**id 0**

我的时代的终极利物浦十一人组 从你追随多年的球队中挑选一个最喜欢的十一人组总是很困难--在某些情况下，很难记住多年来为你的俱乐部效力的球员。然而，以下是我在支持利物浦俱乐部期间的终极名单。我的第一场比赛是2000年欧联杯利物浦主场对阵布加勒斯特快速队的比赛，下面是我从2000/2001赛季开始的利物浦终极名单。门将。佩佩-雷纳 -- 尽管杰西-杜德克在2005年的冠军联赛中表现出色，但很难不选择雷纳担任这个位置。自从2006年来到利物浦以来，这位西班牙人一直是利物浦最稳定的门将（忽略本赛季的艰难开局）。在过去的几年里，这位西班牙射手一直是利物浦坚固的防线的基础。直截了当地说，利物浦依靠雷纳已经有相当长的时间了，直到本赛季30岁的雷纳都没有让他们失望。后卫。杰米-卡拉格 -- 自从22年前作为年轻人加入利物浦以来，卡拉格无疑是利物浦最稳定和最忠诚的后卫。没有人比卡拉格更关心利物浦，他在安菲尔德的整个职业生涯中都是一个惊人的球员和一个专注的职业球员。他在我最喜欢的Liveprool XI中的位置毋庸置疑，萨米-海皮亚--默西塞德郡的另一位忠诚的仆人，海皮亚在安菲尔德的10年里出场318次，打进22球。利物浦的前队长为俱乐部奉献了自己的一切，他不仅因其高超的表演而闻名，而且还能带领年轻球员实现成为一名真正职业球员的目标。今年夏天，当这位前芬兰中后卫随拜耳勒沃库森回到安菲尔德时，人们对他的欢迎恰恰说明了海皮亚在利物浦球迷中保持着良好的人气。斯特凡-亨乔兹--也许对一些人来说是个有趣的选择，考虑到丹尼尔-阿格和马丁-斯科特尔等人后来都担任过中后卫的角色。然而，我选择亨乔兹主要是因为这位瑞士国脚和前面提到的海皮亚之间的关系。在我看来，这（连同轮换到中后卫的杰米）是红军最后一个稳固的防守搭档（斯科特尔和阿格只是在去年年底才真正磨合）。作为出色的防守二人组的一半，亨乔兹值得在我的名单中占有一席之地 约翰-阿恩-里瑟 -- 在我看来，里瑟是利物浦最后一个坚实的左后卫。这位挪威人在俱乐部的7年时间里，是红军球队名单上最早的名字之一。除了他的左脚之外，里瑟是一个坚实的左后卫，他还可以向前追踪并协助进攻。虽然何塞-恩里克上赛季看起来很有希望，但他最近一直在挣扎，而格伦-约翰逊最近也不得不做替补。在我看来，红军仍然可以使用里瑟。中场球员史蒂文-杰拉德 -- 绝对的不假思索。史蒂文-杰拉德是世界上最好的中场之一，因此可以进入利物浦的名单。无论是帮助球队在欧洲冠军联赛或足总杯决赛中取得关键进球，还是通过创造机会来提升自己，杰拉德都能做到这一点。这位红军队长带领他的球队历经磨难，毫无疑问是我的终极名单的一部分。哈维-阿隆索--为什么贝尼特斯要让他离开，我完全不明白。阿隆索的传球范围和能力可能是世界上最好的。除了是一名坚实的防守型中场外，西班牙人还可以通过他精辟的前场传球，用脚的摆动创造机会。考虑到他是这些天在伯纳乌球队名单上的第一个名字，毫无疑问，阿隆索应该被列入这个阵容中。迪特玛-哈曼 -- 他在利物浦的时候是最被低估的球员之一。哈曼是阿隆索的早期版本，如果你愿意的话。德国人在中场的表现很有活力，主要是阻止对手的进攻，但也拥有创造机会的能力。我个人永远不会忘记他在2005年利物浦冠军联赛胜利的下半场的惊人表现--卡卡在上半场占尽优势，但哈曼在下半场将他封杀，利物浦将比分扳成3比3。德国人在默西塞德郡的时候表现得非常稳定。路易斯-加西亚--另一个许多人可能不同意的选择，但这是有原因的，球迷们仍然在安菲尔德的露台上唱着西班牙人的名字。

**id 1**

搜索 澳大利亚著名艺术家查尔斯-"布莱克曼 "受到歧视 这不是第一次有黑人受到歧视，但在这个案例中他是白人。一匹名为 "布莱克曼 "的两岁小母马在收到一份投诉后，被控制赛马注册和命名的澳大利亚赛马信息服务局（RISA）列入黑名单（讽刺意味不减）。练马师大卫-海斯被告知 "布莱克曼这个名字 "可能被理解为具有攻击性"，因此被迫将名字改为 "女布莱克曼"。布莱克曼 "这个名字实际上具有重要的意义。这匹马是由一匹叫做 "优秀艺术 "的公马所生，通常情况下，小马驹会被赋予一个与公马有关的名字。在决定名字的时候，有人提到了澳大利亚著名艺术家查尔斯-布莱克曼。布莱克曼以他的 "优秀艺术 "而闻名，他是当今最知名的澳大利亚艺术家之一，尤其是50年代的《女学生》和《爱丽丝梦游仙境》系列。因此，训练师和他的工作人员决定，"布莱克曼 "将是这匹马的完美名字，也是对布莱克曼先生的恰当致敬。直到RISA决定采取行动，因为有人向他们提出了关于这个名字的单独投诉。一些没有什么时间的歧视性失败者决定抱怨马的名字具有种族攻击性。 现在，RISA没有接受该投诉并将其归入 "失败者 "项下，而是以他们的智慧决定该投诉是有效的，该名称需要被改变。甚至当他们调查这个名字的原因时，他们决定'没有背景'就不能使用这个名字。当我读到这一点时，震惊的钟声开始响起。因为这个人的名字是 "Blackman"，所以马不能以他的名字命名。布莱克曼先生不是受到了歧视吗？如果他们把这匹马叫做 "琼斯 "或 "史密斯"，我相信那是可以接受的。如果这匹马被称为 "Whiteeman "呢？现在不要误会我的意思，种族主义是破坏性的，不应该被宽恕，但显然在这个案例中，甚至没有一个案例可以回答。社会是否已经变得如此恐惧，以至于一个人的意见可以直接影响这么多人。布莱克曼先生被剥夺了这一荣誉，因为一些心术不正的自由斗士忘记了吃药。如果我的名字是白色、棕色、黑色、灰色，我会非常担心在不久的将来，我的名字会被禁止印刷或出版，因为我害怕得罪某人。他们将不得不打电话给昆汀-塔兰蒂诺要求重写《落水狗》，因为他们担心主角的名字已经冒犯了100%的人。澳大利亚需要好好地审视一下自己。我们曾经谩骂美国太过政治正确。现在，美国有一个黑人在管理白宫！我不想生活在这样的国家。 我不想生活在一个我担心自己会冒犯别人的社会里，也不想生活在一个我必须不断监控自己嘴里说出的话的社会里。 当我在咖啡馆点咖啡或茶时，我应该怎么做？能否给我一杯黑咖啡，哦，该死，对不起。一杯不加牛奶的咖啡。'你想喝什么茶？''白茶，谢谢。哦，不，对不起，该死，我的意思是说，加牛奶和糖。"如果我们现在不解决这个问题，那么我们的社会将是一个非常可悲和可怕的地方。最后我想提一下，在里士满有一家很好的酒店，叫 "布莱克曼酒店"。它有670幅来自查尔斯-布莱克曼的数字复制的美术印刷品。我不知道这家酒店什么时候会关闭，因为'布莱克曼'这个名字在上下文中没有被使用。或者，也许这个酒店只为黑人服务。 无论怎样，在我本周末去墨尔本的时候，我都会顺便去喝杯啤酒，欣赏一下，向一位伟大的澳大利亚艺术家致敬。作为一个旁观者--我作为纽约市一群澳大利亚人的一部分出去吃饭。在用餐结束时，我们点了咖啡 -- 一杯长黑咖啡、两杯短黑咖啡和一杯平白咖啡是其中的一部分。我们的服务员给我们讲了五分钟，说 "我们在美国不允许说这样的话"，以及我们是多么的 "种族主义"。不用说，我们都笑了。悲哀但真实。如果这个名字是种族污名，那么它绝对应该从名单上删除 -- 然而，一个聪明的、有深刻意义的名字应该被誉为成功的多元文化的发展方向。

**id 2**

The 2030 Problem: Caring for Aging Baby Boomers Address correspondence to James R. Knickman, Ph.D., Vice President for Research and Evaluation, The Robert Wood Johnson Foundation, Box 2316, Princeton, NJ 08543.Emily Snell, B.A., 是 Robert Wood Johnson 基金会的高级研究助理。本文是Knickman博士在加州大学（UC）伯克利分校担任执政官讲师时撰写的。我们感谢加州大学伯克利分校和罗伯特-伍德约翰逊基金会的同事们的支持和投入。观点和结论仅代表作者本人，不代表赞助机构的观点。摘要 目的 评估随着婴儿潮一代的老龄化，照顾大量体弱老人所带来的挑战。研究背景 对经济和人口数据的回顾，以及对2030年社会经济和人口模式预测的模拟，构成了对社会需要面对的与照顾老年人有关的挑战的审查基础。研究设计 一系列的分析被用来考虑与2030年照顾老年人有关的挑战：(1)制定和分析宏观经济负担的措施，(2)分析和综合关于残疾趋势、长期护理的支付方式、健康老龄化和老龄化文化观点的文献，(3)模拟婴儿潮一代的未来收入和资产模式。主要研究结果 2030年老龄化的经济负担应该不会比1960年代养育大量婴儿潮儿童的经济负担更大。照顾2030年老人的真正挑战是：（1）确保社会为长期护理制定比现有制度更好的支付和保险制度，（2）利用医学和行为健康的进步，使老人尽可能保持健康和活跃，（3）改变社会组织社区服务的方式，使护理更容易获得，以及（4）改变老龄化的文化观点，确保所有年龄的人都融入社区生活的结构中。结论 为了满足婴儿潮一代的长期护理需求，社会和公共政策的改变必须尽快开始。如果现在就进行必要的改变，而不是在婴儿潮一代真正需要长期护理的时候，满足越来越多的老年人的财务和社会服务负担将不是一项艰巨的任务。长期护理领域的一个主要公共政策问题是老龄化社会将给护理系统和公共财政带来的潜在负担。2030年的问题 "涉及到确保30年后有足够的资源和有效的服务系统的挑战，届时老年人口将是今天的两倍。这一增长的主要原因是婴儿潮一代的老龄化，他们在2030年将从66岁到84岁，即 "年轻的老人"，人数将达到6100万。除了婴儿潮一代，1946年以前出生的人--"最老的老人"--在2030年将有900万人。本文评估了2030年问题的经济层面。本文的前半部分回顾了文献和逻辑，这些文献和逻辑表明，到2030年，一般的老龄化，特别是长期护理服务，将对社会造成巨大的经济负担。然后，提出了一个新的负担分析，表明总资源不应该成为本世纪中叶经济的主要问题。最后，本文提出了四个关键的挑战，代表了二十一世纪长期护理的真正经济负担。这些挑战是重要的，但与宏观成本问题不同。什么类型的经济负担可能被认为是不堪重负的？现有的文献从来没有明确的定义，但感觉是在以下情况下，负担可能被认为是压倒性的。(a) 税率需要大幅提高，(b) 由于高服务成本排除了其他社会投资，经济增长被延缓，或(c) 由于服务成本和收入转移，未来几代工人的总体福利比当前工人的福利更差。该讨论对公共政策和专注于为21世纪中期发展有效的护理系统的私人行为者有重大影响。与老龄化社会相关的公共政策目标必须平衡提供足够的服务和转移的需要与维持非老年人的经济和社会福利的利益。所讨论的经济挑战是这样的，在不久的将来开始的公共和私人的进步将使未来的负担大大地容易解决。

**id 3**

你好，我希望你能分享你的观点和支持。我非常感谢这个论坛。我总是认为事情可能会更糟糕，但坦率地说，我从未想过自己会处于这种情况。首先要说的是，在过去5年左右的时间里，我的家庭经历了许多艰难困苦，我也许会在后面评论这些事情。但我认为，那段漫长的痛苦期导致了我们现在的不稳定状况，这也是我想与你们分享的内容。我的母亲有一次烧伤，去年她在一家精神病院呆了三个月。她出来了，但很快又出现了第二次崩溃，她已经在1个半月前被重新送进了医院。由于一个我不愿讨论的复杂情况，我母亲是我们家的主要收入来源。她的健康恶化给我们家带来了巨大的经济困难，也带来了巨大的情感痛苦和心灰意冷。更糟的是，我父亲今天失去了工作。他在3个月的试用期内，他们让他离开了。他现在认为很难找到另一份工作。我现在就要大学毕业了，我找了几个月的工作都没有找到。这让我非常郁闷。然而，最近我找到了一份合同工作，这将帮助我获得时间。这种严重的经济困境和我母亲的精神疾病相结合，对家庭来说是毁灭性的。我的父母今天同意他们将离婚。我母亲将搬到我奶奶家（如果他们让她出院的话）。我父亲需要找到一份工作来生存，但他现在很悲观。我也需要找到一份稳定的工作来生存。但就业市场是严峻的。我从未想过生活会像这样让我跪下来。我们要卖掉我们的房子，我不知道几周后我要住在哪里。我有一个年轻的妹妹，她仍然需要照顾，她的生活，你可以想象，并不全是玫瑰花。而且她的工作也很繁重。我感谢上帝赐予我和我妹妹的健康，并给我机会完成大学学业。但是现在我非常绝望。我担心最后会流落街头。除此之外，我没有一个稳定的女孩关系，我担心我将在很长一段时间内孤独。谁会喜欢一个家庭和生活如此混乱的人？我经常遭受孤独的折磨（因此我的绰号），无论什么原因，我都无法解释。我是一个22岁的男性。聪明、有趣、英俊、诚实。而我对幸福生活的希望即将被这种情况击碎。写下这些，我已经感觉好多了。我知道这不能代替心理医生。我已经看过一个治疗师和我的家庭医生。那有一点帮助。这也有一点帮助。你好，欢迎来到论坛。听起来你的整个家庭确实经历了很多。这对任何人来说都不容易，从你母亲患有精神疾病并两次住院（我也经历过，知道那是什么感觉），到你父母关系的紧张，当然还有你和你妹妹。听起来，在这种情况下，你们都在尽力解决实际问题，但当然，修补感情需要更长时间。那么，在卖掉家庭住房后，你妹妹是否会和你父亲住在一起，如果是这样，你能不能不留在那里，或者新的地方是否不够大？如果不是这样，你是否有朋友或朋友可以和你一起租房，或考虑合租？我可以理解你对孤独的担忧，但如果有人因为你的家庭历史而不想认识你，那么他们真的值得首先认识吗？我认为你所经历的一切可能意味着你对他人和这样的人更加理解和宽容。

**id 4**

该条约的 "先发制人 "权利被解释为仅保留给英国政府从土著人手中购买土地的唯一权利。这当然破坏了土地的市场价值，但却暗示了对王国政府给予合理价格的期望；这个价格与定居者在政府成立之前为土地支付的价格相似。应该注意的是，在政府成立前或条约签订前的时代，与一些人的看法相反，早期定居者在大多数情况下为购买土地支付了相当可观的金额，关于用一条毯子或一把斧子就能获得许多英亩土地的指责实际上并不适用于他们。政府现在与新西兰公司一起成为购买和交易土地的竞争者。这两方都看到了一个收入来源，即通常所说的政府经纪费，这是支付给本地业主的价格和从土地被卖给的欧洲人那里得到的价格之间的差异。这个 "差价 "实际上相当于专门向有色人种征收的高额税款，而政府则尽其所能地利用它。在南岛，土地购买者被指示不得超过每英亩3便士的价格！（每公顷15美分）。关于条约前的购买，与条约后政府的购买相比，有一个本质的区别。早期的定居者没有能力进行不公正的交易，交易必须是明确的和光明正大的。他们发现自己必须熟悉当地的土地习俗、程序和所有权，并且必须确保任何交易都是适当的密封，因为他们知道随着时间的推移，任何政府都会质疑他们的收购，以检验其有效性。另一方面，政府没有必要以这种方式进行交易，因为他们知道，他们很快就会有武装力量可以调用。(见殖民主义的性质)。政府急于求成，不喜欢冗长的前期工作，希望以低于其价值的价格获得土地。结果很快就显现出来了，因为他们对廉价土地的热情很快就被当地人利用了，他们开始以政府认为合适的任何价格提供产权不良的土地。于是，政府成了本地人争吵中的一只猫爪子。一个本地人会以几乎零的价格出售在部落分歧中存在争议的土地，特别是如果出售的效果是将他的对手卷入与英国人的争吵中！他将得到双重满足。这样他就可以得到双重的满足，一是报复，二是免除了维护一个麻烦和不确定的权利的荣誉义务。这就是许多关于土地问题的线索。关于老移民为占领而购买的土地，事实证明土地所有权是安全的，并经受住了时间的考验；而政府在北岛的许多地区购买的土地则涉及一系列的骚乱，有时还使用了武装部队。霍布森上尉的第一个错误。这涉及到Kaitaia和Paihia之间的土地，涉及到两个部落，Rarawa和Ngapuhi。自从Ngapuhi征服凯塔亚以来，他们已经在凯塔亚附近的土地上和平地居住了大约30年，但是拉拉瓦酋长Nopera Panakareao不希望他们在该地区有任何参与。见UTU页面 Nopera去见霍布森船长，在和Shortland先生乘船返回凯塔亚时，他被问到谁拥有所有从海岸向内看的（Ngapuhi）土地。诺佩拉回答说："那都是我的。"然后在他们到达凯塔亚后，他以令人印象深刻的方式招待了肖特兰，为他摆了一场大餐。当肖特兰回到霍布森船长那里时，他报告说他们已经找到了他们在寻求获得土地过程中所寻找的大酋长和土地所有者。霍布森于是不失时机地去见诺佩拉，并着手从他那里购买了许多土地。当Ngapuhi发现他们的土地被Nopera出售后，麻烦很快就开始了。双方的数百名战士开始互相争斗，传教士和其他人立即被带到现场，在部落间的大规模屠杀发生之前实现和平并停止战斗。在发生了少量致命的

**id 5**

请注意：本网站的信息只具有一般性质，不作为个人或专业建议。搜索这个网站。在家教育你的孩子!欢迎来到家庭教育的世界--在没有学校的情况下学习!我们于1985年正式开始教育我们的三个孩子，当时我们的大孩子才五岁。事实上，从他们每个人出生的那一刻起，我们就帮助他们在成长过程中学习他们需要学习的东西，并探索和发现这个神奇的世界!我热衷于倡导让孩子们在没有不必要的压力和竞争的情况下学习，以适合他们个人学习风格和喜好的方式满足发展需要。我们是一个家庭教育、非学校教育和自然学习的家庭!本网站有数百篇文章，帮助你建立作为家庭教育家庭的信心。"谢谢你...你提供的信息是真实而慷慨的--阅读起来非常棒。你的诚实是罕见的。大多数书籍并不像你那样真正解释'如何'。"特蕾西 订阅贝弗利的季刊，她在那里分享她作为家庭教育者25年的见解和经验。每期都有课程提示和网上资源及文章的链接!18美元印刷版（1年）12美元电子版（1年）人类的智慧在很大程度上是基于我们的抽象能力。语言是一种抽象的东西。数学是一个抽象的概念。科学是一个抽象的概念。哲学是一个抽象概念。很明显，制造和理解抽象的能力是很重要的。但如果你想了解橙汁，你最好先了解橙子。如果你想教一个婴儿关于母亲的概念，你可能不想从讨论生殖开始。你想从婴儿理解的、感兴趣的东西开始。妈妈。然后在此基础上进行。我们所有人在很小的时候就知道，热的东西会给我们带来痛苦。但我们可能是从一个具体的、真实的例子中了解到这个抽象的概念。我相信我的妻子和我向我们的儿子解释过很多次这个抽象的概念。"不要碰热的东西！"但他是在一个晚上帮他妈妈做晚饭时学会的。这个现实是基于动机的.我儿子在5岁的时候，并没有因为想从父母多年的经验中获益而产生很大的动机。然而，他的动机是希望不感到痛苦。勾股定理是一个惊人的、强大的工具。但是，如果你想把毕达哥拉斯定理教给年轻人，你认为哪种方法会更成功（想象一下我在黑板上边讲边说明这些概念）。? 这里有一个三角形。斜边的长度是多少？你可以用这个公式来确定斜边的长度：斜边的平方等于另外两条边的平方之和。来，我们来试试。? 在一个棒球场上，从本垒到一垒有90英尺。从一垒到二垒也是90'，从二垒到本垒有多远？希腊数学家毕达哥拉斯在2500年前就告诉我们如何计算：从本垒到二垒的距离的平方等于从本垒到一垒的距离的平方加上从一垒到二垒的距离的平方之和。在这里，让我们试一试。当然，随着年龄的增长，我们迅速将抽象概念与与我们生活有关的具体例子联系起来的能力也在提高。作为一名家庭教育工作者，你有责任衡量你的学生在这个连续体上的位置，并相应地调整你介绍新概念的方式。这是一门艺术。但是，玻璃般的眼睛可能意味着什么。热情的程度也告诉你很多。你如何为一个抽象概念想出好的具体例子？想一想是什么让学生兴奋。以下是我的典型出发点：体育；金钱；约会；游戏；家庭；电子产品；他们的未来。这篇文章有帮助吗？它对你来说值得一美元吗？您的1美元捐款有助于维持本网站的运作，使贝弗利-佩恩能够继续帮助鼓励和安抚那些希望自己的孩子获得更好结果的家庭。谢谢你 - 我们非常感谢你的帮助!请捐献礼物，帮助贝弗利继续在线。自1989年以来，贝弗利-佩恩坚定不移地促进和支持家庭教育，将其作为澳大利亚家庭的一种教育选择。她的书籍和网站旨在揭开教育的神秘面纱，温和地使家庭不再受教育。

**同上 6**

我所知道的最有生产力的人的秘密 像大多数人一样，我也担心生产力问题。既然一天中没有更多的时间，我如何才能完成更多的工作？这让我反思在我的职业生涯中所认识的或与之共事的真正有生产力的人。他们都有某些特点。1.他们有自己的生活。真正有创造力的创新者或问题解决者远不是那种疯狂专注、深夜或清晨的类型，他们在工作之外有丰富的生活。我所认识的最优秀的CEO之一，WebCT的创始人Carol Vallone，是她当地垒球队的教练。她说这是她磨练领导能力的地方。这也意味着她必须把心思从工作上移开，用不同的方式思考。难怪学术研究不断显示，外部承诺与高成就高度相关。2.他们会休息。我们很容易认为，如果你永远不停止，你会得到更多的工作。但从神经科学中可以看出，我们很容易就会资源枯竭（疲惫），而且很快就会变得僵化和狭隘（隧道视野）。换句话说，我们会被卡住。休息一下--只是走动一分钟--可以重置和刷新你的头脑，让你看到在办公桌前一小时不会发现的解决方案。这也是我们经常在开车回家时有最好的想法的原因之一。3.他们经常在几个不同的行业工作。这意味着他们经常挑战正统观念，因为他们看到了不同的框架和方法。他们可能不会认为很多事情是理所当然的，并且有经验看到重新构建问题的价值。4.他们有很好的外部合作者。有时这些合作者是正式的，但往往不是。但他们的传声筒并不只是直接的同事或客户。他们广泛的网络使他们能够纳入更广泛的思维、联系和信息，他们为企业带来光明和空气。所有这些特征表明，真正有生产力的人拥有非常广泛和丰富的周边视野：外部承诺、呼吸的时间、多种观点和联系人。这些人带来的东西远比他们眼前的任务或工作所需要的多。他们之所以富有成效，是因为他们有如此丰富的资源可供调用：科学、音乐、艺术、文学、戏剧、家具设计、盆栽--你说的都有。他们总是比人们看到的要多得多。这意味着，生产力的秘密不是一个新的组织者，一个软件，或一个新的应用程序。而是要有一个完整的生活。

**id 7**

亚马逊的九寸钉商店 音乐照片 传记 九寸钉（NIN）成立于1988年，仍然是其创始人特伦特-雷兹诺的才华的载体。Reznor的工业摇滚品牌有时是苛刻的，往往是不妥协的，并辅以变态的、折磨人的图像。在职业上，他经常发现自己与娱乐业的矛盾，这导致了动荡的关系和持续的法律争论。编辑评论 亚马逊网站 踢馆专辑和踢馆现场专辑之间最大的区别是什么？强度。现场专辑《And All That Could Have Been》是九寸钉2000年在美国巡回演出时录制的，提供了大量的这种特性。这有助于特伦特-雷兹诺有一个乐队，而不是只有一组键盘，来帮助他完成16首使他成为明星的狂暴但令人惊讶的可听的音乐尖锐。现场音乐家们允许他自由发挥节奏，帮助将 "Closer "提高了一个档次，并为 "The Frail "的慢速版本提供了一些大气的重量。乐队大张旗鼓地演奏老的材料；Reznor在演奏 "Head Like a Hole "时听起来就像他在1989年时一样生气勃勃。这张CD以 "伤害 "结束，这可能看起来是一个奇怪的选择，但不知何故，在之前的一切之后，它就像一个悲剧的结局。虽然一张CD只能捕捉到NIN在舞台上的一部分能量，但他们的第一张现场专辑是一张激烈的、有时是压倒性的录音，进一步证明了NIN的持续受欢迎程度和影响力。--Genevieve Williams 电子重金属音乐的现场表演的一个缺点是，很多音乐根本就不是现场表演，而是预先录制的循环。"And All That Could Have Been "确实有点受此影响，但现场乐器的强度（包括Reznor的歌唱）弥补了这一不足。"脆弱》虽然是一首杰作，但制作过度；相比之下，《本该如此》保留了一种原始的感觉，光彩夺目，令人心碎。看到NIN如何保持早期歌曲的活力和生命力，这一点特别棒。"Head Like a Hole "和 "Terrible Lie"（来自 "Pretty Hate Machine"）被完全更新。尽你所能去买豪华版。"Still "CD（向Joy Division致敬？）与 "And All That Could Have Been "形成了惊人的对比。前者是一个响亮的、宣泄性的群众活动，而后者是原声的、私密的，主要通过分层的张力来发挥作用。晴朗的冬日黎明的声音和感觉--就在你的世界崩溃之后。现场CD会让你筋疲力尽。原声的会让你的心爆裂。我通常不觉得有必要写NIN的评论，只是因为已经有这么多了，我的评论会被淹没在大海中。虽然我认为Trent的所有唱片都是天才之作，但我发现这张唱片是我最想推荐的一张。这套两盘的唱片包括一个现场表演（与他们的 "All That Could Have Been "DVD中的表演不同）和一个 "不插电 "的录音室发行的一些早期作品，包括一些新歌。我已经听过多年来在独立商店购买的一大堆NIN的现场碟，所以现场表演虽然演奏得很好，但并没有什么新意。NIN似乎总是在每场音乐会上演奏几乎相同的阵容，所以我真的没有听过第一张碟。如果你从来没有听过NIN的现场演出，那么这张第一张碟是必须的。看到乐队如何在现场表演那些技术含量很高的合成器歌曲，是一件很酷的事情。在某些时候，trent可以在每首歌中加入他自己的风格，让它听起来比录音室版本好很多，这是很多音乐家都做不到的。这真的是我摘掉一颗星的唯一原因，因为我的个人品味。碟2是这里最闪亮的时刻。买这个的唯一理由，所以不要满足于1张碟的版本，尽管限量版更难找。我想不出有什么其他的方式来描述特伦特的音乐的原声版本。

**id 8**

当然，很高兴知道布列塔尼和桑塔纳在分开之前都没有诉诸于欺骗，尽管看起来每个人都开始接近其他人。桑塔纳承认上周对卢斯维尔的一个同学微笑，我们看到山姆（Chord Overstreet）在第四季第三集："改造 "的学生会选举后与布列塔尼拥抱。好了，现在布列塔尼不再是正式的情侣，事实证明，他们中至少有一个人将追求与新的人的关系。(给各地的布列塔尼粉丝一个提示。离开那个窗台。我们会一起度过这个难关的！）。据E！在线报道，"他们中的一个人将对其他人产生兴趣"。请允许我们用一个词来概括我们的想法：不！不！不！不！不！不(在这里，我们认为我们不可能比我们已经对布列塔尼的分裂哭得更厉害了）。如果说从这个消息中可以得到什么安慰的话--这个消息中真的没有什么安慰--那就是这似乎并不会真正导致一段全面的关系。据E！在线报道，"新的'关系'不太可能坚持下去"。然后，我们不知道他们是否已经确认这将是短暂的，或者他们只是在猜测。所以剩下的唯一问题是这个新的人将是谁。如果我们说的是布列塔尼，那么也许她和山姆会继续结合。至于桑塔纳可能会和谁开始交往，我们还真不知道，除非上周那集的弗吉尼亚-伍尔夫的粉丝会再次出现在节目中。顺便说一句，给弗吉尼亚-伍尔夫一个提示。你太差劲了。(我们对此表示歉意，弗吉尼亚，但你是有罪的。）还记得一周前，布列塔尼还是一对夫妇，世界上的一切都很正常？那是更简单的时代，不是吗？

**id 9**

element14社区网站的cookies 我们使用cookies来确保我们在网站上给你最好的体验。如果你继续使用网站而不改变你的设置，我们会认为你乐意接受网站上的所有cookies。您可以通过点击这里了解更多关于cookies的信息，以及如何在任何时候管理您的cookies设置。继续我的列表。您必须登录才能查看 "我的清单 "的内容。请登录或注册。我们讨论了黑客的二分法，让政府和公司对立起来，以寻求他们的帮助。美国政府本身的角色也有待商榷，因为它用自己的创作来证明其网络能力。政府希望通过炫耀自己的网络攻击来证明他们有技术来保护自己。这意味着政府扮演着两边的角色，网络防御以及攻击。最近，更多的报告揭示了这些攻击工作的广泛性，而其他国家则以全新的操作系统来寻找安全问题的答案。国家之间缺乏信任，导致人们对国际贸易的软件和硬件持怀疑态度。纽约时报》报道，在奥巴马政府早期，总统下令进行网络攻击，以阻碍伊朗的铀浓缩设备。据报道，这些攻击是在以色列的帮助下进行的，使用了一个复杂的恶意软件程序，最终被称为Stuxnet。伊朗纳坦兹工厂的5000台离心机中，大约有1000台被这个在布什时期就开始开发的软件所破坏。美国已将其反网络战部门的部队数量增加到前所未有的水平。(分别通过《旧金山哨兵报》和Gillaspy Solutions)一种更具侵入性的病毒，被认定为Flame，也被作为网络攻击而对伊朗发起了攻击。属于石油巨头沙特阿美公司的3万多台机器被网络攻击崩溃，有人猜测这是伊朗对Stuxnet攻击的报复。这种恶意软件以伊朗官员的电脑为目标，目的是收集信息，可以说它比Stuxnet更危险。虽然美国和以色列拒绝评论谁对 "火焰 "负责，但许多人的矛头直指这两个盟国。格鲁吉亚共和国，由于其战略性的地理位置，对其境内的外国军事行动并不陌生。但今年，他们尝到了被称为Gerbot的疑似俄罗斯网络武器的甜头，它通过新闻相关网站的链接渗透到政府电脑中，试图提取格鲁吉亚和美国之间的安全信息，甚至可以从受感染的机器中录制音频和视频。跨越国界的不信任正在推动像美国这样的政府披露攻击信息，以证明他们的能力并阻止其他人进行攻击。一些人认为，这种类型的行动正在助长类似于发生在19世纪中期的军备竞赛；这次是在网络领域。控制的核心是完全可以被攻击的。可编程逻辑控制器（PLC）被用来控制各种重要的硬件。泵、压缩机、通风口、发电机等的各种电机以及继电器、断路器和其他工业设备都是用PLC操作的。对这种脆弱机器的攻击可以使任何国家陷入瘫痪。政府和个人正在呼吁公司对国际商业交易保持警惕。不是作为任何经济策略，而是为了防止可能包括内置后门的损坏的硬件。 (via Simon Letch) 中国无疑参与了这种网络战争，但正如他们的政府所习惯的，这些努力是保密的。事实上，大多数关于中国网络武器的信息都是由美国方面公开的，这就歪曲了其有效性。尽管所有其他美国芯片制造商都已迁往中国，英特尔仍将其全部生产留在美国。澳大利亚政府拒绝与中国制造商华为做生意，因为有人猜测华为的硬件和软件存在腐败。美国情报委员会已经建议美国消费者和企业不要购买中国制造商生产的路由器。同样，一些专家推测，由于类似的担心，外国公司将开始避免与微软、思科和英特尔的商业交易。在网络世界中，进攻不是最好的防御。当一些人选择本地和联盟制造商时，俄罗斯反病毒软件开发商卡巴斯基正在努力开发一个专门用于运行监督控制和数据采集的专门操作系统。

**id 10**

在战后的伦敦，女演员西尔维娅-博鲁斯克的腋窝里长出了一个惊人的东西。这个长物就是安提亚。当西尔维娅在倾盆大雨中站在广场上观看加冕礼的队伍时，安西娅第一次开口说话。这是西尔维娅-博鲁斯克的故事，一个既平凡又不平凡的女人，以及她为生存而挣扎的故事。她是一个失败的女演员，在战后紧缩的英国，她想通过各种手段来维持生计。她的大部分家人和她以前的四位丈夫都在悲惨的情况下被消灭了。然后，她遇到了迪克，这个风趣的假肢推销员，她在心里知道，他就是她的真命天子。但是，当她患上可怕的遗传病 "潜伏双胞胎综合症 "时，她渴望的幸福结局遭到了破坏，安西娅也因此发病。高潮是一个令人窒息的漩涡，伴随着旋风琴的眩晕音乐。兄弟姐妹之间的竞争达到了极致，只有其中一个姐妹能在分离手术中幸存下来。是哪一个呢？今天就可以得到你的签名本，英国售价为7.99美元，国际订单为14.99美元。

**id 11**

Daniel Phillip Deneel Apollo Valerio出生于1988年4月21日。他的父母是澳大利亚的迈克尔-瓦莱里奥和奇瑞尔-布彻。他是奇瑞尔的第4个孩子，他是一个漂亮的小男孩。是的，我说 "是"。1989年10月他的父母分手后，丹尼尔并没有真正获得生活的机会。奇瑞尔-布彻得到了丹尼尔和她大儿子本杰明的监护权。我想，这两个孩子和他们的父亲在一起会好得多，因为他们的母亲开始为他们寻找新的父亲。保罗-艾顿和奇瑞尔-布彻很快就搬到了一起，这样他们都可以扮演幸福的家庭。但不开心的是，保罗-艾顿并不喜欢这些孩子。保罗-艾顿尤其不喜欢小丹尼尔。一天晚上，当保罗-艾顿下班回家时，他发现冰箱上钉着一份奇瑞尔写的名单。那是一张她的孩子们的不端行为的清单。现在我不知道为什么奇瑞尔-布彻写了这份名单，并把它贴给她的男人男友看，但保罗-艾顿显然认为这是她希望他管教孩子的信号。于是，保罗-艾顿用他自己的特殊方式来管教他们。他走进丹尼尔的卧室，拿起熟睡的婴儿的裤子和头发，把他脸朝下摔在地上。就个人而言，如果有人对我的孩子做这样的事，我就会被指控用斧头埋在这个混蛋的头骨里，或者类似的事情。大多数母亲都会打电话给警察，把那个施暴的混蛋拖进监狱，但奇瑞尔-布彻不是。奇丽尔-布彻似乎并不介意她的肉棒男友所实施的 "惩戒"。事实上，她对这一切视而不见。保罗-艾顿甚至没有隐瞒他正在殴打男孩的事实。他向他的工作伙伴林克-德-弗里斯吹嘘说，他 "昨晚让我儿子做了一个明星"。他解释说，他命令小丹尼尔像星星一样手脚分开站立，然后用脚踢他的两腿之间。保罗-艾顿告诉他的伙伴们，他不仅踢了那个男孩，还把他扔到墙上，把他的脸按在自己的大便上，并用木勺打了丹尼尔的阴茎。这就是那个虐待儿童的POS机觉得足够自在的吹嘘的东西。他没有告诉他的朋友们什么？而在这一切中，奇瑞尔-布彻没有阻止他，没有试图拯救她的孩子，没有试图寻求帮助。1990年6月8日，奇瑞尔-布彻所做的是带小丹尼尔去看全科医生杨医生，杨医生忍不住注意到这个2岁孩子身上的大量瘀伤。他要求进行测试，但这位慈爱的母亲从未跟进。请记住，那时还没有强制报告法，要求专业人士报告虐待行为。杨医生没有报告虐待事件。小丹尼尔的情况不是太好。1990年7月23日，奇瑞尔-布彻带他去看另一位医生，并再次注意到他头部的广泛瘀伤。同样，医生和母亲都没有采取任何措施。此后不久，丹尼尔又去看了另一位全科医生，他询问了所有的伤害。Cheryle Butcher当时并没有说实话。相反，她告诉医生，小丹尼尔经历了一个 "6周的笨拙期"，她的另一个儿子本杰明和他玩得很凶。这一次，医生对男孩的情况感到非常震惊，于是他把丹尼尔送到了弗兰克斯顿医院。爱德华-洛瑟医生是主治小儿科医生，他让丹尼尔接受了5天的观察和测试。丹尼尔在医院的表现非常好。他很高兴，吃得很好，而且他希望任何人都能抱抱他。这些，显然都不是好的迹象。"孩子在医院的行为是人们在一个被忽视的孩子身上看到的那种行为。通常情况下，被送进医院的孩子会感到恐惧和害怕，"洛瑟医生报告说。"被忽视的儿童往往很高兴，因为他们得到的关注比在家里多"。所以你有了，一个儿科医生--一个专家--注意到明显的忽视迹象。然后发生了什么？丹尼尔被送回家了。太不可思议了一个星期后，仅仅一个星期后，丹尼尔就生病了，身体瘦弱，浑身青紫。他还患上了2

**id 12**

人们 头发和化妆的变革世界以无数的方式触及我们所有的生活。从我们在广告中看到的美丽的女妖，到舞台和银幕上的偶像，我们塑造自己形象的方式是通过欲望、激情和大量的实验建立的。让我向你介绍新西兰造型师斯特凡-奈特（Stefan Knight）一生中的关键因素。就像一首80年代的劲歌，斯蒂芬是一个小镇男孩，他受到了那个年代的图像的巨大影响，因为它们从世界的大城市流传到他印象深刻的冒险主义。"那是新浪漫主义的时代，每个人都在化妆。即使是流行音乐的直男也像他们美丽的超级模特女友一样化妆，"斯特凡谈到他年轻时的灵感时说。"我曾经喜欢打扮自己，让人们震惊。给我的朋友和我自己化妆和做疯狂的发型是其中的一部分。我们会搭公车到奥克兰，在Vulcan Lane和K'Road附近闲逛，那时它们还是城市的前卫、时尚地区。"与许多直接进入奥克兰大学埃兰分校学习的创意同龄人相比，他将年轻的激情转化为职业的道路是不同的。斯特凡首先作为学徒在工作中弄脏了自己的手，当他最终在大学里转了一圈后，他意识到这并不适合他，而是与他的朋友丹尼斯-库姆勾搭在一起，后者在奥克兰为大型海外电视广告做化妆。"那是在我们现在有机会获得产品和化妆品的时代之前，所以我们曾经用我们微薄的预算所能找到的东西来制作我们自己的粉底和唇色。我们会把疯狂的东西粘在人们的脸上，让我们的创造力得到发挥。那是一段非常有趣和鼓舞人心的时光"。由于需要扩大自己的视野，Stefan到伦敦工作了13年，所做的工作为《i-D》、《POP》和《Vogue》杂志的版面增光添彩，他认为很少接受正规培训给了他一个独特的优势。"我没有受到学校所教授的规则的约束，所以我会尝试以不同的方式使用产品，并在可能的情况下突破界限。大多数从事时尚工作的顶级化妆师都遵循同样的原则，而你能得到的最美丽的效果往往来自于对规则的破坏"。斯蒂芬一直从伦敦和纽约的史诗般的俱乐部孩子们--利-鲍里、朱莉娅公主、塔斯蒂姆、男孩乔治--中汲取灵感，随着不拘一格的合作机会的出现，斯蒂芬的生活被介绍给这些人以及伦敦舞台上其他时尚前卫的新人所改变。"我为他们的照片拍摄做化妆，他们会让我进入他们的俱乐部，我们经常一起合作，进行表演和欢笑。那是一个疯狂的、富有创造力的时代，有那么多鼓舞人心的、有才华的表演者，他们正在起步，正在突破界限。我们都在分享关于如何颠覆人们的外观的想法，玩弄雌雄同体和极端化妆。"有一天晚上，我花了五个小时在一个朋友的脸上和头上粘上小的彩色水晶，以便她在俱乐部里做表演。然后，当她在舞台上时，我们把大约10个手持激光器对准她，完全炸毁了人们的思想。这种类型的东西绝对是极端的化妆，当它发挥作用时，它是非常棒的。"当然，由于要支付账单，斯特凡也保持着他的商业贸易，这使他去了世界上的每一个大洲，甚至在最戏剧性和最具挑战性的环境中。"有一次在肯尼亚的野生动物园，我正在做修饰，集中注意力，这时照顾我们的护林员把我推回路虎车，因为有一头犀牛要冲向我们。在那些严酷的、考验人的时刻，他的艺术核心往往被允许以最令人惊讶的方式闪耀。"在牙买加，我的包在拍摄的前三天丢失了，所以我不得不到金斯敦的一家药店去找一些可以用来给我们拍摄的两个白皮肤的模特化妆的东西。我不得不回到我的根源，用我能找到的东西来做我自己的化妆。我们最后做了一些水下拍摄，我的手工产品完全防水，而且保持了一整天（吃了你的心吧，美宝莲！）"。然后，在离开新西兰很长时间后，我被拉回了家。"我不确定我是否能够做到

**id 13**

环游世界80道菜》 作者：大卫-洛夫特斯 大卫-洛夫特斯是世界领先的美食摄影师之一：一年中有350天在路上，手里拿着相机，从巴特西到纽约到巴哈马，拍摄顶级厨师和他们的精彩菜肴。现在，在《80道菜中的环游世界》中，他分享了他在旅行中遇到的最美味的菜肴：由他的密友杰米-奥利弗介绍，80道菜来自世界上最受欢迎的厨师，其中许多人与大卫一起冒险。80道菜环游世界》收录了来自国际大厨和烹饪作家的令人垂涎的食谱，包括杰米-奥利弗、尼格拉-劳森、根纳罗-康塔尔多、赫斯顿-布鲁门撒尔和阿图尔-科查尔。它追随菲利亚斯-福格和他著名的大旅行的脚步，涵盖了欧洲、中东、亚洲和美洲，创造了一个来自全球四个角落的美食宝库。本书经过精心编撰，图片精美，内容丰富，涵盖了这些食谱背后的故事，是忠实的厨师和业余爱好者的梦想文集。如果你热爱美食和旅行，并且对生活有浓厚的兴趣，那就热一下烤箱，选一个目的地，准备开始你自己的烹饪之旅。他是杰米的好朋友，有赫斯顿和戈登的快速拨号......所以这有什么奇怪的，著名的美食摄影师刚刚写了他的第一本食谱？Grazia "[一本]可爱的新书......洛夫特斯写了一本引人入胜的游记，其中夹杂着关于他的工作的故事，并有80道菜谱--福格奥德赛的每一天都有一道--其中许多是由与他合作过的厨师的明星角色提供的......爱尔兰时报周末杂志 "摄影师从欧洲到中东遇到的一些最鼓舞人心的美味食谱的故事和图片。泰晤士报》对大卫-洛夫图斯的《80道菜中的世界》的评论 你可能也喜欢...摩洛哥美食的权威食谱，令人无法抗拒的包装意大利食品已经殖民了世界。作者通过100多道美味佳肴向我们展示了其中的原因--从电话线意大利面配西西里香蒜酱到无皮的Meatzza，从撒丁岛粗粮到威尼斯炖菜，从通心粉到papardelle，从ragu到risotto，从意大利苹果派和免烧冰到panna cotta和sambuca kisses。不久以前，意大利食品被认为是穷人的稀饭--只不过是披萨、酱汁通心粉和盒装红葡萄酒而已。在这里，约翰-马里亚尼展示了移民到美国的意大利人是如何通过坚持不懈的努力和纯粹的需要，创造出意大利-美国的饮食文化，以及它是如何成为一种全球性的迷恋。就像许多伟大的饮食文化一样，撒丁岛的美食也是在不得已的情况下诞生的。作为一个贫穷的民族，撒丁岛人一直在山区和森林中寻找食材：茴香、芦笋、菊苣和荨麻；栗子、浆果和蜂蜜。兔子、野鸟和野猪仍然以传统的、历史悠久的方式进行狩猎。作者大卫-洛夫特斯的书 只需半小时就能让你的思想、身体和灵魂焕然一新。包括带有印度香料和风味的鱼类食谱。本书介绍了作者为 "伟大的英国菜单 "准备的糊糊鱼与豌豆的做法。本书由David Loftus拍摄。作者重点介绍了他最喜欢的产品--最好的水果和蔬菜、新鲜的海产品以及他选择的肉类和家禽，展示了如何选择、准备和烹饪每一种产品以获得最佳口味。他提供的菜谱有：新鲜螃蟹酿西葫芦花、柠檬鳎鱼腌鱼、苹果汁烤猪腰等。书评--《80道菜环游世界》，作者大卫-洛夫图斯 你读过这本书吗？我们想知道你对它的看法--写一篇评论，你就可以赚取回力镖局的会员费Goodreads - 《80道菜里的世界》 作者简介 - 大卫-洛夫特斯 大卫-洛夫特斯是世界上最有才华和最受尊敬的摄影师之一。他赢得了无数的奖项，并且

**id 14**

"你们无论在言语上或行为上，都要奉主耶稣的名，藉着他感谢父神。"(西3：17）以上可以说是所有经文中最被误解和忽视的经文之一。把它放在上下文中，保罗是在给歌罗西教会写关于保持适当的关系。在第三章的第一部分，他指示教会那些他们必须远离的东西--那些破坏关系的东西。然后从第12节开始，他写到了他们必须放在生活中的东西--使关系和平和幸福的东西。在告诉教会要穿上诸如怜悯、仁慈、谦卑、宽恕和爱的东西之后，保罗告诉他们要用诗篇、赞美诗和灵歌互相教导和劝诫。然后他在第17节提醒他们，他们所说和所做的一切都必须奉主耶稣的名。在本章的剩余部分，以及进入第四章，保罗讨论了具体的关系--丈夫和妻子、孩子和父母、仆人和主人、基督徒和非信徒--告诉教会，神期望他们在这些关系中说什么和/或做什么。在每一种关系中，神都为我们安排了方法。对于我们在游戏或工作中，在家庭或教会中应该如何行事，我们从未被蒙在鼓里。保罗提醒我们，在任何关系中，我们永远不能自由地制定自己的规则；无论我们做什么，在言语或行为上，都必须以主耶稣的名义进行。说和做 "奉主耶稣的名 "就是说和做我们的主耶稣指示我们说和做的事。兰斯基（R. C. H. Lenski）写道："这意味着绝对的一切......都要根据我们主的启示来做，并与该启示相协调。它永远揭示了耶稣是我们的救主--我们绝对和完全属于他的主"。(圣保罗书信的解释，歌罗西书-腓利门书，179）保罗不是命令歌罗西人在说任何话或做任何事之前说耶稣的名字，他是命令他们说任何话或做任何事都要有耶稣的权威。在歌罗西书3-4章的上下文中，这意味着什么呢？这意味着私通、贪婪、污言秽语和撒谎在任何情况下都是错误的（3:5,8,9）。这意味着当有人请求宽恕时，基督徒只能互相宽恕(3:13)。这意味着基督徒必须在音乐中互相教导和劝诫，只能通过互相唱诗篇、赞美诗和灵歌（3：16）。(注意：第16节与新约中其他所有与灵性音乐有关的经文是一致的。用器乐敬拜与我们主的启示不一致）。此外，这意味着妻子必须始终顺服于丈夫，丈夫必须在任何言行中始终表现出对妻子的爱（3:18-19）。这意味着子女必须在所有事情上服从父母，父亲决不能说或做激怒子女的事情（3：20-21）。这意味着仆人（对我们来说是雇员）必须在所有事情上服从他们的主人，而主人（雇主）必须对他们的仆人始终保持公正和公平（3:22-4:1）。这意味着基督徒决不能对不信的人做任何不明智的事或说任何不礼貌的话（4：5-6）。在所有这些关系中，如果说或做的不是受启发的使徒保罗所指示的，就是在主耶稣的名之外说和做。使徒约翰写道，这种违背基督教义（启示）的行为将意味着违背者 "没有神"（约翰二书9）。在主的名字之外，是一个被定罪的条件。但是，歌罗西书3:17只限于保罗在第3章和第4章写的关系吗？当然不是。我们当然明白，它是新约中关于基督教义的全部内容的一般原则。我们已经看到约翰在《约翰福音》第9章中教导的原则。请看耶稣在约翰福音14:15中的教导--"你们若爱我，就当遵守我的命令"。在约翰福音15:10中再次看到它--"你们若遵守我的诫命，就必常在我的爱中。再看哥林多后书10:5--"凡事都要顺从基督的意思"。有

**id 15**

你可以拥有它，也可以现在拥有它。但你不能现在就拥有它。主菜单<h> 使用Makefiles来处理源代码之外的事情 本周的TechMail是使用Makefiles来处理源代码之外的事情，它快速查看了你如何使用make来处理源代码之外的事情。所提供的例子使用make来更新远程网站（我想这与源代码有适度的关系），但显示了你如何能够以一种方式来管理单个脚本或命令，你可以做诸如 "make update "或 "make remote "或任何其他你可能想要的事情。这个提示的重点是表明，在处理源代码时，make和Makefiles的作用不仅仅是 "make && make install"。

**id 16**

我们一生中最重要的备忘录 2012年的竞选对互联网幽默的影响。奥巴马被称为 "第一位备忘录总统"，当然这也是一次充满备忘录的选举。但是，对于将竞选活动简化为病毒式网络幽默对民主是好是坏的所有分析（一致认为：坏），对于政治对一种曾经未被破坏的喜剧手段的影响，却很少有人提及。斯科特-布朗，《纽约杂志》的戏剧评论家，偶尔也是搞笑歌曲的作曲家，与《每日情报》的丹-阿米拉、《秃鹫》的阿曼达-多宾斯和《剪辑》的莫琳-奥康纳一起讨论了这个问题。斯科特-布朗。当奥巴马在第三次辩论中说出他的 "马和刺刀 "这句话时，我们都预先设想了它将引发的暴风雪，感觉很老套。总统的口号和竞选中的口误是否对伟大的美国自由散漫的记忆产生了致命的影响？这些废话还能不能再搞笑了？Amanda Dobbins。当然，回忆录仍然可以是有趣的。在 "马和刺刀 "评论的几分钟内，我看到了多个关于 "马\_刺刀 "的笑话。推特账户，我笑了起来，虽然那些是关于互联网集体倾向于把每一个辩论的调侃变成一个模仿账户的元笑话。也许这只是我们现在模仿的方式，这种单调的、谁能先达到目的的喜剧，已经让人疲惫不堪。丹-阿米拉。真正有趣的备忘录越来越难在蜻蜓点水、低质量的努力下找到。辩论之夜瞬间出现的大多数Tumblrs和模仿Twitter账户并没有提供任何接近于聪明的、一致的观点。一张与马和/或刺刀有关的照片、GIF和视频的清单并不完全是喜剧黄金。A.D.: 我还想说，在这次选举中，我们的标准更高。还记得霍华德-迪安在爱荷华州大喊大叫的混音吗？现在有点看不下去了，但这是我们在2004年的全部。现在我们知道，对奥巴马的演讲进行自动调音，让他唱 "Call Me Maybe "是可能的，甚至是很容易的，而且我们期望从一直以来的基本喜剧公式中获得更多的复杂性。S.B.：现在已经到了我们在认识论上真正依赖备忘录的时候了。我想说的是，我们过度依赖喜剧投票来告诉我们谁的想法会赢。在这一点上，它基本上只是即时投票。莫琳-奥康纳：我想知道效率是否是让我们恼火的原因。在第一次辩论和最后一次辩论之间，我认为即时投票的速度加快了。A.D.。如果没有那种共同的成功感，备忘录实际上就不是一个备忘录，一个社区的人一直在鞭策一个笑话，直到它最终出现在《今日》节目或其他地方。如果一个备忘录跳过了这个中间步骤，就没有所有权的感觉了。D.A.: 总统竞选活动花了大量的时间试图让备忘录 "发生"，或者在它们发生后保持其活力。在罗姆尼的 "装满女人的活页夹 "言论发表近一周后，约翰-克里告诉CNN，他是在 "装满参议员的活页夹 "中被选中作为奥巴马总统的辩论伙伴的。但这并不能怪互联网。备忘录仍然有它的作用。M.O.。同意。虽然我可能会在这个万圣节至少打一个 "装满女人 "的人的脸，但我的愤怒是由于重复接触，而不是因为我真的认为备忘录损害了什么。如果需要一连串的笑话来让人们在谷歌上搜索 "封存"，看看它是什么意思（不是说我这么做了，但为了记录在案，互联网可以使用一些关于这个主题的更好的解释），总体而言，这是一件好事。

**id 17**

疾病与健康通讯 妻子讲述丈夫的情绪障碍 兰利市76岁的韦恩-史密斯曼证明，抑郁症可以袭击任何性别和任何年龄。在20世纪90年代初，维恩和他52年的妻子凯，经历了一连串改变生活的事件，为维恩后来的抑郁症埋下了伏笔。首先，他退休了，尽管是不情愿的，因为他喜欢他的工作。这对夫妇还从本拿比搬到了兰里，这对维恩来说也是一个有点不情愿的决定，尽管他似乎很好地适应了这种变化，继续活跃在社区生活中。然后在1991年，维恩遭受了一次心脏病发作。"凯说："他做了三次搭桥手术和一次瓣膜置换手术。"他病得很重很重，最后被送进了精神病院。他的神经是如此糟糕。他在这里的家里--他已经在医院呆了很久--但他就是睡不着。他是如此虚弱，我不得不把他弄到床上，给他盖上被子，在我还没来得及坐下时，他就又起来了。这种情况一直在持续，一直在持续。因此，心理健康部门来了一位精神科医生，当他把他送回医院时，我非常高兴，因为我实在无法再承受了。"凯说，在住院后，抑郁症开始发作。当她查阅记录这些年的日记时，她注意到，在抑郁症之前，维恩娱乐、交谈、大笑，并在小事上获得乐趣。一旦抑郁症发作，他就对一切都失去了兴趣，包括他的两个爱好：音乐和阅读。他失去了食欲，从170磅降到了微不足道的148磅。他无法做出决定，并出现了很多焦虑症状，比如一直在担心什么--甚至通过睡觉来避免担心--并感到颤抖。他也不愿意与人结伴外出或与人交谈；即使有一个访客，他也不会像以前那样加入谈话。史密斯曼夫妇去看了家庭医生。"我告诉医生他的情况，他说去看心理健康，"凯说。"就在那里，维恩接受了测试，他的情况正好不在图表上。"当然，她意识到，如果维恩拒绝看医生，现在的情况会有很大不同。"最主要的是男人不愿意谈论这个问题，而女人通常很愿意谈论。但我认为这就是男人在很多事情上的普遍情况。我很幸运，他意识到了自己的问题并希望得到帮助。他认为心理健康人员和兰利老人中心真的救了他的命。"很快就会发现，维恩所经历的不是单相抑郁症，而是双相障碍（躁狂抑郁症）。"当他狂躁的时候，那是非常难以处理的，"凯说。"我讨厌看到他抑郁；我不希望那样。但是狂躁期，我发现非常难。"维恩的主要狂躁症状是什么？它们包括特有的欣快感和飞快的思维。"他的脑子里一直在想事情，所以他会做笔记，"凯回忆说。"我们在公司外面，他就坐在那里做笔记。此外，他还有点反对我。他认为我在阻止他做所有这些他想做的美好事情。"购物狂是维恩正在经历狂躁症的另一条线索。"哦，他是个购物狂，"凯说。"起初，购物只是让我担心，因为我们没有那么多钱。但他是一个价值村的购物者，所以事实证明，以美元和美分计算，这并不是什么大问题。不过，我们确实收集了很多垃圾和照片，"她笑着说。控制双相情感障碍是一个稳定的、逐步的过程。凯说很难用一个数字来说明上升的时间有多长，因为维恩仍然有粗糙的地方，但在过去的几年里，他一直做得很好。社会支持和娱乐活动对他特别有帮助。"她说："他开始骑自行车，这对他有很大的好处 -- 身体和精神上。她说："他真的期待着骑车出去，他会走很远的路。这里很平坦，有一条他可以骑的小路，他可以在上面骑。

**id 18**

让我向你介绍（前加州）州长乔治-德克梅吉安的政治法则。"在竞选过程中，就像你落后了一样"。1982年，公爵以不到10万票赢得了加州历史上最接近的选举；49%对48%。四年后，他又以蓝州历史上最大的优势连任，即61%对37%。然而，在两次竞选中，作为真正的弱者（1982年）和作为令人望而却步的宠儿（1986年），他的竞选活动仿佛是在落后。我不时地反思他经常重复的一句话。在我们的生活中，我们是否应该采取劣势者的态度和谦逊？我们是否应该完全不假设，知道变化（包括不愉快的变化）是不可避免的，继续与所有合理的可能性作斗争？在我们的努力中应该谦虚和自信（这并不矛盾），把傲慢、过度自信和令人厌恶的狂妄留给那些在某个不可避免的坏日子里会被粗暴惊吓的人？"上帝之队 "的成员之一（如圣路加）不是曾经写过吗？"因为所有自高的人都会被谦卑，自卑的人都会被高举？"正如我们现在都知道的那样，专家学者们--那些左派和少数右派--已经对周三晚上的大辩论进行了大加评论。米特-罗姆尼赢了，巴拉克-奥巴马输了。罗姆尼作为明显的弱势者，很高兴有机会摆脱负面广告的喧嚣和政治肛门学家的声明（已故的迈克-罗伊科的话）。他直接向美国总统发难，向5000多万美国人阐述了自己的观点。罗姆尼采用了乔治-德克梅吉安的政治法则。对于巴拉克-奥巴马总统来说，他似乎在护着自己的领先优势，试图耗尽时间。正如詹姆斯-卡维尔(James Carville)所恳求的那样，总统似乎甚至不想与罗姆尼站在同一个舞台上。他让我想起了另一位总统乔治-H-W-布什，他在辩论中间看表（"不想在与芭芭拉吃饭时迟到......"）。正如抱怨的球迷所指出的那样，当一支球队在防守时，将防守后卫部署在门柱附近，他们是在玩预防胜利。用另一个体育比赛的比喻来说，周三晚上，罗姆尼正在奥巴马的领头车后面起草，等待绿旗从他的竞争对手身边飘过。两天前的晚上，罗姆尼身上的压力非常明显。作为劣势者，他专注于准备、执行和通过测试。任务完成了。现在，10月16日星期二的第二场总统辩论的压力又回到了奥巴马身上。奥巴马是否会像跑在后面一样跑？他应该这样做，但他会吗？他需要做好准备，活跃起来，但特别是在市政厅的形式下，他需要保持总统风范......而不是冷眼旁观和冷漠。当然，也不要刻薄。大多数政治民意调查都开始向罗姆尼的方向回旋。到本周日或下周一，我们就会知道结果如何。他将从周三晚上的表现中获得不可避免的 "反弹"；没有人知道有多大。他知道，他的团队必须记住，他们赢得了这场战斗，但战争仍在激烈进行。从现在到11月6日之间的时间是一个政治生命。波动性是至高无上的。就像奥巴马明智地把自己当作弱者来竞选，并以此作为小人物的冠军（美国人喜欢弱者，促使许多人在巨大的失意之后冲进球场或法庭），罗姆尼需要在竞选的剩余时间里作为谦逊的弱者来竞选。无论在什么情况下，现任者都很难被击败（即小布什、比尔-克林顿、小布什、罗纳德-里根、理查德-尼克松、林登-贝恩斯-约翰逊、德怀特-艾森豪威尔）。在职者和他的追随者会抓住任何好消息，即使是在经济不景气的情况下。今天失业率的改善，从8.1%下降到7.8%，将在总统的阵营中受到欢呼......好像我们应该假定失业率在高个位数的新规范。从现在到审判日，这场比赛有很多曲折。我们有大量的谈话者和负面的信息。

**id 19**

该节目似乎是自我传记、自由问答和甘道夫最伟大作品的独特组合。戏剧体验将保持相当宽松，大力鼓励观众参与，并大力强调猕猴桃的味道。"基本上，这将是一个聚会，"伊恩爵士宣称。这是很好的。万磁王希望为克赖斯特彻奇的伊萨克皇家剧院筹集资金，该剧院亟需维修。这位传奇演员与该剧院有很深的渊源，曾在那里演出过塞缪尔-贝克特的《等待戈多》。本周六，麦凯伦将经过（嘿嘿）汉密尔顿，前往陶朗加、纳尔逊并返回奥克兰，然后再绕道回到基督城。

**id 20**

目的 使学生熟悉英国的大选，包括：候选人为赢得议会选举中的选区席位而相互竞争；大选结果转化为下议院的 "席位"；英国大选的投票制度与英国其他地方和世界各地的制度相比较。第一级的特点是语言更简单，课堂和工作表活动的步骤更少。第二级和第三级超越了基础知识，提供了更大的学习广度和深度，并有机会探索更多的选择。学习成果 本资源支持国家课程中的公民权和政治素养部分--特别是在2-4关键阶段及以上的民主、选举和投票教学。学生们可以探索议会民主的主要特点和英国各组成地区的政府，包括投票和选举（在KS3阶段特别相关）。他们还有机会将英国的政府形式和大选中的投票制度与英国其他地区和其他国家的制度进行比较和对比（KS4的学习成果）。该资源还支持GCSE和A级的公民研究，研究代议制民主的性质和公民参与决策的民主进程。教师指南 简单的演练指南，使每个级别的内容得到充分利用。目的 帮助学生了解通过新法律和修改现有法律的过程。使学生了解议会不同部门在制定法律中的作用，包括下议院、上议院、两院的委员会和君主。向学生介绍议会的监督作用，并鼓励学生对执法、公众支持、经济影响等问题进行批判性思考。通过向学生介绍英国历史上关于福利改革、教育改革、投票权和工作时间变化等主题的重要立法，使学生认识到立法的重要性。鼓励学生就与他们生活相关的问题进行辩论，提高他们提出有理有据的论点、提供支持论点的证据、以及考虑他人论点的有效性的能力。学习成果 本课前资源通过关注议会在制定法律方面的作用，支持政府和政治、公民、普通研究和其他科目的学生的政治素养教学。第三和第四关键阶段的公民课程的具体学习成果包括。积极参与不同类型的决策和投票，以影响公共生活（KS3和4公民教育，1.1a）理解和探索公民和议会在追究政府和当权者责任方面的作用（KS3和4公民教育，1.1d）在探索热点和有争议的问题时，参与并思考不同的想法、意见、信仰和价值观（KS3和4公民教育，批判性思维和探究，2.1a）通过讨论、正式辩论和投票，向他人表达和解释自己的观点（KS3和4公民教育，倡导和代表，2.2a）教师指南 易于使用的操作指南将很快提供，以帮助您在每个级别上充分利用该资源。使用方法 本资源被设计为课堂演示工具。它已被优化为在交互式白板上使用，但也可在标准投影仪上使用。

**id 21**

一份新发现的空军情报简报指出，如果无人驾驶飞机机群意外地捕捉到美国人的监控录像，这些数据可以被五角大楼储存和分析长达90天。这份日期为4月23日的指令承认，空军不能合法地对美国人进行 "非自愿监视"，但也指出，如果无人机在执行其他任务时 "偶然 "捕获数据，军事情报部门有权研究这些数据，以确定这些对象是否是国内监控的合法目标。指示指出："收集的图像可能会在未经同意的情况下附带包括美国人或私人财产"。空军可以利用 "不超过90天的时间 "来使用这些数据，以评估 "该信息是否可以根据国防部5240.1-R程序2的规定收集，并根据国防部5240.1-R程序3的规定永久保留。"它继续说道。引用的五角大楼指令授权在某些情况下进行有限的国内间谍活动，如自然灾害、环境案件和监测军事基地周围的活动。如果无人机捕捉到美国人的数据，空军说它应该确定他们是否是，除其他外，"有理由相信从事或即将从事国际恐怖主义或国际麻醉品活动的人或组织。"指示还指出，五角大楼可以将数据传播给其他情报和政府机构，如果它认为合适。该文件写道："即使信息可能无法收集，但可以保留必要的时间，以便将其转移到另一个国防部实体或政府机构，其职能与此有关。"这份文件是由美国科学家联合会的史蒂文-阿德古德发现的。正如我们在2月份所报道的，超过30个著名的监督团体已经联合起来，就美国空域增加使用无人机的建议向联邦航空局请愿。这些团体，包括美国公民自由联盟、电子隐私信息中心和权利法案保护委员会，都要求联邦航空局召开规则制定会议，考虑隐私和安全威胁。国会最近通过立法，为联邦航空局预测到2020年将有大约3万架无人机在美国天空运行铺平道路。美国公民自由联盟指出，联邦航空局的立法 "将把国家随意推向一个空中监视的时代，而不采取任何措施来保护美国人一直享有和期待的传统隐私。"除了隐私问题外，这些团体还警告说，将面部识别技术与监视无人机联系起来并将信息接入活跃的政府数据库的能力将 "增加第一修正案对政治异见者的风险"。-- Steve Watson是Alex Jones的Infowars.net和Prisonplanet.com的驻伦敦作家和编辑。他拥有英国诺丁汉大学政治学院的国际关系硕士学位。

**id 22**

本周特写 学生建造的房子 2010年8月，Vijay Govindarajan和Christian Sarkar在《哈佛商业评论》上写了一篇博客文章，酝酿 "为穷人建造300美元的房子 "的想法，他们只是表达了一个建议。达特茅斯大学塔克商学院的国际商务教授戈文达拉扬教授和从事环境问题工作的营销顾问萨卡先生写道："当然，我们在这里提出的想法是一个实验，"这几乎是对拥有这样一个 "遥远 "想法的歉意声明。谁能用300美元建造一座房子，如果有可能，为什么以前没有人做过？本周特写 尽管如此，他们在博客的最后提出了一个挑战："我们问首席执行官、政府、非政府组织和基金会。有没有人接受？"快进17个月到2012年，他们的想法正在迅速变成现实。该博客吸引了全世界读者的想象力。读者们就如何设计和建造这样的房子进行了辩论、争论和交流。有人指出，每个国家的需求和可用的材料是非常不同的；一位评论员建议 "建立一个收集雨水的机制，以便居住者能够获得清洁的水，满足他们的日常需要，特别是在干旱期间"；另一位评论员提出了一个 "可堆叠的乐高式设计"。Govindarajan教授受到启发，开设了一个众包网站，300house.com，以便继续进行对话。超过2500人参与其中 -- "建筑师、工程师和教授，来自哈佛和麻省理工学院等非常有资格的人"。"我们所做的是创建一个有2500名员工的公司，没有首席执行官。他们愿意以一种开放的方式分享他们的想法。这是一个真正的、开放的创新平台，"Govindarajan教授说。下一步是一个竞赛 -- 300美元房屋开放设计挑战 -- 设计一个世界上最贫穷的人可以用300美元或更少的钱购买和建造的房屋。参赛作品--巧合的是有300件--由16位专家组成的小组和 "群众 "来评判。提交的计划包括涉及 "压缩土砖 "和钢网等材料的高科技设计；带有混凝土底座和竹子横梁的圆顶房屋；非洲平原的木制公寓楼和基于美国桑拿房的 "绳索木 "房屋。该博客受到戈文达拉扬教授在印度的学生时代的影响，每天走捷径穿过钦奈的一个贫民窟。他的经历塑造了他看待问题的方式，这不仅是一个住房问题，而且是一个更广泛的、循环的社会问题。"因为他们是穷人，他们有一个糟糕的房子......他们没有卫生设施......他们生病了......他们不去工作......他们没有钱，他们注定要住在一个糟糕的房子里。他说："因为他们不赚钱，他们不送孩子上学，[他们也]被谴责。这也许就是为什么300美元的房子和它所象征的一切吸引了如此多的关注。"Govindarajan教授问道："有这么大的能量，这么多人对它感兴趣，那么为什么这个问题没有得到解决？他的回答是，以前，非政府组织曾试图解决这个问题，而现在需要的是商业头脑。他说，非政府组织方法的问题是规模问题。"他们可能会建造一两座房子，但我们需要数十亿，如果你只建造一两座，你就不可能把价格降下来，这是不可能的。"Govindarajan教授还对非营利组织解决社会问题的方式提出了批评，称其缺乏协调，执行标准不高；达特茅斯学院院长Jim Yong Kim在 "300美元房屋 "设计研讨会的主题演讲中也提到了这些问题。. .参加塔克大学活动的有最初比赛的六位获奖者中的五位；达特茅斯大学的师生、建筑师、工程师和设计师。出席活动的还有印度跨国公司Mahindra & Mahindra，该公司在比赛中获得了企业奖。在为期四天的研讨会上，与会者制作了两个房屋设计原型：一个用于城市环境--设计成一排的一部分；另一个用于农村环境--一个带有户外空间的独立住宅。海地已被指定为塔克项目的下一步地点。

**id 23**

这一数额包括适用的关税、税款、代理费和其他费用。在你付款之前，这一数额可能会有变化。有关其他信息，请参阅全球邮递计划的条款和条件 这是一份原创杂志印刷广告。标题和描述中的年份是该杂志和广告制作的实际年份。这个广告是一个整页，大约8'X11 "英寸，已经从对页上剪下，尽可能靠近杂志的折页。这个广告和我所有的复古印刷广告都是原创。我不出售复制品或照片副本。由于这些广告印在纸上的年代，广告可能有微小的缺陷或显示出一些年龄或变色的迹象。在大多数情况下，老化的状况将增加广告的历史和经典性质。任何有重大缺陷或瑕疵的广告都会在上市前从我的库存中删除。请看高分辨率的照片，以全面检查广告并确定广告的状况和价值。如果该广告显示有多个数量，我将以您下单时我的库存中的最佳副本发货。这意味着你收到的广告可能比图片上的广告还要好。如果你对你的购买不满意，你将受到我的100%满意保证的充分保护。请阅读下面关于我的政策和程序的完整描述。如果你有任何问题，请通过eBay系统联系我。服务。自2003年以来，我一直在ebay上提供世界级的服务。请查看我的反馈，并阅读我的客户所说的内容，然后放心地出价。我将在你付款后1天内发货，我将把运输信息和跟踪细节输入eBay。成为eBay上的最佳卖家是我的目标。请出价，给我一个机会向你展示什么是五星级的客户服务。运输。你的广告将被小心翼翼地保护起来，并将通过美国邮政服务平放在一个盒子里运送。通常情况下，一等邮件是非常快的，但我提供优先和快速邮件选项，以备你需要。我将运费和处理费合并计算如下。如果你的任何广告符合免运费的条件，所有的广告将免费运送。如果你的广告有S&H费用，你将支付一个运费，所有额外的广告将免费运送。如果你购买了4个或更多的广告，并将它们合并为一次付款，你将支付0美元的S&H费用，而不考虑个别广告上显示的费用。eBay系统会在你结账时自动计算这些折扣和费用减免。如果你需要帮助，请索取发票，我将为你合并所有物品，并发送一个修订后的总额。国际运输。我很荣幸能向全世界发货。我已经成功地运送到阿根廷、澳大利亚、巴西、加拿大、克罗地亚、塞浦路斯、法国、德国、希腊、印度尼西亚、以色列、意大利、日本、挪威、俄罗斯联邦、瑞典、英国和许多其他国家。根据您选择的运输服务，我将使用USPS一等邮件、USPS优先邮件或USPS快递邮件安全地运送您的包裹。所有关税和海关费用由买方负责。海关表格是以电子方式填写的，并在价值栏中自动包括你的物品的购买价格，不包括S&H费用。我将尽可能快地运送你的物品，但无法控制运送到你的国家的时间。让eBay系统成为你的指南，但请记住，所显示的日期是估计，而不是保证。反馈。如果你成功地购买了我的物品，我将在收到你的付款后给你留下积极的反馈。通常情况下，我在发货当天就会留下反馈。如果你的反馈较少或负面反馈过多，我保留扣留反馈的权利，直到交易成功完成。退货。我提供100%的满意保证。如果你对你的购买不满意，无论什么原因，只需在交货后14天内退货，即可获得全额退款，包括原始邮资。众所周知，我一直在努力纠正任何问题，所以如果有问题，请让我知道。其他商店物品。我的eBay商店里有几千个复古印刷广告。如果你喜欢这个广告或品牌，我很有可能在我的eBay商店里有另一个广告，可以补充这个广告。在我的商店里搜索你喜欢的品牌（例如 "福特 "或 "米勒"）或搜索特定年份（例如 "1969 "或 "1959"），或者你可以按商店类别、剩余时间或价格来浏览。这些复古印刷品广告装裱起来非常漂亮，将为你的房间、书房、办公室、小房间增添个人色彩。

**id 24**

对未来健身的测试 对未来健身的测试。让它安全、智能、共享、可持续和令人满意 文章作者：Wayne Visser 你适合于未来吗？你的产品、组织、社区、城市或国家能否在10年、20年、50年甚至100年后生存和发展？我们生活在一个比以往任何时候都变化更快、挑战更大的世界。在使人们摆脱贫困、推进科学前沿、用技术连接全球和使知识更容易获得方面，已经取得了巨大的进展。与此同时，也出现了令人不安的趋势：不平等加剧，生态系统遭到灾难性破坏，物种减少，腐败盛行，气候变化日益动荡和危险，被迫移民的浪潮和难民潮，宗教极端主义抬头，恐怖主义的威胁无处不在。问题是：我们--作为个人、企业、社区和政策制定者--如何为未来做好准备？我们如何才能最大限度地提高我们的成功机会，不仅要做好准备，而且要帮助塑造我们所期望的未来？我认为，从两个方面来看待适应未来是有帮助的：一是对准--即像拼图一样融入到一个新兴世界的大画面中；二是敏捷--即建立起那种能够对未来条件作出快速反应和强有力表现的体能。社会的最大趋势和我们最持久的理想表明，有五个关键的未来适应性标准：我们的产品、组织、社区、城市或国家必须是安全、智能、共享、可持续和令人满意的？下表总结了未来适应性的这5个标准，然后在随后的章节中进行了简要的定义 ...

