃的次序：避免前面的，从后往前吃】

有希望的中国下一代领导阶层 #习近平#推背图的中国21世纪：：百灵来朝　双羽四足 - 双羽为習，百灵为媛 习近平彭丽媛的草根情节 【mywritings/leaders1.html 】

6070对#邓小平#的感激 邓先生的“猫”论，即实事求是，影响了整个的后代作风。邓先生 - 富国的始作俑者.迄今，中国的路线和蓝图都是邓先生画的，连接班的领袖都还是邓先生挑的。【mywritings/leaders7.html 】

胡锦涛 - 为人民服务的好官. 仁者 儒风 韧劲 【mywritings/leaders6.html 】

#江先生# 中国官场的禅让制:江先生对中国的历史功劳 江先生改变了中国的官迷情节。80代以前的中国人，都还有这个情节，这是受中国的封建社会的“学而优则仕”思想的影响。【mywritings/leaders4.html 】

毛先生和蒋先生对中华民族的巨大贡献是一个统一的没有战争隐患的中国。 #中国#好了，1949年以后、、、更多 【mywritings/leaders4.html 】有希望的中国下一代领导 毛先生，蒋先生的历史功绩 邓先生-富国的始作俑者 江先生的尧舜禅让 胡锦涛-仁者儒风韧劲 习近平彭丽媛的草根情节

2012.3.17

♥慈悲♥ 是佛教里经常讲的一个词，往往让人觉得高不可攀，这其实是佛教教育的失败。#慈悲#不是阳春白雪，慈悲就在每个凡人的生活里。慈悲的意思就是将心比心，体会别人的心，从别人的角度去理解的心，mywritings/ego3.html 佛陀的慈悲心，就是能够体会人的苦难。

人们大多不理解#同性恋#，出家人和在家人的爱情故事，以及鲜花和牛粪的的不合理结合。实际上，人与人的结合与因果有决定性的关系，这是很内在的关联，与外在的往往成很戏剧化的对比。心与心的吸引。是与#因果#有巨大关联的，是很内在的，属于两个人的世界。【mycollections/zaishiqingyuan.html 】

2012.3.16

怎样辨别#转基因#食品？mywritings/gmo5.html 简单的检验方法：转基因的大豆和种子不发芽! 什么是转基因食品 ☆ 不吃转基因食品的理由 ☆ 转基因食品的危害

袁隆平：#转基因#或影响生育 人民不是#小白鼠# -> mywritings/gmo4.html 他们赞成转基因的，是用小白鼠做的实验，可是小白鼠和人能一样吗？他们有人类食用转基因的实验结果吗？” 转基因对性能力和遗传性的影响是需要实验证明的，如果有年轻人自愿做实验，吃转基因食品在两年以上，不影响生育和下一代的健康，那才安全。袁隆平坦言，“人民不是小白鼠，不能这样用那么多人的健康和生命安全做实验，来冒险。”

也谈科学技术对人类的利益 mywritings/gmo6.html 有争议的发明：原子弹，化学武器，转基因

2012.3.15

　#视频#: Reincarnated Love #再世情缘#. 世间都讲有一见钟情，其实，两个人怎莫能一见面就像老朋友，这都是前世积累的情谊。 还有，眼是心灵之窗，所谓一见钟情，没有眼睛不行，眼睛传递了累世的业情。这部戏就讲了这个道理，mycollections/zaishiqingyuan.html 据说星云大师的前世是清朝的玉琳国师，所以这部戏是写了他自己的前世与今生的故事。

2012.3.14

我是#小二儿#。小二儿有什么不好？不就是第二吗？阿甘与郭靖mycollections/forestgumpjinsanshun2.html 二儿就是笨的意思，笨小孩。一种郭靖与阿甘的单纯和无知，这种傻蛋实际上是一种美，糊涂是福，板桥云：“难得糊涂”。#上帝#喜欢单纯。

评“不撞南墙不回头” mywritings/study2.html 南墙是一种人生的经历，不能完全否定“撞南墙”。活过了，才体会#人生#。这也只是一种见解和体验，为钱而活，是我们被教育的结果，可以先为钱而活，然后再体会，虽然会体会到苦味，但也未必不好，天热了，炒个苦瓜嘛。不过，开悟早，体味到#幸福#就先，先后之分而已。

关于学习，怎样学习 - 关于“内功”mywritings/study.html 学习包含了书本和实践。书本可以提供你方法，技能，但是如何使用，如何利益，要靠你的德， 要靠你的内功，要靠你的智慧，要靠你的失败和经历。博士与知识不是你的财富和依托，你的人生实践才是。

#机巧#和意境。#视频#,刘震云:大师是非常笨的人。阿甘。郭靖。mycollections/forestgumpjinsanshun.html 世界上有两种东西，可以讲述的，和只可以体会的。前者叫知识，后者叫体验。大部分6070后的人们常常忽略第二种，因为它不是与物质，与利益，直接挂钩的。体验是人生，是精神，是信仰，是爱，没有理由可以形容，

☯#西游记#是一本讲修行的书☯西游记中的至高内功心法mycollections/wukong.html 孙悟空、猪八戒、沙僧就是代表我们内边的品质，是玄奘去取经过程中裏面的挣扎。孙悟空是代表他的聪明智慧、万能的力量，每一次都可以求佛菩萨帮忙，每一次都能解决问题。猪八戒则代表他懒惰的品质，喜欢女色，有的时候看到美人会动心，看到好东西贪吃。沙僧就是代表他清静、平均的，没有好、没有坏那个时候。#唐僧给孙悟空的一封信,白骨精给孙悟空的回信,孙悟空写给白骨精的信

#音乐#本无名。音乐是情感的动物，非语言所能表达。一首音乐，谱虽相同，但出自不同的人发出，则情感，味道，皆有不同。mp3/ 本站的随机MP3，随机播放，有小邓的，小王的，小山的，小西的。。。意为怡情，为养性，花间一壶茶，莲动下雨舟。帕海贝尔-卡农 MP3 集锦 铁达尼号MP3 集锦 DISCO 集锦 随机MP3 心的感动 - 本然 莲动下雨舟

2012.3.13

#人生#的目的就是修心, 心决定态度，#态度#决定成功的人生。心打开才能开心,世界这么大，天空这么深，都不如我们打开的心. mywritings/xin.html 一沙一世界，一花一天堂。 一叶一如来，一念一极乐。

帕海贝尔-#卡农# #MP3# 集锦 mp3/cannonmp31.html Cannon, 触动灵魂的曲目，源自灵魂的声音。7个不同的演奏。

然夫收藏的文集和#视频#：养志与怡情 mycollections/ MP3集锦：卡农集锦 | 铁达尼号集锦 | DISCO集锦 | 随机#MP3#

#摄影#技巧：取框，用光，照片的神与态 myphotos/skill.html 世界是一个全景，眼睛看到的不是一个框，而是一个面，这是照相机和眼睛的区别。数字相机的快门儿都有轻重两下，轻的一下，是固定焦距与光线.无论是景，还是人物，动物，都有生命力在照片里。

2012.3.12

五彩的路【美图+美音，『泰坦迪克号』, 前面的#世界#很多彩 】爱无止境(电影《铁达尼号》主题曲#mp3#) mywritings/daben2.html

☮大奔☮ #幸福#不是大奔（废油，不买也罢）大奔只带来名和地位感，和身体上的舒适，大奔不等于幸福，幸福是一种态度，幸福不是一个东西。【图，+『泰坦迪克号』, Kenny G 肯尼·基 - My Heart Will Go On (Love Theme From “Titanic”) 爱无止境(电影《铁达尼号》主题曲) mywritings/daben.html

☾美国演员和中国（日本）演员☽#美国#人是天生的#演员#，演的时候可以非常入戏，演完了可以出戏。而很多的东方佳俪，像山口百惠，像大S，都把戏演成了真。☮ www.km2000.us/mywritings/zhong3.html

要给头脑一种条件反射，一#打坐#一往生一观音，就舒服得不得了。打坐往生听是一种享受。☮ mywritings/dazuo.html ☮

#打坐#就像你的工作和职业，按规矩来，而不是坐在那儿无所事事，要集中智慧眼，要练习集中#智慧眼#。I am Me. 我是我。打坐是人生的最好工作。☮ mywritings/dazuo.html ☮

【打坐上瘾就像是#上网#上瘾】第一是瘾，是好瘾；第二要把打坐当成一件事，只是遵循做事的规则，念、集中、听。☮ mywritings/dazuo.html ☮

【国籍与中国人是两个概念】最近，有争论人大委员中有“双重#国#籍”的人。很多在海外呆过的人在远处看中国，会更觉得他的可爱。实际上，出过国的人才更能了解和体会做中国人的荣幸。关于爱国 ☮ mywritings/zhong6.html 我们肚里可以包容各种轮船，但是肚子和心还是长在两个地方。

中国人和美国人的文化差别: 美国是#游戏人生#的文化，对于战争，中国人把他看成生死，而美国人把他看成游戏，【美国兵怕死有他的文化渊源】 mywritings/zhong3.html 在以前的战争年代，都说#中国#兵不怕死，美国人怕死，所以美国兵力不如中国，韩战和越战美国都输了。

中国姓“中” ☮ mywritings/zhong1.html ☮ 中国人的思想是“中”，美国人的#思想#是“最”

中=#中庸之道#，阴阳的平衡一个人要走多少的路才能停泊下来过一种自省的生活，从而体会出生命的从容与闲适。mywritings/zhong2.html #8090#们，愿你们的心理早日达到中年。时到中年，经历了人生的种种，才会体味到中庸的美好，中庸的幸福感。

#世界#上的几种典型种族 中国人 美国人 #日本#人韩国人 南美人 。。。 ☮ mywritings/zhong3.html ☮ 日本是流氓的可以，中国和日本微妙的民族关系

中国和国际的差距☮ mywritings/zhong4.html ☮ 在物质上，中国是西方，乃至世界经济发展的未来市场和希望。#心的权利#，包含选择生活的方式，选择#信仰#的权利，是中国人的未来权利。尊重人权，是发达国家基本现象。

中国的#21世纪# ☮ mywritings/zhong5.html ☮ 推背图对中国21世纪的语言偈(好迹祥）胡温+双羽为習，百灵为媛。心的权利是中国在21世纪努力的目标。

我执☮#我执#就是俗语里的“#要脸#不要脸”。mywritings/ego.html 我执是佛法里面词，的概念，我执让我们不能万物同一体，不能道法自然。 有了我执，就没了慈悲。所谓慈悲，就是从他人的角度去感受，去体会。你忽视其它人，没考虑到别人，我执让你过着那种不顾及别人的生活方式，于是你就很难了解其它人的感受或便利。

2012.3.11

一封浪漫的信：关于#死亡# 本杰明·弗兰克林的一封信：si是一个再生 ☮ mywritings/renandtime4.html ☮当我们的#躯体#无法完成上帝当初托付的使命时，依然恩惠仁慈的上帝准备了一个办法，让我们摆脱躯体。死亡就是上帝所准备的解脱办法。

#鬼#只是一种生命的形态 ☮ mywritings/renandtime7.html 对于鬼，我们没有理由否定它，鬼是一种生命形态，就像人的形态就是他的身体一样，所以不要怕鬼。一本聊斋，一本杜微草堂，都不是精神不正常的人写出来的。

关于#宽容#：宽恕的意义不在宽恕别人，而是宽恕自己.如果别人伤了你，你到今天还不能原谅她，你的不原谅就一直负担你到今天。宽恕不是为了别人，而是为了自己的#幸福#指数。☮ mywritings/renandtime10.html 你的不原谅，即便没有便宜了那小子，最主要的，自己没有占到便宜。

#灵魂#是什么？比如你开一辆车，你就是#灵魂#，车就是你的拥有，包括身体，理想，车子，房子。车子不能开了，就是你的身体完了，但是你还在。☮ mywritings/renandtime6.html

#命运#、命与运。命是过去的因，运是未来的果，所谓因与果。我们不能改‘命’，但是我们可以改变‘运’，因为‘运’是未来的果。☮ mywritings/renandtime9.html

时间的相对性：我们的#时间#根本就不够用? ☮ mywritings/renandtime8.html 如果我们的心像大石头，粗略的看，一天很容易就满。如果我们的心细得像小石子，还可以找出许多大石的缝隙。。。。如果我们的心柔如流水，细沙间还有流动之地。时间也是这样，只要善加利用，总能找出它的缝隙。

人生是一场#心#的旅行，si不是生命的结束,出生不是真的开始，逝去不是真的结束。我们的生命，在出生前和逝去后还存在 ☮ mywritings/renandtime5.html

成功的定义 mywritings/whatissuccess2.html ☮什么是#成功#的人生？成功的人生不等于成功的事业，而在于正确的人生#态度#。而成功的事业也不等于技能和书本，必须还要有“内功”。

股神巴菲特 + 乔布斯成功的禅味儿产品 + 马云：21世纪的成功观☀ mywritings/whatissuccess7.html ☮视频：比尔盖茨,乔布斯,巴菲特,马云

做车头好还是做车厢好？#名人#好还是普通人好？☀ mywritings/whatissuccess5.html 如果还有这个问题，那还表明我们的世界观和价值观还没有做好。正确的问题是：我是适合做车厢，还是适合做车头？

一本关于#成功#的正确概念的书 (摘要 ->>) ☀ mywritings/whatissuccess6.html ☮<< 做你自己 - 彼得。巴菲特 - 巴菲特的儿子的儿子的书 >> 克林顿、#比尔#·盖茨、李开复、杨澜、徐小平等逾30位政商界领袖自发推荐！一本 关于成功的正确概念的书，一本工作、生活、财富观的心灵成长之书！

名人对成功的领悟 ☀ mywritings/whatissuccess4.html ☮视频：白岩松，成熟一下吧：人，世界没有绝对的。。。21世纪了，没有伟人与小人之分，每个人都是人，都是一分为二的，都有阴和阳。功绩和罪人工于一身，只是一种客观现象，不用分为好坏。 　不要因为一个人有“丑”而忘了美，要意识到：以偏概全是人的心理弱点

成功三要点：☀ mywritings/whatissuccess1.html ☮要有一个梦。要有#激情#。要知道生命有限，要了解死亡，要知道#感恩#。

#钱#的两种来法：多赚与少花 $ mywritings/richness2.html $ 公式：你的钱 = 赚的 - 花的 这个公式看起来太简单，但是它实际上的意义不光体现在物质上，而是一种健康的人生态度。这不是说教，而是很多富人的以身作则，包括比尔盖茨，#股神#巴菲特，李嘉诚，等等。

#负钱#：带来“负”的幸福的钱 $ mywritings/richness3.html $有很多幸福，用钱是买不来的，因为他们是“负钱”。有很多时候，有钱的人并不幸福，因为负钱买来了“负”的幸福。

视频：“富的人并不拥有最多，而是需要最少。”$ mywritings/richness4.html $ 上帝笑着答道： “他们应该知道，与他人攀比是不好的。”

#富#的人不是拥有最多，而是需要最少 $ mywritings/richness4.html $ 所谓「#有钱#」的秘诀并非在于你赚了多少钱，而是在于你存多少和你花了多少。Being rich is not because of you have a lot of money, Being rich is because you dont need many. （video)

安于现况的智慧 - 生活中拥有什么并不重要，能不能知足才重要。$ mywritings/richness1.html $ 生活就是如此，有没有都无所谓，因为你的内心满足，既不排拒人生，也不会沉陷太深，以致于不知道物质生活之外还有什么，这就是开悟之美。

2012.3.10

工作的意义 - 我们为了什么而#工作#？ 【mywritings/bossandyou4.html ☮工作 =技能 + #内功# =钱+了解自己。工作是一种自然的运动，比健身房更自然，更有意义。简单工作对集中与修行有好处。工作只是一个借口来练习我们的人生。工作帮助开悟。

#德智体美劳# - 德是什么？【mywritings/education3.html ☮德 就是职场内功：人生是一个学习的经历，外部世界只是一个媒介，

「修身、齐家、治国、平天下」教育从心开始 曾国藩教育秘诀 【mywritings/education4.html ☮曾国藩是毛先生与蒋先生的共同导师 ，两位先生在他们年轻求学的时候，都被曾文正公 的教法所吸引。

#曾国藩#是毛先生与蒋先生的共同导师 【mywritings/education5.html ☮两位先生在他们年轻求学的时候，都被曾文正公 的教法所吸引。网路上的文章，多注重曾文正公对毛蒋的军事与政治影响，这都是“表”的评价，而不是“本”的。

什么是真正的#教育#？教育是#心#.教育不完全 = 知识 教育也不完全等于工作与职业。【mywritings/education2.html ☮做人不是要做出一个结果，而是要做出一个本分。 工作、工作种类不是评价人高低贵贱的标准。世界上形形色色有影响力的人，他们都是试图忠实于自己真实的内心，回归到人的本身，

可口的素食 - 操作办法 (多图）都是你爱吃的 『mywritings/howtoeat6.html 』吃素的操作办法 图 4道色香味俱足的豆腐菜 - 文思豆腐,三美豆腐,豆腐箱子,乳汁烧豆腐、烧茄子、小白菜托炸北菇、素肉炸酱的做法、(图: 素肉 素蛋 素炒蛋)

肉类，#牛奶#和鸡蛋，用什么代替品呢？ 更多：『 mywritings/howtoeat2.html 』豆制品类，是替代#肉#制品的绝佳选择。❤ 人类之所谓对肉的营养需求，主要是他的蛋白质。豆制品或是肉类都是蛋白质，都要被人消化后，转化为氨基酸，再变成肉。但是现在的肉类制造业很商业化，为了减低成本，提高产量，抗生素、荷尔蒙 满满，现在的肉里的毒素超过了它提供的营养，吃下去这些肉类的蛋白质，同时也吃下去了这些慢性毒药，这些慢性毒药早晚有一天会发作。 豆类产品，多谷米粮才是适合人类的，没有副作用的最佳蛋白质来源。 这本来就没有什么替代之说，讲代替，是更正成人已经构成的不正确的饮食习惯。

人都需要哪些基本营养 (列表）『 mywritings/howtoeat3.html 』六大必须营养素 (Six Essential Nutrients) 蛋白质(Protein)：矿物质(Minerals)：维生素 B12(Vitamin B12)：维生素 D(Vitamin D)：必需脂肪酸(Essential Fatty Acids)

开始素食的几条建议 『mywritings/howtoeat9.html』 素食者最常见碰到的问题 （1）首先，最初几个星期内，一部分人会感到吃素没劲，容易感到饿等。 选好替代品.