**id 25**

在这期《ID the Future》节目中，Casey Luskin继续他的系列节目，回应《自然》的进化论福音包，看看真正有趣的研究，与自然选择、共同祖先或达尔文的理论无关。更多关于 "进化宝石 "的信息，请查看本系列的第一和第二部分。IDThe Future（IDTF）播客继承了发现研究所探索进化论和智能设计（ID）的核心问题的使命。IDTF通过对发展ID理论的主要科学家和学者的简短采访，以及发现研究所高级研究员和工作人员对辩论的科学、教育和法律方面的深刻评论，为听众提供关于进化和ID的最新新闻和观点。

**同上 26**

偶尔受伤是很自然的事。很多时候，人们会遇到意外，并最终使自己受伤。大多数时候，这都是因为别人的疏忽，但受伤害的是你。无论你是自己绊倒，还是由于别人的疏忽而受伤，你都可以要求赔偿伤害。是的，你没听错 -- 你也可以为因绊倒而造成的伤害索赔。在大多数情况下，它是由建筑公司的错误施工程序造成的。虽然，为伤害索赔是很正常的，但我们中没有多少人知道在试图为伤害索赔时我们有什么权利。在这种情况下，联系受伤律师并寻求他的建议是非常必要的。伤害律师拥有这方面的专业知识，因此，可以为你提供很好的洞察力，并帮助你提出索赔。当你碰巧受伤的时候，你应该怎么做？首先，你必须联系你的家庭医生，让自己彻底检查。第二，你必须立即收集证据。第三，联系受伤律师，与他/她分享你的医疗报告。

**id 27**

史蒂夫-巴克利博客 2012年2月6日 星期一 一个循序渐进的指南，为教练和表演者提出了一个新的框架。继上一篇博客之后，我提供了第二章的预览，介绍了教练的第二条成功规则。还记得第一条关于努力工作的规则吗，这一条同样重要。它就是..."冠军有伟大的意识"，这是保证持续成长的一个见解。在书中，教练鼓励他的运动员深入研究自己的优势和劣势，并考虑他们的每一个选择。这是一个关于改变的章节，关于尝试新方法，摆脱坏习惯并创造新的更有效的习惯。因此，考虑到这一切......什么是你所忽视的一件事，会使你的世界发生最大的变化？我相信我们都有一些对别人来说显而易见的东西，我们应该整理，但我们却找到了一种方法来忽略。事实是，很少有人会去探索每一种选择。也可以说，我们很多人在不同时期都有一些我们只是忽略的东西，而我们知道我们应该做些什么。书中的这一规则，以及介绍它的那一章，鼓励人们提高认识，实际上是要了解采取或不采取行动的后果。教练帮助他的运动员们理解，他们所做的每一个决定都会对他们的进步产生影响。教练巧妙地告诉他们，根据以前的经验做出的假设可能会限制未来的成长，我们在做决定时都会忽略那些在我们眼皮底下的事情。对其他人来说，这可能也是很明显的事情。就像教练说的那样--看到它并做点什么。我们所有人中的冠军 "是一本自助书籍，旨在激励任何人使用成功奥运选手的表现习惯......一个不可否认的事实是，如果任何奥运选手不追求所有的选择，那么他们就会在最激烈的竞争舞台上被发现。因此，《成功的12条规则》一书的第二章是围绕着有更大的意识，探索什么是可能的，并接受可能只是有一些其他的选择，这可能只是对我们更好。

**同上 28**

2012年世界锦标赛。当我今天起床时，我想这是对紧张不安的描述。我吃了一些早餐，但还不够，而且我确实感到有点不舒服。所有正常的比赛日紧张。我们走了很长一段路去过渡区准备，到那里时天已经黑了，泛光灯的光线很差。结果Stephanie Robertson在一边，Anne Woods在另一边，Morag McDowell在不远处。我必须记住，当我经过这里时，要把注意力放在我身上。转场时都准备好了，（似乎比其他人少了很多东西！）然后去了，把自己从紧张的运动员状态中解脱出来。穿上湿衣，然后没有太多时间做其他事情，我们就被领到我们的起跑区，然后走到起跑点。波浪之间的距离不大，似乎有人告诉你该站在哪里，所以很难判断中间的位置，以获得我想要的浮桥部分，即47-55号，你有最直的路线到浮标。游泳 这是一个非常狭小的空间，说实话，几乎没有空间可以并排坐着，我当然不能把手伸到甲板上。开始的时候很混乱，我挣扎了好一阵子才找到一个清晰的水域，我没有撞到人，也没有被撞到。我和Emma做的瞄准练习真的很有帮助，因为我看的是地标，而不是浮标，这似乎更容易。水面比以前的游泳要平静得多，我想这是迄今为止最平坦的一次，我对此表示感谢。但当我爬出水面时，我感到比平时更疲惫，长距离的跑步过渡对我和我的膝盖状况没有帮助。我以为这是个普通的垃圾，直到我看到一些人的东西还在T1，我以为他们早就走了，这让我高兴起来。过渡似乎进行得很顺利，我离开时比周围的人快得多，我以为我忘记了什么。在跑步前不用佩戴号码牌似乎很奇怪。自行车 比赛开始时很顺利，然后就进入了大坡度。四个巨大的爬坡，几乎马上就有技术性的下坡，第一个爬坡最长，但最后一个最短，但最艰难。当我转到公路上准备绕过纪念碑时，我几乎停住了脚步。有些人在我下山的时候就已经上来了。转折点在山丘之后，回程是平坦的，但是风越来越大，一路都是逆风，回到T2，这是一个艰难的自行车赛道，并没有完全发挥我的优势。我是一名力量型运动员，因此快速平坦的自行车赛道是我擅长的地方。再加上我的软骨问题，意味着通常很有优势的自行车赛事变得非常残酷了。不过我还是超过了俱乐部的队友Vicky Robertson，这让我更振奋了一些。跑步 在跑步过程中 -- 快要到家了!一旦我开始跑步，我就知道我会好起来的，我只需要坚持住。我在游泳时没有摔倒，在自行车上也没有撞车或其他问题，一切都会好起来的。但是，对我来说，这也将是比赛中最艰难的部分。我预计膝盖的疼痛会随着我跑步的进展而增加，而这正是发生的情况。我专注于我的跑步形式，让它看起来我做得很好，所以我没有给我的竞争对手任何机会。马克站在回程的跑道上，事后对我说，我看起来还不错。我说'很好，因为我是假装的，我很高兴它成功了！'。当我看到王子码头的终点时，我很高兴，艾玛和奥雷利站在那里为我加油，艾玛喊着她为我感到多么自豪，这真的意味着很多。当我转到公路上，进入体育场终点的最后一小段路时，我看到亚历克斯-古奇和安迪以最大的音量呼喊，我松了一口气，欣喜若狂，惊讶不已，我成功了。在我身后没有任何威胁，所以我知道我有时间收集旗帜，并在冲线时庆祝。我的感想 我度过了艰难的一年，有很多事情，包括个人和其他方面。我已经

**id 29**

如何施展世界上最好的纸牌魔术 如何施展世界上最好的纸牌魔术 放大 世界级魔术师David Zanthor又一次完成了纸牌魔术的惊人壮举，并通过展示世界上最好的纸牌魔术，背叛了全世界的魔术师。第1步：你需要 一副扑克牌 一些小伙子 第2步：纸牌魔术 如果你像David Zanthor那样神奇，你身边会有一群人。如果不是，你需要找两个人玩这个牌戏。告诉他们从扑克牌中挑选一张牌。告诉他们看着它，把它展示给他们的同伴和相机。他们可能会觉得这很困惑。但要坚持下去。这将是值得的，这是David Zanthor的承诺。告诉小伙子们把牌倒在牌的上面，现在进行一些华丽的洗牌。现在牌已经洗好了，并被摔到了下周的中间，是时候表演一些M.A.G.I.C.的幻术了用像剃刀一样的手指，把这副牌切成两半，把一半给一个小伙子。拿出另一半牌的一半（对于任何数学爱好者来说，这就是整副牌的四分之一）--并把它扇开，正面朝上。现在把面朝上的牌塞进另一副四分之一的牌里，这样就把面朝上和面朝下的牌混合起来。把这些乱七八糟的牌递给一个小伙子，然后拿起另一半牌，再次把这一副牌的一半扇开，把它正面朝上的塞进其他牌里。把这些乱七八糟的牌拿回给另一个小伙子，把所有的牌都撞在一起，真正把它们弄乱。把所有的牌混在一起，切开并转动这副牌，请一个小伙子用他年轻的手指敲打这副牌。这时魔术就会发生。现在翻开这副牌，发现不仅所有的牌都神奇地恢复了秩序，而且他们选择的两张牌还在牌面朝上单独站立。第3步：如何做 其他魔术师因为暴露了大卫的技巧而把他从魔术圈和各种互联网论坛上流放出来，但这并不能阻止他把所有的东西都透露给你，我们的Videojug观众。如果你遇到他，请记得感谢他。你会知道那是他，因为他只有一套衣服。一旦你找到一些小伙子，告诉他们每人选一张牌。你不需要知道这些牌是什么，这个牌戏就能成功。告诉小伙子们把他们所选的牌放在牌的上面。我们将在这里使用两张蓝色的牌，这样你就可以跟着他们一起玩这个牌戏。现在你要做的是魔术师所说的假切。这些都是用来迷惑小伙子们的动作，让他们以为这副牌被洗了，而实际上并没有改变牌的顺序。下面是它的做法。正如你所看到的，根本没有牌的位置发生变化，但在快速进行时，看起来就像它们被混合在一起。现在，当你开始洗牌时，用你的拇指把最上面的两张牌剥下来，并把它们放在牌的底部，同时用 "你能记住你的牌吗？"这样的问题来误导小伙子们。把最下面的两张牌倒过来，所以它们现在是正面朝上。当你打碎这副牌时，偷偷地从底部抽出一张牌，这样你就剩下两副半的牌，两副牌的底部都有一张被选中的牌面朝上。现在你把一半交给一个小伙子来拿。把你的牌切成两半，当你用扇子把另一副牌翻过来时，底部的牌就变成了顶部的牌。当你把牌混在一起时，除了所选的那张牌外，你只混合正面朝上的牌。现在所有的牌都是正面朝上，除了所选的那张牌。但观众并不知道这一点，这就是关键的骗局。用另一副牌做同样的事。把两副牌混在一起，除了两张被选中的牌外，所有的牌都是正面朝上，切开并翻开这副牌。现在翻开这副牌，向观众揭示你已经知道的事情--除了那两张被选中的牌，所有的牌都是面朝下。要求别人敲击牌面，意味着魔术就在那一刻发生，但我们知道它是在很久以前发生的。还有就是如何做一个格拉特牌的魔术。

**id 30**

为什么我们无法治理，第四部分：奥朗德的短暂蜜月 本系列的前提是，一旦一个国家的债务上升到一定水平，这个国家就无法治理。习惯于靠别人的钱过上相对轻松生活的选民不会接受他们实际上并不富裕的事实，因此，每一位新领导人的民望几乎都会立即暴跌，他们的 "改革 "计划，不管它是什么，很快就会失去信誉并被放弃。现在轮到法国了。来自今天的《华盛顿邮报》。巴黎 -- 弗朗索瓦-奥朗德总统在担任法国领导人的头六个月里，民望急剧下降，未能使该国大部分人相信他的社会主义政府有能力进行坚定的领导，以克服持续的经济衰退。最近的民意调查显示，奥朗德的支持率下降了近20个百分点，降至约40%，各政治派别的受访者都表示失望，因为失业率超过10%，继续上升，工厂关闭，增长仍然难以实现。奥朗德的朋友和支持者公开敦促总统更清楚地解释他的决定如何符合恢复法国经济健康的连贯计划。在许多方面，奥朗德从选举后的风度中跌落，反映了一个简单的事实，即在欧洲债务危机迫使法国和其他国家增加税收和削减珍视的福利支出时，他正在掌权。但法国分析人士说，这也源于奥朗德在做出决定前尽可能长时间保持选择的倾向，给人留下了他的道路不明确的印象，也源于失误。"奥朗德周二在爱丽舍宫举行的新闻发布会上说："我理解人民的忧虑，以及他们可能对政治家应对挑战的能力表示怀疑。作为回应，他推出了自他上任以来决定的一系列措施，并将其描述为旨在让经济重新运转并控制国债的一系列凝聚力。他补充说，这些努力的效果应该在他五年任期结束时进行评判，而不是在最初阶段。"他说："这些选择符合我的承诺，符合我的目标，最重要的是，符合法国的利益。公众的一些不安来自于奥朗德和他的前任尼古拉-萨科齐之间的对比，后者以做出迅速和大胆的决定而闻名。萨科齐在任期结束时被广泛反对，但自从他在5月被击败后，他在公众舆论中获得了回升，特别是在他的自然选区保守派中。奥朗德的最新措施引起了人们的质疑，他试图通过减轻工资税的沉重负担来改善法国中小型工业部门的竞争地位，而工资税有助于支付慷慨的福利制度。总理Jean-Marc Ayrault上周宣布，从2014年开始，雇用新员工的公司将获得价值260亿美元的退税，并将提高增值税来支付这笔费用。仅仅几个月前，在竞选总统时，奥朗德曾谴责萨科齐的类似提议是严重不公平的。上周的宣布被描绘成一个转折。社会主义的忠实拥护者抱怨说，自由主义原则被一份给商人的礼物所损害，而这份礼物将在超市收银台上支付。"我们有一位左翼总统，他在上台几个月后，发动了一场真正的文化革命，采取了一项对法国左翼来说完全陌生的政策，"普遍持同情态度的政治研究员雷蒙德-卡约尔告诉《费加罗报》。左翼阵线的让-吕克-梅朗雄（Jean-Luc Melenchon）称该计划是 "一种耻辱"，他的追随者大多投票给奥朗德。与社会主义结盟的绿党参议员Jean-Vincent Place大声问道，他所在政党的两位部长是否应该留在政府中。可以预见的是，来自右翼的批评者谴责这一决定太少、太晚。他们指出，奥朗德委托的一份报告曾建议减免390亿美元的工资税，而不是退税。此外，他们说，如果经济形势严重到需要这样一个步骤，为什么企业要等到2014年？广告中间派领导人Francois Bayrou称奥朗德的制度是 "一台加油机"。他和其他人说，真正的障碍在于

**id 31**

由于工作人员让垃圾邮件占据了剧集讨论流，使得那里无法进行讨论，本周这将是10/3/12剧集 "我们需要谈谈凯文 "的官方讨论主题。随着时间的推移，我们将考虑未来剧集讨论的位置。无论如何，请不要按照论坛指南创建剧集讨论主题。这是一个新的角色，其意义在于他帮助迪恩走出了炼狱，而不是他是谁或什么。同样重要的是迪恩打破了他的原则，与一个怪物一起工作，以及卡西迪奥到底发生了什么。我喜欢他们处理事情的方式，没有像两季前的Dean那样，把Dean回来和Sam走掉的事情拉出来。我希望凯文能更好地利用他的知识，我们需要一些高水平的驱魔人，我不希望这群人再次被抓。我不太喜欢这一集，因为这不是我所想的，我希望看到更多的炼狱是什么样的，以及迪恩在那里的生活......然后他就会回来，而不是展示他的炼狱生活的小闪回......而这恰恰是他注定要去那里的。我想这些炼狱的闪回会持续很长时间，因为还有卡斯的问题。除此之外，很高兴看到兄弟们有机会把所有的恶魔都赶到地狱去，并彻底关闭盖子，这将是一个简单而伟大的系列结局：-)我相当喜欢这一集，它很有趣，有悬念，而且很神秘。感觉就像一个新的开始，凯文分享了兄弟们的命运--他的女友被恶魔杀害。我想知道本尼在以后的日子里会扮演什么角色，必须记住他对迪恩说过，没有人是可以信任的，所以我想他可能会在某个时候把他们卖给克劳利或其他东西。他似乎已经在地球上了，因为他说了一些关于50年过去了，世界已经改变了。我估计克劳利会去找他们。他仍然不知道他们可以关闭地狱之门，所以可能有些故事会围绕他发现并试图阻止它。没有明确说卡西迪奥死了，所以谁知道他发生了什么。他自己可能已经变成了一个怪物。我认为这很好，不是我所期待的，但很好。我真的很想知道卡西迪奥发生了什么，以及为什么迪恩最终没有带他离开。我想知道本尼是否与留下卡斯有关系。我很好奇他和迪恩是什么关系，看起来迪恩信任他，他们似乎是朋友，但他们没有向我们展示一切，我认为他们的友谊不会有好结果。我还不确定我有多喜欢凯文，我不讨厌他，但时间会证明我觉得他有多有趣。他的女朋友死了，这很令人难过。我喜欢她说的因为他没有去合适的大学而抛弃他的那句话都是谎言，因为在她第一次出现时，她看起来很不错。这一季的开始还不错（好吧，任何事情都比利维坦好），但它缺乏一些东西。我确实希望他们能尽快摆脱凯文，他可能是电视上最无趣的角色。好吧，"山姆辞职 "的故事和我担心的一样愚蠢。我不明白为什么他们不能让他自己去打猎，寻找找到迪恩或营救凯文的方法，甚至只是在迪恩被关在炼狱的时候杀死一周的怪物。这一切都只是为了引起兄弟之间的愤怒，说实话，我认为这一点我们已经受够了。我也不太喜欢凯文。他的女朋友被杀的那场戏完全过头了，我不喜欢他能胜过克劳利，而温家兄弟多年来与恶魔作战却不能。而且，作为地狱之王，克劳利不应该强大到足以抵御圣水吗？他用来击碎魔鬼陷阱的地震不是会打翻凯文的水桶吗？他们还再次写下了卡西迪奥，我不喜欢这样，但我要等到我们了解更多发生的事情后再做判断。即使我不喜欢它的发展方向，它仍然有可能成为一个好故事。我喜欢这一集的内容

**id 32**

纽约新日产汽车经销商 在纽约购买新日产汽车，省钱很简单。第一步是研究感兴趣的汽车型号，并确定任何其他感兴趣的车辆。你会收到纽约汽车经销商的汽车价格报价。只需比较价格，就能在纽约找到最好的汽车价格。日产JUKE 新的日产Juke是你可能找到的跨界车中最小的一款车。它基于汽车的起源可以追溯到Versa和Cube共享的底盘，但Juke采用了强大而高效的动力系统。Juke有99.6英寸的轴距和162英寸的总长度，这实际上使它比Versa 5门车小。Juke由日产的直喷式1.6L涡轮增压4缸发动机推动。这个小装置可以提供灵活的188马力和177磅英尺的扭矩。导航系统可作为一个包，通过运动配件和镀铬配件包提供特殊的外部和内部处理。所有Juke车型的标准安全功能包括双级前排安全气囊、前排座椅安装的侧气囊和前后排侧帘式安全气囊。稳定和牵引力控制也是标准配置，还有带制动辅助和电子制动力分配的四轮防抱死制动系统。纽约新尼桑价格报价 -- 寻找纽约尼桑经销商 比较纽约尼桑价格。为纽约的任何日产汽车获得免费的价格报价。查看所有车辆的发票价格、管理系统更新价格和清仓价格。当纽约日产经销商在价格上竞争时，可以节省大量资金。比较日产汽车的价格、图片、评论、当地退税和激励措施，以及更多。寻找纽约二手车 -- 比较纽约二手日产汽车价格 查看纽约所有在售的二手车。比较二手日产汽车，在纽约获得最佳交易。查看价格、图片、车辆规格和你需要的一切，以获得最佳的二手日产车交易。

**id 33**

Re:Ping Host Names as opposed to ping FQDNs Herb Martin Guest Posts: n/a 's Computer Specifications 10th Aug 2003 "Bryan Blair" &lt; (E-Mail Removed)&gt; wrote in message news: (E-Mail Removed)... &gt; I have 2 Internal DNS Servers (DNS Server A and B) setup.它们都驻扎在通过VPN连接的不同地点。DNS服务器A将DNS &gt; 服务器B的主区设置为辅助区，反之亦然。 &gt; 居住在不同站点的工作站可以互相ping，但只能通过ping相应工作站的FQDN。居住在同一站点的工作站可以通过主机名和FQDN相互ping。我的问题是......，是否有可能允许在不同站点的工作站通过主机名和FQDN互相ping &gt; ？是的。正确设置的DNS和/或WINS服务器很容易做到这一点。好的，所以这两个区域都在两个站点（Srv A和B都有），如果通过数字ping已经工作，那么通过名字ping应该很好（你已经注册了名字，对吗？ 技术上来说，它不是FQDN，直到你在结尾处加上DOT。例如，www.Domain.Com . &lt;-- DOT在那里（但很多人用FQDN指的是一个多部分的名字，有几个标签以TLD结尾 主机名不是一个确定的术语，它通常只是你所说的FQDN的同义词。如果另一台机器在你的机器的同一域/区，或者你在网卡属性中添加了一个额外的后缀搜索列表，你的机器就可以只通过机器部分进行ping，这取决于能否通过全名进行ping，这取决于IP地址的工作。最后，如果你希望使用NetBIOS名称（如在浏览器中），那么你可能需要WINS--特别是为了让浏览器在跨子网和跨域中工作。每个地方都有WINS服务器，本地客户使用本地WINS服务器（客户包括WINS服务器和其他服务器，特别是DC），那么这两个WINS服务器必须被设置为复制。Bryan Blair Guest Posts: n/a 's Computer Specifications 11 Aug 2003 我在TCP属性下的Suffix选项卡中为对面域的工作站添加了DNS服务器A的域名，并能ping到相应的主机名！！。我还设置了域A和域B的两个主要WINS服务器之间的复制。然而，我等了一会儿，仍然没有看到域A出现在域B的工作站的网络空间里。"Herb Martin" &lt;(E-Mail Removed)&gt;在消息中写道：(E-Mail Removed)... &gt;&gt; "Bryan Blair" &lt;(E-Mail Removed)&gt;在消息中写道：(E-Mail Removed)... &gt;&gt;我有两个内部DNS服务器（DNS服务器A和B）设置。它们都驻扎在通过VPN连接的不同站点中。DNS服务器A将DNS &gt; &gt; 服务器B的主区设置为次区，反之亦然。 &gt; &gt; 居住在不同站点的工作站可以相互ping，但只能通过&gt; &gt; ping相应工作站的FQDN。驻扎在同一站点的工作站可以通过主机名和FQDN相互ping。我的问题是：......，是否可以允许在不同站点的工作站通过主机名和FQDN互相ping &gt; &gt; ？ &gt; &gt; 是的。DNS和/或WINS服务器的正确设置可以很容易地做到这一点。 &gt; &gt; 好的，那么两个区域都在两个站点（Srv A和B都有）&gt; 如果通过数字ping已经&gt; 工作，那么通过名字ping应该很好（你已经注册了名字，对吗？ &gt; &gt; 技术上来说，它不是FQDN，直到你在末端加上DOT,例如。

**id 34**

虎皮鹦鹉的繁殖。一对宠物虎皮鹦鹉的家庭生活研究。注（2011-02-09）。本页在Google.ca返回的顶级结果中。如果你喜欢它，可以考虑链接到它，让更多的人可以找到它。本页是我们观察圈养虎皮鹦鹉在客厅里繁殖的经验日记。如果你对虎皮鹦鹉宝宝感兴趣，你可以在这里阅读并看到两只虎皮鹦鹉及其父母的照片。最近的条目在页面的顶部。这个页面（几乎）只有文字。所有的图片都可以在每一天的单独页面上找到，或者在所有图片页面上找到。饲养虎皮鹦鹉可以是非常有意义的。在我看来，对于足够大的孩子来说，它们是比小型啮齿动物更好的宠物。它们反应灵敏，互动性强，而且有有趣的个性。它们确实需要一些关注，而且我相信需要一些时间来飞行和互动。它们可能会对家具、书籍、门或窗框等造成破坏，因为它们确实喜欢啃咬。根据我们的经验，这种情况因人而异，但在我们的雌鸽中非常普遍。它们在一天中的不同时段也会非常吵闹，比如清晨（日出）。许多鸟儿都会随着太阳的升起而歌唱，所以这并不罕见。请参阅维基百科关于黎明合唱团的页面。我确实建议你让它们远离其他可能是危险的宠物。给虎皮鹦鹉一个机会吧。这本虎皮鹦鹉日记现已结束。时间轴，筑巢的虎皮鹦鹉，2004年3月--4月 第一枚蛋在3月29日产下 第二枚蛋在3月31日晚上--4月1日产下 第三枚蛋在4月2日出现 最后一枚蛋在4月4日出现 2004年4月20日，第一只小鸡出现。2004年4月20-21日，第二只雏鸟在夜间出现 2004年4月22日，第三只雏鸟在夜间出现 2004年4月23日，第三只雏鸟在夜间死亡 2004年4月24日，观察到最大的雏鸟抬头 "走路" 2004年5月24日，最大的雏鸟第一次飞起来（孵化后34天）。2004年5月30日，第二只雏鸟首次飞翔。2006年10月1日，最大的雏鸟死亡（两岁半）。2008年12月13日，第二只雏鸟死亡（四岁半）。关键词：虎皮鹦鹉，虎皮鹦鹉，成年虎皮鹦鹉，雏鸟，虎皮鹦鹉的繁殖，虎皮鹦鹉的繁殖，交配，行为，蛋，虎皮鹦鹉的婴儿，加拿大，维多利亚，英属哥伦比亚省。2004年4月20日 第1天 第1只雏鸟今天孵化了！它的体型比较小，但父母都很喜欢。它很笨重，但父母似乎并不在意。2004年4月21日 第2天 第二只雏鸟今天孵化了。实际上我们认为它是在昨天深夜孵化的。2004年4月22日 第3天 第3号蛋昨晚孵化了 2004年4月23日 第4天 最近的一只雏鸟在夜间死亡。自从它孵化后，父母就几乎抛弃了它。它被推到了巢箱的一侧。我们把最后一个蛋拿了出来，因为我们很确定这是它生下的第一个蛋，所以，有点过熟。2004年4月24日 第5天 最年长的雏鸟现在已经能够 "走路 "了。今天早上我们看到它抬着头走了几步。大的那只似乎也在用它的头把小的（有一天！）推到巢箱的边缘。这些鸟儿甚至还没有睁开眼睛呢!说到这里，看起来它们的眼睛上有一层膜。我们推测那会在某个时候干涸并脱落。现在我们猜测，要么是眼睛还没有发育成熟，要么是意外伤害的风险太大，不能只依靠眼皮。我们希望这只是颜色问题，而不是发育方面的问题。两只小鸡都有饱满的嗉囊，所以我们猜测喂养工作进展顺利。现在窝里没有蛋了，而且事情似乎进展顺利，妈妈（猕猴桃）又表现出了她以前的一些行为。她出巢的时间更长了，尽管她仍然不经常出巢。2004年4月26日 第7天 今天早上我们唯一有机会仔细观察宝宝们的情况，虽然并不令人沮丧，但也不是很令人鼓舞。它们都没有吃饱，不过从我后来通过巢箱孔看到的情况来看，妈妈在喂它们。第二只雏鸟的腿是弯曲的，我们知道这可能是一种

**id 35**

为了使本网页上的电子邮件地址能够正常使用，请在您的电子邮件客户端上将\_at\_和\_dot\_分别替换为@符号和.符号。名片网址：ttp://people.unisa.edu.au/betty.leask 2010年，我被授予ALTC国家教学奖学金，重点研究不同学科和机构背景下的课程 "行动 "的国际化。这是我目前的工作重点。研究金活动的详情可在http://www.ioc.net.au。这个网站还包含了我最近发表的演讲和一系列关于课程国际化的资源链接。我在课程国际化领域进行研究、出版和咨询，并经常在国内和国际论坛上就相关主题发表演讲。我的工作重点是将高等教育国际化领域的理论和实践联系起来。这包括课程的国际化和跨国教学。我是英国利兹城市大学国际化学术实践与研究中心的客座教授。http://www.leedsmet.ac.uk/world-widehori\...自2006年以来，我一直是澳大利亚国际教育协会（IEAA）董事会的当选成员。我负责召集协会的课程国际化特别兴趣小组，并担任研究委员会主席。http://www.ieaa.org.au/，我还是《国际教育研究杂志》的编辑顾问委员会和澳大利亚国际教育会议（AIEC）的程序委员会成员。我的背景是教育和应用语言学。我曾在澳大利亚和欧洲的中学和大学部门工作过。以下是我撰写的一些资源和会议论文的样本链接。澳大利亚国际教育协会（IEAA）自2006年起当选为理事会成员；"课程国际化 "特别兴趣小组召集人；研究委员会成员；澳大利亚国际教育会议程序管理委员会成员。Leask, B. (2009).使用正式和非正式的课程来改善国内和国际学生之间的互动。Journal of Studies in International Education, Vol. 13, No. 2, 205-221 http://jsi.sagepub.com/cgi/content/abstr/...Leask, B. (2005).课程的国际化和跨文化参与 - 各种观点和可能性。在澳大利亚国际教育黄金海岸会议上提交的参考论文，Qld。 http://www.idp.com/aiec2005/program/arti\...Leask, B. (2004).跨国教育和跨文化学习--重构海外教学团队以提高国际化水平。在澳大利亚大学质量论坛上发表的参考论文。Quality in a time of change, July 7-9, Adelaide, S.A. http://www.auqa.edu.au/auqf/2004/program/...Leask, B. (2003).向未知领域进军--协助留学生和澳大利亚学生相互学习的框架和策略。In C. Bond & P. Bright (Eds.), Research and Development in Higher Education:为未知的未来学习（第26卷，第380-387页）。新西兰克里斯特彻奇。Higher Education Research and Development Society of Australasia Inc, HERDSA. http://surveys.canterbury.ac.nz/herdsa03\...Leask, B. (2003, 21 - 24 October 2003).超越数字--利用和支持增长和多样性的国际化水平和层次。在第17届IDP澳大利亚国际教育会议上发表的论文，澳大利亚墨尔本。http://www.aiec.idp.com/pdf/LeaskWed1635\...Leask, B. (2002) Crossing the bridge from both sides - Strategies to assist international and Australian students to meet each other half way 在第17届NLC年会提交的特邀论文，"Innovating the Next Wave", Launceston, Tasmania, 8 July 2002。Leask, B. (1999, 5 October 1999).课程的国际化。关键挑战和战略。在与 "国际教育：专业优势 "1999年澳大利亚国际教育会议相关的 "课程国际化的艺术状态-国际视角 "研讨会上发表的特邀论文。澳大利亚IDP教育，弗里曼特尔。Leask, B.R. 1999.课程的国际化。关键的挑战和策略"。在 "国际教育的艺术状态 "上发表的论文。

**id 36**

官方HEARTLAND BLOG 连续第三周，我都在用《心迷宫》各季的人物照片来怀旧。首先是 "历经沧桑的艾米"，展示了艾米-弗莱明从2006年到2011年的6张照片，其中每一季都有一张照片，还有一张是比第一季早一年拍摄的试点照片。上周，我又以 "穿越时空的泰 "为题，给大家介绍了泰-波登在同一试播集和随后5季中的6张照片。那么，本周我将继续保持这一主题的典故（尽我所能......），介绍一些马洛里-韦尔斯的照片，这些照片是由杰西卡-阿姆利从《心田》前5季中描绘出来的。请点击页面底部的 "查看"。现在你会注意到，我给你提供了第二季的两个不同的造型，因为杰西卡在2006年拍摄试点时不在身边。好了，现在我知道你们有些人在想，"等一下......"。马洛里在《心田》的第一集里。你在说什么啊！？"好吧，你们中的一些人可能没有意识到这一点，但马洛里并没有出现在2006年拍摄的原始试点中。 2007年第一季获得绿灯后，才决定增加马洛里-韦尔斯这个角色，因此在拍摄第102和103集时拍摄了几个场景--你可能记得马洛里从医院回家时在门廊上向杰克和艾米打招呼--它们被插入到系列首播中。现在你知道了吧!无论如何，时间在前进，今年夏天即将年满18岁的杰西卡-阿姆利，已经当了三分之一的马洛里!如果《心田》还没有存在，而且今年是第一次拍摄，她可能会去试演艾米这个角色这让我想到了很多粉丝（包括我自己）的想法，他们很喜欢马洛里，喜欢她所有有趣的怪癖--以及她搬到了纳什维尔的事实。也许我应该把这篇文章称为 "怀念梅洛里"!是的，毫无疑问 -- 心脏地带有一个空白。但是不要惊慌，因为这个空白将在秋季CBC电视台播出第六季时被填补。这就是我现在能说的，但是当下个月开始拍摄的时候，我将看看我是否能从片场获得一些独家照片。还有更多...问题!在过去的一个月里，CBC的Facebook页面上关于《心田》的最大问题肯定是 "会有第六季吗？"接着是可怕的预言和黑暗的威胁，如果加拿大和CBC突然没有了《心田》，可能会发生什么......幸运的是，这个问题已经解决了，我们知道大家最喜欢的家庭剧将再继续一年。耶!所以我现在可以谈谈你们中的一些人在这里和Facebook上提出的问题了在大家的记忆中，马的名字在该剧的拍摄过程中并没有真正说过，但在未来可能会听到。是的，杰克的马确实有一个名字。这匹马的名字很简单，"Paint"。克丽丝问，有什么办法让我的4H女孩在节目中做临时演员吗？Heartland很少让年轻女孩在节目中担任临时演员，或被称为 "背景演员"。大多数时候，心脏地带的临时演员选拔部门使用专业机构来填补这些职位。 即使有人做一些简单的事情，如在外面走过麦琪的窗户，也是为一天的工作雇用的专业人士。Heartland'N'Hollywood问：演员们什么时候开始拍摄？制作办公室本周开放，每个人都在疯狂地争夺，大约在下个月中旬开始拍摄。Teresa 4问，但只是检查一下......你是说18集吧？我还不确定。CBC将于5月10日在多伦多为媒体举办一个大型的秋季发布会，届时他们将发布一系列公告并提供更多信息。在那之前，我们真的不知道任何一个回归的系列有多少集，包括《心迷宫》。好消息是什么？5月10日并不遥远阿比问道

**id 37**

心理学证书--什么样的工作？我最近获得了心理学研究生证书，但我不知道我能得到什么样的工作。我想成为家庭治疗师或做咨询，但看起来我必须先做几年无偿的志愿者，然后再转到某种有偿工作。很显然，由于有房贷和孩子，这不是一个选择。我最近获得了心理学研究生证书，但我不知道我能得到什么样的工作，请您告诉我是否有任何选择。我想成为家庭治疗师或做咨询，但看起来我必须先做几年无偿的志愿者，然后再转到某种有偿工作。很显然，由于有房贷和孩子，这不是一个选择。谢谢你的帖子--我会尽力帮助你的，但你的问题有点大！你能不能告诉我有什么选择？首先，在我看来，在你开始对你的未来做出决定之前，你将需要更多的信息和建议。如果你对家庭治疗等有把握，你的大学就业中心将能够提供帮助--给他们提供任何类型的指导，都会使他们的工作变得更容易！但是，有一点让我略感担心，那就是你的家庭治疗。然而，你写的东西让我有点担心，你说你在想 "我拿到这个学位能做什么？"而在我看来，更有价值的问题是 "我接下来想做什么？"然后是 "以我现在的学历能做什么--如果不能，我还需要什么？心理学学位并不意味着你必须成为一名心理学家！（实际上，我有一个心理学学位。(我实际上有一个心理学学位，我现在是一名记者和作家)我还感觉到你是一个容易从表面上接受各种职业 "神话 "的人，从你谈到在获得报酬之前做了 "多年 "的志愿者工作的方式。这种说法的依据是什么？不要听那些不知情的厄运制造者说这样的垃圾!是的，在某些职业中，一些无偿的经验可能是有价值的，但我想不出有哪一个合法的雇主会希望你白干几年--他们怎么会有好的新人进入他们的行业？每个人都需要支付账单!我建议，除了大学的就业服务外，你还要尽可能多地进行网上研究，了解这个行业是如何运作的，现在发生了什么，谁做得好，等等。此外，你还可以尝试参加一些演讲/职业/网络活动，以了解所提供的内容。与每个人交谈，问很多问题。然后，当你有信心用你需要的所有信息武装自己时，你就会觉得自己处于一个强有力的位置，可以开始对你的未来做出正确的决定。祝您好运!x 关于卫报专业网络 卫报专业网络是以社区为重点的网站，我们在这里汇集了来自广泛的专业社区的建议、最佳做法和见解。点击这里了解我们所有网络的详情。这些网站中的一些专业中心得到了外部公司和组织的资金支持。除非另有明确说明，所有的编辑内容都是独立于任何赞助的。我们为赞助商自己的内容提供合作伙伴区。卫报专业版是卫报新闻与媒体的一个部门。

**id 38**

已解决的问题 是否有其他像《一块蛋糕》这样的好书，作者是Cupcake Brown？ 我刚刚读完这本书，我愿意开始读一本新的书，我已经读过《局外人》，《一百万小块》。我对有关帮派、毒品、药物滥用等方面的书非常感兴趣。谁有一些好书可供索取？最佳答案 - 由投票者选择 《篮球日记》，作者是吉姆-卡罗尔。这是一本关于青少年成长的日记，涉及大量的性和毒品，内容生动且有些令人不安。"欧文-威尔什的《火车头》。这本书有点难读，因为它是用苏格兰方言写的，但是如果你能克服这一点，它是一个关于海洛因成瘾者和他们的错误冒险的诙谐和黑暗的故事。"小休伯特-塞尔比的《梦想的安魂曲》，这是一本有点悲伤的书。它讲述了一群青少年和他们的家人，他们都有出人头地的梦想。由于他们的各种药物成瘾，他们的梦想崩溃了。村上龙的 "硬币柜里的婴儿"。两个十几岁的男孩在还是婴儿的时候就被遗弃并被抛弃。随着他们的成长，他们变得非常不安和暴力。这是一本相当惊悚的书。"詹姆斯-圣-詹姆斯的《派对怪物》。派对、性、毒品（尤其是海洛因和Special K）、魅力和谋杀在纽约市的俱乐部现场。"布雷特-伊斯顿-埃利斯的《小于零》。一个人和他的朋友们花时间参加聚会、吸毒、晒太阳和做爱。"威廉-S-布鲁斯（William S Bourroughs）的《裸体午餐》（Naked Lunch）要曲折得多，由一个海洛因成瘾者的狂言组成。什么是真实，什么是幻觉？"奥尔德斯-赫胥黎（Aldous Huxley）的《感知之门》（The Doors of Perception），讲述了作者对麦司卡林的狂欢经历。蒂莫西-李里（Timothy Leary）的 "开启、调入或退出"。LSD之王的诗歌和散文集。查尔斯-布考斯基的任何作品。试试他的短篇小说或报纸文章的汇编。这家伙非常前卫，非常真实。"亨特-汤普森的《拉斯维加斯的恐惧与厌恶》。关于毒品的精髓之作。"安东尼-伯吉斯（Anthony Burgess）的《发条橙》（A Clockwork Orange）。二十世纪的小说，叙述者是一个可怕的、暴力的、无情的少年帮派。

**id 39**

外部链接 孙子 : 一本书？爷爷 : 是的。我在你这个年龄时，电视被称为书。而这是一本特别的书。这是我父亲在我生病的时候给我读的书，我也曾经给你父亲读过。今天我也要读给你听。孙子 : 这本书里有什么运动吗？爷爷 : 你在开玩笑吗？击剑、打斗、折磨、复仇、巨人、怪兽、追逐、逃亡、真爱、奇迹......。孙子 : 听起来不坏。我会努力保持清醒的。爷爷：哦，好吧，非常感谢你，你真好。你的信任票是压倒性的。分享这句话 爷爷 : 她在这个时候不会被鳗鱼吃掉 孙子 : 什么？爷爷 : 鳗鱼不会吃了她。我在向你解释，因为你看起来很紧张。孙子：我不紧张。也许我有一点 "担心"，但这不是一回事。分享这句话 爷爷：[画外音]没有什么能比命令卫斯特里更让毛茛高兴了。毛茛：农场男孩，擦亮我的马的鞍子。我想在早上看到我的脸在里面闪闪发光。韦斯特利：如你所愿。爷爷："如你所愿 "是他对她说的全部。毛茛：农场男孩，请把这些东西装满水。韦斯特利：如你所愿。那天，她惊奇地发现，当他说 "如你所愿 "时，他的意思是，"我爱你"。而更令人惊奇的是，那天她意识到自己真的爱他。毛茛：农场男孩......给我拿那个水壶。[在她的头顶上，所以他必须站在她的旁边] 韦斯特利：如你所愿。[切到他们接吻] 孙子：[打断] 等一下，等一下。这是什么？你想骗我吗？运动在哪里？[怀疑] 孙子：这是一本接吻书吗？爷爷：等一下，就等一下。孙子 : 好吧，什么时候能好？爷爷 : 穿着你的衣服，让我读。分享这段话 韦斯特利 : 我说过我会一直来找你。你为什么不等我？Buttercup : 嗯...你已经死了。韦斯特利：死亡不能阻止真爱。它所能做的只是把它推迟一段时间。巴特卡：我不会再怀疑了。韦斯特利：永远不需要了。分享这句话 [毛茛亲吻衰老的国王] 国王：那是为什么？毛茛：因为你一直对我很好，而我不会再见到你了，因为一旦我们到达蜜月套房，我就会自杀。国王 : 那不是很好吗。她吻了我，哈，哈，哈!分享这句话 维兹尼 : 一句话，我的女士。我们只是可怜的、迷路的马戏团演员。附近有村庄吗？毛茛：附近没有......几英里内都没有。那就没有人可以听到你的尖叫声了。分享这段话 费兹克：你从来没有说过要杀人。Vizzini : 我雇用你来帮助我发动战争。这是一项著名的工作，有着悠久而光荣的传统。我只是觉得这样做不对，杀死一个无辜的女孩。我是不是疯了，还是你嘴里漏出了 "认为 "这个词？你不是因为你的大脑而被雇用的，你这块河马的土地。伊尼戈-蒙托亚：我同意费兹克的意见。Vizzini : 哦，这个傻瓜说了。发生在她身上的事与你无关。我会杀了她。记住这一点，永远不要忘记：当我找到你时，你已经喝得烂醉如泥，连白兰地都买不起了![转向Fezzik] Vizzini：而你：没有朋友，没有头脑，无助，没有希望！你想让我把你送回去吗？你想让我把你送回你原来的地方吗？失业，在格陵兰？分享这句话 伊尼戈-蒙托亚 : 你确定没有人跟踪我们？维兹尼 : 正如我所告诉你的，这将是绝对的，完全的，以及在所有其他方面都无法想象的。在吉尔德没有人知道我们

**id 40**

2012年9月6日，星期四，看来我是和我一起去参加Leadville 100英里越野赛的人中最后一个发表比赛报告的人了。这是否意味着我比我的朋友们更慢、更懒？当然了，你现在应该已经明白了。你是新来的还是什么？事实上，我一直很慢，因为这是一份我不想写又想写的报告。剧透提示--你们很多人都知道我没有完成。那么，现在我们已经得到了这个小道消息，外面到底发生了什么？下面是血淋淋的细节。赛前 没有太多可说的。金和我飞到丹佛，与卡洛斯会合，然后开车到莱德维尔。这场比赛在Leadville的10,000英尺处开始，整个比赛在9,000到12,600英尺之间进行，所以海拔高度在这场比赛中是一个重要因素。我知道我在海拔200英尺的多伦多训练和零海拔的训练会对这场比赛产生很大影响，我也没有失望。神圣的废话强化事件1。我们到达了酒店。我爬了两层楼梯到房间。在楼顶，我吸着风，就像刚跑完5公里一样，令人难以置信。这可不是一个好兆头。我的妈呀，第二号强化事件。JD已经在房间里了，他正在进行20分钟的短距离跑步，所以我加入了他和卡洛斯的行列，我们跑完了Leadville赛道的最后一英里。情况很糟，真的很糟，显然有人忘了在镇上加氧气。我跑得很慢，但同样也很疼。我觉得我已经跑了一整天了，当JD说我们刚跑到3分钟大关时，这到底是怎么回事？我可以发誓，在我来到这里之前，我的身体已经很好了。接下来的两天，随着我们小组其他成员的到来，时间过得很快。我感觉还好，但大部分时间都有低度头痛。金和我在周五开车去救助站，所以她知道在哪里和我碰头。沿途风景优美，但从双湖往霍普斯山口看一眼，我就开始对自己的处境有了一个很好的了解。说真的，伙计们，我到底在想什么？比赛开始到Mayqueen 13.5英里 这场比赛的开始是惊人的，即使它是在一个不正常的凌晨4点开始。队伍中充满了活力，我很难记得上一次我在比赛前如此兴奋和紧张是什么时候。我和我们组的大多数人都呆在后面，等待枪声响起，然后我们就出发了。出了大门，我感觉很好，一旦我开始行动。我和摩根一起跑，史蒂夫、JD和肯德拉就在我们后面。当我们跑到第一英里时，速度更快的卡洛斯已经走远了。前6英里大部分是公路，有些是铺面的，有些是土路。这是下坡路，应该很快，但我们保持缓慢。我所读到的关于这场比赛的所有内容（很多）都说了同样的话。如果你在到达霍普斯山口之前把自己搞垮了，你就会在这里失去你的比赛。我一直跑得很慢。结果，这是我今天的第一个大错误。我已经把我的比赛置于危险之中，而我却毫无头绪。在这一路上，摩根告诉我他要加快一些速度。我决定让他走，并在后面跟着（仍然是第一号错误的一部分），并很快停下来，在前3英里内第二次小便休息。我看到JD过去了，于是又和他一起跳了下去。在接下来的40英里中，我们一起跑了很长时间。很快，我们就离开了公路，进入了单轨小道。这段路走得很慢，因为没有地方可以通过，所以我们最终以康加线的形式走了大约7英里。我不停地停下来撒尿，这使我每次都落在更慢的人后面。当我们绕过湖面时，太阳开始升起，我们很快就进入了Mayqueen。Mayqueen到Fish Hatchery 23.5英里 Kim在Mayqueen与我会合，我把水壶换成了水合袋，拿起太阳镜，喝了一口水。有聪明的队员真是太好了。我在一分钟内就离开了救助站，仍然和JD一起跑步。我们的计划是在2:20至2:30之间到达Mayqueen，但我们最终还是慢了下来，在2:30到达。

**id 41**

阿布-塔尔哈-达乌德-伯班克和他的妻子去世了 阿布-塔尔哈-达乌德-本-罗纳德-伯班克和他的妻子去世了 愿真主怜悯他们 阿布-塔尔哈-达乌德-伯班克和他的妻子在今天（2011年11月1日星期二）去世了，愿真主以他丰富的慈悲浇灌他们俩。(他们的贾纳扎赫将在麦加的哈拉姆清真寺祈祷，在周三Dhul-Hijjah第六天的开斋节后，inshaa'Allaah）眼睛流泪，心中有悲伤和难过，但我们只说我们的主所喜悦的话。我们的确为我们的兄弟艾布-塔尔哈（rahimahullaah）和他的妻子（rahimahallaah）的去世感到悲痛。"你要给有耐心的人报喜，他们在遭受灾难时说：'我们的确属于真主，我们将归于他。那些人将从他们的主那里得到祝福和怜悯的回报。他们才是被引导的人。"(Al-Baqarah 2:155-157）安拉的使者（salallaahu 'alayhi wassallam）说。阿拉的使者（salallaahu 'alayhi wassallam）说："他所取的属于阿拉，他所给的属于他。一切都记录在他的指定期限内......"(Ahkaamul-Janaa'iz of Al-Albaanee）艾布-塔尔哈和乌姆-塔尔哈都处于伊赫拉姆的状态，呼唤 "塔勒比耶"，其中以声音呼唤安拉的道义，他拥有的唯一崇拜权。安拉的使者（salallaahu 'alaihi wassallam）在一次同伴死于伊哈姆的情况下说："用水和荷花洗他，用两件衣服裹住他。不要给他涂抹防腐剂或香水，也不要遮盖他的头和脸。他将在审判日复活，做塔勒比耶。"[布哈里和穆斯林]他们在这个杜勒-希吉月去世了，在这个世界上最良善的日子里去朝觐，正如先知（salallaahu 'alaihi wassallam）所说--在这些日子里，正义的行为是最受真主喜爱的，最仁慈的，最伟大的。他们乘坐的公共汽车着火了，他们两人都在火中丧生。安拉的使者（salallaahu 'alaihi wassallam）说。"焚烧而死是一种殉道......"。[Shaikh al-Albaanee在《Ahkaamul-Janaa'iz》中宣布为 "哈桑"，第55页）我认识Abu Talhah和他的家人（Umm Talhah）已有二十年了。在这段时间里，他一直是我的老师、朋友、知己、顾问，是我和我的家人的支持者。在整个九十年代的战斗中，他坚定地反对误导者和拜功者，翻译澄清哈克的材料，宣传哈克，没有任何妥协或害怕责备者的责备。他坚定地反对苏菲派、阿什派、卡瓦里派和什叶派--他翻译了过去和现在的学者的作品，阐明了 "圣行 "的道路。当西方的游击队和革新者试图玷污和诋毁他们时，他捍卫了谢赫-伊本-巴兹、谢赫-谢赫-阿尔巴尼、谢赫-穆克比尔-本-哈迪和谢赫-拉比-马德哈尔尼等学者的荣誉。他成为西方萨拉菲耶的象征和标志，我们不赞颂任何超越真主、至高无上的人。他翻译了几十本学者的书，他翻译了谢赫-阿尔巴尼（rahimahullaah）的《At-Tawassul》，从而澄清了阿赫卢斯-圣行的信仰，反对坟墓崇拜者和苏菲派。他翻译了谢赫-穆罕默德-本-拉比-马德哈利（hafidhahullaah）的《苏菲主义的真实性》，他翻译了《三个解释》。

**id 42**

H版的诺伊尔将军与普通模式相比，主要有以下变化。1.新技能【甲板火焰】，天火的血量船体数量为75%、50%和25%，甲板着火的位置随机，并蔓延到相邻的甲板。其中一个人站在抵抗解救下秒掉约3005血；2.P1库里欧娜不时对船舷射击，船体DOT，这是不可避免的；库里法伊的血量在P2中不到80%，登陆甲板后，参与战斗（83%开始下降了）。正面45呼吸，没有减伤就是8万魔兽世界的伤害；随机点人吸收10万治疗，抽烟和全团多少治疗都是回咬AE数（看统计，貌似全团分担这么多伤害，比如补2万，就全团AE，每个2000不确定，等验证，不过这个技能是渣渣，可以忽略）。3.吃了暮光之城的暮光龙弹突袭后，会有15秒的阴影伤害,abercrombie france，容易受伤。说白了，玩家吃了暮光之城的炮弹一般都是找死。&gt;&gt;点击进入特殊站位诺伊尔战争大师2战斗坦克启用配置二的补给6DD坦克没有特殊要求，但考虑到目前版本的坦克奈卡奥,wow gold buying，熊和DK都不错。从数据上可以看出，WOL战役似乎让德国很强大--HPS基本组成了排名前几位的德国，战役动作多站位分散（大部分打法是这样的），瞬息万变，有HOT的补刀德国似乎更有天然优势。不过，实战中的德国你会发现，充斥着更多的考验神经，尤其是P2到来之前，有些人的AOE血量还没满，wow gold safe，HOT还在慢慢跳，你着急的眼泪差点就出来了-\_-。其实，在相对分散的战位上，牧师的 "祈祷 "更具优势：简单、单纯、到位、有效。我相信，在骑马的补充下，畜牧业、P2会相对容易。而萨满，如果你用我们现在的组打，效果会相当的萨满棒，接下来提一下。上骑，治疗是很有爆发力的，打起来很有味道。总的来说，德国真的可以编的很美，另外三个编的比较直接的治疗法术，带血速似乎更让人放心一点。这里的DPS，近身战5个远程是标配。我换队的原因是，在这个王者荣耀中谁出了240次，甚至比HRAG荒地的次数还多，所以DPS的棘手程度可见一斑。起初，根据各种视频和个人理解，DOT职业的多目标伤害输出会更好--但如果你不仔细研究，那么数据真的只是好看而已。你一定要注意脑袋里的一个东西，不要破坏任务只看伤害时间统计，多看暮光龙的伤害排名。这是最重要的。如果经常掉P1（其实几乎都是掉P1，而P2进团大概掉了10次左右就过了）而找不到原因，就看暮光龙的伤害，然后对人员进行调整。比如我们这次，就是人才的变化，让切入奥火的方法来减少火本，可惜有春火，有DOT火，这样的概念太深了，但这样的战术有限，希望看到这个帖子的朋友，避免走弯路）。

**id 43**

三分之一的隆鼻者 "患有精神障碍，使他们过度关注身体形象" 有的人真正需要隆鼻，有的人隆鼻后显然不需要。新的研究表明，大约有三分之一的人想要做隆鼻手术，也就是所谓的隆鼻，同时也有身体变形障碍（BDD）的症状。这是一种精神状况，对想象中的或轻微的外观缺陷的过度关注干扰了日常生活。一切都在意料之中。三分之一的隆鼻手术患者患有身体变形障碍症 根据他们的发现，比利时研究的作者建议整形外科医生应该了解这种障碍在患者中的流行情况。鲁汶大学附属医院的Valerie A. Picavet博士领导的研究小组得出结论。这项研究表明，BDD症状在鼻部整形美容人群中的流行率很高，而且症状的严重程度对日常功能有明显的负面影响。这项研究发表在8月份的《整形与重建外科》杂志上，研究人员在16个月内对266名寻求隆鼻的患者进行了调查。调查人员发现，33%的受访者有中度到重度的BDD症状。在那些说他们想要隆鼻的唯一目的是改善他们的外表的病人中，这个数字跃升到43%。everydayhealth.com报道说，与此形成鲜明对比的是，在严格出于医疗原因需要隆鼻的人中，只有2%的人有中度至重度BDD症状。研究作者指出，BDD的症状在以前做过整形手术或有心理健康问题的人中特别常见。研究人员说，在这份报告中，20%的患者以前做过隆鼻手术，他们更有可能出现明显的BDD症状。症状在有精神问题史的人中也更常见。该研究指出，大多数对自己的外表有严重担忧的病人的鼻子实际上被认为是正常的大小和形状。那些被调查的表现出更严重的BDD症状的人的生活质量也较低，在他们的日常生活中有更多的问题，包括人际关系的麻烦和低自尊。研究人员总结说，在例行评估寻求美容手术者的动机和心理健康时，整形外科医生应特别注意对外观的极端关注。分享这篇文章。评论( 7 ) 他们脸部的自然对称性被甩掉了，因为医生做得太过分了。他们应该知道并能够劝告他们的病人，这种情况会发生，并出售低调而不是声明的面部整形手术。这是他们的生活，他们更清楚。"从逻辑上讲，做任何类型的整容手术的人100%都有身体形象的心理问题，难道不是这样吗？一个健康的心态，接受我们被赋予的身体，就不会做整容手术。"好吧，伦敦的劳拉，2011年7月29日--要小心你说的话。有些人需要缩胸或其他手术，是因为沉重的乳房重量造成的身体疼痛/劳损，或者有时确实有明显的畸形。在大多数情况下，隆鼻确实是多余的，但我有过一次缩胸手术，另一个朋友在排球比赛中摔断了鼻子，需要修复，我得说--在受伤和/或体重不足、身材娇小、H罩杯的情况下看起来完全不同。不要一概而论。如果使用得当，整容手术是一件很好的事情，但就像所有美好的事物一样，有些人由于自己的精神问题而滥用它。(我16岁了）这不是一种心理障碍。这是我们成长过程中对名人的迷恋的现实。通过互联网或杂志上不断出现的 "美丽 "名人图片，所有这些人都有自己的整形手术，加强了这种不可能达到的理想。如果你看到的都是一个小鼻子，那么你将不可避免地得出结论，小鼻子是可以接受的。20世纪50年代和60年代的妇女和男子有较少的身体形象问题，因为他们从4岁起就没有被这些不可能不通过手术达到的比例所轰炸。你会看到，几乎每一个著名的所谓美女都有自己的鼻子被改变过。从逻辑上讲，100%接受任何类型的整容手术的人不都有身体形象的心理问题吗？一个健康的心态，接受我们的身体

**id 44**

我很幸运，约翰是曼彻斯特的工作人员。我是通过这种方式发现他的诗歌的。他有一个可爱的抒情的声音，有尖锐的棱角。风在房子周围扬起树叶，就像花园恶化的迟到通知。睁一只眼闭一只眼。RTE长波电台宣布在熟悉的地方举行演出，我喜欢主持人对今晚和后天的舒适思考，直到，也就是，他介绍了Bothy乐队的《圣地》，然后转向为诗歌大报和银盘做广告，在攻击引用深红色的潮汐和紫色的山脉之前，结束引用某人（谁）可能在Woolworth的浪费他们的钱。有一段简短的航运预报，当我正在卸下洗碗机时，我听到一个新的声音，它宣布："这是《档案时间》。那是30年前的《长音》。"我听不到广播里预报的秋天的太阳和雨，在这个带着银盘子、钢琴和波德兰琴的小时里，在伍尔沃斯，深红色的潮水在紫色的山下前进，有人哼起了卷轴：他知道它的开头，但在标题上打了个问号：是《圣地》，但他没有把这些点连起来。他有地方要去。将会有时间来记录名字和日期，记录所有的东西，记录信用，记录脚注。

**id 45**

北约/世贸组织妇女与北约外长会议 1988年12月初，来自12个北约国家的妇女和平活动家、研究人员和议会议员与来自6个华沙条约组织国家的同行在布鲁塞尔举行会议。作者：安-克罗斯比 这次会议是由妇女争取有意义的首脑会议（国际）和北约警报网组织的。其目的是计划在当时正在进行的外长会议期间向北约外长提问。早些时候，在3月，来自北约和世贸组织国家的一个类似的妇女小组在保加利亚会见了世贸组织的外交部长。这两组会议都是为了在东方和西方之间开辟新的沟通渠道，以培养更多的对话。在保加利亚，这些问题构成了妇女与七位外交部长（包括来自苏联的谢瓦尔德纳泽）之间的长期对话的基础。相比之下，在布鲁塞尔，不可能安排集体会面，而是与13位北约外长和/或其常驻代表进行了单独会谈。每次会议都提出同样的问题，鉴于答案的多样性，我们中的一些人认为，协调北约的观点可能比协调东西方的观点更困难。这些问题涵盖了三个主要的关注领域。首先，北约部长们被问及是否有共识，即东方，特别是苏联，不再有兴趣入侵西方，如果有，这种共识如何反映在北约的军事理论中？其次，部长们被问及他们对全面安全的看法，以及他们认为这一计划的障碍是什么。此外，他们还被问及是否可以预见在两个条约组织之间建立永久性的谈判联系。第三，从伦理学和经济学的角度探讨了常规和核现代化的问题。道德上的担忧是，现代化正在破坏《中导条约》的好处。在经济方面，有人表示担心，北约国家的议会没有被告知现代化的实际成本，特别是美国的新费用分摊计划。因为部长们不能说他们反对和平、安全、和平机构和基层倡议，所以原则上同意这些一般性的意见是必然的。然而，协议到此为止。例如，英国和土耳其都表示，他们认为世贸组织国家是对其安全的威胁。另一方面，荷兰说他们没有感到威胁，而西班牙说与美国谈判比与苏联谈判更难。关于全面安全，欧洲的共识是，由于概述这一方案的文件要到1989年3月或4月才能在欧洲安全与合作会议（CSCE）上完成，因此在其公布之前将保留意见。然而，几个欧洲国家表示，在他们能够审查全面安全文件之前，他们不会着手进行现代化计划。此外，所有国家都同意，不能也不应该在北约和华沙条约组织本身之间建立联系，东方和西方之间的沟通渠道最好通过其他现有的联系，如欧安会来实现。由于我们要求北约部长们富有想象力地构建他们自己的陈规陋习，这种反应并不令人惊讶。就有关武器系统现代化的问题而言，答案总是包含一些关于质量与数量的数字统计，英国、美国和加拿大坚持认为世贸组织的优势是北约现代化的理由。土耳其说，现代化的进程已经到位，因此不能被阻止。挪威同意该进程已经存在，但认为该进程与目前的现实之间存在不和谐。希腊反对一切形式的现代化，而意大利则反对核现代化。美国/加拿大对这些问题的回答几乎是一致的，事实上，美国助理国务卿兼常驻北约代表罗赞-里奇韦在谈到加拿大和美国时，就好像它们是一个国家。加拿大常驻北约代表戈登-史密斯（Gordon Smith）在言辞上没有罗赞-里奇韦那么讨人厌，但他对美国北约政策的立场是 "我也是"。我们与里奇韦会面的时间是

**id 46**

以色列、美国和伊朗--被锁在命运之舞中 我们正在为中东的冲突倒计时。现在还不清楚它将如何开始，或者一旦开始将发生什么。但它很可能在以色列总理内塔尼亚胡办公桌上的三个倒计时钟之间的狭窄时间窗口开始。第一个时钟计算的是 "外交区"--以色列认为它必须给奥巴马总统多少时间来通过制裁和外交手段制止伊朗的核计划。内塔尼亚胡已经得出结论，三年的制裁和对伊朗的外交接触已经失败；自从奥巴马伸出友谊之手以来，伊朗所做的唯一事情就是加速其核武器计划。奥巴马希望给新一轮的制裁和外交以更多时间。内塔尼亚胡越早出动战机，他的国家在军事上的情况就越好，但在外交上就越糟糕。第二个时钟是计算伊朗的 "豁免区"--即在伊朗将其核项目移至地下深处，不再容易受到以色列攻击之前还剩下多少时间。能力更强的美国武器系统甚至可以在伊朗转入地下后攻击伊朗的核基地，但以色列不能把自己的生存押在奥巴马愿意使用这些武器上。第三个时钟是美国大选的倒计时--我们姑且称之为 "竞选区"。没有哪位总统候选人可以放弃以色列而期望在11月获胜。另一方面，没有一个总统愿意以另一场中东战争和高油价作为他的名片寻求连任。以色列知道，在奥巴马总统的第二个任期内，这些因素会发生逆转。他关于支持以色列的承诺可能无法维持到11月。这三个时钟到今年夏天应该都会接近最后的倒计时，让内塔尼亚胡思考他是否应该把以色列的未来命运交到奥巴马手中。他已经明确表示，当到了决定的时候，他不会等待奥巴马来拯救他。他在本周的声明中说："作为以色列总理，我的最高责任是确保以色列仍然是其命运的主人。"这表明，如果到了紧要关头，内塔尼亚胡会毫不犹豫地单独行动。但内塔尼亚胡也明确表示，虽然以色列可能感到不得不单独行动，但伊朗将对美国和以色列进行报复。他周一在白宫对奥巴马说："你们是大撒旦，我们是小撒旦....，我们就是你们，你们就是我们。"然而，以色列并不是在中东制定议程的唯一国家。美国和伊朗可能不会发起事件，但它们会对事件作出反应。而且这三个国家都有不同的目标。以色列的立场是直截了当的。一个有核的伊朗是对以色列国的生存威胁。换句话说，如果伊朗得到核弹，以色列的日子就不远了。它希望不惜一切代价阻止伊朗核武。伊朗政权的目标是双重的，而且是相辅相成的：成为一个核武器国家，甚至更重要的是，控制世界的能源流。伊朗设想建立一个从波斯湾到地中海的帝国，让他们控制世界近三分之一的石油的重要咽喉。核武器可能会让伊朗挟持以色列和中东地区，但对世界石油供应的重要部分的控制使他们对整个地球具有影响力。伊朗不希望发生战争，尤其是吸引美国的压倒性军事力量的战争。美国的目标更为复杂。一个有核的伊朗对美国来说并不像对以色列那样构成生存威胁，至少在伊朗拥有能够到达我们的洲际弹道导弹之前的几年内不会。我们更关心的是该地区的核武器扩散，因为其他中东国家都在竞相获得自己的核武器。这意味着中东地区的下一场战争--三千年来，中东地区总是有另一场战争--很可能是核战争。作为一个国家，美国的当务之急是保持石油流通和国内汽油价格低廉。该地区的冲突或甚至长期的危机可能会使价格飙升。对欧巴马总统个人来说，倒计时是对他的世界观和与穆斯林世界的联系的一个考验；因此他继续坚持制裁和外交，即使面对

**id 47**

如果我们相信我们在周日报纸上读到的内容，似乎在过去的四十多年里，全世界和他的叔叔都无法在晚上入睡，不知道卡莉-西蒙是谁写了她的传奇歌曲 "你如此虚荣"。这些建议包括从沃伦-比蒂和米克-贾格尔到小吉米-奥斯曼。就我个人而言，我从来没有考虑过这个问题，尽管我确实花了半个晚上的时间，因为牙疼而想知道露露是谁在唱Boom Bang a Bang的.....。更多的是经典的格拉斯维格七十年代风格

**id 48**

无论你是想在电视上观看体育节目，远离下午的刺眼阳光，还是想在厨房里有一个阳光充足的窗口来种植罗勒和欧芹，你的家的朝向都会对你使用房屋的方式产生很大的影响。当你在你的街区选择一个朝向正确的平面图时，你会使你的家更舒适，而且你可以节省供暖、制冷和照明的费用。你的建房者可以翻转或旋转你的平面图，以充分利用你所在街区的方向。这里有一个快速指南，帮助你确定哪些房间应该放在家里的哪个位置。北边 -- 这是房屋的一侧，在冬天会比较暖和。一般来说，北面是居住区和你最常用的房间的最佳位置。南面 -- 这是最凉爽的一面，所以一般来说，在气候较暖和的地方，它是卧室或白天不使用的房间的最佳位置。东边 -- 这一边是你接受早晨阳光的地方，所以把厨房或卧室放在这一边是个好主意，这样你可以在阳光下享受轻松的早餐。西边 -- 因为这是太阳落下的方向，你的房子的西边在下午更有可能变热。这是一个很好的区域，可以放置你不经常使用的房间，如你的浴室、车库或洗衣房。你也可以通过利用屋檐来充分利用家中的阳光。在夏天，屋檐将为你的墙壁和窗户遮挡阳光--而在冬天，当太阳处于较低的角度时，屋檐会让阳光进入你的家中。当你在计算你的房子的朝向时，一定要记住你的玻璃数量。玻璃看起来很好，但它会使你的房子在夏天变成一个烤箱，在冬天变成一个冰屋

**id 49**

在我们讨论本周的比赛之前--告诉你哪些比赛可能值得看，哪些比赛值得怀疑，哪些比赛值得怀疑，哪些比赛不值得看--让我们谈谈 "最被高估 "投票的愚蠢性。雷克斯-莱恩、蒂姆-特波和马克-桑切斯没有被高估 根据字典，高估的意思是（等等）"评价太高"。现在我不知道你怎么想，但我本赛季没有遇到一个NFL观察家给喷气机四分卫马克-桑切斯以可敬的评价。事实上，大多数人认为桑切斯的评分高于瑞安-利夫，低于目前在美国国家橄榄球联盟中从事贸易的每一位首发球员。然而，根据《体育画报》的一项球员调查，桑切斯是NFL中被高估的第二大球员，仅次于他的队友蒂姆-特波。马克-桑切斯和蒂姆-特波。人们什么时候才能不在MVP的讨论中提起他们，对吗？同时，他们的教练雷克斯-莱恩被《体育新闻》的一项球员投票评选为NFL中最被高估的教练。是的，雷克斯-莱恩被高估了。也许在他自己的心中。也许在www.footfondlers.com。但他并没有完全进入年度最佳教练的讨论。他没有被高估，他的四分卫们也没有被高估。真正被高估的是像这样懒惰的、搅乱的民意调查反映出一些有意义的和真实的东西的能力。你知道桑切斯、特波和莱恩有什么共同点吗？一个邮编 -- 他们都在纽约市，世界的媒体之都。因此，他们被过度曝光，至少是相对于他们的成功而言。反过来，NFL球员对他们也很反感。但是，与其进行一项平等反映受访者的民意调查--"你最反感哪个NFL球员或教练？"-- 像《体育画报》和《体育新闻》这样的出版物会胆怯地问谁是最被高估的。"体育新闻》说："在我们的季中民意调查中，球员们在回答任何问题时都不允许说出他们的队友或主教练的名字。是的，我们当然不希望球员对他们可能回答的任何问题有任何第一手资料。最好是让他们从远处猜测。迫不及待地等待《体育新闻》的民意调查，问 "哪位现役NFL球员最有可能出柜？"因为，是的，这基本上是一回事。我们打断一下这个广播...现在你可能已经看到了雪佛兰Volt的广告，在这个广告中，这种混合动力车的车主讨论了它的好处；特别是它非凡的汽油里程。广告的最后，一位女士高兴地说："我去加油站的次数很少，以至于我忘记了如何给我的车加油！"这句话每次都能让我停下脚步。雪佛兰伏特。有良心的人和低能的人的首选汽车？非常令人困惑。本周最佳 美国职业棒球联盟的最佳球队。钢人队。NFC最佳球队：九指山。从未在超级碗中对阵过的最佳组织。匹兹堡和旧金山。你将他们提升到高于休斯顿、芝加哥和亚特兰大的最佳理由。匹兹堡的四分卫和旧金山的防守。

**id 50**

美国谷物市场因感恩节假期休市，将于美国中部时间上午9:30重新开市，并将于中部时间下午12点收市。1月巴黎Matif合约隔夜上涨0.50欧元。外围市场表现积极，而美国市场关闭。欧元闻讯跳涨，德国经济数据好于预期，有助于支撑。美国股市将小幅高开，美元走低，这可能提振商品市场。世界其他主要出口商继续增加销售，而美国继续努力寻找新的业务，这可能限制短期内的收益。伊拉克上周从俄罗斯、澳大利亚和加拿大购买大量小麦的消息可能会抑制看涨的热情，但西部平原的糟糕状况继续帮助限制损失。周五成交量录得105,777张合约，OI下降3,443。在上周繁忙的日程之后，本周的出口招标阵容单薄。一家孟加拉国本地公司赢得了他们自己国家的5万吨招标，叙利亚正在招标10万吨软小麦。一家菲律宾买家拿下5.5万吨澳大利亚饲料小麦。伊拉克本周早些时候从澳大利亚、俄罗斯和加拿大购买了35万吨小麦。这些小麦是高蛋白的制粉小麦，因此美国的报价是基于KC期货的。澳大利亚在405美元附近做了20万吨，俄罗斯在399美元做了5万吨，加拿大在410美元附近做了10万吨（包括所有货物/运费）。美国软红冬小麦不符合伊拉克的规格，KC的报价在445美元/吨附近过高。贸易商估计今天的出口报告将显示销售量接近35万吨，而上周为31.46万吨。欧盟仍然是美国SRW进入中东的首要竞争者。欧盟本周发放了38万吨软小麦的出口许可证，上周为69.6万吨。本季度的总量达到680万吨，去年同期为610万吨。澳大利亚的收割工作正在加快步伐，蛋白质继续低于预期和正常水平。收割工作估计完成了40%，新作物运动开始对国内和出口价格造成压力，使报价在世界市场上更具竞争力。由于大雨和洪水，阿根廷官员将今年的小麦产量预测下调至1110万吨，低于1150万吨。美国农业部估计产量为1150万吨，而一年前的水平刚刚超过15。预计未来两周西部平原地区几乎没有降雨。内布拉斯加以北的作物开始进入休眠期，堪萨斯州的一些地区也可能进入休眠期。NOAA的6-10天地图显示，本月结束时气温高于正常水平，降水低于正常水平，这可能会加剧西部地区冬小麦作物的恶化。出口仍然是小麦市场的首要基本点，这将限制短期内的收益。一句话，新的销售没有出现，阿根廷和澳大利亚的新作物收获压力可能在可预见的未来扼杀美国的任何新业务。埃及预计很快就会招标，美国可能会有机会，但法国、罗马尼亚、阿根廷、加拿大，甚至乌克兰等原产地也会有和美国一样好的机会来做这个生意。目前小麦市场唯一看涨的方面是西部平原地区的情况，以及亚洲买家可能出现更好的需求。由于状况评级不佳，在今年冬季晚些时候或早春之前，市场可能不会太兴奋地给KC市场增加风险溢价。在看到持续的出口业务的迹象之前，预计期货将呈横盘至下跌的趋势。技术分析 小麦（DEC） :动能研究正在下降，但已降至超卖水平。收盘价低于9日移动平均线是一个负面的短期趋势指标。由于收盘价高于中枢摆动数，市场处于略微看涨的态势。下一个下行目标是836 3/4。下一个阻力区域在849 1/2和853 3/4附近，而第一支撑位今天在841，下面是836 3/4。

**id 51**

当他在十字架上的时候 歌词 当他在十字架上的时候 歌词 我不是在自我陶醉。我自己什么都不是，我也会犯错，有时也会滑倒，只是普通的骨肉，但有一天我会证明，为什么我说我是一个特殊的人，因为当他在十字架上时，我在他心中，他的脸上有爱的表情，他的头上有刺，血在那猩红的袍子上，把它染成深红色，虽然他那天的眼睛在人群中，他及时地看着前方，因为他在十字架上时，我在他心中，他知道我。祂爱我 祂的荣耀使天堂闪耀 如此不值得，如此仁慈 祂在十字架上时，我在祂心中 祂在十字架上时，我在祂心中

**id 52**

谁的新搜索 顺势疗法只是水吗？但你不需要相信我的话。新西兰顺势疗法委员会自己在2010年1月承认，顺势疗法不过是水而已。我引用他们的发言人玛丽-格莱西尔的话：...... "最近的一项调查显示，94%的使用顺势疗法产品的新西兰人不知道这一基本事实--他们的顺势疗法医生或健康专家没有透露这一点。顾客认为他们是在为包装盒上所列的物质买单，但这些物质只是在大规模稀释过程开始之前曾经存在于水中的--还有水中曾经有的其他东西--氯气、啤酒、尿液。" source- http://www.scoop.co.nz/stories/GE1001/S0/...聪明的女孩，如果你不知道顺势疗法的欺骗性有多大，不要把它想得太坏，正如上面的引文所说，94%的使用顺势疗法的人不知道他们正在被骗。

**id 53**

搜索 《赞美另一个女人》 塔玛-科恩反思了从大仲马和托尔斯泰到超级禁令的情妇角色 英国 这是一个公认的真理，一个拥有良好财富的已婚男子一定会缺少一个情妇。哦，如果他住在英国，他就可以得到一个超级禁令，让她保持沉默。这是因为在英国，性的虚伪是至高无上的，不忠在名义上仍然是 "被禁止的"，情妇仍然是一个恐惧的人物，是对现状的威胁。很难相信，其他地方的情妇往往被视为一种福利，而不是一种威胁。大仲马（Alexandre Dumas）写道："婚姻的链条是如此沉重，以至于需要两个人扛着它--有时是三个人"，他承认情妇提供了一种宝贵的社会服务，常常支撑着婚姻而不是破坏它。法国人理解的是，只有当情妇能够颠覆现有秩序时，她才有权力。一旦她有了自己的地位，颠覆的可能性就会消失，她就不再是一个危险。看来，关键在于谨慎。正如已婚已久的希拉克总统所说的那样。"有一些女人我爱得很深，尽可能地谨慎"。娶一个情妇曾经被认为是一个男孩全面教育的一个组成部分，就像学习阅读音乐或拉丁语会话。托尔斯泰撰写了最初的情妇回忆录《安娜-卡列尼娜》，他声称自己被一位心爱的姨妈鼓励去找情妇，她告诉他。"没有什么比与社会上有地位的女人偷情更能教育一个年轻人了"。虽然这种解放的态度只适用于男性，但与这里和美国的普遍态度相比，这是一个进步，在美国，麦当娜/妓女的分类仍然存在，并在《每日邮报》上生活。当泰格-伍兹的丑闻爆发时，妻子艾琳-诺德格伦通常被拍到看起来很有威严和长期忍受，她的怀里经常抱着小天使般的孩子，而情妇们（算上她们）都是要么从比基尼里冲出来，要么看起来斧头脸和疯狂的。由于这种僵硬的二分法，不可能存在妻子和情妇可以僵硬地点头承认的中间地带。情妇仍然是一个局外人，是对家庭和炉灶的威胁。这就是为什么我们最喜欢的情妇是《致命诱惑》中的格伦-克洛斯（Glenn Close），那是爱滋病一代的警示故事，它的信息很明确--保持忠诚，否则就会危及你自己、你的家人甚至是可怜的弗洛普。我们国家在双重标准方面的天赋，最准确地反映在我们对情妇的态度上。当智利矿工Yonni Barrios要求他的妻子和他的情妇在他获救时都在场时，我们都觉得很歇斯底里--哦，那些热情的拉丁人！但国内的情妇却被赋予了更多的权利。但是，国内的情妇们得到的待遇要低得多。在她与查尔斯王子的恋情曝光后，卡米拉-帕克-鲍尔斯成了众矢之的，尽管英国有丰富的皇家情妇历史，从内尔-格温到莉莉-朗特里。问题是，卡米拉和最近国会议员克里斯-胡恩的新欢，都属于我们最不屑一顾的情妇群体--那些甚至没有风度比妻子更有魅力的情妇。虽然我们不赞成情妇，但我们还是希望她们符合刻板印象--身着绸缎和高跟鞋，在等待电话响起时永远涂抹指甲。一个显然不是因为她的外表而被选中的情妇是最具威胁性的，这意味着一种真正的纽带，而不是基于性或金钱的纽带。也许我们都可以从米歇尔-法布尔的《深红的花瓣和白色的》中学到一两点东西，在这本书中，一个精明的情妇沉浸在她爱人无聊的商业事务中，从而使妻子可以壮观而奢华地离开轨道。这当然是一个双赢的局面？塔玛-科恩（Tamar Cohen）的《女主人的复仇》（Doubleday）现已出版。

**id 54**

如果我们上周在Blissdom谈话，我们可能已经讨论了一个我已经坐了一段时间的新企业。 所有的迹象都在为我指明一个方向。 巨大的海湾大门一直在打开，向我展示道路。 然而，有些东西一直在阻碍我。我参加这次Blissdom的目标与我有关博客和视频工作的标准目标有点不同。 这一次，我想弄清楚到底是什么在阻碍我......合法的红旗......还是恐惧？在参加了几个了不起的研讨会并与新的和熟悉的朋友讨论后，我确定这确实是恐惧。当场，就在会议上，我给我需要的人发了短信，让他开始行动。我可以很快告诉你更多关于它的事情--一旦有限责任公司的文件清楚了，我所需要的空间的租约也签署了。是的。 有限责任公司。 场地。大事情，对吗？我现在应该被吓得魂飞魄散。但我没有。我跨过了恐惧......而这里只有蓝天白云。恐惧是否挡在你和情况的另一边？穿过它可能很吓人，但在另一边呢？ 这是很了不起的。 给它一个机会吧。姑娘，加油我完全明白你的意思。我一直让恐惧挡在我的路上。克服它并不容易，需要真正的力量和决心来迈出第一步。我迫不及待地想读更多关于你如何前进的信息。我也将从你那里获得一些灵感，以克服我的恐惧。谢谢你的分享。\*嘿，你......上述版权意味着，在没有我明确的书面许可的情况下，从这个网站上获取任何东西都是偷窃行为。我不仅会在法律的最大范围内起诉你，而且还会在这个网站上公开揭露你的错误行为。在Mommycosm，偷窃是不允许的，明白吗？

**id 55**

后千年的恐惧。Dro Carey于2012年8月16日接受Shaun Prescott的采访 Dro Carey是后千年的恐惧和迷茫。这是一种感官过载的电子舞曲；数字信息的混战掩盖了基本的舞蹈节奏。Dro Carey由悉尼制作人Eugene Hector掌舵，他已经在Trilogy Tapes和Hum & Buzz等厂牌上发行了五张正式专辑，尽管他的大部分作品每周都在他的Tumblr上流传。我们的谈话是在一个糟糕的仅有语音的Skype连接中进行的。Eugene说话很平静，口齿伶俐，考虑到他作品的亢奋性质，这最初是一个惊喜。Eugene还以Tuff Sherm的名字发布了更直接的舞池友好型电子乐，尽管我们今天的谈话主要集中在他的Dro Carey材料上。我以前从未问过 -- 为什么叫 "Dro Carey"？这是我年轻时想到的一个玩笑式的名字，但不是与音乐有关的，只是对Drew Carey的一种愚蠢的模仿。我不完全确定为什么，但当我开始从事更多以节拍为导向的工作时--因为在此之前我一直对环境和即兴表演感兴趣--它似乎是正确的称呼。大约8个月前，我在Twitter上提到我在玩视频游戏《黑暗之魂》，你说你想玩这个游戏。你玩了吗？哦，不！实际上我还没有，我还真想买那个游戏，但我最近没有什么时间玩视频游戏。我最后确实买了一些东西，因为它便宜得多，叫《诅咒的阴影》。它是由那个叫苏达51的人设计的，我猜他在视频游戏设计方面有点自成一派。我开始玩这个游戏，它还不错，只是一种传统的打斗游戏。在那之前我已经有一段时间没有玩过任何游戏了。我提到视频游戏是因为《Leary Blips》中的低音线在某种程度上让我想起了视频游戏。这不是一个明确的8位声音，但更像是3D的8位。你在成长过程中是否接触过很多电子游戏音乐？是的，我绝对是一个大的电子游戏书呆子，只是因为我一直忙于音乐和其他东西，最近才没有玩。但这并不完全正确，因为我经常用手机玩。我有一个安卓系统，我有8位和16位游戏机的仿真器。因此，每当我去某个地方，我就会玩我5岁时玩的所有这些老游戏。Game Boy和超级任天堂游戏，Mega Drive游戏。我想说[视频游戏原声]真的很有影响力，因为我花了很多时间接触它们。当我现在用手机玩这些游戏时，在静音状态下，特别是像《口袋妖怪》和《马里奥》这样的游戏，尽管手机处于静音状态，我还是能听到所有的声音效果。我只知道那些声音和音乐。这表明，它们在我的大脑中已经相当牢固地嵌入了。糖果红 "和 "沉重的旅程 "中的曲目相当精致，质地厚实，但Leary Blips则相对稀疏。是什么导致了这种转变？有一种有意识的感觉，我想做一些像第一张专辑（Venus Knock EP，2011）的东西。我想回到一些也许不像Ramp和Hum & Buzz版本那样时髦或爵士的东西。我想它只是从《Venus Knock》中非常密集和嘈杂的合成器演化出一些东西，探索同样的声音领域，只是我的方法改变了，变得更简约。我想主要的影响是重新审视那种风格，但把它带到不同的地方。每次我做一个新的发行，我都试图创造一个不同的感觉。Leary Blips是相当幽闭的，但有一个花哨的卡通元素，有点抵消了黑暗的感觉。你是否有一个特别的情绪想要创造？有过吗？我喜欢有一种平衡两种真正不同的情绪的感觉。因此，一个，像你说的，是幽闭和黑暗的，然后一个几乎是神圣的或喜剧的。我确实试图在我做的很多东西中保持这两种感觉。我真的没有一个具体的原因，我去为这种组合，我只是发现，如果你这样做

**id 56**

按类型划分 墨尔本 交通指南 大多数游客都以市中心为基地，这里是墨尔本热闹的商业中心，也是博物馆、剧院、餐馆、酒吧和商店的所在地。城市的网格布局使墨尔本成为一个容易浏览的城市，几乎所有的东西都在步行范围内，如果不在步行范围内，只需跳上火车、有轨电车或巴士。Myki卡 Myki是墨尔本乘坐火车、电车和公共汽车的车票。它是一种带有储值功能的塑料智能卡，可以使用、充值并再次使用。Myki卡可以在myki网站、高级火车站、标有myki标志的零售店（包括7-Elevens）在线购买，或者拨打13 6954（13 myki）。myki网站有关于如何购买的更多细节。如果不向检票员出示有效的myki，可能会被罚款。关于购票、区域和时间表的更多信息，请访问维多利亚公共交通网站 。游客包 预装的myki卡可以让你开始使用。为了灵活出行，可在联邦广场的墨尔本游客中心或斯旺斯顿和小柯林斯街交界处的PTV中心购买myki游客卡。套餐适用于州际和海外游客，包括一张足够在1区旅行一天的myki卡、如何使用myki的说明、墨尔本电车地图等。更多详情请点击这里。票价类型 当你在乘车时触摸你的myki的电子读卡器，你的行程的最低票价就会被扣除。墨尔本大都会被划分为第1和第2交通区。老年人可能有资格享受优惠票价。更多信息 关于维多利亚州的驾驶和其他交通信息，请点击以下链接或致电131 638。

**id 57**

产品介绍 这款 "你在变老 "呼吸喷雾剂是送给那些难以接受自己变老事实的人的有趣礼物！虽然这款滑稽的抗衰老新奇礼物实际上不会让你看起来更年轻！因此，如果你正在寻找一些有趣的退休礼物或长袜填充物，送给那些正在变老的朋友。虽然这个滑稽的抗衰老新奇礼物实际上不会让你看起来更年轻，但它肯定会让你脸上露出笑容！因此，如果你正在寻找一些有趣的退休礼物或长袜填充物给那些还没有接受他们的年龄增长的朋友和家人，这个接受你正在衰老的事实呼吸喷雾是完美的！有一段时间，笑纹变成永久性皱纹，头发开始变薄，变成灰色。接受你真的在变老的事实可能很困难，这就是这个抗衰老的插科打诨礼物的用武之地携带我们的口袋大小的薄荷味口喷剂，这样当你开始动摇时，你就可以伸手去拿接受你正在衰老的事实口喷剂。5.0分（满分5星） 优秀的产品，只需8小时左右就能发挥作用。2008年7月26日 作者：Gerald Peters - 发表于Amazon.com 只需轻轻一喷。我的口气就更清新了，更有矿物质味了，香烟的味道也绝对消失了。我觉得我就像在亲吻圣母玛利亚本人。我得到了这种奇怪的感觉，像电流一样挥洒在我的全身。颜色变得更加明亮，一切都更加生动。任何移动的东西都留下了挥之不去的、模糊的踪迹。然后它发生了...我看到了上帝，他有长长的头发和胡子，穿着宽松的衣服，和我的嬉皮士室友很像。他说："嘿，伙计！你看到一个装满薄荷的小喷瓶了吗？我一直在到处找它，我真的需要现在就找到它，否则我们的Phish音乐会就会迟到。"我把它递给上帝，有点犹豫，他只是微笑着笑了笑。"谢谢老兄，祝你旅途愉快！"他甚至知道我还要坐很长时间的车，但他当然知道。多么好的一个人啊!你的声音太低沉，太有男人味，无法让其他男人相信你确实是同性恋，而不是某个正在恶作剧的直男？如果是这样的话，那么即时同性恋口气喷雾剂就是为你准备的!这是正确的，伙计们!只需快速喷洒几下这种超级神奇的呼吸喷雾，你的声音就会在2秒内从布鲁斯-威利斯变成理查德-西蒙斯!对吸引女性的男子气概的声音说 "再见"，并对新的口齿不清说 "嘿嘿！"，这将使男孩们绝对疯狂！你将永远不想离开这个地方。没有它，你将永远不想离开家!在试图说服你的朋友你可以独自装饰你的房子时遇到困难？只要在你的香肠陷阱里喷上一点即时同性恋口气喷雾剂，然后再试着解释一下！你的朋友将永远不会质疑你的性取向。你的朋友们再也不会质疑你的性取向或装饰能力了!这款喷雾不仅能让你的直男嘴变成同性恋，它还能用真正的薄荷味来清新你的呼吸！嗯。嗯哼。太棒了!5人中有4人认为以下评论有帮助 5.0分（满分5星） 伟大的产品 伟大的服务 2008年4月8日 作者：Cyncyn - 发表于Amazon.com 亚马逊验证购买 到货快，产品好。非常有趣，非常适合大多数骗子。以礼貌的方式表达了观点。

**id 58**

比赛时间到了!2012年的结果现在是正式的!佛蒙特州的人们在为期一周的Way To Go！通勤挑战赛中，正在减少碳污染。通勤挑战。去年，我们减少了超过35万磅的温室气体排放。因此，请报名参加，帮助我们实现全州50万磅二氧化碳减排的目标 把你的车留在家里，加入这个行列。个人、企业、学校、组织--每个人都欢迎。去年，我们通过步行、骑自行车、拼车和乘坐公共汽车等方式来实现我们的目标。加入我们今年的通勤挑战，享受其中的好处。它是健康的，有趣的，并且可以节省大量的金钱和汽油。此外，你将有机会赢得今年的丰厚奖品。赢取Burton滑雪板、ipod或一路走来，赢取著名的碳杯！所以，让我们出发吧。所以，让我们出发吧。我们可以一起对碳污染产生重大影响 你知道吗，我们这个 "小 "州的适度计划赢得了一个全国奖？在您的帮助下，佛蒙特州可以 -- 而且正在 -- 引领潮流。请在我们的促销网页上的新闻发布中查看。关于拼车和乘车的更多信息，请访问我们的合作伙伴Go Vermont。

**id 59**

军队阅读清单不是第一份 有趣的是，在这一点上，只有一部小说作品进入了两份阅读清单。它是罗伯特-海因莱因的《星际舰队》，这是《太空学员》的作者写的男孩自己的撕心裂肺的故事，后来被保罗-维霍芬拍成一部邪典电影，其中提到了法西斯主义的形象，描绘了一个以服兵役为公民身份代价的乌托邦社会。这部电影并没有进入陆军或海军的名单。识字的澳大利亚皇家海军可能会问自己，鉴于最近对陆军总司令大卫-莫里森中将将在8月正式公布他期待已久的阅读清单的消息的大惊小怪，陆军何时学会了阅读。当然，海军有自己的阅读清单已经有一段时间了。他们的文件定期更新，长达110多页，与莫里森将军的文件一样，也涉及轻松娱乐领域--包括电影院。广告 鉴于莫里森将军已经声称两个登陆直升机码头是军队的资产，可能有一些高级官员会指责靴子从他们（所谓的）上司那里偷了另一个好主意。撇开军种间的竞争不谈，有趣的是，在这一点上，只有一部小说作品进入了两个阅读清单。它就是罗伯特-海因莱因的《星际舰队》，这本男孩自己写的撕逼小说，后来被保罗-维霍芬拍成了一部邪典电影，其中提到了法西斯主义的形象，描绘了一个以服兵役为代价的公民身份的乌托邦社会。这部电影没有被列入陆军或海军的名单。汤姆-克兰西(Tom Clancy)，一位我认为肯定会被列入这类名单的作家，只得到了海军的一个徽章。克兰西的《猎杀红色十月》上了书单，但由肖恩-康纳利饰演的拉米斯上尉和亚历克-鲍德温饰演的杰克-瑞恩主演的更为精彩的电影却没有上榜。海军还将《红色风暴的崛起》列为推荐读物，这是有史以来最好的 "如果 "战争场景之一--尽管大部分行动是在冰岛和中欧的地面和空中。本质上是对苏联和北约之间的全面（但非核）对抗可能发生的扣人心弦的描述，在我看来，这也是军队类型的必读书。克兰西优秀的非小说类书籍《海军陆战队》、《潜艇》、《航空母舰》、《战斗机队》等也是如此。它们为了解美国的国防能力提供了一个极好的--尽管现在略显过时--窗口。虽然一位评论家对莫里森将军的名单中包括乔治-克鲁尼的电影《三国演义》这一事实大加渲染，她认为这是十年来 "最尖锐的反战电影"，但她似乎忽略了一个问题。陆军和海军的名单都不是为了美化战争而制定的。作为一部反战电影，我认为《三国演义》（1999年）与《现代启示录》（1979年）或《葛底斯堡》（1993年）--这两部电影也在陆军名单上--相比，它是一部非主流电影。后者拥有一流的演员阵容和史诗般的篇幅，是有史以来在银幕上对屠杀、徒劳和死亡的最严峻的描述之一。任何试图以现实的方式描绘战争的书籍或电影，从定义上讲都是反战电影。例如，埃里希-马里亚-雷马克（Erich Maria Remarque）的《西线无战事》（All Quiet On The Western Front）中的以下段落，叙述者正看着他刚刚杀死的一个人的脸。"但现在，我第一次看到你是一个像我一样的人。我想到了你的手榴弹，想到了你的刺刀，想到了你的步枪；现在我看到了你的妻子和你的脸，还有我们的友谊。请原谅我，同志。我们总是看得太晚。为什么他们从不告诉我们，你们和我们一样是可怜的魔鬼，你们的母亲和我们的母亲一样焦急，我们对死亡有同样的恐惧，有同样的死亡和同样的痛苦--原谅我，同志；你怎么会是我的敌人？"虽然我无意批评海军或陆军名单中所谓的不作为的罪过。

**id 60**

薪酬与福利 薪酬系统。设计和目标 设计过程是通过确定你的组织的预期结果和目标开始的。这通常被称为发展你的薪酬理念。你的理念是通过考虑一些因素形成的。直接奖励和间接奖励的平衡，一个角色的复杂性和责任，以及填补这个角色的候选人或员工，以及你对内部和外部公平的关注，只是本节探讨的几个因素。实现结果的能力才是组织成功的关键。报酬的定义 报酬可以被定义为员工为回报其劳动而获得的所有回报。这包括。直接经济报酬包括以工资、薪金、奖金和佣金等形式定期和持续提供的报酬 间接经济报酬包括不包括在直接报酬中的所有经济奖励，可以理解为构成雇主和雇员之间社会契约的一部分，如福利、假期、退休计划、教育和雇员服务等 非经济报酬指的是职业发展和晋升机会、获得认可的机会以及工作环境和条件等主题 在确定有效奖励时，还必须考虑每个雇员的独特性。人们有不同的需求或工作原因。最适当的报酬将满足这些个人需求。在很大程度上，适当或公平的补偿是在员工的心中。一个好的补偿策略包括内部公平和外部竞争力之间的平衡。薪酬和福利影响着员工的生产力和幸福感，以及你的组织有效实现其目标的能力。确保你的员工得到创造性的补偿并了解他们的福利是对你有利的。公平 公平或公正已经被提到是建立一个成功的薪酬体系的关键因素。它可以从以下三个方面来定义。工作场所公平是指一个组织中的所有员工都受到公平对待的感觉。 当一个组织中的员工认为他们与其他组织中从事类似工作的人相比得到了公平的报酬时，就存在着内部薪酬公平。 当一个组织中的员工认为他们根据自己在组织中工作的相对价值得到了公平的报酬时，就存在着外部或内部的不公平或不公正的感觉，会导致士气低落和组织效率的丧失。例如，如果员工认为他们得到了不公平的报酬，他们可能会限制自己的努力或离开组织，损害组织的整体绩效。内部公平 "当一个组织的员工认为他们根据自己在组织内的工作的相对价值得到了公平的回报时，就存在内部公平。另一种说法是，一个人对自己的责任、奖励和工作条件的看法，与同一组织中类似职位的其他员工相比，被视为公平或公正。诸如技能水平、角色的努力和责任，以及工作条件等因素都被考虑在内。内部公平研究可以确定类似职位之间是否存在薪酬公平，以及组织中的所有角色是否受到相同的薪酬准则的约束。通常情况下，每个角色都有一个薪酬范围，并有相应的标准，概述了如何确定员工在该范围内的位置。一个机构可能会雇用一些社会工作者来为类似的客户群体工作。通过审查每个员工的工资，并与相同角色的其他人进行比较，你将能够确定是否存在内部公平。这并不意味着所有员工的工资都是一样的；这意味着他们的工资与其他相同角色的员工相比是公平的。薪酬的差异可能是基于教育、经验、服务年限或责任水平。外部公平 "当一个组织的员工认为他们与其他组织中从事类似工作的人相比得到了公平的报酬时，就存在外部公平。当一个组织的薪酬水平至少与该组织的市场或部门的平均水平相等时，就存在外部公平。雇主希望确保他们能够支付必要的费用来寻找、保留和激励足够数量的合格员工。建立一个以具有竞争力的基本工资为起点的薪酬结构是至关重要的。员工也会将他们的角色和薪酬与其他组织的角色和薪酬进行比较。不幸的是，他们并不总是与类似类型的组织进行比较，甚至在同一部门进行比较。一般来说，员工会考虑

**id 61**

它发布的数据显示，有40万套积压的准住宅已经获得了规划许可，但还没有建造。它说这些 "确凿地证明 "规划系统没有阻碍发展。本周经历了改组的联盟，正在寻找促进经济和结束持续衰退的方法。首相大卫-卡梅伦和副总理尼克-克莱格已经宣布，根据 "首次购房计划 "的延期，16,500名首次购房者将获得住房阶梯上的帮助。根据该计划，没有存款的潜在房主将获得最高为购买价格20%的股权贷款。就在几个月前，政府重写了英格兰的整个规划框架，在最初受到乡村运动者的激烈抵制之后。现在，部长们希望进一步改变英格兰的规划，以试图促进房屋建设和振兴经济。这些公告是在经济继续萎靡不振，经济衰退已经持续了九个多月的情况下发布的。建筑行业的表现尤其糟糕。卡梅伦先生说。"本届政府在实施帮助人们建造新房和启动经济的计划时是认真的。"我们决心消除阻碍我们发展的官僚主义。这要从让规划者离开我们开始，支持那些有志于扩张的企业，满足那些想要购买或改善住房的家庭的愿望。他告诉ITV的《早间新闻》，开发商被他们建造经济适用房的 "许多义务 "所拖累。分析 从那些通常对 "住房危机 "抱怨得最厉害的人那里--作出了令人惊讶的积极反应。诚然，一些商业组织希望看到更多的激进行动来加速规划。但在今年早些时候的国家框架之争后，政府对另一次全面的对抗退缩了。因此，这个计划对规则进行了调整--并针对被认为阻碍建筑商的特定领域。住房协会认为政府实际上会走得更远，取消建造经济适用房的要求。他们也对额外的数十亿美元的投资感到高兴。但许多人仍然说，经济，而不是政府的举措，将最终决定有多少住宅被建造。根据政府的计划，如果开发商能够证明这些要求使一个场地在商业上不可行，那么这些条件将被取消。政府将就允许房主和企业在三年内无需规划许可就能建造比现在大得多的扩建项目进行为期一个月的咨询。新的许可开发权将使安装温室和阁楼扩展更容易，而无需经过数周的规划官僚程序。如果该计划得以实施，从任何住宅的后墙扩建超过3或4米时，都需要获得全面的规划许可，而对于那些超过8米的独立式住宅和6米的其他住宅，则需要获得规划许可。限制扩建面积不超过房产花园的50%的规定将保留。社区部长Eric Pickles告诉BBC，扩建规则的改变将使当地企业和住户受益，因为他们需要新地毯和家具。企业将能够将商店扩大100平方米，将工业单位扩大200平方米。还将有3亿的额外资金用于提供多达15,000个可负担的住房，并使5,000个空屋重新投入使用。暖房不是经济计划" 尼克-克莱格在英国广播公司早餐会上说，政府正在提出一套 "大的措施"，以促进房屋建设，但他承认其中一些建议会引起争议。"我们有一个真正的危机。我们的建筑部门没有雇佣足够的人。建筑部门的日子真的很难过。"我们没有建造足够的房屋。我们没有建造足够的经济适用房。我们必须做出一些困难的决定--是的，甚至在这些决定周围有一些争议--以使英国得到建设。"代表英格兰住房协会的全国住房联合会欢迎这套措施，认为这是 "向前迈出的重要一步"，"有可能改变住房市场"。"该组织说："它将为等候名单上的数百万家庭提供住房，创造就业机会，并为英国经济注入一针强心剂，其速度和效力很少有行业可以比拟。同时，工党领袖米利班德和影子财政部长埃德-鲍尔斯对联盟的经济记录发起了攻击，并提出了他们所看到的

**id 62**

我们相信，一个生命是应该被赞美的。骨灰撒播在这里为你提供良好的简单建议和想法，如何处理火化的骨灰。无论你是把葬礼的骨灰保存在火化的骨灰盒里，还是把它们撒出去，这都取决于你 -- 我们在这里让你知道有大量的选择，并帮助你对这种选择感到自信。在英国，大多数人选择火化而不是埋葬，事实上，我们中的百分之七十以上的人选择火化。这些天，我们大多数人把骨灰带回家，而不是把它们撒在纪念园里。那么，你是如何处理火化的骨灰的呢？撒放骨灰是一种选择，但有什么规则？埋葬骨灰是另一个选择，但在哪里可以埋葬？保留部分或全部骨灰也是一种选择，但在哪里？你可以选择把你的葬礼骨灰撒在或埋在乡下、野外或你的花园里，在合理范围内由你决定。骨灰撒播是为了帮助你看所有的选择，以决定什么是最适合你的。

**id 63**

9月11日飞机被劫持的一名飞行员的姐姐说，军事法官允许恐怖嫌疑人在法庭上穿迷彩服，作出了有利于他们的裁决，这令人愤慨。法官给予被指控的恐怖分子的回旋余地是在对被指控的劫持飞机袭击事件主谋哈立德-谢赫-穆罕默德及其四名被指控的基地组织同谋的案件进行审前裁决的第二天。提出不同着装要求的原因是这些人希望在审判期间将自己描绘成士兵--伯林格姆女士说此举表明他们的意图是促进他们的暴力事业。她说："他们正试图利用他们的处境来召集世界各地的圣战分子，这使美国军队处于危险之中。'如果这些被告是三K党的成员，他们因杀害一个黑人家庭、烧毁他们的房子而受审，他们会被允许在法庭上穿上三K党的制服，以显示他们对三K党同伴的声援吗？我对他们穿什么无动于衷。如果他们选择穿这个，他们只会伤害自己的案子。尽管这可能是他们所希望的。他们中的一些人可能会欢迎死刑判决，使他们成为 "烈士"。我对他们的穿着无动于衷。如果他们选择穿这个，他们只会伤害自己的案子。尽管这可能是他们所希望的。他们中的一些人可能会欢迎死刑判决，使他们成为 "烈士"。希望如此。萨达姆-侯赛因的审判是相当公开的。美国应该也可以这样做。那么他们应该穿着他们用来实施袭击的制服--平民服装。穿着迷彩服的电视转播只会给穆斯林世界的许多人留下一个印象，即他们是士兵，而他们并不是。那么他们就应该穿上他们用来实施袭击的制服--平民服装。穿着迷彩服进行电视转播，只会给许多穆斯林世界的人留下印象，认为他们是士兵，而他们不是。伊拉克和阿富汗的那些叛乱分子似乎都穿着同样的衣服。他们是否被认为是士兵有什么区别呢？好像士兵们在过去没有做过同样恶劣的事情一样。那么他们就应该穿上他们用来实施攻击的制服--平民服装。穿着迷彩服的电视转播只会给穆斯林世界的许多人留下一个印象，即他们是士兵，而他们不是。穆斯林世界里没有像你们那样多的蠢人。伊拉克和阿富汗的那些叛乱分子似乎都穿得很像。他们是否被认为是士兵有什么区别呢？好像士兵过去没有做过同样恶劣的事情一样。

**id 64**

如何度过一个奇妙的住宿假期 在家附近度假不一定要觉得自己赢得了诱人的大奖。以下是如何让它变得超级有趣。让你的假期与众不同 多萝西说得很对，"没有什么地方比得上家"--尤其是在这个高油价和家庭预算紧张的时代。进入 "住宿假期"，一种新的度假方式，重新定义了什么是假期。爸爸保罗-托克内尔说，各地的家庭都在参与这一行动，他和妻子霍利创建了 "住宿度假想法 "网站，在这里家庭可以分享家庭冒险的想法，离家近。这个想法并不是呆在家里什么都不做，而是在没有长时间公路或飞机旅行的情况下，进行一次新的家庭冒险。想不出来要做什么？你会对各种可能性感到惊讶，从探索迷宫或自己制作迷宫到参观附近的小镇节日。继续阅读，了解更多。Motherboard是为女性提供伟大的想法、信息和灵感的来源。它的独特组合是妈妈对妈妈的智慧和脚踏实地的建议，在当今繁忙的世界中庆祝家庭生活的成功和解决家庭生活的挑战。生活更美好》时事通讯 如果你在想什么，它就会出现在Motherboard的免费每周《生活更美好》时事通讯中，它是为你而写的。今天就注册，让我们听到你的声音，获得你每天都能使用的灵感、想法和秘诀。

**id 65**

新招数。纽约梅隆银行的首席信息官 你现在经常听到人们说 "技术就是银行 "这样的话，但技术支撑银行业的时间太长了，以至于在很长很长时间内都是如此。随着智能手机和移动互联网的出现，银行有时会被抛到恐龙的角色，挣扎着要跟上。Suresh Kumar可能不敢苟同。他于今年4月被任命为纽约梅隆银行及其子公司Pershing的金融市场和财务服务的首席信息官，他于1986年加入该公司。谈到跟上技术的发展，库马尔相当自如。"他说："我们在iPhone上上线的时间是苹果公司推出产品后的一个星期。诚然，这是一个基于浏览器的产品，但不久后通过苹果的AppStore提供了一个本地应用程序。此外，这种能力背后的技术诀窍并不新鲜，至少就银行采取的技术方法而言，他说。"我们在1994年将SOA投入使用。当时，它被称为面向消息的架构或中间件。我们把它放在心上，并在我们的Pershing业务中实施，所以当1996年互联网出现时，我们做好了充分的准备，能够重用所有的逻辑并适应任何出现的新界面--无论是现在的iPhone还是iPad，"他说。他说："这不仅仅是一种理论上的理解 -- 这是我们执行得相当好的东西，我们能够从一个机构的服务产品变成零售服务产品，使用相同的技术框架。我们在这个框架内有2400项服务。"在这个基础上，还有很多其他的东西。"随着技术的变化--我们从客户端服务器、C/C++、Unix世界到更多的互联网和现在的移动世界--我们已经能够保护我们在这些年里所做的投资，因为这一层。他说："我们没有必要重建东西--我们所要做的就是改变表现层。库马尔认为，这也使公司能够应对大公司面临的另一个问题--多年来通过兼并和收购的系统聚集。"我们有一群不同的公司，它们在一段时间内被收购，"他说。他说："这带来的挑战是，我们有多种口味的IT系统--比我们希望的要多，但好的方面是，你会得到一组具有不同技能和观点的人，我们正在努力做的事情之一是确保我们能够利用这一点。SOA方法特别允许银行针对哪些地方需要集中精力解决眼前的问题，以及哪些地方需要采取更有分寸的方法。"作为一家公司，我们已经有机地成长，我们希望花时间来消化我们所做的收购，并简化我们的流程以实现卓越的运营。现在，如果说企业已经说过，在我们消化了我们已经拥有的东西之前，我们不会考虑进一步的收购。他说："对我来说，这是一个优势 -- 能够花时间把架构落实到位。他说："对我们来说，认为我们可以重写我们需要的每一个系统是不现实的，但有机会消除多余的系统。拥有正确的业务架构可以突出那些正在做同样事情的系统，而拥有正确的技术架构可以让我们轻松实现面向客户的技术现代化，并根据我们自己的时间表改变底层系统。我认为这是相对容易做到的，从客户的角度来看，他们可以看到我们正在取得的进展。"进入技术的下一步发展，库马尔说："有不同的层可以被虚拟化。我们选择的不仅仅是将基础设施作为一种服务来处理，实际上是将平台作为一种服务来处理：我们有完整的堆栈--硬件、操作系统、数据库、应用服务器和一直到表现层--以及通用服务。"正如SOA框架允许银行在新平台出现时采用它们一样，这种方法在开发创新的应用程序和服务方面得到了回报。"人们利用云计算配置服务器所需的增量时间是我们想要减少的。传统上，这可能需要几个月的时间；我们希望能够在几分钟内完成，"库马尔说。"今天，这个环境正在测试中，看到它所带来的授权是很有趣的。当然，它减少了时间

**id 66**

参观（冲浪者）天堂 有一种普遍的城市品牌，以它的俗气为荣，甚至以它为业。这个城市的市场营销很可能在 "健康的家庭娱乐 "和 "女孩，女孩，女孩 "之间交替进行。 美国有迈阿密，西班牙有马拉加，而在澳大利亚，我们有冲浪者天堂--"三大主题公园"、其他（不太大的）主题公园、"小学生周"、"女仆 "和无数古铜色的退休人员的所在地。位于布里斯班以南约一小时的车程，在一片可爱的雨林腹地（适时地重新命名为 "黄金海岸"），冲浪者天堂是澳大利亚最受欢迎的度假目的地之一。几乎每个人的家庭都至少来过一次，包括我的家庭，而且，从那时起就没有再来过，在我的印象中，1993年的黄金海岸仍然是这样的--我和我的兄弟姐妹穿着相配的霓虹灯运动服（这样妈妈就不会把我们弄丢了），为电影世界的小精灵游乐设施而发狂，希望能抱到一只考拉。说实话，我很高兴就这样离开了，但后来，在一个阴沉的墨尔本冬天，我的伙伴肖恩建议我们回去。他说，这将是一个很好的摄影系列，而且我们还可以玩埃及主题的迷你高尔夫！在赢得了我的好感之后，我们就采取行动了。在赢得了我的好感后，我们迅速行动起来，订了一个便宜的酒店房间，没过多久就进入了黄金海岸机场，冲浪者天堂在我们脚下狭长地展开；高楼大厦离海如此之近，就像在海滩上。就这样，我们来到了冲浪者天堂的市中心。我们花了半个小时徘徊，茫然而亢奋，仰望着高大的建筑，与安静的淡季街道形成了奇怪的对比。这里有很多纪念品商店，我们找不到买三明治的地方（只有汉堡），而且我注意到商店的招牌上经常使用 "Mistral"（对于不懂字体的人来说，那是80年代《驾驶》中看起来的标题字体）。但我们很开心。我们的廉价酒店房间真的很好，阳光充足，而且就在海滩对面，当我们不游泳的时候，我们就玩街机游戏，参观1960年代的蜡像馆（很恐怖，不要去那里），是的，拍了很多照片。我们还在时空隧道中发现了一个小绿洲，我期待着下周分享。在那之前，请欣赏这些照片，它们是肖恩即将出版的杂志《GOLD》的一部分。评论。当我在2001年去冲浪者的时候，旅馆提供10美元的酒吧爬行，这当然是肮脏的，但可能是最大的投资，因为有难以置信的回报。在旅馆里你会得到5张免费的饮料票。然后，在第一个酒吧，你又会得到五张免费酒票。到了晚上，你就成了那个可以轻松地喊出 "下一轮我请客，各位 "的人，而不落下一毛钱。

**id 67**

在全部通过后，这是我对三个流行的项目管理资格的看法。1.项目管理专家（PMP） 这是三个资格证书中最难获得的。它不仅需要大量的项目管理经验，而且需要大量的学习时间。你应该期望花上三年的时间来获得这个资格。与许多较小的项目管理资格不同，它提供了一个非常详细的方法来管理一个项目的所有方面。根据我的经验，它被雇主低估了，因此，与取得较低的资格证书相比，它可能不会提供很多好处。2.PRINCE2从业者 这是一个非常受欢迎的资格证书，在英国受到雇主的追捧。它不像PMP那样详细，但它为管理项目提供了一个坚实的框架。一个流行的说法是，PRINCE2只适用于IT项目，但实际上它适用于任何类型的项目。基于产品的计划是PRINCE2方法的基本核心，是一种确定有助于交付项目的产品的方法。根据我的经验，它通常是项目管理工作所需资格的一部分，但也许是因为感知到的价值而不是需要。3.3.认证Scrum Master（CSM） 这是三者中最容易获得的。它可以在一周内完成，需要参加为期两天的课程和35道选择题的考试，需要24个正确答案才能通过。Scrum是一个用于开发产品和组织工作的敏捷框架。它基于不到30天的短周期，以创造快速反馈和建立质量。Scrum在许多行业领域中越来越受欢迎，特别适用于复杂的项目。对于研究花费的时间和获得的价值来说，这一定是最好的。许多家喻户晓的名字都在使用Scrum，而从业者的数量仍然相对较少（2012年5月全球有171,314人）。它可以成为你简历上的一个很好的区别因素。以上是对这个大问题的一个很好的概述，有哪些项目管理证书，它们能增加什么价值？我很想知道Prince2和Certified Scrum Master (CSM)的情况；请告诉我？他们的方法是否相互矛盾？他们如何协同工作？拥有这两个证书，然后发现两者之间有很大的不同，这没有意义。我正在努力寻找一篇认证Scrum Master的文章来定义CSM方法的基础。在Prince2中，基于产品的计划显然是最基本的。认证Scrum Master（CSM）是关于产品发展的Scrum敏捷方法。PRINCE2和Scrum是非常不同的野兽，当然不能混为一谈。PRINCE2定义了一个非常具有瀑布风格的框架，而Scrum是关于与你的客户反复合作以达到最佳结果。PRINCE2讲的是在你开始建设之前定义需求和范围，而Scrum则是通过短周期的开发（Sprints），在你进行过程中完善需求。这两种方法都有它们的位置和价值。掌握传统瀑布式项目管理（PRINCE2）和敏捷项目管理（Scrum）的知识是非常有用的，并为合同项目经理提供许多机会。就我个人而言，我是在瀑布式环境中工作的，但在一些需求模糊的项目中，我可以看到敏捷的价值，即 "当我们看到它时，我们会知道它 "的客户反应。

**id 68**

预算承诺 2011年预算。"政府将与各省、各地区、加拿大市政当局联合会和其他利益相关者合作，为公共基础设施制定一项长期计划，该计划将延伸到加拿大建筑计划到期之后。"2012年预算。"我们将共同探索新计划的广泛方向和优先事项，该计划将侧重于支持长期经济增长和繁荣的基础设施投资。"基础设施的新计划 2011年11月30日，加拿大政府启动了一个由联邦领导的参与进程，以制定公共基础设施的长期计划。这是一个机会，让我们退一步，从战略上思考基础设施如何能够最好地支持经济增长，使我们的社区在未来更加强大。参与过程概述 参与过程分为三个重叠的部分进行。评估 突出投资效益 在展望未来之前，重要的是评估过去的投资 11月30日长期计划参与进程启动期间发布的第一份出版物：现代和高效的公共基础设施是支持加拿大最重要的经济和环境目标以及建立强大和繁荣的社区的关键。公共基础设施支持和适应经济、环境和社区方面的变化、趋势和互动的能力是一个关键问题。携手合作 各级政府都认识到健全的公共基础设施的重要性，以及它对更强大的经济、更好的生活质量和更清洁的环境所作的贡献。省、地区和市政府在规划、开发、建设、运营和维护加拿大大多数公共基础设施方面发挥着主导作用。加拿大有超过一百万公里的双车道公路，包括一个相互连接的国家公路系统。2011年，加拿大和美国之间通过公路运输了价值1490亿美元的出口和价值1620亿美元的进口；这占两国贸易的56%或加拿大世界贸易总额的35%。广泛的利益与政府各部门的重大公路投资有关。自2006年以来，超过2600公里的国家公路系统已经得到改善（或其总长度的12%），将其路面状况评级提升至 "良好"。自2007年以来，在属于国家公路系统的8700座桥梁中，有700座现在要么是新的，要么是经历了重大修复。加拿大道路的平均年龄明显低于十年前，从2000年的17年到2010年的13年。从2007年到2009年，加拿大当局记录的道路碰撞死亡人数大幅减少20%（从2761人减少到2209人），是近六十年来的最低水平。废水。大湖区和圣劳伦斯流域 这个流域一直是联邦政府基础设施的重点。世界上最大的水系统之一--耗费了地球上超过一半的淡水储备。数以百万计的加拿大人依靠它提供饮用水、就业、旅游和娱乐、运输和贸易（每年有超过1.8亿公吨的货物通过圣劳伦斯河，将货物运入和运出北美）。1972年，加拿大和美国签署了《大湖区水质协议》，承诺恢复和维护大湖流域生态系统的健康。加拿大确定了17个关注区或 "热点"。加拿大政府已通过一些项目承诺为关注区的废水项目提供超过2.74亿美元的资金。自2007年以来，加拿大已向大湖区和圣劳伦斯水系的700多个废水项目投入了10多亿美元，并通过汽油税基金向废水基础设施项目额外投入了3.5亿美元。确定知识重点 与合作伙伴和利益相关者以及技术专家和学者合作，围绕五个主题研究和建立我们的知识。我们正在建立技术和政策知识，以便为制定长期计划提供信息：开展新的研究，并为现有的基础设施研究建立一个在线参考中心；领导一个指导委员会来指导知识建设 -- 加拿大市政当局联合会和加拿大市政管理员协会是这个委员会的成员。基础设施和经济 了解基础设施投资如何支持经济增长，并确保加拿大的基础设施部门拥有正确的技能和劳动力来满足未来的需求。这个主题探讨了围绕基础设施和生产力以及基础设施和知识经济的话题。我们听到的关于基础设施和经济的消息 加拿大在全球经济衰退期间和之后的表现比其他七国集团的大多数经济体都要好，在过去的几年中，加拿大的人均实际收入增长是七国集团中最高的。

**id 69**

西方想拿走苏丹剩下的石油 不到一年前，在美国几十年来对分离主义的南方的支持下，苏丹一分为二。新独立的、极度贫困的南苏丹现在已经夺取了北方的大部分剩余油田。尽管受到国际社会的广泛谴责，南苏丹仍拒绝返回其边界--如果没有美国的纵容，这种胆量是无法想象的。从非洲国家苏丹砍掉更多领土的运动正在全面展开。南苏丹在去年独立前占该国三分之一的领土，夺取了苏丹北部边境上的石油城镇黑格里格，并拒绝国际社会的撤军呼吁。黑格里格周围的地区包含苏丹剩余油田的一半。当苏丹分治时，该国的大部分石油都流向了南苏丹。但黑格里格油田无可争议地属于苏丹北部，2009年由一个常设法庭判给了喀土穆政府。然而，南苏丹拒绝返回其边界，其将军们正在谈论一直向喀土穆进军。欧洲联盟将南苏丹对北部领土的夺取描述为 "完全不可接受"，联合国秘书长潘基文直接向南苏丹总统萨尔瓦-基尔表达了他的 "严重关切"。但是，戴着布什总统2006年送给他的标志性牛仔帽的基尔总统对联合国秘书长喊回去，"我不在你的指挥之下"。那么，谁对南苏丹有影响力？绝大多数是美国，它支持南苏丹的分离主义运动超过了一代人，并迫使非洲和国际舆论接受对这个非洲大陆最大国家的肢解。这对非洲联盟来说是一颗特别痛苦的药丸，其前身非洲国家组织在1964年宣布，殖民者留下的国家边界应该被搁置。非洲的创始政治家们担心，篡改边界会使非洲大陆暴露在外国的阴谋之下，因为欧洲人和美国人都在为他们自己煽动分离主义运动。这个时代已经完全到来。南苏丹刚刚宣布独立，奥巴马总统就想出了一个借口，将美国特种部队调入这个国家--如果不算石油的话，这是地球上最贫穷的国家之一。绿色贝雷帽现在在南苏丹和邻近的乌干达、刚果和中非共和国行动。美国人的钱使苏丹军队得到装备和报酬。而基尔总统两周前才与奥巴马会面。关于他们会谈的官方新闻稿说，奥巴马对南北之间的紧张局势表示关切，并 "强调了......达成石油协议的重要性。"嗯，看起来奥巴马和戴着牛仔帽的基尔总统达成了他们自己的协议：夺取北方的油田。南苏丹是美国的一个客户国，它的独立归功于美国和欧洲人以及以色列，后者深深地参与了苏丹的内战。难以想象的是，如果没有美国的纵容，南苏丹会藐视联合国和欧盟，入侵北苏丹并夺取其一半的石油储备。美国驻联合国大使苏珊-赖斯，自乔治-布什在任时就一直呼吁苏丹总统巴希尔下台，她会假装 "关心 "两个苏丹之间的战斗，奥巴马也会这样。但是，像南苏丹这样的美国客户国不会在没有华盛顿的祝福下入侵其邻国。BAR执行编辑Glen Ford的联系方式是：Glen.Ford@BlackAgendaReport.com 。相关内容。美国表示，如果喀土穆政府承认南方关于是否从北方分裂出来的公投结果，它可能会将苏丹从支持恐怖主义的国家名单中删除。"美国与苏丹的首席谈判代表普林斯顿-莱曼（Princeton Lyman）周二说："如果公投顺利进行，并且公投结果得到政府的承认，奥巴马总统将表示他打算开始将其除名的过程。利比亚特里波利（路透社）--利比亚领导人穆阿迈尔-卡扎菲周日指责

**id 70**

如何进行小规模谈话并保持谈话的流畅性 评论关闭 虽然许多人对与他人，甚至是与陌生人的谈话相当自如，但有些人却在小规模谈话这么一个问题上挣扎。大多数社交场合都是从闲谈开始的，这将吸引谈话并帮助它向另一个方向流动。然而，如果你是那种不知道从哪里开始进行小规模交谈的人，下面的提示可能会有所帮助。谈论你的周围环境 牢记，无论你在做什么，对方都和你在同一个地方。因此，这可能会为你提供一些谈话的内容。看看你周围的环境。即使你只是在快餐店排队等候，你也可以评论一下队伍有多长或他们的薯条有多好吃。力求有一个愉快和随意的态度。当你开始这样的谈话时，其他人更有可能会回敬你一些话。有可能的是，对方也会提供一个随意的评论，这样一个对话就开始了。在这之后，事情就变得容易多了。如果对方只是微笑，但没有提供评论，不要感到沮丧。回以微笑，然后转向另一个人。询问个人兴趣 问问自己想知道对方的什么。虽然你不应该在最初的谈话中问得太多，但选择一个一般性的话题来问他们。问他们在哪里工作或他们在业余时间喜欢做什么。如果你注意到对方手指上有结婚戒指，就问他们是否有孩子。所有这些事情都可以使谈话开始。询问他们的一天 大多数人都会感激别人以友好的语气询问他们的情况。因此，你可以经常问他们在做什么或他们的一天是如何度过的。例如，你可以问收银员他们今天是否很忙。这是一个很好的破冰之举，对方通常会说些什么，哪怕只是一个小评论。此外，你会发现，当你使用这种策略进行闲谈时，对方往往会微笑。这是因为你让他们感觉到你真正关心他们的福利。当人们在最初的评论中产生这样的感觉时，往往更容易使谈话继续下去。评论最近的事件 许多人对新闻感兴趣，他们喜欢了解目前世界上正在发生的事情。因此，你不妨问他们这样的问题："你有没有在报纸上看到关于某某的报道？"另一个好的启动问题是 "你今天早上看了新闻吗？"这两个问题中的任何一个通常都会启动一个很好的对话。但请记住，在使用这种方法开始闲谈时，要避免谈论可能冒犯他人的问题。然而，如果你以前和同一个人聊天，知道某些问题不会困扰他们，那么就可以随意地聊下去。有时，有争议的问题可以成为很好的破冰者，但只要确定对方与你有相同的观点。当你遵循这些有用的提示时，你会发现闲聊可以很容易，甚至很愉快。试着在你的几个亲密朋友身上练习其中的一些方法，你很快就会发现，用闲聊开始谈话比你想象的要容易得多。

**id 71**

分享这篇《宇宙经典大师》：He-Man评论 最近，我一直在为Action Figure Resource（一个由Colin Dorman先生创立的玩具收藏网站）制作有偿自由内容。这些内容通常采取文字和附带的音频和视频的形式。我在Gonzo Planet上开了一个栏目来展示这些内容，既是一个在线组合，也是向我的观众宣传AFR的一种方式。如果你想看更多的视频，请到科林的网站上看他的数字杂志，如果你想看更多的视频，请订阅他在YouTube上的频道，当然，如果你想保留这位特殊的自由职业者的作品，我现在就可以。给我发邮件，我们可以讨论你的项目。-亚历山大-肖 这个网站是Mattycollector.com，它是美泰公司的邮购渠道，提供以收藏家为重点的限量版专门的动作人物。通过它，他们销售DC宇宙、WWE摔跤、捉鬼敢死队和他们自己的宇宙大师经典系列。你们这些三十多岁的人一定记得1982年的原始系列，它的起源与施瓦辛格的柯南电影有关。事实证明，这些想法在电影出现的几年前就已经提出来了，He-Man是一个受罗伯特-E-霍华德的Cimmerian影响的角色，但不是直接基于他。由于营销活动和冗长的动画系列，该系列获得了巨大的成功。我的第一个玩具可能是He-Man模型，我很喜欢它们，甚至是那个被我拧了很多次腰，腿都掉下来的Skeletor。从商业角度来看，原始系列的最佳方面之一是制造商可以通过混合和匹配不同的腿、胳膊、头、武器和盔甲来创造新的角色，以适应新的概念艺术和角色，几乎所有的角色都有自己独特的特征，如Trap-Jaw的可互换手臂工具，Moss Man的植绒，当然还有Stinkor的气味。蝙蝠侠》的作者保罗-迪尼（Paul Dini）是制作这部动画片的团队中的一员，他曾谈到在制作人物时，有人向他展示了预先渲染好的人物，并告诉他要为他们编写背景故事，以实现工厂里必须有的新英雄和反派人物。这个节目衍生出了《She-Ra》，试图做同样的事情，只是针对女孩。到1986年，MOTU和She-Ra的动画片都已经走完了它们的历程，但这个概念在四年后的1990年被重新想象并作为《He-Man的新冒险》重新出现，并有了自己不太成功、不太通用的玩具系列。12年后的2002年，一个新的大师玩具系列，与一个回到原来的图像和主题的节目相联系，取得了适度的成功，但再次未能达到82年系列的高点，可能是由于这次来自其他动画片和各自玩具的巨大竞争，以及太多的具有不同服装和油漆方案的He-Man模型。然后在2008年，美泰公司开始了这个网站，以期待已久的灰骷髅王的首次演绎拉开了序幕，并很快生产出了我今天要评论的第一个版本的经典He-Man人物。这些MOTU经典人物是由四骑士雕刻的，他们曾参与2002年的重启工作，但在这里缩减了麦克法兰的细节，以制作更简单但更复杂的东西，并正视成人收藏市场。这些模型以82年的原作为蓝本，但采用现代方法制作，供有鉴赏力和怀旧的收藏家使用，价格为20美元，外加运费，对于我们这些对基本的、矮胖的早期系列有着最美好回忆的人来说，这些模型过去和现在都是终极的He-Man模型。该网站本身非常容易使用。他们有一个重新制作的人物库，几乎涵盖了整个原始系列，这些人物已经发行并运行，没有一个你可以买到新的，但它形成了一个搜索二级市场的视觉检查表。然而，如果你认为20美元很贵，那么你在eBay上为那些不再生产的数字支付的价格可能会让你大吃一惊，像Shadow Weaver或第一版He-Man和Skeletor这样的稀有品的价格会达到数百美元。这是一个巨大的买方市场，对那些在底层的人来说是一项合理的投资。就像82年系列一样，美泰公司能够为一个比2002年系列小得多的利基市场生产这些产品，而2002年系列在每个玩具店都有，并且最终被淘汰。

**id 72**

为你的皮肤排毒：。洁油法 如果我告诉你，使皮肤发光、有光泽、无毛孔的秘诀是用油来清洁，你会不会觉得我走了弯路呢？ 你会认为我走了弯路吗？ 当你想到在脸上涂油时，你首先想到的是什么？ 它是否会让人联想到满脸痘痘的油炸厨师形象？ 你是否立即想到你的脸变成了一个油滑的闪耀的节日？ 好吧，美女们，请继续阅读，找出皮肤发光的真正超级英雄，以及油脂清洁法（OCM）如何给你带来你所渴望的光亮皮肤!让我们来看看为什么油性清洁法会让你的血管中出现闪电般的恐慌。 美容行业和营销公司会让你相信，你必须用他们的凝胶状、泡沫状或奶油状的洗面奶剥离你皮肤上的每一盎司油脂，然后用更加苛刻的化学品来 "去除 "皮肤角质，最后，用一些听起来很神奇的高科技产品来保湿，保证消除他们首先促成的 "7种衰老迹象"。 请原谅我的喋喋不休。 底线是你正在使用的那些提出所有这些主张的产品想向你推销他们的产品。 如果他们的产品像他们所说的那样工作，你就不会再买其他产品了。 你在听我说吗？ 让你成为一个完全满意的客户对商业来说是不利的。传统的美容行业不希望你拥有透明、光亮、有光泽的皮肤。 他们希望你不断渴望完美的皮肤，当然。 你保持这些愿望是因为那个试图向你推销抗衰老霜（或痤疮霜，或毛孔缩小剂）的15岁女孩（她已经被刷成了10岁的样子），她的 "完美 "皮肤是如此可信，你实际上认为如果你使用他们公司的产品，这可能发生在你身上。 你猜怎么着？ 你被骗了。 所有这些旨在清除你的皮肤、消除色素沉着、打磨时间的化学物质，实际上是为了 "解决 "一些问题，制造另一个问题，从而确保购买另一个产品来摆脱另一个问题。 所有这些主流产品都会剥夺皮肤的油脂。 皮肤需要油来保持滋润和保护，所以它通过产生更多的油来补偿，导致你购买更强的产品。 顺便说一下，黑头、白头、毛孔堵塞和扩大、发红和其他刺激实际上是你的身体在反抗这些化学品。我让你大开眼界了吗？ 你很好，很疯狂了吗？ 你准备好告诉传统的美容行业了吗？让我告诉你如何做到这一点。洁油法并不新鲜。 几个世纪以来，妇女一直在使用它。 它是意大利、希腊、印度、中东、甚至日本无数小老太太的光辉皮肤背后的原因。 我说小老太太是因为在某个地方我们不再听从祖母的智慧，当她告诉我们橄榄、摩洛哥坚果、山茶花、葡萄籽或荷荷巴油可以清洁和滋润皮肤时。 我们开始听信光鲜亮丽的广告，说服我们科学有所有的答案，古老的智慧在现代世界中没有地位。 我再说一遍。 你们被骗了。OCM是如何工作的？我带你回到化学课。 同类相溶。 在这种情况下，油会溶解油。 水不溶于油。 {One Love Organics的Suzanne LeRoux明天将在《水：：你的护肤品中应该有吗？}主流清洁剂只能在发动机脱脂剂和防冻剂中使用的化学品的帮助下进行清洗。 因此，油能溶解油，掌握了这些知识，你就知道如何清洁和滋养皮肤了。 这就是为什么给你的头发上油会使它更长、更强壮和更健康。"但我有干性皮肤！" 即使你是干性皮肤，你的皮肤上仍然有一些油。 通过在你的脸上使用油，你正在溶解化妆品、灰尘、污垢、污染和其他 "虱子"，并用保护性的滋养油取代它。如果你认为你是在把 "虱子 "推入你的毛孔，让我告诉你，无论如何，它的大部分都是在你的皮肤上面。 黑头和其他难看的问题实际上是你的毛孔试图保护你的皮肤免受环境攻击的方式(

**id 73**

您使用的浏览器不符合标准。您可以访问本网站的信息，但要了解符合万维网联盟标准的网络浏览器名单，请访问我们的网络标准页面。您使用的是不符合标准的浏览器。您可以访问本网站的信息，但要了解符合万维网联盟标准的网络浏览器名单，请访问我们的网络标准页面。2012年6月5日的金星过境警告。在没有适当保护眼睛的情况下直视太阳，会在几秒钟内导致严重的眼睛损伤。2012年6月5日，从下午6点左右开始直到日落，在全世界许多地方，包括安大略省的伦敦，都可以看到一个真正罕见的事件：金星将在太阳前面移动。这样一个事件被称为凌日。金星凌日是真正罕见的事件：自从约翰内斯-开普勒在1631年首次预测凌日发生以来，这一现象只被观察到六次，而下一次凌日将在105年后发生--2117年！这是为数不多的可以看到的事件。这是少数几个能让人类直接感受到太阳系规模的事件之一，事实上，金星凌日在历史上一直被精确地用来测量太阳系的距离规模。物理与天文学系、行星科学与探索中心（CPSX）和加拿大皇家天文学会（RASC）正在共同努力，为公众提供最佳和最安全的观测体验。从下午5:30左右开始，我们将开放克罗尼观测站，使用主望远镜在屏幕上投射太阳的图像。此外，我们将在Springett停车场的东南角设立一个观测站，在那里我们将提供多样化的观察，包括通过一个最先进的太阳望远镜。在这两个地点，我们将分发日食眼镜，让你亲眼看到过境。在两个地点之间的 "行星漫步 "将展示一个太阳系的比例模型，而在Cronyn天文台的会议室，我们将展示一个关于金星和凌日的小型展览，以及从世界不同地点看到的事件的现场直播。许多专业的天文学家将在旁边回答你可能提出的任何问题。日落之后，我们将开放天文台用于观星，包括用望远镜观察火星、土星和更多的宇宙奇迹。如果天气不好，天文台的展览将开放，天文学家们将就相关主题进行演讲。我们将很高兴在这个活动中迎接您和您的家人，并分享这一独特的历史时刻如果你不能到西部校园，但你仍然想亲自观察过境，你可以在这个网站上找到6种安全的观察过境的方法，其中包括许多教学视频和更多资源的链接。另外，你也可以通过各种现场直播来关注这一事件。比如说。The Exploratorium :这个旧金山的科学、艺术和人类感知博物馆将从毛伊岛的茂纳罗亚天文台提供现场直播，并随着事件的进展提供专家评论。

**id 74**

2012年11月1日，星期四，我想先回顾一下对雷丁的比赛和昨天的文章。我认为可以这样说，我认为安德烈-阿尔沙文在联赛杯第四轮比赛中的表现很糟糕，但这并没有得到普遍认同。 阿沙文创造了两个进球，正如我所指出的，他从未停止过为球队的努力。但事实上，他可能并没有像我想的那样表现得很糟糕。正如你可能知道的，我在比赛现场。虽然在格罗夫，所有最有趣的亮点都在大屏幕上回放，但在雷丁，情况并非如此。因此，我无法像许多在家看电视的人那样看到三、四个进球的回放，所以我想把这一点作为减轻处罚的证据。在看了集锦之后，我现在可以看到，这个小俄罗斯人其实并不像我最初想象的那样糟糕。所以我向他道歉。很多普通读者都知道，我是阿沙文的超级粉丝，而且可以看到无论他在为球队防守时有什么缺点，他都是一个特别的球员。他在前场为我们提供了很多东西，我只是希望我们能看到他在他最擅长的领域做得更多，拉动我们的进攻。希望他能在本赛季剩下的时间里得到这样的机会，因为我确实觉得主教练没有把他的创造能力发挥到极致。阿沙文的天赋比我们其他许多球员都要高，无论温格执教他们多久。我只能希望俄罗斯人有机会展示他的能力。也许这将是本周末。但更有可能的是，他将不得不在联赛中等待替补出场，并在下一轮联赛杯客场对阵布拉德福德的比赛中首发，我们被选为下个月中旬的八强。但我们不能因为现在面对的是第二联赛的球队而自满。我们上个月在诺维奇看到了自满的含义。但这应该是我们进入半决赛的一个非常好的机会。周二晚上的比赛表明我们并不打算放弃获得银器的机会。联赛杯可能是经理的最低优先级，但这是一个赢得奖杯的机会，所以必须认真对待。就像俱乐部与西奥-沃尔科特的合同谈判中的立场一样。明年夏天，这位英格兰国脚仍然可以免费离开俱乐部，除非他在新合同上落笔。昨晚，他透露，在考虑与俱乐部续约之前，他希望能定期为球队出场。沃尔科特--周二阿森纳的第四个进球--本赛季只首发过三次。与沃尔科特相比，奥克斯-张伯伦、热尔维尼奥和阿伦-拉姆塞都更喜欢在右路出场。问题是，沃尔科特声称他与俱乐部的问题不是钱的问题，而是作为一个中锋的问题，他希望得到保证，他将得到他在中央的机会。就我个人而言，这种说法是不成立的。他不应该决定哪个位置最适合他，那是经理的决定。而阿森纳的阵型不允许有两名前锋。很明显，在现代比赛中，西奥不会被部署为一个单独的前锋。他的身材和能力不足以胜任这个位置。如果西奥能在三叉戟的右侧上演帽子戏法，为什么他觉得自己需要打前锋？无论如何，这不是阻碍西奥签订新合同的真正问题。他想要更多的钱，而阿森纳已经给了他。如果阿森纳能找到合适的交易，他将在一月被卖掉，如果这不发生，他将在明年夏天免费离开。这就是为什么我相信温格需要在1月份买两个攻击手。一个是沃尔科特的替代者。另一个是贪婪的獾的替代者。无论如何，关于签约的话题是另一天的事了。周二晚上上场的球员在昨天休息一天后，今天回到训练场，我们的想法必须转向我们在老特拉福德的比赛。

**id 75**

但对于EF-S相机的用户来说，它是EF-S 60 f/2.8 USM Macro的一个有趣的替代品。我预测这支4/24-70的微距质量将远远低于EF-S 2.8/60......唯一的优势是IS，对于那些在室外弱光下不使用三脚架进行微距工作的人来说......我相信你会被证明是正确的，但我同样相信这并不重要。像这样的功能并不是为严肃的微距而设计的，在这种情况下，平坦的视野和直达角落的锐度很重要。能够将焦距缩小到0.7倍，同时保持适当的图像质量，这是一个杀手锏，而且完全出乎意料。我的适马18-50的近距离对焦半微距能力是我仍然没有升级它的原因之一，所以我完全理解为什么0.7倍放大率是全画幅套机镜头的一个伟大功能。拥有这一点和混合IS--大师级的手笔。

**id 76**

评论查尔斯-默里对平等的战争 2012年11月15日 自由主义思想不会帮助弱势群体重新获得对其生活的控制权，保罗-奥卡拉汉写道。 谈到机会平等，自由市场智囊查尔斯-默里是一个职业悲观主义者。他认为，政府在改善弱势公民的生活机会方面无能为力。他的解决方案是放弃早期儿童干预和工作福利计划，而依靠一个无条件的现金支付系统。默里希望我们接受我们的社会将永远是不平等的，并停止试图改变它。默里是作为独立研究中心的客人来到澳大利亚的，该中心是一个致力于缩小政府规模的自由市场智库。澳大利亚的评论员经常谈论默里和他的批评者之间的辩论，好像它是右翼和左翼之间更大辩论的一部分。这是个误导。许多右派人士，包括独立研究中心的一些人，不同意默里的观点。默里不是一个保守派或一般的 "右翼"--他是一个自由主义者。作为一个自由主义者，他希望从根本上限制政府的作用。他不太担心政府的成本有多高，而是担心政府的作用有多大。在2001年接受独立研究中心的苏珊-温迪班克（Susan Windybank）的采访时，他勾勒了一个自由主义者的福利改革计划的轮廓："假设可以与左派达成一个协议，说我们将使整个国家的每个人都超过贫困线，让我们说，贫困线是以左派同意的方式定义的。这就是我们交易的一部分。每个人都会有足够的现金收入来满足他们的需求。你们的交易部分是拆除福利国家的机构和官僚机构。好吧，如果这个交易能够达成，如果我们能够拆除这个非常侵扰性的、昂贵的、不可爱的福利国家机构，它肯定会产生大幅缩减政府规模的效果，而且它是可以负担得起的。"在他2006年出版的《在我们手中》一书中，他更详细地制定了这个计划。这个想法是用每年1万美元的无条件支付来取代福利国家。在这个计划下，没有相互的义务，没有早期儿童计划，没有强制性的求职或培训，也没有对无家可归者的服务。唯一的要求是，受助人必须将其补助金中的3000美元用于健康护理。默里担心，另一种选择是，随着时间的推移，福利国家会变得更加具有侵扰性和不可爱。在他1994年与理查德-J-赫恩斯坦合写的《贝尔曲线》中，默里警告说，美国的福利政策正在滑向一个 "监护状态"，政府为国家最弱势的公民提供基本必需品，而他们的生活则受到严格监督。"人们会同意，不能相信下层社会会明智地使用现金"，作者写道。"因此，政策将包括更多的福利，但这些福利将主要以服务而不是现金的形式出现。"弱势群体将不再被期望管理自己的生活或对自己的孩子负责。他们和他们的孩子将成为国家的虚拟监护人，永远被困在福利系统中。默里和赫恩斯坦的预测在澳大利亚引起了共鸣，因为许多人担心这正是我们的福利政策在北领地干预和收入管理试验等措施中的走向。弱势社区的成员得到的不是现金，而是只能花在政府批准的商品上的BacicsCard。收入支持越来越多地与遵守官僚主义要求联系在一起。这些政策得到了两个主要政党的支持，因此不容易被定性为左派或右派。幸运的是，无义务施舍或永久监护状态并不是福利政策的唯一两种选择。正如经济学家James J Heckman所指出的，Murray的错误在于认为我们没有办法提高人们的技能和他们控制自己生活的能力。默里认为，智力决定了经济上的成功，而这主要是由一个人的基因决定的。低智商的人往往与其他低智商的人合伙，他们往往会有低智商的孩子。他声称美国黑人的平均智商低于白人，这在《贝尔曲线》出版时引发了人们的愤怒。羁押状态是对这种悲观主义的一种回应，而穆雷的

**id 77**

Kony 2012》在世界范围内掀起了风暴。这部电影在YouTube上有8000万次点击，在Facebook和Twitter上被贴满了。被国际刑事法院起诉的头号罪犯约瑟夫-科尼，现在是一个家喻户晓的名字。人们已经在各个城市张贴他的海报，戴上印有他名字的手镯，并写请愿书要求立即逮捕他。社交媒体的世界很大，但可以说仍然很浅。如果你从这个泡沫中放大，进入乌干达北部的一个尘土飞扬的小镇，你会发现一个饱受贫困折磨的地方，那里的大多数人没有互联网和电视，被排除在讨论之外。维克多-奥琛(Victor Ochen)并没有忘记这种讽刺，他是蹂躏他的国家20多年的冲突的受害者。他在乌干达政府建立的难民营中长大，当时科尼和他的上帝抵抗军（LRA）在该地区进行掠夺，绑架儿童，屠杀平民，摧毁家园。与其他数以百万计的战争受害者一样，在他童年的大部分时间里，他没有医疗保健和教育。2005年，他成立了非洲青年倡议网络（AYINET），该组织旨在重建社区并赋予年轻人权力，使他们有一个更有希望的未来。他一直在实施允许战争受害者在冲突后生活的项目，并为国际社会承认他们的困境而奔走。本周，欧辰决定利用投影仪和乌干达北部城镇里拉的一块田地上的临时屏幕，向与他一起工作的年轻人播放《科尼2012》电影。我采访了他，了解他的动机和这部电影收到的反应。你为什么要放映这部电影？作为冲突中的一员，这部电影所描绘的画面让人想起我不久前在难民营中的生活--被排斥和孤立。但是，这就是乌干达北部人民今天的处境吗？我想说的是，并非如此。为了让国际社会了解乌干达北部人民的感受，他们需要看到战争受害者对这部电影的反应。如果你把受害者带到世界上，你就把世界带到了我们的社区。反应是什么？第一个反应是参加活动的人本身。当太阳落山时，我看到成千上万的人络绎不绝地来到放映现场，我意识到这是一种反应。很明显，人们想知道到底发生了什么，并有机会对此做出自己的决定。电影忽略了一个事实，那就是仍然被囚禁的是我们的家人，他们可能会因为军事干预而受到伤害。"放映本身带来了这样的心碎。一位受害者特别总结了许多人的意见："这部电影不是为我们拍摄的，不是为我们制作的，但他们却用我们的名字。如果是关于我们的，为什么里面都是美国孩子？"影片中出现的少数乌干达人的生活，对于今天的受害者来说是过去的生活。以这种方式重新点燃冲突的意象是令人反感和愚蠢的。我们当然欢迎逮捕科尼的想法，但这应该以尊重我们感情的方式进行，国际运动者必须认识到，我们的心仍然与被科尼囚禁的人在一起 -- 你如何确保他们的安全？通过支持或鼓励军事方面，这部电影忽略了一个事实，即仍然被囚禁的是我们的家人，他们可能因军事干预而受到伤害。你对这部电影有什么看法？让我问你。这部电影的动机是什么--是为了帮助乌干达北部的人民？还是它的目的仅仅是为了叙述我们乌干达北部地区多年前第一次不得不面对的失败和挑战，以及此后一直在面对的挑战？我们很久以前就开始了重建的过程，所以我们想让世界看到这些。这部电影的作用是将我们对过去痛苦的记忆带入现在，并揭示出我们一直在努力摆脱的混乱局面。此外，声称这是世界上第一次听到科尼的消息是愚蠢的。我们已经看到联合国、援助机构和各国政府在许多场合对科尼进行了关注，他们不仅在谈论这个问题，而且还在努力帮助乌干达北部的人民。在现实中，这部电影展示了发生在很久以前的事件。

**id 78**

你好，我们是社交。我们是一家全球对话机构，在伦敦、纽约、巴黎、米兰、慕尼黑、新加坡、悉尼和圣保罗设有办事处。我们帮助品牌倾听、理解和参与社交媒体中的对话。我们是一个新的机构，但人们之间的对话并不新鲜。市场就是对话 "的观点也不新鲜。Luke Brynley-Jones是Our Social Times的创始人。本周四（10月25日），他将在伦敦举办2012年社会媒体营销大会，届时We Are Social的Tom Ollerton将讨论参与策略。本月有消息称，Facebook已经调整了其EdgeRank算法，将品牌帖子的有机覆盖率降低了50%。该社交网络声称，这将减少新闻提要的过载，并提高内容的质量，但其潜台词非常清楚：寻求在Facebook上推广其服务的公司需要将其内容与付费广告相结合。不过，当被问及这一变化时，Facebook发言人就什么样的内容会被优先考虑发表了一个典型的模糊声明，称 "所有内容都应该像你从朋友和家人那里看到的帖子一样吸引人"。在简要回顾了我自己的家庭成员所分享的废话和哗众取宠的内容之后，我决定寻找一个更好的衡量标准。Facebook将参与用户定义为 "在过去28天内点击过你的帖子的独特人数"。这包括任何喜欢、评论或分享特定帖子的人，喜欢网页的人，在帖子中提到网页的人，签到的人，RSVP参加你的活动的人，给网页贴照片的人，在你的网页墙上写帖子的人，以及点击帖子，打开链接，观看视频，或点击查看照片的人。但哪些类型的内容最吸引人呢？今年早些时候，Facebook进行了自己的研究，以确定哪些类型的帖子能产生最多参与。他们决定将帖子分为三种类型。关于产品或服务的信息--例如，"我们的新度假村刚刚开业!今天就预订你的旅行"。与品牌有关的信息--例如，"我决定参加我的第一次邮轮旅行，因为\_\_\_\_\_\_"。与品牌无关的信息 -- 例如："大家坚持住。周一在我们知道之前就会结束！"显然，与品牌相关的信息产生了最多的参与。但是，除了与品牌的关系（或不关系），帖子还有其他明显不同的层面。有些，像上面的填补空白的例子，被巧妙地设计来引起粉丝的参与。视频邀请粉丝观看，而照片则提供了一个与朋友分享的简单机会。然而，用户对这些内容类型的反应非常不同。Wildfire！和EdgeRankChecker最近的一份报告，分析了超过100万个Facebook帖子，发现照片是最吸引人的内容类型。用户只需看一眼就能决定一张照片是否值得分享，无需思考或点击，而视频和链接则需要我们先点击才能决定是否分享。状态更新是第二大最吸引人的帖子类型，因为它们也不需要我们在喜欢或分享之前多做思考。但是，质量更好的内容是否会产生更多的参与？上个月，在一大批 "喜欢奥运会？-- 然后喜欢我们！"的帖子的刺激下，我写了一篇博文，批评公司采用的通常是居高临下和粗鲁的参与技巧。我在评论中收到的反馈是经过深思熟虑的：没有人喜欢玩世不恭、毫无价值的参与策略，但同样地，简短的、看似毫无意义的声明也可以很有吸引力。以约克郡茶的这篇帖子为例。这是一个简单的、与品牌密切相关的状态更新（嘀）；它不是玩世不恭的（嘀）；它至少和我姐夫的新割草机照片一样吸引人（嘀）。它还产生了356个赞，49个评论和13个分享--所以它应该正是Facebook现在正在寻求优先考虑的内容类型。不过，我有一种感觉，EdgeRank在未来会变得更有冲击力，我很想看看Facebook上的内容与广告的比例在未来几个月会如何变化。我想我们很快就会知道了。

**id 79**

我已经有几个星期没有写博客了，但不幸的是，看起来没有什么变化，我可以在我离开的地方继续写。\*叹气\*小比尔-韦林从西弗吉尼亚大学回家过春假，他没有放松，而是早早地出来帮助他的父亲清除家里位于Shadetree Lane的2004年道奇公羊皮卡上的白色喷漆。他并不孤单。布里斯托尔镇Levittown的Stoneybrook和Greenbrook区上下的邻居们也在耶稣受难日的上午和周六下午做了一些意想不到的汽车美容工作。这是因为破坏者用白色喷漆肆意妄为，周五上午在塔利镇附近至少有8辆车被损坏，周五晚上到周六上午这两个辖区内还有十几辆车被损坏。发表回复 欢迎 我是一个年轻的加拿大犹太人，保守派学生，对社会对世界即将发生的末日的冷漠感到厌恶和厌倦。主流媒体很糟糕，迫使我创建这个博客，以便我的懒惰的朋友能够知道世界上发生了什么。

**id 80**

积极的鼓舞人心的成功名言 我们都听说过我们要从错误中学习，但我认为从成功中学习更为重要。如果你只从错误中学习，你就会倾向于只学习错误，诺曼-文森特-皮尔 在每一个成功的故事中，你都会发现有人做出了一个勇敢的决定 彼得-F-德鲁克 热情是成功的最强大的引擎之一。当你做一件事时，要全心全意地去做。把你的整个灵魂投入其中。用你自己的个性给它打上烙印。要积极，要有活力，要有热情和忠诚，你就会完成你的目标。没有热情就没有伟大的成就 拉尔夫-瓦尔多-爱默生 当业绩超过雄心壮志时，重叠的部分就被称为成功 卡伦-海托尔 任何事业的成功，真正的成功，都需要一种紧迫感，一种个人使命感 肯-卡恩斯 每个问题都隐藏着一个强大的机会，它简直使问题相形见绌。最伟大的成功故事是由那些认识到问题并将其转化为机会的人创造的，约瑟夫-舒格曼（Joseph Sugarman） 诚实是所有成功的基石，没有诚实，信心和执行能力就不复存在，玫琳凯-艾什（Mary Kay Ash） 通过帮助别人成功，你可以最好、最快地获得成功，这是事实，拿破仑-希尔（1883-1970） 我们的目标只能通过一个计划的载体来实现，我们必须热诚地相信它，并根据它大力行动。通往成功的道路别无他途 巴勃罗-毕加索 大自然给了我们两头：一头用来坐着，一头用来思考。从那时起，人类的成败就取决于他最常使用的那一端 罗伯特-阿尔伯特-布洛赫 成功的秘诀在于目标的一致性 本杰明-迪斯雷利 你能够约束自己设定明确的目标，然后每天为之努力，将比任何其他单一因素更能保证你的成功 布莱恩-崔西 人才是一种可怕的廉价商品，比食用盐还便宜。将有才华的人与成功的人区分开来的，是大量的努力工作和学习 斯蒂芬-金 通往成功的道路是采取大规模的、坚定的行动 安东尼-罗宾斯 能够约束自己，在短期内推迟满足，以便在长期内享受更大的回报，这是成功不可或缺的前提条件 布莱恩-崔西 关注成功的可能性，而不是失败的可能性 拿破仑-希尔（1883-1970） 所有成功的男人和女人都是大梦想家。他们想象自己的未来会是什么样子，在各方面都很理想，然后他们每天都在为他们遥远的理想、目标或目的而努力。 布莱恩-崔西 成功既不神奇也不神秘。成功是持续应用基本原理的自然结果 吉姆-罗恩 成功与其说是以一个人在生活中达到的地位来衡量，不如说是以他在努力成功的过程中所克服的障碍来衡量 布克-T-华盛顿 成功很简单。在正确的时间以正确的方式做正确的事 阿诺德-H-格拉索 耐心、毅力和汗水是成功的无敌组合 拿破仑-希尔（1883-1970） 不要把自己当成事业的建筑师，而是当成雕塑家。期望自己能做很多艰苦的敲打、凿子、刮削和抛光，B.C.福布斯 成功的秘诀之一是拒绝让暂时的挫折打败我们，玫琳凯-艾什只有弱者才是残忍的。只有强者才会有温柔，Leo Buscaglia 你每保持一分钟的愤怒，就会放弃六十秒的心境平静 Ralph Waldo Emerson 成功没有秘诀。它是准备、努力工作和从失败中学习的结果，科林-L-鲍威尔 成功不是以一个人的成就来衡量的，而是以他们遇到的对手，以及他们在压倒性的困难中坚持斗争的勇气来衡量的 查尔斯-林德伯格 享受成功需要有适应能力。只有对变化持开放态度，你才能最大限度地发挥你的才能，诺兰-瑞安把自己生动地想象成胜利者，仅此一点就会对成功做出不可估量的贡献。伟大的生活始于你想象中的画面，即你想做什么或成为什么 Harry Emerson Fosdick 成功不是目的地，它是一种旅行方式 Denis Waitley 物质上的成功可能会导致财产的积累：但只有精神上的成功才能使你享受它们 Nido Qubein 成功是永无止境的，失败是永无止境的 Robert Schuller博士 当我们做的比我们得到的报酬多，最终我们会因我们所做的而得到更多报酬 Zig Ziglar 积极的自我调整

**id 81**

当你患上感冒或流感时，你是否会去看医生并要求他们给你一些东西--通常是抗生素--来使你好起来？鉴于世界卫生组织已将抗生素耐药性确定为人类健康面临的最大威胁之一，你可能想重新考虑这种方法。(更多关于超级细菌和抗生素耐药性的信息，请查看。什么是超级细菌？)Peter Collignon教授是澳大利亚国立大学的传染病和微生物学教授，对抗生素耐药性和感染控制有着积极的研究兴趣。在他看来，我们都有责任保护自己不染上超级细菌，并为后代保留抗生素的使用。以下是他关于如何做到这一点的建议。洗手 经常洗手，特别是在吃饭前后或上厕所后，可以限制引起超级细菌的细菌转移，也可以防止感染的传播。我们的想法是，在你的手接触到你的眼睛、鼻子或嘴之前，你要洗掉手上的任何细菌。你还想避免传播你可能携带的细菌。洗手将有助于减少你直接向他人传播细菌的机会，你可以通过身体接触，或通过触摸无生命的物体，如门把手、水龙头和扶手来传播。使用普通的肥皂和水或酒精擦可以清洁你的双手，限制疾病的传播。保持你的免疫力 当你处于最健康的状态时，你的身体能够最好地抵御感染。当你的免疫系统受到损害时，你会让自己面临严重感染的风险，因为你没有足够的力量来对抗任何攻击。保持免疫力的最好方法包括确保你的疫苗接种是最新的，并在你需要时寻求医疗护理。但是，通过吃有营养的食物来照顾自己，获得足够的睡眠和运动，并避免压力，都有助于保持你的良好状态。不要过度使用抗生素 抗生素只对细菌感染有效，然而超过一半的抗生素被不必要地用于由病毒引起的感染，如感冒和流感。来自病人的压力在其中起了作用。当抗生素被用于不需要它们的人时，这增加了抗药性并导致超级细菌的发展。如果有人向你提供抗生素，请向你的医生确认你是否真的需要。如果你的医生认为抗生素对你的康复没有什么影响，就不要向你的医生施加压力，要求他或她开出抗生素处方。警惕医疗旅游 虽然在海外接受治疗可能比在澳大利亚更快、更便宜，但你需要注意发展中国家的医院存在感染风险。与澳大利亚相比，这些国家的超级细菌发病率更高。评论(26) Robyn : 2012年11月16日 12:58:55pm 我们没有过度使用抗生素，我16岁的儿子一生中只用过一个疗程，我10岁的孩子只在做完重大眼部手术后用过局部抗生素。鉴于他们接触抗生素的机会非常少，如果他们在社区中接触到超级细菌，他们是否有更好的能力来对抗它？或者这并不重要，因为超级细菌就是超级细菌，只有采用激烈的治疗方法。Uptightoutasight : 2012年11月16日 3:21:34pm 对你我这样的人来说，不幸的是，这没有什么区别。因为还有很多人不必要地服用了抗生素，所以这些虫子已经进化到了我们服用抗生素时，它们对抗生素产生了抵抗力。Leah : 2012年11月16日 4:24:26pm 嗨，Robyn，是的，不过度使用抗生素很重要。每个人都在防止抗药性方面发挥着作用。超级细菌的出现是因为人们过度使用或没有正确地遵循抗生素治疗。你通过不过度使用抗生素来防止产生已经对当前治疗产生抗药性的超级细菌，这是你的职责。(我希望这有助于解释它）。Patrick : 尝试 : 2012年11月16日 11:13:50pm 澳大利亚的很多 "超级细菌 "是在重症监护室和三级医院产生的。正是在这里，生病的、免疫抑制的人接受延长生命的治疗，包括抗生素来解决感染问题。在这种情况下，抗生素的使用现在得到了更好的规范和控制。即使适当地使用抗生素，也会对抗药性的发展产生选择压力。在澳大利亚，我们很幸运，我们的医疗系统在延长生命方面非常有效。抗生素耐药性是它的一个副作用。社会必须

**id 82**

你是否在预算范围内充分利用最好的切肉来烹饪？我已经有一段时间没有写过我每天用5美元养活自己一整个星期的经历了。所以我想是时候让我们关注一下预算烹饪了。肉类、鱼类和家禽往往是一些最昂贵的原料。但这并不意味着在你没有那么多现金的时候，你一定要吃素。正如我所发现的，有一种肉往往是相当实惠的。那么，什么是最适合用预算做饭的肉？很简单。它是碎肉或碎肉。即使你没有关注你的财务状况，碎肉或碎肉也可以是一种很好的配料。正如我们将在下面看到的，它是超级通用的。不仅如此，它的烹调速度很快，大多数情况下非常嫩，而且很美味。在我看来，它确实是最容易烹饪的肉类。当我想到这一点时，我最喜欢的一些肉菜都是用碎肉。因此，这里有一些想法，让你开始充分利用最容易烹饪的肉块。7个使用碎肉或碎肉的快速和健康的想法 1.炒牛肉和西兰花 在我们家一直都很喜欢。去年我在纽约的时候，我的爱尔兰人连续3个晚上为自己做了这个晚餐。2.烤肉丸子 我们最近在晚餐时吃了这个，我都忘了我有多喜欢它了！3.3.盐焗汉堡配豌豆泥 每个人都喜欢汉堡，但与其走老式的外卖道路，把它们放在面包上，不如尝试在晚餐时间选择更多的豌豆泥。 素食者/素食者--用扁豆代替牛肉，在水中炖到变软（15-30分钟不等）并沥干。淋上一点特级初榨橄榄油，以弥补扁豆的低脂肪含量。 预算 -- 跳过松子或用烤面包屑代替。你可能也想加入一些小扁豆，使牛肉更进一步。我做的鹰嘴豆泥 -- 只需将一罐鹰嘴豆与1-2瓣大蒜和3汤匙柠檬汁、塔希尼和罐装液体一起搅拌。嗨，朱尔斯，感谢你提供了一个伟大的新肉馅想法（对这些肉馅爱不释手！）。我也喜欢牛肉和西兰花的食谱，还有牛肉和紫菜，以及鸡肉和罗勒。它们健康、美味，而且几乎是即时的。而且几乎不用洗。它们将是我每周的常规菜，但是我丈夫喜欢用米饭来吃，而且喜欢用很多酱汁来搭配米饭。他说这些菜的质地对他来说有点干（老的食物质地的东西）。有什么办法可以在最后加入什么，使它们仍然干净可口，但是，嗯，更湿润？我试过加水或高汤，但吃起来就像我只是加了一点水或高汤。我知道这可能会使我超过五种成分，但我很想继续煮它们。我将为他提供牛肉和鹰嘴豆泥与一些Pitta或山地面包，我认为这将飞....！(我最近又做了肉丸子，之前我已经休息了很久，可能是从去年冬天开始的。它们很适合这种天气！）。嗨，克里斯汀，我最近也做了肉丸子，太好吃了!好问题，关于酱汁......对于牛肉和西兰花，只需在餐桌上提供额外的牡蛎酱。你可以在牛肉和紫菜中加入一些罐装番茄。鸡肉和罗勒是要像炒菜一样干的......但加点橄榄油可能会有帮助/希望他喜欢鹰嘴豆沙牛肉！"。香料牛肉配鹰嘴豆泥是非常棒的！我一直称它为 "解毒牛肉"。我一直称它为 "解构的Kibbee"。Kibbee可能是我最喜欢的黎巴嫩菜，我经常用鹰嘴豆泥 "蘸 "它，所以我知道这将是很好的。另外，对于慢碳水化合物饮食来说也是非常好的。谢谢!我上周才偶然发现你的博客，我绝对喜欢它！我喜欢你所有的食谱。我喜欢你所有的食谱都不太复杂，而且每样东西都超级健康，超级美味！我为自己和家人做了这个食谱。我今晚为我和一个朋友做了这个菜谱--不用说，我们都被吓到了！这道菜的味道非常好。它是

**id 83**

谁是最令人印象深刻的2012年冠军？还有一轮比赛，所有三个2012年摩托车大奖赛车手的冠军都已决定。桑德罗-科尔特斯首先加冕，在雪邦获得了首届Moto3冠军，马克-马奎斯（Moto2）和豪尔赫-洛伦佐（MotoGP）随后在一周后的倒数第二轮菲利普岛站获得了他们的冠军。我们想知道在这三位车手中，你认为哪位车手的赛季表现最令人印象深刻。

**id 84**

如何使Windows Vista更快 如何使Windows Vista更快 放大 在这个Videojug视频中，一位计算机专家演示了几个简单而快速的技巧，以提高您计算机上Windows Vista的性能，包括删除临时文件，禁用启动应用程序和Windows视觉设置。今天，我将向你展示如何使Windows Vista更快。在所有版本的Windows中，有很多很多的程序在后台运行，使电脑速度变慢，还有很多垃圾进入电脑，也会使电脑速度变慢，所以我将向你展示如何清除这些垃圾，停止一些启动程序，并普遍提高电脑的速度。我们要做的第一件事是看看哪些程序是在Windows启动时运行的，所以这些是你启动计算机时启动的所有程序。在这种情况下，我这里有几个，这里也有几个。如果你发现你有很多程序被列在底部，那么这可能是电脑运行缓慢的最大罪魁祸首之一，所以我们要做的是，我们要去 "开始 "按钮，然后我们要输入msconfig。这是一个非常有用的小工具，可以解决启动问题，也可以清除启动程序。所以你已经来到这个窗口，这是系统配置窗口，它给你提供了许多标签。我们感兴趣的是 "服务 "和 "启动"。我们将从服务开始。服务是轻型程序，但它们完全在Windows的后台运行，正如你从这里看到的，有很多服务在Windows中运行。其中有些你会认识，有些则不认识。我们要做的是隐藏所有微软的服务，这些都是Windows内置的，我们不想乱动它们，因为这可能会导致电脑出现问题。所以，我们把微软的隐藏起来，剩下的是一大堆其他的，你可能会发现在你的电脑中，它们都被勾选了，有些被勾选了，甚至没有被勾选，但这是你选择你做什么和不想要开始的地方。所以，在这种情况下，我这里有一个是苹果移动设备，这个是通往苹果、iPod和iPhone的，我可以做的是我可以取消勾选，我可以点击应用，现在当电脑启动时，这个就不会启动了。那些不是微软的，极不可能对电脑造成任何问题，因为它们是由第三方和其他应用程序设置的。如果你发现你取消了一个，然后，比方说，你的手机在电脑上无法被识别，你可以回去再把它勾上，然后它就会重新开始工作。所以这就是服务。我们要查的另一件事是启动项目，所以这些是经常出现在这里的程序。如果你愿意，你可以取消所有的勾选。正如你所看到的，这里有很多，我已经去取消了很多，但你可以取消所有你认识的，甚至你不认识的，像这样的东西，u-torrent，CCleaner，我想启动它们，但它们会拖慢计算机。一旦你选择了你想要和不想要的东西，你只需点击应用、好，然后就会关闭该窗口。当你重新启动计算机时，你会得到一个提示，说你刚刚使用了msconfig配置工具，可以吗，你按好，它就不会再出现了。我们要做的另一件事是清理电脑中的临时文件。所以，你可以去下载一个叫CCleaner的程序，你去ccleaner。com，下载并安装它，它就会在这里出现这个应用程序。CCleaner是一个神奇的程序。它基本上会删除系统中所有这些不同的临时性东西，它将释放出大量的磁盘空间，从而使计算机运行得更快。所以，你在这里，你离开它，默认是让所有这些东西打勾，你可能想取消勾选Cookies，因为这将是你的密码和东西被存储的地方，从你的网站上保存。你点击运行清洁器。这将