素食者的营养搭配原则 植物性饮食的营养搭配 更多：『 mywritings/howtoeat4.html 』#素食#怎样开始：难的其实就是第一步而已。 跟自己说“我只是做一件，我不是一辈子都做”。#克林顿#，就是这样开始的。 素食不是主义，素食也不是信仰，素食是一种态度，素食是一种意识。素食不是白菜豆腐：植物性饮食包括五谷杂粮、豆类、种子、坚果，蔬菜、水果、菌类、海藻类，这些确保了人体足够的、必需的营养素: 蛋白质，脂肪，钙，矿物质，维生素, 纤维素。 油水不足的问题

现在的#肉#里的毒素超过了它提供的#营养# 『mywritings/howtoeat8.html 』因大量养殖食品(肉奶海鲜）出现，人类患心血管病、心脏病、高血压、肥胖症、癌症的比例越来越高。

素食者的误区 、那些食物不是素的 更多：『 mywritings/howtoeat7.html 』

#吃#的文化：生理需要和心理需要 更多：『 mywritings/howtoeat5.html 』 现代的文明世界，人的“吃”，已经不光是为了温饱，还包含了很多的社会需要，所谓生理和心理的双向需要。“吃”，包含了家庭的亲情，餐馆的友情和各种关系。

名人倾向#素食#的例子 #名人#的素食倾向『 mycollections/guodegangveg2.html 』素食是一种私生活，不是很多人都想公开。很多名人，领导人也是素食者,素食是一种态度和倾向。只是基于舆论和媒体的敏感，不公开而已。克林顿奥巴马 ☀ 毛主席“基本吃素”☀ 江泽民,陈立夫与素食 ☀ 马英九总统也因此成为素食者☀ 大S和王菲几十个大达人的素食☀素食与素颜

2012.3.8

影评电影☾#爱情#呼叫转移 ☽☾ 命运呼叫转移☽和☾ 神鬼愿望☽(Be Dazzled)： ☮ mycollections/adsdorhell1.html 所有的爱情和婚姻都好,都不用换,都不用朝三暮四，要换的是我们#自己#,我们的价值观和想法,态度,我们没有找到我们自己的心,去欣赏已经存在的生活,而去梦想其他的生活会更好

名人倾向素的例子 名人的素食倾向☮ mycollections/guodegangveg2.html 素食是一种私生活，不是很多人都想公开。很多名人，领导人也是素食者,素食是一种态度和倾向。只是基于舆论和媒体的敏感，不公开而已。

名星的素颜，素食与#素颜#，#明星#选择吃素的理由☮ mycollections/guodegangveg4.html 素食的明星，像王菲和大S，她们的美都很内在，不需要用化妆品来掩饰很多，所以他们不怕素颜。

视频：#赵忠祥#PK#郭德纲#☮ mycollections/guodegangveg3.html 不要多看他们俩的节目，笑得太多了，皱纹多了，笑起来会跟便bi似儿的。视频：当老赵和小郭打开心之后 连赵忠祥的私人会所都请人吃素菜。。。 "我管他们饭，大家吃炸酱面，8个素菜，一碗炸酱，你说能花多少钱？”

中南海吃什么？中南海里都吃什么、怎么吃 煎炸炒食物每周只一次,多吃粗粮,多素食。☮ mycollections/guodegangveg1.html

2012.3.7

长得像屁股的苹果 (图）☮ mycollections/applepigu.html 笑话：刚毕业的女老师，在黑板上画了一个苹果，问学生：“小朋友们，谁知道黑板上画的是什么？”小朋友们都抢着回答：“是一个屁股！”

视频：当老赵和小郭打开心之后 ☮ mywritings/le3.html 人说，赵忠祥60岁人生才开，一点儿不假，60岁，他的心才开始无挂碍。

#乔布斯#的#佛教#人生 ☮ mycollections/stevenjobs5.html 乔布斯在安详地坐禅 27岁的乔布斯在家里盘腿打坐

史蒂夫乔布斯和比尔盖茨的友谊 ☮ mycollections/stevenjobs3.html 史蒂夫·乔布斯和比尔·盖茨，他们之间的区别，远没有人们所想象的那么大；而他们之间的联系，却远比人们所想象的要大得多。

苹果CEO乔布斯在斯坦福大学的演讲: 人的三件事mycollections/stevenjobs2.html 第一，人生中没有一点是白过的，2。要找到爱的伴儿，3.了解#死亡#然后才会珍惜生命，了解失去才会#感恩#你的拥有。

乔布斯和#比尔盖茨# - 计算机时代的开端和个人电脑的完美分号；mycollections/stevenjobs4.html 比尔在前几年从微软退休，乔布斯昨日辞世而去，这两件事，标志了电脑历史一个完美台阶的结束。

为什么#乔布斯#去世动静这么大？mycollections/stevenjobs6.html 作为一个成功的人生，乔布斯可圈可点，像巴菲特，像马云。。。成功的人生 = 正确的#人生观#和人生态度。

现在的#电脑#业，#计算机#树 mycollections/stevenjobs7.html 这张图是我博士论文的开头篇。高科技很复杂和专业化，你忙到最后，会忘记你已经跑得很远了，忘了家在哪儿了。这张图可以帮助我们“定位”。

#视频#：如何通往#成功#举例 - 比尔盖茨,乔布斯,巴菲特,马云 钱不是它们的梦,而是他们的第二产品. 看看比尔盖茨和巴菲特怎么说. mycollections/stevenjobs8.html Steve.Jobs and Bill.Gates at D5 谈成功的条件

乔布斯卖的苹果 - 苹果公司的苹果为什么被咬了一口？乔布斯的禅学理念与产品风格探讨，美学与科技。mycollections/stevenjobs9.html 1,苹果被吃了一口，有意犹未尽的含义，2. 把苹果比作完美，有了缺口就变成了不完美。

动态组图）狐狸和玫瑰之舞 - mycollections/animals/imagepages/image691.html 动态组图）贪吃的猫和炸薯片 - mycollections/animals/imagepages/image651.html + DISCO MP3：可爱的小孩儿 | 可爱的动物

2012.3.6

#因果#轮回#宽恕# mywritings/renandtime3.html 宽恕与宽容是一种要逾越的大度，要逾越，是因为我们要克制因果带来给我们情绪；要大度，也是为了我们自己，不要让自己“欠债”。

央视#感动生命#是一部美片儿，一批正常的好人。17 和 29 集最好看。www.km2000.us/mycollections/gandong.html 正常： 有喜怒哀乐，有优点缺点；好人：心地诚实，心地善良。歌颂生死歌颂人性歌颂美德。 ♣ #王志文# 医生与素食，医生同事们打坐减压释压解决心理压力。

2012.3.5

可爱的#动物#孩子们 - 组图：动物们在他们的小时候 【mycollections/animals/animalkids.html 相关：组图 + MP3：可爱的#小孩#儿 | 可爱的动物

何必骨肉亲？亲死鉴定必要吗？ 亲父亲与养父亲，血缘和因果轮回 mywritings/renandtime2.html 在我了解到因果的法律之后，我才了解到了这里的秘密。视频：感动生命29集。关于#宽恕#与#宽容#: 宽恕与宽容是一种要逾越的大度，要逾越，是因为我们要克制因果带来给我们情绪； 要大度，也是为了我们自己，不要让自己“欠债”。宗教和道德古训都讲“宽恕”，宗教和古训都很聪明，让我们宽恕，其实很实际，是为了我们好。

宽恕与宽容是一种要逾越的大度，要逾越，是因为我们要克制因果带来给我们情绪；❤ mywritings/renandtime2.html 要大度，也是为了我们自己，不要让自己“欠债”。宗教和道德古训都讲“宽恕”，宗教和古训都很聪明，让我们宽恕，其实很实际，是为了我们好。

2012.3.4

#好人#会有好报吗？为什么看上去会不一定甚至没有？因果到底怎么算？#雷锋#为什么29岁就走了？❖mywritings/renandtime1.html

圣诞、庆典#视频#动态系列 【http://www.km2000.us/mycollections/Xmas2.html ✦ 圣诞动画：天使点亮美一个梦想 ✦ 2010圣诞 耶稣基督诞生的马棚 ✦ 圣诞夜新年豪宅动态音乐与灯火系统，美国 ✦ 北韩国庆音频，激奋、拿来用庆国庆✦ 豪华的2012公交车#精美#动图+mp3 ✦ 动物们，动起来多图秀，好玩儿极了 + DISCO mp3 ✦

雷锋节话雷锋，雷锋的好处 - 为什么雷锋喜欢帮人？雷锋、白求恩的人性意义。更多：mywritings/baiqiuen.html 我们能分享什么就开始分享，然后我们可以感受到内在的微细变化，我们的意识里会注入更多的爱力，这就是一个起步。

　#有钱#的人如何心情好，#名人#有钱人的心理压力 mywritings/baiqiuen2.html 名人，富人解消心理压力的方法.

　关于#感恩#，关于无私，关于#拥有# mywritings/baiqiuen1.html 喜欢, 但并不一定拥有. 像绿色的空气, 像旷旷的田野, 像干净的马路. 你不拥有它们, 但喜欢是你的, 他们是你的感恩.

　名人与#心理#医生，为什么奥黛丽•赫本一辈子没有看过心理医生 mywritings/baiqiuen2.html 为什么#安吉丽娜#和姚晨和很多明星要做慈善？

　关于#人之初#，性本善 mywritings/baiqiuen3.html 这是三字经的头一句。实际上，付出是人的本性。给的目的是拿，这是后天教育的结果，是我们教育的问题，不光是中国，而且是国际。

　关于#慈善#，关于#布施# more: mywritings/charity.html 慈善是一种生命的学习 慈善带给我们内在的微细变化 关于慈善，关于布施 慈善是一种生命的学习 慈善带给我们内在的微细变化

2012.3.3

豪华的2012『公交车』,精美动图 (面包就要有了) ✦mywritings/byke2012.html ✦公车，自行车，多和大自然在一起，又省钱。配乐：My Heart Will Go On (Love Theme From “Titanic”) 人生只如初见，再豪华的，也会逝去，所以不要过于在意。

连续放跳全天24小时迪斯科狂劲儿DISCO（多图秀，好玩儿极了）【mycollections/animals/slideshow1.html 】 动物们，动起来

豪华的2012『泰坦迪克航空号』,精美组图 (里里外外) 【mywritings/airplane2012.html 】 豪华和真纯。配乐：电影《铁达尼号》主题曲) 人生只如初见，再豪华的，也会逝去，所以不要过于在意。

大奔，五彩的路, 精美组图【mywritings/daben.html 】随机MP3，随机播放，有小邓的，小王的，小山的. 幸福不是大奔（废油，不买也罢）www.km2000.us/mywritings/le.html 大奔只带来名和地位感，和身体上的舒适，大奔不等于幸福，幸福是一种态度，幸福不是一个东西。

豪华的2012『泰坦迪克号』,精美组图 (喜欢，但并不一定拥有)【mywritings/titanic2012.html 】 配乐：My Heart Will Go On (Love Theme From “Titanic”) 爱无止境(电影《铁达尼号》主题曲) 人生只如初见，再豪华的，也会逝去，所以不要过于在意。

♣ 美丽的旧金山♣ 壮丽的金门桥 myphotos/sf/ 旧金山的金门桥 ( 图片)点击图片可查看大图。

生活，一个是生，然后是活。先生而后活 【mycollections/tiandao.html 】 视频：“天道” 王志文：人的基本需要：生存和心的要求。人与道。

花间一壶茶，莲动下雨舟。 #音乐#本无名。音乐是情感的动物，非语言所能表达。一首音乐，谱虽相同，但出自不同的人发出，则情感，味道，皆有不同。本站的随机MP3，随机播放，有小邓的，小王的，小山的，小西的。。。意为怡情，为养性，【mp3/ 】

2012.3.2

【视频】刘蓓：担心未来 myshoots/liupeinomoney.htm 未来是可以担心得，也可以准备的，准备后就不用担心了。但是，上帝是已经有了安排的，不要太纠结。

爱和婚姻的“副产品”: 当爱车出了"事故"的时候... 不要做后悔的事：人工流产和堕胎 mywritings/manwoman2.html 人工流产不是非法的，但也不是随便的。对于女人而言，是一种伤害；对于胎儿来讲，是一种杀害。这种杀害的阴影对于家庭，对于女人，有无形的，负面的，终生的影响。

国人对骆家辉的误解：职业行为和个人情结不是一回事 mycollections/jobanfriendship.html 【视频：骆家辉和杨澜】骆家辉作为美国大使的的职业行为。骆家辉的草根情结。不论是美国或是中国，正确的官员都应该有草根情结。中国人应该把骆家辉的生活和行动看的很平常才对，到了那个时候，中国人才真正平常了，人本来就是这样的。

信仰和科学的区别：信仰是一条线，科学是多向线 【 mywritings/belief2.html 下面的图示形象的解释了信仰和科学的不同路径。

修行人不是一个布道者. 修行的人有不同的门:有的要幸福，有的要开悟，有的要爱心, 【 mywritings/belief4.html 修行不是布道，道就在生活里，离开了生活，所谓的道都变得很陌生。

圣诞节和耶稣基督，基督、佛、阿拉的含义。【mywritings/belief1.html 自古以来，每个时代都出现过几位旷世罕见的人物，他们来到世间的唯一目的在于提升人类的灵性。耶稣基督便是这些灵性导师之一，而释迦牟尼佛和穆罕默德也都是灵性导师。圣诞-基督的降生 （美国德州的街拍，2010圣诞，教堂前面搭的窝棚：耶稣基督诞生的马棚）

开心=把心打开。对人生了悟，信仰宗教打开心 开心：对人生了悟，信仰宗教打开心 【mywritings/belief3.html 在全世界，有信仰的国家太多了，世界上能有没有这么多迷信的无知的人吗？仰望星空，在浩瀚的宇宙里，我们看到自己的渺小，世界有很多的事我们都不知道，我们没有自大的理由。

真正的快乐：灵性和心灵的才是真的快乐，物质世界的享乐只是这种快乐的复制品而已 【mywritings/le4.html

视频：幸福不是一个东西 【 mywritings/le1.html 大奔只带来名和地位感，和身体上的舒适，大奔不等于幸福，幸福是一种态度，幸福不是一个东西。视频：幸福 - 杨丽萍-杨澜-陈果-张梓琳 （后悔过去，担心未来，比较现在)-1。

乐本来就是自己的, 幸福不在别人身上 【 mywritings/le2.html 我们常听；你会给我带来快乐，你会使我幸福。。。这都是错的，是表面的。

开心就是把心打开 【 mywritings/le3.html 如果我们能时时刻刻开心，拥有颗安祥的心，就会拥有永恒的福。

美好是一种能量，幸福和快乐的科学图像 【mywritings/le5.html 人体中，水约占70％比例。当水“听”到了“好话”，结晶就漂亮；听到了“脏话”结晶就难看。你当然希望你的水分子结晶像下图一样好看。

2012.3.1

一个人要走多少的路才能停泊下来过一种自省的生活，从而体会出生命的从容与闲适。mywritings/zhong2.html 8090们，愿你们的心理早日达到中年。时到中年，经历了人生的种种，才会体味到中庸的美好，中庸的幸福感。人生是需要拿出大把的光阴虚掷，从而寻找一种属于自我的方式。体会一下一缕阳光、千仞山峰、万顷波浪，灵犀的心便像荷花上的露珠晶莹透亮。

赵忠祥：活一天赚一天，他今年已经60啦。其实这是一种禅的态度，谦卑和做好本职工 ♣作。http://.km2000.us/mywritings/si1.html ♣ 在生老病死当中，「生」有人教，「老」也有人照顾，「病」也有医生医治，可是「死」却没有人教，这是不行的。

如果我们想做的、能做的、和正在做的是同一件事，那么，我们的工作状态是比较幸福的。但是每个人都年轻过，在开始人生的时候，都不一定有这样的境界。mywritings/ego2.html 几乎每个成功人士都有“奴才”的经历。

2012.2.29

可爱的孩子 【多图集锦】mycollections/children/ 孩子与宠物有一种诱人的单纯，没有任何机巧。 ✦ 在每个人的心里，都有着这份单纯，单纯吸引单纯。✦ 还有，我们太需要爱了，这个爱，里面包含了单纯的意思，没有机巧的爱。这种爱，只有孩子和宠物才有。 所以在美国，狗和人地位一样。我们很多中国人都不理解为什么。实际上，当你有了你自己的宠物，尝到了那份爱，你也会和美国人想的一样。人不能永远都有孩子相伴，人在宠物里找到了他们在成年后缺失的那份单纯的爱。

央视《感动生命》是一部美片儿，一批正常的好人。正常：有喜怒哀乐，有优点缺点；好人：心地诚实，心地善良。歌颂生死歌颂人性歌颂美德。♣ www.km2000.us/mycollections/gandong.html 王志文素食，医生同事们打坐减压释压。

面试技巧6则，面试就是 你有什么=他要什么 【mywritings/bossandyou7.html 面试：他们只是带了鲨鱼的面具。他们不是鲨鱼。

视频：工作态度 - 主动地做与被动的做 如何看待和对待苛刻的老板【mywritings/bossandyou1.html 】不要认为老板总是在剥削自己。工作是为了自己，不是为了老板。不要误解这句话的含义，这里的自己，不是职位，提升，金钱，而是自己的内力，内功。这个内力，可以用在任何的工作上。工作只是一种学习，学习了解自己。

主管喜欢什么样的雇员？好的工作态度是终生的好习惯 【mywritings/bossandyou5.html 对于老板，对于雇员，要找到这样理念的配档，是可遇而不可求的。一个“职场内功”的小故事： 它像找对象，也像找朋友，也像找搭档。

工作的意义 - 我们为了什么而工作？ 【mywritings/bossandyou4.html 工作 =技能+内功 =钱+了解自己。当代的教育，西方的和中国当代的，往往偏重技能，偏重谋生。这只是工作的一项目的，不是说这不重要，而是说这不是全部。

2011

经营关系（主管-雇员，搭档）【mywritings/bossandyou3.html 一个很难得的主管-雇员、搭档关系是很默契的朋友关系。路遥和马力的关系. 关系是一条铁轨，前途很明亮，一直在往前走，还需手拉着手，又互相的观望，又要看着前进的方向。

视频：好的工作态度的养成就是一个人的内力和内功 【mywritings/bossandyou2.html 】 大长今和成龙，有着大师常用的同一种教育：重复地做一件看似无聊的的动作，了解对方，让学生自己了悟其中的禅意。 每个人都要学习一种功课：把自己放在别人的位置，这几乎是爱的一项基本功。所以不光要有知识，还要了解要服务的对象。

董事长（创业者，领袖）和CEO（经理，首席执行官）的区别： 董事长和CEO的职责表。。网站：mywritings/bossandyou6.html

身体健康和心理健康：为什么忧郁症变多了？身体健康和#心理#健康。为什么忧郁症变多了？更多：★ mywritings/save1.html 忧郁症是心理疾病，心理上的疾病，和人的环境和成长背景有关，但常被人忽略的是，心理的疾病与饮食有着密切的关系。

食物里面的道德：食品好坏的排序：mywritings/save5.html “地沟油”“染色馒头” < 牛奶 < 肉食 < 海鲜 < 转基因食物 < 非有机高化肥 < 有机蔬食（米面豆腐蔬菜）

给大脑“减”餐：吃穿住用和职业的心理负担给大脑“减”餐：吃穿住用和职业的心理负担 更多：★ ： mywritings/save2.html 心理上的疾病与吃穿住用和职业相关联，它会以某种形式危害我们，像是疾病、麻烦、精神耗弱或心理不健康。不要抱怨自己的病从哪里来，也不要抱怨运气不好。

穿皮草有罪没罪 穿皮草对心理健康和幸福指数的影响 穿#皮草#对心理健康和幸福指数的影响, 因为你的一件衣服，而杀掉一条命，这不是一件好事。更多：mywritings/save3.html 没有法律会因为你穿皮草而治罪，只是心理的法律会制裁你，用你的坏心情，用你的坏运气。

地沟油和猪肉牛奶，50步笑100步 mywritings/save4.html 那么我们现在吃的肉，海鲜，牛奶呢？它们的原材料是什么？为什么变得比以前便宜了？这是很多人都不了解的，也是商家不愿意讲的。 鸡、鸭、鱼、肉、蛋、奶的制作来源和方法，和它们变得便宜的手段，和地沟油又有多少差别？

为什么"海鲜"便宜了？今天的肉、牛奶和海鲜：生长激素, 抗生素 mywritings/meatandhealth1.html 虾池养虾，如何让虾长得快呢？要加激素。 为什么肉、奶、蛋、鱼我们都吃得起了？ 肉多了不再是生活富裕的标志不值！肉、奶、蛋、鱼是吃力而不讨好的差事，涨价未必是坏事

让你变快乐的食物 - 肉食 vs 素食 mywritings/meatandhealth3.html 现在的肉和奶得到的过程太苦了。饱含了痛苦和否定的心理能量。人吃下去，长期下来，没有心理疾病才怪。 食物与快乐 - 快乐能量场吸引快乐。茹素吸引更多的快乐和和谐, 素食吸引快乐的能量

鸡不可食 为什么鸡肉这么便宜了？鸡肉和鸡蛋里的激素和抗生素 鸡业的商业化mywritings/meatandhealth2.html

现在的牛奶得到的过程太苦，饱含了痛苦和否定的心理能量mywritings/meatandhealth4.html 《- 食物与心理疾病，与现代人的幸福感和快乐感息息相关 -》

肉食奶制品牛奶会带来的不幸运及否定的能量★ mywritings/meatornot5.html 肉食饱含了动物的痛苦气氛，不要抱怨自己的病从哪里来，也不要抱怨运气不好。吃这样的食物，就好比欠人情的滋味，我们不会好受的 ，我们的意识能量也变得很低落。吃肉无法避免痛苦的感觉，即使我们试着忽略，它仍会以某种形式危害我们，像是疾病、麻烦、精神耗弱或心理不健康

越来越多年轻知识分子、白领、明星、企业家加入素食队伍 吃素的人越来越多了（当然不只是佛教徒）原因是，现在的肉问题太多了！更多：mywritings/meatornot1.html 素食者的发病率低： 清洁的血液： 基本碱性： 消化简单：好闻的体味清雅气息

素食不是主义，素食是一种态度 更多：★ mywritings/meatornot2.html 少吃肉、减少畜牧业，是非常直接又简单的方法。低碳生活，即利身体，又利环保，何乐而不为呢？

素食者的社会责任，关于宣传素食绿色环保的正确态度和角度 更多：★ mywritings/meatornot4.html 1. 首先，素食者要走出素食的圈子。在已经素食的团体里大谈素食，没有太多的意义，2. 其次，素食者的工作不是让人改变，素食者的任务是让人了解。

好医生这样说:我不愿意说再见。★ mywritings/meatornot3.html 如果医生变成喜欢听再见的人，那这个社会就有点儿惨了。不能因为有医疗保险我们去得病！这不是医生的错和期望，而是社会的教育和体系出了问题。治病不如防病，尤其在时下的食品界

素食是一种时尚，素食是一种时髦，素食是一种聪明, 更多：★ mywritings/meatornot6.html 原因是，现在的肉问题太多了。很多进入素食的人都是这个经验：都是感觉越来越轻松，然后就继续感觉下去。难的其实就是第一步而已。

肉类，牛奶和鸡蛋，用什么代替品呢？ 更多：★ mywritings/howtoeat2.html 豆制品类，是替代肉制品的绝佳选择。

吃的文化：生理需要和心理需要 更多：★ mywritings/howtoeat5.html 现代的文明世界，人的“吃”，已经不光是为了温饱，还包含了很多的社会需要，所谓生理和心理的双向需要。“吃”，包含了家庭的亲情，餐馆的友情和各种关系。

素食怎么吃？素食是怎么开始的？如何素食才健康？更多：★ mywritings/howtoeat.html 难的其实就是第一步而已。把素食当做主义，吃一辈子，难！这是头脑的诡计。所以，跟自己说“我只是做一件，我不是一辈子都做”。很多进入素食的人都是这个经验：都是感觉越来越轻松，然后就继续感觉下去。

素食者的误区 、那些食物不是素的 更多：★ mywritings/howtoeat7.html

素食者的营养搭配原则 植物性饮食的营养搭配 更多：★ mywritings/howtoeat4.html 素食者最常见碰到的问题

可口的素食 - 操作办法 (多图）都是你爱吃的mywritings/howtoeat6.html 吃素的操作办法 图(图: 素肉 素蛋 素炒蛋)

人都需要哪些基本营养(列表）更多：★ mywritings/howtoeat3.html 六大必须营养素 (Six Essential Nutrients)

现在的牛奶比肉的问题还多，牛奶是怎么来的？mywritings/milk3.html 牛奶里的痛苦：这样的牛奶喝下去，是很揪心的。现在的牛奶得到的过程太苦，饱含了痛苦和否定的心理能量。这种牛奶带来的心理能量会很沉重。

豆浆是牛奶的完美替代者 mywritings/milk7.html 便宜，易用，没有添加剂，足够的蛋白和能量

牛奶的生产过程太残忍 mywritings/milk1.html 现在的牛奶得到的过程太苦，饱含了痛苦和否定的心理能量。这种牛奶带来的心理能量会很沉重。聪明点儿，还是不要喝了吧，又不是没有别的选择。

骨质疏松年轻化 你的骨头松了吗 越喝牛奶越缺钙。西方第一、二世界的以牛奶及奶制品为主的的膳食在过去20余年的“实验结果”表明西方人的骨头比第三世界的人要疏松得多。读更多： 奶里有钙，但奶就不给你：mywritings/milk4.html 牛奶含有钙质，但喝下的同时也无可避免的喝进饱和脂肪、胆固醇、注入牛体的贺尔蒙及抗生素。而很多蔬果中亦含有大量的钙，人体对这些蔬果中的钙吸收率，甚至超过牛奶。

牛奶的质量 - 外国牛奶与中国牛奶 mywritings/milk2.html 乳制品的国标，给激素和抗生素是开绿灯的，否则，就没有乳制品卖了。应该说，外国的牛奶激素和抗生素要比中国的更多，因为他们更工业化，因为这样才能便宜。

奶制品与乳腺癌[ mywritings/milk2.html ] 牛奶里的雌性激素让发育早似乎不像是问题，但是，近年来乳腺癌的人越来越多，这才是根本问题。

“阴盛阳衰”:女孩儿发育过早，男孩儿发育不够。（读更多：奶制品里为什么有雌性激素？因为可以多赚钱。mywritings/milk6.html 当今的奶制品与“阴盛阳衰”。国内与国外都有报道，21世纪的女孩儿发育都变早了，原因是什么呢？是奶制品里的雌性激素。既然是雌性的，当然结果是阴盛阳衰：女的发育多，男的发育少。所以，得了阳痿，要注意避免奶制品。奶制品包括牛奶，奶酪，奶油，蛋糕，各种带奶的点心。

剩女也不剩，剩女的爱 点击【mywritings/manwoman6.html 你好了，自然有人喜欢；你不好，喜欢的也有一天会不喜欢。两个人的世界，要了解爱的规律， 图：“不剩”的六项基本原则：两个人一起走，要看着同样的方向 2.有时也要看看多方的眼睛 3.两只手要互相拉着 4.前面的世界很精彩 5.走在铁轨上，要小心 6.掉轨了，再爬上来

【婚姻] 找对象，不是找最好的，而是找对像的。mywritings/manwoman3.html 当然，所谓鲜花和牛粪，有他的相对性，只要两个人喜欢。在某些人看来，牛粪比鲜花更好。再说一遍，是两个人的感受，有金钱，地位等社会标准没有必要的关系。

图：婚姻是一条铁路线，婚姻的六项基本原则 mywritings/manwoman4.html 1两个人一起走，看着同样的方向 2有时也要看看多方的眼睛 3两只手要互相拉着

为什么小三儿变多了？小三儿的爱 【mywritings/manwoman5.html 面对小三：给小二儿的忠告】 要有一个正确的心态，保持自己的幸福，保持大家的幸福。 【给小三的话】小三的爱也是真的，不是假的。所欠的，是厚道。

婚姻和爱情，像苹果和桔子，他们只是不同的水果，只是不同的甜味。点击【mywritings/ai7.html 】进入 他们就是酸甜 苦辣。要享受甜，体验酸，不要怕苦，不要怕辣，他们合成桌上的菜们。

爱、恋人之爱、神性的爱 点击【mywritings/ai1.html 】进入 爱有许多种：小三的，恋人的，爱情的，亲情的，朋友的，神性的，味道各有不同，但甜是祂们的共性。小三的，短暂而激荡，婚姻的，是牛粪与鲜花； 光棍儿的，是禅心；神性的，是陶醉。

柏拉图、苏格拉底：爱情、婚姻、外遇、生活 、幸福。苏格拉底叫他到麦田走一次，要不回头地走，在途中要摘一棵最大最好的麦穗，但只可以摘一次。点击【mywritings/ai5.html 】

【完美的爱是神性的爱】爱像阳光，祂总在哪儿；爱并不分别，他谁都照耀；爱滋养万物，无声无息。 爱像一只苹果，语言只能讲到祂的一部分，但不能代替体验（吃）。 点击【mywritings/ai3.html 】进入

光棍儿的爱 - 单身与不单身，为什么单身的越来越多了？点击【mywritings/ai6.html 】进入 “爱”的压力，为什么有人喜欢单身？愛與執著。单身不一定孤独，两个人不一定不孤独。光棍儿和俩人儿，异性恋与同性的，核心是爱，人有了爱才有了生命的灵魂。

爱是一种成长,恋爱不一定有结果 mywritings/ai2.html】进入 大胆的爱，大胆的失恋，因为你要年轻过。爱是一种体验，在体验的世界里，没有成功与失败。

爱的迹象是什么?爱是体验，爱不是结果.【mywritings/ai4.html 女人的内涵可以让爱的体验来的长久。对比杨澜的中年和青年，可以看到她是变得越来越有魅力。一个女人，必须做好自己，才会美。这个爱比较长久。

╭★╯四 个 老 婆╭★╯ 佛对人生的比喻。 mywritings/ren4.html ╭★╯常想一二 张忠谋╭★╯原来如意或不如意, 并不是决定人生的际遇, 而是取决于思想的瞬间。原来决定生命质量的不是八九, 而是一二。

完整的人 = 身体 + 情感世界 + 精神与灵性 ♧ mywritings/ren5.html ♧ 身心灵健康的幸福生活:

人的过去,现在,和将来:更多 【mywritings/ren2.html 】世界是一所大学✦ 命与运 命是过去的因，运是未来的果 ✦ 宽恕的意义不在别人，而在于自己 ✦灵魂是什么✦鬼是一种生命形态 ✦视频：1.死后的境界；✦2.李连杰：了解死亡，才懂得珍惜和感恩每一天；

人的空间-人的空间有7个 ♧ mywritings/ren1.html ♧ 人与人 ♧ 人与自然 ♧ 人与时间 ♧ 人与外星 ♧ 人与神 ♧ 人与幸福

也谈“人不为己天诛地灭” 也谈“人不为己天诛地灭”更多 【mywritings/ren2.html 】古人的这句话并没有贬义，这个“己”不是自私的意思，“己”也不是大奔，不是豪宅，而是我们的“心”。

环保图、环保地图、日用环保图册、绿色地图【mywritings/huanbao1.html 】环保的5W1H “绿色”涵义是环保、健康、安全与节省。无论是饮食、选择化妆品、购买家用电器、装修住宅、节省能源，还是孕育一个小孩，如何在不牺牲你原有生活方式的情况下做出改变。 你会发现不仅能省钱。且同时让生活变得更加美好

最美的女人。女人的美【短的，长的】 【mywritings/ai4.html 】 女人的内涵可以让美来的长久。对比杨澜的中年和青年，可以看到她是变得越来越有魅力。一个女人，必须做好自己，才会美。这个美比较长久。

学历和富有（钱）- 像橘子和苹果，没有什么可比性和联系，它们只是不同的水果，但都甜『mywritings/whatissuccess8.html 』 他们是成功的两个方向，哪个都成，就是不能踏在中间，走远了，两只腿不够长，踩不到两只船上，会掉下来。

素食对健康的益处素食帮助好素颜。『mywritings/vegforhealth.html 』越来越多年轻知识分子、白领、明星、企业家加入素食队伍 。 素食者的发病率低+ 清洁的血液+ 基本碱性 + 消化简单+ 素食能美容：这对很多年轻女士来说是极具诱惑力的。清洁的血液流通对于皮肤很重要。 + 素食能减压

素食对年轻男女的益处: 『mywritings/vegforhealth.html 』 1.一个懂得保护地球、尊重生命的人是有责任感的。 2.荷尔蒙好。素食不伤肾，不会含有兽药残留和尸毒等毒素，大大减轻了肾脏和肝脏的负担。肾强则体健。事实上很多素食男堪称肌肉饱满，精力旺盛。 3.体味不重。这绝对是两人朝夕相处、耳鬓厮磨的福音。 4.心灵成长。外在的财富积累再多也抵不过天灾或人祸；反而扩大爱心、遵从仁道、追求心灵成长却可以成为提升生命意识而吸引吉祥与福气的召唤力。

　打坐就是一个工作，集中智慧眼。一个职业有一个方法mywritings/dazuo.html 要给头脑一种条件反射，一打坐一往生一观音，就舒服得不得了。大作往生听是一种享受。 人生要什么，打坐就像你的工作和职业，按规矩，集中智慧眼即可。

人于一生，有两个要点：吃的与想的。【吃的】应该素食。我们可以享受生活,但是不要建立在别的生命的残忍上。肉食不仅会影响我们的身体，也会影响我们的心理，让我们的心情沉 重，想不明白。【想的】人生是一场修行，世界是一所大学。 『km2000.us/email.html 』

#活熊取胆很舒服吗# 为了自己的所谓的健康而伤害其他的生命，听起来就不大对劲，结果也不会好。坏的运道会防不胜防。眼见为实（seeing is believing) 揭秘“活熊取胆” http://video.sina.com.cn/v/b/61440080-1996147313.html 听起来似乎有理。但是，建立在痛苦之上接的果会好吗？胆汁真的能救命吗？

牛仔大学 - 德州大学 (多图)『myphotos/2011austin/ut/ 』牛大，校园在市区，美，大，人多，亮丽，5万多人，myphotos/2011austin/ut/ 图书馆中文书多（金光大道，艳阳天，西沙儿女等文革的书），学费便宜（5000美子）公立，入学容易）校徽牛牛

德国窑店，瓷都，德国的景泰蓝，(多图)『myphotos/2005germany/bamBerg.html 』德累斯顿，原东德首都(多图) 『myphotos/2005germany/dresden.html 』 德国古迹BamBerg，小镇二战轰炸的保留地段，highly recommended, (多图) 『myphotos/2005germany/bamBerg.html 』 德累斯顿，原东德首都

为什么#王菲#，#大S#，克林顿都成了素食？✦ mycollections/guodegangveg.html 中外古今素食名人录 ☀ 茹素的明星 ☀ 毛主席“基本吃素”☀ 江泽民,陈立夫与素食 ☀ 中南海吃什么

共产主义的瓶颈在人的心 mywritings/gongchan.html 推背图里的共产主义 河南确山20多人de“共产主义”生活

人有善愿，天必佑之举例 ✦mycollections/kangxi.html ✦ 古代明君的故事康熙看病

德州的禅味儿 (100 图片) 奥斯丁-桥、水、与天空 牛仔大学- 德州大学 德州的禅味儿 小美国的人民大会堂 - 美利坚国会里里外外狂拍 点击✦myphotos/2011austin/zen/ ✦ 禅味图片 Zen Pictures 图片大合集：km2000.us/mycollections/zen/

Vegans - Be cautious on 【L-cysteine】: Many packaged breads and baked goods contain L-cysteine—a non-essential amino acid made from dissolved human hair (often from China) or duck feathers (mmmm). Food manufacturers use the ingredient as a commercial dough conditioner, meant to improve the texture of breads and baked goods. Why it’s bad: Eating something derived from the human body violates the religious and ethical beliefs of Muslims and vegans.

情人节祝婚姻长久：婚姻牢固和幸福的真谛 内在与本质的共同点的吻合，才能保证没有貌合神离，同床一梦。婚姻不是表面的相敬如宾但同床异梦 ✦mywritings/marriagemoview2.html 视频：理想的婚姻举例☀李连杰☀王菲和李亚鹏☀山口百惠和三蒲友和

理想的婚姻地基 王菲和李亚鹏 视频：✦ mywritings/marriagemovie2.html 建立理想的婚姻就像建一所坚固的房子，它的基础是一个坚定的地基。这个地基就是两个人有共同的本质的东西，有共同的人生观和价值观。

一道简单而美丽的一道菜（Potluck ），经济、便宜又拿得出手 ☀mywritings/2.html

视频:下一代的笔记本电脑（FUTURE NOTEBOOK，LAPTOP）☀ mycollections/TheGoldenLaws.html ☀ 特点：1笔记本只剩下了一支“笔”。2把笔打开，屏幕则蹦出。3屏幕就是键盘和鼠标。 《时光机》 一部用飞碟旅行过去未来，仙佛境的电影. The Golden Laws --》

等俺有了￥ - 室内装修美呆 ☀http://www.tudou.com/programs/view/3Gf51S76Pg8/

俺的心会飞 的土豆视频 ☀http://www.tudou.com/home/item\_u81544105s0p1.html 金童玉女 - 山口百惠和三蒲友.. 梦里才美 等俺有了￥ - 室内装修美呆 山口百惠人到40德美 感恩节圣诞夜新年豪宅动态音乐.. 搞笑视频：生命的快速如白驹过.. 越南人在硅谷的工作痴 - 女朋.. 硅谷早期珍贵视频，办公室里的.. 日本女孩儿：一秒钟叠衬衣 把丈夫拉回来的过程 - 一个心.. 婚姻，关于七年之痒，关于小三.. 幸福是一种态度，幸福不是一个.. My Light （雾、光与云，美国.. 生命的法律：【关于轮回和宽恕.. 电影节选：人往生后看到的境界.. 西藏德美 结婚与炒股、股票 人生要学习的几个基本功课: 工.. 视频, 王菲：人生的缺憾和接受.. 了解死亡时人生的一课，才懂得.. 生活，一个是生，然后是活. 先.. 做你自己 : 成功的真实意义 视频：美丽的斯坦福大学 园艺美呆

俺的心会飞 的土豆视频 ☀http://www.tudou.com/home/item\_u81544105s0p1.html 金童玉女 - 山口百惠和三蒲友.. 梦里才美 等俺有了￥ - 室内装修美呆 山口百惠人到40德美 感恩节圣诞夜新年豪宅动态音乐.. 搞笑视频：生命的快速如白驹过.. 关于七年之痒，关于小三.. 幸福是一种态度，幸福不是一个.. http://www.tudou.com/programs/view/fBUHTVAar4o/

熊猫的情人节,孤独啊：） mycollections/solitude.html 段视频讲得好：孤独不是寂寞，他们是两个东东，关键在于内心的世界，一个是空的，一个是满的。 关于孤独，关于光棍儿，满足与充实，内心的爱与满

见到上帝的那一天 （Video: The day to see Hirm) ☀http://video.sina.com.cn/v/b/71250461-2485452903.html

争取最好的老板，准备好最坏的老板,如何看对待苛老板 ☀http://video.sina.com.cn/v/b/71243132-2485452903.html

当今的奶制品与“阴盛阳衰”。国内与国外都有报道，21世纪的女孩儿发育都变早了，原因是什么呢？是奶制品里的雌性激素。既然是雌性的，当然结果是阴盛阳衰：女的发育多，男的发育少。☀mywritings/milk.html 所以，得了阳痿，要注意避免奶制品。奶制品包括牛奶，奶酪，奶油，蛋糕，各种带奶的点心。（读更多：奶制品里为什么有雌性激素？因为可以多赚钱。

越喝牛奶越缺钙。西方第一、二世界的以牛奶及奶制品为主的的膳食在过去20余年的“实验结果”表明西方人的骨头比第三世界的人要疏松得多。读更多： 奶里有钙，但奶就不给你：☀mywritings/milk.html 正确的钙：深绿蔬菜

乳腺癌与奶制品。奶里的添加的雌性激素。更多：☀mywritings/milk.html 当今的奶制品与“阴盛阳衰”, 为什么在牛奶里加雌性激素，因为可以多产牛奶.

用替代法而不是用"NO"。永远都是用更好的来代替直接去抵制和NO。转移疗法，用一个东西代替，离开那个境界 。☀mywritings/attitude.html

地沟油和猪肉牛奶，50步笑100步 ♣ mywritings/save4.html 鸡、鸭、鱼、肉、蛋、奶的制作来源和方法，和它们变得便宜的手段，和地沟油又有多少差别？

吃的文化：生理需要和心理需要 更多->♣ mywritings/howtoeat5.html 现代的文明世界，人的“吃”，已经不光是为了温饱，还包含了很多的社会需要，所谓生理和心理的双向需要。

穿#皮草#对心理健康和幸福指数的影响, 因为你的一件衣服，而杀掉一条命，这不是一件好事。更多：☀mywritings/save3.html☀没有法律会因为你穿皮草而治罪，只是心理的法律会制裁你，用你的坏心情，用你的坏运气。

明醉在美国，德国等地的意境随拍 myphotos/ 旅行的意义，意境，照相的意义 德国三月美国硅谷爬山美国九寨沟斯坦福大学德州首府奥斯丁玉照几百. 德国三月， 雪，莱比锡，柏林，德累斯顿AMD，瓦格纳，BAMBERG，MEISEN瓷都，照片几百张

世界是一个全景，眼睛看到的不是一个框，而是一个面，这是照相机和眼睛的区别。所以取框很重要，框里的布局和结构有学问，需要关注，特别是别人要你帮忙拍合影，要把构图搞好。更多：myphotos/

用光：数字相机的快门儿都有轻重两下，轻的一下，是固定焦距与光线，重的一下（按到底，咔 一下）才是拍摄。还有，画面内的整体亮度决定了数字相机的曝光度，调整和移动画面，会产生不同的光线效果。（利用光线的摄影例子：如此巧妙的调光技巧，你是如何办到的呢）更多：myphotos/

照片的神气：无论是景，还是人物，动物，都要有神，都有生命力在照片里。这种生命力，在那一瞬间，有可遇而不可求之感，拿到了，真的是一种享受。（一个例子，第一张）更多：myphotos/

旅游的意义不是炫耀：我去过这里，也去过那里，这是照片，等等。这个旅游是给别人看的，不是给自己的。旅行的意义在于当时的感受和意境。更多：myphotos/

也不要为了旅游而旅游。为了度假，要去一个地方，跟一个旅行团吧。也是可以这样做，但是态度要正确，不是要留个影，留个纪念，意义在欣赏那一刻。更多：myphotos/

意境不一定是在名胜古迹。在你生活的周围，就有很有意境的图面。酸葡萄这样写:) 喜欢, 但并不一定拥有。像绿色的空气, 像旷旷的田野, 像干净的马路。你不拥有它们, 但喜欢是你的, 他们是你的感恩。更多：myphotos/

地沟油和猪肉牛奶，50步笑100步 ♣mywritings/save4.html 鸡、鸭、鱼、肉、蛋、奶的制作来源和方法，和它们变得便宜的手段，和地沟油又有多少差别？