**id 85**

我不想写这个（终极团队蓝） 作者：Steve Ferrigan，2012年11月2日 我真的不想写这个。我一直试图保持耐心，等待EA解决发生的任何问题，并解决这个问题。我以为我自己想出了一个解决方案，但是，到现在为止，我的PS3完全被冻结了，我的LB永远在等待抢球并在对手的领地深处完成投篮。沮丧甚至不足以描述我的感受。这是从一周前开始的，在我下载了《FIFA 13》的一个补丁之后，该补丁应该是为了解决一些职业模式的问题。我没怎么用过这个模式，所以我不知道他们修复的是什么，但不管是什么，我下载并开始了终极团队的新比赛。我经历了技巧游戏（我似乎更喜欢传球游戏，那些愚蠢的垃圾桶！），在比赛进行了几分钟后，突然，我得到了一个 "你不再连接到EA服务器，你现在将返回到主菜单。什么？""？这很奇怪，尤其是因为我仍然连接着Playstation网络。于是我重新启动了游戏，并再次尝试。最终团队。检查!技巧游戏。检查!比赛刚开始就失去连接。检查!什么情况？为什么？怎么会发生这种情况。我记得以前在玩《FIFA 12》时也发生过这种情况，但似乎比较零星。不管是什么情况，我当晚放下了控制器，决定等到第二天再试。于是我在第二天又试了一次。第二天。再来一次，等等。在那一周里，我总共完成了3场（三场！）终极团队比赛。我真的不知道我做了什么不同的事情，能够完成这三场比赛。到了周末，我花在FIFA论坛上的时间比花在游戏上的时间还多。我发现，我并不孤单。FIFA官方论坛上充满了一个又一个关于人们遇到与我相同问题的帖子。我们想知道EA打算如何解决这个问题。(因为，你看，每当你开始一场比赛，就会从你的首发11人和你的经理身上拿走一份合同。如果合同用完了，你就不能使用该球员，直到你购买更多的合同。你可以用适当数量的硬币（通过比赛获得）或通过购买卡包并希望得到一份合同来购买更多。卡包也可以用硬币或真钱购买。我不是阴谋论者，但对于那些认为这只是EA从玩家那里得到更多钱的人来说，这可能会走入一条黑暗的道路。然后是DNF（未完成）修改器的问题。如果游戏认为你在完成比赛之前就退出了，你的DNF修改器就会下降。DNF会影响你在比赛结束时获得的金币数量，不管是赢还是输。每次我在断开连接后登录FIFA 13网络应用程序时，我都会被骂，说我的DNF修改器会下降，因为我没有完成比赛。这简直是雪上加霜）。我，被骂了。上周晚些时候，我终于把我的问题带到了论坛上，得到的是一轮又一轮的 "我也是"。我还向EA发送了一封正式的帮助请求邮件，只是为了记录我的问题。现在，如果你查看论坛，你会看到这个问题至少有一次，往往是更多次，每一页。而没有一个主题有来自EA的任何官方回应。我最终从我的客户支持电子邮件中得到了回复；这是一个美妙的、模板式的 "重新设置你的调制解调器 "和其他一些废话。这是他们给我的链接：https://help.ea.com/article/connection-n\\...注意该帮助页面上的日期，2011年。他们对自己的问题真的没有更新，是吗？于是我回到论坛，与众人共勉和愤怒。有一次，有人写道，比赛前的技能游戏似乎是问题的原因，如果你不做技能游戏，你可以毫无问题地进行比赛。几天后，我决定，"嘿，多丢几个合同又算得了什么！"于是启动了游戏。我完全一动不动地坐在那里，因为他们的技能游戏

**id 86**

我想知道是否有人能概述一下跆拳道和唐秀道的区别。我听说唐秀道更注重手的训练，而且非常强调动作的规范性，但我不确定这种说法是否正确。这纯粹是出于好奇，但这两种艺术之间有什么大的区别？\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ "没有见过自己的血流的人不适合战斗，没有听到自己的牙齿在对手的打击下嘎吱作响的声音，也没有感受到对手在他身上的全部重量 "Hoveden的罗杰，我想不出有什么 "大 "的区别。形式和血统在某种程度上有区别。我敢打赌，各个学校的教学方式之间的差异比风格本身的差异更大。\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 合气道，我们都做。"武术的主要目的始终是提高战斗力。其他的东西都是为了这个主要目的而进行的训练的辅助或结果。"Sketco 我是Kukkiwon跆拳道，我有一个朋友是Tang Soo Do。当然是形式。主要区别在于我们如何进行动作。我的踢腿更敏捷（仍然很硬很重），速度稍快。我还花了更多的时间钻研基于运动的练习，如排成一排的双脚到四脚回旋。这些练习对体育来说是很好的，但不能直接转化为自我防御。我通常以直线方式进攻，然后转弯，再进攻。我总是把我的思考过程建立在踢的距离上。我几乎没有手。坐成马步和打拳是不够的。他的踢腿仍然变得相当快。他们更有力量。他用整个身体来投掷技术。他在投掷攻击时切入角度。他利用这些角度来获得力量。他的手更接近于拳击手。我的训练更多的是基于有氧运动和强度，我们只是投掷技术并随着时间的推移不断完善。另外，我不练气功，他的气功更硬更重，节奏更慢，非常注重技术。按部就班，以自卫为基础。不是所有的TSD都是这样的，但他的组织是这样的。TKD，不要选择你看到的第一所学校，说真的，四处看看并尝试一下，我实际上在伊萨卡找到了一所很棒的跆拳道学校。虽然有一个小时的车程，但这是值得的。我在另一所唐式柔道学校训练海东胶道。我只是对不同风格之间的基本差异感到好奇。谢谢你为我概述了这一点。我很感激。唐秀道的练习者比TKD的练习者更多地用臀部踢腿，sidekick就是一个典型的例子。我认为TKD通过速度和潮流产生大量的力量，而唐秀道则使用原始臀部力量和潮流。唐秀道的练习者在踢腿时甩动臀部的次数比TKD多得多，侧踢就是一个典型的例子。我认为TKD通过价格和速度产生大量的力量，而唐秀道则使用原始臀部力量和速度。虽然这对某些TKD来说可能是真的，但并不是所有的情况，我认为主要是TSD比现代TKD更接近TKD的空手道根基。根据我的理解，他们表演的是射手道的拳法。米奇\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 引用。Originally Posted by PASmith Mitch... he's like my MAP uncle.尽管他是一个不受欢迎的叔叔，在圣诞节喝光了所有的酒，睡在沙发上放屁。引用。原文作者：Frodocious 我有凡士林和润肤露来处理任何皴裂的问题Quote:Originally Posted by finite monkey 希望只有你我和Johnno注意到，我们可以把这个令人尴尬的小...呃...事件保持在我们之间？大家好!由于我在这两个方面都有丹级（虽然现在只积极地做跆拳道），所以我想称一下。Tang Soo Do（中国手道）是日本散打的一个韩国变体。现在，随着时间的推移，它已经在散打之外找到了自己的部分身份，尽管他们仍然在练习散打的变体。韩国/日本 Kicho / Taikyo（可能拼错了） Pyong Ahn（1-5）/ Heien（1-5） Bassai（或 Passai）/ Bassia Dai Nihonchi（1-3）/ Tekki（1-3） Jindo / Gankaku Sip Soo / Jitte Just

**id 87**

几个月来一直无法发帖!我不知道为什么我今天能进入Gardenweb网站，但这是几个月来的第一次。我们已经把我们的电脑颠覆了.......，重新安装了驱动程序，尝试了不同的名字，降低了我们的安全性，与专家交谈，等等，等等，但没有任何效果。看来，这与Gardenweb没有https而不是http有关，与我们的AT&T aircard modem有关。我不知道我是否还能继续发帖，所以我现在把所有能发的都发了！哈哈，有谁以前遇到过这样的问题？我试着与处理Gardenweb问题的Tamara交谈，但她不知道有什么问题。我当然希望我能继续发帖，因为今年天气炎热、干旱，我有一百万个花园问题。如果它恢复到不让我登录的状态，谁有什么建议？谢谢注意：如果你在 Vista 上运行，右击文件并选择以管理员身份运行 TFC 在运行时将关闭所有程序，所以在开始之前确保你已经保存了所有的工作 \* 点击开始按钮开始清理过程。\* 取决于你清理临时文件的频率，执行时间应该是几秒钟到一两分钟不等。\* 请让TFC不受干扰地运行，直到它完成。一旦 TFC 完成，它应该重新启动你的计算机。如果它不这样做，请自己手动重启计算机，以确保完全清洁。如果有帮助请告诉我们，请提供你得到的错误和你使用的浏览器。RE: 几个月来一直无法发帖!从用户发布的问题描述来看，"无法进入网站 "听起来可能是DNS问题（域名服务器），浏览器没有转换它，或者是路由器/调制解调器的问题，目标是冲洗DNS缓存，使用Flush.bat脚本，它还能为网站的连接问题做很多其他有用的事情，如所列。TFC将清理所有的互联网临时文件，但不包括cookies，这可能也需要用Ccleaner或直接从浏览器中完成。我的目标是清理并看看还剩下什么，如果用户没有报告错误或浏览器，那就是猜测。RE: 几个月都没能发帖了!我不清楚你在做什么，也许你能帮助我更好地理解。我不知道你想清除的那个记录有多关键，但对于你似乎正在做的部分工作，只需重新启动我的电脑就能清除DNS记录。我试了两次，一次在XP机器上，一次在Win 7上，结果一样。建议OP通过清除浏览器中的历史记录和cookies，或者尝试其他浏览器来解决这个问题可能更容易。RE: 几个月来一直无法发帖!我不是很懂电脑。我丈夫一直在试图解决这个问题。他确实冲刷了DNS缓存，我们也清除了文件、cookies、历史记录等，等等。就像我说的，我现在能上........，但我们不知道为什么。我们有一个AT&T Aircard调制解调器。我们把它插入我们的电脑，这就是我们获得互联网接入的方式。几个月前我们对它进行了升级，所有的麻烦就是从那时开始的。我丈夫在工作时可以通过他所有的电脑和他的笔记本电脑访问该网站。但在家里，如果他用笔记本电脑上的Aircraft调制解调器，他就无法再访问该网站。因此，我们推断这与Aircard的升级有关系。他和AT&T和Sierra Wireless的几个技术人员谈过，他们都不知道发生了什么。我也无法再访问我的Photobucket账户。但今天，我突然能够登录Gardenweb，并能访问我的Photobucket账户。我们最近没有对电脑做任何改动。我丈夫认为这与Gardenweb的安全证书有关系。还有花园网只有http而没有https的事实。如果我说得不太明白，请原谅，因为我不是很懂电脑。但是........，我终于能够访问Gardenweb了，对此我很感激。我只希望不要再发生这种情况了！"。我会把你建议的所有内容打印出来，以防再次发生这种情况。RE: 几个月来一直无法发帖!我想这个问题已经解决了

**id 88**

我最喜欢的网站之一是Daytrotter.com。它背后的想法简单得令人愉快，Daytrotter是一个工作室，他们让独立乐队来参加会议，并将这些会议包装成简短的现场EP。虽然它是美国的，但那里甚至有少数猕猴桃艺术家，如The Naked & Famous , Unknown Mortal Orchestra , 和The Brunettes。对于提供这样的服务，具有国际影响力，他们应该获得所有的曝光。它曾经是完全免费的，但不幸的是，它不得不躲在付费墙后面（我可能在报告上有点落后，但我每隔几个月才去那里，一次性下载所有新的东西。）但这是一个令人难以置信的公平价格 -- 每月只需2美元就可以完全访问近2000个不同的艺术家。但在一天结束时，付费墙并不是我想引出的故事。因此，这里有卡莉-西蒙为她的Daytrotter会议录制的You're So Vain的惊人版本。这是2009年的作品，但我不知为何错过了。它是令人惊讶的 -- 我真的无法停止听它。

**id 89**

我们爱你，希望将我们的关系提升到新的水平。我们如此爱你，所以我们建立了这个联合体，写了这些文章，创造了这些卡通和视频之类的。为了你。POCHO没有 "付费墙 "或用户注册来阻止你一起玩，我们有趣的原创内容正在颠覆关于拉丁裔媒体的传统思维。你能不能给我们5美元、10美元或25美元，这样我们就可以制作更多的电子和讽刺作品？请回答？先生。波乔说，谢谢你你给我们的回报是什么？你给我们爱和LULZ，这很好。但我们想把这种关系提升到新的水平，为你们提供更多、更好的东西，但是，你看，有这样一个问题。我们需要钱来维持服务器的运行，需要钱来维持我们的伙伴们的联系，需要钱来支付邮费、法律和公司管理，这些问题不胜枚举。有一天，我们希望拥有我们需要的播客和视频制作预算，以及更新的电脑和更好的麦克风和相机，还有智能电话。还有人。我们想为人们的创造性工作支付报酬。但现在我们正在努力支付基本费用。不要忘了告诉他们我们需要新的Impala减震器我们从谷歌广告中得到一些钱，我们欢迎新的广告商，但像POCHO这样的小婴儿网站，仅靠Adsense的按次点击收入是无法弥补开支的。如果你是一个无畏的广告商，喜欢我们的风格，请点击前一句的电子邮件链接，告诉我们你的需求。但是，在大笔广告费滚滚而来之前，我们正在请求我们忠实的pochas y pochos的帮助，像你这样的人来笑，来评论，来思考，来争论，来爱和恨，来分享。本周我们有没有让你笑出声来？在你的显示器上吐出霍查塔？弄湿了你的小弟弟？在我们上线的10个月里，你是否得到了价值10美元的PURO POCHO DESMADRE？价值20美元？酷哥。那么请寄给我们5美元、10美元、50美元或100美元。在上面的表格上点击一下，然后打字。贝宝和信用卡都可以!一分钟和在星巴克的几杯饮料的价格，你会很高兴你这样做。

**id 90**

与Lush Fizzbanger Bomb一起庆祝篝火之夜 在带女孩们去看了烟花表演之后，她们完全不领情，而且还很兴奋，我需要洗个澡来放松、放松和暖和一下！幸好我收到了Lush的Fizzbanger，这是一款限量版的浴霸。值得庆幸的是，我收到了Lush的限量版浴霸The Fizzbanger，我迫不及待地想试试。它有苹果、肉桂和太妃糖的香味，是篝火之夜的特别产品。它可能看起来像一个普通的浴霸，但事实远非如此。一个淡黄色的、有甜味的炸弹，你把它扔进浴缸，它立即开始旋转，把你的水变成淡黄色。没有什么不寻常的地方，但接下来就是神奇的.....，啪啪啪！一个美丽的水蓝色出现了，你的水又变了颜色。在炸弹裂成两半之前，它变成了华丽的淡绿色。有大量的泡沫和可爱的香味，以及令人放松的啪啪/噼啪声。水在旋转，越来越多的亮蓝色出现，意味着水最终变成了亮绿色。这需要大约四五分钟的时间来完成，本身就是一场表演......我真希望能把它录下来。我的照片真的不能说明问题。那么，它为什么会这样做呢？Fizzbanger（3.20）结合了Lush最伟大的两项创新......泡泡棒和浴霸，并将这两种材料叠加在一起，使水里同时出现完全不同的效果；顶层的浴霸与泡泡棒的碎屑混合在一起，慵懒地在浴缸里起泡，留下一串软化皮肤的泡沫和气泡。 然后，你到了内层弹力层，它开始疯狂地起泡，将不同的颜色射入泡沫中，像室内烟花一样旋转起来！这看起来有点像科学实验。它看起来有点像一个科学实验，我知道我的女儿会喜欢它，所以会在卖完之前赶去买另一个。

**id 91**

FL Extra "曼联的任何失误，猫头鹰都会在那里" 分享。只剩下两场比赛和一个自动晋级的名额，对英甲联赛的谢菲尔德联队和谢菲尔德星期三来说，赌注是非常大的。排名第二的刀锋战士领先他们的城市邻居1分，但可以说是剩下的最困难的比赛，当他们在本周末欢迎追赶的史蒂文尼奇来到布拉马尔巷。赢下这场比赛，他们就能获得成功，但输掉这场比赛，"生活的球场 "团队预计，在新老板戴夫-琼斯的带领下，周三将重新焕发活力，并充分利用这一优势。周日镜报》的大卫-沃克认为："关键是谢菲尔德联队和斯蒂文尼奇的比赛，"。"如果谢菲尔德联队能够赢得比赛，他们将作为第二支自动[升级]的球队上场。[但是]以周三的情况来看，如果谢菲尔德联队在周末有任何一点闪失，猫头鹰队就会在那里了。如果我是谢菲尔德联队的球迷，我真的会担心，这对我来说是个坏消息，因为整个[切德-埃文斯强奸罪]，它是有毒的。而所有的人中，谢菲尔德星期三的缺口。"埃文斯的五年监禁判决在谢菲尔德联队引起了许多不必要的关注，尽管他被定罪，但职业足球运动员协会本周决定将埃文斯保留在年度联赛一队中，这并没有帮助他。每日镜报》的约翰-克罗斯指出："他真的应该被排除在[年度最佳阵容]之外，"。"他没有被淘汰的事实，只是让整个案件，围绕它的一切，变得更加激烈。人们的目光将再次聚集在布拉莫尔巷，这将使他们更难应对[升级战的压力]。"约翰在《每日镜报》的同事马丁-利普顿 ，希望琼斯在被卡迪夫解雇后修复自己受损的声誉时，把周三带到冠军联赛。"他觉得他必须再次向人们证明自己。他认为他在卡迪夫的表现让他受到了不好的评价。你可以立即看到，他在周三产生了影响。他是一个非常正派的人，一个顶级的足球运动员，对于像周三这样的俱乐部来说，他是合适的人选。我对谢菲尔德联队完全没有敌意，我很乐意看到戴夫-琼斯把周三带回去[上升]。点击上面的图片播放按钮，观看完整的视频讨论。评论 英国电信对网站用户上传的任何外部内容或链接不承担责任。有关其他方产品或服务的信息或链接的存在也不意味着英国电信对其他方的产品或服务有任何形式的认可。请尊重其他用户，发帖时避免使用不良语言。

**id 92**

朱丽叶-洛夫（Juliet Love）写道："随着春天的到来，现在是对您的房屋进行整修和装饰的最佳机会。庆祝温暖的天气，利用大自然作为装饰的灵感。给你的房子一个全新的外观和感觉，这将提高其整体吸引力，吸引潜在的买家。春天带来了新奇和积极的感觉，你可以在销售时利用它的优势。像往常一样，第一条规则是清除杂物，并从你的空间中移除任何不必要的个人物品--春季大扫除是必须的。然后着手创造一个诱人的家，使其看起来现代而干净。看看你目前如何使用家里的每个房间，并考虑更新你对地面空间的使用的最佳方式。令人惊讶的是，如果长期以来一直以某种方式使用，你可能看不到如何最大限度地利用空间。例如，你可以把休息室重新安排到房间的另一个地方，把太大的扶手椅移走，它很舒适但很累赘，或者用一个新的咖啡桌来更新你的房间，给房间一个新的外观。添加一块区域地毯可以界定空间，还可以掩盖下面地板的任何缺陷。春天的时尚色彩包括淡绿色和蓝色，如海泡石绿和鸭蛋蓝。漂亮、柔和的粉色也很流行，但我建议不要用这些颜色做任何永久性的东西，因为一旦出售，买家很可能想在空间里打上自己的印记。相反，可以选择这些欢快色调的装饰品，如坐垫、灯罩、地毯或窗帘。如果你需要恢复一个过时的沙发，但又没有能力重新铺设或购买一个新的沙发，一个聪明的选择是使用经济的中性色调的现成沙发套，然后你可以添加时尚的装饰品，如坐垫。因此，一个成功的房地产销售往往会归结为买家在走过房屋时的感觉。所有这些都是为了创造一种不可抗拒的体验，让购买者想要更多。修饰在这里起着至关重要的作用。简单而实惠的装饰元素，如新鲜的季节性鲜花和盆栽在你的家里，将增加气氛，并创造一个可爱的香味。随着空气变暖，你也可以打开门窗，让新鲜空气和阳光照射进来，这将使你的家焕然一新，创造一个诱人和令人振奋的环境。朱丽叶-洛夫是一位造型师和室内设计师，也是Love Style的所有者。

**id 93**

嗨，ttc2ndbaby，我们只是直接去做了。我知道他们说要等到第一次 "真正的 "AF之后，因为如果你真的怀孕了，会更容易确定日期，但我们只是想 "算了吧"，此外，丈夫经常外出工作，所以这个月也不太可能发生。你是在等你的房事，还是直接去找它？这和我们一样。我们希望明年能搬到房子里去，所以我们想先看看会发生什么，如果到明年这个时候还没有成功，我们就开始绘制温度表和使用卵棒等。我们真的希望它能尽快发生。你好，我是新来的，所以不知道任何的缩写，所以请不要介意.....，我已经服用Cilest几年了，在这之前，Microgynon 30总共服用了13年的药。 我在2012年6月15日吃了最后一片药，我有正常的停药出血，我现在正接近通常的休息周，我的乳头很痛，我一直有晕眩的感觉，很有规律......，我和我的伴侣一直有定期的无保护的性行为，所以祈祷我被抓到吧!

**id 94**

IPSWICH市手枪俱乐部 我们每月都会举行一些不同的比赛。有些比赛是滚动式的，这意味着你可以在你有时间的时候进行射击，有些比赛是每月在选定的晚上举行一次。我们的比赛分为中心射击和环形射击比赛。伊普斯维奇市手枪俱乐部为所有H类射手提供服务--A、B、C和D类。记住，每个手枪拥有者必须在俱乐部会员的每个财政年度内参加至少六次在不同日期举行的手枪射击比赛。如果你有跨越不同级别的枪支，则需要更多。转动目标手枪类型。C/F, R/F 弹药。54发 靶子。SSAA军用手枪靶 最高分：500.00 距离：7、10、15米7、10、15米 时间：每月第三周的周三下午6点 这项比赛分三个阶段进行，以不同的距离测试参赛者的不同时间。所有阶段的姿势都是站立、无支撑、自由式。

**id 95**

家庭找到父亲的宝藏 故事工具 不久前，有一段时间，父亲的角色是一个遥远的管教者。他绝不会出现在产房、换尿布或打包学校午餐。但是，时代正在发生变化。澳大利亚的爸爸们比以往任何时候都更多地参与到日常的育儿工作中，而且每个人都在收获着回报。"著名育儿教育家、畅销书（包括《养育男孩》和《新男子汉》）作者史蒂夫-比杜夫（Steve Biddulph）说："真的有一场关于父亲的文艺复兴。"我认为明天的一代将更加平等和分享，男孩更有教养，女孩更坚强，父亲在他们生活中的影响比过去粗暴和遥远的父亲大得多。"我们这一代人，即战后的一代人，是历史上受教育程度最差的一代。"在过去的30年里，父亲的时间增加了三倍，因为今天的年轻父亲重新获得了时间，并与他们的孩子亲密接触，并亲手照顾婴儿和幼儿，与孩子一起玩耍，教导和帮助他们。"在美国，研究人员发现，这种转变在社会经济地位较低的群体中最为普遍，父亲的养育之恩与日常生活中常常令人绝望的现实形成了鲜明的对比。上个月，美国家庭研究专家凯瑟琳-爱丁（Kathryn Edin）访问了昆士兰大学社会科学研究所，提出了一个关于父亲角色变化的研讨会。该研讨会是基于对美国卡姆登和费城110名低收入未婚父亲进行的为期八年的人种学研究，该研究发表在《尽力而为》一书中。埃丁教授说，关于城市贫困男子如何看待他们作为父亲的角色的揭示，颠覆了父亲的概念。这项研究揭示了对家庭生活的重新定义，其中父子关系是核心。"这些男人拒绝家庭生活的旧交易，即夫妻关系是将男人和他们的孩子联系在一起的核心，而赞成新的交易，即父子关系是核心。""她说："这些男人从父亲角色的传统方面退缩，但他们接受了父亲的柔和一面，传授爱并保持一个清晰的沟通渠道。Biddulph说，在许多文化中，深情的、亲力亲为的父亲是常态，而不是例外。"当我研究印度和太平洋地区的家庭时，我对这些文化中父亲的亲情和能力感到惊讶。在工业革命中，工作使男人远离家庭，我们失去了做父亲的诀窍，但我们正在找回这种诀窍。"虽然许多父亲更多地参与到孩子们的日常活动中，但家庭主夫仍然相对罕见。去年的一份报告发现，在84%的有工作的父母的家庭中，父亲是养家的人。虽然我们中的许多人都在庆祝留在家里的父亲的想法，但许多婴儿潮一代并不喜欢这种想法。西悉尼大学的研究人员德博拉-威尔莫尔（Deborah Wilmore）研究了65位留在家中的父亲，她发现，虽然留在家中的父亲与他们的伴侣关系密切，并接受家务劳动是他们的责任，但对他们的决定批评最严厉的是他们自己的父亲。拜伦湾35岁的留守父亲理查德说，他的父亲对他的家庭结构持高度批评态度。"我的妻子赚的钱更多，所以我们决定一旦她完成了母乳喂养，我将留在家里陪女儿，直到她上学。然后我们会再看一下情况。"我父亲无法理解这一点。他毫不掩饰地认为，换尿布或打扫卫生不是男人的工作。"理查德说，他最初对呆在家里的前景感到兴奋，因为他认为这将是 "容易的"。"我大错特错了，"他笑着说。"我以为只需要几个小时就能完成家务，然后我就可以用剩下的时间看电视，但这是相当充实的。"他和他的妻子不得不制定一些基本规则。其中一条是，除非她认为他正在伤害他们的女儿，否则她必须 "退出"。"因为她太习惯于自己做所有的事情，所以她会无意中批评。她会说我没有把衣服叠好，我就会说'嗯，已经叠好了'。

**id 96**

看看那些陷入爱情漩涡的演艺界人士，以及那些分道扬镳的演艺界人士 贾斯汀-塞鲁和詹妮弗-安妮斯顿 哦，詹妮弗-安妮斯顿与她的准丈夫贾斯汀-塞鲁在一起，看起来绝对令人惊艳！这对订婚的夫妇都穿着单色的华伦天奴，参加了在加利福尼亚州贝弗利希尔顿酒店举行的美国电影学院奖晚会，看起来比以往任何时候都更加恩爱。这对订婚的夫妇都穿着单色的华伦天奴，参加了在加州贝弗利希尔顿酒店举行的时髦的美国电影学院奖晚会，看起来比以往任何时候都更加恩爱。哈!采纳布拉德的意见!艾拉-亨德森和乔治-谢利 关于艾拉-亨德森和Union J成员乔治-谢利的约会传闻已经有一段时间了，但这对夫妇终于被拍到牵手并凝视着对方的眼睛。这张照片是在这对夫妇飞往爱情之城之前拍摄的（本周X因素的参赛者都飞往巴黎迪斯尼乐园），在那里这对爱情鸟似乎无法分开。艾拉甚至说他们两个人是彼此同步的。哦，多么深刻啊我们确实喜欢新的恋情，但你认为这两个人尽管是竞争对手，但能持久吗？只有时间会告诉我们...马克-赖特和佐伊-哈德曼 哦，那我们有什么呢？马克-赖特和佐伊-哈德曼都参加了《带我出去》。绯闻，但看起来他们需要给我们提供关于他们关系的绯闻。昨晚手拉手走在一起，这两个同事看起来就像love/s young dream。嗯，想想孩子们会有多漂亮。莱昂纳多-迪卡普里奥和艾琳-希瑟顿 莱昂纳多-迪卡普里奥已经与维多利亚的秘密模特艾琳-希瑟顿分手，因为这两人已经为他们的关系叫停。在一起仅一年后，似乎繁忙的日程安排意味着这两个人只是不能花足够的时间在一起。虽然我们知道他们会生出漂亮的宝宝，但这确实意味着莱昂纳多又回到了市场上!什么？我们可以继续做梦，不是吗？Jamie Laing and Alexandra `'Binky`' Felstead 这是昨晚《切尔西制造》的一集，Jamie Laing把他和Binky的关系搞得一团糟。尽管他向宾奇宣称他可以很容易地爱上她（在喝了几杯啤酒后，我们可能会补充！），杰米第二天明确表示，他不相信自己的感情。Argh, make your mind up boy!嗯，这两个人看起来不怎么样，但宾基可以做得更好。糊涂？是的，我们也有一点儿困惑......贾斯汀-比伯（Justin Bieber） 哦，不！这对名流土地上最可爱的情侣已经分手了？昨天，贾斯汀-比伯在推特上发了一张自己的照片，标题是 "Lingse/"，一些粉丝认为这是单身的变形词。他很快就删除了这个帖子，取而代之的是这张标题为 "Just me\"的照片。这对夫妇已经有一段时间没有被拍到在一起了，所以我们担心情况会变得更糟！但是我们猜测贾斯汀会有更多的机会。但我们猜测Justin并不缺钱，女士们？凯蒂-普莱斯和莱昂德罗-佩纳 根据她的前男友莱昂德罗-佩纳的说法，她是这样的!凯蒂-普莱斯在本周早些时候宣布两人已经分手，但她的玩具男孩的情人并没有不战而屈人之兵!莱昂德罗在接受南美一家杂志采访时说："我离开她只是因为她是个疯子。凯蒂的大脑线路不对，或者线路连接不正确。我们无法想象凯蒂对这一评论有多高兴......庆祝婚礼，乡村婚礼，意大利南部，2012年10月，婚礼，意大利，名人婚礼，杰西卡-贝尔，贾斯汀-廷伯莱克，订婚，2012年 杰西卡-贝尔和贾斯汀-廷伯莱克出席2012年Met Ball Gala - Cosmopolitan 今年（到目前为止）的好莱坞婚礼已经发生了！在朋友和家人飞出大山之后，他们的婚礼也随之结束。在朋友和家人集体飞往意大利南部进行了长达一个周末的庆祝活动之后，JT和长期女友杰西卡-贝尔在一个朴素的仪式上结了婚。一份给People.com的声明写道。\结婚的感觉真好，仪式很美，被我们的家人和朋友包围是如此特别。祝贺你！Russell Crowe和Danielle Spencer 又一桩好莱坞婚姻被尘封了，据说Russell Crowe和他的妻子

**id 97**

注：佩德菲尔德乡村别墅的平面图显示，主人住在同一所房子里，但有一个单独的侧翼。餐厅配备了冰箱、微波炉、烤面包机和水壶，但没有厨房。我们为那些希望在晚上外出就餐的人提供半自助餐，或者在夏天可以使用天井里的烧烤炉。平面图还显示，这里只有一个带淋浴、浴缸、马桶和带一个洗手盆的浴室。佩德菲尔德乡村别墅是一个可爱的宽敞的别墅，建于1909年，保留了原有的氛围，适合那些欣赏和尊重佩德菲尔德乡村别墅所提供的东西的客人。感谢你们在我在剑桥期间的盛情款待！我很喜欢你们的房子，以及你们那令人难以置信的美景。我喜欢你的房子和美妙的景色......但最重要的是你可爱的欢迎，使我的访问如此难忘！我还会再来的。我还会再来的。发布时间：2012-10-17 23:43 作者：Elizabeth - NZ 谢谢你们的热情接待！苏、菲尔和本-罗斯以及他们的家人都很热情。苏、菲尔和本-罗斯以及苏的父母欧文和罗宾......谢谢你，林达!多么令人愉快的宁静的农村环境。服务一流!Posted: 2012-09-16 18:30 by Sue Havelock North NZ 多么可爱的一次住宿......我们不可能选择一个更好的地方来放松自己，享受环境，忘记我们繁忙的城市生活。谢谢你的热情款待。林达--你是一个自然的奇迹!Posted: 2012-08-13 13:07 by Jess Sanders & Summer - AUSTRALIA PEDFIELD\_COUNTRY\_HOUSE managed by Location Guest comments Pedfield was posted as max 6 pp,but she agreed to take 8 of us.We found that it was a challenge to share a combined toilet and bathroom during our 3d/n stay there.For future hirers, just be aware that you don't have access to the kitchen and there is only one basin in the bathroom.我们中的一个人从柜子里拿了毛巾--如果她不想让我们使用其他东西，她应该把柜子锁上。她告诉我们，她会负责清洁。我们不会再回到佩德菲尔德，我的营销也明确指出，请按照你们找到的方式离开我的家......当你们都离开时，餐厅和卧室里有很多垃圾，而且有一间卧室的地板上有碎屑。我已经享受了近5年的住宿业务，从来没有经历过不尊重他人边界、财产或家庭的客人，这让我不愿意再让青少年住在我的家里，也不愿意接待那些要求睡在6个以上的客人。

**id 98**

最佳答案 - 由提问者选择 切片面包是从商店买来的，已经切好了。在你能买到切片面包之前，人们会买整个面包，然后带回家自己切片。我怀疑刀（或切割工具）是在面包之前发明的。在大规模生产切片面包之前，人们购买或烘烤整个面包并自己切片。显然，拥有均匀的预切面包是一件非常重要的事情，因此，我们都知道并喜欢这句话。"切片面包是为了方便而预先切好并包装好的面包。它于1928年首次出售，被宣传为 "自面包被包装以来烘焙业最大的进步"。另外，这也导致了一个流行的说法，"自切片面包以来最伟大的东西"."以前，我认为人们习惯于直接抓住面包并将其掰开。就像你在《弗林斯通》电视卡通节目中看到的弗雷德-弗林斯通的做法。

**id 99**

邮政导航 新NHS的形态--昨天公布的两份关键文件 自2010年5月上台以来，英国联合政府已开始对整个英格兰的NHS工作方式进行一些影响深远的改革。在没有太多细节的情况下，新的英国国家医疗服务系统的一个关键特征是新的国家医疗服务系统委托委员会，该委员会将监督一系列地方机构如何合作，为其社区提供医疗服务。昨天，我们在卫生部参加了第一份任务书的发布，该任务书将确定委员会从2013年4月开始的两年内的优先事项。昨天还发布了第二份文件--为下一年（从2013年4月开始）更新的国家医疗服务系统成果框架，该框架通过提供国家医疗服务系统表现的概述来补充任务规定。我们一直在仔细研究这两份极为重要的文件，以了解它们可能对癌症患者产生的影响。 下面是我们对事情的第一个看法。任务--对病人的好消息 在经过24小时消化其内容之后，我们对最终任务中与癌症有关的措施大致感到满意。有一个非常重要的项目，出现在早期的草案中，我们非常希望在最终版本中看到这个项目，即确保国家医疗服务体系促进和支持研究的目标。研究是改善癌症患者状况的基础。在过去的40年里，癌症存活率翻了一番，这主要是由于通过研究和临床试验取得的进展。除此之外，最近的一项调查显示，绝大多数与医生讨论过研究或试验的人都很高兴被问到。我们也很高兴董事会被特别要求为参加由政府资助的研究以及由英国癌症研究协会等慈善伙伴资助的NHS患者支付治疗费用。政府还设定了一个新的目标--英格兰将成为欧洲在防止过早死亡方面最成功的国家之一。正如我们之前在本博客中所论述的那样，我们认为委员会应该优先考虑癌症的早期诊断，以确保政府在2014/15年之前实现每年因癌症而多挽救5000人的目标。我们也很高兴委员会被要求维护患者的权利，如癌症和诊断测试的等待时间。这对于提供优质护理和减少患者的焦虑非常重要，我们将继续密切监测。任务规定还包括其他一些值得关注的问题。委员会在法律上有义务：确保病人在需要时获得正确的治疗；减少医院之间可避免的死亡的不合理差异；让人们参与自己的护理；改善技术的使用；衡量和了解人们对他们所接受的护理的真实感受，并采取行动解决不良表现；维护癌症等待时间；嵌入病人安全文化，并鼓励公众的健康行为，如不吸烟。委员会的下一步是制定一个业务计划，详细说明如何实现这些目标。这需要在4月NHS改革全面生效时做好准备。一个积极的结果？更新的NHS成果框架对癌症患者来说也是一个好消息。这规定了NHS将如何衡量进展和成功，而这些衡量标准，或称之为 "指标"，是绝对重要的。就癌症而言，有一些新的指标，应该能让委员会更好地关注事情。新文件现在有涵盖所有癌症的一年和五年生存率的指标，但也有单独的乳腺癌、肺癌和肠癌的一年和五年生存率，这些都是最常见的癌症类型。总的来说，这些指标将帮助委员会分析在改善所有类型癌症的生存率方面取得的进展，并查看不太常见的类型的生存率是否以与其他类型相同的速度在改善。但除此之外，我们很高兴听到政府希望这些指标能在地方层面上使用，以衡量新的临床委托团体的表现。因此，我们希望所有癌症的1年和5年生存率能够尽快被纳入新的成果框架，以衡量CCG。最后一个好消息是--政府也在努力制定一个新的指标，以首次衡量儿童癌症的生存率。 癌症导致1-14岁儿童死亡的人数比任何其他原因都多，在这个年龄组的死亡中占21%，而在这个年龄组的死亡中占18%。

**id 100**

2012年9月7日星期五，我们这次的食谱交换集中在甜点上。我被分配到Reguieiro夫人的盘子里的这些花生酱士力架饼干，我必须说，我做这些饼干时非常兴奋。我妈妈以前做士力架饼干时，每块饼干里都有一整块迷你士力架，非常好吃。这些饼干略有不同，但味道仍然相似。正如预期的那样，这些饼干的味道很好，是一种很好的饭后甜点。我遇到的唯一问题是，它们在转移到钢丝架上时非常脆弱，但这并不是太大的问题。我只是马上吃了一些碎屑！"。2.在一个小碗里，将面粉、小苏打、泡打粉和盐混合。放在一边。3.在一个立式搅拌机的碗里，将黄油和花生酱混合在一起，直到光滑。然后加入糖和淡红糖，搅拌至轻盈和蓬松。加入鸡蛋、牛奶和香草精，搅拌均匀。4.4. 将干原料慢慢加入湿原料中。搅拌均匀。5.加入切碎的士力架和巧克力片搅拌。6.用一个1汤匙的饼干勺，把饼干丢到准备好的烤盘上。用木勺的背面轻轻压住每一块。烘烤10-11分钟，直到边缘开始变成金黄色。7.在烤盘上烤5分钟，然后转移到网架上完全冷却。Pin It 2012年9月3日 星期一 我想尝试做自制意大利面条，这很有趣，因为我实际上从来没有真正喜欢过它们。显然，我丈夫也不喜欢。我妈妈从来不允许我们吃这些东西（或任何Chef Boyardee产品），当我长大后尝试这些东西时，我明白了原因。恶心。然而，在看了这个食谱后，我知道我会喜欢它，因为它基本上是以番茄汤为基础的意大利面。当我儿子长大了，开始要求吃这样的东西，因为他的朋友们都吃，我可以给他做这个，希望能骗过他。我真的不想给他吃满是防腐剂的饭菜，因为我可以很容易地自己做。我担心这东西会太稠，但是当我们哄儿子睡觉的时候，我让它在炉子上用小火加热，它变得很稠。2012年8月31日，星期五 我最近对花生酱和燕麦片都有点着迷了。这些饼干把这两者完美地结合在一起。老实说，这些饼干是我做过的最好的一些饼干。它们很软，而且馅料真的把花生酱的味道推到了顶端。它们的味道就像一个伟大的自制版本的花生酱！你的朋友也会喜欢它们。你的朋友也会喜欢它们。至少，我的朋友是这样告诉我的:)这些饼干可能看起来很费劲，但它们真的不费劲。如果需要的话，这个配方也很容易翻倍或翻三倍。做法。1.将烤箱预热到350度。在烤盘上喷上烹饪喷雾，或用羊皮纸铺好，放在一边。2.将面粉、小苏打、泡打粉和盐放在一个小碗里搅拌均匀。3.在一个装有搅拌器的碗里，用中速将黄油、花生酱、糖和红糖一起搅拌，直到轻盈蓬松。4.4.加入鸡蛋和香草，混合均匀。5.5.加入面粉混合物，用低速搅拌至混合。6.6.加入燕麦，搅拌均匀。7.7.用一个小的饼干勺，把饼干面团分出来（每个约2茶匙），然后揉成一个球。将每块饼干放在烤盘上。烘烤10分钟，在烘烤过程中旋转烤盘，直到饼干呈浅金黄色。8.8. 在烤盘上冷却5分钟，然后转移到网架上完全冷却。用剩下的面团重复做。9.9.一旦饼干完全冷却，制作馅料。将黄油、花生酱和糖果糖放在一起搅拌，直到混合。加入重磅奶油，搅拌至平滑和蓬松。10.在一块饼干的底部涂上一层糖霜，然后在顶部添加一块大小相近的饼干，并将其压在一起，直到馅料到达边缘。重复做剩下的饼干。2012年8月30日，星期四 我最近非常喜欢烤面包。我相信这种痴迷会持续到凉爽的时候

**id 101**

Home Brew退出音乐界拍电影?????2012年11月19日 有传言说，阿文戴尔最畅销的男孩乐队Home Brew Crew正在退出音乐，准备拍电影？我不知道这是怎么回事。总之，看他们的新视频（红地毯上拉屎的山羊的精彩客串），看看你对这一切有什么看法。Based On A Brew Story 这张专辑将是我们最后一张专辑。如果你想让我们做一个关于它的浪漫悲剧，请分享这个。

**id 102**

产品介绍 Amazon.ca 回想起来，乔治-西顿改编的《乡村姑娘》似乎是为了证明宾-克罗斯比和格蕾丝-凯莉都能演戏而拍摄的电影。这个故事讲述了一个酗酒的演员兼歌手（Crosby）和他长期忍受的妻子（Kelly）的故事，当他得到第二次成名的机会时，他们的婚姻受到了考验，Clifford Odets的这部戏剧充满了曲折，旨在让演员得到艰苦的锻炼，其中有隐藏的秘密、痛苦的爱情故事，以及对酗酒的恐怖的坦率描述。Crosby和Kelly在这一角色中大展身手（这得益于坚如磐石的William Holden的帮助），两人都获得了荣誉，成为他们职业生涯的亮点。克罗斯比因将其迷人的人格魅力发挥得淋漓尽致而受到赞扬，但凯利却抢走了风头，可能是因为当时她是演艺界最勤奋的女性之一。1954年，这位女演员出演了四部电影，包括阿尔弗雷德-希区柯克的经典之作《谋杀电话》和《后窗》，并在《正午》和《莫甘娜》中担任出色的配角后终于登上了女主角的位置。不过，在典型的好莱坞时尚中，只有当凯利用朴素的衣服和低调的发型掩盖她惊人的美貌时，她才被认真对待，并获得了奥斯卡最佳女主角奖--这是有史以来竞争最激烈的奖项之一，因为她击败了复出明星朱迪-加兰在《一个明星的诞生》中的凶猛表演。--几年前，弗兰克-埃尔金（宾-克罗斯比）是一位成功的歌手和演员，但一场悲剧使他变成了一个酗酒的失败者，他的妻子乔治（格蕾丝-凯利）变成了一个痛苦的泼妇。一位年轻的百老汇导演（威廉-霍尔登）希望弗兰克出演他的新剧，但弗兰克的酗酒和他不合作的妻子可能意味着灾难。这部严酷而感人的戏剧中，宾和格蕾丝都扮演了反面角色，他们都很出色。宾饰演的软弱无能的人非常真诚，而格蕾丝饰演的唠叨的妻子也很到位。她赢得了最佳女主角，而他被提名为最佳男主角。两年后，两人在《上流社会》中再次合作，扮演无忧无虑的社会名流，显示了他们的多面性。威廉-霍尔登（William Holden）出色地扮演了要求严格的导演，他让弗兰克有了很好的表现，也让愤怒的乔治动摇了。剧本借鉴了内疚、酗酒和赎罪的主题，黑白摄影强调了弗兰克和乔治的苦难。这是一部非常好的、发人深省的电影。4.5颗星。"乡下姑娘》是派拉蒙公司辉煌的图书目录中最优秀的影片之一；这是一个具有演艺界背景的凄美的爱情故事，由Bing Crosby主演，与他一贯的轻松愉快的形式截然不同。Crosby扮演Frank Elgin，一个曾经的音乐喜剧传奇人物，现在在喝酒和对一个黑暗的秘密感到内疚的焦虑中勉强维持着。乔治（格蕾丝-凯利）是弗兰克感情上的妻子，也是他生活中唯一的希望之光。伯尼-多德（威廉-霍尔登）是一个百老汇新剧的寄生虫导演，为弗兰克提供了最后的机会，使他得以大展宏图。伯尼认为乔治是造成弗兰克孤独的原因，故意不让她靠近，结果是两人之间正在酝酿一场不太可能发生的恋情。虽然格蕾丝-凯利在乔治这个关键角色中表现出色，但她的表演缺乏朱迪-加兰在1954年《一个明星的诞生》中对埃丝特-博格特的表现，也没有格洛丽亚-斯万森在《日落大道》中的狂热表现--后两者在奥斯卡奖上与凯利相对提名了最佳女演员。最终，凯利与小金人光头走了，现在回想起来，这是一个错误的判断。这部由乔治-西顿（George Seaton）执导的经典之作改编自即兴剧作家克利福德-奥德特（Clifford Odet）的剧本，并有哈罗德-阿伦（Harold Arlen）和维克多-杨（Victor Young）的精彩配乐，是一部深刻而激动人心的电影戏剧。这张光盘的视频质量有很多值得高兴的地方。在全屏呈现的情况下，影片的大部分内容都呈现出清晰的黑白图像，并有一个很好的

**id 103**

几个月前，我坐在惠康收藏品咖啡馆（一家可爱的咖啡馆，尽管小蛋糕似乎价格过高，有时我去路那边的贵格咖啡馆喝汤），聊了几个小时。与我通常冗长、混乱和无意义的谈话不同，这是由一位名叫亚历克斯的好男人记录的，他把一本名为《芥末》的优秀杂志放在一起。阿兰-摩尔的《多吉姆逻辑》的读者会知道他的工作。这里有一段摘录（是的，摘录，完整的采访长得离谱）。我插播它不仅仅是为了用我的话来折磨你，而是为了插播Alex的优秀作品。前几期包括对艾伦-摩尔、李和赫林以及约翰-劳埃德的采访。他们可以从这里获得http://www.mustardweb.org/，就像本期的完整版本一样。你的第一次电视演出是什么？我做的第一件电视节目是为第四频道的《Dotcomedy》写稿，由Gail Porter和Chris Addison主持，这不是一个好节目。然后我被邀请参加《11点秀》。我做的第一件事是模仿约翰-皮尔，回忆为波尔布特做迪斯科舞厅的DJ--那是和黛西-多诺万一起做的，她有一种天生的能力，在笑点之前就打断了。然后我被邀请为他们写作。我发现作家并不一定要为糟糕的节目负责，这一点很吸引人。在那之前，我一直很天真地看着糟糕的节目，心想："我不能相信我的朋友写了这些垃圾。但后来你看到了这个过程，它确保只有最平庸和最平庸的攻击性的东西被从任何好的想法中筛选出来。你最喜欢做单口相声，还是你现在更看重自己是一个主持人？我不认为我有什么时候是舒服的（笑）。我想我认为自己是一个单口相声演员，不管这意味着什么，但我的节目已经改变了很多。科学节目仍然是正式的单口相声，但肯定不是主流意义上的。我永远不会在O2的舞台上跳来跳去地谈论量子力学。我很喜欢和布莱恩-考克斯一起做广播节目，但我不是一个真正的主持人。我很幸运地被邀请上电台，谈论伯特兰-罗素或人类基因组测序。但我不认为它们是不同的职业；无论哪种方式，都是我在说话，但在广播中，他们可以编辑掉那些胡乱的部分。你在喜剧方面的目标是什么，你在做什么？当我在90年代初开始时，我就爱上了单口相声。我十几岁的时候就看过所有的另类东西，去了伦敦的俱乐部。我不认为我想得更远，"哇，如果真的能拿钱做单口相声，那不是很好吗！但当然，每当你达到一个目标，你会想要更多。90年代末，我离开了单口相声；一切都变了，巡回演出变得更加主流。我认为喜剧泡沫破灭了......留下了大量的观察性碎片。我喜欢成为一个政治喜剧演员的想法，并以此为动力。然后我失去了这一点，并没有真正知道我在做什么。我曾经和高富帅喜剧演员威尔-史密斯混在一起；我们很高兴在肯蒂什镇为一场演出赚取18美元，但似乎有越来越多的人知道他们做了多少场演出，说："这是我第312场演出，我在Jongleurs演出。我变得疏远了，因为它是人们公开的职业道路，我几乎放弃了它。你认为现在的政治喜剧少了吗？当然，当我回头看八十年代的《Time Out》或《Spare Rib》时，我看到它是多么的政治化，有这种奇妙的愤怒。这些天来，主流并不真正关心它。它出现在许多其他人的作品中，但你不一定会称他们为 "政治喜剧演员"，因为现在的分工更加模糊了。如果你有政治倾向，最困难的事情之一--在任何行业，特别是在喜剧中--是拒绝大量的钱。我主要是不做

**id 104**

我非常荣幸被邀请参加Wits公共利益法集会。我希望感谢SERI的邀请。我们一直很清楚，只有当穷人在社会中建立起自己的力量时，才会有认真对待穷人生活的法律和政策。我们也一直很清楚，只有当穷人保持长期的组织和强大的力量时，才会有实施进步的法律和政策的政治意愿。法律是一个我们无法回避的斗争场所。由于市政当局和土地所有者通常把穷人当作法律之下的人，我们经常能够在法庭上赢得重要的胜利。由于我们在法庭上取得的胜利，许多人得以留在自己的家中和土地上。但是，向法院申诉，以及向愿意接受穷人指导的律师申诉，是经过多年组织的结果。我们对当时的 "贫民窟法案 "的诉讼，是多年来为城市权利而斗争的结果。大多数穷人没有机会诉诸法院。在大多数情况下，当穷人找到一个律师时，该律师会想为所谓的客户做出决定，而不咨询他们。事实上，无偿服务的律师经常与市政当局或土地所有者一起做出关于穷人的决定，好像市政当局或土地所有者是他们的合作伙伴，而穷人的要求是问题所在。Abahlali有一个很好的经验，那就是作为有组织的穷人之外的棚户区居民和作为有组织的穷人中的棚户区居民之间有什么区别。对法律工作者来说，与有组织的穷人一起工作总是比与无组织的穷人一起工作容易得多。对于像Abahlali这样有组织的运动来说，与法律机构和从业人员合作也要容易得多。正是组织使基层活动家和法律活动家之间的真正团结成为可能。作为穷人，我们不能为自己思考的想法继续毁坏着我们的社会。我们应该在窝棚里保持沉默，等待政府、律师、非政府组织和其他人为我们思考，为我们决定，为我们行动。当我们坚持要在所有影响我们的讨论中占据自己的位置时，我们的存在就会造成危机。我们发现，我们被当作儿童或罪犯对待。我们在这些讨论中的存在造成危机的原因是，人们认为，作为棚户区居民，我们首先应该知道自己的位置，而这个位置就是在棚户区。Abahlali拒绝被限制在棚户区的黑暗角落里，这不仅受到国家的质疑，也受到一些民间社会组织、倒退的左派的质疑，当然也受到一些法律工作者的质疑。这些专家中的许多人认为，为穷人思考、行动、代表和决定是他们的职责。对这些人来说，争取一个更好的社会的斗争是不同专家群体之间的斗争。他们认为，作为穷人，我们唯一的作用是支持正确的专家团体。对我们来说，争取一个更好的社会的斗争始于这样的想法：每个人都很重要，每个人都有一些权利参与所有影响他们的决策。Abahlali最近经历了来自一个 "人权组织 "的非常破坏性和不尊重的待遇。我们找到这个特定的组织，要求他们协助我们进行法院的拦截。该组织的律师与我们的客户进行了预约。当客户在约定的时间到来时，她却没有时间接待自己的客户。她甚至没有为延误而道歉。仿佛她认为只有她的时间是重要的，而穷人没有自己的承诺。事实上，对一些人来说，上班迟到可能意味着失去工作。当这位律师最终来见客户时，她说："如果社区成员在没有正当理由的情况下阻止市政当局执行重要的任务，如测量房产和铺设下水道，那么请注意，我们不能对这样的事情提出质疑。你必须遵守合法的程序，否则，如果市政当局表明你在干扰或造成不合理的阻碍，任何法庭都不会受理你的论点。我们无法为你辩护任何不必要的阻碍施工的行为'。她接着说："当你给我发电子邮件时，请不要在电子邮件上抄袭其他人，因为我与这件事没有关系。我是直接与客户沟通的。在这样的情况下，本应代表我们的律师却在支持压迫我们的制度。

**id 105**

必须启用JavaScript，以便你在全功能的标准视图中使用www.businesslistingnow.com。然而，你的浏览器似乎禁用或不支持JavaScript。要使用全功能的标准视图，请通过改变你的浏览器选项启用JavaScript，然后再试。2012年11月25日，除非你住在港口附近，否则你将需要卡纳维拉尔港的邮轮停车场。你带着沉重的行李，登船时间还没有开始。当你在等待登船时间时没有地方住，这可能是特别困难的。检查船坞内的可用服务。它应该接近于离船坞几分钟的车程或步行。当你要爬上船的时候，你需要有一个地方来放置你不会带上船的东西。除了你的车之外，还有一些东西可能会在乘坐过程中与你在一起，但在度假时不会带在身上，这些东西可能因人而异。要点是，你需要一个地方来放置这些东西。除此之外，如果你住得离港口很远，你肯定需要在等待时有个地方休息。当你到达停靠港时，乘客不会被立即叫到船上去，而是要马上上船。也正因为如此，你需要一个地方来停车，直到你需要登船。像这样的服务将是非常有用的，特别是当你有一些东西，你宁愿放在其他地方，或者在整个航程中不带在身边。这里的安全是你的首要考虑。请记住，你将离开你的贵重物品。他们的安全是正确的，以防止盗窃和其他错误的进入。你不希望你的贵重物品丢失。你不希望回到卡纳维拉尔港停车场时，才发现已经没有东西可以回来了，因为你的贵重物品已经不见了。从这个意义上说，你别无选择，只能起诉该机构的疏忽行为。当你在船上的甲板上闲逛时，他们的工作就是看管你的财物。另一个可以帮助你确认该机构的良好服务的方法是Better Business Bureau。检查该地区是否有任何可用的机构被列入更好商业局。如果你得到的机构是由该局认可的，那就更好，因为这意味着他们是一个高质量的机构。在涉及到这样的服务时，他们已经通过了委员会的严格标准。该机构应该能够为你和其他乘客提供到船坞的转移方式。同样的，当你在旅行结束后从船上下来的时候也是如此。提前安排卡纳维拉尔港邮轮停车服务，这样你在度假当天就不会有任何问题。如果您需要或负担得起卡纳维拉尔港邮轮停车费，请来Park-N-Cruise。我们提供班车和行李服务，更多信息可在http://www.port-canaveral-parking.com。

**id 106**

这段视频是YogaSynergy脊柱运动序列的第18部分，由物理治疗师和Yoga Synergy的主任Simon Borg-Olivier教授，他在世界各地的课程中亲自授课，也在RMIT大学的在线课程和YogaSynergy的在线课程中教授，这些课程称为瑜伽基础和瑜伽的应用解剖学和生理学。在这个视频博客中，我们将研究 "战士姿势"（Uthita Virabhadrasana），这个姿势在许多瑜伽传统中常用，是Sri K Pattabhi Jois的Ashtanga Vinyasa瑜伽系统的 "向太阳致敬B序列"（Surya Namaskar B）的核心。经过编辑的视频记录和注释。"我现在把我的左脚跟放在地上。我再次 "用我的脚伸展垫子"（通过将我的 "坐骨 "推开，但放松我的骨盆底）。我要来一个延伸脊柱的动作。我将尝试延伸脊柱（向后弯曲），就像在'眼镜蛇姿势'（Bhujangasana）中一样，从脊柱最僵硬的部分开始，这通常是在我背部中间的位置（见下文注释1）。"我正在用手指测试我的脊柱最僵硬的部分在哪里（通过感觉哪些椎体可以移动，哪些椎体没有移动），我发现我的脊柱最僵硬的部分是在肋骨的底部附近（胸腔交界处）。然后从我背部的那个区域开始，我试着伸展我的脊柱（我要通过拉长身体的前部来向后弯曲，最好是不缩短身体的后部）。"我正在'用脚拉伸垫子'（通过推开'坐骨'和放松骨盆底，以便对会阴处的mula bandha的肌肉成分进行'拉伸'反射性激活，而不是asvini mudra（肛门）、vajroli mudra（男性的尿道）或sahajroli mudra（女性的尿道））。"右脚（'坐骨'）向前推，左脚（'坐骨'）向后推，可以激活右髋关节前面的肌肉（髋关节屈伸）和左髋关节后面的肌肉（髋关节伸张）。这个动作也通过 "拉伸 "反射激活躯干前面的肌肉（脊柱屈肌）和躯干后面的肌肉（脊柱伸肌）（见下文注2）。"'用脚拉伸垫子'（在进入姿势的同时），我上来进入脊柱伸展状态（向后弯曲，同时尽量使前面的延长超过后面的缩短），我把腋下（肩膀）向前和向上，以进一步牵引（延长）脊柱，给腹部肌肉以'拉伸'反射激活（即这给你一个强壮的腹部，摸起来很结实，但仍然允许你用横隔膜自然呼吸，不会使你感到紧张）。"然后我向腹部（横膈膜）呼吸，它使我保持放松（通过相互放松腹部呼气的肌肉，这些肌肉容易限制和压迫脊柱--见注2）。然后我把手臂抬起来（把肩胛骨抬起来超过耳朵（肩胛骨抬高）对拉长脊柱至关重要。Sri BKS Iyengar在他的经典文章《瑜伽之光》中漂亮地演示了这一点。然而，对大多数人来说，重要的是也要将肩胛骨向前移动（肩胛骨收缩），以便在以这种方式抬起肩膀时相互释放颈部的任何过度紧张）。"注1：从每一个椎体延伸和拉长都很重要。在这段视频中，我提到脊柱的一个常见的僵硬部位是在背部中间的腰胸椎交界处附近。大多数人背部的另一个重要僵硬区域是L5-S1的脊柱下部，它往往总是向后推，往往只能向后弯曲（太容易了），而且往往有椎间盘压迫，会冲撞（压迫）神经，导致疼痛和障碍。

**id 107**

~ 花园 鲜花 英国生活方式 季节性的欢迎花圈.....过去几周一直很灿烂，阳光普照，不太冷，所以今年的秋叶颜色特别漂亮。我决定用一个新的门花圈来庆祝这壮观的色彩，以欢迎朋友和家人来我家。这个简单的花环花了我不到15分钟的时间来组装。我使用了一个质朴的树枝心形花环，一个木制的 "欢迎 "心和不到2米长的Jane Means华丽丝带（10毫米Vibrant缝制的土耳其棕色和15毫米Grosgain棕色和橙色条纹）以及一小段花艺线来固定蝴蝶结。我对这个结果相当满意。你觉得怎么样？在接下来的几周里，我将把一个令人惊叹但简单的圣诞门环的 "方法 "放在一起，任何人都可以做。哦，我是不是提到了 "C "字！？好了，现在只有60个睡眠时间了，而且还在计算中！亲切问候Kat x .s 记住，在博客文章之间，你可以在Facebook和Twitter上与我保持联系（图片来源--所有图片由Kat Weatherill拍摄--如果你使用这些图片，请添加一个链接回到这个网站--谢谢 x ）秋天的所有鲜艳的光彩.....。有一件事你可以对大自然母亲说，她知道如何在一个色彩缤纷的季节开始！今天在一个干燥的时刻，我漫步在一个小巷子里。今天，在一个干燥的时刻，我拿着剪子走进我的花园，创造一个小花园花束，但我不想要通常的秋季色调，只有红色和橙色，我并没有对我发现的东西感到失望。分享这一点。喜欢这个。新的开始 .....首先让我为我在9月份的缺席表示歉意。经过一个繁忙的学校假期和四处奔波的夏天，确保我10岁的儿子没有机会说'我很无聊！'。没有时间计划博客文章，也没有时间带着记事本和相机离开家，这让我有机会反思过去的几个月和几年。过去有些时刻我想永远记住，有些时刻仍然让我难过。我有时间在精神上把事情装起来，也有时间意识到，有些事情从根本上说是你的一部分，你可以逃避，但你不能隐藏！"。几个星期前，我回到我的阁楼，坐在地板上，拿着8年来的花园设计，翻看每一个设计，我可以看到我是如何发展的，但也可以看到我在早期的时候是多么的热情。随着我的第一个设计和景观设计业务的发展，我的激情逐渐被日常业务的需要所取代，越来越多地参与到账目和管理多达20名员工的工作中，使我疲惫不堪，我接受了出售业务是正确的做法。我也意识到我是多么怀念创造性的工作，设计花园几乎是我个人的蓝图。因此，是时候推开通往我生活的下一部分的大门了，我已经瞥见它有一段时间了，但现在感觉时机已到.....。在深呼吸之后，我建立了自己的花园设计业务，目前我正在与新客户合作，并为业务的未来制定了计划，这让我感到兴奋和振奋.....。我将继续写博客，并带着我的相机到处走。再见，感谢你花时间阅读我的博客，感谢你所有可爱的评论、善意的话语和支持.....，谢谢你，Kat x .s 记得你可以在博客文章之间在Facebook和Twitter上与我保持联系（图片来源：Kat Weatherill的所有图片 -- 如果你使用任何这些图片，请添加一个链接回到这个网站 -- 谢谢你 x )

**id 108**

已解决的问题 为什么每个人在这个世界上都必须是自私的？我的意思是生命是什么？我们都吃同样的食物，走同样的路，喝同样的水，只是心态和外表不同。然而，每个人都是自私的，，为什么人们不能关心别人呢？我的意思是自私有什么意义呢？补充说明 最佳答案 - 由提问者选择 true....，人们都很吝啬，很多人的心态就是如何利用/利用别人......，但每个人都不是....，这也不应该让你不开心。让人们的行为单独照顾自己，，聪明点，照顾好你身边的人 其他答案（12） 我认为自私是人类生存本性的一部分。在最基本的层面上，人们是自私的，以满足自己的衣食住行的需要。在更高的层次上，它是自我实现，使人们有生活的目的。人们通过慈善工作关心他人；另一方面，它也是灵魂的食物，因为它也给提供这种工作的人以满足。人们改善自己生活的愿望可以被用来改善其他人的生活。自私是人类生存本能的一部分。然而，自私的结果可能只对某些人有利，也可能对更多的人有利。我相信，我们都是根据自己的利益行事。答案可能是，他们选择了自私。我个人并不觉得自己对大多数我不认识的人有什么责任，而且我关心自己绝对比关心他们多。我也不太理解这种逻辑上的跳跃。我们都是相似的，因此我们应该关心对方。我也喜欢这样一个悖论：似乎无私的人是那些想要改变其他人的人，这样世界就会变成他们想要的样子。如果每个人总是为了共同的利益而行动，我们可能会创造一个沉闷的世界，这不符合我的口味，我认为这是一个更大问题的症状。每个人都在死亡（字面意思），以显示他们在这一生中有目的、有理由、有重要性。对一些人来说，这可能意味着将自己投射到另一个 "普通 "的生命之上。这看起来像是成就或改善生活；像是一个目的。看看正在发生的囤积金钱和阶级斗争。人们可能非常害怕毫无意义的存在。但它也可以是非常自由的，IMHO。我想如果你想知道答案，你必须定义什么是自私的意思。通过考虑如何为自己提供食物、衣服和食物，"为自己着想 "是否是自私的？这样做，你是非常自私的，因为你把自己当成了其他人的负担。完全无视自己的需要，从而把负担放在别人身上，让他们帮助你、维持你、供养你，这是不是 "不自私"？在我们每一个人首先关心自己之前，关心他人是没有意义的。如果我挨饿、受冻、生病，我就不能帮助其他人。有时（我知道这很难），与其希望我们能像你提到的那样 "改变人们的想法"，不如检查一下自己，看看是否我们才是需要改变自己思维方式的人，以更符合现实和不可改变的人性。我想人们是自私的，因为有某种侵略性的生存本能......但这并不是说无私的人就没有骨气，没有侵略性，无私的人总是更受尊重。这是一种生存本能，除了存在，生命没有任何意义。道德就像上帝一样无动于衷，自然界没有偏见，它只是表现出来。狮子杀了它的猎物，就像人类天生自私，这是天性。我认为我们人类是一种高级动物，这是一种自然本能。

**id 109**

最近，越来越多的人考虑住在新泽西州公寓的想法。新泽西州房地产投资公司克莱恩集团（the Klein Group）专注于零售物业，以2000万美元购买了位于金融区富尔顿街111号的住宅楼the District的四套零售公寓。最近，越来越多的人在考虑住在新泽西州的公寓的想法。公寓提供了多种选择。你只需要找到最适合你的那一个。你是选择安静的公寓，还是选择热闹的公寓？每个人都有一个特别的选择。你必须考虑你的个性，当然，你有家庭吗？那么有一些新泽西州的公寓很适合儿童居住。我住在新泽西州的公寓，可以看到城市的美景，这对我来说很重要。我是一个单身的人，所以我需要一点乐趣，有时候当我有压力的时候，窗外的城市灯光让我放松。新泽西是最适合我的城市，当我来到这里，在公寓里只住了几个星期，我就知道了。公寓非常舒适，对每个人来说都很方便。你应该考虑一下，来看看，我相信你也会找到你想住的。

**id 110**

据推测，这幅作品是在1495年左右开始创作的，是莱昂纳多的赞助人米兰公爵路多维科-斯福尔扎对教堂及其修道院建筑进行修缮计划的一部分。这幅画表现的是《约翰福音》13:21中记载的耶稣与门徒最后的晚餐的场景。莱昂纳多描绘了当耶稣宣布他们中的一个人要背叛他时，十二门徒之间发生的惊愕。由于使用的方法和各种环境因素，尽管多次尝试修复，最后一次是在1999年完成的，但今天原画的痕迹已经很少了。最后的晚餐》，约1520年，由乔瓦尼-皮埃特罗-里佐利（Giovanni Pietro Rizzoli）创作，称为Giampietrino（活跃于1508-1549年），在达芬奇之后创作，布面油画，目前由伦敦皇家艺术学院收藏；这是一个精确的全尺寸副本，是二十年来修复原作的主要来源（1978-1998）。它包括了一些丢失的细节，如基督的脚和犹大洒下的盐窖。据认为，当莱昂纳多在米兰时，詹皮特里诺曾与他紧密合作。最后的晚餐》的尺寸为460厘米×880厘米（180英寸×350英寸），覆盖了意大利米兰圣玛丽亚-德勒格拉齐修道院饭厅的一面墙。这个主题是食堂的传统主题，尽管在莱昂纳多画这幅画的时候，这个房间还不是一个食堂。教堂的主建筑最近才完工（1498年），但由布拉曼特进行了改造，他受雇于卢多维科-斯福尔扎，以建造斯福尔扎家族的陵墓。[2] 这幅画是斯福尔扎委托的，作为陵墓的核心部分。[3] 主画上方的月轮，由食堂的三层拱形天花板组成，画着斯福尔扎的纹章。食堂对面的墙壁上有乔瓦尼-多纳托-达-蒙托法诺（Giovanni Donato da Montorfano）创作的耶稣受难壁画，莱昂纳多在壁画中加入了斯福尔扎家族的人物。(这些人物的老化程度与《最后的晚餐》的老化程度基本相同)。莱昂纳多于1495年开始创作《最后的晚餐》，并在1498年完成，他并没有连续创作这幅画。开始的日期并不确定，因为这一时期修道院的档案已被销毁，而一份日期为1497年的文件表明，这幅画在那一天几乎已经完成。[4] 有一种说法是，修道院的一位长老向莱昂纳多抱怨拖延的问题，激怒了他。他写信给修道院院长，解释说他一直在努力为犹大寻找完美的坏蛋面孔，如果他找不到与他心目中的形象相符的面孔，他就会使用那位抱怨的长老的特征。[5] [6] 来自莱昂纳多笔记本的《最后的晚餐》的研究报告，显示九个使徒的名字写在他们的头顶上。《最后的晚餐》特别描绘了每个使徒在耶稣说他们中的一个会背叛他时的反应。所有十二个使徒对这个消息都有不同的反应，有不同程度的愤怒和震惊。使徒们的身份来自一份手稿[ 7 ]（达芬奇的笔记本第232页），他们的名字是在19世纪发现的。(在这之前，只有犹大、彼得、约翰和耶稣被确认。）从左到右，根据使徒的头像。加略人犹大 ，彼得和约翰组成另一个三人小组。犹大穿着绿色和蓝色的衣服，在阴影中，看起来相当退缩，对他的计划突然被揭露感到吃惊。他手里拿着一个小袋子，也许是指给他的银子，作为出卖耶稣的报酬，也许是指他在十二门徒中的司库角色。[8] 他还把盐窖翻了个底朝天。这可能与近东地区 "出卖盐 "的说法有关，意思是出卖自己的主人。他是唯一一个手肘放在桌子上的人，他的头也是画中人中水平最低的。彼得看起来很生气，拿着一把刀指着基督，也许预示着他在客西马尼的暴力反应，在耶稣受难期间。

**id 111**

开放性问题 我如何将主页改回以前的样子？当我调出主页时，它的图片下会有新闻和花絮，它会自动滚动图片，除非你点击它来阅读。现在，它有一个巨大的扭曲的图片，所有的新闻都列在页面下面。我不喜欢雅虎在未经我允许的情况下做出改变。我想把它改回原来的样子，谢谢。

**id 112**

世界边缘的慢食是一个西澳大利亚的信息收集和出版项目。澳大利亚的食物遗产与它的人民一样多样化：它是世界上文化最多样化的人口。例如，西澳大利亚人从200个国家移民过来。他们讲170多种语言。超过27%的人在海外出生，而澳大利亚人的比例为22%。在2001年的人口普查中，646,000名西澳大利亚人（35%）的父母都出生在从阿富汗到津巴布韦的国家。这些移民和他们的后裔家庭所拥有的食品知识是澳大利亚慢食协会的一个特殊信息来源。对这种文化遗产的保护包括寻找原始食谱、原产国成分、替代成分的需要--在 "新 "澳大利亚不存在原始成分的情况下--以及历代食谱的变化。珀斯慢食协会在2007年开发了这个项目，从西澳大利亚不同文化背景的人那里收集和整理有可能丢失的食谱，以便这些食物能够被后代的厨师和家庭享用。世界边缘的慢食是意大利前侨、慢食珀斯委员会成员、2006年和2008年参与Terra Madre的厨师Vincenzo Velletri的想法。Vincenzo说："几百种由几代移民带到澳大利亚的食谱和食物制作方法，以及他们利用当地食材进行改造的方式，都有可能被我们遗忘。我们的父母、祖父母和他们的父母以及我们的原住民所掌握的食物知识是西澳大利亚丰富的食物遗产的一部分，但随着我们成为一个更加同质化的社会，我们的母亲和祖母在他们的厨房和丛林中用来养活家人的那些想法和方法往往被稀释或完全消失。我希望在世界边缘的慢食将确保我们为未来保留这些知识，并享受其好处。珀斯慢食协会领导人Pauline Tresise说，虽然许多原始食谱的版本仍在使用，但其他的食谱却不为人知地躺在放在箱子或橱柜里的食谱中，或作为口头传统的一部分保存着。当他们来到这里时，他们不得不在这个对他们来说处于世界边缘的新国家中使用通常相当不同的材料来调整历史悠久的家庭食谱。我们希望这个项目可以提供一些信息，例如，20世纪初定居在科乔努普的意大利家庭是否从当地的努恩加尔人那里学到了捕杀袋鼠和腌制肉来制作传统的意大利式香肠。我们还特别寻求有关原住民食物的信息，以及这些食物在与移民互动后的变化方式。该项目试图捕捉这类知识，无论它是书面的还是口头传统的一部分，以便随着一代人养育另一代人，我们或多或少成为一个无缝的社区，来自不同国家和地方的食品知识的文化区别不会被削弱和可能丧失。珀斯慢食协会已经通过西澳大利亚民族社区委员会呼吁文化团体帮助寻找。我们要求个人复制出或写出他们祖先使用的食谱。我们还在寻找有关食谱或食物制备方法的来源信息，以及在西澳大利亚出生和长大的后人是如何调整原始食谱的。我们希望尽可能多地收集有关谁的食谱，在他们的国家或原籍地如何使用，在这里如何使用，以及该家庭是否仍在使用的信息，"Pauline说，"我们计划出版一本关于这个项目的书，并将食谱来源的故事和食谱本身放在网上。这个想法也可能成为一部拍摄的纪录片'。Slow Food Perth的Jamie Kronborg说，世界边缘的慢食是慢食理念的核心。Jamie说："该项目将为后代保留食物知识，提高对食物作为社区粘合剂的认识，并承认和庆祝西澳大利亚的文化多样性。西澳大利亚人讲170种不同的语言，我们中近65万人（35%）的父母都在海外出生。这是地球上文化最多样化的地方之一，在世界边缘的慢食将加强对澳大利亚这个独特地区的食物以及不同的食物传统在几代人之间分享和适应的方式的认可。

**id 113**

结婚证 在哪里领取结婚证？打算在纽约州结婚的夫妇必须亲自向该州任何一个镇或市的书记员申请结婚证。许可证申请必须由双方申请人在镇或市的书记员面前签字。代表不能代表申请人申请许可证。即使该代表已获得授权书，这也适用。由申请人签署的经公证的结婚证宣誓书不能代替他们亲自出面。是否有一个等待期？有。虽然结婚证是立即发放的，但结婚仪式在结婚证发放的确切时间起24小时内不得举行。如果两个申请人都是16岁或以上，根据最高法院法官或任何一个申请人居住的县法院法官的命令，可以免除24小时的等待期。如果任何一方未满16岁，该命令必须由未满16岁者居住的县的家庭法院法官签发。许可证的有效期是多长时间？结婚证的有效期为60个日历日，从颁发的第二天开始。许可证的费用是多少？如果结婚证是由纽约市以外的纽约州的一个镇或市的书记员签发的，费用为40美元。该费用包括发放《婚姻登记证》的费用。该证书在主婚人（举行结婚仪式的人）交回填妥的许可证后15个日历日内，由发证员自动寄给申请人。它是一份通知，表明婚姻记录已经存档。在婚礼后四周内没有收到婚姻登记证书的夫妇，应联系颁发许可证的城镇或城市书记员。如果是由纽约市书记官签发的许可证，请与纽约市书记官办公室联系，了解当前的费用和要求。市书记办公室的电话是(212)NEW-YORK，或通过其网站New York City Marriage Bureau联系。是否需要进行婚前体检？在纽约州领取结婚证不需要进行婚前检查或验血。谁可以结婚？年龄要求 如果任何一位申请人未满14岁，则不能颁发结婚证。如果申请人为14或15岁，则必须出示父母双方和最高法院法官或家庭法院法官的书面同意书，该法院对申请所在的城镇或城市具有管辖权。如果任一申请人年满16或17岁，该申请人必须出示父母双方的书面同意书。如果两个申请人都是18岁或以上，则不需要同意。在以下情况下，父母一方可以单独同意未成年人的婚姻。另一方父母在申请前已失踪一年；父母已离婚，且在离婚判决时同意的一方获得了孩子的唯一监护权；另一方父母已被判定为无行为能力；或另一方父母已去世。同意未成年人结婚的父母、监护人或其他人必须亲自到场，并在镇或市的书记员或其他一些授权官员面前承认或执行他们的同意。如果公证的宣誓书是在纽约州以外的官员面前做出的，那么在纽约州提交同意书时必须附有认证书。年龄和身份证明 一个人必须向发证员提交以下与年龄有关的文件之一，以证明其年龄和身份。出生证明 洗礼记录 入籍记录 人口普查记录 以及以下与身份有关的文件之一。驾驶执照 护照 工作照片 身份证 移民记录 在纽约州，祖先和后代、兄弟姐妹（全血或半血）、叔叔和侄女或侄子、婶婶和侄女或侄子之间不得结婚，无论这些人是否为合法或非婚生子女。以前的婚姻 在申请结婚证时必须提供有关以前婚姻的信息。这包括前配偶是否在世，以及申请人是否离婚，如果是的话，离婚的时间、地点和对象是谁。

**id 114**

Boomtown Rats 8 11 2012 拟议的新许可区域为黄色。绿色为现有许可区，棕色为未分配区。对于石油和天然气行业来说，这是一个令人兴奋的一周。托德能源公司发表了一份180页的 "无忧 "压裂道，政府宣布计划在Te Karaka、Tiniroto和Frasertown之间的平地和山丘上开辟大片区域用于石油勘探。托德公司在提交给议会环境专员的调查报告中承认，"作为与水力压裂法有关的关注，提出的许多环境风险适用于所有勘探和生产钻井"。这是我一段时间以来的担忧，我在一定程度上同意业界的建议，即这些风险中的大多数可以通过 "最佳实践 "和强有力的监管来管理。在新西兰反对压裂的说法不是基于证据，而是基于错误的信息和情绪，这真的很讽刺。杜克大学、康奈尔大学、宾夕法尼亚州立大学或阿尔伯塔大学的教授们是否用他们经过同行评议、发表的有经验证据的论文来误导我们？哪些认定压裂是水污染、地震和/或空气污染原因的监管机构在报告中过于情绪化？我们听到有人声称 "塔拉纳基从未发生过重大事故"，但最近到达卡皮蒂海岸的漏油事件花了265天才 "清理干净"，仅在一年内就有三名工人在塔拉纳基的油井上丧生。塔拉纳基地区委员会的报告显示，卡普尼油井附近的地下水受到了化学污染，严重到甚至不能用于灌溉，更不用说牲畜或人类的消费。没有人暗示每一口注入的井都会导致饮用水污染或危险的地震，但世界各地的独立科学家证实污染的证据表明，压裂技术正在造成严重的问题。托德的意见书承认有真正的问题需要处理。共同关注的问题涉及井套的逃逸排放造成的水污染，燃烧和喷洒处理造成的空气污染，溢出、泄漏和分散造成的土壤污染，压裂废物再注入造成的重大地震，作为压裂过程一部分要处理的放射性材料，等等。托德能源公司说，在我们理清法规之前暂停压裂会吓跑海外石油公司。这些公司每年花费超过1亿美元游说美国政客，威胁说如果不把利润放在首位，就会发生各种灾难。在桑迪飓风和奥巴马连任之后，美国将对气候变化采取更有力的措施，但新西兰的政治家们仍然不准备让国家致力于一个现实的过渡计划，以摆脱化石燃料。托德能源公司认为，天然气是比煤炭更好的选择，但却方便地忽略了最近的研究，包括康奈尔大学的一项研究，发现天然气的温室气体足迹可能比煤炭至少高20%（Howarth, R. W., R. Santoro, and A. Ingraffea, 2011）。抛开对后代的任何道德义务，他们将成为我们这个时代缺乏气候正义的受害者，我们应该清楚地了解该行业的当地风险和利益。圣诞节前的三项研究将有助于这一评估，吉斯伯恩区议会将仔细考虑所有这些研究。同时，有兴趣的公众可能想看看拟议的勘探许可区的地图，了解更多关于计划的内容，并在1月底前向当地议员、iwi领导人和/或能源与资源部长提出反馈意见。信息2回应 当然，石油工业正在腐蚀、游说和胁迫国家和地方政府，以推行其商业发展项目。这一点毋庸置疑。应该由居民来反对，并大声地发出他们的声音。我看不出在拟议中的（黄色区域）压裂和石油勘探将如何帮助任何人过上更好和更健康的生活；实际上，这将是完全相反的，因为所有追求这些活动的公司都是外国公司，石油勘探产生的收入不会在整个地区重新分配。我不再相信大学的研究，因为大多数的研究都是由企业资助的，这些企业向科学家介绍情况，以确保他们的结论支持他们的目标，并证明他们的结论是正确的。

**id 115**

采访。Liam Frost - Master of his own dishwasher 自从离开支持乐队The Slowdown Family和前标签Columbia Records后，Liam Frost服用了一些（隐喻的）快乐药丸，并发行了一张新专辑，由Martha Wainwright和Ed Harcourt演唱。他在曼彻斯特市中心的公寓里和Q聊了聊他的影响--从查尔斯-布考斯基到瑞奇-莱克的一切。问：嗨，利亚姆，你好吗？我们是否赶上了你的好时机？利亚姆-弗罗斯特。是的，是的，我正在把我的洗碗机装满。我不太擅长洗碗。我最近接受了《曼彻斯特晚报》的采访，他们提到了我现在花更多时间在家里的事实，那句话是 "利亚姆-弗罗斯特。他是自己洗碗机的主人"。如果你想的话，你可以使用这句话。问：祝贺你的新单曲《Good Things Are Coming Our Way》，你是否听到了关于它的好话？LF：是的，有几个人说他们喜欢它，认为视频真的很酷。现在做音乐似乎是一个积极的时机。问：视频中你在纸屑和气球中拿着麦克风跳舞--那个忧郁的Liam Frost怎么了？LF：你知道吗？预算很少，我们只有一台摄像机，所以感觉是一个真正的成就。我喜欢我们把所有的铃铛和口哨都扔给它的事实。问：单曲中的一句话，"尽可能多地扔在天花板上，保留那些粘住的 "是什么意思？LF：我不太确定。我想其中有一点是污秽的元素。它是关于关系的。问：而且很难忽视你在新专辑中的声音有多快乐，你已经坠入爱河了吗？李芳：是的，肯定有这种色彩，这也是由于健康和快乐。我很想做一张经典意义上的流行唱片，在歌曲中仍然有我认为比较黑暗的歌词。问：标题 "We Ain't Got No Money, Honey, But We Got Rain "来自Charles Bukowski的一首诗，你是他的粉丝吗？LF：是的，我是一个真正的大粉丝。我发现了雨的参考，并且非常喜欢它。我在一些事情上提到过他。没有人注意到这一点，但有一首诗叫《青鸟》，第一行说，"我的心里有一只青鸟，想出去"。我采用了这个概念，并把它变成了《圣保罗的送葬者》（来自2006年的首张专辑《Show Me How The Spectres Dance》）中的合唱。问：你这些天看起来也有点修长了--这是一个有意识的形象改变吗？LF：我只是想更健康一点。这不是一个审美的问题。我不是那种音乐人，你知道像那些独立乐队，你必须穿粉红色的皮夹克和紧身牛仔裤来适应某种模式。问：你在纽约和美国的制作人Victor Van Vugt（Nick Cave, PJ Harvey）一起录制专辑，就在你和哥伦比亚唱片公司分开之前，情况如何？LF：他的妻子正在生孩子，这意味着在那里录制专辑。我不会为了任何事情拒绝在纽约的两个月。我们在2008年9月录制并完成了所有的混音工作，就在那时，唱片公司发生了一切。问：是什么导致了分裂？他们最后让你保留了母带，所以你可以在你自己的厂牌Emperor Records上发行？LF：是的，他们做到了。我发现的一件事是，有很多人在等着做决定，但我知道我想怎么做。我想这是一个以结果为基础的行业，他们想立刻看到唱片的销售，这有点可以理解。但我的音乐永远不会直接进入前十名--它在人们身上成长。问：你在Cape Farewell（一个带领艺术家和科学家进行考察以了解气候变化的项目）期间为专辑写了一些材料，你是否真的取代了Jarvis Cocker？LF：我当时在格陵兰岛的一艘船上。那是一个非常奇怪的、改变生活的经历。花了相当长的时间才恢复过来。贾维斯-科克（Jarvis Cocker）曾被安排做最初的航行。

**id 116**

WIC博客 查看Work In Colour博客，了解实用的技巧、想法和思考，了解如何停止在黑+白中工作，开始每天用色彩工作。2012年10月29日，星期一，我经常与那些正在与恶魔斗争的客户合作。不是派人去驱魔的那种，而是那些进入你的大脑，试图说服你不要开始或完成一个创造性的项目--这可能是写一本书，或改变工作，或开始你自己的生意，或在工作中倡导一个有风险的项目。我们总是乐于谈论创造性思维和创造性表达的好处，以及其中的乐趣和好处。我们很容易得到这样的印象，即你所要做的就是实现飞跃，购买一些文本或思维导图软件，开始在工作中进行头脑风暴，而你的生活保证从此变得幸福和满足。或者不是。人们对创造力持谨慎态度的原因有很多，其中大多数至少有一些道理。以下是我经过几分钟思考后得出的（不那么）简短清单。创造性涉及失去控制 它把你带出你的舒适区......这保证会引起你内心批评者的好奇心。创造性涉及失败。创造性涉及到怀疑。创造性涉及绝望。它需要承担风险（一次又一次...）。没有按部就班的过程可循（对不起，按图索骥的图片不算数）。你周围的人可能不同意。它不能保证你的收入......或认可......或接受......或好评......或理解。你必须作为一个初学者重新开始（即使你是55岁，拥有一个角落办公室和行政浴室的钥匙）。它跨越了你生活中的既定结构和习惯，并可能在以前有秩序的地方造成混乱。创造性需要时间，无论是在做的时候还是在让想法冒泡的时候，直到它们被煮熟（没有食谱可以告诉你那究竟是什么时候......）。人们可能会嘲笑。老板可能会生气。你可能对结果完全不满意。可能没有结果。放弃对所有答案的了解，坐在不确定的地方，这可能是非常非常可怕的。它可能感觉非常陌生......而且非常不舒服。没有外部权威来告诉你是否有进展（你妈妈不算）。那么，该怎么做呢？又过了几分钟，我想出了第二份清单，这份清单更欢快一些，其中有帮助你解决其中一些困境的方法。向你的创作目标迈出一小步，小步，。倾听你的内心告诉你什么时候要暂停，什么时候要休息，什么时候要慢下来。要知道，你并不孤单；任何走过创造性道路的人都至少处理过其中的一些问题。阅读领导人、作家、企业家、艺术家、厨师、科学家和探险家等任何尝试过新事物的人的叙述--看到反复出现的主题会让人很安心，而且这些叙述往往充满了处理问题的想法。找到一些志同道合的人--加入作家圈子、思想家小组、绘画工作室......上网或查看当地书店。做任何你必须做的事情来与他人联系，如果你找不到一个小组，那就建立一个！不要放弃。永远不要永远不要放弃。(这并不意味着你不能暂停，只要你迟早会振作起来，振作起来，重新开始...）。不要一下子烧毁你的桥梁--至少在你的安全、已知的世界中保留一个立足点。在你的生活中保持新的和熟悉的、安全的和危险的、已知的和未知的平衡。找一个导师，一个曾经和你在一起的人，他可以成为活生生的证据，证明有办法解决这一切......如果这是一个工作场景，在你的工作领域找到一个冠军，一个会支持你的危险想法的人。 在你的生活中建立起可以支持你成功的结构。作为检验你是否准备好进行一次或两次创造性冒险的试金石，请问自己这个问题。对我来说，是保持安全更重要，还是我准备离开港口，即使这意味着一两天看不到岸边？还请记住，人类天生就是探索者，好奇心强，喜欢玩新的想法--你的灵魂知道这一点，并会不断纠结于

**id 117**

马里兰州也被认为是美国宗教自由的发源地[ 9 ] [ 10 ] [ 11 ] ，可以追溯到最早的殖民时期，当时第一任巴尔的摩勋爵乔治-卡尔弗特[ 10 ] [ 11 ] 将其作为受迫害的英国天主教徒的避难所，也是当时马里兰州殖民地的第一个英国业主。[10] [11] 马里兰州的面积为12,406.68平方英里（32,133.2平方公里），总面积与欧洲国家比利时（11,787平方英里（30,530平方公里））相当。[16] 它是第42个最大和第9个最小的州，在面积上最接近下一个最小的州夏威夷州（10,930.98平方英里（28,311.1平方公里））。第二大州，其邻居西弗吉尼亚州的面积几乎是马里兰州的两倍（24,229.76平方英里（62,754.8平方公里））。马里兰州在其境内拥有各种不同的地形，因此它被称为微型美国。[17] 从东部遍布海草的沙丘，到切萨皮克湾附近充满野生动物和大型秃柏的低矮沼泽地，再到皮埃蒙特地区平缓起伏的橡树林，以及西部山区的松树林。该州的大部分水道都是切萨皮克湾流域的一部分，只有加勒特县最西部的一小部分（作为密西西比河流域的一部分由尤吉尼河排泄）、伍斯特县的东半部（排入马里兰州的大西洋沿岸海湾）和该州东北角的一小部分（排入特拉华河流域）除外。切萨皮克湖在马里兰州的地理和经济生活中占有如此重要的地位，以至于人们一直在鼓动将该州的官方绰号改为海湾州，这个绰号在马萨诸塞州已经使用了几十年。马里兰州的最高点，海拔3360英尺（1020米），是位于加勒特县西南角的骨山的霍伊峰，靠近西弗吉尼亚州的边界和波托马克河北支的上游。在马里兰州西部的汉考克小镇附近，大约有三分之二的路程，其边界之间有1.83英里（2.95公里）。这一地理奇观使马里兰州成为最狭窄的州，[引用]北边是梅森-迪克森线，南边是向北延伸的波多马克河。马里兰州的部分地区被纳入各种官方和非官方的地理区域。例如，德尔马瓦半岛由马里兰州东岸各县、特拉华州全境以及构成弗吉尼亚州东岸的两个县组成，而马里兰州最西部的各县则被视为阿巴拉契亚的一部分。巴尔的摩-华盛顿走廊的大部分地区位于皮德蒙特南部的沿海平原，[ 18 ]尽管它横跨这两个地区的边界。这里没有天然湖泊，[ 19 ] 但有许多池塘。在后一个冰河时代，冰川并没有到达马里兰州这么远的南部，因此它们并没有在更北的州开凿出深邃的天然湖泊。这里有许多人工湖，其中最大的是深溪湖，这是位于马里兰州最西部加勒特县的一个水库。没有冰川历史也是马里兰州土壤的原因，与北部和东北部的岩石土壤相比，马里兰州的土壤更加沙化和泥泞。由于当地的海拔高度不同，靠近水，以及下坡风对寒冷天气的影响，马里兰有各种各样的气候。马里兰州的东半部位于大西洋海岸平原，地形非常平坦，土壤非常沙质或泥质。该地区属于亚热带湿润气候（Köppen Cfa），夏季炎热、潮湿，冬季短暂、温和至凉爽；属于美国农业部耐寒区8。

**id 118**

如何让一个女人感到舒服，而不是马上去勾引她 我教的许多学生在我最初带他们去参加训练营的时候，都对 "搭讪的氛围 "嗤之以鼻。尽管我在讲习班上详细介绍了这一点，但他们还是会这样做。那么，为什么你不马上去勾搭她呢？主要原因是：泡妞是一件很蹩脚的事情。女人们希望被那些太酷而无法勾搭女人的男人勾搭。很明显，这造成了一个相当令人沮丧的悖论。唯一的出路是不去搭讪她，等到你得到IOI的时候。不马上勾引她，你就会显得很独特，与她在酒吧遇到的成百上千的男人不同，这些男人都是神风特攻队式的奔跑，试图不被击倒。此外，通过不勾引一个女人，你巧妙地表明你的生活中可能有其他女人，而且你是那种足够酷的人，女人通常会来找你。关于如何不勾引女人的几个提示： - 不要只是走过去面对她。不要只是走过去面对她，而是在你的肩膀上和她说话。最好是，你应该有理由不直接面对她，比如你在酒吧，或者仍然面对一个朋友。一旦谈话开始，你就可以面对她。- 挑逗她，把她当作你那顽皮的小妹妹--你喜欢她，但她很呆板。这就是否定的作用。否定语的核心是，一个男人不会对一个他想搭讪的女孩说的事情。所以就说（我最喜欢的否定）"你和我不会相处的"。相信我，这句话能很好地吸引女人来追你。另外，还有一件事--否定不是侮辱。有很多人认为 "你看起来像戴了假发 "是一种否定。这些人很蠢，你应该忽略他们的建议。

**id 119**

美国需要更多的科学家和工程师 石板要想办法得到他们。而你，亲爱的读者，将帮助我们。作者：David Plotz | 发布时间：2012年06月01日，星期五，东部时间下午01:20:52 美国需要更多科学家。我们如何才能得到他们？照片：Greg Wood/AFP/Getty Images。1988年，当我还是一名大学新生时--那时有九颗行星，但没有网络--我在我的教授E.O.威尔逊的办公时间顺便拜访了他。威尔逊是--现在也是--世界上最伟大的科学家之一，但他的进化生物学讲座课是一门受人喜爱的内脏课程，是人文科学专业学生完成科学要求的一种简单而愉快的方式。大一的时候，我急切地告诉威尔逊，我是一个有抱负的医生或科学家，并向他寻求学术咨询。威尔逊很亲切，也很慷慨地提供了建议。他说，如果我想进入科学领域，我需要现在就投身于一门学科。他说："首先要专研，"他说。他说："以后，在你专攻之后，你可以成为一个通才。"这是我从未遵循过的最好的建议。在18岁的时候，要想专精，我就需要放弃写作研讨会，转而学习化学或物理课程，有大量的家庭作业和可怕的实验项目。我更喜欢读小说和争论第一原理的问题。因此，我放弃了有机化学而选择了经济学，放弃了真正的科学而选择了社会科学--又一个医生、工程师或微生物学家流失到美国。我不会成为一个伟大的科学家，但我可能会成为一个好科学家。美国需要托马斯-爱迪生和克雷格-文特，但它真的需要更多优秀的科学家，更有能力的科学家，甚至更多平庸的科学家。从理论上讲，书呆子从来没有这么酷过。美国将史蒂夫-乔布斯神圣化，并羡慕马克-扎克伯格。有时髦的化学家，时髦的机器人专家，时髦的天文学家。有TED，一个致力于猎取酷的技术和科学的整个行业。然而，美国科学正处于危机之中。2010年，只有4.9%的美国工作是在科学和工程领域，比2000年的5.3%有所下降--这是自1950年以来第一次出现这种下降。最近的研究，包括这个，警告说我们在创新和教育方面正在落后于世界其他国家。科学考试成绩停滞不前，大多数美国八年级学生的成绩低于熟练程度。美国公司正在海外建厂，因为他们在国内雇不到足够的合格工程师。我们许多最好的数学和科学人才被华尔街抢走了。我们不是向聪明的孩子支付合理的工资来设计药品和汽车工程，使几乎所有人受益，而是向他们支付不合理的工资来开发几乎没有人受益的金融模型。一个学生在检查一条毛毛虫 摄影：Mario Villafuerte/Getty Images。美国在二战后的成功--世界历史上最辉煌的半个世纪的经济繁荣--主要是由于我们在科学领域的成功。奥巴马总统说，我们正面临一个新的 "斯普特尼克时刻"。但如果这就是斯普特尼克，我们如何才能重复50年前的成功？我们如何才能教育出更多、更好的科学家和工程师？我们如何才能使科学和数学对孩子们有吸引力？我们如何才能确保大学生不会像我一样逃离实验室？我们如何说服有科学倾向的孩子留在科学领域？我们如何向非科学家传授基本的科学知识，以便他们能够在关于前沿技术和发现的公共讨论中发表意见？有一些绿芽。代码学院（Code Academy）和美国代码（Code for America）正在努力培训数以千计的美国人--并非全部都是年轻人--掌握编写代码的基本知识。制作运动和创客嘉年华正在点燃对自己动手做科学的兴趣。(我是一个信徒。在关于创客运动的 "未来时态 "会议的启发下，我在过去的三个月里和我的孩子们一起建造电子项目，这既是为了让我高兴，也是为了教育他们。）激励下一代的发明家、治疗师和建设者也许是我们这个时代唯一最重要的公共政策问题，这就是为什么Slate将在6月份全力推动这个问题。我们将解决科学教育落后的原因，以及我们如何能够而且必须改进它。成功的科学家们将写下他们是如何变成

**id 120**

2011年10月27日 星期四 {复古初学}所以你想做复古？当我邀请读者提交他们的问题时（很久以前！），我有几个请求，希望为刚开始做复古的女孩提供建议，并希望在她们的衣柜里建立一些复古风格。所以现在我终于有机会解决这个问题了，并把一系列的文章集中在Vintage For Beginners上。接下来几周的文章将包括建立一个复古衣橱的建议，20世纪风格的概述，以及识别和约会复古服装，但如果你有什么特别想看到我讲的，请让我知道!让我们开始吧 首先，明确你为什么要开始穿复古服装可能会有帮助。是不是因为你羡慕过去时尚的魅力，想在你的日常生活中融入一些这种魅力？也许你想把复古作品与现代作品混合起来，创造一个独特的外观。或者你羡慕那些每天从头到脚都穿着复古衣服的人，但不确定从哪里开始？即使你只是想能够说 "什么，这个？哦，这是复古的，"本周希望能给你一些关于如何开始的指导。在你的日常风格中加入复古元素 对于真正的复古初学者来说，最好从小处开始。复古配饰可以和几乎所有的东西搭配起来。无论是一臂的电木手镯，一个50年代的水钻胸针，一顶帽子，还是一个40年代的手提包，小小的复古点缀都是让你的衣服瞬间变得美妙的好方法。提升档次 如果你已经准备好提升档次，你可以开始将一些复古服装纳入你的常规衣柜，给它一些优势。如果你想在穿上复古服装的同时仍然看起来 "与时俱进"，请注意当前的流行趋势，并在复古商店寻找类似的物品。从时髦的、穿着复古的名人身上获得灵感，如Sienna Miller、Agyness Deyn、Alexa Chung、Kate Moss、Chloe Sevigny、Rachel Bilson（名单很长！），并尝试将复古与现代元素混合：将 "Mad Men "鞘状连衣裙与宽松的开衫和紧身衣叠加，以消除形式化（是的，这是一个词！）。它；用花边彼得潘领衬衫搭配紧身牛仔裤；用巨大的阿兰毛衣搭配毛呢袖口短裤和过膝袜；或者用50年代的串珠开衫搭配妩媚的迷你裙和有图案的紧身衣。说实话，我写这一节很费劲，因为我对现代时尚一无所知。但你会明白的!上图中，Rachel Bilson和Elegant Musings的Casey将复古与现代相结合，形成了一个非常 "现代 "的造型。现代与复古的结合 把我们带到了更熟悉的领域（对我来说）。如果你喜欢复古风格的外观，但又不想全力以赴，你可以选择复古/现代风格的路线，也就是说，现代作品--或复古和现代的混合--穿出复古的色调。很多现代服装都可以被打扮成复古的样子，还有一个好处就是价格实惠，有各种尺寸（如果你在高街买的话），而且容易打理。我经常穿一件衣服，虽然（几乎）完全由现代元素组成，但有一个明确的复古倾向。如果在办公室穿得保守是一个问题，上面的两套衣服都是令人愉快的复古，在现代环境中完全可以穿。像铅笔裙、端庄的衬衫和简单合身的羊毛衫是你衣柜里的基本款。完全沉浸式复古 你是否渴望全面复古，但不确定从哪里开始？我们将在本周晚些时候讨论建立一个复古入门衣柜的话题，但同时，如果你刚刚开始，可能值得弄清楚哪些时尚时代最适合你。当然，就像任何事情一样，规则是用来被打破的，如果你喜欢它们，大多数东西都可以被制作成工作。即使在这里，你也可以选择是走复古纯粹主义路线，还是玩弄快速和宽松的风格；是只穿复古，还是将复古的复制品和现代的、节俭的发现混合起来。有些女士喜欢一个特定的时期，但我很欣赏Vintage Baroness和Wearing History的Lauren等人对1930年代的奉献，也有很多人喜欢。

**id 121**

2012年6月24日，星期日，只在纽约 缝纫界的女士们、先生们，在纽约这个美丽的疯狂城市度过了美妙的两周之后，我安全地躲在澳大利亚的墨尔本。我在任何数量的布料店中用布料摩擦我的脸（以最令人毛骨悚然的方式）。感谢所有关于在纽约哪里买布料的精彩建议，我给自己做了一张地图，穿上了舒适的跑步鞋（当我把漂亮的鞋子换成跑步鞋时，你就知道这是很严肃的事情），并把我一生的积蓄花在了布料上。我甚至不是在开玩笑，我说我在那些商店里很激动。站在Mood里面想，'天哪，我真的在这里'，这对我和我时差错乱的自己来说都有点过分。这是我买的几件布料的好东西。我的丈夫罗宾和我去看了MET的Schiaparelli和Prada的展览，那绝对是令人惊叹和鼓舞人心的。我在第五大道逛了很多 "橱窗"，并在SOHO和时尚区花了不少钱。罗宾和我有点疯狂，看了很多百老汇剧目。事实上是五部。我们看了《狮子王》、《玛丽-波平斯》、《歌剧魅影》、《邪恶》和......。蜘蛛侠音乐剧--我骗你的。我们在纽约的饮食的一个主要部分是比萨饼，我的天啊，它真大。美味的巨大。光是看着它，我的屁股就开始膨胀。M&M's也没有什么帮助......。我们去看了我们的第一场棒球比赛，扬基队加油！罗宾买了他的扬基队帽子。由于罗宾戴着那顶帽子，我们随机结识了很多朋友。我此行的亮点是见到了来自Gertie's New Blog for Better Sewing的神话般的Gretchen，因此我在这篇博客的开头就对她进行了跟踪。我很幸运地和他的缝纫女神上了两个小时的私人课程，我非常努力地避免出现 "西瓜时刻"。你知道在电影《辣身舞》中，宝宝抱着一个西瓜去参加酷儿们的派对，她遇到了非常性感的帕特里克-斯威兹，他就像 "她在这里干什么？"宝宝被他的性感所征服，说 "我抱着一个西瓜"。尴尬的是。然而，格雷琴人超级好，很友好，两个小时就像两分钟一样过去了。我还非常高兴地发现，我们都穿着自己做的黄色衣服出现了！我们将成为最好的朋友。哦，我们将成为永远的好朋友！（她还不知道）。(她还不知道这个）。现在我回到了墨尔本，并试图为明天早上第一天的工作打起精神来。这就是为什么上帝发明了咖啡。在纽约获得了巨大的灵感之后，我也超级渴望回到我的缝纫冒险中去。非常感谢Tessuti Fabrics提供的这个美妙的机会，我仍然无法相信它发生在我身上！你可以看看我做的裙子。你可以在这里查看我为去年的Tessuti奖所做的衣服 说到Tessuti奖，你看到今年的比赛了吗？今年的主题是 "斑点和条纹"，比赛对全世界的参赛者开放。奖品是5000美元的旅游券，可以去你选择的目的地。有没有人想参加？39条评论。音乐剧《蜘蛛侠》？这几乎和见到格蒂一样酷!多么令人难以置信的机会--而且是当之无愧的--你的衣服是一个愿景。我现在一定要去看看泰苏蒂奖!你是个幸运的人。听起来像是在缝纫师的天堂里呆了两个星期。我超级羡慕。迫不及待地想看看那些大手笔的作品是什么样子的。更不用说我猜想你会参加Tessuti比赛的作品了:) 耶!当之无愧，你自己就是一个灵感，真的很高兴你有一个伟大的时间。Tessuti奖以前不是在全球范围内开放吗？我对它一无所知，但你来自澳大利亚，我想它是的。欢迎回来，期待着看到你的作品。多么美妙啊--我正式嫉妒了。虽然我很嫉妒你在墨尔本，你有很多比我们在布里斯班更好的选择。我将在8月下来做一些

**id 122**

今天，上诉法院将决定政府是否可以对法官在圣诞节前做出的削减 "非法 "的判决采取行动。在这篇为RTCC撰写的文章中，Robb认为，对于英国的太阳能供应商来说，政策的确定性是最重要的因素，没有追溯性行动的威胁。她还提请注意该行业面临的真正威胁：建议将上网电价与安装该系统的建筑物的热效率联系起来，由其能源性能证书（EPC）来衡量。在12月12日之前，随着大量安装的涌现，FIT的预算已经被炸毁，我们现在需要的是一些确定性和持续的支持，而不是停止和开始。由于这个原因，我们很想希望政府赢得对地球之友、Solar Century和Homesun的上诉。 如果政府输了上诉，将会出现另一个43.3便士的淘金热，这将在几周内消耗掉 "重新分配 "的预算。这对就业和行业的可持续性没有好处。从表面上看，如果政府赢了，21便士的税率将保持不变，我们都可以继续我们的工作了。或者我们能吗？如果政府赢得上诉，这意味着他们将被赋予 "追溯 "的权利，以改变适用于12月12日和咨询期结束之间安装的关税。在最初的高等法院听证会上，法官指出，如果政府被允许这样做，那么他们也有可能改变适用于任何系统的关税，包括12月12日之前安装的系统。对他们进行追溯性改变的权力的限制将在哪里停止？显然，给予政府无限的权力来进行追溯性改变，对任何补贴计划来说都是一场灾难，无论支持的是什么技术或行业。对政府有利的裁决将一举消灭投资者对英国政府为我们提供的任何投资建议的信心，并在未来许多年里。因此，作为一个行业，最好的结果是政府败诉，追溯性的变化被裁定为非法的。对该行业来说，不幸的后果是将会出现另一次淘金热，尽管规模比以前小得多，因为大多数订单已经被打得粉碎。政府必须采取行动阻止这一浪潮，将削减关税的提案提交给议会，为期40天。因此，他们可以在周一向议会提交提案，并在2月24日将关税降低。地球之友呼吁他们这样做。政府必须保护补贴 每个人都同意，FIT应该被削减。回报率是不必要的高，建议的关税将能够维持一个不断增长的行业。能源部长Greg Barker在Twitter上与太阳能辩论期间的朋友和敌人保持联系 行业反对的是处理削减的方式。在削减之前，该行业早就呼吁削减，但无济于事。显然，DECC使用的是三个月前的数据，尽管由于每个装置都必须注册，因此可以获得 "实时 "数据。政府随后按下了恐慌按钮，并试图将其无能的所有成本转嫁给行业。由于政府管理不善，本应资助该行业达到电网平价的资金（太阳能发电成本与化石燃料发电成本相等的时间点--预测为2016/2017年左右）已经耗尽。除了对实施削减的裁决，该行业还非常关注拟议引入的EPC要求，将上网电价的资格与安装该系统的建筑物的EPC（以及热效率）联系起来，尽管事实上该系统的电力输出与建筑物的热效率没有关系。这似乎不公平。FiT系统应该是鼓励小规模的低碳发电。无论是否采取了节能措施，太阳能光伏系统将产生相同数量的电力，并对建筑物的碳足迹产生相同的削减。从这个角度来看，如果我开一辆普锐斯，我不需要支付道路税，这个补贴价值约为250。这是为了鼓励人们使用低排放汽车。如果政府想在政策上保持一致，那么在我有资格获得道路税补贴之前，我是不是应该先把我的房子隔开？

**id 123**

今天的手工火花会员。The Key of A The Key of A主要从事回收世纪之交的各类真品钥匙--打字机、收银机、骨架和象牙钢琴键盘--并将其融入美丽的复古灵感设计。最近，我们正在打捞其他有趣的 "重新发现的物品"，并将它们升级改造为我们的设计，所有这些都是为了纪念它们所处的时代。我们的特色是为男人、女人甚至你的宠物提供全系列的珠宝和配件我们相信四个R：重复使用、减少、回收、再利用正宗的，手工制作的，在美国制造的。~ A的钥匙

**id 124**

我有一个错误，当我点击文件和图像中的一个文件夹时，我得到了错误的记录类名。在我的文件表中，有几张图片的classname列是空的，把它设置为Image就解决了这个问题。嘿，justbql。我不得不进入我的服务器控制面板上的phpAdmin，浏览我的数据库表，在我的表的'className'列中寻找一个空值。你需要把它编辑成与其他类名相匹配的内容。你应该能够从该行的其他值中找出它应该是什么。

**id 125**

滨水区：HAL的联系可以追溯到60年代初 荷美航运公司（HAL）的Volendam号，于2008年10月31日首次抵达这里，上周五又进行了第18次访问。这艘60,906吨的船，可以追溯到1999年，目前被列为继续停靠这里直到2012年4月。然后，它将在2012-13年的邮轮季节被建于2003年的更大的81,709吨的 "Vista "级奥斯特丹号取代。1994年10月21日，HAL邮轮开始停靠这里，随后在1997年2月11日从鹿特丹停靠，然后在1998-99赛季从Nieuw Amsterdam停靠四次。然后，在中断了三年之后，HAL的船只于2002年2月回到了港口。从那时起，该公司的阿姆斯特丹号、新阿姆斯特丹号、普林森丹号、斯塔滕丹号和沃伦丹号共54次来到这里。Volendam上周的访问是海外游轮在达尼丁的第545次访问。第一艘游轮是12,575吨，15节的七海号，它于1961年12月23日停泊在达尼丁。与今天专门建造的游轮相比，这是一艘更加朴素但非常受欢迎的船。它在不来梅注册，由欧洲-加拿大航运公司拥有。这很有意思，因为这家公司是由皇家鹿特丹劳埃德公司和荷美航线共同拥有的。因此，在某种程度上，HAL与这个港口和邮轮的联系比上述 "鹿特丹号 "的访问还要久远。七海 "号的多事之秋始于它在宾夕法尼亚州切斯特的太阳造船和干船坞公司的船厂里被铺设。由纽约的Moore-McCormack轮船公司订购，于1940年建造为7886吨，16节，C3型机动货船Mormacmail。1941年3月，它被美国海军接管，送到纽波特纽斯造船厂和干船坞公司。这家船厂将其改装为原型护航航母长岛号。它于1941年6月2日服役，根据其大小，该级舰可以携带16到21架飞机。

**id 126**

投票。利物浦球迷，你想签下加布里埃尔-海因策吗？贝尼特斯似乎相当热衷于将阿根廷左后卫加布里埃尔-海因策带到安菲尔德。这一切都很好 -- 海因策是一个高质量的后卫，他总是给自己最好的。但有一个小问题：他目前为曼联效力，而传统上，利物浦和曼联不倾向于从对方购买球员。这是一个仇恨的事情。这就引出了一个问题，针对游泳池的球迷：你愿意在今年夏天欢迎一个红魔到安菲尔德吗？

**id 127**

您目前正以访客身份浏览我们的论坛，这使您在查看大多数讨论和访问我们的其他功能方面受到限制。通过加入我们的免费社区，您将有机会发布主题，与其他会员进行私下交流（PM），回复投票，上传内容和访问许多其他特殊功能。注册是快速、简单和完全免费的，所以请你今天就加入我们的社区吧!如果你在注册过程中或你的账户登录有任何问题，请联系联系我们。如果这是你第一次访问，请务必点击上面的链接查看常见问题。您可能需要先注册才能发帖：点击上面的注册链接继续。要开始查看信息，请从下面的选择中选择你想访问的论坛。默里呼吁警方调查对BBC的泄密事件 "大卫-默里爵士的公司呼吁警方调查围绕流浪者队'大税案'的信息泄露事件。老科流浪者队本周在原则上赢得了对英国税务和海关总署关于他们在2001年至2010年期间使用就业福利信托（EBT）的账单的上诉。关于向员工和球员支付有争议的款项的细节已经出现在互联网和BBC苏格兰的纪录片中，该纪录片名为《流浪者--出售球衣的人》，周日赢得了苏格兰BAFTA奖。2011年5月前，流浪者队的大股东默里国际控股（MIH）的发言人说。"在我们2012年11月20日发布的声明中，我们强调了我们对围绕EBT案件的大量私人和机密信息被公开的担忧。特别是在2012年5月23日星期三播出的BBC苏格兰节目中，包含了大量的个人财务数据，并在事先发给MIH的信件中列出了这一情况。"所有的人都对与他们的财务事务有关的信件和事项有隐私的期望。与MIH及其子公司的雇员和前雇员有关的个人信息被如此随意地公开传播，这是令人不齿的。"在广播和通信中使用的全套文件只有三个潜在的来源，即MIH的总部、第一级税务法庭和HMRC，以及他们各自的顾问。"重要的是，格拉斯哥流浪者足球俱乐部股份公司并没有接触到节目和信件中涉及的所有材料。"MIH的基本关切是，在向BBC提供这些材料的过程中可能存在刑事犯罪。"因此，MIH要求警方对这份文件如何被BBC掌握进行正式的独立调查。"在这方面，MIH将愿意并公开与任何正式的调查合作，将自己提交给与任何第三方相同水平的调查。"像大多数人一样，莫里可能认为所有关于有组织的维尔明的阴谋理论，在我们最脆弱的时候，秘密地、有时公开地利用一切优势，纯粹是幻想。但RTC的信息是非常详细和准确的，再加上SFA预先确定和计划好的制裁和惩罚路线。SPL有组织的诋毁我们的活动和他们谴责格拉斯哥流浪者的许多声明，再加上BBC不断的反格拉斯哥流浪者的宣传，都不是想象中的幻想。所有对我们俱乐部的精心策划和安排的攻击，都是由对格拉斯哥流浪者有深仇大恨的人协调的。在多年拒绝相信证据之后，这几年的维明斯完美风暴终于让莫里和我们的俱乐部看到了这些阴谋。像大多数人一样，默里可能认为所有关于有组织的维尔明的阴谋理论，在我们最脆弱的时候暗中工作，有时公开地利用一切优势，这纯粹是幻想。但RTC的信息是非常详细和准确的，再加上SFA预先确定的和预先计划的制裁和惩罚路线。SPL有组织的诋毁我们的活动和他们许多谴责格拉斯哥流浪者的声明，再加上BBC不断的反格拉斯哥流浪者的宣传，都不是想象中的幻想。所有对我们俱乐部的精心策划和安排的攻击，都是由对格拉斯哥流浪者有深仇大恨的人协调的。在多年来拒绝相信证据之后，今年维明斯的完美风暴终于让默里和我们俱乐部看到了这些阴谋。

**id 128**

通过Cosmo的指南，我们可以了解到本周最热门的事件，从精彩的活动到要命的购物，再加上性爱姿势和要看的电影。未来七天的性生活 购物、生活指导 沙发上的女孩 哀叹着今天是周一，周末结束了？是时候振作起来了，因为我们已经得到了一切，使你的一周精彩，从利物浦的鸡尾酒制作，伦敦的LED节，新的必须使鸡尾酒，Becks看起来buff和免费样品的Estee Lauder /的惊人的新眼霜...享受!参观这个购物、节日、生活指导的LED节 节日季节可能快结束了（嗅），但它会以一种爆炸性的方式离开！如果你错过了V there\'s节，你会发现它是一个很好的选择。如果你错过了V，下个月还有Bestival，本周末维多利亚公园将举办LED节--伦敦电子舞曲。头条新闻包括David Guetta和Calvin Harris以及Goldfrapp和Leftfields，这将是一场精彩的演出。令人惊讶的是，门票仍然可以买到，周末的票价为70元，见l edfestival.net。无论你是在计划一个母鸡还是想在北方的周六晚上摇身一变，看起来利物浦的Mosquito（在Living Room的下面）是唯一的地方。在俱乐部营业时间之外，酒吧会举办私人鸡尾酒制作课程，富有魅力的酒吧工作人员会逗你笑，与你调情，直到你陷入笑声之中，他们甚至会让你的团队中最害羞的成员在吧台后面摆出姿势，并确保你们都能在离开时有点醉意，知道很多关于鸡尾酒制作的知识！谁知道教育可以如此有趣？谁知道教育可以如此具有娱乐性呢？拨打0870 44 22 535预订你的课程 thelivingroom.co.uk 进入这个购物，生活教练 Flip数码摄像机，99.95 为自己口袋里的2000元整数？我想是的!无论你是否有创意，Durex/Create An Ad比赛的丰厚奖金足以让你追随Drew Barrymore/的富足脚步。拿出你能用的任何相机（你的手机也行），磨练你的导演技巧，因为杜蕾斯邀请你制作一个广告，分享安全性行为的信息。获胜的广告将由一个评委小组选出，并将赢得2,000美元。在11月30日之前将你的作品上传到durex.co.uk/durextv 访问这个购物网站，生活导师奥黛丽-赫本 摄影大师Getty Images将与你分享他们在首都拍摄的电影明星的华丽的照片集。来自伦敦的爱。明星之城 "展览于本周四在西区的盖蒂影像馆开幕。从里士满公园的奥黛丽-赫本到地铁上的布里奇特-巴铎，你会发现对伦敦有一种新的爱。见gettyimagesgallery.com喝这个购物,啜饮鸡尾酒,生活指导鸡尾酒配方谁知道太阳是否会照耀或者它/她会在夏天剩下的时间里保持一个陌生人，但Cosmo知道如何把一些阳光放在你的啜饮。Grand Marnier调制了一款新的鸡尾酒--Grand Esprit，即使下雨也能给你带来一些水果的清新感。在一个高脚杯中加入冰块，加入25毫升格兰马尼耶，25毫升接骨木花酒，175毫升苏打水。搅拌均匀，加入橙片和草莓。对大卫-贝克汉姆有好感，购物，人生导师大卫-贝克汉姆 好吧，我们知道我们在这里没有提供任何新的东西，但当大卫-贝克汉姆再次在健身器材上取得胜利时，你真的需要其他东西来垂涎。即使穿着一件看起来有点太紧的上衣，我们仍然喜欢他，因为他摆出姿势来宣传新的健身计划--EA SPORTS Active 2，他现在是品牌大使。有人说我们可以和贝克斯一起健身吗？我们在哪里报名？阅读这个购物，生活导师欢乐合唱团的开始 在上班的路上被人看到阅读欢乐合唱团的书很酷吗？ 呃，谁在乎呢！？当一个节目如此耸人听闻，歌曲如此高亢嘹亮的时候，街头的信誉并没有真正被打破。Sophia Lowell的《欢乐合唱团》（Glee The Beginning）（6.99，Headline）讲述了你最喜欢的角色在新方向形成之前的故事。找出瑞秋第一次看到芬恩不仅仅是一个运动员的时候，以及欢乐合唱团如何在没有领导者的情况下生存。完美的海滩阅读

**id 129**

时间机器2011。Live In Cleveland (DVD) Date: 08/01/12 Rating:好处是。优秀的拉什歌曲 劣势。2010年，拉什决定进行一次世界巡演，在这次巡演中，他们的专辑《Moving Pictures》被完整地播放。这张专辑很可能和《2112》一样，是拉什最著名的专辑，包含了《汤姆索亚》和《YZ》等歌曲。第一场演出于6月在新墨西哥州的阿尔伯克基进行，巡演于2011年7月在华盛顿结束。这次巡演被命名为 "时间机器之旅"，这张DVD的发行是在克利夫兰录制的，这个城市是美国第一个在电台播放他们音乐的城市。由于我不知道的原因，我没有机会看到这次巡演，所以DVD一发行，我就赶紧问圣诞老爹能不能把它作为圣诞礼物送给我。像一个好的老顽童一样，圣诞先生按照我的要求做了，我在圣诞节那天迅速把它放在了DVD播放器上。拉什给我的印象一直是他们的耐力。他们的演出时间很长，中途会有休息，你会看到下面列出的歌曲数量。拉什音乐会的另一个特点是，他们远不乏味。首先，他们有很好的灯光表演和后面的屏幕，以增加乐趣，在歌曲之间播放简短的片段。去看演出是一种完整的体验，这张DVD很好地捕捉到了这一点。我不会对每首歌曲进行深入研究，而只是给出一个整体的 "感觉"。我知道很多人都没有听说过拉什乐队，所以简单介绍一下：他们于60年代末在加拿大的多伦多成立。他们由Geddy Lee--主唱、贝斯和键盘，Alex Lifeson--吉他，Neil Peart--鼓组成。很难描述他们的音乐风格，因为多年来他们已经经历了不同的品种。让我们只说摇滚，好吗？经典的、硬的、重的，有时是软的。简单地说，他们是...RUSH。吉祥坊官网 ~~~~~ 节目以模拟RUSH历史的第二集 "不要轻率 "开始。节目中，乐队的所有成员在一家香肠咖啡馆里扮演一群人，而 "Rash "则在咖啡馆的一个小舞台上表演他们的主打歌Spirit of Radio的奇怪版本。这一切都相当愚蠢。我想这对拉什的歌迷来说更有吸引力，但我的两个12岁和8岁的孩子并不是拉什的忠实歌迷，他们觉得这很有趣。然后我们加入音乐会，真正的 "广播精神 "随之而来。紧接着是相当不同的'Time Stand Still'。接下来是明亮的《Presto》，接着是黑暗的《Stick it out》。然后，我们有了新的、相当棒的'Working them Angels'。这表明拉什仍然有很多东西要做，因为这是新的和新的。作为音乐家的Rush被高度评价为他们各自领域中的佼佼者之一，而Geddy在《Leave that thing Alone》中很好地展示了这一点。他在结尾处用他的贝斯所做的事情实在是令人难以置信。接下来是'Faithless'，接着是他们即将发行的专辑中的一首新歌。BU2B "是与 "大篷车 "一起发行的双单曲，在节目的后面播放。接下来，我们有来自Permanent Waves专辑的经典老歌'Freewill'。第一场演出以两首打动人心的歌曲《马拉松》和《细分》结束。乐队随后进行了休息。第二组以模拟的《拉什历史》第17部分"...摇滚是我的名字 "开始。在这里，模拟的Rush正在为Tom Sawyer录制视频，并由Geddy假扮成英国导演进行指导。我们加入了音乐会，真正的《汤姆-索亚》开始了，我们有了整个《移动图片》。汤姆-索亚》可能是拉什最知名的歌曲：它曾出现在电影和电视节目中，如《南方公园》和《查克》。甚至我的女儿也听过这首歌!Red Barchetta》是我最喜欢的Rush歌曲之一，接下来是《YYZ》和《Limelight》。我们还有'Camera Eye'，令人毛骨悚然的'Witch Hunt'和'Vital Signs'。接下来是他们即将发行的专辑中的《Caravan》，可能名为《Clockwork Angels》，这是一个从旧到新的案例。接下来是Moto Perpetuo，这是Peart的一段鼓声独奏。O'Mal

**id 130**

5种 "返校 "的感觉可以帮助你的企业 无论是洗得整整齐齐的校服，还是在门板上哐当哐当的假日信用卡账单，还是道路上的交通水平，毫无疑问，"返校 "的感觉正在向我们袭来。也许是我花了很多年时间管理预备学校的财务，或者我自己也有（中学）孩子的事实，但我发现每年的这个时候可以提供新的动力和动机。你可以利用 "回到学校 "的感觉来帮助你的业务的五个方法。将你的闹钟提前半小时，利用这段时间计划你在工作日结束前必须做的事情。 然后根据每项任务对你业务成功的重要程度来确定其优先次序。 不要再拖延或找借口了。写下5项你真正喜欢的商业活动，并考虑如何在未来几周和几个月内安排更多这些活动。 这将成为完成更多平凡任务的动力。 你的热情很可能会帮助你获得成功。挖出你的商业计划，如果你没有，就安排时间开始做。 最重要的是要有明确的可实现的销售目标，可以分解为每月和每周的目标。现在就行动! 成功人士与其他人的关键区别仅仅在于实施！你是自己成功的关键。 你是你自己成功的关键。制定未来几个月的锻炼计划，因为这将给你带来更多的能量，帮助你在夜幕降临时充分利用这些工作时间。像所有成功的园丁一样，请记住，秋季可能是计划和开始来年工作的最佳时机。 当许多企业还在起步阶段时，你将在一月份获得回报。你获得动力的首要建议是什么？你是否发现9月是为明年进行回顾和计划的好时机？ 这篇博客对你有帮助吗？如果你想在商业规划方面得到帮助，请留下评论或联系我们。

**id 131**

历史的历史》。柏林小说评论 2011-03-04T14:46:00+00:00 MT评分4.0 / 5.0 : 《历史或历史》揭示了年轻女性试图同时面对自己的过去和大屠杀中女性的悲惨历史的心理。这不是一个传统的历史事件的复述。主人公玛格丽特试图剥开未被记录的大屠杀的历史，以揭示其动机。同时，玛格丽特创造了她自己的令人困惑的故事，这个故事来自于她未被发掘和未被解决的个人历史。这本书的幻觉风格要求读者让 2011-02-15T12:10:33+00:00 成龙 "farmlanebooks" 评分 5.0 / 5.0 : 《历史的历史》是一部杰出的作品。它具有原创性，令人感动，发人深省。我认为它将在今年获得一系列的文学奖项，我希望你能阅读这篇评论的其余部分，并决定尝试一下。历史的历史》的背景是柏林。中心人物玛格丽特是该市的一名导游，因此我们通过她了解了柏林的所有历史和建筑。这使它听起来有点沉闷，但事实并非如此。这本书充满了quir 2011-04-04T21:00:42+00:00 Jill Meyer评分5.0 / 5.0：Ida Hattemer-Higgins的首部小说《历史的历史》，对个人的疯狂和许多人的疯狂都有精彩的阐述。以及这种 "多人的疯狂 "是如何在家族中潜移默化，直至成为 "一人的疯狂 "的。故事发生在21世纪初的柏林，讲述了一位年轻的美国妇女玛格丽特-陶布在20世纪90年代末从美国搬到柏林，在她父亲原来的家乡城市寻求生活。他

**id 132**

我有一块MK逻辑板，我用最新的固件对它进行了刷新，但没有LED灯亮起，也没有在任何应用程序或monome测试中按下任何按钮。我的mk的序列号是m0000013，在serialosc中显示为monome i2c，在monome test中正确地显示为16x8，因为我对它进行了flashed。有什么想法？@tehn，当我停止serialosc并尝试使用你提到的bootloader方法时，我得到：avrdude.exe: stk500\_getsync(): not in sync: resp=0x81 avrdude.exe done.谢谢你。\*\*\* [16x8] 错误1 不知道发生了什么。我试着停止serialosc并使用你所附的其他协议mtest，它自动识别了我在COM2端口的设备（Windows 7 32位），但我按下按钮或点击网格或任何信息框都没有反应。我这里有一个AVRISP mkii，我也可以使用。还有一个问题，我以前使用的是老版本的serialosc。是serialosc把mk看作是一个i2c设备吗？还是因为串行格式的问题。我按照固件的说明，但之前用我的avr来编程，我想既然它被看作是一个i2c，至少325的某些部分必须正常工作。当我插入设备时，我的任务管理器显示一个新的serialoscd实例正在运行，但我在serialosc窗口中不再看到任何设备。我切换到新的serialosc 1.2a测试版来试试。当我用Atmel Studio 6&gt;Tools&gt;Programming Devices对tilt/mk16x8.hex文件进行编程时，它说它闪现和验证都很好。当单片机（mk）被插入时，它应该做什么，比如亮起测试行或什么？所以我愚蠢地按照装配图上的底图的方式连接连接器，完全忘记了那张图是错误的!第二，我使用的是序列号m0000013，所以m#######，而我最近注意到vis在序列号中显示了9个#。改变了这一点，现在旧的serialosc版本把我的mk看成是mk128。现在是真正的问题。问题是，我可能在某种程度上用反向的接线方式搞砸了芯片？我的单片机正在闪烁各种疯狂的灯光，而且它们似乎像两个键盘，不是标准的水平格式，而是相互平行。我是不是把325号文件搞砸了？或者是2219或138/165芯片？我已经和AVRISPmkii和Atmel Studio纠缠了好几天了。首先似乎用固件成功地对atmega325p进行了编程，但事情运行缓慢，然后意识到我需要将低电平的保险丝设置为0xff，但出现了错误，Studio无法读取该设备。我想知道在PC上我是否应该以不同的方式设置接口速度和通讯端口的波特率。我终于设置了慢速波特率，并设法对设备进行编程，花了几分钟时间。最后，设备被读取并成功地设置了保险丝位。现在serialosc正确地将设备识别为mk128（16x8），但只有最上面一排的按钮亮起或正确地登记了每个8x8键盘的按下。有什么想法，可能是什么问题？我原来确实把驱动接口电缆接反了，这是否有可能破坏了165和138芯片？实际上我是这样想的。我不是很精通，但如果你有想法，我洗耳恭听。我非常希望能让它正常工作。但我不明白为什么atmel编程器在读取芯片时有问题。我想这可能是Windows和COM端口或其他什么东西的问题。无论如何，如果我可以用O-scope做一些事情来找出问题。这很奇怪，因为最上面一排在两个键盘上都能工作，但其他都不行。有时会出现随机的LED循环，而且它似乎对按下的按钮没有反应，只是开始发疯。不过，它现在是作为一个MK读取的。会这样做的。我想138号机应该发出脉冲，不管它是否在使用任何应用程序？另外，我是否应该改变

**id 133**

未来20年的工作 把你的黑莓手机、笔记本电脑、Pico投影仪以及伴随它们的纠结的插头和充电器，放在一个装满砖头的袋子里，然后把它们扔进泰晤士河。你不再需要它们了。未来的旅行办公室骑手所需要的只是一台可穿戴的投影仪和一双管理电子邮件、浏览会议和进行有说服力的演讲的手。请看下面我们的未来工作小工具 唐式投影仪 将可穿戴的纳米投影仪徽章固定在你的衣襟上，你将成为一个行走的GPS和携带相机的智能手机，配备物体识别技术。你将真正做到 "永远在线"。激活手指 各种颜色的微小贴纸贴在你的指甲上。它们很隐蔽，从远处用肉眼几乎不可能看到，但它们会让你的投影仪徽章上的摄像头区分你的手指。因此，它们在很大的应用范围内提供了前所未有的控制。你可以选择你的颜色，并将它们与每个首选用途相匹配。它们随后可以被停用或使用类似于指甲油去除剂的溶液完全去除。它们很便宜，在报刊亭与刮刮卡一起出售。手持电话 将你的手机投射到你的手上，用适当的颜色编码的手指来拨号或搜索你的联系人。你可以选择通过姓名、号码或照片来查看你手上的联系人，而号码可以通过握手来交换，除非他们已经激活了他们的隐私设置来阻止这一点。你将能够通过面对对方，看其是否出现在你的手上，来检查你是否已经有了某人的号码......跨领域的全能系统处理一切。将你的旅行卡举到摄像头前，检查你还有多少信用卡，然后扫描火车或公共汽车地图，看到挑选出的最快路线。一旦进入该国的正确地区并步行，允许投影仪通过在你的鞋子或地面上投射箭头指示来引导你去赴约。一旦你到了那里，使用互动投影来做你的演讲。事后有时间吗？如果你想购物，举起蓝光片、书或其他产品，你会看到在线价格比较和用户评论投射到它上面......系统会识别大量的物体。将一张名片放在它面前，你可以选择将细节保存到手机的联系人列表中，或者拨打电话。看一个贸易出版物，它将提供订阅或下载特别感兴趣的文章的选项，以便以后查阅。

**id 134**

坚果饮食如何使你的体重增加 当你祝贺自己把巧克力棒换成一把健康的坚果时，再想想吧。研究表明，以坚果、种子或干果为零食的减肥者实际上可能会增加体重，而不是减轻体重。研究发现，坚果和种子通常含有不健康的饱和脂肪，而干果通常含有高糖。仅仅100克巴西坚果就含有女性每天建议摄入量的四分之三的饱和脂肪 100克巴西坚果含有16.4克饱和脂肪--女性每天建议摄入量的四分之三，而一把葡萄干含有69克糖，超过建议量的四分之三。研究发现，甚至南瓜和芝麻也含有高水平的饱和脂肪。由SupermarketOwnBrandGuide网站进行的这项研究，是在许多人开始严格的饮食制度作为新年决议的一部分时进行的。仅仅100克最受欢迎的干果，如葡萄干，就含有超过64克的糖--超过一般成年人每日推荐糖量的三分之二 一般成年人的每日推荐糖量是90克，但是100克最受欢迎的干果，包括醋栗、葡萄干、苏丹果和干枣，都含有超过64克的糖。相比之下，100克Kit Kat巧克力棒含有47.8克的糖。网站创始人马丁-伊萨克说："新年节食者如果为了避免吃巧克力而囤积水果和坚果等东西，可能会发现自己长胖了。说实话，我很惊讶人们在吃了一把巴西坚果后没有摔死。我的意思是，所有这些饱和脂肪必须粘在人们的动脉上，对吗？哈，我在开玩笑，虽然未加工的饱和脂肪就是这样被推销的。你愿意做什么，是每天吃10个坚果，还是连续12个月喝一杯超级市场的聚脂油？如果你愿意，我愿意接受挑战，但他的坚果是我的。有些人在适度吃坚果时有很多麻烦，因为它们可能非常容易上瘾。如果你开始越来越频繁地吃任何食物，而且分量越来越大，那么它已经成为一种 "触发食物"。如果你有控制摄入量的问题，你最好从你的饮食中减少任何触发食物。特别是如果它的热量很高。取代一些味道好但热量低的食物。坚果是镁、钾、锌、叶酸、维生素E、B1等的良好来源，它们也有良好的脂肪。你不应该吃很多，但在早餐或作为零食时吃点好的混合物要比吃巧克力棒好得多。少量的黑巧克力就可以了，无硫水果干含有大量的天然糖和纤维，以及维生素。我多年来一直吃富含这些的饮食，我的体重保持在几磅之内。我把它们与燕麦混合在一起，燕麦真的很便宜，可以买到，我自己做麦片。坚果富含蛋白质，也吃牛油果，营养丰富。我的胆固醇很低，这要归功于杏仁和燕麦，我多年来一直是8码。但这并不意味着我不吃奇怪的巧克力棒或咖喱。这项调查与我读过的所有文章都相悖，Kit Kat不能算作有营养。鉴于这项调查是由一家超市进行的，我认为这是一个恶作剧，不会理会他们的建议。

**id 135**

Punch Quest不再是免费的，因为开发者对缺乏回报表示遗憾 最近比较流行的iOS游戏之一已经被迫放弃其免费游戏模式，而是要求玩家预先付费。Punch Quest不仅因其游戏性而受到评论家的欢迎，而且还因其慷慨的免费模式而受到欢迎，该模式允许玩家选择支付额外费用或在游戏中赚取额外费用。在免费游戏对玩家的要求越来越高，吸引了越来越多的批评的时候，《拳皇》感觉像是一股新鲜空气。不幸的是，这种慷慨的设计又困扰着开发商Madgarden和Rocketcat Games。Touch Arcade报道说，尽管有60万次下载，但游戏的收入却难以达到五位数。本月早些时候，游戏的更新改变了奖励平衡，提供了额外的IAP，并提高了购买的可见度。但这并不奏效。因此，从现在开始，该游戏的下载费用为69便士。Rocketcat的Kepa Auwae说。"这次更新改善了几天，然后它就下沉了，很难受。我们做了上次的《冲锋号》更新，修复了人们为《冲锋号》付出时指出的很多问题。更多的高端购买，一个硬币翻倍器，一个非硬币的IAP选项，一个更清晰的购买按钮--没有发挥作用。"这就留下了一件简单的事情--游戏太慷慨了，不能成为单一货币的免费游戏。它是99美分或将所有东西的价格提高8倍或更多，真的。"MCV是在英国和国际视频游戏市场内工作的所有专业人士的领先贸易新闻和社区网站。它覆盖了从商店经理到CEO的所有人，涵盖了整个行业。MCV由专注于娱乐、休闲和技术市场的Intent Media出版。

**id 136**

儿童健康信息 水痘 - 水痘 水痘是一种由水痘病毒引起的感染。它不能用抗生素治疗。治疗通常是针对症状的。它很容易通过与水痘患者直接接触（即触摸）或通过他们咳嗽时空气中的液滴传播。发烧和皮疹是水痘最常见的症状。水痘患者在皮疹出现前一到两天会传染给其他人，直到最后一个水泡干涸为止。任何年龄的儿童和成人都可能得水痘，但在儿童中更为常见。每5,000名患者中就有一名会出现脑部炎症（脑炎），每10万人中就有3人死亡。建议18个月大的儿童接种水痘疫苗，作为他们正常接种的一部分。它非常有效，副作用少，在维多利亚州是免费的。症状和体征 aA 轻度发烧，感觉疲倦和烦躁，瘙痒 皮疹。皮疹通常从胸部、背部或脸部开始，然后可能转移到身体的其他部位，包括口腔内。它是如何传播的 水痘非常容易感染（高度传染性）。它可以通过与水痘患者直接接触、从其胸部咳出的液体或接触水疱的液体而传播。皮疹通常在第一次接触感染者后的10至21天内开始出现。患有严重感染或有潜在严重疾病的儿童可能会被给予抗病毒药物治疗。大多数患水痘的儿童会有大约5至7天的不适，只有少数需要住院治疗。治疗是为了控制皮疹的瘙痒以及与病毒性疾病有关的其他症状。有许多药物和药膏可以从当地药店买到，以帮助缓解瘙痒。因为水痘是一种病毒，所以不能用抗生素治疗。如果你的孩子在皮疹周围出现大的、疼痛的、红色的区域，或者变得不舒服，请去看你的家庭医生，以防出现继发性细菌感染。家庭护理 当孩子不舒服的时候，要确保他们喝足够的水是很困难的。经常给孩子喝一口饮料和冰棒、汤和其他液体。A这有助于防止脱水，并有助于控制发烧。患水痘的儿童会感到疲惫和烦躁。服用扑热息痛会有帮助，不要服用阿司匹林。患水痘的儿童在最后一个水疱干涸之前不应该去学校或幼儿园。干燥的水疱结痂是不会传染的。如果你的孩子得了水痘，请告诉学校。可能还有其他孩子需要接受免疫或治疗。患有水痘的人在皮疹开始前一到两天会传染给其他人，直到最后一个水泡干涸。在这个传染阶段，一些家庭成员可能需要远离孩子。这包括正在接受化疗或长期口服类固醇的人、新生儿和以前没有出过水痘的孕妇。如果已经得过水痘，大多数人都不会再得水痘。患有水痘的儿童通常可以在家里得到照顾，不需要看医生。如果你担心，请看你的家庭医生或妇幼保健护士。特别注意事项 任何长期口服类固醇的人和免疫力低下的人（正在接受化疗或器官移植后）、孕妇或新生儿，如果他们认为自己接触了水痘，应该去看医生，因为他们可能需要治疗来预防水痘。A有湿疹等皮肤问题的人可能也需要向健康专家咨询，了解他们可以使用哪些药膏来治疗皮疹。患有水痘的儿童不应服用阿司匹林。要记住的要点 水痘非常容易感染。抗生素不能治愈水痘。A治疗通常是针对症状，如皮疹，而不是感染。皮疹通常在第一次接触水痘后10至21天之间开始。A水痘在皮疹开始前1-2天就具有传染性，直到最后一个水疱干涸。

**id 137**

家庭纠纷的解决。家庭关系服务提供者和家庭律师之间合作的明确协议的重要性 作者期刊全文文章 为遵守版权法，所有文章的请求必须使用我们的文件交付请求表提交。该表格的模板可在文件交付处获得。摘要 根据澳大利亚自2006年以来强制调解的家庭法框架，处理亲子关系问题的家庭律师的作用有两个方面。律师对客户的第一项责任是就争议中的育儿问题提供法律建议。家庭律师的第二个同样重要的角色是协助客户制定解决这些问题的最佳方式。并非所有的家庭律师都承担了或理解了这一变化后的角色，而且家庭律师、家庭关系服务提供者、客户和调解参与者对家庭纠纷解决过程中的第一步应该是什么感到很困惑。本文认为，调解过程的成功与否，既可以归因于父母分居时的调解时机，也可以明显归因于向父母提供的法律建议。

**id 138**

采取行动，捍卫1000万英亩的原始雨林 2012年10月26日 上周，Pachamama联盟会见了来自Sarayaku原住民Kichwa社区的领导人，他们从厄瓜多尔的亚马逊雨林深处来到旧金山，给他们在现代世界的盟友带来了一个请求。厄瓜多尔政府计划在第11轮新的石油开发中采取下一步行动，其中包括这1000万英亩土地，在11月底与感兴趣的石油公司开始谈判。受影响的原住民社区，包括阿丘尔地区100%的社区，坚持认为政府的行动不符合美洲人权法院今年作出的历史性裁决。该裁决支持土著人民在影响其土地和文化的项目中享有自由、事先和知情协商的权利。因此，萨拉亚库领导人代表一个土著民族联盟，要求你和他们在世界各地的所有盟友现在就采取行动，扩大他们拒绝第11轮谈判的声音。

**id 139**

卑诗省就是这样 -- 一支1-3的球队 这一次没有任何借口。没有在红区内的失误。周六下午在校友体育场，波士顿学院的底线很简单。老鹰队还不够好，无法击败克莱姆森大学。不够好。这不是一个谜。克里姆森大学更有天赋，忘掉波士顿学院四分卫切斯-雷蒂格在下半场扔出的两个挑球。他们是由克莱姆森大学的防守队员的良好表现和雷蒂格的错误投掷造成的。卑诗省在比赛前就知道这一点，在老虎队从24-21的半场领先拉开差距，将差距扩大到38-21，然后在第四节挡住了老鹰队的进攻，以45-31取得胜利后，他们当然知道这一点。老鹰队不一定要在对阵克莱姆森的比赛中打出完美的表现才能获胜，但这也会有帮助。他们没有这样做。老鹰队可以使用一些 "克莱姆森时刻"--当老虎队在身体上和精神上都远远低于他们的天赋水平时。这些在下半场发生了，但还不够多。那么，在主教练弗兰克-斯帕齐亚尼（Frank Spaziani）希望他的球队在进入10月时最差也能达到3-1的大计划中，这一切又意味着什么？这将使不列颠哥伦比亚省越来越多的声音安静下来，但不是沉默，即现在是更换教练的时候了。当然，老鹰队本赛季输给的三支球队--迈阿密、西北和克莱姆森--总共是13胜2负，这一点都不重要。老鹰队不断反击，甚至在第三节中段，当克莱姆森大学将领先优势扩大到17分时，他们本可以拿起他们的玩具，宣布比赛结束，这一点也不重要。老鹰队--雷蒂格、外接手亚历克斯-阿米顿和其他进攻队员--一直在努力，一直试图扭转明显对他们不利的趋势的方向。但是，每当老鹰队打出大比分时 -- 他们有很多大比分 -- 克利姆森大学和四分卫塔吉-博伊德都有一个答案，并在记分牌上显示出来。卑诗省有能力在特定的周六击败克莱姆森，但不是在枪战中，也不是没有克莱姆森的帮助。那么，这一切对BC和斯帕齐亚尼来说意味着什么呢？老鹰队，除非精神崩溃，但这是不可能的，因为本赛季还有四分之三的时间，下周对阵周六输给石溪的陆军队时应该会反弹。在此之后，老鹰队将面临类似于输给克莱姆森的情况，情况要艰难得多。 击败上周以12分击败克莱姆森的佛罗里达州，在塔拉哈西发生的可能性非常小。这将使老鹰队以2-4的成绩进入赛季的后半段。普遍的看法是，老鹰队需要赢得至少6场比赛，甚至开始讨论斯帕齐亚尼回来参加第五个赛季。 有些人认为标准比这更高，也许高达7场。在2-4的开局之后，一个7-5的赛季将意味着5-1的结束，而这个赛程还包括圣母院、北卡罗来纳州立大学、弗吉尼亚理工大学和乔治亚理工大学。但是，如果你看看本赛季第一个月所发生的事情，无论是佐治亚理工学院、北卡罗来纳州立大学还是弗吉尼亚理工学院，都没有看起来接近于无敌。这三支球队在周六都输掉了 "可以赢的 "比赛。谁知道当爱尔兰人来到校友体育场时，他们会处于什么样的状态，之前的比赛包括迈阿密、比亚迪、斯坦福和俄克拉荷马，在11月10日与老鹰队交手后，他们可能会在南加州大学进行一场前瞻比赛。这对不列颠哥伦比亚省来说是一个小小的安慰。Spaziani在赛后提出了一些正常的看法。"克莱姆森大学打了一场好球，"斯帕齐亚尼说。"他们配得上胜利。我们很失望，但并不气馁。"然后他更详细地谈到了他的球队的问题。"我们必须在防守上打得更好，"斯帕齐亚尼说，他知道他的球队在三场失利中平均每场都丢了36分。" 当被问及击败老鹰队的球队的质量时，斯帕齐亚尼承认了这个记录，但正确地指出，用这种类型的思维作为抓手是有危险的。"我们还是被打败了，"他说。"我们只是没有做出足够的

**id 140**

肥胖症的流行和心理学如何帮助 2012年9月27日 多少才算够？心理学如何帮助解决肥胖症的流行并减少分量？这个问题是由《新科学家》的记者凯瑟琳-哈蒙在德克萨斯州圣安东尼奥举行的肥胖症协会年度科学会议上提出的。你可以在这里阅读全文 ，但这是我们对它的看法。我们的习惯，我们以前的经验，以及我们对 "适应 "的渴望，不仅决定了我们吃多少，而且决定了我们感觉有多饱。饮食习惯 饮食习惯驱动我们的行为。我们倾向于填满我们的盘子，不管它有多大，我们倾向于吃完我们盘子里的东西。 因此，关于小盘子的想法真的很有效，除非你落入了多吃小份量的陷阱。经验。我们饭后的饱腹感不仅仅是由身体信号决定的。随着时间的推移，我们学会了预测某种食物会给我们带来多大的饱腹感。数以万计的饭菜已经 "教会 "了我们在吃饭时应该期待什么。这种 "预期饱腹感 "来自于对食物数量和类型的视觉评估（当你看不到你在吃什么时，你就失去了准确评估饱腹感的能力）。在家或在餐馆吃即食食品的一个问题是，你并不真正知道里面有什么。 因此，你很难将健康的比萨饼与充满脂肪、盐和糖的比萨饼进行直观比较。食物类型。饥饿感和饱腹感是由荷尔蒙控制的，荷尔蒙在你的肠道和你的大脑之间传递信息。不同的食物发出不同的信息。有的说多吃点，有的则警告你要慢点。看来，蛋白质的确是产生饱腹感信号的关键。蛋白质也比碳水化合物需要更长的时间来消化，所以饱腹感会持续更久。(这并不意味着你应该只吃蛋白质 -- 只是你不应该错过它）。社会顺从性。我们对社会规范非常敏感，只有在看到别人这样做时才会改变我们的社会行为。连锁餐厅的大多数食客都会吃完他们的大餐，因为 "浪费食物是不好的"。这意味着他们会吃得比他们需要的甚至是想要的更多。但只有少数人会冒着出人头地的风险，要求吃小一点的食物。或者要求只吃前菜而不吃主菜。或者只吃半份等等。因此，为了重新编程我们的自动饮食行为，我们必须重新学习如何。吃小份量的食物。用新鲜的原料准备我们的饭菜，这样我们就可以看到其中的内容。选择能让我们事后感到满足的食物。识别并抵制外部压力，让我们吃得更多。作者：lesleyjefferson Lesley Jefferson BA PGCE, MBSCH, DipCBH, DipHyp是一名临床催眠治疗师和教练。她在与减肥客户合作多年后，看到什么是有效的，于是开发了Zlimm123T习惯框架。如果你喜欢她的内容，她会感到非常荣幸，但请记住，这些内容受版权保护，如果你想使用，请先询问。

**id 141**

MCCNY为纽约市的LGBTQI社区提供一个向所有人开放的精神家园。我们相信，纽约市基督教会被要求成为我们城市的精神中心。我们的梦想，也是福音的梦想，是来自各行各业的人在正确的关系中生活在一起，分享他们的礼物、才能和资源。世界上没有哪个城市和信仰团体比纽约市基督教会更有能力实现这个梦想。MCCNY通过MCCNY慈善机构提供社会服务，这是一个综合性的社会服务提供者，在LGBTQI社区内外开展工作。作为一个独立的501(c)(3)组织，MCCNY慈善机构促进了MCCNY的使命，使世界建立正确和公正的关系。MCCNY慈善机构经营MCCNY无家可归青年服务。Sylvia's Place，每年为1000多名无家可归的LGBTQ青年提供紧急庇护和服务；Sylvia Rivera食品储藏室，每周为社区内有需要的人提供550袋午餐和250袋杂货；Rev. Pat's Finishing School，每月为变性人社区成员提供免费晚餐和技能建设讲习班；Queer Elder Spirit，为LGBTQI社区成员提供培训和工作安置，为LGBTQI老人提供家庭护理和个人护理服务。MCCNY在当地倡导社会正义，为平等权利而战，并通过全球正义研究所在全球范围内进行倡导。全球正义研究所是一个独立的501(c)3机构，作为大都会社区教会的社会正义部门，设在纽约大都会社区教会内。本主日纽约大都会社区教会 2012年11月11日 Pat Bumgardner牧师讲道 上午9:00 传统礼仪 上午11:00 庆祝礼仪 下午12:30 性别人士 下午12:30 对话系列。下午7:00 赞美与敬拜仪式 MCCNY的建筑很幸运地度过了风暴，有电和热水，没有损坏。如果你需要一个地方为电子产品充电或洗个热水澡，我们是开放的。

**id 142**

相关报价 当我第一次把这个教程放在一起时，我感叹在怀着儿子时没有想到这样做。我猜宇宙在听我的内心对话，因为就在几天后，我发现我确实怀了三号宝宝。我认为，这是一个奇妙的基本项目，既实用又经济，坦率地说，它吸引了我的那一部分，即拼命地想筑巢。需要我指出的是，这也是一个很好的礼物？这是一个新父母肯定会使用的东西，它很容易被扔进水里，当然它是由你自己制作的。更妙的是，它有多种用途--把小宝宝裹在里面，让宝宝躺在上面，把他们塞在婴儿车里。完美！"。对于初学者来说，从开始到完成大约需要90分钟到两个小时。要制作这条舒适的婴儿毯，你将需要。纸巾或任何适合制作图案的纸 制衣粉笔或铅笔 测量带或尺子 1平方米的素色针织棉，颜色自选 1平方米的对比色针织棉，图案自选 4米以上的斜面装订。40厘米的丝带，以配合你所选择的其他部分 一台缝纫机和白色或相配的线 织物剪刀或粉红剪 销子 第一步 这是最棘手的步骤，也是唯一一个隐约可以尝试的步骤，所以不要让它阻碍你继续前进。你需要切割你的针织棉，使你有两个均匀的平方米。这很棘手，因为针织棉往往在边缘滚动，使它有点难以测量或得到一个直的边缘。我尝试了几种不同的方法，但结论是最好的选择是用纸巾做一个图案。因此，我建议就这样做--做一个一平方米的图案，然后把它剪下来。将你的第一块棉布铺在一张大桌子或地板上，确保你没有皱纹或折痕。轻轻地把图案放在上面，用针固定住，确保不要拉伸或束缚下面的棉花。在你的广场上做标记，然后取出你的图案。在这个阶段，我用尺子检查测量结果，当然你也可以用卷尺。剪下你的布料，然后用另一块棉布重复。第二步 现在你有了两平方米的布，是时候把它们钉在一起了。使用大量的别针，并再次确保不要拉伸或束缚织物，将毯子的两边错开钉在一起。我把针钉在靠近边缘的地方，这有助于防止任何滚动，并确保把针钉在角落里。第三步 这是有趣的部分，你将真正开始看到毯子的形状。现在你已经把你的作品钉在一起了，现在是时候把它们缝在一起，以确保它们彼此之间的关系。因为你完成的缝制将从两边都能看到，所以绝对建议你先在废旧材料上做一下试验；你不希望任何张力问题毁了你的工作，在一边或两边。我选择在毯子上用普通的直线缝制对角线，每条线距离前一条线10厘米。 你也可以很容易地选择使用更多的装饰性针迹，甚至只使用之字形针迹，这取决于你。一定要让机器做它的工作，把织物送过去。因为你使用的是有弹性的织物，所以你不要推或拉它通过机器--只需保持织物的重量以避免任何拖动，并引导它沿着你选择的路线。第四步 拿出你的丝带长度，将其对折。把它钉在毯子的一条边上，距离一个角大约15厘米。你想让丝带的长端横在你的织物上，因为当你装订时，它将固定在折叠的边缘上。第五步 装订--如果你以前没有缝制过斜面装订，我建议你像我一样，到YouTube上学习一下。真的，我对它的简单程度感到惊讶。你可以从这些教程中挑选，或者像我一样看几个教程，看看什么最适合你。所以，一旦你清楚了如何装订，你需要把你的装订到位，确保你的棉花一直在你的装订里，这样就可以了。

**id 143**

安切洛蒂说，阿什利-科尔之所以没有进入金球奖候选名单，只是因为他是一名后卫。照片。安切洛蒂称赞阿什利-科尔是世界上最好的左后卫，这位切尔西经理认为，这位有争议的后卫是所有有抱负的足球运动员的榜样。虽然没有英国球员入围国际足联金球奖的23个提名名单，但安切洛蒂说，科尔是他所在位置的国王，值得与历史上的体育巨星相比较。安切洛蒂说："每个人都可以看到，阿什利-科尔是世界上最好的左后卫，"安切洛蒂说。安切洛蒂说："每年，后卫都很难进入金球奖名单，因为通常这只是前锋和中场球员的事。"在他的职业生涯中，[保罗-]马尔蒂尼配得上获奖，但他没有获奖的唯一原因是，他是一名后卫。[科尔]上赛季为我们发挥了非凡的质量，无论是防守还是进球和助攻。而且他能跑90分钟以上：他是一个轻量级的人，他的体重是65公斤，而他的耐力真的非常棒--他就像伟大的塞巴斯蒂安-科。科尔和马尔蒂尼是不同的球员，因为他们有不同的身体和不同的技能，但在专业上和个性上他们是一样的。他们对工作有着同样的热情"。科尔在2006年转会到切尔西的过程中发生了争执，但利润丰厚，导致许多阿森纳球迷指责他贪婪和傲慢。科尔在大多数客场仍然受到嘲笑，他作为英超最不受欢迎的球员之一，在最近与谢丽尔-科尔离婚期间，媒体对他的私人生活的谴责加强了其地位。但安切洛蒂多次明确表示，他对监督球员在球场外的活动没有兴趣，他只根据他们的工作表现来判断他们，他说，如果其他人将自己限制在同样的标准，他们会同意科尔是一个值得钦佩的人，而不是被诋毁的。"安切洛蒂说："对每个教练来说，与这样的球员一起工作是一种乐趣，因为你永远不会与他们发生问题。安切洛蒂说："他非常积极，是一个非常好的球员，也是一个非常好的专业人士。我想，也许他[在离婚诉讼期间]生活得不是很好，但他对自己的性格保持了良好的控制。他从未在训练场上带来任何问题。我认为每个欣赏足球的人都应该欣赏他，因为他也是一个非常公平的球员。他从不对裁判大喊大叫，也不对对手进行恶意攻击。在球场上，他是一个榜样。"2008年3月，在4-4战平托特纳姆热刺的比赛中，科尔因对阿兰-哈顿的危险铲球而被罚下，当时安切洛蒂还不是切尔西的主教练，他对裁判迈克-莱利进行了臭名昭著的辱骂。科尔后来为他那晚 "缺乏尊重 "而道歉，并承诺在球场上表现得更加冷静。本赛季，他为俱乐部和国家队出场16次，只得到了两张黄牌。然而，如果得出结论说这位29岁的球员在球场上的任何改善都是改善其公众形象的计划的一部分，那可能是不明智的。"安切洛蒂说："他是一个坚强的人物，如果有不受欢迎的情况，我想也许这能激励他。卫报》上最受欢迎的图片 今天，在建议游客不要去查谟和斯利那加这两个城市旅行近20年后，外交部在暴力事件下降后取消了其指导方针。因此，达尔湖和克什米尔山谷的一部分，印度最美丽的地区之一，再次向游客开放。

**id 144**

网页公告 网页图片 国际会计准则理事会主席在ECOFIN会议上发言 2010年3月16日 网页内容 国际会计准则理事会主席David Tweedie爵士在2010年3月16日欧盟理事会（经济和金融事务）会议上的发言准备。我非常感谢有机会再次出席ECOFIN理事会的会议，并感谢主席国西班牙的邀请。应主席国西班牙的要求，我将报告国际会计准则理事会在实现20国集团制定的2011年趋同目标方面取得的进展，以及20国集团和欧盟提出的与金融危机有关的问题。在2009年9月的匹兹堡峰会上，20国集团领导人指出："我们呼吁我们的国际会计机构加倍努力，在其独立的标准制定过程中实现一套高质量的全球会计准则，并在2011年6月前完成其趋同项目。国际会计准则委员会（IASB）的机构框架应进一步加强各利益相关方的参与"。我们已经在这两项要求上取得了重大进展。趋同方面的进展 正如你们所知，自2002年以来，国际会计准则理事会和美国财务会计准则委员会（FASB）一直密切合作，以实现会计准则的趋同和改进。2008年9月，我们更新了2006年的谅解备忘录，并为完成我们正在进行的联合工作确定了2011年的目标日期。自商定这一目标以来，我们一直在积极努力实现这一目标。同时，2009年9月的20国集团领导人声明是对我们需要履行承诺的一个重要提醒。我们欢迎这一提醒和对趋同的支持。在这一提醒之后，两个委员会于11月5日发表了一份联合声明，重申我们对财务报告趋同的承诺以及20国集团领导人强调的2011年6月的日期。在我们的声明中，我们列出了完成趋同工作的最新和强化的具体计划。这项工作涉及主要议题，如合并、证券化、退休金、租赁和收入确认。考虑到我们的公共责任要求，国际会计准则理事会和财务会计准则理事会将在我们的公共网站上每季度报告一次。我们正在与各自的受托人监督机构紧密合作，以消除任何阻碍成功的因素。他们已经建立了联络安排，共同支持我们的工作。在我们即将公布的报告中，各董事会将指出，尽管要解决的技术问题具有挑战性，但我们仍然按计划实现2011年6月的目标。作为两个委员会之间最近加强活动的一个例子，我们现在每个月都在一起开会，自11月的声明以来已经有超过100小时的联席会议。在3月份，两委员会通过视频连续召开了三个下午的联席会议，然后在接下来的一周里连续三天亲自到伦敦开会。这些密集的讨论正在取得积极成果。我们计划在下一季度公布七项联合提案。各委员会还将分别提出其他修改意见，以使自己的准则与对方保持一致。我们国际会计准则理事会认为，完成这项工作计划对于促进和推动全球范围内采用国际财务报告准则非常重要，这也是20国集团领导人的要求。美国的情况尤其如此。如你所知，美国证券交易委员会（SEC）最近重申了美国的承诺，即在2011年做出决定，在2015年或2016年采用国际财务报告准则。SEC强调了趋同对于改善财务报告和降低向国际财务报告准则过渡的成本的重要性。国际会计准则理事会将尽其所能，确保国际财务报告准则被全球接受。它已经在超过115个国家使用。与FASB的联合工作的相关性具有更广泛的全球意义。从今年开始，一直到2012年，我们正在见证第二轮采用国际财务报告准则的大潮。巴西、印度、韩国、加拿大、日本、马来西亚、墨西哥、阿根廷和印度尼西亚等等，都在采用IFRS的过程中。我们不希望国际财务报告准则成为一个不断移动的目标。通过在2011年完成我们的趋同工作，国际会计准则理事会将为新采用的国家提供一个会计准则的稳定期，类似于2004年至2009年期间给予欧洲公司和投资者的 "稳定平台"。加强利益相关者对我们工作和议程制定的参与 在谈到我们关于金融工具的工作之前，我想解释一下我们是如何应对的