什么是修行，怎样修行，外在修行, 内在修行 ♣ mywritings/xiuxing2.html

人生是一次旅行♣ mywritings/rensheng2.html ♣ 人的时间：出生不是真的开始，逝去不是真的结束。 人的空间: 人本 人是什么。生命。 人与人 男女 。 婚姻 。 教育 。 人与自然 科学。 宇宙 。造化。 人与时间 长生不老 。前世今生 。 人与外星 外星人ET。 人与神 上帝 。天国 。宗教 。 人与幸福 开悟、满足。人生与智慧。

也谈“人不为己天诛地灭”更多 【mywritings/ren2.html 】古人的这句话并没有贬义，这个“己”不是自私的意思，“己”也不是大奔，不是豪宅，而是我们的“心”。

╭★╯四 个 老 婆╭★╯ 佛对人生的比喻。 mywritings/ren4.html ╭★╯常想一二 张忠谋╭★╯原来如意或不如意, 并不是决定人生的际遇, 而是取决于思想的瞬间。原来决定生命质量的不是八九, 而是一二。

生活，一个是❝生❞ ，然后是❝活❞。先生而后活。 ★ mywritings/ren3.htm ★ 所以生活代表“生”和“活”两个意思。中国字，就是有它的美。在生存没有问题后，活着就变为一种修行。视频：王志文：人的基本需要：生存和心的要求。人与道。

肉类，牛奶和鸡蛋，用什么代替品呢？ ❤ mywritings/howtoeat2.html ❤ 人类之所谓对肉的营养需求，主要是他的蛋白质。豆制品或是肉类都是蛋白质，都要被人消化后，转化为氨基酸，再变成肉。但是现在的肉类制造业很商业化，为了减低成本，提高产量，抗生素、荷尔蒙 满满，现在的肉里的毒素超过了它提供的营养，吃下去这些肉类的蛋白质，同时也吃下去了这些慢性毒药，这些慢性毒药早晚有一天会发作。图: 油豆腐皮代替鸡蛋 西红柿炒素蛋 什么是素蛋啊 蕃茄素炒蛋 豆类产品，多谷米粮才是适合人类的，没有副作用的最佳蛋白质来源。 这本来就没有什么替代之说，讲代替，是更正成人已经构成的不正确的饮食习惯。

素食者的营养搭配原则 植物性饮食的营养搭配 ❤ mywritings/howtoeat4.html ❤

2010

成功的定义 成功的人生==成功的事业： ♣mywritings/whatissuccess2.html 成功的人生是 正确的人生态度。而成功的事业也不等于技能和书本，必须还要有“内功”。

如何看名人，名人如何看自己，名利的利用 文章来源，更多。。我的个人网站：♣mywritings/whatissuccess3.html 名人与做广告：做什么广告麻烦少？

"名人就是一裤衩，什么屁不得接呀" ♣ mywritings/whatissuccess4.html 如何看名人，名人如何看自己，

做车头好还是做车厢好？名人好还是普通人好？周先生不是毛先生，但是两个人都做得很出色。做好你的本分就好。文章来源，更多。。我的个人网站：mywritings/whatissuccess5.html

一本关于成功的正确概念的书 (摘要 ->>)<< 做你自己 - 彼得。巴菲特 - 巴菲特的儿子的儿子的书 >> mywritings/whatissuccess6.html 克林顿、比尔·盖茨、李开复、杨澜、徐小平等逾30位政商界领袖自发推荐！一本 关于成功的正确概念的书，一本工作、生活、财富观的心灵成长之书！

股神巴菲特 + 乔布斯成功的禅味儿产品 + 马云：21世纪的成功观 ♣mywritings/whatissuccess7.html

人都需要哪些基本营养(列表） ❤ mywritings/howtoeat3.html 六大必须营养素 (Six Essential Nutrients)

给大脑“减”餐：吃穿住用和职业的心理负担 更多。。我的个人网站： ♣ mywritings/save2.html 心理上的疾病与吃穿住用和职业相关联，它会以某种形式危害我们，像是疾病、麻烦、精神耗弱或心理不健康。不要抱怨自己的病从哪里来，也不要抱怨运气不好。

股票与股神 股票5原则：☀ mycollections/marriageandstock.html 1股票是一种投资行为， 2股票不是一种投机行为 3股票不是赌博。4投资给有希望的工程，有前途的企业 5股票是闲钱的投资，而不是身家的赌注

身体健康和#心理#健康。为什么忧郁症变多了？更多。。我的个人网站： ♣mywritings/save1.html 忧郁症是心理疾病，心理上的疾病，和人的环境和成长背景有关，但常被人忽略的是，心理的疾病与饮食有着密切的关系。

吃素的人越来越多了（当然不只是佛教徒）原因是，现在的肉问题太多了！素食者越来越多大概有几种原因。更多♣mywritings/meatornot1.html 上世纪80年代，我国的素食者基本限于佛教徒的圈子里。如今，越来越多年轻知识分子、白领、明星、企业家加入素食队伍。

关于盐，盐糖与健康 ♋ mywritings/sugarandsalt.html ♋盐，在近几年与心脏病相连。这个”盐“，到底是个什么东东？怎样选择正确的盐？ 海盐的迷思 小心精糖。

婚姻的六项基本原则：点击 ♣ mywritings/mw3.html ♣ 1.两个人一起走，要看着同样的方向 2.有时也要看看多方的眼睛 3.两只手要互相拉着 4.前面的世界很精彩 5.走在铁轨上，要小心 6.掉轨了，再爬上来

20年的婚姻，梦里的实现：山口百惠和三蒲友和 25周年 （图片+视频）♣ mywritings/ymmarriage.html 现在，他们也人到中年了，可是他们看起来还是那么美，因为他们的内在是实在的。

组图：炸酱面与炒土豆片【mywritings/zhajiangmian.html 】视频：素肉炸酱的做法 （赵忠祥示范）

薄熙来 - 爱民一族：mywritings/leaders.html 【理想的国家、政府与人民】21世纪，全人类都要走上这条共同富裕之路。【“共同富裕”和“大锅饭”区别和界限】共同富裕是一种先进的文化 【正确的人生观和价值观】人生真正的财富是什么？是钱财吗？它害了多少人！积极做事，为国家、为百姓做事，才最高尚，也最充实！

也谈李双江，张国立（总统，总里）的孩子 【mywritings/60708090.html 】最近，李双江，张国立，包括国家的领导人员的子女，有很多非议。他们即使是事实，但是也有很多误解。公平的讲，如果你当了父亲，你应该会了解这些父亲的心情。他们也都是父亲，人类最基本的一个职位。公众人物，只是他们的一个头衔。从人民公仆的角度看来，他们本身都很优秀，不能以他们子女的“偏”来盖他们为人的“全”。古人讲。修身齐家，治国平天下。齐家不是一项简单的工作，他还排在治国的前面，应该体谅这些父亲们。

简单生活不是贫困生活，而是一种时髦。更多。。我的个人网站：【mywritings/simplelife.html】 这个时髦是内在的，别人拿不走的，属于将来的809000后的。那些外在的追求，真的是我们内心需要的东西吗？好书：《简单生活指南》

省钱不是因为穷。好书：《简单生活指南》简单生活不是贫困生活，而是一种时髦。更多。。我的个人网站：【mywritings/simplelife.html】 这个时髦是内在的，别人拿不走的，属于将来的809000后的。

#贞操# 贞洁不是身体，爱才是。更多 ♣ mywritings/ai.html 心是你人生旅行唯一能够拿走的物件，而不是你的贞洁。当然，这个心不是指你的心脏。 我们如今各种各样的爱，无论是亲情之爱，友情之爱，还是男女之间的性之爱，远远不如我们的祖先那样有“心”， “心”是爱的精髓。

自制情景影片 - 情与景，意与境 - 癞蛤蟆眼里的天鹅世界 ♣ myshoots/

为什么这些变多了：破鞋，小三，外遇，第三者，婚外恋。时代的变迁，理念的变迁，什么是应该坚持和保持的道德和理念？ ♣ mywritings/mw2.html 为什么小三儿变多了？小三儿的爱

爱是一种成长,恋爱不一定有结果 ♣ mywritings/ai2.html 爱是一种体验 | 如果你没有吃过苹果，你听不懂友人谈论苹果的感觉。每个人的生命，也许会有一天，你和你的神性交和，那种体验，像苹果的滋味，不是可以描述的，但可以相比。爱是一种学习 : 真正的爱，不是从自己的考虑去爱，而是要看它的需要而施爱。

完美的爱是神性的爱: 爱有许多种：小三的，恋人的，爱情的，亲情的，朋友的，神性的，味道各有不同，但甜是祂们的共性。小三的，短暂而激荡，恋人的，是单纯与激情； 婚姻的，是牛粪与鲜花；同性的，也是一种恋人的爱；亲情的，是关爱；朋友的，是不舍；光棍儿的，是禅心；神性的，是陶醉。爱的味道有甜，因为它给人的感觉是美好的。点击【mywritings/ai3.html 进入

感恩·是什么？谁的恩？不了解这些，就无从感恩。更多。。我的个人网站【mywritings/humble.html】 大家都已经熟知的四重恩是对世界，对别人的感恩。那么，对于自己，对于神奇的自我，要感恩些啥呢？

没钱就不用花 更多。。我的个人网站：【mywritings/richness.html】 在钱上进行攀比活动是一种不自信和上当的傻行为。生命中有很多东西，可以给我们快乐和满足，而且不用花太多钱。即使家里没有家具，也一样可以过活。负钱：带来“负”的幸福的钱

新世纪的感恩节:奥巴马感恩节前赦免两只火鸡(组图) 更多。。我的个人网站： 【mywritings/obamabrazilvegan.html】 2011 ThanksGiving in Whiteh House: President Obama has a turkey-free thanksgiving, set two turkeies free! (photos)

给大脑“减”餐：吃穿住用和职业的心理负担 更多。。我的个人网站： 【mywritings/save.html】 心理上的疾病与吃穿住用和职业相关联，它会以某种形式危害我们，像是疾病、麻烦、精神耗弱或心理不健康。不要抱怨自己的病从哪里来，也不要抱怨运气不好。

视频：大长今和成龙，有着大师常用的同一种教育：重复地做一件看似无聊的的动作，了解对方，让学生自己了悟其中的禅意。视频：成龙训练功夫小子的“态度”。【mywritings/bossandyou.html】 每个人都要学习一种功课：把自己放在别人的位置，这几乎是爱的一项基本功。所以不光要有知识，还要了解要服务的对象。【mycollections/dachangjin05.html】

没钱就不用花 更多。。我的个人网站：【mywritings/richness.html】 在钱上进行攀比活动是一种不自信和上当的傻行为。生命中有很多东西，可以给我们快乐和满足，而且不用花太多钱。即使家里没有家具，也一样可以过活。负钱：带来“负”的幸福的钱

人死了会带走什么？时至21世纪，唯物论已经过时了，大家都知道在人的生命的前世和后来，生命本身还在延续。。更多。。我的个人网站：【mywritings/renandtime.html】

网络勾起了人类爱分享的冲动。更多。。我的个人网站： 【mywritings/gei.html】

负钱：带来“负”的幸福的钱 更多。。我的个人网站： 【mywritings/richness.html】 负钱的概念：指带来负数价值的钱，带来心理疾病的钱。

素食是最好的绿色 更多。。我的个人网站： 【mywritings/meatandenvironment.html】

视频： 女朋友的手是鼠标。文章来源，更多。。我的个人网站：【mycollections/overwork.html】 硅谷的工作癫 他终于疯了。。。

视频：叠衣服只用一个动作 更多。。我的个人网站：【mycollections/shirt.html】 聪明的日本人

笑一笑视频：王大拿呀王大拿，你要我干啥我干啥，更多。。我的个人网站：【mycollections/seeyouwheniseeyou.html】 金三顺，Ocean 11, 12, 13 see you when I see you

2009

素食语录 环保语录 低碳生活的语录 更多。。我的个人网站：【mywritings/zatan.html】

身体健康和#心理#健康。为什么忧郁症变多了？更多。。我的个人网站： 【mywritings/save.html】 忧郁症是心理疾病，心理上的疾病，和人的环境和成长背景有关，但常被人忽略的是，心理的疾病与饮食有着密切的关系。

所谓鲜花和#牛粪#，有他的相对性，只要两个人喜欢。更多。。我的个人网站：【http://t.cn/ht33CQ 在某些人看来，牛粪比鲜花更好。再说一遍，是两个人的感受，与金钱，地位等社会标准没有必要的关系。

肉食，奶制品和#肥胖#的关系：【mycollections/jing/Human%20Handbook/Handbook3-1.htm 肥胖不是吃得太多，而是排得太少。身上的肥肉遵循一个简单的加减法：肥肉 = 吃下的 - 排出的 = 留下的。在我们的体内，现在的肉类，奶制品等高脂肪食物，人工的添加激素，抗生素太多，人体无法辨认是去是留，造成他们留在体内。

小三de爱he婚姻：更多。。我的个人网站：【mywritings/ai.html】 爱有许多种，小三的，恋人的，亲情的， 朋友的，神性的，味道各有不同，但甜是祂们的共性。小三的，是短暂而激情的，恋人的，是单纯与激情；亲情的，是关爱；朋友的，是不舍；光棍儿的，是禅心；神性的，是陶醉。爱的味道有甜，因为它给人的感觉是美好的。如果爱不是无私，如果爱期待回报和交换，那就有了苦。这就是爱的功课，这个功课是你的，不是别人的。

智商最高的人，常常选择最简单的日常生活方式；情商最高的人，常常选择最简洁的情感表达方式。更多。。我的个人网站：【mywritings/wisdom.html】

成功的人生不是成功的事业：成功=技能+内功：更多。。我的个人网站：【mywritings/whatissuccess.html】

喜欢，但并不一定拥有：隐含一种人生的哲理。我们喜欢的时候，我们的心是开的。更多。。我的个人网站：【email.html】

视频：美国开车,美丽的亚美利加 更多。。我的个人网站：【mycollections/butifulusa.html】 美国硅谷爬山 Lake Tahoe, 美国北加州，天然湖泊，斯坦福大学， 德州的首府奥斯丁玉照几十张

视频:下一代的笔记本电脑（FUTURE NOTEBOOK，LAPTOP）更多。。我的个人网站：【mycollections/The Golden Laws.html】 特点：1笔记本只剩下了一支“笔”。2把笔打开，屏幕则蹦出。3屏幕就是键盘和鼠标。麦田圈: 外星人的笔记 太阳能：太阳的光里有宝 科学技术对人类的利益谈 日本地震眼里的核电站 人类科学发明的反思 科学与宗教 科学的主观层面 未来的地球科技 能源 绿色产业 用海洋里的Na来发电，这种能源属于永续能源

Ellen DeGeneres 在Tulane University的毕业演讲 做你自己 : 成功的真实意义，年轻的时候想成名成家，得到了成功之后，When you grow up you realize what the success is. everything will be okay 到了中年之后才知道成功的真正意义是什么。更多。。我的个人网站： 【mycollections/yudan\_education.html】

世界是一所大学：在大学里，我们的任务是学习，我们的任务不是成就。世界也一样，我们没有改变世界，而是通过和世界的交换过程了解自己。更多。。我的个人网站： 【mywritings/rensheng.html】

本色演员是最成功的角色：车头好还是做车厢好？名人好还是普通人好？周先生不是毛先生，但是两个人都做得很出色。做好你的本分就好。文章来源，更多。。我的个人网站：【mywritings/whatissuccess.html】

#感恩节# 视频: 美国Virginia州豪宅动态音乐与灯火系统 【mycollections/Xmas.html】 的绘声绘影之家. 疯狂！

#最想要的墓志铭#富兰克林为自己写的墓志铭：印刷工本杰明·富兰克林

印刷业者本杰明·富兰克林的身体（你一本旧书皮，内容已经撕支，书面的印字和烫金也剥掉了）长眠于此，作蛆虫的食物。然而，作品本身绝不致泯灭， 人生是一场心的旅行 更多。。我的个人网站：【mywritings/renandtime.html】

网络勾起了人类爱分享的冲动。更多。。我的个人网站：【mywritings/gei.html】 人之初，性本善。这是三字经的头一句。实际上，付出是人的本性。给的目的是拿，这是后天教育的结果，是我们教育的问题，

现在的肉和奶得到的过程太苦了。饱含了痛苦和否定的心理能量。人吃下去，长期下来，没有心理疾病才怪。更多。。我的个人网站： 【mywritings/save.html】 你对你的亲人，家庭不好，虐待他们，你的结果，你的心情都不会好，这是99%以上的人的感受。

机巧和意境。视频,刘震云:大师是非常笨的人。阿甘。郭靖。更多。。我的个人网站：【mycollections/forestgumpjinsanshun.html】 世界上有两种东西，可以讲述的，和只可以体会的。前者叫知识，后者叫体验。大部分6070后的人们常常忽略第二种，因为它不是与物质，与利益，直接挂钩的。少部分没有，像刘震云，像金庸，像老子，“道可道，非常道”。 体验是人生，是精神，是信仰，是爱，没有理由可以形容，一种郭靖与阿甘的单纯和无知，这种傻蛋实际上是一种美，难怪上帝会眷顾他们。

#裸婚#与炒股：现在大势不好，别急着进去，观望：更多。。我的个人网站：【mycollections/marriageandstock.html】

董事长（创业者，领袖）和CEO（经理，首席执行官）的区别： 更多。。我的个人网站：【mywritings/bossandyou.html】 董事长和CEO应该属于两类人，比如乔布斯和比尔盖茨，董事长和经理只是有区别，但并没有什么优劣高低之分，只是人的特性不同和分工的不同。不要用上个世纪的旧观念来定位你的价值观。名利的观念，虽然还在流行，但8090后会把他们变成过去时。

#工作#的意义 - 我们为了什么而工作？ 更多。。我的个人网站：【mywritings/bossandyou.html】 工作 =技能+内功 =钱+了解自己。工作是一种体验，人生是一场修行。不撞南墙不回头，强调的是一个结果，而否定了学习的过程。人生是一个学习的经历，外部世界只是一个媒介，过多的教育硬件，强调结果，会造成他人生的一种缺憾。

视频：成龙训练功夫小子的“态度”。更多。。我的个人网站：【mywritings/bossandyou.html】 态度是一种习惯，好的工作态度是一生的财富和好处。这种训练看起来也许很笨，很不机巧，却是一种基本的智慧。

慈善，一个美好的名词和事业，它的真正含义和它的代价是什么，也许大多数中国人还没有理解。更多。。我的个人网站： 【mywritings/charity.html】 因为慈善，帮助了需要的人们，不仅给别人带来了一种心情，也给自己带来一种什么心情。这种“爱”的心情，才是所谓“慈善”带来的真正的含义

视频：好的工作态度的养成就是一个人的内力和内功 文章来源，更多。。我的个人网站：【mywritings/bossandyou.html】 成龙训练功夫小子的“态度”。态度是一种习惯，好的工作态度是一生的财富和好处。这种训练看起来也许很笨，很不机巧，却是一种基本的智慧。

接收感恩和欣赏人生是一种恩典和成熟：更多。。我的个人网站：【mywritings/rensheng.html】 人生的这两端，提供不同的课堂，让我们学到不同的功课，学到了，人生才明白。

2008

食品工业的道德法庭 更多。。我的个人网站：【mywritings/save.html】 吃什么，是个人的选择和健康。做什么，多是以厂商们的盈利为先。说什么，多要看媒体谁来买单。吃喝问题，要用自己的健康来检验，不要太相信数据，也不要太相信炒作。

出生不是真的开始，逝去不是真的结束。人生是河流, 人生是过客, 不要迷恋,不要执着。 更多。。我的个人网站： 【mywritings/si.html】

骨质疏松年轻化 你的骨头松了吗 - 动物蛋白（尤其是牛奶, 蛋）能显著增加癌症的发病几率。牛奶和乳制品摄取最多的国家，骨折率最高，骨骼也最差。文章来源，我的个人网站：更多。。 【mywritings/milk.html】 豆浆是牛奶的完美替代者

人不一定要向高处走。更多。。我的个人网站：【mywritings/zhong.html】 上善至水，这是老子的话。水的善在于谦卑，在于海纳百川。高处有风景，可是也有不胜寒。那么，高还是低？人间的定律是阴阳平衡，人生不在“最”，人生在“中”。任何事，不在高和低，而在于中庸。留一点不完美，也就是完美，因为完美与不完美是一对阴与阳。右图的杯子，像是有一个缺口，实际的禅意是有缺口的完美。不碍事的缺口，正好可以用来搭茶绳，是阴和阳的完美利用。

亲爱的，不要升级！谈计算机和IPHONE操作系统的升级诱惑。最近的IPHONE操作系统免费提供升级到#OS5#。使用者的反应是，有耗电过大的纰漏。 更多。。我的个人网站：【mycollections/stevenjobs.html】 任何事，留一点不完美，就是完美，因为完美与不完美是一对阴与阳。人间的定律是阴阳平衡，人生不在“最”，人生在“中”。有图的杯子，像是有一个缺口，实际的禅意是有缺口的完美。不碍事的缺口，正好可以用来搭茶绳，是阴和阳的完美利用。

关于宽容：#宽恕#的意义而在于自己。讲宽恕，已经假设了别人欠了自己什么。文章来源，更多。。我的个人网站： 【mywritings/renandtime.html】 这个假设。。 世界上 都强调“宽恕”。因为我们不能肯定别人真的欠了我们，我们的报仇可能是错的，正确的行为是宽容。宽恕像是美德，给了别人什么东西，实际上是给

现在的肉和奶得到的过程太苦了。饱含了痛苦和否定的心理能量。人吃下去，长期下来，没有心理疾病才怪。更多。。我的个人网站： 【mywritings/save.html】 你对你的亲人，家庭不好，虐待他们，你的结果，你的心情都不会好，这是99%以上的人的感受。

为什么忧郁症变多了？更多。。我的个人网站： 【mywritings/save.html】

忧郁症是心理疾病，心理上的疾病，和人的环境和成长背景有关，但常被人忽略的是，心理的疾病与饮食有着密切的关系。

什么是女性的尊严？是性吗？不是。是自我！文章来源，更多。。我的个人网站： 乐本来就是自己的, 幸福不在别人身上 【mywritings/le.html】

这段#视频#讲得好：孤独不是寂寞，他们是两个东东，关键在于内心的世界，一个是空的，一个是满的。 (fr.复旦大学陈果老师公开课) 更多。。我的个人网站 【mycollections/solitude.html】

光棍儿的爱 - 单身与不单身，为什么单身的越来越多了？ 文章来源，更多。。我的个人网站：【mywritings/ai.html】 “爱”的压力，为什么有人喜欢单身？

什么是博士 文章来源，更多。。我的个人网站：【mywritings/dr.html】 美国犹他大学的助理教授Matt Might，用这组图解释，博士学位到底是什么意思。

#视频#找对象与炒股票 文章来源，更多。。我的个人网站：【mycollections/marriageandstock.html】 醉时同交欢，醒时各分散，大多数的夫妇和爱侣伙伴都是如此。人生是一场梦，况两人乎？了解这场梦不等于不珍惜两个人在一起的分分秒秒，了解和明白是为了各自的好。

☀视频集：关于教育，关于学习，关于内功 更多。。我的个人网站：【mycollections/yudan\_education.html】 　彼得。巴菲特,于丹, 克林顿和希拉里, 最终的礼物, Ellen DeGeneres 毕业讲演, 乔布斯在斯坦福大学

11.11.11 #光棍#儿节 光棍儿的爱 - 爱有许多种，恋人的，亲情的， 朋友的，神性的，味道各有不同，但甜是祂们的共性。更多。。我的个人网站：【mywritings/ai.html】 恋人的，是激情；亲情的，是关爱；朋友的，是不舍；光棍儿的，是禅心；神性的，是陶醉。爱的味道有甜，因为它给人的感觉是美好的。

愛與執著，“爱”的压力，为什么有人喜欢单身？更多。。我的个人网站： 【mywritings/ai.html】 单身独处寂寞，不一定指不结婚，单身独处指每个人都要有独处的时间和空间。 单身的爱，是禅心，是神性，是陶醉。婚姻家庭过于紧密，压力就产生了。两个人了解了这点规律，就会彼此尊重这点空间，这点时间。

　 骂是一种灵感的来源 文章来源，更多。。我的个人网站： 【mywritings/60708090.html】骂不好听，所以很多人把它当成贬义。 对于调侃的骂只需大度，对于合理的骂要予以关注，因为这是自己了解自己的人生镜子。骂的心理效应比夸要大，因为它是否定的意见，一件坏事的心理影响要抵得上九十九间好事的影响。

#记者节#炒作的“技巧”，关于炒作和新闻的真实性 更多。。我的个人网站： 【mywritings/60708090.html】中国人都会说“慧而不用”。应该了解炒作的心理效应和规律，但是不应该效法炒作者不真诚的心。

负钱 - 带来#心理#疾病的钱 更多。。我的个人网站： 【mywritings/richness.html】现代社会常常以钱来排序职业的优劣。钱可以用来买东西，带来物质上的快乐，不过大家都听说过，钱也不是万能的。有很多幸福，用钱是买不来的，因为他们是“负钱”。有很多时候，有钱的人并不幸福，因为负钱买来了“负”的幸福。

醉时同交欢，醒时各分散 更多。。我的个人网站： 【mywritings/manwoman.html】

没有贬义的意思，大多数的#夫妇#和爱侣伙伴都是如此。人生是一场梦，况两人乎？了解这场梦不等于不珍惜两个人在一起的分分秒秒，了解和明白是为了各自的好。

中国的环境在变好，这是不争的事实。中国时至21世纪，尊重每个人心的权利，是时候了。 更多。。我的个人网站： 【mywritings/zhong.html】

中国统一了，和平了，没人饿死了，没人造反了，人民的生活水平好了，国家也没人欺负了，中国已经具备了尊重人权的资本。

乔布斯卖的苹果 - 苹果公司的苹果为什么被咬了一口？乔布斯的禅学理念与产品风格探讨，美学与科技。更多。。我的个人网站： 【mycollections/stevenjobs.html】乔布斯和比尔盖茨的友谊 - 计算机时代的开端和个人电脑的完美分号； | 乔布斯卖的苹果 - 苹果公司的苹果为什么被咬了一口？乔布斯的禅学理念与产品风格探讨，美学与科技。| 为什么乔布斯去世动静这么大？| 乔布斯 成功的产品 - 遵从人性 - 遵从常识 | 现在的电脑业，计算机树 | 苹果CEO乔布斯在斯坦福大学的演讲: 人的三件事 | 史蒂夫乔布斯和比尔盖茨的友谊 | 作为老对手，比尔盖茨与苹果总裁乔布斯之间发生的一些“互骂”事件 | 缅怀乔布斯的禅学人生

也谈“人不为己天诛地灭” 古人的这句话并没有贬义，这个“己”不是自私的意思，“己”也不是大奔，不是豪宅，而是我们的“心”。 更多。。我的个人网站： 【mywritings/ren.html】

人应该实在：人最爱的是自己，人不为己天诛地灭。但要真正了解“人”是什么！“人”不是大奔，“人”不是豪宅。人是“开”大奔的人。人是“住”豪宅的人。

新浪视频 > 播客 > 仙境美景 + 八兔 更多。。我的个人网站：【mycollections/rabbit.html】

11.11.11单身=/=孤独 给单身的 百年一遇的光棍节 = 11.11.11 = 六一儿童节。给光棍儿和单身朋友们的祝福和说教：）-》 孤独=/= 寂寞 | 更多。。我的个人网站：【mywritings/ai.html】 <- 爱。恋人之爱。神性的爱

未来人类的科技，将主要在能源与绿色产业开发。太阳能，海洋能，会被开发 ---- 我的个人网站： 【mywritings/futuretech.html】文章来源，更多。。

成功的事业=技能+内功：文章来源，更多。。我的个人网站： 【mywritings/whatissuccess.html】成功的人生 = 正确的人生态度: 成功的人生==成功的事业

素食=自，动，球 为自己，为动物，为地球 。。文章来源，更多。。我的个人网站：【 为自己，自己的健康，身体的和精神上的为动物，动物 ， 一般人并不大清楚盘中的食物是怎么来的...为地球，地球， 畜牧业对环境和地球巨大破坏...

地沟油和猪肉牛奶，50步笑100步 。。文章来源，更多。。我的个人网站：【mywritings/save.html】为什么地沟油被骂？因为地沟油的原材料是从劣质猪肉、猪内脏、猪皮加工 .. 那么我们现在吃的肉，海鲜，牛奶呢？它们的原材料是什么？

负钱：只带来负数价值的钱。任何的东西，要么是对人的身体有害的，像烟，肉，奶制品，方便面，地沟油，这些东西问题很多，不利于自己的的心理，是不值得的赚钱方式。不值！这种负钱不值得挣。。。文章来源，更多。。我的个人网站：【mywritings/richness.html】

宗教和鸦片de区别 宗教的确可以可以让人着迷，象电子游戏一样，象鸦片一样。不一样的地方，是 文章来源，更多。。我的个人网站： 【mywritings/belief.html】

#2011年十大热词#素食是最好的绿色 + 人生是一场修行 + 世界是一所大学 + 名人就是一裤衩，什么屁不得接呀 + 地球很生气，后果很严重 + 天灾与吃肉的因果关系 + 博克是心与心的交往 + 互粉的意义 + 慈善流氓陈光标与慈善孙子李连杰 ， 更多【index2012.html 】

达人与素食，素食与时髦。大S和几十个达人的素食

★ mycollections/bigS.html ★名星的素颜，素食与素颜。素食是一種私生活，不是很多人都想公開。如果素食的人選擇公開，是一種勇氣和對世界的希望，尤其在當代，素食對個人，對地球都有利益。

随机播放mp3 (十几首）〖mp3/mp31.html 〗泰国女孩，有佛祖相，〖 mycollections/zen/thai\_buddha\_girl.html 〗 圣洁与虔诚

2007

莲动下雨舟，动态荷花集锦 十几个动莲动画，素材取用：【http://t.cn/zOvGMqo】

　莲动下雨舟，动态荷花集 mywritings/3lotus.html 好听的+好看的：】mycollections/zen/ 【 可爱的孩子 可爱的动物 兔爷 禅味图片

人本 ❤ 人与人 ❤ 人与自然 ❤ 人与时间 ❤ 人与外星 ❤ 人与神 ❤ 人与幸福❤ ◆◆

〖 静思生活〗 慧与静, 我们静下来的时候，很多事情的答案会出现。♥mywritings/wisdom.html ♥ 右视频：白岩松，王小丫：慢生活与发呆的好处

〖 可爱动物图片专辑集锦 〗孩子与动物是世界上最美好的画面，图片大合集：【mycollections/animals/ 】

关于朋友的故事-路遥和马力。✪mywritings/bossandyou.html ✪经营关系（主管-雇员，搭档）关系是一条铁轨，前途很明亮，一直在往前走，还需手拉着手，又互相的观望，又要看着前进的方向。

视频：#功夫熊猫#》熊猫也开悟 。功夫熊猫里面的人物禅机：♣mycollections/panda.html♣ 为什么机巧选狐狸，祖师爷选乌龟，龙的传人选是熊猫，慢与苯与大师的关系

为什么睡不着？因为肉食。欠人情，睡得着吗？一个道理，肉里包含太多的苦情，吃了，也睡不好。以前的牛，生前还都自在，现在呢？更多：【mywritings/meatandhealth.html 】

美丽的美利坚上空,航拍美国.飞机上拍美国,硅谷上空,飞机上拍盐湖城(夜景),2012年硅谷机场 ♠myphotos/2011austin/airusa/index.html ♠ 魅力的奥斯丁桥,早景.奥斯丁桥早上的太阳和月亮(同一时刻,两个方向).无牵挂的奥斯丁homeless,睡在奥斯丁桥上,♠myphotos/2011austin/austinsunandmoon/ ♠

美利坚的无家可归者，睡在奥斯丁桥上，自在，与江水同梦 ♠myphotos/2011austin/austinsunandmoon/target3.html ♠

myphotos/ 航拍美利坚 德州的首府奥斯丁】玉照几百张。桥、水、与天空 牛仔大学 禅味儿 小美国的人民大会堂 17miles 建筑系学生 The Cayman Islands) 风景极佳，但也很贵 夏威夷Hawaii (51) 拉斯维加斯 (42) 德国的墓地和教堂。来一趟不容易，去的要风光些。确实很美。(66) 美国买房，搬进以前和以后(25) Redwood 美国紅木 (8 图片) 旧金山的金门桥 (7 图) 故居

最美的女人 ♥mywritings/ai.html ♥ 看了半天,才觉得入心的美包含了女人的内在的爱. When woman is in love,the happiest moment of a woman: 1. when a man offers her a engagement ring; 2. when she tell her husband that she is preganent.

也评爱情呼叫转移,命运呼叫转移,和神鬼愿望(Be Dazzled).所有的爱情和婚姻都好,都不用换,要换的是我们自己,我们的价值观和想法,态度,我们没有找到我们自己的心,去欣赏已经存在的生活,而去梦想其他的生活会更好 ◆mycollections/adsdorhell.html ◆

为什么紅楼梦排在西游纪后 ♣ mywritings/4works.html ♣因为红楼梦讲述人这一生，而西游记着重永恒的生命。

二十一世纪的基本态度不是竞争，更不是战争，也不是同化民主。#21#世纪的基本态度是共容，共荣和共融，是#双赢#。前提是双方的人民幸福安宁。♥ mywritings/21harmony.html ♥

历史上，#和平#的概念止于没有战争。#21#世纪，不和平不仅仅体现在战争，更多的是体现在自然灾害【mywritings/worldpeaceworldvegan.html】图：海底的和平鸽，飞翔的乌龟，乌龟都能飞，和平也

关于宽容：宽恕的意义不在宽恕别人，而是宽恕自己。视频【mywritings/renandtime.html 】 你的不原谅，即便没有便宜了那小子，最主要的，自己没有占到便宜。大家都有过过去，大家都年轻过，犯过的错误，都有那么“罪大恶极”吗？如果别人伤了你，你到今天还不能原谅她，你的不原谅就一直负担你到今天。所以，讲宽恕，理性一点理解，不是为了别人，而是为了自己的幸福指数。

#非诚勿扰#2让大家熟识了“人生是一种#修行#”这句俗语，引发了大家对“修行”的好奇。修行是一种爱好，就像你喜欢足球，高尔夫球一样。有一个著名的故事: ♠mywritings/xiuxing.html ♠修行会把你同样的生活变成幸福，虽然现实并没有改变。

小心21世纪高科技·偷车新法 -您的锁车遥控器发射的无线信号！告诉您这个，当然不是让您去偷，而是让您去防。如何锁定你的车，为什么？【mywritings/savewater.html 】+ 抽水马桶的绿色建议：在马桶内加几个瓶子，用过的罐头瓶，等等。图：

爱是一种成长. 恋爱是一种成长，恋爱的目的不一定有结果。mywritings/ai.html 爱是一种体验。爱是一种学习 大胆的爱，大胆的失恋，因为你要年轻过。爱是一种体验，在体验的世界里，没有成功与失败。

关于朋友的故事-路遥和马力。✪mywritings/bossandyou.html ✪经营关系（主管-雇员，搭档）关系是一条铁轨，前途很明亮，一直在往前走，还需手拉着手，又互相的观望，又要看着前进的方向。

2006

明白的人生很美，吃与生理和心理疾病，娱情励志婚姻视频图片合集 点击【http://km2000.us】进入

茶情，茶不光是要喝，还要讲怡情 ，所以叫茶情。 【km2000.us/mywritings/cha.html 】茶: 茶叶，水，和茶杯与茶具。情：就像生与活，一个是生，然后是活，所以叫生活。茶有三种，绿，乌龙，红。中、低档茶,刁人的高茶.

为什么忧郁症变多了？肉、奶、蛋、鱼吃下去感觉会很沉重。动物可能没有人那么有思想，但动物不是没有感觉，它们受伤 ，它们流血，它们痛的感觉和我们一样。更多。。【mywritings/save.html 】 动物的这些基本的感觉，和人类是没有两样的。

帮助的回报不在于他的感谢和知恩和报答，而在于你自己的那份快慰，这才是帮助的本位。尤其是6070后的父亲母亲们，不要用商业头脑，或是満足自己的私欲去帮助儿女【mywritings/gei.html 】 实际上，帮忙和知恩不是一对因果。有很多时候正好相反，不领情的事时有发生。他人得到利益，就是我们的回报。

素食是一种私生活，不是很多名人都想公开。其实，很多名人，领导人也是素食者，或许他们没有那么严格。名人的素食倾向, 更多：【mycollections/guodegangveg.html 】媒体有赚钱和哗众的倾向，我们不能全依赖它们。嘴长在我们脸上，健康是我们和家人的，素食为了我们，不是为了别人的钱。

德州大学和斯坦福大比拼：牛仔大学- 德大 【km2000.us/myphotos/2011austin/ut/ 玉照十几】 牛大像牛，风度悠慢，不像斯坦福，粗野而忙碌。斯坦福：【km2000.us/myshoots/Stanford%20University.html 玉照几十】）

#2012##春联#素食是最好的绿色 人生是一场修行 ，俺的新首页门联【http://km2000.us 】新颖的迎新春首页设计，欢迎大家抄袭。版权属于2012年后的共产主义。2012年倒计时的意义。2012年以后的世界。

没钱就不用花 更多。。简单裸婚是一种时髦，我的个人网站：【mywritings/richness.html 】 在钱上进行攀比活动是一种不自信和上当的傻行为。生命中有很多东西，可以给我们快乐和满足，而且不用花太多钱。即使家里没有家具，也一样可以过活。负钱：带来“负”的幸福的钱

#下雪啦#德州的雪，很稀有。多图：【myphotos/2011austin/xue.html 】

孩子与动物是世界上最美好的画面，大图，图片大合集：【mycollections/children/ 】

可爱动物图片专辑集锦，孩子与动物是世界上最美好的画面，大图，图片大合集：【mycollections/animals/ 】

可爱兔专辑，兔爷集锦， 大图，图片大合集：【mycollections/rabbit/ 】

禅味图片 Zen Pictures 大图，图片大合集：【mycollections/zen/ 】

many photos: children and lovely animals: 【mycollections/children/ 】

lovely animals. many photos, 【mycollections/animals/ 】

爱有许多种：小三的，恋人的，爱情的，同性的，亲情的，朋友的，神性的，味道各有不同，但甜是祂们的共性。小三的，短暂而激荡，恋人的，是单纯与激情； 婚姻的，是牛粪与鲜花；同性的，也是一种恋人的爱；亲情的，是关爱；朋友的，是不舍；光棍儿的，是禅心；神性的，是陶醉。爱的味道有甜，因为它给人的感觉是美好的。点击【km2000.us】进入. 图：经营婚姻，经营爱情 婚姻的六项基本原则

素食=《自，动，球》 为自己，为动物，为地球 【km2000.us/mywritings/whyveg.html】 为什么吃素食的白领越来越多。现在的肉和奶得到的过程太苦了。饱含了痛苦和否定的心理能量。人吃下去，长期下来，没有心理疾病才怪。我们的食物不应该建立在痛苦中，那样，结果不会好。欠人情的滋味不好受，对动物也一样 。况且，我们并不是没有别的食物。这种肉、奶、蛋、鱼吃下去感觉会很沉重。

#明年今日#2012倒计时的实际意义【mycollections/goveg.htm 】如同黎明前的非常黑暗，人类需要改变自己而迎接太阳。肉食过多，杀生过多，负面能量过多，未来的太阳不喜欢这些。有了这些、、、，太阳就不出来。 素食就是解决之道。素食，解决地球的暖化与气候灾难，同时养化了人之初性本善的心。

玛雅人的2012倒计时预言 世界上的日历：世界各国文化记录天，节气，年月日的方法 视频【mycollections/popolvul.html 】２０１２年１２月２１日将是本次人类文明结束（大年）的日子。玛雅长历 ，

#命运# 命与运是两个词，【mywritings/renandtime.html 】我们不能改‘命’，但是我们可以改变‘运’.过去发生的，是命，是因果，这个果，因为已经造了出来，所以要还，不能改太多。现在要做的，要发生的，决定未来的‘运’。我们不能改‘命’，但是我们可以改变‘运’，因为‘运’是未来的果。出生不是真的开始，逝去不是真的结束。生命是无限延伸的，所有的东西都存在这个时间的框里，没有过去、未来和现在。是我们选择某个生命的角度来完成我们的计划，或体验我们所喜欢的事物，

吃的文化：生理需要和心理需要 更多-> 【mywritings/howtoeat.html 】 现代的文明世界，人的“吃”，已经不光是为了温饱，还包含了很多的社会需要，所谓生理和心理的双向需要。

德国三月】照片几百张。美国硅谷爬山】不是香山，胜过香山，云，雾，广，旷。Lake Tahoe】美国北加州，天然湖泊，没有九寨沟美，但比九寨沟天然。【myphotos/ 】 斯坦福大学】有清华的风范。德州的首府奥斯丁】玉照几百张。桥、水、与天空 牛仔大学 禅味儿 小美国的人民大会堂

2005

光棍儿的爱 - 单身与不单身，为什么单身的越来越多了？[ mywritings/ai.html ] 孤独不是寂寞，他们是两个东东，关键在于内心的世界，一个是空的，一个是满的。这段视频讲得好：mycollections/solitude.html

剩女如何不剩，剩女的爱：点击【mywritings/manwoman.html #图：婚姻是一条铁路线，婚姻的六项基本原则\_】“不要剩”的六项基本原则：两个人一起走，要看着同样的方向 2.有时也要看看多方的眼睛 3.两只手要互相拉着 4.前面的世界很精彩 5.走在铁轨上，要小心 6.掉轨了，再爬上来