**id 145**

你好，我今年32岁，我似乎无法找到一份像样的工作。我已经尝试过学校，但似乎总是失败。我是混血儿，住在北卡罗来纳州的布恩，那里的冬天很冷。我是单身，似乎一直都是这样。我只是觉得我最终会无家可归，但我不想在我生活了一辈子的那个老镇子里无家可归。美国有什么好地方真正适合重新开始吗？我几乎在这里生活了一辈子。我只是觉得我正在失去希望，我将会在这里得到它。这里的山区整个冬天都很冷，而且这里只有一个无家可归者的庇护所，相当粗糙。我在这里没有得到家人的帮助，大部分来自朋友。我似乎无法在这里找到一份好工作，但我是一名搬运工，但在冬季几乎没有工作。我确实明白你的意思。也许我会尝试留下，只是似乎没有太多值得留下的理由。如果我不得不从最底层做起，那么我只想在其他地方做。嘿，这只是我的建议，但我了解到，我重复施法的原因之一是，在我第一次无家可归之后，我有时 "感觉 "它将再次发生，我为它做了准备。我的建议是：.....，留在原地，努力稳定你的生活，无论你在哪里。如果你真的无家可归，.....，你将需要所有你能得到的帮助。正如Slug Jack所说。Slurp27，我感受到了你的挫败感。你属于一个教会吗？你需要参与一个技术学校，你将有资格获得补助金来帮助你。你有高中文凭吗？一些就业服务办公室可以为你提供这方面的指导。他们在某些领域为人们提供培训。我不明白为什么你的家人不愿意帮助你？或者我猜他们没有能力这样做？亲爱的slurp27，我认为与大多数人有点不同，对于一个人来说，搬家或不搬家是只有你能决定的事情，因为只有你知道所有的事实？给你任何关于你应该去或留下的建议，对我来说都是错误的！我对你的想法是，在这块土地上，你应该有自己的想法。我对你的建议是，在一张纸上，一边写上 "去"，一边写上 "留"，在标题下写上做哪种事情能达到什么目的。听听其他人在类似情况下是怎么说的，但不要把他们当作指导线，而是做让你高兴的事。你可能注意到了，我从来没有在一个地方静坐过，但我有我的理由如果在我的道路上有两条路，我会选择较少人走的那条，但这就是我，我认为我的选择对我来说是有帮助的，我。

**id 146**

你看看这个...在我试图升级我的wordpress主题后，我所有的设置都被抹去了，所以我不得不从大量的代码中筛选出我之前调整过的那些！最后，它看起来和原来的一样，尽管我认为它更平滑。最后，它看起来和原来的一样了，尽管我认为它更顺畅。在绘画方面，我最近并没有做很多工作，但我一直在为iPhone版本做修改，为Facebook做的，所以希望它能很快完成。在寻找全职工作的过程中，我还在计划其他几个项目。

**id 147**

你的电脑技术员不想让你知道的10个秘密。作为一个有点怪癖的人，我并不经常需要电脑专家的帮助，但提供网页设计的我的客户经常遇到他们需要帮助的麻烦，而我并不是他们需要的专家。幸运的是，我认识一个专家，他就是I Hate My PC的David Moore。每当我听说有电脑出现问题，我就把它们交给大卫，因为我知道它们会得到很好的照顾。大卫的团队处理所有类型的电脑帮助，最棒的是他提供诚实的、简单的英语建议，让你的电脑工作起来，这样你就能爱上你的电脑，笑一笑，继续做有趣的事情。他们不是没有社交礼仪的可怕的怪人，他们会离开办公室到悉尼地区来找你，或者也可以通过电话进行远程协助。我希望让你与大卫联系将使你的计算体验成为一种快乐的体验，你可以继续上网，制作你的网站或在网上推广你的业务。你想知道 "你的电脑技术员不想让你知道的10个秘密 "吗？那就注册我恨我的电脑的著名通讯，免费收到这份独家的宝贵报告。www.ihatemypc.com.au/special-offer.html

**id 148**

阿桑奇和对厄瓜多尔共和国的攻击 阿桑奇和对厄瓜多尔共和国的攻击 作者：Nicola di Cora Modigliani 重要提示：由Sandhya Jain根据谷歌翻译重新编辑了英文。今天我们谈论的是地缘政治和信息自由。但今天发生的事情在技术上（即政治上）始于2008年12月12日，虽然有人说是当年的9月，但经过四年时间，冲击波才传到欧洲和美国。这个问题与朱利安-阿桑奇、维基解密和厄瓜多尔共和国有关。请注意，在整个美洲大陆、澳大利亚和欧洲，人们都认为世界和十年前是一样的。但是，世界不再是那样运作了。在意大利，没有人被告知巴西和联合国之间的斗争在不断加剧，在国际货币基金组织负责人克里斯蒂娜-拉加德的糟糕管理下，意大利被正式从世界第八大经济体降到第九大经济体的地位。它被巴西赶超了。因此，在下一届八国集团会议上，意大利将不被邀请，但巴西会被邀请。因此，我们有了废除G8的决定，G10成为新的标准。由英国和德国掌舵的欧洲，根本无法接受南美的 "凯恩斯主义 "胜利。在本质上，西方的准则仍然是。"让他们呆在家里，继续感激我们让他们像非洲人一样生存。否则，他们一个个都会像卡达菲那样结束。"这就是一言以蔽之的警告 所以，在过去的40天里，南美悄悄地发出了三个强有力的信息；最后一个也是最重要的一个信息是在8月3日，而且是在国际货币基金组织纽约办事处的电视直播中发出的。现在说说一些事实。2012年6月15日，朱利安-阿桑奇明白，对他来说，一切都结束了。他知道，他将在斯德哥尔摩被捕，在机场被接走，不是由瑞典国王陛下的警察部队，而是由中央情报局的两名官员和一名美国外交官，利用两国之间的具体正式协议，声称阿桑奇在战争进行中 "积极干预 "北约在伊拉克的冲突。然后，他将被直接带到美国，带到德克萨斯州，并因恐怖活动而受到刑事起诉。根据《爱国者法案》的规定，将要求判处死刑。因此，阿桑奇与他的团队协商，并在6月19日上午9点进入厄瓜多尔大使馆。他的团队与伦敦的英国特工、斯德哥尔摩的瑞典人和里约热内卢的美国外交官展开谈判。他们同意让奥运会过去，之后他可以悄悄地去南美，"只是不要谈论它。但不知何故，他们不相信英美人，而且是正确的。因此，他们在8月3日和8月4日实施了两项大手笔。2012年8月3日，提前16个月，阿根廷总统克里斯蒂娜-基什内尔在厄瓜多尔财政部长兼外交部长帕蒂诺的陪同下，抵达位于曼哈顿的国际货币基金组织总部，代表拉丁美洲和加勒比地区的经济联盟'阿尔巴'（美洲玻利瓦尔劳工联盟）。在那个场合，基什内尔向国际货币基金组织递交了一张120亿美元的支票（其贷款在2013年12月31日到期）。她宣布，通过这笔分期付款，阿根廷已经表明自己有偿付能力，是一个负责任的国家，对于任何想要投资的人来说都是值得信赖和可靠的。阿根廷在2003年违约了1120亿美元，但拒绝寻求取消债务；它宣布破产，并寻求在10年内归还这笔钱，包括利息。10年来，阿根廷与国际货币基金组织施加限制性经济紧缩措施的企图进行了斗争。它选择了一条不同的道路，符合凯恩斯主义，并以资助基础设施、研究、创新为基础，而不是削减开支。它恢复了。它提前16个月还清了国际货币基金组织贷款的最后一笔分期付款。因此，它再一次证明了IMF和世界银行关于经济理念的想法是有害的，是错误的。TINA（"没有其他选择"）是寡头精英们强加给世界大多数人的谎言。在付款15分钟后，基什内尔根据维基解密提供的文件，向世界贸易组织提出了对美国和英国的正式投诉，即

**id 149**

本周最值得一做的事情 想出去走走吗？这里有一份在路易斯维尔和南印第安纳州发生的顶级活动清单。体育爱好者 15日星期四，篮球爱好者可以观看路易斯维尔红雀队对阵桑福德大学斗牛犬队的比赛。比赛在市中心的肯德基百胜餐饮中心举行，开赛时间是晚上7点。中心。音乐爱好者 周三晚上，R.Kelly和他的 "单身女士 "巡演团队将在路易斯维尔宫停靠。更多详情，请参见11月活动日历中的列表。戏剧爱好者 本周，《真正的西部》将在演员剧院开幕。此外，《圣诞故事》已经在全面展开。对节日演出感兴趣？这里有一份完整的清单。购物爱好者 商店里挂满了节日彩灯，广播电台已经开始播放圣诞颂歌。尽早开始你的节日购物，支持当地企业。黑色星期五的指南将在本周晚些时候发布。

**id 150**

在这里，皮卡迪利唱片公司2011年的前100名!获胜者是...尖峰之光!936 "最初在二月底由Not Not Not Fun发行（现在由Weird World重新发行），立即成为Piccadilly的热门歌曲，它的后朋克扭曲的心理迪斯科魅力几乎吸引了这里的每个人，我相信你也会喜欢它。如果你喜欢，一定要看看Maria Minerva和Washed Out--这三张唱片都属于合成波/寒潮的范畴（不管那是什么！）。另一个商店立体声的最爱是Harvey / Locussolus的专辑。迪斯科、house、Balearic、dub、pop--事实上，你可以在Bassett先生的DJ组合中找到所有的东西，但都在一张CD上！这是我的最爱。排名第一的是Kurt Vile，他那张旋律优美的懒人摇滚专辑《Smoke Ring For My Halo》几乎是我们店里CD播放器的永久固定曲目。如果你喜欢以吉他为基础的音乐，那么我们可以衷心地推荐Wooden Shjips、the Kills、Pure X、Black Lips和PJ Harvey的摇滚乐，而如果你喜欢流行的人声钩子，那么Real Estate和Dum Dum Girls会吸引你。

**id 151**

我过去曾用野栗子做栗子馅，并将其冷冻。我相信你可以把它们煮熟，然后把它们整个冷冻起来。希望我今天下午会遇到同样的问题......去桑德林汉姆给女王的坚果做水煮......（我相信安迪有一个食谱，涉及到将栗子浸泡在BFF的某种液体中......）。储存栗子的 "老式 "方法是把它们放在饼干罐（或类似的）中，然后埋在花园里，大约一英尺深。凉爽和潮湿使它们保持新鲜，直到春天，并阻止它们变得干燥和枯萎。在没有人有冰箱的时候，只要你记得你把它们埋在哪里，就会非常好用。通常情况下，我尽快把它们煮熟，然后经历可怕的工作，试图把内层剥掉，然后把它们冷冻起来。今年我懒得出去觅食，因为我的邻居和村子里的其他人都告诉我，他们今年不好吃，因为他们很小。这有点奇怪，但也许是由于去年秋天干燥，今年1月/2月/3月干燥。也许？因为在那之后我们有一个潮湿的春天，所以你会认为那会很好，但通常情况下，即使夏季干旱，树木也会生产坚果。我们还有零星的黑莓--那么小，而且没有膨胀起来--我在干旱的一年里见过更好的。这一年对很多东西来说都是非常糟糕的一年。我想在超市里买一些马龙，然后把它们煮熟，因为我真的想在圣诞节吃栗子馅，但是它们大约是7.95美元一公斤！！。没有机构提到它，但我过去曾尝试过腌制栗子，虽然我不能说我还会为之疯狂，味道还可以，也许有点后天的味道。我同意，这一季的坚果偏小。我前几天去采摘了一些，对我带回来的东西感到很失望。与此相关的是，我的杏仁树也没有像去年那样结出大量的杏仁。

**id 152**

第三部分--图灵机 这种逻辑指令、思维活动和原则上可以体现在实际物理形式中的机器之间的三重对应关系是图灵的决定性贡献。在对什么是 "确定的方法"--用现代语言来说就是算法--做出这个新颖的定义后，要回答希尔伯特的问题并不难：不存在这样的决策程序。1936年4月，他向纽曼展示了他的结果；但在同一时刻，美国逻辑学家Alonzo Church的平行结论也被人所知，图灵被剥夺了对其原创性的全部奖励。他的论文《论可计算的数字及对恩赐问题的应用》不得不参考丘奇的工作，并被推迟到1936年8月。然而，当时人们看到，图灵的方法是原创的、不同的；丘奇依靠的是数学内部的假设，而不是诉诸于物理世界中的真实事物或人实际可以完成的操作。随后，图灵机的概念成为现代计算和可计算性理论的基础。图灵的工作与普林斯顿大学以丘奇为中心的强大的逻辑理论学派相隔绝，他的工作完全是作为一个局外人出现的。我们只能猜测，但看起来图灵似乎在图灵机的概念中发现了一些东西，可以满足克里斯托弗-莫尔康所引发的对心智问题的迷恋；他的全部原创性在于看到了数理逻辑与一个原本被视为物理学问题的相关性。在这篇论文中，正如他生活中的许多方面一样，图灵在逻辑和物理世界、思想和行动之间架起了一座跨越传统界限的桥梁。他的工作引入了一个具有巨大实际意义的概念：通用图灵机的概念。图灵机 "的概念就像 "公式 "或 "方程 "的概念；有无数个可能的图灵机，每个都对应着不同的 "确定方法 "或算法。但是，正如图灵所做的那样，设想每一种特定的算法都被写成一套标准形式的指令。那么，解释指令和执行指令的工作本身就是一个机械过程，所以它本身可以体现在一个特定的图灵机中，即通用图灵机。通过提供描述图灵机的标准形式，可以使通用图灵机做任何其他特定图灵机会做的事情。一台机器，适用于所有可能的任务。现在很难不把图灵机看作是一个计算机程序，而把解释和服从程序的机械任务看作是计算机本身的工作。因此，通用图灵机体现了计算机的基本原则：一台机器可以通过提供适当的程序来完成任何明确定义的任务。此外，抽象的通用图灵机自然地利用了后来被视为对现代计算机至关重要的 "存储程序 "概念：它体现了二十世纪的关键见解，即代表指令的符号与代表数字的符号在种类上没有区别。但这种现代意义上的计算机在1936年并不存在。图灵从他的数学想象力中创造了这些概念。只有在九年之后，电子技术才被充分地尝试和测试，从而使他的想法的逻辑转移到实际工程中去。在此期间，这个想法只存在于他的脑海中。与其他杰出的年轻科学家一样，图灵在普林斯顿大学做了两年的研究生。他于1936年9月抵达。论可计算的数字......》在1936年年底发表，引起了一些关注；在他离开时，这个想法已经引起了匈牙利裔美国数学家约翰-冯-诺伊曼的注意。但图灵肯定没有一举成名。他致力于代数和数论的研究；致力于证明他对可计算性的定义与丘奇的定义相吻合；还致力于他的思想的扩展(序数逻辑)，这为他提供了一篇博士论文。关于 "序数逻辑 "的工作，可能是他最困难和最深入的数学工作，是试图为不可计算的领域带来某种秩序。这也与心智的本质问题有关，因为图灵对他的想法的解释表明，人类的 "直觉 "可以对应于非com

**id 153**

工党对政府13亿美元的超高速宽带计划抛出了橄榄枝。通讯部发言人Clare Curran说，工党反对阻止网络在头10年内由商业委员会监管的计划，如果工党上台，将在其第一任期内审查这一豁免。通信部长史蒂文-乔伊斯说，需要从《电信法》中获得 "监管假期"，以便为该计划中的私营部门合作伙伴提供确定性，根据该计划，33个城镇的家庭和企业将在2019年之前用光纤电缆连接。政府设想，电信零售商为接入光纤所支付的价格将在政府和当地光纤公司（LFCs）之间的合同中列出。这些公司将与电信公司或区域光纤集团的成员合作建立，这些公司正在竞标建设该网络。乔伊斯先生说，如果工党提议的变化得到实施，可能的效果是提高超高速宽带的价格。"实际上，这场关于监管方法的辩论有点愚蠢--因为签署长期合同很容易被视为一种监管形式。"但Curran女士说，工党认为监管的分割是不必要的，可能会对消费者产生反作用。她不认为取消它将使该计划失败。"政府表示，10年的监管豁免旨在鼓励LFC及其投资者对这项绿地投资的确定性。相反，拟议的变化削弱了为消费者争取到的立法保护，并使公众面临未来垄断行为的不必要的风险。"电信公司不愿评论工党的政策是否可能破坏其对UFB招标过程的参与。无法联系到区域光纤集团进行评论。非营利性社团InternetNZ支持工党的立场。首席执行官Vikram Kumar说，为投资者提供确定性的最佳方式是明确《电信法》将适用。他说，监管假期将为政府投资机构Crown Fibre Holdings带来 "非同寻常 "的利益冲突，该机构将成为网络的共同投资者，并通过与LFCs的合同确定光纤的收费价格。Curran女士说，工党承诺审查拟议的监管假期并不表明它现在是否支持该计划。

**id 154**

一个有气味的实验证明，人类可以闻到彼此身上的恐惧和厌恶，而且这种气味也会引发他们同样的感受。根据一项新的研究，人类可以闻到恐惧和厌恶的味道，而且这种情绪是可以传染的。11月5日发表在《心理科学》杂志上的研究结果表明，人类和其他动物一样通过气味进行交流。"荷兰乌特勒支大学的Gn Semin及其同事写道："这些发现与普遍接受的人类交流完全通过语言或视觉渠道进行的假设相反。大多数动物使用嗅觉进行交流，但由于人类缺乏相同的气味感应器官，科学家们认为我们早已失去了嗅出恐惧或其他情绪的能力。为了弄清这一点，研究小组收集了10名男子腋下的汗液，同时他们观看了恐怖电影《闪灵》中的可怕场景或MTV《杰克斯》中令人厌恶的片段。接下来，研究人员要求36名女性进行视觉测试，同时她们在不知不觉中吸入了男性汗液的气味。当女性闻到 "恐惧的汗水 "时，她们睁大眼睛，露出害怕的表情，而那些闻到恶心的男人的汗水的女性则把脸皱成厌恶的苦瓜脸。(研究小组选择男性作为汗液提供者，女性作为接受者，因为过去的研究表明，女性对男性的气味比反之更敏感）。研究结果表明，人类至少可以通过嗅觉传达一些情绪，这可能证明在拥挤的地方很有用，作者建议。"作者在研究报告中写道："我们的研究表明，在涉及密集人群的情况下，情绪化疗信号可以成为情绪传染的潜在贡献者。加入对话 Solo已经被认为是涉及MLG（严肃联盟视频游戏）的国家PC视频游戏耳机。当它涉及到在一个相当大的、嘈杂的市场面前进行游戏时，你需要一个可能阻挡外部噪音的耳机

**id 155**

页面想看............ ......新的Sweet Art Ebony邮票之一被天才的Marlene做成了一张卡片？她太可爱了，谢谢你玛琳，她很可爱，那只小鸡可能不仅仅是复活节用的，小鸟告诉我你的消息怎么样？你还能想到其他与这枚邮票相配的吗？这些都是Elisabeth Bell为Sugar Nellie设计的，你可以在http://www.funkykits.co.uk/catalog/index\\看到和买到所有的这个系列。这是即将发布的新邮票之一，请关注DT博客上的其他邮票；)哇哦!她真漂亮！！！...你让我睁着眼睛睡觉，等待所有这些发布。我喜欢这张卡！!马琳太有才了。:))昨天我收到了来自Gorjuss的2张印刷品，这样我就可以在我的废品印刷室里放上这些宝贝了:)

**id 156**

我知道这些天我们在福音派圈子里找到了很多话题，而且很容易被一些故事、争议和时事缠住，而这些故事、争议和时事在几周后就不那么新鲜了。我每周都很感激的一件事是有机会研究我们教会每周为之祈祷的一个未得之民群体。作为欢迎仪式和公告的一部分，我与我们教会聚集的人分享关于几乎没有机会接触到福音的未得之民的信息，并呼吁我们在下一周的祷告中记住他们。本周，我们将为阿富汗的艾玛克人和贾姆希迪人祈祷。我想，我们中很少有人听说过这个有129,000人的民族。他们不像该地区的许多UPG那样有99.2%的穆斯林（有少量的基督徒）。他们是100%的穆斯林，没有已知的耶稣的追随者。不仅如此，他们也没有可用的语言资源。没有《圣经》、《新约》，甚至没有《约翰福音》。没有耶稣电影。没有音频记录。什么都没有。根据约书亚计划，他们在世界范围内对基督徒进行最大迫害的国家中排名第二。不仅目前没有进展，将来的任何尝试都可能导致痛苦、监禁和死亡。贾姆西迪人是一个游牧民族，高度部落化，被崎岖的地理地形所隔绝，被强烈的文化界限所隔绝。为了接近他们，基督徒必须想办法穿越山地，将自己移植到他们的部落身份中。如果他们以某种方式被他们的游牧生活方式所接受，那么他们就会找到机会向这个似乎是好战的逊尼派穆斯林民族分享耶稣基督的福音，而他们从未听说过耶稣基督的福音。在这个过程中，他们很有可能会死亡。贾姆西迪人对上帝的心来说重要吗？我的意思是他们只是世界上近70亿人口中的129,000人。当然，他们很重要!事实上，我敢说他们对上帝来说比许多消耗我们思想和情感的东西更重要。知道上帝的救赎目的是要在地球上的每一个国家、舌头、部落和人民中被敬拜，这是一个现实的检验。在各种讨论、辩论和争论中，我有很多方法可以消耗我的时间、兴趣和精力，但更大的问题是，要看到许多贾姆西迪-艾玛克人珍惜耶稣基督，如果有必要，甚至是殉道者的死亡，这需要什么？从永恒的角度来看，根据上帝在救赎历史中的全球目的，我们在Jamshidi找到了视角和现实的检查。愿上帝帮助我，帮助我们，相应地调整我们的生活，以便我们的努力能够发挥最大的推动力，将耶稣基督的好消息带给这个有需要的世界。上帝在我们这一代人中拯救了许多Jamshidi，并利用我们为他们所做的努力，作为向这块庄稼地派遣劳工的手段。

**id 157**

美国国王詹姆斯版本 不洁的灵魂从人身上出来的时候，走过干涸的地方，寻求安息；找不到，就说，我要从我出来的地方回到我的家。美国标准版 不洁的灵魂从人身上出来的时候，走过没有水的地方，寻求安息，找不到，就说，我要回我的家，从那里出来。Douay-Rheims圣经 当污秽的灵从人身上出来的时候，他走过没有水的地方，寻求休息，没有找到，他就说我要从我出来的地方回到我的家里去。达比圣经译本 不洁的灵从人身上出去后，就走过没有水的地方，寻求安息；找不到，就说：我要回到我出来的家里去。英文修订本 不洁的灵魂从人身上出来后，经过没有水的地方，寻求休息，找不到就说，我要回到我出来的地方。韦氏圣经译本 当污秽的灵从人身上出来的时候，他走过干涸的地方，寻求安息，发现没有，就说，我要回到我出来的地方。韦氏新约》"污鬼离开了人，就在沙漠中游荡，寻找休息的地方；但找不到，就说：'我要回到我所离开的房子里去；'《世界英文圣经》污鬼从人身上出去后，经过干燥的地方，寻找休息，找不到，就说：'我要回到我出来的房子里去。杨氏直译'当污秽的灵可以从人身上出去的时候，它走过没有水的地方，寻求休息，找不到，就说，我要回到我出来的家里去；当污秽的灵从人身上出去的时候，....。也就是魔鬼，他在不顺从的孩子里面，并在他们里面工作，不管是否有宗教信仰；他们的心和自己一样不洁净，所以他喜欢住在那里；埃塞俄比亚版本也是这样翻译的，"恶鬼"：当一个人在外表上改革并接受宗教信仰时，可以说他在外表上离开了。他走过干燥的地方；或 "沙漠"，如埃塞俄比亚版本；在旧约中，外邦人的世界有时被比作以赛亚书35。1撒旦可能去的地方，由于基督的多次剥夺，他在犹太地区受到了干扰；或者说，他暂时离开了文士和法利赛人，他们在人面前看起来是正义的，他去了外邦人那里；寻求休息，但没有找到；由于基督复活后向他们传讲福音，他在他们中间也感到不安；他不能在人的心中保持自己的地位，也不能做他所希望的恶行。他说，我要回到我的家，就是我出来的地方；又回到犹太人那里，他们被他弄瞎了眼睛，对福音充满了愤怒和敌意，他唆使他们迫害基督的使徒和传道人，无论他们来到哪里；见Gill on Matthew 12:43 and See Gill on Matthew 12:44 。启示录，更多的是指无水。邪灵的巢穴（《以赛亚书》13：21，《以赛亚书》13：22；《以赛亚书》34：14）。这两段经文中的satyrs是指形状像山羊的妖精，一些以色列人用它们来献祭（利未记17:7；历代志下11:15）；这是埃及人对Mendes或Pan的崇拜的残余，在山羊的形象下，埃及人将其作为自然界的肥沃原则来崇拜。在《以赛亚书》34:14中说，"雀鸟要在那里休息"。在A.V.的空白处和Rev.的旧约中，这句话被译为夜妖（希伯来语，Lilith）；而Cheyne（以赛亚）则译为夜仙。这里指的是一种流行的迷信，即亚当的第一个妻子莉莉丝，所以

**id 158**

Membee是一款功能齐全但价格低廉的在线会员管理软件，它为用户提供了新的功能公告、改进更新和一般可用性提示。Membee被世界各地的贸易协会、专业协会、商会、贸易委员会、学会和大会所采用。01/30/2012 Membee帮助确保会员账单的正确性 你可能面临的最令人沮丧的问题之一是发布一批发票，事后发现账单的设置并不正确。在发布发票后纠正这些错误可能会很耗时。 一个更好的处理方法是在错误发生之前就将其消除!在建立新的会员记录时，偶尔会有不正确的日期被添加到帐单模板中。在过去，特别是当新的或替换的工作人员在运行会员账单报告时，他们很容易错过账单记录中存在错误的提示线索。根据我们的经验，最常见的计费错误之一是遗漏发票，因此我们增加了一个新的报告，为您列出这些错误。 预览发票报告还做了其他改进，以提醒你注意账单记录中的常见错误。 发布发票报告中增加了警告，提醒你检查遗漏的发票并运行预览报告。 只需查看这些报告就可以避免几乎所有的发票错误。新的 "检查遗漏的发票报告" 现在，当你进入Financials &gt; Invoice Membership时，你在列表中看到的第一个报告是 "检查遗漏的发票"。 你只需在批处理设置区输入下一个账单日期，设置你的过滤器，然后运行该报告。该报告被设置为通过你的数据寻找任何未张贴的发票，这些发票的账单日期在你输入的日期之前。对 "预览发票报告 "的增强 我们还在 "预览发票报告 "中增加了一些信息，以帮助您在张贴发票之前确保发票的正确性。 在发布发票之前修正记录比事后纠正开票中的错误要容易得多。错误检查。报告将检查常见的问题，将标记这些发票，并在报告的开头呈现。 报告将为你检查的一些情况是。会员的下一个账单日期在被开具发票的时期之前 会员的账单似乎被分配了错误的公式 附加信息。我们还在报告中增加了一些附加信息，以帮助你分析记录，确保账单没有错误。 增加的信息包括。下一个账单日期 公式名称 用于计算公式的字段 来自会员记录的该公式字段的值 对任何会员账单项目收取的税率 被征税的项目名称 增强 "发布发票报告" 发布发票步骤现在显示一个友好的提醒：检查遗漏的发票和预览发票报告尚未运行。 即使没有运行查错报告，如果不确认要继续过账程序，就不能继续运行 "过账报告"。这三个报告的改进使错误检查变得更加容易，使你在开票前能迅速发现并修正任何错误。 更多信息请参见《如何为你的会员会费开具发票》一文。 记住，你需要有你的登录名和密码来访问这篇文章。

**id 159**

澳大利亚驻广州总领事馆媒体发布--《亚洲世纪的澳大利亚》白皮书发布会 2012年10月29日 澳大利亚总理朱莉娅-吉拉德昨天发布了澳大利亚政府的《亚洲世纪的澳大利亚》白皮书。白皮书全文的链接可以在这里找到，总理的前言可以在这里找到，白皮书的执行摘要的链接可以在这里找到。总理说，白皮书提出了一个雄心勃勃的计划，以确保澳大利亚利用亚洲世纪提供的机会，在未来几十年里变得更加强大。白皮书为澳大利亚制定了到2025年的一系列目标，以确保澳大利亚能够实现其雄心壮志并在亚洲范围内有效竞争。白皮书提出了澳大利亚政府、企业和社区可以采取的行动，以使澳大利亚成为一个更具亚洲意识和亚洲能力的国家。澳大利亚拥有坚实的基础来应对亚洲世纪的挑战：强大的经济、在该地区的参与记录以及许多澳大利亚人与亚洲国家人民已经建立的个人联系。澳大利亚驻华大使Frances Adamson女士对澳大利亚政府发布的白皮书表示欢迎。她指出，白皮书预计中国经济在未来十年将继续持续增长，从2012年到2025年，预测国内生产总值的年平均增长率为7%。亚当森大使说："白皮书阐述了澳大利亚对亚洲交往，特别是与中国交往的建设性和前瞻性态度。它明确指出，澳大利亚支持中国参与本地区的战略、政治和经济发展。澳大利亚欢迎中国的崛起，不仅因为它给中国人民和该地区带来了经济和社会利益，而且还因为它深化和加强了整个国际体系。""我们近年来批准的外国投资记录表明，中国投资在澳大利亚受到重视；中国移民、游客和学生也受到热烈欢迎。"，大使说。亚当森大使继续说："除了贸易和投资，我们的国防、政治、文化和研究等方面的联系，是建立在我们的前任在中国和澳大利亚的有远见的行动上，我们期待着我们共同的互利关系的进一步增长和扩大。"大使还强调了白皮书中的目标，即所有澳大利亚学生将有机会并被鼓励学习一种亚洲语言，包括中文。亚当森大使还欢迎澳大利亚政府打算加强澳大利亚在亚洲的外交足迹，包括在情况允许时在沈阳开设新的总领事馆的愿望。澳大利亚驻广州总领事吉尔-柯林斯女士说，白皮书反映了澳大利亚对加强与中国（包括华南）关系的持续承诺。"她说："1992年12月，澳大利亚在广州设立了总领事馆，今年我们将庆祝这一里程碑的20周年。"澳大利亚是最早在中国南方建立外交机构的国家之一。白皮书清楚地表明，我们希望继续建立和深化这种接触"。

**id 160**

行星只能在其恒星的化学性质允许的范围内支持生命。这不仅仅是指当一颗垂死的恒星吞噬其支持生命的行星时，就像我们的太阳在50亿年后会发生的那样。一颗恒星的内部化学成分可能在恒星本身死亡之前就注定了一颗行星的生命。寻找潜在的宜居行星意味着对有时被称为 "黄金区 "的东西进行大量的讨论，这是太阳系中相对较薄的区域，在这个区域中，行星既不会太热也不会太冷，无法支持生命。但是，一颗恒星的宜居区不会永远停留在同一个地方--它可以收缩、扩张，或者以其他方式随着恒星自身的持续演变而移动。如果我们回到几十亿年后太阳最终消亡并膨胀成一个红巨星的时候，我们就可以看到这一点。这个过程将吞噬水星、金星、地球，可能还有火星，这很明显意味着，在太阳生命的那个阶段，我们目前在太阳系的位置将不在太阳的宜居区内。事实上，我们实际上是在太阳内部，这通常被认为是任何太阳系中最不适合居住的部分。但是，一颗恒星的自然演化中更微妙的差异可以对一颗行星的可居住性机会产生巨大影响。正如ScienceNOW报道的那样，研究人员已经确定了碳、钠、镁和硅等元素对特定太阳系的宜居性特别重要。一颗恒星中这四种元素的丰度越高，这颗恒星进化的时间就越长，宜居区的位置也会发生重大变化。当涉及到生命时，氧气往往是至关重要的 -- 如果太阳的化学构成中氧气较少，地球很可能会在大约10亿年前被挤出太阳的宜居区。考虑到第一个多细胞生物体仅出现在12亿年前，而我们甚至在7.5亿年前才有原生动物，这样的移动可能已经摧毁了复杂生命在地球上立足的任何机会。

**id 161**

广告 撼动了班级的顶端 教师罢工可能已经结束，但芝加哥公立学校仍由市长伊曼纽尔统治。芝加哥教师的罢工已经结束。教师们设法实现了额外的资金、加薪、合理的工作时间和更公平的评估。而且，就在罢工三周后，芝加哥公立学校（CPS）的首席执行官让-克劳德-布里扎德宣布他将下台。所以现在一切都好了，对吗？大坏蛋首席执行官走了，教师们得到了他们想要的东西，学生们可以欢欣鼓舞了？嗯，不完全是。不喜欢布里扎德是很容易的。在他为CPS工作17个月后，他曾在纽约罗切斯特担任区长，在那里他得到了教师近95%的 "不信任 "投票。他接受了六位数的加薪，即使CPS声称他们资金不足，无法为教师提供加薪。当教师们还在为更好的合同进行谈判时，他就已经休假了。他是完全无能的，这是必然的。但随着他的离开，一切都不会改变。当初任命Brizard的人，即市长Rahm Emanuel，仍然在任，而且他一直在发号施令。市长办公室自1995年以来一直统治着CPS，当时州立法机构允许戴利市长拥有一个任命的学校董事会，而不是一个选举产生的董事会；芝加哥是伊利诺伊州唯一不举行学校董事会选举的学区。全国96%的学区都有选举产生的董事会，这是有原因的。任命学校董事会官员的权力为任人唯亲打开了大门。例如，考虑到伊曼纽尔对佩妮-普里茨克这样的富人的任命，众所周知，普里茨克的家族曾为伊曼纽尔的竞选活动慷慨解囊。假设允许市长任命学校董事会官员会导致任何其他的政治恩惠，这是很荒谬的。即便如此，伊曼纽尔的行为远远超出了控制学校董事会的范围。在去年的市长竞选中，他宣称自己喜欢特许学校，声称芝加哥最好的高中是特许学校 -- 尽管在考试成绩最好的十所学校中没有一所特许学校。作为市长，伊曼纽尔将资金从有工会的公立学校转移到没有工会的特许学校，开设了新的特许学校，并计划关闭现有的公立学校。众所周知，特许学校是由政府资助但由私人经营的，由于某些联邦税收减免，对投资者来说是非常有利可图的。因此，在过去的几年里，各大银行和富人纷纷拥护 "教育改革"，投资于特许学校或私有化学校，并从中获取巨额利润，这并不奇怪。有人认为，特许学校的一些利润最终会成为伊曼纽尔的竞选捐款，但很难证明这一点。不管他的动机是什么，伊曼纽尔已经明确表示，他计划向公立学校和工会开战，以支持特许经营。我的意思不是说公立学校和工会天生就比特许学校和利润好。归根结底，言论总是归结为什么对学生是最好的，而不管还有谁从中受益。然而，特许学校并没有被证明在标准化测试方面比公立学校表现更好。支持特许学校的人往往也是主张增加标准化测试和择优录取的人。在理论上，这些想法是有意义的。它们的应用将激励教师有更好的表现，以及吸引更多有能力的人进入教育领域。然而，它们在一些关键方面存在缺陷。首先，学生仍然没有动力在标准化考试中表现良好，而且孩子们通常不喜欢整日填鸭式的考试。更重要的是，这些措施促使教师捏造结果，作为提高自己分数的一种方式。这种情况过去曾发生过，现在可能仍在发生，而且只要教师通过学生在毫无意义的考试中的表现来进行评估，就可能继续发生。我在CPS做了13年的学生。我已经看到了这个系统的缺陷。我的小学以拥有全州最高的分数而闻名，每年花几个月时间教我们如何通过标准化考试，而不是覆盖实际材料。有些老师甚至会试图给我们答案

**id 162**

几个世纪以来，哲学家和神学家一直在为一些抽象的论据争吵不休--本体论、宇宙论、目的论、经验论...。-- 有些人坚持认为这些论据要么证明了上帝的存在，要么否定了上帝的存在。很明显，它们不能证明任何一个，否则争论就会结束。提醒你，我确实认为它已经结束了。学者们把鼻子埋在书里，以至于他们没有注意到明显的问题。1.蚊子。让我把话说清楚。 这个世界--事实上是整个宇宙--被微调，以便人类，这个被造物的巅峰可以生活在地球上，并把我们的时间用来快乐地赞美上帝。 哦，还有蚊子，但它们没有进化。 它们是完美计划的一部分。 嗯。2.偏头疼。偏头痛和蚊子一样有用，而且伤害更大。 多达10%的学生会得偏头痛；我的偏头痛就是从我学会说话的时候开始的--浴缸里的野猪头疼，而不是那种罕见但良性的闪光灯和视觉扭曲，让你以为自己吃了好药。 任何创造偏头痛的上帝都是一个虐待狂。3.裸鳃动物。裸子植物是地球上最酷的生物。 为什么慈爱的上帝要把它们放在人类历史上最初的一万年、两万年或三万年没有人能够看到的地方？4.4. 祈祷。当沙漠中的乌龟开始渴死时，我母亲在斯科茨代尔祈祷下雨，而我在西雅图的地下室却被淹了。 (雨水舞也不怎么管用。 当我还是个孩子时，我试过好几次。得到的是沙尘暴）。 这告诉你什么？雨神是无奈的，还是吝啬的，还是不存在的？好吧，我很抱歉。这种强迫性的选择听起来有点太像一些基督徒用来为耶稣辩护的老式三难问题：他是a. 疯子，b. 骗子，还是c. 主？耶稣有可能是个传说，也有可能是个改革派拉比；雨神也有可能只是在地理上有问题，或者是无知而不是刻薄，或者他存在于隔周的星期四，尽管认知科学家帕斯卡尔-博耶说我的大脑结构不会让我相信这个。5.没有大脑的婴儿。有些人认为，没有心的信徒--比如说为恋童癖神父打掩护的天主教主教--是怀疑存在上帝的理由。但我认为，在那些无心的恋童癖案件中，谁有错，还有一些回旋余地。 另一方面，生来就没有大脑的无脑婴儿--身体上没有能力成为人的婴儿--没有任何回旋余地。6.6.糟糕的营销。如果你是上帝，你会让Pat Robertson、Fred Phelps或Anjem Choudary为你说话吗。 上帝真的会比可口可乐公司更不懂营销吗？7.子宫内膜异位症。根据《圣经》，在夏娃吃了苹果之后，上帝重新调整了妇女的生殖道。 当时的想法是，我们会想做爱并怀孕，然后生孩子会痛得要命。 如果这个故事是真的，你难道不认为上帝会把设计搞对吗？ 为什么要让我们中的一些人像献祭的山羊一样每个月流血，然后不怀孕，这样我们就能真正活出夏娃的诅咒了？8.十条戒律。圣经中的十诫（这里和这里）怎么都没有说："上完厕所要洗手"。 或 "不要与不希望你这样做的人发生关系"。 史诗般的失败。 想象一下，如果洗手取代了说："你不可为你造任何雕刻的像，或任何像上面的天，下面的地，或地下的水[如裸鳃动物]的东西"。想想看，有多少人的生命可以得到拯救！"。或者那条关于不觊觎邻居的牛或驴或妻子或其他有价值的东西的非PC戒律如何。 真的吗？真的吗？含蓄地认可妻子是动产？ 有些人说，十诫只是反对犹太教或基督教上帝的证据。 但是，任何全能的、全能的、全能的、全能的、全能的、全能的、全能的、全能的、全能的上帝会不会

**id 163**

页面 星期五, 20 四月 2012 豹子和它的斑点 "豹子不能改变它的斑点"--这是生活中众所周知的成语之一，也是年轻人和老年人之间一直争论不休的一句话。通常的共识似乎是这句话是正确的；即一个人不能改变他或她性格的基本方面，尤其是负面的。从最纯粹的伊斯兰教的角度来看，这句话肯定是无稽之谈。当然，一个真正想为他的创造者而改善自己的人，可以吗？如果这句话是真的，那么人类怎么会有希望，更不用说对自己有希望了？如果我们想一想，在我们的社会中，以及那些 "需要 "改变的人的类型，通常只是由于他们道德行为的某些特征而 "需要 "这样做。因此，如果没有伊斯兰教，没有信仰，为什么会有人想要改变，或者觉得需要完全接受这种改变？没有宗教，这些 "道德 "其实并没有一个具体的理由。是的，家庭和所爱的人可能在想要改善自己方面发挥了作用，但如果没有一个完整的目标或对更高力量的真正服从，为什么一个人想要偏离尘世的快乐呢？对我来说，信仰是一个人所能拥有的最强烈的信念。有了信仰就有了无条件的爱，有了这种爱就有了知识和安宁，你可以坚持和依靠你的所有事务得到照顾。我在《你感觉到了吗》一文中简要地谈到了不断渴望真主的爱。.我不断地在内心深处渴望着他的存在，并试图以他的方式来改善自己，这样我也许可以在真主保佑下与他有更深的联系。现在，当你在内心深处有这种根深蒂固的需求和渴望时，这一定是改变和不再回到你的老路的最强大的拉力。这种爱是以前的你和新的你之间的障碍。看看所有那些回归伊斯兰教的人。一旦接受了伊斯兰教，他们的罪孽就被洗刷干净了，他们就像重生了一样。皈依伊斯兰教后，他们以前所有违背安拉意志的行为都会消失，如果他们真的想这样做的话。有些人可能会说，一个人曾经有过的某种行为或欲望的倾向，在他们内心深处，永远不会真正消失。但我完全不同意。灵性是 "不断参照上帝，确保他或她所做的一切都符合上帝的喜悦。这种意识不是静态的，它是动态的"。[Hamza Tzortzis]。所以，一个人越接近真主，就越有神的意识，这些特征几乎从他们的记忆中抹去。我觉得一旦你真的想改变，并在本质上拥抱你的灵性，你就会超越这些倾向，并站在一个更高的境界的基座上，这些过去的倾向无法进入。所以，是的，过去的你，在那个较低的精神层面上，仍然会有那些倾向，如果你要回去，它们会在那里等着你。但是新的你，在看到这个新的灵性层次后，将永远不会有那些相同的倾向。没有多少人在经历了与真主的更紧密联系的幸福和安宁之后，在灵性上又滑倒了。尽管如此，一个人只有在我们的主希望他们改变的时候才能改变。只有真主有能力召唤他所希望的人，并改变他所希望改变的人。因此，如果他愿意，一只豹子可以失去所有的斑点，而蜕变成一只老虎。先知s.a.w.说。"身体里有一小块肉，如果它健康，整个身体就健康，如果它生病，整个身体就生病。这一小块肉就是心脏"。[Sahh al-Bukhr和Sahh Muslim]一个人如果心里有病，就会渴望非法的东西，会倾向于那些可能对其合法性有疑问的东西。当心开始变得更加堕落时，这个人就更有可能公开地犯罪。另一方面，当一个信徒忙于那些能使真主喜悦的事情，并能使他们远离罪恶或可疑的活动和想法时

**id 164**

寿司和薯条 我确实最深刻地相信，在迷宫中寻找并冒着迷路的风险，总比呆在没有奶酪的情况下要好......因此，我去寻找一些该死的好奶酪了！"。关于Ladydowse 伟大的观点!当我还小的时候，我以为我在伍尔沃斯看到了耶稣。他穿着一件紫色的天鹅绒运动服，买着酸奶棒。从那时起，我就一直处在我母亲可爱地称之为 "杰斯世界 "的地方。在杰斯的世界里，我是一个像样的西班牙吉普赛人，她认为所有生活中的重大问题都可以在莎士比亚、埃尔顿-约翰和比利-乔尔之间得到解决，她喜欢把自己想成一个有点冒险的人，用她的裤子飞行。在现实世界中，我想我是一个有着巨大好奇心的英语毕业生，人们对我感到很有趣，因为我仍然真的只想成为一个海盗。

**id 165**

正直的人要求现在就停止所有的乙醇燃料要求 作者：Eric Hovde -- 去年，全世界有六百万儿童再次饿死了。 此外，据Worldhunger.org报道，2010年全球有9.25亿人挨饿。任何在深夜看电视的人都会看到慈善组织的广告，显示饥饿和营养不良的儿童为了多活一天而挣扎，恳求金钱来帮助他们缓解困境。令人难以置信的是，在全世界数百万儿童死于营养不良的同时，美国政府在其对化石燃料的战争中继续推动和促进在我们的油箱中种植和燃烧可能拯救生命的玉米。 当我们把车停在加油机前，看到汽油中混有高达15%的乙醇，这就是玉米转化成的汽车燃料。由于今年夏天的旱灾导致玉米价格上涨，全国六分之一的玉米作物被毁，联邦政府对使用乙醇的规定受到了抨击。 七个州的州长已经要求联邦政府的环境保护局（EPA）放弃乙醇规定，因为汽车燃料的生产消耗了越来越多的玉米作物，而牺牲了全世界的牲畜和饥饿人口。正如Tim Worstall最近在《福布斯》杂志上发表的评论指出："在正常情况下，据说美国的玉米作物有40%被转化为乙醇，然后被输入汽车。当作物不景气时，这一比例可能会上升。因为干旱和玉米的短缺对改变驾驶习惯没有什么作用。但是，尽管玉米短缺，允许出售的汽油仍然必须与乙醇混合。"当你考虑到联合国粮食和农业组织的负责人认为，即使在干旱之前，它也在抬高全世界的谷物价格，我们的联邦政府继续要求把玉米变成燃料的疯狂行为就更直接地被带入了现实。 这些价格上涨对那些依靠谷物维持基本生存的地区影响特别大。所有这些都是由一个无所不知的美国政府提供的，在过去的30年里，美国政府选择推广燃烧玉米作为解决我们能源需求的生物燃料，在过去的30年里花费了450亿美元。 仅在2011年，玉米乙醇补贴就吃掉了60亿美元的纳税人资金。与此相反，巴西的生物燃料产业不是由政府推动的，而是由私人部门推动的。 由于有丰富的甘蔗可以很容易地转化为生物燃料，巴西人驾驶的灵活燃料汽车既可以燃烧传统石油，也可以燃烧甘蔗乙醇。为什么这种情况发生在巴西，而不是在美国？首先，巴西的甘蔗生长旺盛，是一种现成的生物燃料作物。然而，美国农民种植的是能源甜菜，北达科他州可再生能源委员会称，"与玉米相比，一亩地的乙醇产量是其两倍"。另外，与甘蔗或甜菜相比，玉米是一种淀粉，必须转化为糖，才能成为生物燃料。 甘蔗或甜菜不需要经过这个过程，使其成为一个更有效的生产过程。 一项研究表明，2005年巴西的甘蔗乙醇的成本比美国的玉米乙醇低39%。再加上甘蔗的乙醇产量在600-750加仑之间，而玉米只有400加仑，这就不难理解为什么玉米是人类和牲畜的好食物，但却是一种灾难性的低效率燃料。而这正是政府试图干预市场的典型做法。 直到去年，对甘蔗乙醇征收的关税加上美国纳税人对甘蔗乙醇生产的补贴，在很大程度上将巴西生物燃料的进口挡在了美国市场之外。 现在，即使取消了关税，巴西也在处理自己的官僚作风和高税收问题，这些都扼杀了乙醇的生产，使得巴西甘蔗乙醇对美国市场的直接影响不大。由于越来越多的美国

**id 166**

来自艾伦人脑图谱的3D渲染图，显示了两个人脑皮层中单一基因的表达，显示了表达较高（红色）和较低（绿色）的区域。照片。艾伦脑科学研究所 科学家们创建了一个全面的人类成年大脑图谱，揭示了整个器官的基因活动。该图谱是通过对一名24岁和一名39岁男子捐赠的两个 "临床上没有任何特征 "的大脑以及第三名男子的半个大脑的大约900个特定部分进行遗传分析而创建的。西雅图艾伦脑科学研究所的研究人员说，该图集将作为一个基线，他们和其他人可以据此比较患病大脑的遗传活动，从而揭示出支撑神经和精神疾病的因素。"爱丁堡大学分子神经科学教授塞斯-格兰特（Seth Grant）说："人脑是人类已知的最复杂的结构，现代生物学的最大挑战之一是了解它是如何构建和组织的。"这使我们第一次将人类基因组叠加到人类大脑上。他说："它为我们提供了理解基因组和大脑之间联系的罗塞塔石碑，并为我们提供了一条解读遗传疾病如何影响和产生大脑疾病的道路。大脑的力量来自于它的神经线路，它的各种细胞和结构，以及最终不同的基因在整个3磅重的肉块上打开和关闭的位置和时间。从对大脑碎片（有些只有几立方毫米）的1亿多次测量中，科学家们发现84%的基因在该器官的某个部分被开启。大脑皮层的隔壁区域的基因活动非常相似，但与脑干等较低部位的基因活动截然不同。对大脑皮层更详细的分析显示了基因活动的模式，这些模式与大脑中具有特定作用的区域相对应，如运动和感觉功能。图谱显示，大脑左右两侧的基因活动没有大的差异，这表明通常由一个半球处理的专业知识，如语言，来自比研究能够发现的更微妙的差异。尽管这两个大脑来自年龄和种族相似的男性，但基因活动的模式是如此相似，以至于研究人员怀疑人类大脑中的基因表达可能存在一个共同的蓝图。现在正在对男女捐赠的组织进行研究，以检查这种基因蓝图在拥有健康大脑的人中可能有多大的一致性。科学家们过去曾为啮齿类动物构建了类似的基因图谱，但由于捐赠的人类大脑的短缺，加上测试的破坏性，以及尺寸增加了1000倍，意味着人类的等效性是一个更大的挑战。科学家们在《自然》杂志上写道，他们首先扫描了捐赠的大脑，然后将其切成小块。对于每一块，他们测量了人类基因组中所有2万个左右的基因的活动水平。该图集将基因结果叠加到大脑的三维图像上，可供研究人员在网上免费使用。格兰特说，未来的研究将着眼于将脑部基因图谱与其他基因研究或异常或患病大脑的脑部扫描联系起来。这可能会突出那些在大脑状况中发挥作用的基因，并为抑制或提高基因活动的药物治疗指明方向。荷兰马克斯-普朗克心理语言学研究所的克莱德-弗兰克斯（Clyde Francks）已经在使用艾伦脑科学研究所的遗传数据，在一组1300名荷兰学生中找出引起大脑不对称的基因。最受欢迎的卫报今日图片 在建议游客不要到查谟和斯利那加这两个城市旅游近20年后，外交部在暴力事件下降后取消了其指导方针。因此，达尔湖和克什米尔山谷的部分地区，印度最美丽的地区之一，再次向游客开放。

**id 167**

多年来，世界末日的愿景已经在许多游戏中得到了体现，今天在Xbox 360和PS3上推出的《Darksiders II》是利用世界末日形式的成功的最新作品。游戏中的主角是死神本人，与玩家通常看到的扮演英雄角色的士兵、忍者和其他各种人物不同。Darksiders II -- 它是关于什么的？死神来自一个被称为Nephilim的种族--宇宙中最强大的生物之一--并与他可靠的马匹Despair和伙伴Dust一起，Dust是一只不祥的黑鸟，它有强大的翼展，在死亡和生命的边界之间徘徊，能够随意探索地下世界。死神还在为他作为刽子手屠杀他的亲属而感到内疚，在此之前，夏尔德委员会谴责尼腓力人偷窃伊甸园的奖品而遭到毁灭，这是赐予人类的礼物。该游戏的网站上有这样一段话。"虽然世界上的生命已经被净化，但仍有许多灵魂留在天堂和地狱的领域之间，""在他的旅行中，死神将与长期的同伴一起，并将与古老的朋友和敌人交汇。 与你在旅途中遇到的人互动，将是揭开一个阴险的创造本身的阴谋背后的秘密的关键。"Darksiders II的武器和功能 随着他们在游戏中的移动，玩家可以找到数以千计的强大武器、盔甲和护身符，使死神比他已经更加 "致命"。一系列的死亡天使盔甲有助于看到地下世界，并将死神引向地狱之门。一系列的武器包括一把被施了魔法的斧头，使死神能够进行旋转攻击，影响到附近所有的敌人。与死神面对面是一个可怕的前景，但至少在Darksiders II中，我们知道这只是一个游戏；尽管是一个令人难以置信的刺激的游戏。

**id 168**

推特是一个提供八卦、新闻、短篇日记、大量链接、体育趣闻和热门话题的地方，但这个领先的社交网络周四宣布了它的推特小说节，将持续五天，从11月28日到12月2日。推特称小说节是一个虚拟的讲故事庆典，向世界各地的创意故事家开放。小说节的表格要求提供你的姓名、推特账号、你将如何讲述你的故事的建议，以及你将使用的推特账号。该表格还要求提供项目的写作样本。推特节的想法包括以推文形式的短篇故事、推特聊天、现场推特或原创项目。推特说，提案必须符合五天节日的时间窗口，或者可以短至一个小时。入选的作者将于11月19日（星期一）公布，而文化节将在9天后开始。Twitter还没有提供提交提案的截止日期。推特虚构项目的一个流行例子是普利策奖得主珍妮弗-伊根（@egangoonsquad）的《黑盒子》。一个Twitter短篇故事。这个故事是通过《纽约客》的小说账户（@NYerFiction）讲述的，它与呼吁娱乐界人士、记者、领导人和其他有影响力的人在Twitter上分享和联系类似的项目同时出现，在#OnlyOnTwitter页面上呈现和链接。

**id 169**

重要提示：当你开始免费试用或在试用期内取消时，不会从你的信用卡中扣除。如果你对Amazon Prime很满意，那就什么都不要做。在免费试用期结束后，你的会员资格将自动升级为全年，价格为79美元。图书描述 出版日期。2011年2月25日，《另一只手》是一本针对左撇子的高尔夫教学书。由全国领先的左撇子史蒂夫-安德森（Steve Anderson）、注册PGA职业大师和高尔夫作家保罗-德维尔撰写。美国PGA第33任主席M.G. Orender写了序言。最新版本包括90多张来自左侧的详细彩色照片。安德森把你放在他的课程发球台上，给你清晰易懂的指导，从全挥杆到推杆和比赛管理。170页的扎实训练。旨在帮助每个高尔夫球员，从初学者到初学者，《另一只手》必将帮助每个人的比赛，从左边...或右边。另一只手》是一本适合左撇子的高尔夫教学书。由全国领先的左撇子史蒂夫-安德森（Steve Anderson）、注册PGA职业大师和高尔夫作家保罗-德维尔（Paul deVere）撰写。美国PGA第33任主席M.G. Orender写了序言。最新版本包括90多张来自左侧的详细彩色照片。安德森把你放在他的课程发球台上，给你清晰易懂的指导，从全挥杆到推杆和比赛管理。170页的扎实训练。旨在帮助每一位高尔夫球员，从初学者到初学者，《另一只手》必将帮助每个人的比赛，从左边......或右边。{"itemData":[{"priceBreaksMAP":null, "buy\...to wishlist", "Add both to Wish List", "Add all three to Wish List"], "addToCart":["Add to Cart", "Add both to Cart", "Add all three to Cart"], "showDetailsDefault": "Show availability and shipping details", "shipError":"发生错误，请重试", "hideDetailsDefault": "隐藏供货情况和运输细节", "priceLabel":["价格：", "两个项目的价格：", "所有三个项目的价格："], "预购":["预购此项目", "预购两个项目", "预购所有三个项目"}}.编辑点评 关于作者 史蒂夫-安德森是PGA职业大师，是佛罗里达州迈尔斯堡河厅乡村俱乐部的教学总监。River Hall由Davis Love III设计，由Hampton Golf管理，其总裁是美国PGA的前主席MG Orender。2000年，史蒂夫被授予西南佛罗里达州PGA的年度教师，并两次被列入《高尔夫杂志》的 "美国最佳教师 "名单。安德森曾被高尔夫频道和ESPN报道过，并在佛罗里达州西南部的NBC电视台主持他自己的高尔夫节目。安德森撰写了450多篇关于高尔夫挥杆的文章，这些文章被《高尔夫文摘》、《高尔夫世界》、《今日美国》和《PGA杂志》所报道。他拥有球杆装配的专家认证，并且是卡拉威专业人员的成员。1992-96年，安德森领导了位于南卡罗来纳州希尔顿黑德岛的肯-文图里高尔夫训练中心，并在老虎伍兹的家乡奥兰多著名的伊尔沃思高尔夫俱乐部担任学徒。安德森与美国和世界各地的许多领先的职业、业余和大学球员一起工作。2009年，自1980年成为职业球手以来，他上了第4万堂课。高尔夫作家保罗-德维尔（Paul deVere）为专业教学人员撰写了多本高尔夫教学书籍，以及他自己的幽默文集《我是高尔夫，所以我是》。这本书是最适合左撇子打球的书之一。书中有很多细节和信息。这个版本基本上是2001年印刷的那本书。最大的区别是，照片是彩色的，能更好地说明作者的文字。作者可以花时间重写一些文字，例如，照片是男性，但文字说的是 "她"，这适用于第一个版本中的照片。这本书是左撇子高尔夫爱好者的必读书。它从所有球杆的设置到挥杆的基础知识开始建立起来。它包括一些实际打球的伟大策略。我已经总结了关键的

**id 170**

常见问题 如果您对购买、安装或清洁硬木地板的任何方面有疑问，我们的支持部分包含了我们全部的指南和手册，可能包含了您问题的答案。另外，本部分还涉及一些关于我们产品的最常见的问题。如果您对某一主题仍有疑问，或找不到问题的答案，请给我们发电子邮件：info@appalachianflooring.com，我们将很快给您答复。我应该如何清洁我的地板？定期清扫或用真空吸尘器清理地板，以防止沙子和灰尘等研磨剂损坏地板。切勿使用蜡、油性洗涤剂或任何其他家用清洁剂来清洁您的预制地板。这可能会使饰面变暗。相反，要使用专门用于预制硬木地板的清洁剂。请详细阅读 "支持和保证 "部分下的《保养和维护指南》。我可以把地板粘在基材上吗？实木地板不能粘在基材上。阿巴拉契亚实木地板可以用胶水粘住。详细说明见《实木地板安装指南》。安装阿巴拉契亚硬木地板需要什么样的底层地板？安装实木地板需要5/8''厚的胶合板底板或3/4 "厚的OSB镶板。实木地板也可以直接安装在混凝土板上。建议使用胶合板或地板级别的O.S.B.，请在安装前详细核实安装指南中适用于你的建筑的情况。我可以在地下室安装阿帕拉契亚地板吗？实木地板不能安装在地面以下或地下室内。阿巴拉契亚实木地板可以安装在地表以下和地下室。我可以在外出度假时关闭暖气或空调吗？很遗憾不能，你必须始终保持相对湿度在40-50%之间，温度在65-75F度之间。我必须在安装前使地板适应环境吗？是的，在安装地板之前，绝对有必要对地板进行72小时的适应处理。这应该在安装地板的房间里进行，相对湿度为40-50%，温度为65-75华氏度。 安装后，我需要等待多长时间才能在地板上行走？如果你的阿巴拉契亚地板是用钉子或订书机钉下来的，你可以在安装后立即在上面行走。 如果您的地板是浮动式或胶粘式的，那么您必须让地板在胶水制造商推荐的时间内固化。如果我让我的狗在上面跑，我的地板会发生什么变化？阿巴拉契亚地板是非常耐磨的。然而，没有一种清漆或地板是防宠物的。在 "规格 "部分，您可以阅读更多关于硬木地板的硬度和宠物对硬木地板的影响的细节。我如何保护我的地板不受家具影响？在家具的腿下放置毡垫，以保护地板不被划伤。此外，要定期清洁这些垫子，以防止沙子或其他磨料的堆积，而这些磨料又会划伤你的地板。观察缺陷的行业标准是什么？"检查应在正常照明下从站立位置进行。眩光，特别是来自大窗户的眩光，会放大地板上的任何不规则现象，不应决定是否接受。"什么是花键或滑移接头？这是一种将细条粘在被连接件上的凹槽中，用来将两个凹槽固定在一起。它们是用台锯和锯齿刀片或用路由器和直刀制作的。在某些情况下，例如窗台或壁橱区域，可能需要扭转方向或回填一个区域。在这种情况下，你将对着凹槽安装凹槽，需要使用花键。将花键粘到凹槽中，这将使凹槽变成舌状。然后你可以像往常一样继续安装。为什么我的地板会出现凹陷？凹陷或 "洗衣板"。在一块地板材料的宽度上，边缘高，中心低。这不是一个制造上的缺陷，而是由湿度的不平衡造成的。材料在生产时是平的，安装时也是平的，但在安装过程中却出现了波浪形或弧形。

**id 171**

开始一个合作社 如果你正在考虑开始一个合作社，你可能会发现有用的资源 本信息是免费提供的，它不是建议 我们对合作社的意思 一个简单的定义，可在此获得。简单，但对了解合作企业是否能提供你想要实现的目标至关重要。启动合作社的五个简单步骤 可在本页找到有用的信息，可在左边的菜单中找到。非常值得一看。临时会员资格 我们要求那些想成立合作社的人成为协会的临时会员，第一年不收取任何费用。进入会员资格页面，了解更多关于临时会员资格的信息。了解人们希望在这里启动的合作社（发展中）。合作社咨询小组 本协会有一个合作社咨询小组，该小组由成员企业的董事和管理人员组成，他们很乐意与希望创办合作社的个人和团体交谈。它还包括法律和金融专业人士。首先，请致电协会办公室：04 472 4595。合作社原则 合作社是唯一有自己的一套原则的商业模式。由国际合作社联盟制定，世界各地的合作社都以这七条原则作为其业务的基础。重塑合作，21世纪的挑战 所有合作社董事和高级管理人员以及任何希望建立和经营成功的合作社企业的人都必须阅读。这本300页的书消除了围绕合作社商业模式的神话和误解，并以简单明了的语言阐述了理解和组织合作社的要点。该书在英国出版，新西兰居民可以从协会购买一本，价格为80美元（包括邮费和消费税）。在海外，可以用银行汇票支付98新西兰元（包括航空邮费）。有用的文件 直到最近，阿什伯顿林德赫斯特灌溉公司作为一个工业和公积金协会，将自己重新组建为一个合作公司。合作社的章程、公司证书、投资声明和招股说明书可以在这里找到。这些信息对那些考虑成立合作公司的人来说是很有用的。在华盛顿，美国农业部编制了一份《采购合作社发展指南》，可以在这里找到。考虑成立一个消费者和生产者经营的食品合作社？这本手册是由美国合作杂货商信息网络推出的。如果你正在考虑创办其他类型的合作社，也值得一读。如何启动一个合作社 如需咨询、协助和更多有用的文件，请致电04 472 4595或发送电子邮件。在新西兰，想要创办合作社的个人和团体的协会临时会员资格信息可以在会员资格页面找到。

**id 172**

重要提示：当你开始免费试用或在试用期内取消时，不会从你的信用卡中扣除。如果你对Amazon Prime很满意，那就什么都不要做。在免费试用期结束后，你的会员资格将自动升级为全年，价格为79美元。暂时缺货。现在订购，我们将在有货时交付。一旦有了更多的信息，我们将通过电子邮件向您发送估计交货日期。您的账户只有在我们发货时才会被扣除。从亚马逊发货并由其销售。可提供礼品包装。格式 书籍描述 出版日期。2012年11月1日 一个人死后会发生什么？大多数人期望直接进入天堂，但特蕾莎发现，情况并非总是如此。3月2日上午8点06分离开地球后，一位天使护送她穿过一条连接地球和收容区的明亮通道。她感到困惑和迷惑，与许多不同背景、国籍和信仰的陌生人一起进入她所在的收容区，这是一条贯穿天堂中间的走廊。在沿着走廊前进的过程中，特蕾莎和其他人停下来，透过围墙的玻璃墙，盯着另一边的灵魂。他们正在经历乌托邦...涅槃...天堂。其中一个灵魂是特蕾莎12岁的女儿安吉丽卡，她在那天早上早些时候夺走他们生命的那场车祸中死去。特蕾莎可以看到她的女儿，但她无法引起她的注意，也无法找到方法接近她。最终，特蕾莎和其他死去的灵魂轻轻地滑过走廊，光荣的天使护送他们每个人进入他们自己的私人档案室和礼物室。在走廊的尽头，他们进入白色大宝座，在那里他们见到了全能的上帝。请阅读这本关于死后生活的鼓舞人心的小说中接下来发生的事情。一个人死后会发生什么？大多数人期望直接进入天堂，但正如特蕾莎发现的那样，情况并非总是如此。3月2日上午8点06分离开地球后，一位天使护送她穿过一条连接地球和收容区的明亮通道。她感到困惑和迷惑，与许多不同背景、国籍和信仰的陌生人一起进入她所在的收容区，这是一条贯穿天堂中间的走廊。在沿着走廊前进的过程中，特蕾莎和其他人停下来，透过围墙的玻璃墙，盯着另一边的灵魂。他们正在经历乌托邦...涅槃...天堂。其中一个灵魂是特蕾莎12岁的女儿安吉丽卡，她在那天早上早些时候夺走他们生命的那场车祸中死去。特蕾莎可以看到她的女儿，但她无法引起她的注意，也无法找到方法接近她。最终，特蕾莎和其他死去的灵魂轻轻地滑过走廊，光荣的天使护送他们每个人进入他们自己的私人档案室和礼物室。在走廊的尽头，他们进入白色大宝座，在那里他们见到了全能的上帝。请阅读这本关于死后生活的鼓舞人心的小说中接下来发生的事情。编辑部评论 作者的话 这本书的有趣之处在于，它是由我对大约二十个不同年龄、信仰和背景的人所做的调查中的答案构思出来的。关于上帝、天堂、地狱、耶稣和撒旦的意见可以在这本耐人寻味的灵性小说中得到总结。请你自己读一读，看看你是否同意吉姆、玛丽莲和辛迪的观点，他们认为这本书发人深省，还有其他读者说他们无法放下这本书!关于作者 我在堪萨斯州西部的一个小镇上长大。与肖恩-卡里结婚后，我们住在科罗拉多，然后是南加州。经过29年的婚姻生活，我们继续居住在加利福尼亚州的维克多维尔，与我们的两个孩子亚历克西斯（15岁）和杰西（13岁）以及我们的许多宠物一起居住。玻璃的另一面》是我在小说方面的第一次尝试--它于11月1日上市，将在亚马逊、巴诺书店以及其他书店和网站上销售。到目前为止，这本书似乎很受欢迎，有很多反馈和评论（其中一些可以在我的网站上找到：Christikari.com）。该书还被刊登在《Renew Magazine-VA》10月刊上。你自己看看吧!关于作者的更多信息 克里斯蒂-霍克史密斯在一个小村庄长大。

**id 173**

应对微观管理的老板 2012年8月24日 如果你为一个微观管理人工作，你可能会很痛苦。当你的工作被不断审查，你的老板在检查你认为他们不需要检查的事情时，你很难感到被信任和重视。但往往有一些步骤可以让你获得更多的喘息空间。不过，首先，让我们定义一下什么是真正的微观管理，因为人们经常把亲力亲为的管理（好）和微观管理（坏）混为一谈。好的管理者会大量参与设定目标，并确保员工清楚预期的结果，而且他们确实在整个工作过程中检查进度。但另一方面，微观管理者会准确地规定如何做工作，并监督工作过程中的每一个步骤，拒绝真正下放任何决定权--在这个过程中，降低士气和生产力。如果你的老板已经从亲力亲为变成了微观管理，有两种情况之一：（1）你的老板对你进行微观管理，因为你给了她理由，或者（2）你的老板对你进行微观管理，因为她是一个普遍的微观管理人。你的前进之路开始于弄清楚其中的哪种情况。在今天的Intuit QuickBase博客上，我谈到了如何处理这两种情况。你可以在这里阅读。可悲的是，我的工作环境（呼叫中心）正是那种会导致微观管理的工作环境。你必须注意：-通话质量（有5个主要参数）-平均通话时间（平均应少于6:10分钟）-你在客户档案中写的信息-你给出的信息-如果你不幸需要去找支持人员要求澄清，你所花的时间-所有这些，同时努力确保你的答复，使客户在X天内不打电话-并尽可能地好，糖和 "微笑" 我曾经对 "平均通话时间 "的事情有意见。现在，它可以了。其他一切都因为它而受到影响，我知道原因。我被微观管理了好几个月，才把这个该死的平均数降下来，现在它降下来了，我看着我的统计数字，"该死"，因为我意识到，他们不可能拥有一切，至少不是从我这里。这甚至不是说我不想做，只是这对我来说太多，我无法一下子接受，尤其是我必须注意客户，注意客户的文件，注意我的电子邮件软件（上帝保佑你在所有的事情上忘记阅读你的电子邮件），注意我的老板说什么......我已经到了这样的地步，我留下来只是因为他们批准了我在12月的假期。几年前，我有一个微观管理人。最有趣的话题是，他不喜欢我桌子上的电话。我把电话放在桌子的左手边，但他真的想让我把电话移到电脑的右手边，这样我就会试图在电脑键盘上写关于电话的笔记。这是他无法让自己放手的事情。在此之前，我有一个主任会走到我和同事们坐在一起的食堂桌子旁，告诉我他做午餐三明治的方法比我的高明，我应该按他的方法做。大笑:-)我可能会通过带三明治以外的东西来处理这位午餐管理主任。如果他也试图对这一点进行微观管理，我会建议他从事错误的行业，他应该成为一个餐饮业者。这有点迂回，但如果他不明白这一点，我会很惊讶。我知道有一个经理很关心电话安置这样的事情。当工作的实质内容变得支离破碎时，他的员工却四处奔波，重新整理衣柜，移动办公室，以及他在任何一天的其他表面上的奇思妙想。这是令人敬畏的（特别是如果你想象在发生这种情况时播放班尼-希尔的主题曲）。我喜欢我的电话放在我桌子的右边--我是强壮的右撇子，用左手拨号感觉很奇怪！当然，我必须握住电话的右侧。当然，我必须用左手拿着电话，这样我才能在需要时写字......在我现在的工作中，没有

**id 174**

与公司内部人员和其他声称知道德克萨斯州医疗补助计划供应商的不法行为的人合作，该州在过去十年中从指控药品制造商和医疗服务提供者定价过高和欺诈的诉讼中收回了超过12亿美元......德州的计划反映了私人审判律师和司法部长格雷格-阿博特之间不太可能的联盟，阿博特是共和党人，经常批评那些代表原告对企业提起诉讼的律师。"奈特说："我确实认为一项法规有问题，该法规允许州政府继续按照州政府已经断定为欺诈性的条款与某人做生意，而不通知对方州政府已经提出这一指控。当我读到这篇文章时，有一件事让我担心。总检察长似乎在让审判律师追求低垂的果实--以定价过高的小例子攻击大公司。一位公司高管说，德克萨斯州政府多年来一直与这些公司合作，尽管它早就怀疑这些公司向医疗补助计划收取的费用超过了州政府官员认为允许的范围，但后来还是指控它们欺诈。另一方面，对于那些真正的欺诈性供应商--例如那些为从未进行过的服务开具账单的供应商--击溃彻底的欺诈的努力似乎没有那么积极。德州在追究医疗补助欺诈方面无疑已经走在了前列。联邦政府需要制定一个罚款和奖金制度，以鼓励各州处理医疗补助欺诈。州政府官员每查出一美元的欺诈性资金，联邦就会配以更多的美元。联邦官员每查出一美元的欺诈性账单，州政府就要全额报销。这只是一种大声的思考：关键是要消除各州忽视欺诈的不正当动机，因为他们只支付一部分费用。"我想说，拯救来自于华盛顿，"他说。"我想说它来自于民主党人。[但]它来自于共和党的司法部长，它来自于德克萨斯州、佛罗里达州、私人律师，它来自于西部。"总是把荣誉给那些应得的人，而德克萨斯肯定赢得了它！"。

**id 175**

分享这个故事 地狱是其他人，在你的照片中。自从人们不再画他们的假期并开始拍摄他们以来，游荡的陌生人一直是摄影的祸根。通过Remove，成像技术公司Scalado让我们离一个世界更近了一步，在这个世界里，我们的照片不是记录了我们在哪里，而是代表了我们希望那个地方是什么。Remove是一款用于智能手机的摄影工具，允许事后从智能手机照片中移除错误的移动物体--汽车、人、风滚草。鉴于现在可以很容易地从你的快照中删除前情人（或者，更乐观地说，你可以很容易地完善你特别的人的照片），HuffPostTech的Captain Gadget指出，该技术在情人节这一天首次亮相，"相当完美"。移除还允许用户手动删除入侵者，因为你可能想把更漂亮的游客留在照片中。根据Phandroid的说法，在拍摄照片后，保持相机对准拍摄对象，触摸照片中每个你想删除的移动物体。虽然Engadget使用的原型是为安卓操作系统姜饼构建的售后应用程序的形式，但据Phandroid称，Remove不会以应用程序的形式出现在客户面前，而是直接授权给合作手机制造商，其中包括索尼爱立信、摩托罗拉和HTC。目前还不清楚这项技术是否会在iOS设备上使用。在写这篇文章时，Scalado还没有回应《赫芬顿邮报》的评论请求。SlashGear报道说，Remove使用的技术与Rewind类似，后者是一家瑞典公司去年发布的群组照片拍摄工具。根据GSMArena博客，使用Rewind时，相机每按一次快门按钮就会拍摄多张照片，然后允许摄影师将每个人的最佳照片合成为一张图片。点击这里留下评论。HuffPost高中欢迎在评论区进行热烈的、有思想的辩论。请记住，这里的文章是由年轻作者撰写的，所以请保持批评的尊重，并帮助我们保持这是一个安全和支持的地方，让所有年龄段的作者都能作出贡献。正在加载评论...这真是太棒了!我真的希望这个应用能在iPhone上出现，我希望它能顺利运行。有很多时候，当我得到一个看起来很棒的应用程序时，但它并不像它说的那样容易工作或工作得好。我一定会把它放在我的必须拥有的相机应用列表中 &gt; http://www.skinnyscoop.com/list/jackie/c\...正在加载评论...有些事情是有点奇怪的。它是如何知道用什么来代替 "人 "的？在人们走进照片之前，它要拍多张照片吗？在你拍摄照片之前，人们站在某个地方怎么办？精灵从瓶子里出来了。太糟糕了，你不喜欢它。现在你不得不忍受它了。顺便说一下，这并不是你所认为的改变游戏规则的方法。在美国内战期间，通过照片来篡改历史的做法已经出现了，因为在美国内战期间，所谓的日常事件都是通过照片上演的。一战中另一个臭名昭著的例子是弗兰克-赫尔利的作品。

**id 176**

塔拉纳基年度最佳新娘 - 一般信息 塔拉纳基年度最佳新娘面向以下人群。新娘、伴娘、新娘或新郎的母亲、花童、伴郎以及新郎和新娘。参赛者是那些在2011年3月1日或之后参加婚礼的已婚者或新娘方的一部分。请注意：花童和伴郎在活动当天必须年满3岁，即2012年5月12日。所有新娘必须在报名表中附上一张全长照片（仅限新娘），该照片将在活动前展示。请确保这张照片有明确的名字，并获得摄影师的许可，以便将照片用于宣传目的。照片将在 "年度新娘 "晚会上返还给所有参赛者。为了帮助我们的主持人，我们希望您能尽早提交作品。丈夫、家人和朋友的门票可以在CC Ward有限公司购买，地址是6 Devon Street East, New Plymouth。为了避免失望，您可以通过下载 "参赛表格--门票购买 "表格来购买门票。只需填写此表，连同支付门票的支票一起返回，并将此表与您的报名表一起提交。门票将于4月24日星期二向公众发售。所有门票的价格为每张30.00美元。参赛者不需要购买门票。新娘或新郎的母亲以及参加其类别的新郎将被分配到宴会厅的免费座位，以观看晚会的前半部分，包括新娘、伴娘、花童和伴郎的游行。花童和伴郎不被分配座位。请注意，在活动当晚，花童和伴郎将由新娘负责。排练应在普利茅斯国际优质酒店的宴会厅进行。所有的伴娘，新娘或新郎的母亲，都需要在5月12日星期六上午11:00在宴会厅进行排练（不是礼服）。随后，所有新娘将在中午12:00进行彩排（非礼服）。进入 "新娘和新郎 "类别的新娘和新郎需要在下午1:15进行排练（不是礼服），然后花童和伴郎在下午1:45排练（不是礼服）。在活动开始前，请新娘不迟于下午6:45到达。我们希望您能穿上礼服前来，但是对于那些从南塔拉纳基来的人来说，在蒂曼德拉厅会有一个屏蔽区域，您可以在那里换衣服。当你们到达时，请于5月12日星期六晚上在蒂曼德拉厅集合。花童和男童必须穿戴整齐到达。请在晚上7点准备好并在Timandra厅集合。由于空间有限，只允许参赛者进入Timandra厅。吉尔伯特-史密斯舞蹈基金会提供一个经验丰富的助理团队，以帮助您满足任何最后一分钟的要求。伴娘们必须穿戴整齐地到达。请在晚上7点准备好并在Timandra厅集合。新娘或新郎的母亲和新郎必须穿戴整齐到达。请在中场休息开始时在Timandra厅准备好并集合。所有参赛者必须提供自己的花束。新娘参赛人数限制为30人。现在就交回你的报名表，以免失望。我们期待着收到您的2012年TARANAKI年度最佳新娘的参赛作品。报名截止日期为4月28日（星期六）。请将您的作品，包括您的照片，送到或邮寄到Taranaki年度新娘的召集人，3a Long Place, Frankleigh Park, New Plymouth 4310。如果你需要任何进一步的信息，请不要犹豫，致电召集人。Diane Barley (06) 753-3390 A/H or 0274-848-757 email: dbarley@xtra.co.nz

**id 177**

一般评论。我不知道其他人怎么想，但对我来说，这似乎是一首关于一段早已结束的关系的歌，唱这首歌的人知道这一点，他其实很高兴它结束了，我知道这一点。这首歌非常好听，是我最喜欢的一首Hip歌曲，非常感人。一般评论。我一直认为这首歌是一个父亲对与一个不可能操纵的女人离婚的看法。第一节似乎是针对孩子的，母亲一直在试图让孩子反对父亲。我不知道天气预报员的事情是怎么回事，但这就是为什么臀部是伟大的......你会发现诗句的意义，甚至在听完这首歌的几年后。我所知道的是这一节表达了很多挫折感。只是在旅行中 "可能是说一个小小的家庭假期是多么的徒劳......因为它不能弥补父母之间的明显空虚。最后一节似乎是针对这个女人本身。让我想起一个父亲和他的孩子，他没有经常看到孩子，现在他们正在进行一些 "小假期"（或者他告诉孩子）--但父亲所能做的就是开车从一个汽车旅馆到另一个汽车旅馆，穿越大草原或 "北方"......或者也许父亲因为各种原因不能把孩子带回家。......电视上的天气预报员只是电视上的天气预报员，每天晚上在平凡的飞蛾扑火的汽车旅馆里，他并不真正知道他要去哪里，但这是一个 "安全的错误"，因为他和他的孩子在一起，最后父亲，这个男人，正在慢慢恢复他的生活，如果他只知道一件事，就是他很高兴他和他的孩子在一起。"值得等待"，让我热泪盈眶（这首歌我最喜欢的部分是Gordie的演唱--多么好的表达方式！你们太厉害了，伙计！）。

**id 178**

三星在2009年国际消费电子展上宣布推出Internet@TV服务，旨在将 "最佳网络 "带到你附近的电视屏幕上。三星承诺将互联网带到客厅，推出一项新的服务，使观众能够在电视上访问网络。三星承诺将互联网带入客厅，推出一项新的服务，使观众能够在他们的电视上访问网络。与雅虎合作开发的Internet@TV服务，意味着一些三星最新电视的用户将能够使用他们的遥控器在沙发上查看新闻头条、一周的天气预报，甚至体育比赛的结果。这一切都要归功于一系列可定制的 "部件"--可在电视上运行的小型软件应用程序，并在按下一个按钮时被调用。这意味着观众可以在观看一部电影的同时监控eBay拍卖，或在Flickr上观看照片。该技术由雅虎开发，是一个开放的平台，这意味着许多公司将能够为该服务建立部件。三星还利用其在拉斯维加斯消费电子展上的新闻发布会概述了其在家庭周围实现 "无缝数字体验 "的计划，宣布了一系列可以相互无线通信的设备，以串联音乐、照片和电影。"生活方式发生了变化，"三星消费电子产品总监Andy Griffiths说。"消费者将对35英寸屏幕上的互联网体验感到非常兴奋。这是他们第一次看到这种情况。"技术公司正越来越多地研究如何将基于网络的服务整合到其他设备中，如电视和音乐播放器。雅虎副总裁帕特里克-巴里说，由于Internet@TV等服务，电视用户正处于 "电影般的互联网 "的边缘。

**id 179**

Breadcrumb Governor General's Awards in Commemoration of the Persons Case The "Famous Five" and the Persons Case The "Famous Five" and the Persons Case: Early activists challenge conventional views to change Canadian history "We want women leaders today as never before.那些不怕被骂、愿意出去战斗的领导人。我认为妇女可以拯救文明。妇女是人。"- 艾米莉-墨菲--1931年 20世纪初和那些挑战妇女现有地位的勇敢的妇女，现在是加拿大历史景观的一部分。五位妇女通过对法律上的人的定义将女性排除在外的观念提出质疑，创造了妇女权利的法律历史。如果妇女在法律上不是人，那么她们就没有权利。提出请愿的妇女是记者、治安法官或政治家。她们的法律追求达到了最高级别的上诉，即英国枢密院，该院最终宣布妇女为 "人"。这是平等权利的一个显著胜利。这些杰出女性的决心和奉献精神得到了总督颁发的 "人物案纪念奖 "的认可。1979年，在妇女是 "人 "的法令颁布50周年之际，加拿大政府颁发了第一枚奖章。这是对那些致力于促进性别平等和妇女充分参与国家经济结构的人的唯一褒奖。改革运动吸引支持 20世纪初的加拿大西部是一个动荡和迅速变化的时代。在阿尔伯塔省，人口开始从严格意义上的农村人口转变为越来越多的城市人口。男性的人数比女性多三倍。这些情况结合在一起，造成了一些人认为是酗酒和卖淫的重大社会问题。妇女开始组织和支持那些致力于 "净化社会 "的组织。同时，妇女开始寻求在政治上发挥更大的作用。1916年，艾伯塔省立法机构通过立法，授予妇女投票权。1867年的《英属北美法案》规定了各省和联邦政府的权力和责任。这项联邦法案在提到一个以上的人时使用了 "人 "字，在提到一个人时使用了 "他 "字。因此，许多人认为，该法案实际上是在说，只有男人才能成为人，从而使妇女无法充分参与政治或国家事务。这种情况引起了加拿大的艾米莉-墨菲的关注，她是大英帝国的第一位女地方法官。墨菲法官是在埃德蒙顿新设立的妇女法庭的治安法官。在她上任的第一天，一名被告的律师对一项裁决提出质疑，因为她不是一个 "人"，因此，没有资格履行治安法官的职责。卡尔加里的裁判官爱丽丝-贾米森发现自己也受到了类似的挑战。1917年，她的一项裁决被上诉到阿尔伯塔省最高法院，该法院认为，在法律上不存在基于性别的取消担任政府公职的资格。同时，妇女团体开始向联邦政府施压，要求任命一名妇女进入参议院。尽管有总理阿瑟-梅根和威廉-莱昂-麦肯齐-金的支持，但没有任何任命成为现实。政府用人的论点作为借口，将妇女排除在重要职位之外，如参议院。如果只有男人才能成为人，那么当该法案也说只有 "合格的人 "才能被任命为加拿大参议院成员时，那么就只有男人才能被任命为参议院成员。五人成名 1927年，艾米莉-墨菲和其他四位加拿大杰出女性--内莉-麦克朗、艾琳-帕尔比、路易丝-麦金尼和亨丽埃塔-穆尔-爱德华兹要求加拿大最高法院回答这个问题："《不列颠尼亚法》第24条中的 "人 "字是否包括女性？"经过五个星期的辩论和争论，加拿大最高法院决定，"人 "这个词不包括女性。绰号为 "著名五人组 "的五名妇女对最高法院的裁决感到震惊，但并没有放弃斗争。相反，她们拒绝接受这一决定，并将 "人 "案提交给英国的枢密院，而枢密院在当时是加拿大的最高法院。枢密院决定 1929年10月18日，枢密院大法官桑基勋爵宣布了五位大法官的决定。该决定指出，"将妇女排除在所有公职之外的做法是

**id 180**

问题解决 我想让我2岁的孩子参加建模，但他们要求我付钱。?我在网上找到了这家模特公司，给他们发了我儿子的照片，他们在几个小时内给我回了电话，告诉我他们想让我带我儿子来拍照，但我必须支付50元押金以确保我来，然后如果我喜欢他们拍的照片，我必须购买250元的组合。这样做对吗，还是我被骗了？最佳答案 - 由提问者选择 这是不合法的。在英国，代理机构被禁止收取任何预付费用，在你签署合同后30天内不能收取任何款项。你不是在和任何合法的机构打交道，你是在和一个非常普遍的骗局打交道，这个骗局的目标是那些认为他们的孩子有明星潜力的父母。绝不会以任何理由要求你支付押金、摄影、课程、网站列表、选拔赛或其他任何费用。合法的机构只有在为你的孩子预订工作后才会赚钱，然后收取他们10-20%的佣金。句号。如果有任何要钱的要求，你就需要离开。任何合法机构都不会以任何理由收取押金--如果一个人没有出现，那么他们就不会进入该机构。没有任何机构会要求押金以确保你出现，因为他们并不关心你是否出现。如果你不出现，那一周会有数百人出现。"永远不要在当天支付任何钱 如果你在第一次与中介公司交谈时被要求支付钱，他们就违反了法律，你应该走开。向薪酬与工作权利帮助热线报告他们的行为，或填写在线投诉表。Pay and Work Rights Helpline 关于你的就业权利的帮助和建议 0800 917 2368" "从2010年10月1日起，禁止为你寻找摄影和/或时尚模特工作的机构向你收取预付费用，包括你的详细资料出现在出版物或网站上的费用。""经纪公司在签订协议后30天内不能向你收取任何金钱，你有权在这段时间内退出合同"。这意味着他们不能要求预付任何款项，甚至在你与他们签订合同后的30天内不能收取佣金。任何合法的经纪公司都只会要求你提交两张照片，他们不会要求你付钱给他们。任何合法机构都不会要求你向他们或某一特定工作室支付照片费用--这始终是你没有与合法机构打交道的标志 其他答案 (6) 骗局 亲爱的。如果你想让他做模特，你需要去当地你可以信任的地方。我们的商场每年有一次 "美丽宝贝 "选美，谁赢了，谁就能与服装公司或其他机构签约。

**id 181**

为什么首先要建造城堡？威廉国王建造的城堡是为了阻止他们的叛乱数量。他建造的第一个版本的城堡是Motte和Bailey城堡（用木头做的）。这很有效。他在全国各地建造了许多城堡，并通过恐吓迫使人们按他的要求行事。不久，他把一些城堡改成了同心城堡（用石头做的）。这些不容易着火，迅速腐烂，而且非常坚固。这些更加强了威廉斯的法律，也保护了他的国家免受入侵。

**id 182**

吉米-萨维尔的430万遗产因虐待索赔而被冻结 吉米-萨维尔爵士的遗产已经被冻结，据说是为了应对虐待儿童受害者的法律索赔。萨维尔在NatWest银行的账户中留下了430万美元。NatWest银行在一份声明中说："鉴于提出的索赔要求，遗产的分配已被搁置"。据《金融时报》报道，萨维尔在2006年写了一份遗嘱，规定他的一小部分储蓄，即2万美元，应与家人、朋友和邻居分享。还用60万设立了一个信托基金，向8个人支付利息。剩余的现金被单独保存，并指定给吉米-萨维尔慈善信托。这并不是萨维尔的银行账户第一次被冻结--今年7月初，一位女士声称是这位电视明星的女儿。然而，乔治娜-雷本周放弃了她试图证明萨维尔是她父亲的努力，她告诉《人物》："我撤回了我的法律案件。这个邪恶的人欺骗了所有人。这真是太可怕了"。雷之前声称她的母亲克里斯蒂娜-奥克斯在1970年19岁时与萨维尔有过两周的关系，当时她正在做服务员。据认为，即将到来的法律索赔也有可能针对BBC和NHS，他们被指控对多年来关于萨维尔行为的谣言和报道没有发出警报而负有替代责任或过失。

**id 183**

2007年6月1日，星期五，如何处理最后几个土豆 有时我更喜欢用冰箱和/或储藏室的残渣来制作菜肴，而不是面对鼓鼓囊囊的冰箱--就好像我有太多的决定要做，像一只美食的蝴蝶一样从一个想法飞到另一个想法，然后根本就不做决定。我最后啃了一些奶酪，然后意识到我已经不饿了。但今天我有一个鸡蛋，最后几个泽西岛皇家队和一些烟熏培根，所以是一个切成薄片的土豆，培根碎片和煎蛋杂烩的早午餐菜肴。几年前，我经常从M&S公司得到那些盒装的农家土豆杂烩菜肴。它们通常装满了土豆块、培根或火腿的碎片，也许还有蘑菇和一种蛋类混合物，全部挤在一个长寿命的铝箔包里。你把混合物挤到锅里，用木勺把它打碎，然后加热，直到它像一些美味的早午餐菜肴。它们并不坏，但鸡蛋有点重组了。我不确定它们是否仍然存在，但这种对老式待客之道的致敬更加美味，新鲜鸡蛋肯定有帮助。马铃薯被煮到刚刚熟透，并被切成薄片，以尽可能多地提取。将煮熟的土豆加入培根猪油中，然后将鸡蛋打入锅中。烟熏味弥漫在稀疏的土豆片中，金黄色的蛋黄将这一切推向高潮。这是一道非常好的菜，可以在周末购物前用完冰箱里的最后一点东西，然后再回到优柔寡断的状态。没有评论。关于我 EATS, COOKS & BLOGS 一个自认是美食家的天后的随机胡言乱语，收集所有美味的食物相关的琐事，并把它们转述出来供你欣赏。这不是一个网络博客，而是一个美食博客。祝你胃口好!