21世纪偷车新法 -您的锁车遥控器发射的无线信号！告诉您这个，当然不是让您去偷，而是让您去防。如何锁定你的车，为什么？【mywritings/savewater.html】看看有多少次我们都用我们的遥控器锁定我们的车门？偷者已经发明了一种高科技，利用你的锁车密码打开你的车门，当然，是您离开车以后。

抽水马桶的绿色建议：在马桶内加几个瓶子，用过的罐头瓶，等等。图：【mywritings/savewater.html 】省水不光是为了省钱，而是一种社会慈善。

为什么小三儿变多了？小三儿的爱。【mywritings/manwoman.html 】《人到四十》为什么不是小二，而是三呢？因为中年的魅力。【面对小三：给小二儿的忠告】 - 喜欢，但不一定拥有。【给小三的话】小三的爱也是真的，不是假的。所欠的，是厚道。

好书推荐：【病与饮食的关系】 克林顿在心脏手术后，读了此书，mywritings/chinastudy.html 【病与饮食的关系】了解到肉制品及奶制品堵塞血管的道理，血不通，导致血流加速，心脏负荷过重。血液不通顺，活力也不通顺，自采用了“植物性饮食”，克林顿血管内油脂阻塞大大减少，血液变得干净，心脏负重大大减轻，体重也大减约11公斤

为什么爱宠物的人多了？【mywritings/animals.html 】宠物有点像我们过去的孩子，在他们小的时候，大多数的孩子也都喜欢狗狗。因为孩子与宠物有一种诱人的单纯，没有任何机巧。在每个人的心里，都有着这份单纯，单纯吸引单纯，所以，我们才说，孩子与动物是世界上最美好的画面。更多。。我的个人网站【mycollections/children.html 】 我们长大了，都怀念我们曾经有过的这份单纯，所以爷爷喜欢孙子，成年人喜欢狗狗和孩子。

上世纪80年代，我国的素食者基本限于佛教徒的圈子里。如今，越来越多年轻知识分子、白领、明星、企业家加入素食队伍。点击【mywritings/meatornot.html 】

俺的四大名著排名点击【mywritings/4works.html 】如果我在江湖，我当然要评水浒第一。我的排名角度是心的层次。排名次序是，西游记，红楼梦，三国演义，水浒传。以下是解释。

809000后，世界的未来。点击【mywritings/60708090.html 】809000后，他们更注重人性，注重人的权利和尊重本心，强调做我自己。这些观念，比6070后进步了很多。他们更了解人与人的平等，对于“钱”的观念，他们从小得到了不好的熏陶，不过他们长大了以后，事实会让他们逐渐看到， 幸福感和名利不是一个东西。

为什么老得快？因为心不开。【mywritings/60708090.html 】老不是年龄，而是心。6070后的人对价值观，人生观要把心打开。不是为别人，而是为了自己。8090后是我们的未来，没有意识和未来接轨，我们会老的很快。

今天的肉、牛奶和海鲜：生长激素, 抗生素,和动物遭受的苦痛.. 点击【mywritings/meatandhealth.html 】《- 食物与心理疾病，与现代人的幸福感和快乐感息息相关 -》

圣诞夜: 美国Virginia州豪宅 动态音乐与灯火系统，视频 【mycollections/Xmas.html】 俺的金字塔音响系统 绘声绘影之家.疯狂！

☀搞笑与娱情视频合集（10几则）【 mycollections/funnymovies.html 】

(近几年搜集的一些小短片,一些滑稽博君几笑：硅谷的工作狂,办公室偷拍...可爱动物图片专辑集锦 （多图）【mycollections/animals/ 】

也评“是唯一没有连任的总理”。为什么朱镕基没有连任？因为他没有代表全局！点击【mywritings/60708090.html】一个国家的首要领导人，不能眼睛里只有一件事。当然，反腐败在老百姓眼里很热门，但是在总书记和总理的眼里，国家的整体稳定，强大，健康才是他们的主要矛盾。如果你是总理，如果你是总书记，你会不会也这样想呢？

素食肯定体型好 【mycollections/bigS.html 】大S与王菲，等等明星的素食及体会 更多的，点击

#中国达人秀#素食与达人 <mycollections/bigS.html> 名星的素颜，素食的明星，像王菲和大S，她们的美都很内在，不需要用化妆品来掩饰很多，所以他们不怕素颜。素食带来真实的美，素食肯定体型好，皮肤干净，这些都是素食自然带来的产物。对于要当演员，空姐及公众人物的女众们，素食是一项不错的投资。

俺的心会飞，理想、梦想与心 俺的梦【mywritings/mydream.html 】

猪肉不吃也罢：瘦肉精、激素、地沟油 更多的，点击【mywritings/meatandhealth.html 】 猪肉的替代品 -》

关于旅游，旅行的意义，意境，照相的意义 更多的，点击【myphotos/ 】旅游的意义不是炫耀。我去过这里，也去过那里，这是照片，等等。这个旅游是给别人看的，不是给自己的。旅行的意义在于当时的感受和意境

美国Virginia州豪宅 感恩节圣诞夜新年豪宅动态音乐与灯火系统，视频 mycollections/Xmas.html 俺的金字塔音响系统 绘声绘影之家.疯狂！

关于摄影，不是专业也可以，取图，用光，照片的精气神和神与态 。点击【http://www.km2000.us/myphotos/ 】

励志影视，人生、成功、幸福电影视频集锦 【mycollections/lizhidianying.html 】山口百惠和三蒲友和 ☀王志文 白岩松 ☀王菲 ☀比尔盖茨 ☀乔布斯 ☀巴菲特 ☀马云

茶：图，有缺口的茶杯。有缺口的完美，中庸之道，以求得阴阳的平衡。完美和缺陷是一对阴阳，应该平衡，所以说有缺憾的生命才是完美的生命。 点击【mywritings/zhong.html 】 右图茶杯的缺口，是故意的，看似缺憾，但并不拉人，并且可以稳住茶绳。

光棍儿的爱 - 单身与不单身，为什么单身的越来越多了？点击【mywritings/ai.html 】单身不一定孤独，两个人不一定不孤独。光棍儿和俩人儿，异性恋与同性的，核心是爱，人有了爱才有了生命的灵魂。

柏拉图、苏格拉底：爱情、婚姻、外遇、生活、幸福 (爱情是一种理想，很难达到，也很容易错过。)(婚姻不是一种完美，是一种平衡)(生活是对生命中每一次美丽的追随与欣赏。) 更多。。我的个人网站：【mywritings/ai.html】

生活，一个是生，然后是活。更多。。视频，王志文：【mywritings/ren.html】 所以生活代表“生”和“活”两个意思。中国字，就是有它的美。在生存没有问题后，活着就变为一种修行。

幸福不是一个东西：【mywritings/le.html】 大奔只带来名和地位感，和身体上的舒适，大奔不等于幸福，幸福是一种态度，幸福不是一个东西

吸毒的真正原因：【mywritings/addiction.html】 上瘾，不良嗜好的起因不是外在的触发物。那么。。。

当今的奶制品与“阴盛阳衰”。国内与国外都有报道，21世纪的女孩儿发育都变早了，原因是什么呢？是奶制品里的雌性激素。既然是雌性的，当然结果是阴盛阳衰：女的发育多，男的发育少。所以，得了阳痿，要注意避免奶制品。奶制品包括牛奶，奶酪，奶油，蛋糕，各种带奶的点心。（读更多：奶制品里为什么有雌性激素？因为可以多赚钱。【mywritings/milk.html】 ）

越喝牛奶越缺钙。西方第一、二世界的以牛奶及奶制品为主的的膳食在过去20余年的“实验结果”表明西方人的骨头比第三世界的人要疏松得多。读更多： 奶里有钙，但奶就不给你：【mywritings/milk.html】 正确的钙：深绿蔬菜

穿皮对心理的影响 , 因为你的一件衣服，而杀掉一条命，这不是一件好事。更多：【mywritings/save.html】 没有法律会因为你穿皮草而治罪，只是心理的法律会制裁你，用你的坏心情，用你的坏运气。

陈光标李连杰为什么做慈善，马云有没有做慈善？更多 【mywritings/gei.html】 关于人之初，性本善 关于慈善，关于布施 慈善，不是金钱，不是布施，慈善是一颗心 微博的垃圾,互粉

2004

在心情最低潮的时候...处理危机的应急方法 【mywritings/DealwiththeAdversities.htm When the time is bad...Deal with the Adversities and hardtime

网络勾起了人类爱分享的冲动。关于分享，微博的垃圾，互粉的意义：更多。。我的个人网站： 【mywritings/gei.html】 第二种分享是我们大多数人不太在行的，如果我们社交不好，如果我们做不好服务员，如果我们做不好妻子，丈夫，我们都要检讨我们的第二门功课的成绩

上瘾，不良嗜好的起因不是外在的触发物，根源在于因为内在还没満足，视频：【mywritings/addiction.html】 内在足了快乐，外面就自然免了。

Use your thought to change 改变坏的不良嗜好的方法：视频：【mywritings/attitude.html】 用那个思想，用强烈的想念。转移疗法，用一个东西代替，离开那个境界, 我不要，把它拿走。把“地狱”搬进来，“地狱”就是最让你恐怖的情况，你的。

什么是博士: 　 【mywritings/dr.html】 博士应该是一个圆，而不应该是金字塔的尖尖。但是时至今日，所谓的物理博士，工学博士，离“博”字的本意离的太远，和“专家”的意思倒比较接近。的确，这是每一个当今的博士要思索的问题，拿到一个博士学位，成为一个行业的专家，但是不要把自己和本源离的太远。

食品安全：关于国家的法规的依赖度，地沟油等等做的违法是太明显了。但是肉类，奶类食品呢？举美国的例子。肉食，奶制品干净吗？ 对此，美国的卫生部也没有规定他的非法，尽管有很多反对的声音。我们要相信国家有法规，但是.. 食品的有害程度排名榜：【mywritings/foodfacts.html】

生活中拥有什么并不重要，能不能知足才重要 ￥￥ 所谓「有钱」的秘诀并非在于你赚了多少钱，而是在于你存多少和你花了多少 ￥￥ 视频：“富的人并不拥有最多，而是需要最少。” ￥￥ 比尔。盖茨 股神巴菲特如何花钱 ￥￥ 好工作的定义 ￥￥ 负钱：只带来负数价值的钱 ￥￥ 工作的意义 - 我们为了什么而工作？ ￥￥ 成功的人生=\=成功的事业 ￥￥ 有钱的人如何心情好，名人有钱人的心理压力 ￥￥ 钱，名利的使用方法 - “慈善流氓”陈光标 与 “慈善孙子”李连杰的故事 文章来源，更多。。我的个人网站： 【mywritings/belief.html】

奥斯丁玉照几十张 （看大图 | 看幻灯片） 【myphotos/2011austin/ 德州是美国第一大洲，所以他的州旗被骄傲的画成单星条旗。德州的首府奥斯丁，是一座很小但很精致的城市。城市很是绿色健康，生态很好，树木/人口比很大。民风古朴、原始、简单。

名人对名与利的”利用” - “慈善流氓”陈光标 与 “慈善孙子”李连杰的故事 文章来源，更多。。我的个人网站： 【mywritings/whatissuccess.html】

名人如何看自己 文章来源，更多。。我的个人网站： 【mywritings/whatissuccess.html】 名人的心理压力 心理压力是出名的副产品

“名”的光环效应 文章来源，更多。。我的个人网站： 【mywritings/whatissuccess.html】 名人的职业行为和他们自己不是一回事。 名人就是人，我们有的弱点，他们有也是正常的，因为他们就是人

灵魂是什么？文章来源，更多。。我的个人网站： 【mywritings/renandtime.html】比如你开一辆车，你就是灵魂，车就是你的拥有，包括身体，理想，车子，房子。车子不能开了，就是你的身体完了，但是你还在。这台车子完了，的换另一台，这就是你的这一生。

鬼是一种生命形态：在我们的生活世界里，存在一种不在自己的感官，眼睛，触觉，听力，等等范围之内的东西。比如，我们相爱了 .. 文章来源，更多。。我的个人网站： 【mywritings/renandtime.html】人们都会习惯于相信自己的感官，眼睛，触觉，听力，等等。鬼，不在这些范围里，所以被人认为是可有可无的东西，有人就称它们为迷信。

#视频#电影节选：人往生后看到的境界，奈何桥的河水，天国的光和超世界境界 视频来源，更多。。我的个人网站： 【mycollections/eternal.html】 Inner experience after death, higher level spiritual realm and heavenly light. 《永远之法》一部天国，仙境的电影，是修行人的内在境界

名人与做广告：做什么广告麻烦少？文章来源，更多。。我的个人网站：【mywritings/whatissuccess.html】#

忠告：当你成为名人后，为了钱做广告无可厚非，当然也会有人请你了，你没有名，也没人请你干这事儿。忠告是：不要为药做广告，不要为肉为奶制品做广告，不要为药做广告，不要为武器做广告。可以为手表做广告，可以为西装做广告。原因是什么呢？

人应该实在：人最爱的是自己，人不为己天诛地灭。但要真正了解“人”是什么！“人”不是大奔，“人”不是豪宅。人是“开”大奔的人。人是“住”豪宅的人。 from我的网站：【mywritings/gei.html】

名人对名与利的”利用” - “慈善流氓”陈光标 与 “慈善孙子”李连杰的故事 文章来源，更多。。我的个人网站： 【mywritings/whatissuccess.html】

名人如何看自己 文章来源，更多。。我的个人网站： 【mywritings/whatissuccess.html】名人的心理压力 心理压力是出名的副产品

“名”的光环效应 文章来源，更多。。我的个人网站： 【mywritings/whatissuccess.html】名人的职业行为和他们自己不是一回事。 名人就是人，我们有的弱点，他们有也是正常的，因为他们就是人

#视频#灵魂是什么？文章来源，更多。。我的个人网站： 【mywritings/renandtime.html】比如你开一辆车，你就是灵魂，车就是你的拥有，包括身体，理想，车子，房子。车子不能开了，就是你的身体完了，但是你还在。这台车子完了，的换另一台，这就是你的这一生。

#视频#鬼是一种生命形态：在我们的生活世界里，存在一种不在自己的感官，眼睛，触觉，听力，等等范围之内的东西。比如，我们相爱了 .. 文章来源，更多。。我的个人网站： 【mywritings/renandtime.html】人们都会习惯于相信自己的感官，眼睛，触觉，听力，等等。鬼，不在这些范围里，所以被人认为是可有可无的东西，有人就称它们为迷信。

#视频#电影节选：人往生后看到的境界，奈何桥的河水，天国的光和超世界境界 视频来源，更多。。我的个人网站： 【mycollections/eternal.html】 Inner experience after death, higher level spiritual realm and heavenly light. 《永远之法》一部天国，仙境的电影，是修行人的内在境界

#视频#孤独=/= 寂寞 为什么出了国才懂#爱国# 更多。。我的个人网站：【mycollections/solitude.html】

很多人认为，作为高干子弟的习近平身上却有一种“平民情怀”，这或许与他的经历有关。文章来源，更多。。我的个人网站：

【mywritings/leaders.html】

关于学习，怎样学习 - 关于“内功” 文章来源，更多。。我的个人网站：【mywritings/study.html】

江先生-胡主席-习主席》中国真的好了 江泽民的简单生活 有希望的中国下一代领导阶层： 【mywritings/leaders.html】江先生對中國的貢獻是一黨禪讓 胡锦涛 - 仁者 儒风 韧劲 习近平彭丽媛的草根情节 薄熙来的明星气质习近平的生活简朴

俺的#四大名著#排名 文章来源，更多。。我的个人网站：【mywritings/4works.html】如果我在江湖，我当然要评水浒第一。我的排名角度是心的层次。排名次序是，西游记，红楼梦，三国演义，水浒传。以下是解释。

视频#电影#：日本的奈何桥 - 美 文章来源，更多。。我的个人网站：【mycollections/eternal.html】

两种分享，两种功课，两种学习 文章来源，更多。。我的个人网站：【mywritings/gei.html】现在，网路发达，很多人喜欢分享，分享就是把自己喜欢的让人家知道，了解。有的分享信仰，分享找到幸福的路径，希望别人也找到他们的幸福，这些都是美好的祝愿。但是这种分享是单向的，是你个人的单向希望。还有一种分享，是双向的，他考虑了他人的立场和感受。这种分享，包含了对他个人的体会和关怀，包含了个人的体贴和友谊，是温馨的和贴心的。

找对象，不是找最好的，而是找对像的。文章来源，更多。。我的个人网站：【mywritings/manwoman.html】当然，所谓鲜花和牛粪，有他的相对性，只要两个人喜欢。在某些人看来，牛粪比鲜花更好。再说一遍，是两个人的感受，有金钱，地位等社会标准没有必要的关系。

婚姻和爱情，像苹果和桔子，没有什么比较性。当然，他们都是甜的:) 文章来源，更多。。我的个人网站：【mywritings/manwoman.html】

孩子与动物是世界上最美好的画面 文章来源，更多。。我的个人网站：【mycollections/ #图片#专辑集锦:

人应该实在：人最爱的是自己，人不为己天诛地灭。但要真正了解“人”是什么！“人”不是大奔，“人”不是豪宅。人是“开”大奔的人。人是“住”豪宅的人。 文章来源，更多。。我的个人网站：【mywritings/ren.html】 birdielove

#图片#专辑集锦:可爱的孩子，可爱的动物，兔爷，禅味图片 文章来源，更多。。我的个人网站：【mycollections/zen.html】

#职场#“内功”文章来源，更多。。我的个人网站：【mywritings/study.html】 “德”就是我们的内功, 内功的用处，

2003

爱有许多种，恋人的，亲情的， 朋友的，神性的，味道各有不同，但甜是祂们的共性。文章来源，更多。。我的个人网站：【mywritings/ai.html】恋人的，是激情；亲情的，是关爱；朋友的，是不舍；神性的，是陶醉。爱的味道有甜，因为它给人的感觉是美好的。

视频:理想的婚姻举例- 文章来源，更多。。我的个人网站：【mywritings/marriagemoview.html】 《爱情呼叫转移》 《简爱》婚姻是一杆平衡的秤 ， 优点和缺点，鲜花与牛粪的相对性 , 李连杰 .王菲和李亚鹏 .山口百惠和三蒲友和

小鲁文集 文章来源，更多。。我的个人网站：【

有利于#环保#的吃法 文章来源，更多。。我的个人网站：【mywritings/vegcharity.html】

（PDF）-病与饮食的关系，文章来源，更多。。我的个人网站：【mywritings/chinastudy.html】 #医生#是我们的病人的朋友，但医生不是我们的朋友。我们完全可以通过调整膳食来防治心脏病、癌症和其他西方式疾病。作为中国人，我们没有必要抄袭西方以动物性食物为主的膳食，我们的传统很好，

#名人#环保语录徐静蕾：#环保#不只是空喊口号 “我每次外出吃饭，都会自备筷子。..素食不是主义或信仰，而是一种意识, 一种时尚，一种健康的,负责任的生活态度。 如今的素食不再是寺庙僧人的专利，而是绿色健康，时尚环保的代名词。　22个素食为主的人=1个肉食为主的人。 文章来源，更多。。我的个人网站：【mywritings/meatandenvironment.html】

为什么#乔布斯#的离去动静这么大? 文章来源，更多。。我的个人网站：【mycollections/stevenjobs.html】视频：如何通往成功举例视频 - 比尔盖茨,乔布斯,巴菲特,马云

#炒作#和#新闻#的手法：文章来源，更多。。我的个人网站：【mywritings/60708090.html】为了能吸引人，炒作的手法是强调片面和极端化，比如只讲坏的不讲好的，并且在坏点上加上很重的砝码。但是听众要了解：一个人一件事做的不地道，不能说他每件事都不地道，也不能说他人不地道。每个人都是在学习的过程。一件事不管做的多么伤天害理，都不能代表一个人，因为它只是一件事，不能替代他做的好事，也不能代表他永远这样。

乔布斯和比尔盖茨的友谊 - 计算机时代的开端和个人电脑的完美分号；

关于#炒作#和#新闻#的真实性：文章来源，更多。。我的个人网站：【mywritings/60708090.html】姜昆与郭德纲的PK有道德的炒作和新闻都应该是真实的，炒作和新闻的区别在于一个有主观，一个没有主观。炒作是写的人把他的倾向灌给读者，主要的目的是为了能吸引人，他因此可能会给人以假象。炒作的手法是强调片面和极端化，比如只讲坏的不讲好的，并且在坏点上加上很重的砝码。不过你把形容词去掉，你还是应该可以看到事实，而不应该看到谎话。对炒作也不要太主观化，太当真，也不算道德败坏。他只是一种传媒艺术的手法。还有，即使是事实，对事实也要有个客观的态度。一个人一件事做的不地道，不能说他每件事都不地道，也不能说他人不地道。每个人都是在学习的过程。一件事不管做的多么伤天害理，都不能代表一个人，因为它只是一件事，不能替代他做的好事，也不能代表他永远这样。

关于炒作#名人#：也许炒作名人，骂骂他两句会让自己也提提提名，那这也无可厚非，不然，人们已经渐渐把他们淡忘了。姜昆与郭德纲的PK - 6070后与8090后的#代差# 文章来源，更多。。我的个人网站：【mywritings/60708090.html】

视频：#马云# 的亮点：21世纪的价值观，21世纪的成功观 -文章来源，更多。。我的个人网站：【mycollections/mayun.html】视频1: 不要偏向马林的创业成功，马云有的是成功的人生 , 创业：使命，价值观，共同的目标

#辛亥# 文章来源，更多。。我的个人网站：【mywritings/leaders.html】毛先生，蒋先生，邓先生。毛先生和蒋先生对中华民族的巨大贡献是给出了一个统一的没有战争隐患的中国。邓先生-富国的始作俑者

为什么乔布斯的离去动静这么大? 文章来源，更多。。我的个人网站：【mycollections/stevenjobs.html】视频：如何通往成功举例视频 - 比尔盖茨,乔布斯,巴菲特,马云

Why We Work? Woek is only a means for us to learn. 文章来源，更多。。我的个人网站：【mywritings/bossandyou.html】 Work is a way to temper ourselves, helping us to measure our personality, stamina, talents, and level of enlightenment. So, you shouldn’t be afraid to work.

视频：#李娜#的成功是做她自己，而不是她的光环 文章来源，更多。。我的个人网站：【mywritings/lina.html】

百慧: 苹果CEO史蒂夫·#乔布斯#在斯坦福演讲 文章来源，更多。。我的个人网站：【mycollections/stevenjobs.html】比尔和乔布斯年轻时的合影

#日本#是流氓的可以，中国和日本微妙的民族关系 文章来源，更多。。我的个人网站：【mywritings/zhong.html】日本欺负中国，真的是很流氓和不讲道理的。但是中国对于日本的大度和忍让，从毛蒋的时代，就略见一般。日本人可以讲出中国人讲不出口的道理。

日本人过于高傲，瞧不起弱者。在历史上，也许80%的中国人文化不高，是东亚病夫，但是即使在那时，日本人对于10%的中国精英，还是很高看的。有两部电影，讲中国的围棋和功夫在日战时的遭遇。日本人，没法看不起这10%有内在精神的中国人，他们不是东亚病夫。历代的中国领导，没有对日本很苛刻。中国人对于日本人的进取精神的内在的坚韧，还是很佩服的。日本进驻满洲的初期，情况并没有那么早，但是日本人太过高傲，后来激化成战争。二战后，日本战败，中国也没有对日本的赔款紧追不舍。比起日本，中国太大，太富饶了，中国人有大方的权利和理由。只要你做人厚道”，要有“仁”，要有“爱”，耍一点流氓也没什么。现在，中国人的整体都聪明了，人人都上学了，再比为东亚病夫就大大的不对了。

世界是一所大学：在大学里，我们的任务是学习，我们的任务不是成就。世界也一样，我们没有改变世界，而是通过和世界的交换过程了解自己。很多人说我改变了世界，世界因为我而变得不同，这是一种误导的说法。·#乔布斯#在斯坦福演讲 文章来源，更多。。我的个人网站：【mycollections/stevenjobs.html】比尔和乔布斯年轻时的合影 当一个人告别的时候，世界不会随他而去，只有自己随他而去，这个自己，不是指这个躯体，躯体只是一台车。宝马也好，自行车也罢，车子报废了，都留下，开车的人走了，只有因果随身。因果是什么呢？因果就是你欠别人的，和别人欠你的。这个“欠”，不光是指物质，物质只是一种很粗糙的因果。

纪念乔布斯 - 手机和电脑的奇迹人物 #乔布斯#和#比尔盖茨#，#手机#和#电脑#的两个奇迹人物。计算机时代的开端，个人电脑的完美分号； 视频：文章来源，更多。。我的个人网站：【mycollections/stevenjobs.html】图：比尔和乔布斯年轻时的合影

为什么乔布斯去世动静这么大：乔布斯和比尔盖茨是电脑和高科技的梦，那就是把电脑变成汽车，每家都有，都会用，他们对他们的人生画了一个完美的句号。视频： 文章来源，更多。。我的个人网站：【mycollections/stevenjobs.html】图：比尔和乔布斯年轻时的合影 #乔布斯#和#比尔盖茨#，#手机#和#电脑#

微博只是一种信息发布的工具，而不是信息内容管理工具，博客具有一定的知识（信息）管理功能 文章来源，更多。。我的个人网站：【mywritings/xin.html】微博其实是一个比较虚幻的名利场

#微语录# 博克是心与心的交往,没有国界,没有相貌,只有心对心。这个世界上,只有心才是最大的,他象孩子,没有任何顾忌和负担。 当然,无聊的总有,不过有聊的又一两个就受教了。文章来源，更多。。我的个人网站：【mywritings/xin.html】

中国的博客比海外要发达得多。在国外，最有名的是FB，facebook。但是比起界面，功能，联络的能力，FB比微博，百度，163，要差太多了。台湾人本来用YAM，YAHOO，等，但是功能与灵活度要差太多了。所以，很多人改用FB。FB的社交能力比YAM，YAHOO强太多了。但是FB只有一种界面，比国人的博客系统差太多了。

北韩国庆音频，激奋 文章来源，更多。。我的个人网站：【mycollections/North\_Korea\_Party\_Rock\_Anthem.html】拿来用庆国庆

#微语录# 母亲很生气，后果很严重 文章来源，更多。。我的个人网站：【mywritings/muqin.html】人类对自然灾害的防不胜防：最近世界的自然灾害很频繁，北京的雨也下得很大。检讨人类近几年对大自然的行为，我们是不是做错了什么？

视频：素肉炸酱的做法 （赵忠祥示范）美国副总统吃北京的炸酱面 文章来源，更多。。我的个人网站：【mywritings/zhajiangmian.html】 “他们吃得很香，炸酱面吃得干干净净。”

视频：上帝笑着答道：文章来源，更多。。我的个人网站：【mywritings/Interview%20with%20God.htm “他们应该知道不可能取悦于所有的人。他们所能做的只是让自己被人所爱。”“他们应该知道，一生中最有价值的不是拥有什么东西，而是拥有什么人。”

#微语录# 素食是一种绿色慈善 文章来源，更多。。我的个人网站：【mywritings/vegcharity.html】素食对动物是一种慈善，对地球是一种慈善，如果把慈善当做一种为他人做的一种善行，素食对自己和家人也是一种慈善。

李娜淡淡地回答：#微语录# “我没有出家，是回家了！”文章来源，更多。。我的个人网站：【IhavecomtotakeyouHome/

2002

#微语录# 富人与穷人最大的距离是什么？ 文章来源，更多。。我的个人网站：【mywritings/richness.html】富的人不是拥有最多，而是需要最少

☀ #中庸#和平衡· 视频：白岩松，龙永图：人生的加减乘除之后, 结果等于“中”。视频：王菲：人生的缺憾和接受。文章来源，更多。。我的个人网站： 【mywritings/zhong.html】王菲：压力来自我执。王菲：慈善与我执 文章来源，更多。。我的个人网站：【mywritings/ego.html】

#创业#：使命，价值观，共同的目标 文章来源，更多。。我的个人网站：【mycollections/mayun.html】使命感：一切战略和决定吻合使命感 + 价值观：干净，透明，公平，客户第一，做人：道理+诚信+敬业+激情，做事：团队+拥抱变化 + 共同的目标：区分：生意人=钱，商人=goal，企业家=社会责任，完善社会

都是你爱吃的：烧茄子 + 小白菜托炸北菇 组图 -> 文章来源，更多。。我的个人网站：【mywritings/4tofu.htm 4道色香味俱足的豆腐菜 - 文思豆腐,三美豆腐,豆腐箱子,乳汁烧豆腐

工作的意义 - 我们为了什么而工作bossandyou好的工作态度养就一个人和内功 | 经营关系（主管-雇员，搭档）读更多-> 文章来源，更多。。我的个人网站：【mywritings/bossandyou.html】一个“内功”的小故事 | 工作的意义 - 我们为了什么而工作 | 成功的定义 一本关于成功的正确概念的书

山口百惠和三蒲友和 + （25周年）图片 视频：文章来源，更多。。我的个人网站：【mycollections/YamaguchiMomoe.html】 6070后的人都还会想起山口百惠。那时还不是很了解她的隐退。到了4050岁之后，才了解到她的美丽，她是一个很真实的人，对她自己，对生活。她对名利看得很透。现在，他们也人到中年了，可是他们看起来还是那么美，因为他们的内在是实在的。

#国庆# 中国国庆日的纪念：文章来源，更多。。我的个人网站：【mywritings/leaders.html】毛先生，蒋先生，邓先生。毛先生和蒋先生对中华民族的巨大贡献是给出了一个统一的没有战争隐患的中国。邓先生-富国的始作俑者

烧茄子 + 小白菜托炸北菇 #组图# -> 文章来源，更多。。我的个人网站：【mywritings/4tofu.htm 4道色香味俱足的豆腐菜 - 文思豆腐,三美豆腐,豆腐箱子,乳汁烧豆腐

国人对#骆家辉#的误解：职业行为和个人情结不是一回事 文章来源，更多。。我的个人网站：【mycollections/jobanfriendship.html】作为美国大使，骆家辉应该代表美国国家的利益，这是他的职业行为。还有，不论是美国或是中国，正确的官员都应应该有草根情结。中国现在的第一第二把手都是如此，他们做得不比骆家辉来的差，这是中国的幸运。

中国姓“中”文章来源，更多。。我的个人网站：【mywritings/zhong.html】这个“中”不是地理位置的“中”，而是中庸，中道。中国不等于中国人，世界已经把中国瓜分了，中国属于世界。我们肚里可以包容各种轮船，但是肚子和心还是长在两个地方。

德智体美劳 “德”是什么？“智”是什么？文章来源，更多。。我的个人网站：【mywritings/study.html】

心潮澎湃吧您嘚

2001

定时器（软件）：可作为提醒器，每30分钟（可调）响一下钟声。下载 【mycollections/timer.html】 软件短小 （~600K） 免费下载，无时间限制。绿色，无需安装。 无毒,通过YAHOO EMAIL 最新病毒过滤 可定任何时间，可同时多个执行

^^ 俺的金字塔音响系统【mycollections/Xmas.html】疯狂！圣诞夜的绘声绘影之家（动态音乐与灯火系统演示）

^^ “慈善流氓”陈光标 与 “慈善孙子”李连杰的故事【mywritings/charity.html】慈善，不是金钱，不是布施，慈善是一颗心，一颗为了别人而没有任何私心的心。

^^ 真正的人，不能光靠书本和温室, 也需要实际的阳光和大自然 更多 -> 【mycollections/dachangjin05.html】

^^常听说“我的孩子”，“我的学生”。其实孩子，学生，不是你的财产。更多 -> 【mywritings/education.html】他们是他们自己，至少他们总有一天要做他们自己，而不是你的。这是做父母，做教师，最基本的态度

^^死亡是一种经历，就像你第一次独自开车。更多 -> 【mywritings/si.html】虽有很多未知，但是经历了，就知道了。我从哪里来？生命的目的何在？我为何在这里？我死后将到哪里去？

^^关于奴才，关于顺应，关于服从，关于我执. 更多 -> 【mywritings/ego.html】奴才，有“不情愿的服从”的含义。 奴才也不是一种职业，而是一种心态。这是人生的一种经历与学习的过程，每个人都有过这种心态，所以不用害羞什么。奴才也没有那么贬义的难听，奴才让人想到和珅，但和珅其实不是奴才，因为和珅是喜欢才做。

^^视频：听听名人对死亡的看法 李连杰 赵忠祥 苹果CEO乔布斯 更多 -> 【mywritings/si.html】生老病死，斯是一个恩典。像一辆很难开的老车，上天人容许你替换，以旧换新，以迎接新的历程。

^^名人有钱人的心理压力 更多 -> 【mywritings/baiqiuen.html】 90后的年轻人们也许不能够理解这个问题：名人，富有的人衣食不缺，没有买不到的东西，有名有利有被人崇拜，多让人羡慕啊。

^^ 死的安然和没有给人和别人造成负担，就是一种随然。治病是一种对人生的挽留，但是车子已经很破了，强迫让他开就不随然了。如果把人的灵魂比为司机，身体就是一台汽车。司机不一定要对汽车那么执着。更多 -> 【mywritings/si.html】

^^ 天下的父母都平等，都期望孩子成为一个真正的人。真正的人，不能光靠书本和温室，也需要实际的阳光和大自然。 视频： 大长今》第5集，讲老师教育训练学生的方法。读更多 更多 -> 【mycollections/dachangjin05.html】每个人都要学习一种功课：把自己放在别人的位置，这几乎是爱的一项基本功。韩国人的基本厨艺，就是要服务好吃的人。

^^ 这是每个小孩子要学习的基本功课，尤其是富家子弟。这个功课要在最低等的，最基本的实践中学，从餐馆，从服侍。【mycollections/dachangjin05.html】不要以为这些是下人们的工作，这只是一种人生学习的功课。比尔盖茨，股神巴菲特都是这样教育孩子的，我们的孩子比他们“高贵”多少？

^^ 在我们每个人的人生经历中，我们都会有这样的经验，你和某人第一次见面，就相见恨晚，很喜欢他；或者你和某人第一次见，就讨厌他，就想“扁他”。这都是因果的现象，只是我们不记得我们以前过节的细节。更多 -> 【mywritings/renandtime.html】

^^法律的概念，不仅仅在人生的法庭。因果的法律，不会因出生和逝去而消失。人生是河流,是过客。出生不是真的开始，逝去不是真的结束。更多 -> 【mywritings/si.html】

^^一个过于平顺的人生，真的是一种缺憾，因为你失掉很多认识自己，了解自己的经历。这种了解，对你以后的所有生命，都很有益。更多 -> 【mywritings/humble.html】

^^中国人的“中”的思想，是国人未来的价值观，这种思想，应该是从小就要植入的，因为它会影响我们的一生。更多 -> 【mywritings/zhong.html】

^^“学而优则仕”不再是未来社会的标准 更多 -> 【mywritings/humble.html】 “学而优则仕”造就了自卑的观念，他不是未来人的价值观。未来社会里，只有分工的不同，而没有高低贵贱之分。不要因为工种的不同来划分人的级别，也不会因人的工作来分高低。

^^ 自卑与自傲、自大有渊源。有了比较，才有了强与弱。本来一直是第一名，但终有一天会落了榜，于是就有了自卑。但如果拿掉了小我，就变成了谦卑。所谓心底无私天地宽。 更多 -> 【mywritings/humble.html】

视频：马云的亮点：21世纪的价值观，21世纪的成功观 -》【mycollections/mayun.html】

^^视频：乐本来就是自己的, 幸福不在别人身上 -》 【mywritings/le.html】 Happiness is not depentdent on outside（需要懂英文）

现在的鸡和鸡蛋也有问题了- 生长激素 抗生素 和苦痛【mywritings/meatandhealth.html】鸡的三种养法，鸡业的商业化：笨鸡：14个月， “良心鸡”：45天， 肉食鸡：45天。

^^猪肉不吃也罢 -》 【mywritings/meatandhealth.html】猪肉涨价是最近几星期的热门话题。我们有没有问过自己，现在的猪肉都是怎么“种”出来的：瘦肉精、激素、地沟油与养猪

^^麦田圈: 外星人的笔记。太阳能：太阳的光里有宝。外星人会和我们交流UFO的技术，星际旅行成为可能。爱氏的广义相对论得以实现和应用。未来的科技和自然界都应是绿色的 读更多-> 【mywritings/futuretech.html】

^^ 我们常听；你会给我带来快乐，你会使我幸福。。。这都是错的，是表面的。乐是你自己的，客观只是一个媒介。乐不在别人身上，乐在你的心。读更多-> 【mywritings/le.html】

^^ 全球暖化：我们正居住在一个急速变暖的星球上。气候灾难：全球暖化将会引发暴雨、暴雪、洪水、飓风、干旱、酷热、酷寒等气候灾难，后果将是灾难性的。检讨人类近几年对大自然的行为，我们是不是做错了什么？ 读更多-> 【mywritings/muqin.html】

^^我们为了什么而工作 读更多-> 【mywritings/bossandyou.html】好的工作态度养就一个人和内功，成功的定义：成功的人生不是成功的事业，名人与心理医生，付出和快乐的关系

^^ 人生是一次旅行：时间：人生是河流，是过客。出生不是真的开始，逝去不是真的结束。人生是一场修行，人的空间:人是什么?人和什么有关系？读更多-> 【mywritings/renandtime.html】

但是呢，讲句公道化，“做人要厚道”，要有“仁”，要有“爱”。这一点，真的要学中国人，这是一种做人的智慧。世界的殖民历史，有印度人，有南美的人。印度人会讲英语，南美人讲西班牙语，但是中国人并没有讲日语。日本进驻满洲的初期，情况并没有那么早，但是日本人太过高傲，称中国为东亚病夫。后来激化成战争。也许80%的中国人文化不高，但是10%的中国人，就可以把日本淹了。 读更多-> 【mywritings/zhong.html】

^^食物不仅影响身体，也影响心理和思想 。如今的素食不再是寺庙僧人的专利，而是绿色健康，时尚环保的代名词。读更多-> 【 人生是一场修行 世界是一所大学。在大学里，我们的任务是学习，我们的任务不是成就。 修行是一种美好的生活方式，在生存没有问题后，活着就变为一种修行。

^^() 视频：柯林顿告别肉类和奶制品，每餐几乎只吃蔬果和豆类，短短2个月内甩肉10公斤 读更多-> 【mywritings/governmentproposal1.html】 () 美国总统奥巴马要求在巴西访问逗留期间提供全素食食品 () 名人倾向素的例子 （赵忠祥 、毛主席、大S、中南海、郭德纲、王菲、、） () 中南海吃什么 () 中外古今素食名人录，历史上的素食名人() 茹素的明星 () 大S(徐熙媛)

世界上的几种典型种族 中国人 美国人 日本人韩国人 南美人 。。。读更多-> 【mywritings/zhong.html】

^^ 素食是一种绿色慈善 读更多-> 【mywritings/vegcharity.html】素食对动物是一种慈善，对地球是一种慈善，如果把慈善当做一种为他人做的一种善行，素食对自己和家人也是一种慈善。

^^我的健康我做主：地沟油的反思，肉类，奶制品中的激素，抗生素 读更多-> 【mywritings/save.html】地沟油的反思，食品好坏的排序：“地沟油”“染色馒头” < 牛奶 < 肉食 < 海鲜 < 转基因食物 < 非有机高化肥 < 有机蔬食（米面豆腐蔬菜） < 少吃（吃是生理需要,吃不是上瘾）

^^为什么虾和海参变便宜了？因为他们不再是从海里来的！读更多-> 【mywritings/whyveg.html】现在的虾和海参很难吃到海里的，因为能打捞到虾群要碰到很大的运气太贵了相比之下，用池子来养要便宜得多和容易得多。如何让虾海参长得快呢？要加激素。乳腺癌，青少年性早熟，精子能力低下都是和雌激素紊乱相关的。激素是慢性毒药，会打乱人的系统，你不知道那一天会发病。

^^ 我们都听说动物制品-肉、奶、蛋、鱼里有大量的抗生素，荷尔蒙，那么虾仁儿呢？从海里来的，应该没问题了吧？其实这个虾和海参也不安全，因为他们不是海里的，而是人工的。 读更多-> 【mywritings/whyveg.html】要加激素。乳腺癌，青少年性早熟，精子能力低下都是和雌激素紊乱相关的。激素是慢性毒药，会打乱人的系统，你不知道那一天会发病。

^^ 有没有发现虾和海参我们都吃得起了？是我们的工资变高了吗？也许是。但还有一个原因，虾和海参没那么贵了。为什么虾和海参变便宜了？因为他们不是海里的，而是人工的。 读更多-> 【mywritings/whyveg.html】虾池养虾，如何让虾长得快呢？要加激素。乳腺癌，青少年性早熟，精子能力低下都是和雌激素紊乱相关的。激素是慢性毒药，会打乱人的系统，你不知道那一天会发病。