**id 184**

玛莎-盖尔霍恩的小说，附赠BookieMonster。真的，谁会费心去扫描呢？我把《玛莎-盖尔霍恩的小说》放在书架上已经有一段时间了，看到关于海明威和盖尔霍恩的电视电影/系列的讨论，促使我决定从新发行的书中抽身出来，转而阅读这本书。(我看过这部电视电影吗？虽然我的阅读品味可能是文学性的，但我的电视品味明显是低级的）。我喜欢这些故事。盖尔霍恩将多萝西-帕克的挑剔、疲惫的感觉与凯瑟琳-曼斯菲尔德的性格深度结合起来，为我们提供了关于人的故事--那些无法抓住机会的人，那些竭尽全力的人，那些破坏周围一切的人，那些快乐的人，那些疯狂的人，那些贫穷和富有的人。这些故事从美国到非洲，从大萧条到60年代，盖尔霍恩用记者的眼光看待她的人物，经常把读者带入他们的生活，然后再把他们带出。这里有一个疲惫和不甘的主题，其中穿插着光芒四射的欢乐时刻。真的很棒。最重要的是，盖尔霍恩对关系、爱的时刻--父母的、浪漫的、家庭的--以及支配、服从和更黑暗、更棘手的社会关系感兴趣（许多故事中都有一条随意的种族主义的线索，特别是在非洲的故事）。我经常觉得短篇小说令人沮丧，但这些小说（如标题所示）比你通常的短篇小说要长，我发现它们的长度真的很容易阅读。短到可以持续保持兴趣，但长到可以把读者拉进来并形成持久的印象。

**id 185**

我也是这样；只有我的头，其他地方都没有。我的头发看起来就像我刚洗完澡一样。我一直都很热，从不觉得冷，即使是多发性硬化前也是如此。这种情况发生在任何劳累之后，如晾晒衣物或做饮料。你应该看看我上完理疗课后的样子。最近我才看了一下我的药物的副作用，阿米替林和度洛西汀都可以引起出汗。我想我下次去看全科医生时可能会向他提及此事，因为这可能有点令人尴尬。

**id 186**

"在《杀戮地带》宇宙中仍有很大的空间可以扩展，可以做新的故事，"他说。"我们希望像[《杀戮地带3》的结局]那样给自己留有余地，因为《杀戮地带》不会很快消失。"常务董事赫尔曼-胡尔斯特（Hermen Hulst）支持特-海德（ter Heide），并补充说，工作室有很多想法留给这个系列。"我们已经有了我们的珍珠港时刻，我们的D-Day时刻，但还有许多不同类型的战争，不同类型的冲突，它们源于不同的理由，源于不同的道理。"

**id 187**

语言问题简介 1 英国学院是英国人文和社会科学的国家学院，对这些学科的健康发展及其对国家福祉的贡献能力有着浓厚的兴趣。一段时间以来，学院一直关注着英国各级外语学习的状况，并以各种方式提请注意这些问题，包括向政府提交报告。2 学院委托兰德欧洲公司的一个外部研究团队编写了一份报告，以回应人们对在英国出生和受教育的研究人员缺乏基本外语技能的担忧，这限制了他们参与需要英语以外的高级语言知识的研究课题的能力。学院担心，这可能会损害国际公认的英国在人文和社会科学领域的学术成就，以及英国出生的研究人员对国际项目的贡献能力。语言能力差也限制了研究人员的职业机会。目前，欧盟为设在三个或更多国家的大学研究小组提供了大笔竞争性资金。如果不具备语言能力，英国的大学可能越来越难以为这些资金提出有说服力的申请。在中学、大学和研究层面缺乏语言技能将影响英国在全球市场上有效竞争的能力，以及在全球范围内促进英国利益的能力。这也将使英国公民不太可能在国内和海外的一系列工作机会中胜出。3 本报告是对英国语言技能不足及其对英国的社会、文化和经济福祉的潜在有害影响的广泛关注的一部分。虽然通常很难获得统计学证据来证明问题的规模，但学校和大学的语言学习率的下降趋势令人担忧。此外，与大多数欧盟竞争对手相比，英国的表现很差，他们中的大多数都提高了要求中小学生和大学生学习外语的程度。背景 4 学校和大学的语言学习 英格兰参加GCSE现代语言资格考试的学生人数自2001年以来一直在下降，当时英格兰有22%的学生在GCSE中没有学习语言。政府在2004年决定让14岁以上的学生可以选择学习语言，这加剧了这种下降。到2008年，英格兰在GCSE中不学语言的学生比例增加了一倍多，上升到56%。5 英格兰的语言A2级考试的报名人数已经下降了10多年，下降了28%（从1996年的39554人下降到2007年的28419人）。法语和德语的报名人数下降得特别厉害，从1996年到2007年期间，分别下降了47%（从22718人到12713人）和44%（从9306人到5631人），而同期的西班牙语报名人数增加了34%（从4095人到5502人）（从起点低得多）。由于在A-level学习语言的学生人数减少，意味着在学位阶段学习语言的学生人数减少，因此，最近一份关于 "英国现代语言的智力健康 "的报告[1]发现，在学位阶段学习语言的人数减少，导致在7年内有多达三分之一的大学语言系关闭。这反过来又对学校语言教师的数量产生了破坏性影响，这进一步增加了这些学校的现代语言系所经历的困难。6 这也对在英国出生（和教授）的高校语言研究人员的数量产生了有害影响。现代语言的研究现在集中在少数单位，主要是1992年以前的大学，特别是罗素集团的大学。此外，现代语言研究人员的数量也有所下降。英国大学研究业绩的最新评估结果显示，自2001年的最后一次评估活动以来，语言和地区研究的研究人员数量在7年内有所下降：法语下降13%；德语下降12%；意大利语下降7%。这将降低这些领域的研究经费水平（法语将减少300万--削减30%，德语减少160万--削减31%，欧洲研究减少300万--削减30%，意大利语减少60万--削减26%），这反过来将

**id 188**

联邦调查局对汤姆-汉克斯说 -- 你的保险商是个卑鄙小人 什么样的无情混蛋会试图欺骗汤姆-汉克斯？一个没有灵魂的保险代理人......至少根据美国司法部的说法。联邦调查局刚刚逮捕了南加州的保险代理人杰里-B-戈德曼，声称他通过一个精心策划的欺诈计划从汉克斯......以及音乐家安迪-萨默斯和其他两个富有的客户那里骗取了数十万美元的资金。据联邦调查局称，汉克斯和其他受害者通过高德曼购买了从汽车到艺术品、个人贵重物品和房地产等一切保险......但高德曼对他的客户谎报保险费用，严重多收他们的费用，并将多余的钱装进口袋。 联邦调查局声称，在过去的13年里，高曼骗取了他的客户超过80万美元的资金。事实上，联邦调查局称，戈德曼试图通过向客户发送假的保险单副本来掩盖自己的行踪......这些副本显示价格被夸大了600%。戈德曼被指控犯有10项邮件欺诈罪--因为他涉嫌通过邮件发送假的报表。他每项罪名都面临20年的监禁......因此，如果他被全面定罪，他可能被判处200年监禁。当你输入你的姓名和电子邮件地址时，你会通过电子邮件收到一个链接来确认你的评论。请保持您的评论与本帖相关。电子邮件地址从不显示，但需要它们来确认你的评论。要创建一个实时链接，只需输入URL（包括http://）或电子邮件地址，我们就会为你制作实时链接。你可以在你的评论中最多放3个URL。换行和段落会自动转换 -- 不需要使用&lt;p&gt;或&lt;br /&gt;标签。听起来，汤姆（等）的资金经理没有每隔几年检查其他保险公司的费率。这是被推荐的，这样人们可以看到他们是否能找到更低的费率并进行转换。如果他们一直这样做，也许欺诈就不会持续这么久......我最好的朋友的继妹在上个星期得到了17483美元的报酬。她在电脑上有收入，搬进了558200美元的房子。她所做的只是得到了祝福，并将这个网站上透露的信息付诸行动））&gt;&gt; FLY38.com &lt;&lt; 给她8万块钱，但要给她一个限制令，让她远离，不能和双胞胎接触。她告诉警察那不是我，那是Wetzig，所以她为什么说是我，我不知道。你会认为汤姆-汉克斯会比这更聪明，并为他的政策 "货比三家"，就像其他人那样。在13年中没有索赔的情况下，80万美金？每年61.5万多一点？他到底保的是什么？这里面有蹊跷，他竟然如此轻信别人，但他又是在加州。TMZ LIVE!贾斯汀-比伯和赛琳娜-戈麦斯分手的方式很有趣--在她与他断绝联系后，就偷偷地一起去了贝夫山庄的一家豪华酒店？我们想知道为什么比伯还没有和赛琳娜结束。 另外，林赛-罗汉因为她的 "Liz和Dick "而被开除......

**id 189**

大山姆 大山姆 "看，小伙子，那名军官是麦克唐纳上校，VC。这家伙是他一生中的传奇。他可能已经老了，但他所经历的战斗比这个排的每个人都要多，而且还能活着讲故事，所以在他身边要注意礼貌。"萨默塞特皇家步兵团第18军团的雷金纳德-卓别林中士对一名年轻新兵说 塞缪尔-霍伍德-麦克唐纳上校是不列颠王国最有名的士兵之一。作为盎格鲁-苏格兰贵族的后裔，他第一次上战场是在第一次滑铁卢战役中作为一个13岁的鼓手，但他第一次为不列颠王国服役是在1826年不列颠-缅甸战争的最后一次战争中作为一个年轻的亚军。即使在这个早期阶段，他就已经表现出了后来成为他的标志的态度--从正面领导，对他手下的人大肆鼓励，显然对危险毫不在意。塞缪尔-H-麦克唐纳上校 在他漫长的职业生涯中，他在不列颠的庞大帝国各地服役，在1842年澳大利亚兵变和19世纪50年代法国在东南非洲资助的葡萄牙反叛雇佣军中担任王室部队的上尉。正是在这场相当不起眼的战役中，他获得了最高的荣誉--维多利亚十字勋章，因为他率领伏击了一支接近林波波河的敌军队伍，并以仅为其三分之一的兵力和主要由当地民兵组成的部队击溃了他们。1857年，麦克唐纳被提升为南斯塔福德郡第18燧发枪队的上校，他的最后一次正式行动发生在英国对美国内战的干预期间。当时62岁的麦克唐纳上校在1864年英国对密歇根州的进攻中率领南斯塔福德郡的部队，威胁着北方的重要工业中心地带之一。塞缪尔-H-麦克唐纳上校 那次战争结束后，麦克唐纳上校回到不列颠，接受了总参谋部的任命，这被马队卫队认为是一个纯粹的礼仪性职位。大多数人都认为他在服役这么多年后，不会再做什么尝试，而是在他的乡村庄园里安顿下来，享受应得的退休生活。然而，总参谋部却受到了粗暴的打击。麦克唐纳上校拒绝安静地离开牧场。他成了马队卫队的一个常客，坐着他那张特别改装的布鲁内尔制造的浴椅在走廊里来回走动。他向战争计划部门提出了无尽的要求和建议，特别是在19世纪60年代末东南亚的紧张局势爆发后。塞缪尔-H-麦克唐纳上校 最终，他坚持的 "建议 "变得如此严重，以至于帝国总参谋长蒂林格上将亲自参与其中。辞退麦克唐纳是毫无疑问的，因为他在普通士兵中名气很大，特别是在伦敦突袭事件后报名参加的数千名 "矮子 "志愿者中很受欢迎。他的公开露面和演讲吸引了数以百计的听众，他所到之处招募的人数大大增加。于是蒂林格想到了一个计划。他向老上校提供了一份战地任务。令王国的正规步兵感到高兴的是--总参谋部也感到非常欣慰--麦克唐纳急切地接受了。从那时起，他就开始了广泛的服役，再一次从前线坐着特制的装甲轮椅带队，吼叫着发出他的命令。他所指挥的部队从来都是迎难而上，用滚烫的铅水将敌人斩于马下。塞缪尔-H-麦克唐纳上校的战术运用。尽管塞缪尔-麦克唐纳上校在悠闲地退休了十年之后，最近才回到了现役，但在不列颠群岛沿线都能感受到他的存在--但并不总是出于正确的原因。只有傻瓜才会低估这个伟大的人，尽管他可能已经过了身体的黄金时期，但他的头脑却像以前一样敏锐--使这位上校成为一名出色的指挥员。虽然他的战术牢牢扎根于前斯图吉尼姆时代，但这些战术在今天仍和以前一样真实。他的集中火力指挥能力使线队在射程上更加致命，而他的疯狂一分钟指挥能力可以使线队发出的骰子数量达到

**id 190**

用户菜单 网站菜单 寻找离你最近的治疗师 你在这里 如何与媒体打交道 博客、Twitter、YouTube、Facebook、电视、报纸和杂志文章......我们必须协调我们对媒体的回应，以确保我们得到积极的曝光，并保持我们的专业声誉。作为一般规则，请记得在任何媒体回应中提到你是英国最大的治疗慈善机构的一部分，我们自1954年成立，拥有超过4000名成员。虽然慈善机构对最终的印刷品没有任何控制权，但我们应该坚持任何媒体的文章都包括慈善机构的详细联系方式，具体如下。如果您被要求在文章中提供摄影图片，请与中央办公室联系：media@thehealingtrust.org.uk 。下面你会发现一个完整的常见问题和进一步的信息，它应该能回答记者、编辑和其他媒体人员提出的关于治疗的大多数问题。更多信息可在网站上找到，包括新闻稿、推荐信、案例研究、研究和文章。如果你对说什么或写什么有疑问，请不要犹豫，给我的中央办公室发电子邮件或打电话征求意见。此外，如果你遇到任何你认为我们应该作为媒体机会跟进的文章/计划，请告诉我们。关于治疗的常见问题 什么是灵性治疗？灵性治疗被认为是一种补充疗法。它涉及通过治疗者向接受者传递自然能量。它通过放松身体、释放紧张情绪和重新激活身体自身的免疫系统来促进自我治疗。治疗是非常温和和非侵入性的，不涉及物理操作或按摩，只使用轻微的触摸。它有什么精神意义？精神治疗是关于治疗整个人。它为身体、思想和精神提供能量，因此它的积极影响可以在许多层面上感受到，而不仅仅是身体。在这种情况下，"精神 "与 "精神 "有关，即我们所有人体内的生命能量和呼吸。这种 "能量 "来自哪里？愈合能量就在我们周围。在本质上，它是 "普遍的"--自然本身的一部分。每个人都可以为最大的利益而使用它。治疗师学会利用他们的能力来挖掘这种自然能量，并将其传递下去。根据他们的个人信仰，一些治疗师和接受者认为这种能量是神圣的；它通常被想象成简单的 "爱和光"。这不是信仰疗法吗？不，灵性治疗不是信仰治疗。信仰治疗 "这个词意味着接受者需要相信一个神灵，并且这个神灵是治疗的来源。NFSH治疗与任何特定的宗教-主义或神学没有关系。病人的信仰不是必需的，治疗可以帮助人们，不管他们的宗教信仰或期望。它是否有效？疗愈师永远不能承诺一个特定的结果，但疗愈在某种程度上没有帮助是不正常的。通常健康不良或疾病的症状会立即或在一段时间内得到改善，有时改善会很明显。精神治疗不一定会导致恢复健康，但往往会给接受者带来平静和心灵的安宁。医治者所做的一些最有价值的工作是为临终病人服务，通过医治，他们离开人世时可以更容易、更平静。英国有多少名医士？约有15,000名治疗师在信誉良好的组织注册，这些组织以英国治疗师的名义进行合作，确保精神治疗和精神治疗师的高标准。NFSH The Healing Trust是负责组建UK Healers的四个组织之一。哪里可以提供治疗？NFSH The Healing Trust中心也提供治疗 -- 在英国有超过55个。通常情况下，治疗是在仅有捐赠的基础上进行的。在医院、临终关怀医院和一些全科医生手术室里，愈来愈容易得到治疗。当有人接受医治时会发生什么？疗愈通常是应邀进行的，要么在接受者/病人面前进行（接触疗愈），要么从远处发送（远距离疗愈）。治疗师将在接受者周围工作。只要患者感到舒适，就可以将手放在身体的某些部位，通常是

**id 191**

这里有一个简单而又完全有创意的方法，让孩子们在这些假期中捕捉他们的假期时刻！这就是 "创意相机"。只需用几个小盒子、一些塑料盖子和Makedo，就可以制作一个回收的 "创意相机"。在你的相机底部创建一个插槽，用于有趣的宝丽来行动--每次你看到一个伟大的场景时，就把它画下来，然后把它从插槽中送进去把你的宝丽来画贴在相册里，突然间你就有了一本关于你在假期中所有恶作剧的视觉日记，这样你就可以和你的朋友们在学校里分享它了点击下面的拼贴画以获得说明。我们希望看到你的异国情调的假期照片!把它们和你的Makedo相机作品一起发到这里，就有机会赢得我们的 "月度制造者 "比赛。

**id 192**

徐子陵坚定地摇了摇头 雷雨下的竟陵城像一座鬼城，寇仲和徐子陵他们看着一拨又一拨的竟陵军士匆匆从北门撤出。最后一批，包括冯汉、冯清在内的士兵退了出来，众人都觉得不舍得离开。寇仲嬴政昌喊道。来吧!晚了怕什么哩!冯汉分不清自己脸上是雨水还是泪水，悲痛地喊道："我们一起走！"。我们一起走吧!徐子陵坚定地摇了摇头：只有我们两个人能恢复过来，带领杜伏威你走吧！"。冯汉喊道：两个不同的天，只要人给正义听到消息，而我冯汉还有一口气在，肯定要投靠两个。说完马尾巴就追着队伍走了，一转眼就到了雨中没有打电的广阔黑暗之地。寇仲和徐子陵两人并排骑行，慢慢地让雨水打在身上。当闪电闪过时，街道两旁的商铺建筑就像透明的一样，有种无语的怪异气氛。寇仲笑道：想当初真在战场上就吃了大败仗，把整个金陵城都丢光了。哈!真的很好笑!我现在人都麻木了，你见过那么多人死在你面前吗？徐子陵转过脸来，让雨淋盘泻注，就像让雨水冲走衣服上沾染的几十处血迹和身上大小不一的伤口血迹一样，叫人喘不过气来：利害得失，何足挂齿。 你我只能尽我所能，怪不得戴维斯贡品在任何情况下都尽其所能呢！"。如果你是今天的胜利者，那么你认为来的容易，也许将来会有更多的人栽在我身上。哈!所以金堂是输了嘛。寇仲哈哈大笑，触动了周围的人心，玄佑进了坎城，喘着粗气说：为了成败，我不能像你的灵霄宝殿那样逍遥自在，不然我天生就带着俗气呢!他的母亲!嘿！他们突然勒马停住了。天空中那条暴风雨的街道，在闪电的断裂声中，照亮了这个世界的时候，出现了一个苍老的、长长的影子，即使是灰头土脸的人，他们也能从他的衣冠上认出是杜甫。他终于来了！？???杜伏威爆发出刺耳的笑声，充满了愤怒的味道，胡收只笑不语，冷恒说：说的是胡杜布施的孩子，但我必须在今晚这个暴风雨杜伏威的夜晚，带着你的射手夫人嘎嘎耳机关闭这两个不肖子，好运气，比这。寇仲敬了一礼，拉着精忠岳正，抱头大笑：为了天下霸业，父子相残，兄弟相残，儿女相残，是很平常的事，与你父亲何干。

**id 193**

2012年10月20日 如果公共图书馆要有电子书，出版商（和作者）需要被说服--而不是被告知 在这里和美国，对拒绝让图书馆借阅电子书的出版商有很多呼声，英国政府甚至成立了一个委员会来 "建议 "应该怎么做 如果我是一家重要出版社的首席执行官，我不会让公共图书馆借阅电子书。从出版商的角度来看，公共图书馆服务一直在不断地告诉大家，"图书馆不仅仅是关于书的"--所以图书馆服务似乎不是任何出版商想打交道的那种客户--更不用说以特殊条款来处理了。他们对书籍不感兴趣已经有很长一段时间了--最好是与感兴趣的客户打交道，并促进你的工作。此外，任何出版商的销售部门都会告诉你，公共图书馆的购书量已经从所有产出的12%下降到5%左右，在短短10年内。图书馆要求各种特殊的安排，他们拒绝使用行业标准的分销或编目系统，他们需要自己的特殊和昂贵的供应链--他们很少支持或储存任何新书，这是出版商承担风险的地方--总之，公共图书馆是来自地狱的客户，现在图书馆（和政治家）要求有权以优惠的条件让人们免费获得珍贵的电子书，而且每次阅读都不需要付费。"滚开"--可能很容易被回答为 "我们究竟为什么要这样做？"- 正如本博客经常说的--公共图书馆服务就像给人们提供免费的面包（因为他们需要）而不给面包师付钱。现在，面包师说不--如果我们想继续提供免费面包--你必须想办法支付它。我会从购买更多的印刷书籍开始，并确保图书馆预算的5%以上用于出版商的方向。我将简化分销系统，以便出版商能够为他们的书籍获得有吸引力的回报.....。对出版商大喊大叫是行不通的--在这个问题上，他们被他们在纽约的办公室所统治，在那里，他们就是听不到英国政府委员会的朴素的声音--即使有埃德-维泽和DCMS作为支持的声音也不行。公共图书馆服务和图书馆员一直告诉大家，图书馆服务不应该被私有化--这些人似乎忘记了，图书馆的大部分业务都是私有的--这意味着它并不依靠政府的年度施舍--系统供应商、图书供应商、作者、其他借阅物品--所有这些都是私人企业--他们和议会雇员一样是图书馆服务的一部分--它已经有一半是私有的。这种说法是热空气和空洞的政治

**id 194**

詹姆斯-卡恩找工作的十大技巧 寻找新工作可能是一项令人生畏的任务。你很难知道如何将自己与其他候选人区分开来，当你申请工作却没有收到任何回音时，这可能会让你感到沮丧。再加上经济衰退后严峻的就业市场，你必须尽一切努力从人群中脱颖而出。按照詹姆斯-凯恩的建议寻找新工作，你应该发现你的搜索变得更容易。1.就像一个好的商业计划书一样，确保你的简历很有趣，但又不至于给人太多的印象，以争取到所有重要的面试机会。2.2. 确定你的技能--特别是你在现有工作中经常使用的IT技能。向潜在的雇主说明你的技能将如何有利于公司，而且你的技能将如何有助于使公司更有效率和效益。3.3.像任何一个好的企业一样，遵循发现需求和填补需求的规则。4.4.将你所有的努力用于寻找一个真正适合你的工作的公司。5.5.利用一切可能的途径来寻找工作：直接申请、数字招聘网站、招聘机构、个人联系。此外，重点是接触并打动决策者（将为你提供你想要的工作的人） 6.拥有完美的简历并不能证明你能胜任这份工作。为了证明你是这份工作的合适人选，要积极主动地询问有关公司的问题，也许可以提出做一个工作实习，以显示你对在该公司获得职位的热情 7. 做好准备!对公司进行研究，并利用你收集到的所有信息，为提问和提出讨论要点提供原材料。注意相关的市场趋势和该公司的竞争对手。8.8.根据职位定制你的简历。确保你的简历上的关键技能与该职位相关。9.形象是成功不可或缺的因素。不要在个人形象上冒任何风险。研究公司的风格，必要时调整你的形象。10.记住，你所申请的公司很可能正在研究你，所以确保社交网站和博客尽可能地反映你。

**id 195**

第二天：设定草图和研究策略 一旦你对谁是你的主要人物有了明确的概念，现在就应该开始考虑他们在哪里了。这也是开始计划你需要做的研究的时候，以便使你的人物、环境和整个故事更加真实和具体。设定草图 在你开始写故事之前，你需要了解你的设定以及你的人物。设定草图，像人物草图一样，非常灵活。例如，如果所有人物都生活在同一地区和同一时期，你就不需要为每个人物填写这些信息。工作表2A和2B将帮助你专注于某个特定环境的最小细节。工作表2A为你提供了为每个一般时间段（年、季）和地区（州、镇）绘制环境草图的指导原则。另一方面，工作表2B为你提供了为每个人物的财产（街道、社区、家庭、室内等）以及他/她的工作场所绘制环境草图的指南。这两张工作表听起来很相似，但实际上它们在范围上有很大不同。工作表2A的重点是几个人物同时共享的环境。你需要为你书中的每个城市或城镇单独制作一张工作表。如果行动发生在几个时间段或季节，你最终可能会为一个地区画出几张草图。现在，让我们详细了解一下这张工作表的内容。环境名称 按城镇和时间段来命名每个一般环境可能会有帮助，特别是如果你的书包括几个环境或时间段。生活在地区/时间段的人物 列出占据这一环境的人物。这将有助于你追踪谁在你的环境中生活，以及何时生活。年份或时间段 一个环境的物理描述在很大程度上取决于你的书所处的时间段。在不做大量研究的情况下，尽可能多地详细描述这方面的细节（这是后话）。季节 除了物理环境外，你的故事发生的季节将决定你的人物所穿的衣服类型，以及他们所能得到的活动和交通工具。城市和县 列出你已经知道的关于你的故事发生地的任何细节。在这一点上，你不需要做广泛的研究--同样，那是以后的事。只需为每个部分做简要说明。杂项说明 这一部分将包括任何说明或细节，这些说明或细节将使一般环境在你的头脑中更加清晰（因此，在读者的头脑中）。例如，这个环境是否正在经历热浪、干旱或异常大的降雪？这也是注意地点和时间段如何影响人物和情节的一个好地方。工作表2B的重点是针对某些人物的环境，如个人住宅和办公室。你需要为你的每个主要人物完成这份工作表。如果一个人物的家或工作场所在书中发生了变化，请为该环境制作一个新的工作表。同样，不要担心对你计划使用的任何地点进行深入描述或做任何研究。那是以后的事。现在，你只需要把想法写在纸上。角色名称 列出你所描述的环境中的角色名称。一般环境 这个人物在哪里生活或经常活动？他/她拥有房屋还是租房？他/她是否去学校或办公室？他/她是否有一个最喜欢的地方可以返回？人物的家庭环境 在这一点上，你不需要对人物的邻里、街道、邻居等做大量的记录。你可以记下你的任何想法，在不迷失研究方向的情况下，尽可能多地了解细节。人物的工作场所 就像你对他/她的家所做的那样，对人物的工作场所进行记录。如果你的人物是在学校，则相应地调整这一部分的标题。杂项说明 这是一个记录额外想法的好地方，或者表明你的人物对一般家庭和工作场所环境的感受。现在是开始列出你认为你的小说需要的研究的好时机。工作表3使你能够创建一个你将需要研究的主题清单。请注意，这不是进行实际研究的地方，而是列出你认为以后需要研究的内容。例如，你可能需要研究

**id 196**

讽刺，就像涂鸦一样，曾经是一种反叛的行为。它被用作无权势者评论有权势者的一种手段：一种使用语言的编码方式，"当直截了当地陈述任何事情都会导致... &gt; Stop the Boats?埃利奥特-帕尔曼 埃利奥特-帕尔曼面对的是我们对难民的歪曲和迷恋的态度所造成的后果。 我花了将近六年的时间来研究和写我最近的书《扫街者》，这部小说涉及到历史和各种种族主义等问题。在这六年中，我为自己的心理健康和身体健康所做的事情之一是慢跑，或者至少是散步，几乎每天都是如此。一天早上，对于一个经常处于无情的、不温不火的、无情的失眠控制中的人来说，我异常地早，我在路上猛走，注意到一个商人在他的卡车车厢里，手里拿着一把叉子，把注意力放在叉子和一个透明塑料容器里的东西上。这个人有一头黑发，棕色皮肤。他看起来很瘦。地球上有很多地方可以让他来，而现在他就在我的邻居家。当我走近时，我试图看看他在吃什么。现在还很早，应该是这个人的早餐，但是他衣服上的灰尘让人觉得，即使这么早，他也已经工作了一段时间了。所以，也许这是他的早茶？我还想知道，透明容器里装的是什么？这是不是他从遥远的地方来的传统菜肴，他在清晨时分正在品尝，暂时离开了他的雇主的工作场所，而这个黑头发、棕色皮肤的人甚至无法为自己和他的妻子争取到房子？当我与驾驶室的门持平时，我向这个黑皮肤商人的卡车车厢里看去，想看看他到底在吃什么。由于速度太快，我无法确定他的食物，但我在那里停留了很久，足以看到这个人的脸。在那里我看到了我们称之为种族主义的疾病的后遗症。当我在路上向他跑去时，他看到了我的到来，他的脸是尴尬、忧虑和蔑视的混合体。他为什么感到尴尬？因为，我猜测，他在吃他的 "wog "食物时被发现了，那是一种我们还不吃的奇怪的混合物。他为什么感到不安？因为一个白人男子正向他跑来，可能有敌意。他为什么要挑衅？因为他在澳大利亚呆得够久了，知道他必须这样做？他在这里呆了足够长的时间来安排汽车和工作，所以无论他的第一语言是什么，无论他在英语方面有什么困难，他都听到了也许是在建筑工地上的激烈咆哮，以及在谈话式广播中对外国人的一连串谩骂。也许，像我们其他人一样，他听到简单的语言被反复用来吓唬我们，就像一面永不停止敲打的鼓。阻止船只！阻止船只！'。阻止船只！他知道问题其实不在船。为什么一个拥有约2300万人口的国家在过去十年或更长时间里一直对一个最多只有6000名试图未经许可来到澳大利亚的绝望者的问题感到困扰？这不可能是数字本身的问题，因为2300万人口中的6000人是微不足道的。让我们彼此坦诚相待吧。我们知道，就像那个开卡车的人知道的那样，是什么样的人在试图来这里。他们是什么样的人？他们是棕色人种，他们是亚洲人，有时他们是黑人，他们是穷人，他们不会说英语。这不是一个真正的全国性问题，不值得澳大利亚媒体十多年来对其进行不懈的关注。比起那些在我们的街道上被殴打、有时被谋杀的印度人，比起澳大利亚原住民和我们其他人之间在预期寿命、教育和就业机会方面的巨大差距，比起我们的农民被压榨到几乎没有能力留在土地上、他们所在的乡镇正在失去年轻人的事实，比起47%的成年澳大利亚人是功能性文盲的事实，比起出口

**id 197**

11月7日上午12点13分，内特-西尔弗在推特上写道："这可能是链接我的书的好时机：http://tinyurl.com/andexhw。"这条推文是在网络宣布巴拉克-奥巴马总统当选后约一小时发出的，在写这篇文章时，这条推文已被点赞超过2500次，转发近7000次。纽约时报》的FiveThirtyEight博主以对总统选举的准确预测让他的批评者闭嘴，正确预测了50个州中每个州将投票给哪位候选人--甚至超过了他在2008年选举中的49分之50的表现。他对自己的图书推广意识也是正确的--《信号与噪音》在亚马逊排名中跃居第二位，此后一直保持这一位置。即使是蔡依林(Amy Chua)2011年的大片《虎妈战歌》(Battle Hymn of the Tiger Mother)，在其高峰期也只达到了亚马逊的第4位。34岁的西尔弗是美国最新的文学明星，其崛起的方式似乎很奇怪，因为美国人在崇拜有头脑的人时，通常会选择科技巨头、口无遮拦的政治专家，或者就蔡英文而言，是解决美国人最深刻的不安全感之一的人：如何让他们的孩子成功。偶尔的经济学家或外交官可能会达到某种程度的名气，但通常只有在他们已经得到诺贝尔奖委员会的验证之后。在西尔弗的案例中，我们看到的只是一个自诩为棒球统计学爱好者兼政治狂人的人，一个除了忠实于数据之外没有任何明显态度的怪胎，正如我们在他9月新书发布前与他交谈时发现的那样。但是，大量的赞美之词忽略了一个关键点，那就是西尔弗不仅是一个政治怪胎。如果你碰巧厌倦了对政治、金融、扑克、天气、气候变化，更不用说许多类型的体育运动的空洞、呆板的处理，那么西尔弗的书也将他的方法应用于这些主题。正如他的书名所示，西尔弗的论点是，要评估一个有许多移动部分的情况，你需要从周围不重要的、分散注意力的和误导性的噪音中挑出信号--数据的关键部分或模式。如果你做得对，你就能收集到一个给定结果的合理的概率。但西尔弗也提醒说，在某些领域，如经济学和国家安全，噪音是如此之大，以至于预测并不十分可靠。西尔弗认为，预测世界中的问题，以及如此多的对手把他们的预测弄错的原因，是他们的统计分析的核心是有缺陷的。他们使用的是一种叫做 "频繁主义 "的方法，这种方法纯粹根据统计样本中事件的频率来判断概率。除其他思想家外，该方法是由一位名叫罗纳德-费希尔（Ronald Fisher）的研究员提出的，西尔弗花了一些篇幅对他进行了批评。西尔弗与费雪和其他频率论者的不同之处在于，他们忽略了统计样本的周围环境。例如，在他们统计调查的事件之前发生了什么？它周围发生了什么？西尔弗更喜欢费雪的前辈托马斯-贝叶斯的方法。贝叶斯也主张使用数据收集，但要求在其评估中引入背景。(xkcd.com上的这幅漫画值得一看。) 应用贝叶斯，西尔弗喜欢赌徒的方法。一个严格的频繁论者可能会通过计算对手的牌比他持有的牌更弱或更强的可能性来玩扑克；或者通过分析过去成千上万的扑克游戏，计算某个出价序列导致一方或另一方获胜的频率。但真正的扑克玩家（Silver过去的职业之一）包括他能添加的任何背景信息。鉴于他的牌，他的对手在过去是如何积极地或被动地玩的？他们是年轻还是年长？鉴于他们赢了或输了多少钱，他们虚张声势的可能性有多大或多小？这不是我们大多数人在阅读西尔弗的FiveThirtyEight专栏和惊叹于他的选举预测后的画面（11月10日，他对哪些民调在选举中表现最好进行了评述）。

**id 198**

旁注：通过一项以上的交易或事件获得 29.(1) 就本法而言，任何物品的取得包括由于一项以上的交易或事件而发生的任何取得，无论这些交易或事件是否作为或作为一系列相关交易或事件的一部分而发生，并且在本法任何条款的限制下，无论这些交易或事件是否在本法生效前发生。边注：推定（2）就第（1）款而言，如果由于不止一项交易或事件（其中没有一项是第28（1）款意义上的控制权的获得），一个经营加拿大业务的实体通过拥有非加拿大人的投票权而受到事实上的控制，该非加拿大人被视为在这些交易或事件中最近的时间和方式获得了对该实体的控制。30.(1) 就本法而言，根据书面合同拥有绝对权利的非加拿大人，可以根据该非加拿大人的选择，将该权利视为已经行使，并视为该非加拿大人拥有作为该权利主体的投票权或资产。旁注：附有多于或少于一项投票权的投票权股份 (2) 就本法而言，如果投票权股份附有多于一项投票权或部分投票权，则该投票权股份被视为与该投票权股份所赋予的投票权数量或部分投票权相一致的投票权股份数量或部分投票权。边注：部分在加拿大的业务 31. (1) 加拿大的业务应被视为在加拿大进行，尽管其部分在加拿大进行，部分在其他地方进行。旁注：业务的一部分 (2) 如果一个业务的一部分是加拿大的业务，那么该业务可以作为一个独立的业务来进行，就是一个加拿大的业务。时间规则 旁注：新的加拿大企业 32.(1) 一个新的加拿大企业成立的时间就是它成为加拿大企业的时间。旁注：投资 (2) 实施投资的时间是作为投资对象的新加拿大企业建立的时间，或者是作为投资对象的加拿大企业的控制权获得的时间。发送通知、收据或要求 旁注：发送方式 33.如果根据本法的任何规定，部长或局长需要发送通知、收据或要求，则应通过亲自送达、挂号信、电传文本或任何其他可核实的通信方式发送。

**id 199**

美国在医疗保健方面的花费比任何其他国家都多。这些钱能买到它应该买的东西吗？根据达特茅斯大学对支出和结果的地区差异的研究，并非如此。但是政策制定者们现在正在关注达特茅斯的工作--这可能是解决金钱-医疗难题的一个办法。医生，尽管他们拥有丰富的健康知识，但有时也会成为严重疾病和伤害的牺牲品--并发现自己在听诊器的一端接受治疗。或者有病人经验的人有时会决定从医，并成为挥舞听诊器的人。在这两种情况下，他们的病人往往都会受益。医学决定往往远非一目了然。一位DMS毕业生写道，一位老年患者在中风后被紧急送往医院。他不得不决定一种强大的药物是否能拯救她的生命......或杀死她。美国在医疗保健方面的花费比任何其他国家都多。这些钱能买到它应该买的东西吗？根据达特茅斯大学几十年来对支出和结果的地区差异的研究，并非如此。但是政策制定者现在正在关注达特茅斯的工作--这可能是解决资金-医疗难题的一个办法。这些是达特茅斯临床科学评价中心（CECS）的研究在去年产生的一些头条新闻--这清楚地表明，其信息正开始传达到更多的公众，正好成为国家重新讨论医疗保健改革的一部分。这个信息可以提炼为一句话。"更多的护理并不意味着更好的护理"。几十年来，美国人一直认为，我们在医疗保健方面的花费比任何其他国家都多，这证明我们拥有世界上最好的医疗保健系统。但是在过去的20年里，达特茅斯大学的约翰-温伯格博士和埃利奥特-费希尔博士所做的工作迫使美国的医疗保健领导人承认，这根本不是事实。达特茅斯大学的研究小组调查了全国各地医疗保险在病人身上花费的惊人差异，发现在曼哈顿和迈阿密，长期患病的医疗保险病人得到的护理远比犹他州盐湖城和明尼苏达州罗切斯特等地的同类病人更积极。他们的研究显示，高成本州的医疗保险受益人可能在医院度过的天数是低成本州病人的两倍，而且更有可能死在重症监护室。达特茅斯大学的埃利奥特-费舍尔（Elliott Fisher）（左）和杰克-温伯格（Jack Wennberg）（右）通过他们的健康利用研究将达特茅斯大学推到了地图上。 高消费地区的病人在生命的最后六个月看10个或更多专家的可能性更高。这些事实本身并不十分令人惊讶。但这里有一个令人震惊的现象。接受最密集、最积极、最昂贵的治疗的慢性病患者并不比那些接受更保守治疗的患者好。事实上，他们的结果往往更糟。在高成本地区，"患有相同疾病的病人有更高的死亡率，这很可能是因为与增加使用急诊医院有关的医疗错误"，温伯格及其同事在2006年对患有癌症或充血性心力衰竭等慢性疾病的病人的研究中指出。正如费舍尔所说，"医院可能是一个危险的地方--尤其是当你不需要在那里的时候"。三十年的研究 当CECS创始人杰克-温伯格在大约30年前开始发表他的研究时，医疗机构并不欢迎他的意见。毕竟，一个人的过度治疗是另一个人的收入来源。当认识温伯格很久的人谈到他时，他们经常使用 "勇气 "一词。"在20世纪80年代，人们试图在数据上捅娄子--说全国不同地区的病人是不同的，"负责向国会提出建议的独立机构--医疗保险支付咨询委员会（MedPAC）主席格伦-哈克巴斯（Glenn Hackbarth）回忆说。但是，达特茅斯大学的研究人员当然也考虑过这种可能性，即该国某些地区的病人可能只是病得更重。因此，几十年来，他们不遗余力地调整种族、年龄、性别和每个社区的整体健康状况的差异。他们承认，例如，科罗拉多州大路口的健康状况意味着那里的人均医疗保险支出可能会比其他地区低20%左右。

**id 200**

媒体画廊 毛利人在议会中的表现 毛利社会的重要领导人曾在议会中代表他们的人民。毛伊-波马雷（Maui Pomare）、詹姆斯-卡罗尔（James Carroll）、马蒂乌-拉塔（Matiu Rata）以及最著名的阿皮拉纳-恩加塔（Apirana Ngata）。这些人和其他一些人--在1949年伊里亚卡-拉塔纳当选之前，他们都是男性--可以在以帕克哈人为主的众议院中发出孤独的毛利声音。直到20世纪80年代，以及后来在1996年引入的混合成员比例代表制（MMP），才有更多的毛利人进入众议院，代表传统毛利人席位以外的选区。毛利人的席位 在19世纪50年代和60年代，毛利人要求将政治代表权作为英国国民的一项权利。一些政治家支持毛利人的普遍代表性，但最终议会决定设立单独的毛利人席位，只有毛利人可以投票。人们认为，在一些地区毛利人的数量较多，会淹没帕克哈人的投票。四个毛利人席位的设立，三个在北岛，一个在南岛，为1868年的第一次毛利人议员选举提供了时间。毛利人的席位本来只是一个为期五年的试验，但在1876年成为永久席位。一个世纪后，仍然只有四个席位，直到MMP才有了更多的席位--1996年有五个，2002年有七个。1868年，第一批毛利议员弗雷德里克-内内-拉塞尔（Frederick Nene Russell）、梅特-金吉-特-兰吉-佩塔希（Mete Kingi Te Rangi Paetahi）、塔雷哈-特-莫阿努伊（Tareha Te Moananui）和约翰-帕特森（John Patterson）作为第一批毛利议员在众议院就位。特莫阿努伊是第一个发言的人，他敦促政府制定明智的法律，以促进良好的发展，并敦促毛利人和帕克哈人一起工作。演讲是用te reo语进行的，他的话是由最后一刻组织的口译员翻译的。由于语言上的困难，以及在白人议会中作为毛利人的少数，这些人和其他早期的毛利人议员都在努力做出改变。Paremata Maori 许多毛利人在19世纪90年代放弃了 "Pakeha议会"，因为人们认为它不符合毛利人的利益。19世纪60年代的战争之后，毛利人的土地被没收，毛利人的土地不断被夺取，导致Kotahitanga运动举行了一些毛利人议会（Paremata Maori）作为替代论坛。包括詹姆斯-卡罗尔在内的知名政治家访问了毛利议会，但总理理查德-塞登说，这实际上只是一个Runanga--"新西兰只有一个议会，它永远不会放弃对毛利人或其土地的控制"。一项抵制土地法庭的提议失败了，Kotahitanga运动也逐渐消失了。早期的毛利人议员在议会中遇到了问题。首先是语言障碍，尽管众议院提供了口译员。毛利人议员在向他们的人民宣传政府政策时面临着艰难的道路，因为影响毛利人的法案和其他议会文件很少被翻译成te reo。在1889年至1910年期间，每年都会用毛利语印刷一系列相关的立法，在1881年至1906年期间，有一份毛利语的会议记录，即Nga Korero Paramete，其中包括毛利议员的演讲。年轻的毛利党 在20世纪初，出现了一批新的充满活力的毛利议员，他们将对毛利社会和政治产生深远影响。青年毛利党是一个由志同道合的人组成的松散协会，他们致力于在体制内改善毛利人的健康状况，利用国家援助开发毛利人的土地，并培养毛利人的艺术和手工艺。也许这些人中最突出的是阿皮拉纳-恩加塔，他在1905年当选为东毛利人，并在1909年晋升为内阁的公共信托办公室部长。恩加塔继续推动毛利人的土地开发，在1928年成为本土部长（毛利人事务部长在20世纪40年代之前一直被称为部长）后，他发起了许多土地计划。他在1927年被授予骑士称号，但由于在管理这些计划方面存在违规行为，他不得不在1934年辞去内阁职务。他的席位一直保留到1943年，那时他已经是 "众议院之父 "了，这是授予任职时间最长的政治家的称号。毛利人总理詹姆斯-卡罗尔（James Carroll）曾经在众议院担任过翻译，他是一个世纪前毛利人的重要政治家。

**id 201**

Eleven "是我们的相当于Uno的Arduino兼容板，但有一些改进，包括原型设计区，迷你USB连接器，LED安装在边缘附近，D13的LED使用FET隔离。[产品页面] 我已经从美国订购了两个，一个中等容量（为leostick供电），一个高容量（为带LCD屏蔽的Eleven供电）。似乎很荒唐，没有更多这样的产品，特别是在澳大利亚。邮费是55美元，但我还没有在其他地方找到这么好的产品。我100%同意。我正在做一对无线街机控制器。我看了这些相同的产品，但这些产品对我的应用来说，最终产品太高。我目前正在开发自己的一体式解决方案。Sparkfun LiPower盾牌非常接近我所追求的，并有一个原型区来放置降压电路，但保护电路有问题。

**id 202**

本新闻稿包含前瞻性声明。关于相关风险因素和假设的描述，请参见本新闻稿后面题为 "前瞻性信息 "的部分。"Bell Aliant公司总裁兼首席执行官Karen Sheriff说："我们在第三季度又取得了丰硕的成果，我们进一步扩大了光纤到户（FTTH）的覆盖范围，并且在FibreOP TM新客户的增加方面取得了迄今为止最好的季度。"我非常高兴，越来越多的客户加入进来，体验我们伟大的FibreOP电视和互联网服务。"我们现在有超过10万个IPTV客户，IPTV是我们本季度收入增长的最大领域。我们也有强劲的互联网收入增长，我们的NAS跌幅再次好于去年同季度，这与我们在2012年以前的季度中经历的趋势一致。"我们每个季度都在增加更多的FibreOP客户，随着加拿大大西洋地区一半以上的家庭现在可以使用这些服务，我们开始有足够的FibreOP规模来改变我们的整体业绩。这种稳定的进展是我们在2009年启动FTTH推广时所设想的。虽然我们预计到今年年底将有65万个场所接入我们的FibreOP服务，但我们仍将有更多工作要做。我预计将在2013年初宣布我们的进一步扩张计划。"2012年第三季度亮点 1 Bell Aliant公司报告说，2012年第三季度净收益为9200万美元，与2011年同期相比增加了1600万美元（21.6%）。本季度每股收益和调整后每股收益分别为0.40美元和0.47美元，而2011年同季度为0.33美元和0.41美元。盈利增长主要是由于2012年第三季度的重组费用比2011年同季度低。2012年第三季度的营业收入为6.97亿美元，比2011年同季度减少300万美元（0.4%）。数据收入的增长，包括互联网和电视、无线和其他收入，基本上抵消了本地和长途收入的下降。2012年第三季度的运营费用比2011年同期增长了200万美元，反映了FibreOP电视客户增加带来的电视内容成本和其他收入成本的增长，这在很大程度上被生产力节约所抵消。因此，2012年第三季度的EBITDA比2011年同季度下降了500万美元（1.5%）。2012年第三季度的资本支出为1.44亿美元，比去年同期减少1800万美元（11.0%），主要是由于2012年第三季度的FTTH足迹扩张比2011年同季度减少。在2012年第三季度，Bell Aliant通过FTTH增加了47,000个家庭和企业，而2011年第三季度则增加了104,000个场所。截至2012年9月底，FTTH的总覆盖范围达到62.1万处，Bell Aliant继续预计到今年年底FTTH的覆盖范围将达到65万处。2012年第三季度的自由现金流为1.13亿美元，比去年同期增加300万美元。这一增长主要是由于2012年第三季度较低的资本支出被较低的EBITDA和较低的营运资本变化现金所抵消，与2011年第三季度相比。收入详情 与2011年同期相比，2012年第三季度包括互联网和电视在内的总数据收入增加了2100万美元（9.6%）。互联网收入增加1000万美元（7.9%），2012年第三季度住宅高速客户平均收入（ARPC）比去年同期增长7.1%。选定的定价行动、较低的促销折扣效应和客户向优质服务的转移，包括FibreOP，推动了收入的增长。FibreOP互联网客户增加了1.65万，使FibreOP互联网客户总数在2012年9月底达到9.2万。新增的FibreOP互联网客户包括从DSL和光纤到节点（FTTN）网络迁移到升级服务的现有Bell Aliant客户。这些迁移并不有助于整体高速客户的增长，但越来越有助于提高客户保留率和整体客户ARPC的增长。2012年第三季度的整体高速互联网客户净增量为7500人，使高速互联网客户总数在2012年9月底达到91.36万人，比去年同期增长2.4%。IPTV收入增长10美元

**id 203**

如何在技术讲座周二创建谷歌地图和学习 一位主持人无法参加本周二的技术讲座周二会议，所以在很晚的时候，我绞尽脑汁想了一个话题。我的学生喜欢创建一个个性化的谷歌地图。我们鼓励他们在自己的博客中记录他们在课堂上的全球联系。在谷歌地图上添加图钉或标记是最理想的，因为可以插入或嵌入文字、链接、图片甚至视频，从而创造出丰富的电子档案袋。网络研讨会开始后，乔治亚的博文通过应用分享得到了分享。她在印度、印度尼西亚、美国、日本、俄罗斯等地的地点标记或图钉显示了文字和图像的混合。然后，我简单地展示了如何创建一个谷歌地图，添加一个图钉、一些文字和图片，然后转到其他谷歌应用程序。当我开始演示时，我想如果我创建了地图，并与参与者分享，让他们添加自己的图钉或标记他们的居住地，那么学习的内容会更丰富，因为我们有来自南澳大利亚、维多利亚、新南威尔士、澳大利亚以及加拿大和美国的人。这可以在一时之间成为一门实践课。(学生在课堂上喜欢的那种）。就在这时，由于我以前没有创建过合作地图，所以变得很混乱。我创建的地图被称为 "星期二技术讲座"，然后被公开。在聊天中分享了地图的链接，但参与者不能编辑该地图。以下是这次会议的录音链接。就在那个阶段，我的谷歌地图跑遍了全世界，决定进入一个不断旋转的空间，进入海洋的深处--我就是无法控制它。这变得很 "混乱"，几乎是不专业的。幸运的是，我的优秀同事佩吉-乔治也在场，她接管了应用程序的分享，而我也能够引导她完成这个任务。在参与者的支持下，我们的集体大脑或网络大脑发挥了作用，我们终于能够在每个人身上添加一个我们居住地的针。(除了我！)然后我们开始学习如何在一些试验和错误之后添加图片。来自加拿大的@Soingirl有嵌入视频的代码，但我们没能解决这个问题。然而，Peggy George使用了翻转课堂的方法，并在会议结束后通过发现一个youtube视频解决了这个问题。尽管对她来说已经是深夜了。老师不一定要知道所有的事情。召集一个支持团队，让他们的大脑、知识和创造力发挥到极致，共同解决问题。"动手 "可以很好地工作，每个人都完成一个结果。按照以下步骤创建谷歌地图 登录你的Gmail账户或注册一个账户。点击地图链接&gt;创建地图&gt;去我的地方 点击红色按钮&gt;创建地图 搜索你的位置 右键点击位置&gt;添加图钉或拖动图钉到位置 改变图钉样式（见上面地图中参与者添加的一些不同图钉！） 点击协作--如果你希望与其他人分享地图，以便他们可以添加图钉。对教室里的学生来说是很好的，因为他们不需要注册gmail。选择权限 -- 无论是电子邮件邀请还是允许任何人编辑和/或邀请他人。见下面的屏幕转储 寻找链接图标，点击它，复制并粘贴链接与他人分享，或缩短链接或抓取嵌入代码。将该代码粘贴到博客、维基或其他适当的在线空间的html部分。双击图钉，添加文字。添加图片，抓住嵌入代码，点击html链接，然后选择富文本并保存。请看Peggy在这个帖子上的评论，了解如何添加视频选项。资源 一些现有的google地图 惊人的google跋涉（Peggy George分享） 你可以分享哪些资源？你是如何使用谷歌地图的？欢迎在我们的地图上添加一个针。请在图钉上添加一些文字或图片。你有什么问题吗。不要忘了听这次会议的录音和观看学习。我们希望通过对这个帖子的评论得到任何反馈。

**id 204**

我所要做的就是做梦，做梦......所以，我最近在强迫自己多写点东西，特别是为这个博客。在我写这篇文章的时候，我真的应该早点睡觉，但是我的脑袋喜欢给我一些东西来保持清醒，这个小捣蛋。关于睡眠的问题，有一件事让我非常着迷，那就是梦。它们通常是我睡觉时（或在我醒来时，我想）赖以理清头绪的东西。可能压在你脑海中的关切或忧虑往往会自己发挥出来，当你醒来时，几乎让你对事情有了新的看法。我经常想，梦是否比我们知道的更重要。我有这样一个理论，你做的每个梦都代表你在任何特定的夜晚是谁，这取决于你那天在生活中的位置。那些过着干净的生活，没有真正问题的人（是的，这样的人确实存在）往往不会做噩梦，而我们中那些有未解决的问题或忧虑的人，无论是财务、关系/友谊相关、家庭忧虑等，可能会发现这些忧虑会进入他们的梦中意识，为他们提供各种奇怪的东西来思考。或者是那种在你醒来时让你六神无主的梦。我相信你知道我指的是哪种类型的梦。我给你举个例子。去年我和某人闹翻了。这个人是我多年前认识的，并和我一起喝酒，后来通过Facebook的 "奇迹 "重新认识了他。在一个帖子上的愚蠢评论导致了误解，这导致了那种 "是吗？好吧，去你妈的！"讨论结束后，我们屏蔽了对方，我们可能都在想'真是个混蛋'，然后就没再说话。从那以后，这句话偶尔会出现在我的脑海里，只要足够长的时间，我就会说服自己是正确的，然后继续过我的日子。然后有一天晚上我做了一个梦，梦见我在一个酒吧里（我在戈尔韦时经常去的一家酒吧），他走了进来，直接向我走来，双手掐住我的喉咙。那是一个你不得不把自己踢出去的梦，你知道那种类型吗？很显然，我和这个人闹翻了，这让我很不爽。我还想到，当你把梦的力量与我们身上的罪恶感相平衡时，梦甚至可以被看作是来世的小 "片断"（跟我说说这个）。在这里，我说了。如果你倾向于相信这种事情，你自己的内疚可能正是塑造你来世的东西。来世甚至可能是比我们意识到的更多的内部事物，因为我们都知道，伙计们，我们知道他妈的所有。总之，最近我觉得很烦，就联系了他，为我们激烈地离开对方的网络公司而道歉，他也很高兴地埋葬了仇恨，一切又都好了。一个地狱般的炼狱被避免了!无论你对存在的本质有什么 "宗教 "或精神观点，我只想重申，我们什么都不知道，决定你想如何生活的最好方法是问自己 "我想怎么死？"。当有一天我的号码出现时，我希望已经解决了与我一路走来遇到的任何人类之间的硬伤，足以确保我的最后一个梦是一个足够愉快的梦，以防这个梦变成一个更永久的思想/存在状态。我的下一篇博客将是另一个与梦有关的博客，关于我所经历的一系列非常具体的情绪，这些情绪让我在之后的几天里感到困惑。

**id 205**

试图寻找加拿大的最佳特许经营权可能有点吓人 寻找加拿大的最佳特许经营权？有时，在特许经营的荒野中，最好的并不是最明显的。就像任何值得追求的东西一样，彻底的调查和市场研究是必须的，这可能会给坚定的研究者带来一些可怕的细节。另一方面，你可能会发现你以前的看法在现实中没有真正的依据。动物王国可以提供一个比喻，它往往与特许经营的商业世界相类似。大自然的教训 大多数动物的食肉动物喜欢他们的饭菜是热的和新鲜的--活的--直到他们自己杀了人。负鼠已经进化出一种技巧，以甩开大多数捕食者。它知道捕食者的喜好，所以装死，直到危险过去。然后，它埋头苦干，肥胖、健康、快乐，毫发无伤。千鸟是一种在地上筑巢的鸟，具有得天独厚的演技。当感觉到对它的蛋或幼鸟的威胁临近时，千里光鸟会假装折断翅膀，并大声叫喊，试图引开威胁的捕食者。由于注意力集中在一个可能的简单杀戮上，鸟儿将敌人引到离巢穴更远的地方。一旦动物逼近鸟儿，它就带着两个健康的翅膀飞走了。要找到最好的特许经营权，不要依赖显而易见的东西 你在加拿大寻找最好的特许经营权，可能会让你找到一些千里马。华丽的特许经营店，穿着霓虹灯和爆炸性的营销，可能隐藏着一些东西--一个与营销活动不相称的底线。吸引力是诱人的。它可能是一个前期成本低的特许经营权，一个能引起注意的营销活动，但一旦特许经营人上钩就会飞走。抛开闪光灯、噪音和在市场上轻松赚钱的吸引力。自然界可以愚弄那些贪婪的食肉动物，寻找轻松的食物。华而不实的营销技术也能把懒惰的投资者拉进陷阱。勤奋研究，而不是寻找快速和容易的东西。加拿大最好的特许经营权可能是沉睡者 在耐心的观察下，安静的负鼠可能会苏醒过来，蠢蠢欲动。通过证明他们还活着，那些假装安静的人可能是带电的，或者是加拿大最好的特许经营权之一，准备在现场爆发。这些沉睡者很可能是在为他们的底线工作，直到积累了足够的资金和加盟商，通过精心策划和平衡的营销活动将他们推向聚光灯下。不要走过那些看起来昏昏欲睡和安静的人。调查他们的历史、销售和他们所能提供的东西。你可能忽略了一个写满未来成功的底层机会。从大自然中得到一些提示。一切都不是看起来那样。当涉及到特许经营投资时，不要着急，要有耐心，要有鉴别力。安静可以像大张旗鼓一样具有欺骗性--以非常令人惊讶的方式。关于作者，CFO团队 加拿大特许经营机会团队是一个专门小组，其主要目的是帮助那些探索特许经营作为一种潜在的商业模式的人提供信息。我们相信，通过教育，我们可以帮助潜在的特许经营人在评估、选择和购买特许经营权时做出更好的决定。

**id 206**

巴布亚新几内亚政府正在努力制止由对巫术和女巫的深刻信仰带来的暴力。对巫术和女巫的恐惧在巴布亚新几内亚社会中根深蒂固。每年都有数百人作为女巫和巫师被谋杀，其中许多是妇女。现在，政府已经同意尝试找到一种方法来阻止这种令人不安的做法。巴布亚新几内亚宪法和法律改革委员会ERIC KWA博士：他们被用灌木刀砍伤，有些人实际上是被烧死的，也许当他们在房子里睡觉时，他们会烧毁房子，或者有些人甚至把煤油或汽油倒在他们身上，然后烧死他们。巴布亚新几内亚国家博物馆和美术馆安德鲁-穆图博士：我们认为，通过教育、现代化和传教，如果我们放弃异教，或者如果我们放弃与基督教以外的宗教信仰的任何联系，我们也可能放弃巫术。但是，我们越来越现代化，对上帝和圣经的事情越来越认真，并没有使我们放弃对巫术的信仰。SEAN DORNEY：卡罗尔-基杜夫人，现在是巴布亚新几内亚的反对党领袖，她是已故布里-基杜爵士的遗孀，他是第一位土著首席法官。巴布亚新几内亚反对党领袖卡罗尔-基杜夫人：我记得我已故的婆婆曾经对我这个年轻女人说过，和布里一起去参加他的活动。她常说（巴布亚新几内亚语）"瓦达不会伤害你，巫术不会伤害你，所以你可以成为布里的保护伞"。它是如此深刻，是的。你知道他们觉得，因为他身居高位，是首席法官，她担心她的儿子，担心他可能成为巫术的目标。当然，当他死后，家人认为他已经成为巫术的目标。SEAN DORNEY：澳大利亚殖民政府试图通过在1971年引入《巫术法》来解决这种对巫术的深刻信仰。定罪的情况很少，因此人们声称有理由对付那些他们认为是邪恶的人。安德鲁-穆图博士。他们做他们认为正确的事情。他们做他们认为在这种情况下是合理的事情，试图纠正错误。DAME CAROL KIDU：现在还涉及其他事情，比如贪婪，收购人们的财产和土地，各种事情都可能与这一切有关，利用--杀死巫师作为收购土地的理由。所以需要对它进行调查，我们需要研究如何处理它。这是一个非常复杂的问题。SEAN DORNEY：对神灵的信仰和某些人通过施展魔法伤害他人的力量，是巴布亚新几内亚860个语言群体中许多人的传统文化的根本。最近，法律改革委员会主席、高地政治家乔-梅克-泰恩的突然死亡，甚至被一些人认为与巫术有关。尽管如此，该委员会仍在继续工作，试图为越来越多被指控为巫术的人被谋杀这一令人不安的趋势找到解决办法。埃里克-夸博士是法律改革委员会的秘书，他认为解决这个问题的最简单方法是取消整个《巫术法》。埃里克-夸博士：因为我们现在已经同意的一个结论是，这是一个精神问题，法律不能处理精神问题。这是很难作为证据来证明的。Dr Andrew Moutu:我认为这绝对是荒谬的。我们仍然会在这里杀人，我认为法院和法律改革委员会必须找到一种方法来勇敢地处理巫术问题。SEAN DORNEY：法律改革委员会希望将巫术问题留给在社区一级运作的乡村法庭。法律改革委员会使用的另一个论据是，那些因杀害被指控的巫师而被定罪的人往往会被减刑。ERIC KWA博士：这是一个减刑因素。好吧，我们是说，'不，你杀了人，你必须因谋杀、故意谋杀、谋杀未遂、严重的身体伤害或任何东西而被抓住，你必须以这个罪名被抓住。SEAN DORNEY：委员会的研究显示，受害者主要是老年妇女

**id 207**

博客文章导航 如何免费赠送你的应用程序来赚钱!一个应用程序不是一个虚荣的做法，它应该帮助你的公司赚钱。在你开始开发你的应用程序之前，你需要决定如何使其货币化和营销。但是，有许多不同的方法来开发应用程序的收入来源 -- 哪一个是适合你的公司？对一些公司来说，一种被证明非常有效的方法是免费赠送他们的初始应用程序。这不是一个万无一失的方法，但如果操作得当，它可以帮助你的应用程序形成病毒，并引起人们对你公司的兴趣。但是，正确的方法是什么？你最终将如何让你的应用程序带来收入来源？你应该明白的第一件事是，仅仅使你的应用程序免费并不能保证有很多人下载它。外面有大量的免费应用程序，而人们的手机内存只有这么多。因此，当你把你的应用程序上传到Android或iPhone应用程序商店时，你必须确保它被注意到。这意味着你必须为你的应用程序写一个引人注目的描述，然后确保人们对它发表积极的评论。你可以先发布自己的评论，但你也应该想办法鼓励你的用户发布他们自己的评论。你的描述越好，好评越多，就会有更多人注意到并下载你的应用程序。一旦应用程序被推出，你确实希望人们最终给你钱。这方面的关键是在你的免费应用程序内有购买行为。对于一个游戏应用来说，这可能意味着额外的关卡需要付费才能获得。对于其他应用程序，这可能意味着人们可以选择通过你的应用程序购买你的产品和服务。无论怎样，你需要在你的应用程序中设置一些东西，激励人们在下载后进行购买。你也可以为你的应用程序创建两个不同的版本--一个是免费的，另一个是付费的改进版。这在创建应用程序游戏的公司中非常流行。精简版通常有有限的选项和水平，但足够有趣，让人们沉迷于此。然后，当他们想玩得更多或卡在某个关卡时，他们会愿意升级到付费版本，这样他们就有更多的选择。最后，你可以在你的应用程序中插入付费广告。有许多公司愿意向应用开发者付费，在应用中插入广告。他们知道，人们经常使用应用程序，并希望获得额外的曝光。因此，看看你是否能找到愿意让你在免费应用中插入产品的人。

**id 208**

阿德莱德中央市场 作者：Christine Salins 2012年11月7日 阿德莱德人是多么幸运，在他们的中央商务区中间有一个奇妙的中央市场？"它是南澳大利亚的心脏，"摊主马克-格里森（Mark Gleeson）说，他告诉每个愿意听他说话的人这是个宝藏。"每年有八百万人访问这个市场，而且它已经经营了150年。它是南澳大利亚州农产品的一个展示平台"。马克（右）主持了一个非常受欢迎的中央市场之旅，并直言不讳地表达了他对市议会拥有的市场应该如何经营的看法。他决心让市场保持其本色，所以他也经常强调需要有多样化的摊主来销售符合道德标准的可持续产品。他很重视当地的产品，他自己的摊位Providore，出售由当地家庭厨师制作的甜食和咸食的美妙选择。普罗维多的杏子和杏仁酱是由同一个女人为他们制作了20年。苹果碎屑和苹果派是由阿德莱德山的一位妇女制作的，她种植苹果并从头开始制作糕点。普罗维多的杀手锏西西里苹果蛋糕是由一位当地的意大利人用焦糖苹果、柠檬、亚麻籽和苏丹果制作的。在2012年 "吃喝博客 "活动期间，我在市场周围走了一圈，遇到了一些摊主，他们和马克一样，对市场充满热情。酸奶店于2004年开业，是澳大利亚第一家新鲜酸奶店（现在它在阿德莱德有九家店，还有一个批发部，销售到全州）。他们的酸奶是杯中之物--不含人工色素、香料、甜味剂、防腐剂、添加剂和增稠剂。我们品尝了Vegas Poultry公司提供的多汁的泰式番荔枝鸡肉，并对他们的鸡肉、菠菜和亚麻籽香肠赞不绝口。这些鸡在宽敞的乡村围场里自由漫步，用当地谷物喂养，当它们去见它们的制造者时，它们非常高兴。Gourmet To Go的店主Paul和Irene Noakes尽可能地销售素食主义者的产品，他们喜欢专注于精品生产商，最好是来自南澳大利亚的生产商。他们出售的面包来自塔南达（Tanunda）著名的Apex面包店、巴克山（Mount Barker）的Brezel Bakehouse和Rheinland面包店，所有这些面包都值得我们在品尝的极品金桔果酱上大吃一通。保罗和艾琳设法将170多种产品挤进他们的小店，包括酱料、果酱和酸辣酱、芥末、茶、甜酒和一种真正启动了一天的饮料......"Bling"，一种不含酒精的起泡麝香葡萄酒。我一直很喜欢中央市场（除了它在一个屋檐下，有一种伟大的社区感），它所提供的奶酪和小商品的种类令人难以置信。Leo's Cheese Bar销售120多种奶酪，并且是Woodside和Udder Delights等本地生产商的骄傲支持者。O'Connell and Sons公司有最棒的火腿供人品尝，而Barossa Fine Foods公司则自豪地展示了其鸭肉冻、烟熏和牛、荷兰烟熏牛肉和bauernschinken（上图）。共同拥有人Barbara Knoll说，他们对一切从头开始的做法感到自豪，包括给鸡去骨和自己做汤。葡萄牙出生的何塞-库蒂尼奥（Jose Coutinho）和他的伙伴帕斯卡琳-马奇（Pascaline Marchi）（下图）使用传统的手工方法来生产他们的圣何塞小商品，他们的奉献精神得到了回报，获得了一系列的展示奖牌。他们的香肠经过五周的陈酿，在南澳大利亚州享有盛誉，而他们入口即化的果酱需要12至14个月的时间来生产。他们的所有产品都只使用南澳大利亚的母猪肉。Lucia's Pizza & Spaghetti Bar成立于1957年，据说是阿德莱德的第一家披萨店 -- 这就是一些历史。去年，"蘑菇人 "也创造了历史，在阿德莱德山收获的澳大利亚第一批野生牛肝菌在市场上出售。蘑菇人Marco Marinelli来自一个在市场上摆了几十年摊位的家族，我必须为他们神奇的牛肝菌盐（他们也做松露盐）插上一脚。我的口哨

**id 209**

当共和党人拿下参议院和总统职位，政府开支停止，企业开始招聘，收入增加，正确的工具到位（平衡预算修正案，税收改革，监管改革），不再让政府毁掉美国，整个方程式就会改变。按照目前的支出速度，到2021年，估计会有20万亿左右的赤字。到2015-2016年左右，它将是18-19万亿。到2013-2014年，国会将不得不再次提高债务上限。我希望美国人能够醒过来....我们有一个债务问题，而我们选出来的那些白痴觉得提高债务上限是解决我们的债务问题的办法......这不仅是领导力和常识的失败，也是爱国主义的失败。一个真正的爱国者不会把自己的国家花到财政上，并强迫他们的孩子/孙子为他们的不负责任买单。华盛顿需要新的领导层，进行彻底的改革--将他们全部淘汰。