^^身后的影:德国三月 美国硅谷爬山 美国九寨沟 斯坦福大学 德州首府奥斯丁，照片几百 读更多-> 【myphotos/

日本人韩国人。进取精神的内在的坚韧。这两点国际都佩服，这两项都是个人的品质，不是《大长今》里讲的宫廷争斗与二战的军国主义。但是呢，讲句公道化，“做人要厚道”，要有“仁”，要有“爱”。这一点，真的要学中国人，这是一种做人的智慧。 读更多-> 【mywritings/zhong.html】

^^ 真正的中国人要持有中国人的思想，中国人的内在，不是有一张大中华的脸和会讲中国话就行了。 读更多 --> 【mywritings/zhong.html】爱国和爱中华是两个概念。很多在海外呆过的人在远处看中国，会更觉得他的可爱，在国内搞国民建设自然是爱国的行动，在海外彰显中华的内在，也是一种对中华的热爱。爱国不光是行动，而且是心

中国人的思想，讲的是一个“中”字。这个“中”不是地理位置的“中”，而是中庸，中道。中国近年来抄袭了美国人的思想，是一个“最”字，凡事儿都要最好的，最成功的，最极端的那个。更多： 读更多-> 【mywritings/zhong.html】

^^ 中国人的思想是“中”，美国人的思想是“最”【mywritings/zhong.html】中国人的思想，讲的是一个“中”字。这个“中”不是地理位置的“中”，而是中庸，中道。中国近年来抄袭了美国人的思想，是一个“最”字，凡事儿都要最好的，最成功的，最极端的那个。

^^ 接收感恩和欣赏人生是一种恩典和成熟：读更多-> 【mywritings/study.html】人生的这两端，提供不同的课堂，让我们学到不同的功课，学到了，人生才明白。明白的人生充满满足，充满平稳，充满平和。这是中年的一种平和。这种中年，不是年龄，而是人生的一种状态，人到中年不是40,50，它和个人的经历有关。一个经历浓缩的人，30岁就可以步入中年。早点年龄达到这种平和，是人生的一种福报。

食品宣传的“烟幕弹效应”，对主要矛盾的”掩护” 读更多-> 【mywritings/save.html】不能说地沟油，塑料化剂量不是问题，但他们都不是主要矛盾。肉奶蛋食品,强调蛋白质和补钙，而忽略肉奶蛋里的激素和催长荷尔蒙，是肉奶蛋的“主要矛盾”。虽然不是每个畜牧场都如此，但是要追求利润，这样做当然是多挣钱的办法

2000

^^ 摘自冒牌天神2》” : 你要馒头?还是要做馒头的方法?” 读更多-> 【mycollections/alimighty2.html】上帝给人生的不是结果，而是一个过程。 励志电影视频集锦。

^^天下的父母都平等，都期望孩子成为一个真正的人。真正的人，不能光靠书本和温室，一点需要实际的阳光和大自然。 视频： 大长今》第5集，讲老师教育训练学生的方法。读更多-> 【mycollections/dachangjin05.html】每个人都要学习一种功课：把自己放在别人的位置，这几乎是爱的一项基本功。韩国人的基本厨艺，就是要服务好吃的人。所以不光要有营养健康和厨艺的知识，还要了解要服务的对象。这是每个小孩子要学习的基本功课，尤其是富家子弟。这个功课要在最低等的，最基本的实践中学，从餐馆，从服侍。不要以为这些是下人们的工作，这只是一种人生学习的功课。比尔盖茨，股神巴菲特都是这样教育孩子的，我们的孩子比他们“高贵”多少？

^^毛先生，蒋先生 - 战场上的敌人，战场下的朋友 读更多-> 【mywritings/leaders.html】视频：职业军人的战场道德和私人友情

^^ 邓小平和毛泽东的感情是在战场上陪出来的。经历过战场上的生死，上下级后，毛的下级对于毛都在战争上的英明和毛对中国统一的贡献都是和佩服的，这一点，邓也不例外。 读更多-> 【mywritings/leaders.html】邓和毛都是爱这个国家的，这是他们的共性。毛也想这个国家好，只是他不是建国的人才，他做不到。所以当邓主管中国之后，对毛的地位并没有移动。当然，邓是猫论的始祖。华夏的稳定，是建国的基本。捉住老鼠就好，不要把树根统统挖起来。江先生继任第一把手，而不是朱先生，因为中国的主要矛盾不是挖树根，而还是捉老鼠。

^^怎样学习 读更多-> 【mywritings/study.html】学习有书本，有实践。学习有“德智体”三个。马列主义不是“德”，它是一个政党的纲领，不能把它当成德的教育。文革的上山下乡的德的教育有些太偏重这个所谓的“德”，而忽略了“智”。而现在的教育尽全力于“智”，而忽略了“德”。

^^励志电影视频集锦 读更多-> 【mycollections/lizhidianying.html】阿甘正传》不是讲的“傻人有傻福”，而是指点了一种正确的人生观念。教育让我们复杂，而失去了简单。衣服盖的太多，手脚都不灵便了。 功夫熊猫》和功夫小子 讲出了中国功夫的根本，中国的功夫片 西以误导，以为功夫就是好看， 中国功夫不是样式，而是心。

^^绿色的家是环保、健康、安全与节省。视频：读更多-> 【mycollections/greenlife\_files/ourhouse.html】无论是饮食、选择化妆品、购买家用电器、装修住宅、如何在不牺牲你原有生活方式的情况下做出改变。 你会发现不仅能省钱。且同时让生活变得更加美好。打造绿色生活，可以从点点滴滴生命细节开始。

^^乐本来就是自己的, 幸福不在别人身上 读更多-> 【mywritings/le.html】我们常听；你会给我带来快乐，你会使我幸福。。。这都是错的，是表面的。乐是你自己的，客观只是一个媒介。乐不在别人身上，乐在你的心。了解这一点，你才有了真的乐，这种乐也不会跑掉。

人生的目的就是修心 读更多-> 【mywritings/xin.html】—心决定态度，态度决定成功的人生。心不是期望做出一个结果，而是要做出一个自我，在“做”中了解自己，在“做”中了解世界。 -- 心打开就开心—一个人这辈子是坐宝马车还是坐自行车，很多时候并不是自己所能掌控的，人生里有很多东西不全都是通过努力和奋斗就能获得。但人的心态却是可以通过自我完善，自我调整得到改变的，是哭是笑并不决定于坐什么车，而是取决于一个人的人生态度

^^ 信仰的权利，是中国比较敏感的话题，因为有很多界的农民起义都与迷信宗教有关。读更多-> 【mywritings/leaders.html】不过应该指出的是，迷信不是起义的原因，起义的原因是没饭吃，没房住，太穷了。迷信只是起义的借口而已。而这个不和平的原因呢，在21世纪的中国，已经不在了。在当今的中国呢，信仰可以谈了。在第一世界和第二世界，信仰是一个基本的权利，中国也应该一样了。人也应该有选择生活的方式，但是有一条，这种方式不能造成对别人，对自然界，对生灵的伤害。

^^名人倾向素的例子 名人的素食倾向 读更多-> 【mycollections/guodegangveg.html】素食是一种私生活，不是很多人都想公开。素食是一种态度和倾向。你可以和大家在同一桌吃饭，但是你可以选择素菜，至于在你家里，你选择素食就是自由了，至于讲与不讲，都也是他们的自由了。 我们常人呢，就是要学聪明些。嘴长在我们脸上，健康是我们和家人的，我们看我们自己的办。还有，素食不是主义，而是一种态度，一种倾向，点什么菜，买什么菜，做什么菜，我们都可以选择好的，避开不健康的。

^^名人倾向素的例子 名人的素食倾向 读更多-> 【mycollections/guodegangveg.html】赵忠祥的私人会所与素菜 | 毛主席“基本吃素” | 大S王菲的吃素 | 江泽民,陈立夫与素食 | 中南海吃什么 | 美国总统与素食结缘：克林顿奥巴马 | 中外古今素食名人录 | 茹素的明星

^^2部电影： 你要接受ta的好和坏—婚姻是一杆平衡的秤 读更多-> 【mywritings/marriagemoview.html】视频-理想的婚姻举例：李连杰：爱比被爱舒服—王菲和李亚鹏：心灵内部的融合 婚姻这门功课的一些门道 | 理想的婚姻举例

^^减肥4+1治要：免牛排，免牛奶，免BUTTER，免奶油。+ 不要吃了就睡。读更多-> 【mycollections/jing/Human%20Handbook/Handbook3-1.htm减肥的新理论在于：增加有能量的食物份额，减少肉食，奶制品。建议素食，多吃绿菜。这些工业化，商品化的脂肪，是肥胖的第一杀手。我们也不是以肉食，奶食为主的民族，在饮食中拿掉他们，不是一件难事。

^^人生是一场心的旅行，死不是生命的结束，世界是一所大学 读更多-> 【mywritings/renandtime.html】

^^完整的人 = 身体 + 情感世界 + 精神与灵性。身体:健康，物质世界，衣食住行。情感世界：爱人，家庭，集体，团队，朋友。精神与灵性：信仰，人生观，人生是一次旅行，人生是一场修行。读更多-> 【mywritings/ren.html】

^^死亡是一种经历，就像你第一次独自开车。读更多-> 【mywritings/si.html】我从哪里来？生命的目的何在？我为何在这里？我死后将到哪里去？

^^出生不是真的开始，逝去不是真的结束。人生是河流, 人生是过客, 不要迷恋,不要执着。人生也是主,要体验人生的功课,要做好人生的功课 。读更多-> 【mywritings/renandtime.html】

^^毛先生，蒋先生，邓先生 江先生 胡主席 席主席 读更多-> 【mywritings/leaders.html】中国真的好了 | 中国和国际的差距 ^^ 毛先生与邓先生，乾隆与刘罗锅 江先生对中国的贡献 ^^ 邓先生和他的后代们（江先生，胡主席，席主席）-中国真的好了 ^^ 中国和国际的差距^^ 64谈64的正面与负面.中国的民主 ^^ 中国的21世纪 ^^ 中国的人权问题 ^^中国人的信仰的权利

所谓「有钱」的秘诀并非在于你赚了多少钱，而是在于你存多少和你花了多少。读更多-> 【mywritings/richness.html】有钱的人如何心情好，名人有钱人的心理压力 比尔。盖茨 钱 财富 成功 孩子观 股神巴菲特及其子女的平凡生活

^^ 素食者的社会责任，关于宣传素食绿色环保的正确态度和角度 读更多-> 【mywritings/meatornot.html】现代的素食观念没有宗教色彩。素食不是宗教，也 =\= 和尚. 素食也不严格代表素食者或素食主义。素食不是主义或信仰，而是一种意识 ，一种时尚，一种生活态度：现在在超市，我们买点儿什么？今天晚饭 ，做什么？ 。。。

^^鲜花陪牛粪：婚姻是一杆平衡的秤。鲜花里面有牛粪，牛粪里面有鲜花。天平的两端有他的主观性，但主观，客观加起来要平。他们自己明白。《简爱》片段 - 秤要平。读更多-> 【mywritings/marriagemoview.html】

^^名人倾向素的例子 名人的素食倾向 读更多-> 【mywritings/vegman.html】食物不仅影响身体，也影响心理和思想。很多聪明人选择素食，因为素食使他们思想清晰，轻灵，像爱因斯坦，像富兰克林。素食不是主义，而是一种倾向和态度，也许你可以看到他（她）和你同桌吃饭，但不等于她在大部分时间里基本素食。这样算来，素食的人就更多了。

^^ 熊猫很胖，虽然看上去很胖，但是并不代表不健康。读更多-> 【mycollections/jing/Human%20Handbook/Handbook3-1.htm现在所说的肥胖症，代表了一种不健康，因为体内有很多毒素，身体积累了很多不需要的废物，这些毒与废料造成身体的负担和以后发病的隐患，肥胖的人很容易累，身体觉得沉重， 肥胖与当代的饮食有关...

^^ 减肥的新理论在于：增加有能量的食物份额，减少肉食，奶制品。建议素食，多吃绿菜。读更多-> 【mycollections/jing/Human%20Handbook/Handbook3-1.htm少吃油炸的，特别是餐馆的，因为你不知道他们怎么用油。 这些工业化，商品化的脂肪，是肥胖的第一杀手。我们也不是以肉食，奶食为主的民族，在饮食中拿掉他们，不是一件难事。

^^素食是最好的绿色 读更多-> 【mywritings/meatandenvironment.html】 (绿色指环保和永续)肉类和乳品的消费量将成倍增长，这使得畜牧业产生的温室气体、全球的生物质消耗量（用来喂养牲畜的植物数量）和活性氮（粪肥和化肥对环境造成多重危害）大幅增加，进而危及地球。

^^人与神佛,上帝的关系: 读更多-> 【ren/renandbuddha.html】 1.祈求关系: 2.崇拜,仰视关系: 3.灵性修行关系:

^^德州的首府奥斯丁玉照几十张 读更多-> 【myphotos/2011austin/ 是一座很小但很精致的城市。城市很是绿色健康，生态很好，树木/人口比很大。民风古朴、原始、简单。河流很多，山不多。夏天要出很多汗，利于排毒。热急了，可汗牛充湖，有天然全湖（BartonSpring），跳入暑汗全无。

^^职业的好与坏 积德的职业、失德的职业 读更多-> 【mycollections/greenlife\_files/ourwork.html】现代社会常常以财富、教育、职位等外在因素来排序职业的好坏；但从生命的角度宗教与灵性的价值的角度来衡量：职业的好坏在于你的生活对其他生命的贡献或伤害。

^^图: 豆腐皮替代鸡蛋，西红柿炒素蛋 素蛋 蕃茄素炒蛋。读更多-> 【mywritings/vegegg.html】由于健康、环保、动物保护等原因，选择植物性饮食生活方式的人已经越来越多。原因是：现在的肉，奶，蛋问题太多了。各种药物、激素、抗生素大量进入肉，奶，蛋内，从而进入人体。人们便会因此而得各种怪病。

^^ 人类对自然灾害的防不胜防：最近世界的自然灾害很频繁，北京的雨也下得很大。检讨人类近几年对大自然的行为，我们是不是做错了什么？读更多-> 【mywritings/muqin.html】地球母亲的四个孩子，大儿子人类太欺负人！读更多-> 【images/planetc.png

^^博客打开了国人的心。读更多-> 【mywritings/xin.html】博克是心与心的交往,没有国界,没有相貌,只有心对心。这个世界上,只有心才是最大的,他象孩子,没有任何顾忌和负担。中国的博客比海外要发达得多。在国外，最有名的是FB，facebook。但是比起界面，功能，联络的能力，FB比微博，百度，163，要差太多了。台湾人本来用YAM，YAHOO，等，但是功能与灵活度要差太多了。所以，很多人改用FB。FB的社交能力比YAM，YAHOO强太多了。但是FB只有一种界面，比国人的博客系统差太多了。

^^现在的鸡蛋：读更多-> 【mywritings/meatandhealth.html】大规模工业化养鸡的引入彻底改变了养鸡的业态，只有45天生长期的速成鸡肉和产量高的惊人的速成鸡蛋，各式各样的毒素像是抗生素、镇定剂、荷尔蒙、开胃药、也都同时进入了我们的身体里面，这就难怪说现代人的文明病会这么多了。

^^ 食物的“心理压力”：所谓的“富贵病”、“现代病”，心理的疾病，其实与我们的食物有关。现在的肉和奶无法避免痛苦的感觉，即使我们试着忽略，它仍会以某种形式危害我们，像是疾病、麻烦、精神耗弱或心理不健康。 读更多-> 【mywritings/save.html】你吃的是你的快乐：不光是生理的，还有心里的

^^ 素食怎样开始：难的其实就是第一步而已。来一星期的素尝尝鲜并不难，把素食当做主义，吃一辈子，难！这是头脑的诡计。读更多-> 【mywritings/howtoeat.html】所以，跟自己说“我只是做一件，我不是一辈子都做”。克林顿，就是这样开始的。很多进入素食的人都是这个经验：都是感觉越来越轻松，然后就继续感觉下去。素食不是主义，素食也不是信仰，素食是一种态度，素食是一种意识。

^^克林顿和奥巴马都是素食的身体力行者。读更多-> 【mywritings/wedo.html】很多国家的领导人及其食囊团也都给领袖们选择以健康为主的素食。 工业化的高激素，高抗生素的肉食和奶制品对健康也不利 ，我们是中华民族，没有必要照抄西方已经证明为败笔的食品模式。政府掌握着庞大的资源、亦可以动用和组织庞大的资源。推广“素食低碳生活”应当成为我国应对气候变化的一项基本国策!

^^ 现代社会常常以财富、教育、职位等外在因素来排序职业的好坏；但从生命的角度宗教与灵性的价值的角度来衡量：职业的好坏在于你的生活对其他生命的贡献或伤害。 读更多-> 【mycollections/greenlife\_files/ourwork.html】

^^从常识来看，我们能分辨哪个工作好，对我们和众生有帮助；哪个不好，且有危害。但我们必须选择，这就是为何我们有机会在下辈子改过自新，重新明智的选择。

^^<< 西游記 >>不是神话故事，西游记是一本讲修行的书 读更多-> 【mycollections/jing/xyj/ (更多)孙悟空、猪八戒、沙僧就是代表我们内边的品质，是玄奘去取经过程中裏面的挣扎。孙悟空是代表他的聪明智慧、万能的力量，每一次都可以求佛菩萨帮忙，每一次都能解决问题。猪八戒则代表他懒惰的品质，喜欢女色，有的时候看到美人会动心，看到好东西贪吃。沙僧就是代表他清静、平均的，没有好、没有坏那个时候。

^^ 动物蛋白（尤其是牛奶蛋白中的酪蛋白）能显著增加癌症的发病几率。　　牛奶和乳制品摄取最多的国家，骨折率最高，骨骼也最差。以肉食为主的美国男性，死于心脏病的比例是以素食物为主的中国男性的17倍！好书推荐：【中国健康调查报告】 （PDF）-病与饮食的关系 读更多-> 【mywritings/chinastudy.html】

^^好的工作态度养就一个人和内功 | 经营关系（主管-雇员，搭档）读更多-> 【mywritings/bossandyou.html】一个“内功”的小故事 | 工作的意义 - 我们为了什么而工作 | 成功的定义 一本关于成功的正确概念的书

^^素食怎样开始：难的其实就是第一步而已。读更多-> 【mywritings/howtoeat.html】来一星期的素尝尝鲜并不难，把素食当做主义，吃一辈子，难！这是头脑的诡计。所以，跟自己说“我只是做一件，我不是一辈子都做”。克林顿，就是这样开始的。很多进入素食的人都是这个经验：都是感觉越来越轻松，然后就继续感觉下去。素食不是主义，素食也不是信仰，素食是一种态度，素食是一种意识。

^^动物也感情。读更多-> 【mywritings/animals.html】贝肯伯新书《对待动物，我们需要新的思维方式》：“它们是有思想、有感情的动物，和我们一样，它们有好的日子和糟糕的日子，它们有感觉，它们是众生。”

^^地球的危机 (我们能做什么?) 读更多-> 【mycollections/goveg.htm 1全球暖化2气候灾难3物种灭绝 全球升温1℃-6℃会发生不同程度的灾难

^^德国三月 美国硅谷爬山 美国九寨沟 斯坦福大学 德州首府奥斯丁 玉照几百 读更多-> 【myphotos/ 喜欢, 但并不一定拥有. 像绿色的空气, 像旷旷的田野, 像干净的马路. 你不拥有它们, 但喜欢是你的, 他们是你的感恩.

^^视频-理想的婚姻举例：李连杰：爱比被爱舒服—王菲和李亚鹏：心灵内部的融合 读更多-> 【mywritings/marriagemoview.html】两个人对人生理解很对，亦很相通。王菲的感悟更胜一些，王菲对人生更简单，更单纯些。看他们两个人的对白，真的很享受。

^^ 非诚勿扰2是大家熟识了“人生是一种修行”这句俗语，引发了大家对“修行”的好奇。读更多-> 【mywritings/rensheng.html】修行，真的很简单，它不是宗教，它没有远离生活，它只是一种美好的生活方式，一个人人都可以平安相处完美融合的生活方式，一个将思想观念让位给内在神性智慧的生活方式.。修行就是一种爱好，

^^-- 素食不是信仰，素食是一种态度—好医生不愿意说再见—为什么吃素的人越来越多—素食对健康的益处 读更多-> 【mywritings/meatornot.html】—素食是健康与环境的双赢—也谈对素食的偏见—我们不能因为医疗保险而去得病—素食是一种慈善—素食怎样开始—素食怎么吃

^^喜欢，但并不一定拥有：隐含一种人生的哲理。读更多-> 【email.html】我们喜欢的时候，我们的心是开的。当我们认为我们拥有什么的时候，我们把我们的心闭了起来。我们把钱存在银行里，只有我们知道。我们头顶蓝天，脚踩大地，享受新鲜的空气和草地，他们是自由的，免费的，没有负担的。