**id 210**

注意臭虫：如何处理这些害虫 我希望你不是睡在浴缸里，压力大到流泪，睡眠不足，浑身都是痒痒的红色咬痕和伤痕 -- 这是臭虫的功劳。注意这些吸血的害虫，因为它们在不列颠哥伦比亚省--特别是低陆平原--正在增加。西区和东城区是受影响最严重的地区，而且这种虫子目前正在向独立住宅和温哥华的高档社区以及郊区进军。2011年，在整个低陆平原的图书馆书籍中也发现了活的臭虫，导致图书馆管理员扔掉书籍并关闭分支机构，以阻止臭虫的传播。预计臭虫问题将进一步恶化。在北美，这种虫子的数量在过去十年中增加了500%至600%，企业和房主每年要花费数十亿美元来处理这种爆发。虫害发生在家庭、酒店、旅馆、医院、游轮、飞机、火车、学校和长期护理设施。不列颠哥伦比亚省需要一个广泛的战略来解决日益严重的臭虫问题。安大略省最近承诺提供500万美元，帮助公共卫生机构解决这个问题，而马尼托巴省宣布了一项臭虫战略，每个城市都将参与其中。由于臭虫问题，加拿大西部和滨海省的一些床垫零售商已经终止了换货政策。臭虫是小昆虫，有椭圆形的扁平身体，没有翅膀。成年臭虫大约有五到七毫米长（约为苹果种子大小）。它们是棕色的，但在进食后会变黑为血红色。它们可以在没有食物的情况下生活一年以上。年轻的臭虫（若虫）看起来与成虫相似，但体积较小，颜色较浅。臭虫卵是白色的，大约一毫米长，在大多数表面上很难看到。雌性臭虫一生中会产下大约200个卵，每天产卵2至7个。卵产在裂缝和缝隙、木制品后面和其他隐蔽的地方，通常在六至十六天内孵化。臭虫通常在夜间出来觅食，被我们呼出的二氧化碳所吸引。成虫和若虫都以人和动物的血液为食。臭虫的叮咬可能不会立即被注意到，因为它们通常在夜间人们睡着时进食。臭虫不会传播任何已知的人类疾病，尽管偶尔被咬可能会被感染。臭虫喜欢它们容易藏身和经常进食的地方，如睡眠区。它们薄而扁平的身体使臭虫能够藏在极其狭小的空间里，如墙纸下面、画框后面、电源插座里、箱形弹簧里面和床垫垫子里。它们很难爬上金属或抛光的表面，也不能飞或跳。当你旅行时，你如何防止把臭虫带回家？在旅行中采取以下预防措施，有助于确保在酒店里没有虫子，并防止臭虫带回家。 在携带行李、宠物或其他物品进入房间之前，先检查房间。不要把你的行李放在床上。将其放在瓷砖地板上，远离任何软垫表面。一旦你检查了行李架，就把行李放在行李架上，而不是拆开你的物品，把它们放在抽屉里。 检查睡眠区。慢慢抬起床垫的每个角落，检查床垫和箱弹簧的褶皱和绒毛，床头板后面，以及床后面的墙壁，枕头、床罩和床裙，床架和床腿。不要在床下存放任何东西。在你坐下来之前，检查任何椅子。 旅行结束后，打开衣物包装，检查个人物品，如发卡和化妆盒。旅行回来后立即用热水清洗所有的衣服和织物物品，不管你是否穿过它们。如何防止臭虫进入你的家？遵循这些步骤可以帮助减少臭虫在你家里滋生的几率。 小心你带进家里或购买的东西。检查你第一次带进家里的每一件物品，包括二手书。

**id 211**

虽然 "必要的 "程序通常已经到位，但基本的东西似乎常常被忽略。似乎在总部的象牙塔中设计的方案和倡议有能力失去重点和方向。倡议本身不可避免地成为一种目的，而不是达到目的的手段（通常是更多的客户、更多的销售或更多的利润）。公司的近视眼变得根深蒂固，因为直接报告会倾向于将积极的一面反馈给他们的上级。任何新的举措都会由那些编写/设计你所取代的举措的人设计。多么讽刺啊？培训部被拉来写一个新的培训计划，以取代他们写的最后一个计划。新的产品开发团队被要求寻找一个更新、更好的产品，你明白我的意思。我们最终得到的是更多的老一套的东西。较小的企业有能力做同样的事情。为了改变而改变，或者更糟糕的是，天真的认为你是对的，而他们是错的，这种想法弥漫在许多企业中。那么，我们应该从哪里寻找大部分的答案呢？与你的客户交谈，就这么简单。让主管们到商店里去，让他们听到销售员说产品是垃圾，让主管们在酒店的接待处呆上一天，听听顾客的真实想法，让经理们在顾客试图浏览他们的双胞胎和在你的超市购物时跟踪他们。站在顾客的立场上的一天......？我记得几年前的一次谈话（当时我还在展览组织领域），谈到了互联网的崛起和它给展览和展会/活动组织世界带来的不确定性。展会将受到互联网产生的可能性的影响，降低参观者和参与者的数量，最终导致成功的展览 "标题/主题 "关闭。贸易展、消费者展览、B2B展会仍然是任何企业家或 "经理 "与他们的 "客户 "接触的最佳方式。 最有效的是，它允许在一个非常短但密集的时间内真正深入到你所服务的人的话语中去。另一方面，客户可以通过邀请他们参加贸易展来重新建立关系或恢复失去的关系，使他们感到 "被倾听"。这仍然是一种奇妙的方式，以一种更非正式的方式让各方参与进来。

**id 212**

后台导航 观点很重要？脸红、玫瑰、粉红，这些都是可爱的词，但当与葡萄酒的世界联系在一起时，许多人看着你会皱眉头。是的，白仙粉黛是一种垫脚的葡萄酒，一旦你尝到了 "真正 "的葡萄酒，你就会放弃它，是的，你可能会把它与金发黑根的白人妇女联系起来，她们最喜欢的节目是《单身汉》，紧随其后的是《甜蜜蜜》。但是，所有粉红色调的葡萄酒真的要被歧视吗，因为曾经有一个势利眼认为它不值得？Oxley，位于ViewPointe和Cooper's Hawk之间。我们停车后看到他们设立了一个很好的餐厅，并且只专注于三种葡萄酒，一种红葡萄酒，一种白葡萄酒和一种玫瑰葡萄酒。我们选择了一张靠窗的桌子，因为太阳晒得很厉害，特别热。墙壁被刷上了一层新的白色，吧台也很光滑。总之，他们的品酒会分别介绍了这三种葡萄酒，白葡萄酒是一种雷司令葡萄酒，相当不错。我相当喜欢它。他们的红葡萄酒也很好。然而，他们的玫瑰酒很精致。这到底是怎么回事？我已经有10年没有喝过玫瑰酒了。我在学习了葡萄酒和在高级餐厅工作之后，正式决定那是没有经验的人喝的东西。我的意思是，真的，玫瑰酒？腮红？一种粉红色的葡萄酒？我真是太不自量力了。现在让我们想一想：我怎么会变成这样一个势利眼？这是什么时候发生的。如果某样东西是好的，谁做的，或者它看起来像什么，或者它不是精制的，这有什么关系呢？看在上帝的份上，我吃麦当劳，这应该证明在现实中我并不高于任何东西。正如你所看到的，我是在象征性地吃了我的话，呃，我是说我真的喝了它们。另外，今年不是有一个大趋势吗？名流们不是一直在喝吗？如果名人都不喝，我怎么能喝呢？下一次，我决定不喜欢某样东西，因为 "它不酷"，我将记住这一刻，以及我是如何买了一瓶玫瑰酒的！"。此外，如果杰西卡-阿尔巴能喝它，我想我也能。哦，如果你想在安大略省找点事情做，可以去南部，参加葡萄酒之旅，住在一个古朴的民宿里。你不会后悔的。人们对西南部的看法太差了，现在是人们离开GTA的泡沫并尝试它的时候了。

**id 213**

如何做反握式卧推 如果你的卧推收益陷入困境。那么在接下来的4-6周里，不妨尝试一下反握式卧推，以帮助刺激一些新的肌肉增长!一般来说，当你开始一项新的运动或锻炼程序时，你会取得良好的进展，你将能够在一周内增加你所举的重量。但几周后，你会发现你不再有稳定的进展，最终你可能会发现自己在举起以前轻松举起的相同重量时很吃力。如果你有记录你的训练日志，你很可能可以发现这种趋势。例如，当你开始一项新的锻炼时，第一次锻炼你基本上只是走走过场，学习如何正确地做这个锻炼。第二次训练时，你可以做得更重一些，但你仍在努力掌握技巧。到第三次训练时，你会对练习有很好的感觉，并能举起更重的东西。此后的每次训练，你都能在连续几周内稳定地提高力量。但最终你的收益会开始趋于平稳。避免这种陷阱的关键是每隔几周改变你的主要肌肉群练习。这样你仍然可以努力锻炼肌肉，并在你的身体适应锻炼之前通过加强不同部位的肌肉来取得持续的进步。每隔几周改变练习的另一个关键好处是，通过用不同的动作和不同的角度锻炼肌肉和关节，你可以避免因做重复性动作而造成的伤害。反握卧推是一个很好的卧推辅助练习，可以锻炼卧推时使用的肌肉，并帮助加强平举杠铃卧推，而不需要实际做练习。因此，如果你经常做普通的杠铃卧推，但却没有什么收获，不妨试试这个练习。观看下面的视频，了解如何做反握卧推...注意：如果你不能观看上面的嵌入式视频剪辑，你可以在我的YouTube频道上观看，点击这里 第二部分 -- 这是第一个视频的后续视频...注意：如果你不能观看上面的嵌入式视频剪辑，你可以通过点击这里在我的YouTube频道上观看 反握卧推对胸部和肱三头肌有很大的作用，但并不像普通的握力卧推那样涉及很多肩部旋转。这是一个很好的辅助练习，可以帮助突破卧推的高原期。研究还表明，反握卧推对上胸肌的锻炼程度比使用普通的反手握力要大。因此，如果你的胸肌上部是一个顽固的区域，那么这也许是你想在你的胸部锻炼中纳入的一个常规动作。我通常不建议在史密斯机上做练习，但这是一个例外。铁匠机将迫使你在一条直线上压杠，使你更容易、更安全地架起重量。你需要将长凳滑到比你平时做反手握力卧推时更高的位置。把你自己放在长椅上，让你把杠子降到你的上腹部。当你把杠子压上去时，你应该感觉到你的胸部和三头肌在用力收缩。坚持做这个练习，作为胸部锻炼的主力军，坚持4到6周，然后你就可以带着更多的力量回到常规的胸部、肩部和三头肌锻炼中去，并帮助你把按压力量提高到一个新的水平。记录下你所做的重量、组数和次数。每次锻炼都要尝试击败你在上一次锻炼中的表现。可以通过每周增加5-10磅或进行更高的次数。如果你想获得更多提高卧推力量和肌肉发展的锻炼技巧，那么就请你去买一本《冲击你的板凳》电子书，网址是：www.BlastYourBench.com 《冲击你的板凳》力量和肌肉锻炼手册已经帮助成千上万的人在最短的时间内将他们以前的个人最佳举重吹出水面，建立坚实的自然肌肉群什么是一堆废话，伤害？我经常做这种运动，它真的增加了我的肱三头肌和胸肌的厚度和大量的肉!这甚至是李的老本行，因为我很久以前就从他那里学到了这个动作。

**id 214**

Bryony Gordon评论了《年度犹太母亲》的第一部分，第四频道正在寻找终极犹太母亲，从组织成人礼开始。年度犹太母亲》（Channel 4）就像《英国下一个顶级模特》和成人礼之间的交叉，但不知为何，它设法摆脱了这两者中的任何浮华或魅力。前提很简单：选取八位犹太母亲 -- 或 "母亲"，正如一位精明的人所称的那样 -- 让她们通过一系列的家务劳动进行竞争。但是，这些母亲们大多像我亲爱的祖母的腌鱼球一样不合胃口，她们用凉菜汤和派对气球折磨对方，争相为某个可怜的男孩举行成人礼，而这个男孩的父母从他出生那天起就一直在为这个场合做准备。有一些奇怪的有趣时刻 -- 厨师赫斯顿-布卢门撒尔(Heston Blumenthal)来试吃蛋糕，看起来他可能会晕倒；其中一位犹太母亲看起来很慌张，问他。"怎么了？你能喘口气吗？-- 但是，在巨大的陈词滥调的压力下，整件事情变得平淡无奇。做出了一些奇怪的决定：为什么要摆脱来自爱尔兰的犹太单身母亲，她是那里唯一有趣和有吸引力的人物之一？历史学家多维德-卡茨（Dovid Katz）在节目中担任评委，浪费了他的时间干什么？

**id 215**

所有的组织最好都有一个愿景和使命声明，以帮助制定他们的战略计划，帮助他们实现组织目标。在当今快速变化的情况下，一个组织需要提出一个愿景，这将有助于促进该组织的增长和扩张计划。当组织是一个小型企业时，这就更有必要了，因为小型企业拥有最大的灵活性，并且会发现更容易将它融入他们的核心功能。组织可能会质疑对信息技术的关注，因为通常情况下，信息技术的功能是一个推动者，而不是一个不可缺少的工具。这样的组织更需要一个IT愿景。在今天的竞争环境中，信息技术的作用是一个商业驱动力，而不仅仅是一个推动者。到目前为止，信息技术的作用是一个支持系统，大多数组织将他们的IT需求外包，并集中精力于他们的核心竞争力，最终产生业务。一个组织的需求按其相对重要性的顺序可分为。功能性需求，如研发 常规事务性需求 内容管理需求 工作流程需求 基础设施需求。基于这些要求，能够满足这些要求的各种IT功能可以分阶段实施，或者整合到企业的核心竞争力中。一个组织也可以选择将这些要求外包给咨询公司或BPO。随着该计划的实施，好处将开始显现。相应的好处是。业务流程得到自动化 业务流程得到简化 知识管理在组织内发生。因此，对于任何想要在竞争中保持领先地位的组织来说，IT规划已经成为规划过程中的一个重要部分。将此页面添加到您最喜爱的社会书签网站上

**id 216**

本次研讨会是查塔姆大厦研究项目的一部分，该项目探讨美国在亚太地区的防务和安全关系可能需要哪些修改或转变，以应对不断变化的权力分配和对美国利益的未来威胁范围。该研究考察了美国在该地区的联盟现状，并询问美国是否专注于正确的威胁，是否有正确的关系来应对这些未来的挑战，以及新的伙伴关系可能如何改变该地区的政治动态。在一天的时间里，在三个连续的会议中，研讨会将致力于解决三个主要议题。

**id 217**

他们发现石头滚开了--在他们到达坟墓之前，上帝的使者已经这样做了，马太福音28:2：在这种情况下，我们不能不说，当人们对上帝有强烈的信心时，障碍物不会阻碍他们去做他们有理由相信他所要求的事情；他们把清除障碍物的工作交给他：结果是什么呢？他们舒服地走在路上，所有的困难都在他们面前消失了。他们发现坟墓上的石头滚开了。约瑟把石头放在那里，是为了保障身体的安全，而且是在这些妇女的眼皮底下；这让他们很担心，因为他们都是妇女，谁会为他们滚开石头呢？24:1-12 请看在基督死后，妇女们对他表现出的感情和尊重。当她们发现石头被滚开，坟墓是空的时，请注意她们的惊讶。基督徒常常为他们应该安慰和鼓励自己的事情感到困惑。他们宁可发现他们的主人穿着坟墓里的衣服，而不是天使穿着闪亮的衣服。天使向他们保证，他已经从死里复活了；是靠他自己的能力复活的。这些来自天上的天使并没有带来任何新的福音，而是提醒妇女们注意基督的话语，并教他们如何应用这些话语。我们可能会奇怪，这些门徒相信耶稣是上帝的儿子，是真正的弥赛亚，他们经常被告知他必须死，然后复活，再进入他的荣耀，他们不止一次地看到他使死人复活，但却如此落后地相信他自己复活。但我们在宗教上的所有错误都源于对基督所说的话的无知或遗忘。彼得现在跑到墓穴前，他最近一直在逃避他的主人。他感到很惊讶。有许多事情对我们来说是令人费解和困惑的，如果我们正确地理解了基督的话语，这些事情就会变得简单和有益。路加福音24:1一周的第一天，清早，妇女们拿着她们所预备的香料，到了坟墓那里。路加福音24:3但是他们进去的时候，并没有发现主耶稣的身体。约翰福音11:38 耶稣再一次深受感动，来到了坟墓前。那是一个山洞，洞口横着一块石头。约翰福音11:41 他们就把石头搬开。耶稣抬头说："父啊，我感谢你，你已经听见我了。约翰福音20:1 第一日清早，天还黑着，抹大拉的马利亚到了坟墓前，看见门口的石头已经搬开了。

**id 218**

USB 3.0连接器性能良好 前后保留了以前USB版本的所有功能，同时升级了性能和电源管理，该公司的USB 3.0连接器符合USB-IF的所有标准。它支持高达5Gb/s的数据速率，性能比USB 2.0提高10倍。显然，该组件向后兼容USB 2.0，同时通过消除设备轮询和减少活动和空闲电源需求，提供优化的电源效率。它支持150毫安的单位负载和最多六个单位负载。TYCO ELECTRONICS公司，宾夕法尼亚州哈里斯堡。(877) 623-4766.

**id 219**

从日期时间值中剥离时间的最常见需求是获得所有代表在某一天发生的订单（或访问，或事故）的行。然而，并不是所有用于这样做的技术都是有效的，甚至是安全的。TL;DR版本 如果你想要一个性能良好的安全范围查询，请使用开放式范围，或者对于SQL Server 2008及以上版本的单日查询，使用CONVERT(DATE)。并非所有的方法都是安全的 这种方法有几个问题，但最明显的问题是今天的 "结束 "的计算 -- 如果基础数据类型是SMALLDATETIME，那么结束范围将被四舍五入；如果是DATETIME2，理论上你可能会错过一天结束时的数据。如果你选择分钟或纳秒或任何其他差距来适应当前的数据类型，如果数据类型以后发生变化，你的查询将开始有奇怪的行为（说实话，如果有人改变该列的类型，使其更多或更少的颗粒，他们不会跑来检查每一个访问它的查询）。必须根据底层列中的日期/时间数据的类型来编写这样的代码，这是很零散的，也是很容易出错的。为此，使用开放式的日期范围要好得多。但我想比较一下我在外面看到的一些比较常见的方法的性能。我一直使用开放式范围，自从SQL Server 2008以来，我们已经能够使用CONVERT(DATE)，并且仍然利用该列上的索引，这相当强大。我对每种方法都做了三次，它们都在34-38秒的范围内运行。所以严格来说，在内存中执行操作时，这些方法的差异可以忽略不计。更详细的性能测试 我还想用不同的数据类型（DATETIME、SMALLDATETIME和DATETIME2），针对集群索引和堆，以及有无数据压缩来比较这些方法。所以我首先创建了一个简单的数据库。通过实验，我确定处理1.2亿行和所有可能产生的日志活动（并防止自动增长事件干扰测试）的最佳大小是一个20GB的数据文件和一个3GB的日志。这里我们看到，转换到日期和使用索引的开放式范围是表现最好的。然而，面对一个堆，转换为日期实际上需要一些时间，使得开放式范围成为最佳选择（点击放大）。这里是第二组查询（同样，对每一种表类型重复）。重点关注有聚类索引的表的结果，很明显，转换为日期是一个非常接近于选择原始数据的表现（点击放大）。(对于这组查询，堆显示了非常相似的结果--实际上是没有区别的）。结论 如果你想跳到标题，这些结果表明，在内存中的转换并不重要，但是如果你在离开表的途中转换数据（或者作为搜索谓词的一部分），你选择的方法会对性能产生巨大的影响。在任何情况下，转换为日期（单日）或使用开放式的日期范围将产生最好的性能，而目前最流行的方法--转换为字符串--绝对是糟糕透顶。我们还看到，压缩可以对存储空间产生相当大的影响，而对查询性能的影响非常小。对插入性能的影响似乎取决于表是否有一个聚类索引，而不是是否启用了压缩。然而，在有聚类索引的情况下，插入1000万条记录所需的时间有明显的增加。这是需要记住的，并且要与磁盘空间的节省相平衡。显然，还可以进行更多的测试，使用更多的、不同的工作负载，我可能会在未来的文章中进一步探讨这个问题。谢谢Madhivanan，抱歉在你指出之前我没有看到你的帖子。我没有想到要试一下FORMAT()，但我很高兴你发现它的性能很糟糕。在有限的测试中，我只发现它差了20%左右 -- 你的似乎更明显。我没有发现CAST和CONVERT之间有什么不同 -- 我想知道你的答案。

**id 220**

第五章 约翰 1821-1891 丽贝卡-科克伦 1820-1880 结婚 1842年 塞缪尔-科克伦 1844-1914 约翰 1845-1923 约瑟夫-詹姆斯 1847-1915 玛格丽特-科克伦 1850-1934 伊丽莎白-林赛 1852-1913 莎拉-丽贝卡 1854-1918 约翰-麦基和伊丽莎的第二个儿子以他父亲的名字命名。他于1821年出生于科斯昆，被送入格拉斯哥大学学习牧师课程。1841年，他从那里毕业，获得硕士学位，同年被德里长老会任命为牧师，并接受了法汉教堂的召唤。法汉位于伦敦德里北部，靠近福尔湖。他一直负责法汉教会，直到他去新西兰。他与约瑟夫-科克伦（Joseph Cochrane）的女儿丽贝卡-科克伦（Rebecca Cochrane）于次年在克里斯劳莫（Chrislaughmore）举行了婚礼。庄园位于卡恩沙纳（Carnshanagh）。在我们开始叙述的时候，他们的家庭已经增加了塞缪尔-科克伦（他和多尔卡斯一起上学）和约翰。托马斯在1849年9月写信回家，为约翰牧师来奥克兰制定了计划。"爱尔兰长老会希望有一位他们自己国家的牧师"。然而，在这一时期，约翰牧师确实考虑过离开爱尔兰，就像家庭的其他成员一样。到了第二年的9月，托马斯非常热切地写信给约翰，希望他立即出来。他甚至冒着他的兄弟应该在没有母教会赞助的情况下出来的想法。同年12月，他再次写道："现在我希望并相信你会毫不犹豫地出来"。约翰-麦基（John Macky）听到这个提议后，有些不以为然--"如果没有得到教会的召唤，他就去了，这将是一个很大的不确定性"。1851年，丽贝卡的妹妹凯蒂（Kitty）已经离开，加入了托马斯的行列，这部分人对去新西兰的任何不情愿都消失了。时间过去了，但托马斯并没有放弃将约翰牧师带到奥克兰的决心--"国家有一个紧急的召唤"。"我们想要的是一位人们会相信是长老会的牧师"。然而，当时他的努力是徒劳的。1852年底，约翰牧师被邀请 "到大马士革的犹太人那里去"。约翰拒绝了托马斯的邀请，在他看来是明智的，他拒绝了托马斯的邀请，没有教会的祝福，自己主动出来了。但他确实尝试了，而且最终以正统的方式成功了。1853年12月28日，他得到了爱尔兰长老会传教士委员会的祝福。他赶紧通知他的兄弟们，并做了一切安排，以确保在 "开士米 "号上有一个船尾舱，于1854年3月启航。他甚至还伸出援手，催促约翰-麦基处理农场的事宜。他为处置自己的农场做了安排，并要求詹姆斯为他在奥克兰购买一个农场。这样，我们就来到了书面记录的末尾，他和他的年轻家庭的到来已经被记录下来。这些人现在是塞缪尔-科克伦、约翰、约瑟夫-詹姆斯、玛格丽特-科克伦和伊丽莎白。他的第一次布道是在他到达的当天早上在圣安德鲁教堂宣讲的。此后，他 "充满生机和活力 "地开始了他的乡间工作，其中心是奥塔胡胡。同一天下午，他在塔玛基河边的贝尔德商店再次讲道。今天，人们可以看到一个谷仓，他曾在那里讲过几年的道，讲坛还在原地。木制品上刻着 "1858年 "的日期。这可能是后来的一个礼拜场所。从那时起，他发展了他的职责，并在豪威克（Howick）和潘穆尔（Panmure）开设了教堂，进行周日礼拜，并在一周内在滑石溪和怀罗阿进行礼拜。1853年，考虑到他的父亲要来新西兰，James获得了31号区。约翰牧师到达后，詹姆斯将这块土地转让给他，面积为63英亩。这里是塞勒姆，这个家后来成为他们家好客的代名词，也是许多人的天堂。詹姆斯还送给他杰克，那匹忠实的老马，随着他眼睛越来越瞎，成了他的第二个自己，带着约翰牧师走了27年的知名道路。他的悼词经常被写成这样，以至于

**id 221**

模拟城市》印象：通过Glassbox镜头的生活 《模拟城市》见证了这个标志性的模拟经营项目在2013年的回归。VG247的戴夫-库克(Dave Cook)看到了游戏的运行情况，并与Maxis谈论了它的盛大回归。生活中充满了连锁反应。如果你得到一份更好的工作，你会赚更多的钱。这些钱将帮助你购买更好的东西，反过来，你的生活水平将提高。社会是由这些规则决定的，在《模拟城市》的重启中，开发商Maxis紧紧抓住了日常生活中的普遍真理。这一切都要从运行新游戏的引擎Glassbox说起。它对于理解你作为市长所做的一切的因果关系是不可或缺的。在一瞬间，你可以打开Glassbox，一眼就能看到你的城市在哪里繁荣，在哪里衰败。该引擎与Maxis的 "RCI "概念（"住宅、商业、工业"）相辅相成。这三者共同构成了游戏中的社会循环。住宅 "代表人们搬到家里，然后从那里去工作挣钱。"我应该指出的一件事是，看看公共汽车站系统，这有多远。其中一位设计师对城市规划进行了研究，以了解人们实际走了多远。这种细节在游戏中随处可见。"这些钱然后流入'商业'，因为他们购买产品以使自己快乐并改善他们的生活水平。'工业'市场制造商品，用经济产生的钱来维持这个世界。这听起来可能是一个完全难以理解的噩梦，但是一旦你通过Glassbow视图看到所有这三个组成部分相互喂养，这一切就开始有意义了。这就是工具的力量，让复杂的事情变得可以理解。模拟城市》的副制片人乔治-皮古拉向我们展示了这个简单而又强大的工具是如何让人对你的作品的内部运作有新的认识的--无论是一个无垠的大都市、普通的城镇，还是一个有多个城市的整个地区。成功的第一个指标是宜居性。毕竟，没有人愿意住在核电站旁边，所以Pigula告诉我们，通过打开欲望过滤器，我们可以在瞬间看到人们最想居住的地方，以及他们会避免的区域。模拟城市》中充满了这些过滤器，它们可以将信息显示到一个令人难以置信的深度。即使是像公共汽车站的位置这样看似微不足道的东西，也可以用Glassbox进行巧妙的规划。它将向你展示人们愿意步行到达每个站点的理想距离。摆放正确，上班就不会是一件苦差事。如果弄错了，那些疲惫的工人就会变得不开心。这是个天才。然而，赌博是今天的重要话题，因为Pigula向我们展示了他的三个城市地区，其中包括两个标准城市和他的赌博地带Monte Vista的巨大的、混乱的霓虹灯。这里有几个机制在起作用。赌场让模拟市民感到高兴，但缺点是犯罪率上升，从而增加了对一支坚实、资金充足的警察部队的需求。来的人也有专长，通过使用Glassbox，Pigula可以向我们展示他的城市自然倾向于赌博的专长。因此，如果他愿意，他可以选择加入蒙特维斯塔，在排行榜上竞争，看谁能在全球范围内积累最大的赌博收入。"当你到了一个小规模的城市，事情是相当宽松的。人口少，如果你跌得太厉害，你可以很快恢复。但是，当你开始前进，你决定攻打一个新的城市或从事一项专业工作时，你才开始学习那些额外的步骤。"这是一个整洁的系统，而且Glassbox再次使它更容易使用。它基本上剥离了视觉效果，并对你想要过滤的元素进行颜色编码，几乎就像一个动态条形图。会议结束时，皮古拉故意在蒙特维斯塔中间释放了一场龙卷风，让人、瓦砾和车辆像雨一样在城市里层层叠叠。悲惨的是，但许多玩家喜欢《模拟城市》中邪恶的一面，这已不是什么秘密。我们邀请Pigula来谈谈我们刚刚看到的情况，以及该工作室是如何制作出如此令人印象深刻的各种工具和功能的。VG247：看完演示后，我已经开始为游戏所提供的可能性而心痛。你们进入这个项目的最初目标是什么？乔治

**id 222**

研究人员说，大麻并非无害，特别是对青少年而言 链接到此视频 根据涵盖近40年的研究结果，经常使用大麻的青少年有可能对其智力、注意力和记忆力造成永久性损害。科学家们说，这项长期研究对1000多人进行了从出生到38岁的跟踪，产生了第一个令人信服的证据，即大麻对年轻大脑的影响与对成年人的影响不同，而且更具破坏性。该群体中约有5%的人在青少年时期每周至少使用一次大麻，或被认为对其有依赖性。在13岁到38岁之间，当该小组的所有成员接受一系列心理测试时，那些在年轻时习惯性使用大麻的人的智商平均下降了8分。戒掉大麻没有什么区别 -- 重要的是年轻人开始使用大麻的年龄。那些在18岁以后开始使用的人没有出现同样的智商下降。"这项工作花费了惊人的科学努力，"作者之一、伦敦国王学院精神病学研究所的特丽-莫菲特教授说。"我们跟踪了近1000名参与者，在他们尝试大麻之前，我们测试了他们小时候的心理能力，在一些参与者成为长期使用者之后，我们在25年后再次测试了他们。"参与者对他们的药物滥用习惯很坦率，因为他们信任我们的保密保证，而且96%的原始参与者从1972年到今天一直坚持研究。"这是一项如此特别的研究，我相当有信心，大麻对18岁以上的大脑是安全的，但对18岁以下的大脑是有风险的。"这项研究的对象是新西兰达尼丁的人们，由美国国王学院和北卡罗来纳州杜克大学的研究人员进行，并由PNAS（美国国家科学院院刊）在线发表。"研究人员之一、来自杜克大学的Madeline Meier说："大麻并非无害，尤其是对青少年而言。她说，虽然在一个平均值为100的量表上，8个智商点可能听起来不多，但从100降到92代表从第50位到第29位的变化。更高的智商与更高的教育和收入、更好的健康和更长的寿命相关。"梅尔说："某人如果在青少年时期失去了8个智商点，那么在未来的几年里与他们的同龄人相比可能会处于不利地位。该研究考虑到了参与者的教育，而教育可能会被吸毒所破坏。作者说，今天的年轻人往往认为大麻是无害的。"论文说："应加大努力，推迟年轻人开始使用大麻的时间，特别是考虑到最近美国开始使用大麻的年龄有年轻化的趋势，以及有证据表明较少的青少年认为使用大麻与严重的风险有关。"该研究的负责人之一、杜克大学和国王学院的阿夫沙洛姆-卡斯皮说："简单的信息是，物质的使用对孩子来说是不健康的。"烟草、酒精是如此，显然大麻也是如此。"国王大学精神病学研究教授罗宾-默里（Robin Murray）没有参与这项研究，他说这篇论文令人印象深刻，如果在其他研究中发现同样的结果，应该开展公共教育活动，警告大麻对年轻人的危害。"达尼丁的样本可能是世界上研究最深入的队列，因此数据非常好。我熟悉的研究人员是世界上最好的流行病学家之一。因此，尽管人们不应该被一项单一的研究所说服，但我还是非常认真地对待这些发现。"有很多临床和教育方面的传闻报告说，大麻使用者在教育成就、婚姻和职业方面往往不太成功。当然，在年轻人中，一些吸食大麻的重度使用者似乎会逐渐丧失能力，最终取得的成就比人们预期的要少得多，这是民间传说的一部分。这项研究提供了一种解释，说明为什么会出现这种情况"。评论 阻止18岁以下的人吸食大麻的最佳方法？为其合法销售发放许可证，执行合法的质量控制标准，并将从中收取的部分税款用于资助毒品教育和毒品康复服务。真的很简单，让我怀疑我们的领导人是否吸食了太多的东西。这些是同样的智商测试，黑人的得分一直较低？是的。使用毒品的儿童不是更有可能来自不利于他们的背景吗？

**id 223**

九月的经典 -- 几个月前，我们讨论了目前在硬汉传统方面写得最好的五位美国小说家。那篇文章中介绍的所有作家都是一流的犯罪作家 -- 但他们也有一些共同点：他们都是男性。因此，这一次，让我们看看硬汉传统中一些最伟大的女作家。虽然硬汉小说和黑色小说不是一回事，但黑色小说是从硬汉小说中产生的。詹姆斯-M-凯恩的主人公可能与达希尔-哈米特的非常不同，但不可否认的是，他在风格上和主题上受到了哈米特的影响。这些女性中的一些人，就像我们之前的文章中提到的一些作者一样，被归类为硬汉小说更好，而一些人被归类为黑色小说更好。有些人可以归入这两个类别。但每一位作者都写出了一些你可能会读到的最好的犯罪小说。因此，不再赘述，让我们按照大致的时间顺序，重新审视这些经典的女性杀手。多萝西-B-休斯-休斯可能是《在一个孤独的地方》的作者，但更多的人熟悉的是1950年尼古拉斯-雷的电影，而不是它所依据的小说。这是一种耻辱。虽然这部电影本身就是一部经典之作，但它还不如休斯的小说有一半的扣人心弦、富有洞察力或令人不安。而她的其他小说也同样引人注目。多萝西-B-休斯熟练地在她的书中注入了黑色的强度，因为她有致命缺陷的主人公在他们自己的错误压力下慢慢解体。她还领先于她的时代，在《骑着粉色的马》和新近重印的《可牺牲的人》中探讨了种族问题，这比当时流行的做法要早。在心理惊悚小说成为公认的子类型之前，休斯就写过这种小说，她的小说不仅是有趣的故事，而且是令人着迷的人物研究。也许最重要的是，多萝西-B-休斯将黑色的悲剧与硬汉的人物和对话融合在一起，也许比任何其他写这些风格的作家都要好。The Expendable Man on Amazon UK and US Margaret Millar 今天，Millar是一位不受重视的小说家，由于她与Kenneth Millar--以笔名Ross Macdonald更出名--的婚姻，她经常被认为只是一个小事。近几十年来，麦克唐纳的批评声誉有所减弱，但至少他的《卢-阿切尔》小说仍在印刷。玛格丽特-米勒的小说如今大多已经绝版，但二手书并不难找，当然也值得一试，去年《野兽在望》在Kindle上发行。与她丈夫不同，米勒没有写PI小说。然而，与麦克唐纳一样，这位安大略省出生的作家写的书质地深厚，超越了流派，探讨了身份和家庭的主题。米勒不仅仅是一个心理惊悚小说的作者，他的作品中充满了意识和潜意识之间的张力。米勒夫妇的婚姻很不稳定，但肯尼斯对玛格丽特的写作从来都是直言不讳地赞美。阅读她的小说，你也会成为一个崇拜者。Beast in View on Amazon UK and US 帕特里夏-海史密斯 汤姆-里普利，海史密斯最有名的人物，几乎总是被描述为不道德和性暧昧的。帕特里夏-海史密斯是一位出色的作家，她自己也可能很轻率，有点不道德。但这无疑对她的写作很有帮助。如果说她生动地写出了无道德的人物，那么她也探讨了那些陷入他们网中的人所经历的良心的煎熬。在阿尔弗雷德-希区柯克将她的第一部小说《火车上的陌生人》改编为电影后，海史密斯一举成名。她接着写了《瑞普利亚德》，五部小说记录了国际骗子汤姆-瑞普利的诡计生涯。海史密斯还写了《猫头鹰的哭泣》、《伊迪丝的日记》和许多其他小说。雷普利和她的其他主人公既疏远又不道德，由此产生的变态的讽刺感使海史密斯作为一个文学风格学家和一个神秘主义作家一样重要。虽然黑色小说在帕特里夏-海史密斯的小说中是一股强大的潮流，但她以一种很少有作家能做到的方式使之成为自己的作品。Strangers On A Train on Amazon UK and US Sara Paretsky的硬汉小说从私家侦探开始，然后再扩展到包括更多不怀好意的黑帮主角。但是，虽然吉姆-汤普森和

**id 224**

当我看到我的学位时，我所看到的是多年来浪费的努力，以及我永远不会回来的时间。我知道我在第一个月后就讨厌法学院，但还是坚持了下来，因为这是一条清晰的道路，我已经厌倦了迷失的感觉。此外，我喜欢告诉别人我在读法律学校。这让人印象深刻。我将会有一番作为。因此，我告诉我内心深处的那个无聊和沮丧的声音，让它吸起来。在第一年结束时，我有了一个完美的结局。我怀孕了。儿子出生后，我本可以轻易离开法律界，但我没有。没办法。那将意味着我不知道自己在做什么，而我确信我有一个计划。相反，我在商业组织和房地产法的课程中，以哺乳的方式学习。有时我还打盹。第二年，我有了我的女儿。法学院成了我的退路，从我客厅的哭声和粘液中解脱出来。现在不存在放弃的问题了，我以新的活力攻击我的课程。我将成为一名律师，该死的！我投入到课外活动中。我投入到课外活动中，在一个贫困诊所工作，为公民自由案件提供志愿服务，甚至加入了法学院的读书会。对我来说，我不喜欢这项工作并不重要。我已经过了这个阶段。重要的是，我必须坚持下去。我在法学院的最后一年是孩子们的生日聚会和深夜拼命寻找考试大纲的过程。在那段时间里，我患上了慢性眼球抽搐。我的右眼皮每天都会自发地痉挛数次。我向他解释（可能有一些吼叫），我完成法学院的学习是多么的重要。如果我不毕业，我就会怨恨孩子们抢走了我辉煌的法律事业。这就对了。我是为了孩子们才这么做的。我的眼睛抽搐得越来越厉害。在我做实习生的那一年，我开始崩溃了。白天我无法集中注意力，回到家后我就会惊慌失措，通宵达旦地赶进度。我开始哭得更厉害，在工作时躲在卫生间的隔间里，希望没有人注意到。我把紧急遮瑕膏放在口袋里，以掩盖我眼睛周围的红肿。当这不起作用时，我告诉我的同事们我有严重的过敏症。在我给酒吧打电话的那天，我丈夫和我认真地讨论了分开的问题。几个星期以来，我第一次没有哭。我毫无感觉（除非混乱是一种情绪）。我的道路，我精心遵循的道路，怎么会让我如此空虚和疲惫？我接受了我的证书，决定休息一段时间。在接下来的几年里，我把自己的生活重新拼凑起来。我发现我仍有一段婚姻。我发现我仍然喜欢自己的一部分，特别是当我跟随我真正的兴趣。我学习摄影是因为它感觉很好，而不是因为它在我的履历表上看起来很好。有时我想到法律，就像人们想到一件丢失的旧毛衣那样模糊。它去了哪里？我的法律学位在盥洗室里落满了灰尘，但它仍有其用途。我仍然告诉人们我是一名律师。我只是在休息，长时间的休息。当我的法律协会的发票每年寄来时，我都付了钱，这样我就可以合法地说我是一名律师。我仍然没有调和我是谁和我认为我想成为的人。春天，我和当时9岁的女儿正在为夏天的装修清理地下室。我们需要把所有东西从墙上取下来。我拿下了我的法律学位，把它拿在手里。我已经有六年没有执业了。我的女儿站在我身后，问我在做什么。"只是在看我的法律学位，"我说。"妈妈？"她犹豫了一下才继续说。"你是个律师吗？比如，如果我的朋友问起。""嗯，是的，当然。技术上来说。"她盯着我，一个微小但彻底的治疗师。她并不在乎，她只是想得到一个直接的答案，而我也是第一次。这句话是以呼气的方式说出来的。"我以为我想成为一个，但我错了。"我把框架和我的其他学位打包，几天后给法律协会打电话

**id 225**

为什么宠物主人的数量在下降？美国兽医协会（AVMA）最近的一份报告显示，在过去的五年里，美国的宠物拥有率下降了2.4%。虽然这项研究只集中在美国家庭，但我们可以预计，类似的结果将反映在英国和其他热爱宠物的国家。该报告来自2012年美国宠物所有权和人口统计资料手册的预览，该手册将于今年晚些时候发布。然而，宠物所有权的下降并不是这份报告的唯一意外发现。报告还指出，美国在宠物保健方面的支出惊人，仅兽医费用就达280亿美元（178亿），令人瞠目结舌。另一个令人震惊的发现是，只有6%的美国狗主人说他们有宠物保险（而只有3%的猫主人！）。尽管这些数字可能很低，但实际上这些数字高于通常引用的数额（1-2%）。经济是造成宠物主人减少的原因吗？这项研究是在2006-2011年期间进行的，也就是最近经济动荡的高峰期，我们很快就能明白为什么宠物拥有率在下降。尽管宠物提供了陪伴，但它们被证明是一项昂贵的开支，当家庭预算比以往任何时候都更紧张时，宠物只是不像以前那样是一项合理的开支。随着英国经历了与美国类似的经济困境，以及最近关于双底衰退的消息不断恶化，我们只能期待英国的宠物所有权也会有类似的发现。减轻宠物主人的财务负担 然而，感到拮据的宠物主人可以采取某些措施，使拥有宠物的财务方面更容易。如果你的宠物需要去看兽医，宠物保险（虽然是每月的开支）可以证明是一个很大的金钱救济。根据研究，狗每年平均去宠物医院1.6次，猫每年0.7次（尽管令人震惊的是，在2011年，45%的养猫家庭从未去过一次宠物医院）。在营养方面也有很多选择（养宠物的另一项主要支出），以降低养宠物的成本。网上有许多自制宠物食品的配方，例如这个狗粮配方。自制的宠物食品可以更便宜，而且可以更健康。你可能还想考虑在购买宠物配件时别出心裁，以节省几磅。例如，你的宠物狗真的需要那种过于昂贵的取物玩具吗，还是一根简单的棍子就足以让它开心？美国兽医协会（AVMA）最近的一份报告显示，在过去的五年里，美国的宠物拥有率下降了2.4%。虽然这项研究只集中在美国家庭，但我们可以预期，类似的结果将反映在英国和其他热爱宠物的国家。该报告来自于对美国家庭的预测。

**id 226**

人性的房间 人性的房间是空的。在附近的急诊科创伤室里，一位被牵引车撞倒的老年女性行人被紧急医疗服务送来。她还活着，在坚持生命。警方正试图找到她的近亲。保安人员被警告要等待家属的到来，并把他们放在房间里。另一个病人，一个老年男性，被送了进来。"外伤--与第一个人走在一起...... "气喘吁吁的急救技术员说。他们真的在一起吗？他们是丈夫和妻子，还是在街上相互走动的两个人？没有答案。头顶上，到处都是一个页面，在空旷的房间里回荡。"社会工作者接1187"。电话里，浓重的口音和啜泣声点出了问题。"她还活着吗？她在吗？她有呼吸吗？她是我的母亲，我来了。"哭声加剧了，然后又是 "她有呼吸吗？"能说什么才是正确的话呢？她被告知要慢慢地去医院。取决于你问谁，它可以被称为家庭室、安静室或丧葬室。它有多种用途；一个在疾病和悲剧中聚集的地方。它是一个将情绪紊乱的人和警察与其他人分开的地方。它是一个暴力受害者可以寻求孤独的地方。这是一个让工作人员偷偷吃东西的地方。它是在一个经常拥挤和混乱的新兴活动中心中的一个刻意的安静庇护所。那些知道它的用途的人既恨又避；有人称它为坏消息室。保安人员护送一男一女进入该室。在流泪之间，获得了身份信息。"我是女儿，他是我哥哥。我想看看她。她有呼吸吗？她还好吗？"他们被告知，医生正和他们的 "妈妈 "在一起。医生很快就会来，不，他们现在不能见她。泪水和叹息随之而来。他们被问到："你认识鲍里斯吗？""BORIS？是的！"。他是我母亲的男朋友，他们住在一起。"在被问及他的家庭时，更多的泪水。圆桌上的医院发放的盒子里提供了一张纸巾。"把你的眼泪拿给我"，这似乎是说。是的，有孙子孙女可以联系。明亮的头顶射灯，永远无法调暗或关闭，拥有这个房间，以前这里有一张舒适的沙发。在一个喝醉酒的病人决定把它当作小便池后，沙发被移走了。取而代之的是一张圆桌和不受欢迎的椅子占据了靠近鲜明的白墙一角的空间。主治医生被告知家人的到来，现在站在白色的背景下。他讲述了他对病人伤势的初步评估，这些伤势很严重，但预计不会很严重。有必要使用呼吸机和进一步的测试。医生表达了谨慎的乐观态度。这导致了提问和重申已经说过但没有听到的内容。不同的形容词，电视医疗节目中常见的词语被提出来。在被告知这对夫妇的关系后，医生建议说鲍里斯的伤势很轻。医院的拉比作为创伤小组的一员悄悄进入房间。不清楚一个宗教人士的存在是否受欢迎，甚至是否令人感到安慰。令一些人感到奇怪的是，哈西德教派的拉比穿着长长的黑大衣，戴着耳钉。他是一个医疗中心的牧师，这个医疗中心的名字本身就让人想起基督教。他的出现是基于对病人名字的文化和宗教假设。在某种程度上，人们得知他们并不遵守规定。兄妹俩能够在放射区看到鲍里斯。在不懂他们的语言的情况下，工作人员理解他们所要表达的一切。泪水也能说明一切。这对兄妹身材矮小，在他们的思想和感情的巨大影响下显得相形见绌。他们回到房间，其他家庭成员已经开始聚集。圆桌上，一壶水和几个杯子已经准备好了，可以用来浇灌干渴的喉咙。墙上的一幅歪歪扭扭的抽象画并没有让进来的人平静或分心。当他们的母亲从测试中回到急诊科时，家人能够瞥见她。他们

**id 227**

消息。System Restore Point Can Not Be Created... =?Utf-8?B?Q2l0eW9mRGVudmVySVRHVVk=?= Guest Posts: n/a 's Computer Specifications 19 Jan 2005 我有一个错误的软件，在以前的安装中给我带来了问题。在我尝试再次安装它之前，我想让XP Pro做一个系统还原点。当我试图创建还原点时，它说 "无法创建Windows系统还原点。请重新启动您的系统并重新尝试。当我再次尝试时，同样的信息再次出现。有什么想法，为什么这项服务不能工作？"CityofDenverITGUY "写道：&gt; 我有一个有问题的软件，在以前的&gt; 安装中给我带来了问题。在我尝试再次安装它之前，我希望XP Pro做一个系统&gt;还原点。当我试图创建还原点时，它说 "Windows &gt; 系统还原点无法创建。请重新启动您的系统并&gt;再试。当我再次尝试时，同样的信息再次出现。有什么想法，为什么这个&gt;服务不能工作？

**id 228**

看小鸟》唤起了一个世界，在这个世界里，争吵的夫妇、高中的天才、不合群的上班族和小镇的洛特人都在努力适应不断变化的技术、道德的模糊性和前所未有的富裕。在 "Confido "中，一个家庭了解到将他们最深的秘密透露给一个神奇的发明的坏处。在《艾德-卢比的钥匙俱乐部》中，一个男人发现自己陷入了卡夫卡式的麻烦世界，因为他触犯了在纽约州北部城镇发号施令的黑社会老大。在《看小鸟》中，一个从庸医变成了 "谋杀顾问 "的精神病学家为他的妄想症患者炮制了一个新的出路。这些故事具有警示意义，但也充满了他标志性的幽默感。诙谐、反讽、讽刺和凄美的《看小鸟》反映了它们所处的战后时代的焦虑，并提供了对冯内古特早期风格发展的深入了解。

**id 229**

博客 让IT行业不再令人头疼!对于那些不知道的人，我们现在通过我们的姐妹公司Clarke Computer Systems提供完整的IT解决方案。我们在西米德兰和东米德兰地区提供一系列的IT服务和计算机支持，包括（但不限于）伯明翰、利奇菲尔德、坎诺克、斯托克城、德比、阿什本、马特洛克、布克斯顿和乌托克斯特。"自1995年以来，克拉克计算机系统公司一直为各种规模的企业提供完整的解决方案，以满足他们的计算需求。从最初的咨询/系统设计，到实施和培训。所有这些都有完整的用户支持，并持续到未来的几年。我们为您解决了管理计算机系统的难题，使您能够继续经营您的业务！"

**id 230**

背后被刺歌词 - 今日青年 我们是兄弟，你和我忠于我们的硬核场景，我们的想法，我们的目的，我们的目标是真实的，然后发生在你身上的事情，你改变了，我记得你说的所有事情，你说的狗屎！我想这只是一堆该死的谎言，该死的谎言！在背后刺伤了我们所有人。我想那只是一堆该死的谎言，该死的谎言！在我们的背后捅了一刀，就在背后！你敢看我的脸？你不敢看我的眼睛！我们所代表的一切，我们所有的梦想，你已经忘记了它们的意义，我告诉你，我的想法是真实的，我永远不会改变我的感觉！我的想法是什么？请点击这里提交《被人背后捅了一刀》歌词的修改意见

**id 231**

牛顿和哈特莱恩换下科尔斯顿和道尔顿。卡姆是佩顿的替补。我的其他外线球员是博韦、嘉文和维贾克斯。有什么想法？我觉得我们已经进入本赛季太远了，不能指望卡姆能扭转局面。你不会为了卡姆而让佩顿坐着，而且我猜你会在大多数星期让科尔斯顿而不是波尔首发（更不用说哈文有可能在拜仁后缺阵）。卡姆和道尔顿今年的得分是一样的（道尔顿实际上在你每传一次球得6分的联赛中得分更高），而且科尔斯顿比哈特林好得多。如果我是你，我会很快做这个交易。引述。原文作者：Marc the Habs Fan 如果亚历克斯-史密斯准备好了，我必须抛弃卡佩尼克，换取......尼克-福尔斯或约翰-斯凯尔顿或布莱恩-加伯特或马特-卡塞尔，以便在我的阵容中拥有两个四分卫。我倾向于福尔斯，他在面对红皮的时候应该可以做得很好，我同意。在费城有那么多的武器，你想他至少应该能有一场漂亮的比赛。华盛顿在联盟中给四分卫的得分是第二多的。引用。原文作者：Richie to Brownie 现在真的不知道该如何处理格雷格-詹宁斯了。他只是在我的板凳上占了一个位置，但我不想放弃他，然后让他回来咬我的屁股。你持有他这么久，我肯定会保留他。即使你直到季后赛才得到他，这也是绝对值得的。更不用说你要把他丢给谁了？很有可能是一个你甚至都不会开始的人。我知道如果他在我的联盟中被放弃，我会全力以赴。引用一下。Originally Posted by Kronwalled55 有关于埃尔南德斯的消息吗？如果他不去，我就惨了。本内特正在休息，我不想为了一个较差的TE而放弃他，也不想在我的名单上有3个TE......老实说，我的猜测是，我们将不会知道，直到星期天。他整个星期都会受到限制，然后会被怀疑。至于本内特，他真的回到了现实，假设你没有动作限制，我想你本周可以放弃本内特，然后在他们的再见之后再把他捡回来。更不用说取决于你的联盟有多深，很可能会有一个人在那里会有同样的产量。我正在考虑向他要麦克法登而不是麦克林。有什么想法吗？我非常看好斯皮勒在剩下的时间里的表现。当他得到首发机会的时候，他的数据是很惊人的（他现在的情况就是这样）。从价值上来说，我认为这是很接近的。你开始2个RB，2个WR，和一个Flex？你有哪些接球员？如果弗雷德-杰克逊受伤几周，或者当他回来时被淘汰出局，你就失去了交易，但如果他们回到接近平均分配的状态，那么你就赢了。与一个四分卫是道尔顿/曼宁的总经理谈交易。他需要一场胜利，而曼宁正处于冷淡期，对他的最后两场失利负责。而且他正在考虑用Cam Newton+Denarius Moore/Hartline（希望是Hartline）中的一个换Eli Manning+Megatron。我现在排在第三位，我想如果我能够避免在第15周的季后赛中与第一名的球队交手，我就有机会了。我不确定在哪里调整我的球队，我最好是升级四分卫，但我能做的就是罗杰斯，而总经理想要AJ格林。这个威震天的交易开启了这种可能性。.我非常看重斯皮勒在剩下的时间里的表现。当他获得首发机会的时候，他的数据是非常惊人的（这就是他现在所看到的）。从价值上来说，我认为这是很接近的。你开始2个RB，2个WR，和一个Flex？你有哪些接球员？如果弗雷德-杰克逊受伤几周，或者当他回来时被淘汰，你就失去了交易，但如果他们回到接近平均分配的状态，你就赢了。

**id 232**

解决的问题 我的男朋友的女儿可能被性虐待了？我的男朋友的女儿已经三岁了，他的前妻声称三岁的女儿有可能被他前妻的父亲（孩子的祖父）性虐待过。现在他的前妻是一个有心理障碍的骗子。她声称我男朋友打了她的脸。他被证明是无辜的。她撒谎的唯一原因是她无法接受他和我在一起的事实。现在我不知道该相信或思考什么。我的男朋友刚刚和他的前妻见了面，他心烦意乱。他不愿意和我说话。他已经和他的朋友出去了，还见了他的妈妈，他太难过了，不想和我说话。我很难过，因为他把我挡在外面，不告诉我发生了什么。他的前妻一直在拼命地想和他复合，她会编造任何谎言来达到这个目的。我不知道该说什么，因为孩子可能已经被性虐待了。我如何与我的男友交谈而不显得自私、妒忌和控制欲强....。我不知道该说什么或做什么......如果她被虐待了，我就会感到很难过......最佳答案 - 由投票者选择 孩子的父亲需要联系警察和/或儿童服务机构。如果这个孩子被她的外祖父虐待过，那就需要处理，如果母亲在撒谎，那她就需要处理。其他答案 (4) 忘记你的男朋友。如果你关心这个孩子，你需要为她做正确的事情，如果你怀疑有虐待行为。如果她的父母不能为自己女儿的最佳安全利益着想，你可能是孩子唯一的帮助。不，先不要给警察打电话，以防这不是真的，他们现在正在处理世界各地许多遭受性虐待的儿童和成人的悲剧。让3岁的孩子坐下来和她谈谈，先从正常的问题开始，然后问她一些问题，比如 "有人碰过你吗？"显然，她是唯一会告诉你真相的人。如果她说有，就打电话给警察。不要在任何层面上浪费时间!如果她说 "没有"，告诉她 "她不会有麻烦的，她可以说实话。"无论你做什么，都要非常小心你对这个小女孩的反应和关于性虐待的问题。这应该由受过培训的警察来处理这样的情况。只因为你无意中会用你的担忧来混淆她，她可能会害怕说出真相和隐藏事实。当她与第三方交谈时，你要避免她的陈述受到任何影响。这就是警察处理的事情类型。我同意，你的男朋友的行为方式表明他正在自己整理事情，他以后会需要你的支持。现在，他可能感到震惊和困惑，而且我肯定他非常生气。如果他不尽快采取行动，就直截了当地告诉他，他应该举报。如果这一切都是编造的，那么祖父就不应该有什么可隐瞒的，而那个女人，也就是他的前妻，会因为向警察撒谎而承担后果，这可能是她需要的。在这种情况下，你实际上没有什么可以做的，或应该做的。首先，你们俩仍然是非正式的关系。第二，你没有说你们在一起多久了，这种关系有多严重，所以没有办法知道你是否真的能做些什么，除了观察正在发生的事情。第三，这种可能性应该由官员来调查，报告应该由孩子的父母来做。当然，所有其他对可能的犯罪行为有所了解的人都可以/应该报告，但你实际上并不了解。最后，你的男友已经离开了，不想和你谈这件事，这表明你现在不需要或不希望你在这件事上采取行动。等待并准备好在他要求时提供支持，这就是你能做的。

**id 233**

更多...对埃克塞特自行车运动员的测试表明，亚硝酸盐使他们的肌肉和心脏更有效地工作，《体育与运动医学》杂志报道。研究员安德鲁-琼斯教授说："这是我们第一次研究甜菜根汁和其中的高亚硝酸盐含量对模拟比赛的影响。这些研究结果显示，在比赛层面上，性能的提高可能会带来真正的变化 -- 特别是在像环法自行车赛这样的赛事中，获胜的几率可能很低。而且不仅仅是专业运动员可以受益，更好地利用氧气使年老体弱的人更容易完成日常工作，包括唤起步行去商店所需的能量。该研究使用了商店购买的甜菜根汁，但自制的甜菜根汁也应该是有益的。然而，可能会有一个意想不到的后果。 遗传学上的一个怪癖意味着吃甜菜根会让一些人产生紫色的尿液，也就是科学家们所说的 "甜菜尿"。甜菜是我最不喜欢的蔬菜。我避开它们是因为它们的味道让我感到厌恶。尽管如此......如此美丽的红色蔬菜，却不知道如何享受它。今年早些时候，我决定为此做点什么。在搅拌器中放入一个小尺寸的\*生甜菜根丁、一个酸甜的青苹果、一个血橙、去皮的酸橙、野生蓝莓、树莓、奇亚和一大块鲜姜。这已经成为我最喜欢的搅拌器冰沙之一。有时我还会加入一个去皮去籽的小柠檬。我喜欢柑橘。没有任何果汁，所以它是一种美味的全食物饮料，含有大量纤维和抗氧化剂--而且没有冰冷的甜菜味道。我没有探索过其他的组合，因为这对我来说是很重要的。考虑到我的整个童年都没有甜菜，我想我完成了一个营养方面的里程碑，因为我知道了如何吃甜菜并真正享受它:)我知道，这很奇怪，但我对甜菜不耐受的态度困扰着我。我仍然不喜欢甜菜，但这个我很乐意喝。这里有一个有趣的消遣和爱好....，每当你阅读这些'科学文章'时......总是寻找'可能--可能--也许'的字眼....，换句话说--这从来都不是真正的科学....，它只是一篇充满废话的文章。这'可能'是真的--'可能'是真的--或者是'也许'是真的。也许有知识渊博的读者可以帮助解释发生在我身上的事情？大约25年前，在吃了甜菜根之后，我出现了心跳加速和心悸，非常可怕，我再也不敢吃甜菜根了。这是否与亚硝酸盐含量有关呢？- 对甜菜根过敏？, Uk, 01/7/2011 21:27......如果喝足够多的甜菜根汁，可以使血压大幅下降（我就是为此而喝的）。如果你一开始血压正常，喝了几杯，那么你的血压可能降得太低，在这种情况下，身体的自动补偿系统会启动，使你的血压恢复正常--这可能导致心悸。也许有知识渊博的读者可以帮助解释发生在我身上的情况？大约25年前，在吃了甜菜根之后，我出现了心跳加速和心悸，非常可怕，我再也不敢吃甜菜根了。这是否与亚硝酸盐含量有关？

**id 234**

管理是每个企业中最重要的任务之一。有时企业家同时也是管理者。经理人在日常工作活动中必须执行大量的任务，这些任务必须在企业或组织生活中带来效益和效率。以下是管理者最重要的任务清单。1.辅导和指导 经理人最重要的任务之一是辅导和指导。他们必须是企业中的人的路由器，通过正确的指示和培训来实现。他们的目标是在员工身上开发具有巨大商业潜力的业务。2.规划 规划是管理职能之一，也是管理者的一项重要日常任务。他们计划企业未来的发展方向和必须由组织成员完成的活动。3.3.变化 在现实生活中，没有一天是没有变化的。变化需要被计划和管理以带来预期的结果。同时，管理者必须保持企业目前的成功，并实施将带来未来成功的变革。4.4.预测 预测是管理者的另一项任务，它意味着提供一幅企业在未来的样子。这一点很重要，因为如果我们对未来有了更好的了解，我们就能更好的为未来做好准备。5.激励 人们必须被激励，从他们的工作中获得最好的结果。没有人是白白工作的。所有的员工都有某种类型的激励因素，这将导致他做出更好的结果。但是，这些激励因素对每个员工都是不同的。管理者的任务是优化这种动机，并使员工的工作表现最大化。激励是除计划之外的另一项管理职能。6.组织 组织是除计划和激励之外的管理职能之一。没有一定程度的组织，就会出现混乱。在有更多员工的企业中，会有更多不同的想法，更多不同的做事方式和更多不同的人的习惯。组织是一项任务，它将使所有的组织差异作为一个整体来工作--企业。7.人员配置 人员配置是另一项管理职能。这些任务越来越多地成为管理者的重要任务。为企业选择合适的员工是企业未来运作的核心。更好的员工将意味着企业有更大的业务潜力能量。8.控制 控制是一种管理职能，就像计划、激励、组织和人员配置一样。这项任务将为他提供计划和实际实现之间可能出现的错误的情况。其目的是尽量减少计划与现实之间的偏差。9.谈判 另一项重要的管理任务是谈判。有内部和外部的谈判。内部谈判是与企业内部的实体进行的谈判。外部谈判是管理者与企业外部实体之间的谈判，如供应商、客户和社区。经理人的谈判技巧越好，就越能提高企业的整体业务潜力能量。10.10.授权 成功的管理者知道将正确的任务授权给正确的员工。我们无法找到完美的管理者。将任务下放给下级，是成功的管理者与普通管理者的区别。这种授权可以结合不同的知识和经验，从而更好地完成任务。11.11.代表 经理人的最后但也是最重要的任务是代表任务。经理人是他们所管理的企业的代表。他们的长相，他们的谈吐，他们的走路方式和他们的思维方式将在企业外部的人眼中建立起企业的形象。我只想告诉你，我是博客和网站建设的新手，当然喜欢你的博客网站。我很可能会把你的网站加入书签。你肯定会有好的文章和评论。谢谢你透露你的网站。哇，很棒的博客布局你写博客多久了？你让写博客看起来很容易。你的网站的整体外观很好，内容也很好!谢谢你的文章《经理人的11项最重要任务》--更多利润更少时间。我只想说我是博客和网站建设的新手，当然喜欢你的网站。我很可能打算把你的网站加入书签。你肯定有很好的故事。揭示你的博客网站是值得赞扬的。我只想告诉你，我只是博客和网站建设的初学者，并严重喜欢你的页面。非常

**id 235**

土耳其的欧盟问题和希腊的情况 在土耳其崛起和欧盟衰落的时候，所谓的新土耳其仍然是一个需要欧洲来实现的实验--智囊团说。 看看希腊和土耳其--这两个被竞争历史束缚的邻国--的轨迹，很容易得出结论，获得欧盟成员资格对希腊的伤害和没有获得欧盟成员资格对土耳其的帮助一样大。希腊于1981年进入欧洲社会，并在《马斯特里赫特条约》之后加入欧元。它现在是欧洲最弱的经济体，而且它可能无法保持共同货币。另一方面，土耳其自20世纪60年代以来一直寻求加入欧盟，但被拒绝，但其经济现在比欧洲大多数国家更有活力。近年来，它作为区域行为体的形象已经上升，而欧盟的形象据说正在下降。但是，虽然似乎可以认为欧盟成员资格毁了希腊，而非成员资格拯救了土耳其，但这一结论既不正确，也很耐人寻味。最重要的是，它未能提供一个可靠的叙述来指导未来的国际决策。事实上，这两个国家都需要与欧洲有更多的接触，现在可能比以往任何时候都更需要。因此，国际利益相关者应该谨慎对待暗示--就像两国的一些政治力量所做的那样--没有欧盟，未来可能会更加光明。希腊很早就加入了欧盟和欧元，这促使其对进一步的改革持宽松态度。但是，如果它没有获得欧盟成员资格，其失败可能会更大。20世纪90年代的改革帮助减少了希腊过大的状态，显示了一体化的变革潜力。由于欧盟推动的改革，希腊还实现了一些经济多样化。许多人忘记了，在加入欧盟之前，土耳其所关心的问题--包括其作为一个西方国家的身份--对希腊也同样重要；自1952年以来，希腊是北大西洋公约组织的成员，与土耳其一样，在冷战期间被东正教 "传统主义者 "和西方主义者的分歧所切割。在一个不稳定的地区，希腊是一个有主权意识的国家，尽管通过欧洲化实现了去安全化，但仍保持了高额的国防预算--希腊和土耳其的紧张关系随着双方与欧盟的接近而有所缓解。这使其债务膨胀，并减轻了缩小公共部门规模的努力。但是，如果希腊被剥夺了欧洲和平的全部利益，它的军事开支会更高。简而言之，欧盟一体化带来了好处。虽然，令人痛苦的是，它们还不够。现在，希腊比以往更需要欧洲项目。该国的困难只是部分地与最近欧盟实施的紧缩政策有关。更深层次的原因仍然是希腊的竞争力问题，欧洲一体化可能有助于解决这些问题。与希腊民族主义者的论点相反，正是欧洲项目的弱点--而不是其霸道的存在--让希腊付出了巨大的代价。同样的道理，希腊退出共同货币对希腊人来说是一种失败，对欧盟来说则是一种转型的失败。因此，令人鼓舞的是，在严峻的形势下，希腊人民上个月投票支持欧洲项目，尽管存在双边分歧，但德国领导人一直直言不讳地表示需要让希腊继续留在欧盟。在爱琴海的另一边，安卡拉似乎正以那些错过沉船的人的欣慰心情来看待正在发生的希腊悲剧。有一种说法是真实的，即加入欧盟的承诺意味着土耳其人比一些邻国更努力地工作以保持其经济竞争力。但这也是对欧盟观点发挥作用的隐性认可。1990年代中期与欧盟的关税同盟引发了改革，随后为启动入盟谈判而进行的改革使土耳其走向民主化。事实上，在最近一次加入欧盟的僵局之后，民主巩固的前景变得不那么明朗。作为凯末尔时代特征的倾向--如中央集权和监护--在目前没有欧盟参与的外部压力的长期政治稳定形势下重新出现。尽管在土耳其的崛起和欧盟的衰落中显得有些反常，但所谓的新土耳其仍然是一个需要欧洲来实现的实验。当安卡拉渴望成为中东地区的领导者时，它与西方的交往历史应该提醒它在处理动荡的土耳其时将面临的困难。

**id 236**

我们在UK Essays上发布的免费论文范例都是由学生提交给我们的。这些论文不是我们自己的专家论文作者的作品。感谢所有向我们提交作品的学生。阅读更多 分享和下载。民主领导风格是一种非常开放和合议的团队管理风格 民主领导风格是一种非常开放和合议的团队管理风格。思想在团队中自由流动，并被公开讨论。每个人都有一个席位，讨论相对自由。在动态和快速变化的环境中需要这种风格，因为在这种环境中，很少有东西可以被当作常量。在这些快速发展的组织中，每一个改进的方案都必须被考虑到，以保持团体不落伍。民主领导风格意味着促进对话，鼓励人们分享他们的想法，然后将所有可用的信息综合为最佳决策。民主领导还必须能够将这个决定反馈给小组，使大家统一选择计划。何时使用？当情况经常变化时，民主领导提供了很大的灵活性，以适应更好的做事方式。不幸的是，在这种结构中，做出决定的速度也有点慢，所以虽然它可能会接受更新更好的方法，但它可能不会很快这样做。民主领导风格可以使一个有经验的专业团队发挥出最大的作用。它通过让他们分享自己的观点，而不是简单地期望他们顺从，从而充分利用他们的技能和才能。如果一个决定非常复杂和广泛，那么让不同领域的专家参与进来并提供意见是非常重要的--这就是民主领导的闪光之处。民主领导的良好配合。咨询业：当获得报酬去探索问题和寻找解决方案时，你的角色将是深入探索各种可能性，这意味着必须有大量的探索和公开讨论。大部分的服务行业：新的想法可以更灵活地应对客户需求的变化。教育：很少有地方需要比教育更开放地接受不同的想法，包括教育者和他们的学生。如何有效地利用这个职位。保持沟通畅通。如果思想的市场要开放，每个人都需要感到足够的舒适，把他们的想法放在桌子上。当所有的考虑都摆出来供大家研究时，民主的领导风格就会茁壮成长。集中讨论。要保持非结构化的讨论富有成效是很难的。领导者的工作是在开放思想和保持所有事情的主题之间取得平衡。如果谈话开始偏离主题，提醒大家手头的目标，然后把它引导回来。确保注意到偏离主题的评论，并在相关的时候尝试回到它们。准备好承诺。在民主的领导风格中，你会得到许多可能性和建议，这可能会让你不知所措，难以投入。但是，作为领导者，当时机到来时，你必须做出选择，并坚定地这样做。团队要依靠清晰明确的授权来做出承诺。尊重想法。你和你的团队可能不同意每个想法，这没关系。然而，重要的是，你要创造一个健康的环境，让这些想法被接受和考虑，而不是被恶意诋毁，否则想法的流动就会减慢，变成涓涓细流。解释，但不要道歉：你要让那些没有被选中的解决方案的倡导者明白，他们的想法被考虑了，而且是有道理的，但最终你有充分的理由去选择不同的方向。沟通决定是很重要的，但你不应该为决定你的想法而道歉。(http://www.leadership-toolbox.com/democ\\...民主领导 在民主领导下，人民在决策过程中具有更多的参与性。一个人保留对所有决定的最终决定权，但允许其他人分享洞察力和想法。这通常是一种非常有效的领导形式。当人们感到被授权时，他们更有可能在自己的岗位上表现出色，并发展出更多的技能，而当人们参与决策过程时，他们就会被授权。尽管实现团体的全面参与可能需要一些时间，但如果你能设法在你的团体项目中建立一个权力分享的环境，最终的结果将是值得的。你会发现，民主的做法往往会使工作小组更有成效，质量更高。民主领导的例子。向所有小组成员征求意见和建议。就项目中的最佳行动方案进行表决。要求小组成员利用他们的长处工作，并就如何工作提供意见。

**id 237**

前几天我和一个好朋友去滑冰，他已经滑了十四年了。他做的事情和skateinstructor.com上教的完全不一样，但是凭借长期的练习和大量的力量，他可以走得--很快！而且他可以用脚跟刹车停下来。 这几乎是你能在城里走动所需要的一切。在我的印象中，我甚至没有看到一个教科书式的转弯，但它很有效（并不是说有了一些技术上的提示，它就不会有更好的效果！）。现在，通常我不是特别喜欢在城里快速移动，但我必须要跟上。所以那天我滑得很快。在我们滑行的小路上，到处都是秋天的树枝和栗子壳的碎片，所以滑行的速度非常快，你要么从碎片上骑过去，要么它在你的车轮前散开。妙不可言。而且99%的时候都很有效。然后，WHOOMPH。我过去了。那是1%的时间，速度并没有打败碎片。在向前和向后摇摆之间摇摆之后，最后我以相当快的速度向后倒下。幸运的是，良好的Seba护腕（谢谢，马克！）防止了严重的损害，我的手承受了很多坠落的重量，但我的手腕被推到后面，已经肿了几天了。总之，今天我出去做了一次短暂的练习，又回到了我在以前的文章中写过的东西（例如这里）。缓慢的练习，努力完善一个干净、高效的步法。秋天的树枝（甚至树叶）在低速时更成问题，但你也有更多的时间来避免它们。当然，目的是能够以良好的技术快速滑行。这就需要每天的练习，在所有的季节（除了雪！）。秋天的树叶和危险的树枝，都是街头滑冰经验的一部分。总的来说，秘诀可能是介于两者之间的速度：速度够快，碎片不会太多阻碍进展，但速度够慢，以避免最糟糕的情况。价格、地点、条款和条件可能会改变，恕不另行通知。Skateinstructor.com实行严格的不退款和24小时取消政策。所有学生在任何时候都必须佩戴护膝、护腕、护肘和头盔。所有学生必须超过18岁。

**id 238**

全球民意调查显示，食品和能源价格上涨是一种负担 在英国广播公司（BBC）世界服务部委托进行的一项新的26国民意调查中，近三分之二（60%）的人表示，他们正感受到最近食品和能源成本上涨的负担。他们说，食品、燃料和电力成本的上涨，对他们和他们的家庭产生了 "很大的影响"。调查表明，食品价格的上涨正在导致人们的行为发生变化，特别是在较贫穷的国家。发展中国家的许多人说，由于食品价格上涨，他们正在减少饮食，菲律宾和巴拿马有63%，肯尼亚有61%，尼日利亚有58%的人说他们现在正在减少饮食。此外，在接受调查的27319人中，近一半（43%）的人说，食品成本的提高使他们改变了饮食，这一点在发展中国家最为明显，巴拿马（71%）、埃及（67%）、肯尼亚（64%）和菲律宾（63%）的人们最有可能改变他们的饮食。在澳大利亚（27%）、英国（25%）和德国（10%）等发达国家，说食品价格上涨导致他们减少饮食的人要少得多。总的来说，发达国家的人也没有因为价格上涨而改变他们的饮食，特别是在西班牙只有17%，波兰19%，德国24%的人说他们改变了饮食。民意调查还显示，全世界70%的人对他们的国家政府为保持食品价格的可负担性所做的事情感到不满意。在埃及（88%不满意）、菲律宾（86%）和黎巴嫩（85%）以及一些发达国家，如法国（79%）、俄罗斯（78%）和意大利（74%），发现不满意的公民比例非常高。受访者被问及包括汽油在内的能源成本的上涨对他们和他们的家庭产生了多大的负面影响。总的来说，60%的人说，能源成本的增加对他们和他们的家庭有很大的影响，同样，发展中经济体的人似乎感受到了最大的影响？菲律宾有95%，埃及有93%，印度尼西亚有84%，肯尼亚和黎巴嫩有83%，墨西哥有81%。一些发达国家的大多数人也说他们受到了很大的影响？意大利有61%，法国有59%，美国有58%。GlobeScan主席Doug Miller评论说。"虽然世界各地的政府现在都在忙于应对金融危机，但很明显，许多公民认为他们没有采取足够的措施来减轻高食品价格的负担，而这些负担正落在那些最无力承担的人身上。"这些结果来自于国际民意调查公司GlobeScan与马里兰大学国际政策态度项目（PIPA）一起为BBC世界服务社进行的对26个国家的27319名成年公民的调查。GlobeScan在2008年7月8日至9月15日期间协调了实地工作。参与国家 注：在巴西、中国、哥斯达黎加、埃及、黎巴嫩、墨西哥、巴拿马、菲律宾、韩国、土耳其和阿拉伯联合酋长国使用了城市样本。详情请见方法。详细结果 在调查的26个国家中，除中国外，大多数人都说他们受到了食品和能源价格上涨的 "很大 "或 "相当大 "的负面影响。值得注意的是，在一些发展中国家，接近100%的公民受到食品价格上涨的 "很大 "或 "相当大 "的影响，例如埃及和菲律宾（98%），肯尼亚和印度尼西亚（96%），以及尼日利亚（95%）。在列入调查的11个发达国家中，法国、意大利、波兰和俄罗斯似乎受到粮食价格上涨的影响最大，大多数人（80%以上）说他们受到 "很大 "或 "相当大 "的负面影响。在调查的26个国家中，有22个国家的四分之三或更多的公民说他们受到了能源价格上涨的 "很大 "或 "相当大 "的负面影响。发展中国家的公民似乎是受影响最严重的，菲律宾（98%）、埃及（97%）、印度尼西亚（97%）、肯尼亚（95%）、巴拿马（95%）、黎巴嫩（93%）、墨西哥（93%）和尼日利亚（93%）超过90%的人说他们受到 "很大 "或 "相当大 "的影响。

**id 239**

MANA-A-IWI/MANA OF THE PEOPLE Ngatiawa rangatira Wiripine Ninia在这幅画中身着欧洲服装，与她在后来戈尔迪的一幅名为《老派之一》的肖像画中出现的情况不同。Wiripine脸部的深邃线条和她衣服的柔和色彩与她身后的raupo茅草墙融合得很好。她在两幅画中都穿着同样的taonga；事实上，对我们许多毛利人来说，Wiripine本身就是taonga，是我们文化可持续性的象征。taonga和mana-a-iwi之间的这种联系与本次展览中所有主题的相互关联性是一致的。我们中那些被认定为毛利人的人，特别是Ngatiawa部落的人，可以与Wiripine Ninia "交谈"，寻求她的指导，以及从她帮助我们与我们祖先的世界建立联系中获得的安慰。尽管戈尔迪的作品引起了许多批评，特别是关于其叙事的陈词滥调，但他为毛利人提供了服务。我们的Tupuna的图像记录补充了与过去的祖先联系，而这种联系在毛利文化中是非常重要的。Wiripine安静的尊严反映在她内向、反思的目光中。从中我们可以看出我们民族世代相传的马纳和谦逊。然而，它并没有将毛利人本质化，而是提醒我们所有人，毛利人和帕克哈人，在我们年老之前，我们可能不会有同样的谦逊和马纳。JD C.F. Goldie 1870-1947 Wiripine Ninia - A Ngatiawa Chieftainess 1911 布面油画 Sarjeant Gallery Te Whare O Rehua Whanganui Roger Blackley写道，Goldie认为他的主题是 "代表'类型'，在'标本'的意义上，需要在为时已晚之前收集。"毛利人面临灭绝的观点在二十世纪初年很盛行，不过有趣的是，戈尔迪自己的兄弟威廉分析了1901年的人口普查报告，并发表了一篇文章，反驳了这种观点。戈尔迪和他的模特之间有着密切的合作。他按日付费，如果他们从奥克兰以外的地方来到他的工作室，有时还承担他们的住宿费用。他们总是披着艺术家提供的毯子或天鹅绒为他而坐。在他的许多肖像画中，相同的tiki pounamu出现在男性和女性拍摄者的脖子上。维里平-尼尼亚在这里就戴着一个。他的肖像画由于在图文并茂的报刊上的复制而闻名。有些作品被印在特殊的艺术纸上，并被装裱起来挂在家里。虽然艺术评论家们越来越多地发现这些作品过于摄影化，缺乏 "艺术魅力"，但这些画作的现实主义风格总是受到公众的青睐。PS

**id 240**

召集有社区意识的全科医生服务提供者 成为奥运遗产的关键部分 今天（2012年11月6日星期二）开始，有社区意识的全科医生服务提供者有一个令人兴奋的机会，成为2012年伦敦奥运遗产的一部分。NHS东北伦敦和城市已经开始正式采购，要求在网站https://www.supplying2nhs.com，为位于伦敦Newham，E20 1AS的伊丽莎白女王奥林匹克公园的新Ludwig Guttmann爵士健康和福利中心的全科医生服务提供意向书。NHS伦敦东北部和城市正在寻找全科医生服务的提供者，以经营这个引人注目的健康和福祉中心，创新并提供高质量、物有所值的综合服务，为改善当地人的健康状况而努力实现奥运遗产。纽汉姆是伦敦发展最快的区之一。在2012年伦敦奥运会和残奥会期间，斯特拉特福德的运动员公寓将成为超过7000名新居民的家。在未来15年内，进一步的发展将看到预计有30,000至40,000人居住在公园周围。这其中的核心是路德维希-古特曼爵士健康和福祉中心。到2013年初夏，该中心将从运动员的测试和康复室转变为当地人的健康中心，为社区提供设施。 全面投入使用后，它将成为伦敦东部医院以外的最大的健康设施。全科医生服务将成为社区的一部分，共同为当地人民实现真正的奥运遗产而努力。全科医生服务将与该中心的其他服务和供应商合作，鼓励当地人使用公园内和周围的设施，以实现更健康的生活方式，并支持当地人就业和接受教育。NHS伦敦东北部和伦敦市的初级保健委托主任Steve Gilvin说。"我鼓励全科医生服务的供应商注册他们的兴趣，在这个高调的健康和福祉中心发挥主导作用。健康和福祉中心的全科医生服务将是发展高质量临床护理的核心，我们希望这将成为一个卓越的中心。"全科医生服务必须为多样化和快速增长的人口提供高质量的初级医疗服务，展示创新的护理方式，技术先进，优先考虑健康和预防方法。"预计该服务将与当地社区组织一起工作，并为其提供支持，这些组织也将位于该健康中心内和周围。他们将共同合作，为纽汉姆的人民实现一个长期的健康遗产。"健康和福利中心的药房服务采购今天也在网站https://www.supplying2nhs.com。其他医疗服务的采购将在今年晚些时候开始\*。NHS东北伦敦和城市是由Barking和Dagenham、City和Hackney、Havering、Newham、Redbridge、Tower Hamlets和Waltham Forest七个初级保健信托机构组成的集群。 它负责支持NHS临床委托团体的发展，发展全科医生、药房、牙科和验光服务、公共卫生，它有代表当地居民购买医疗保健的法定责任。\*除全科医生、牙科和社区药房服务外，NHS Newham临床委托小组将负责委托该中心的所有其他医疗服务。媒体查询请联系NHS伦敦东北部和城市的高级通讯经理Savaia Stevenson：savaia.stevenson@elc.nhs.uk 或致电07932 028 012。

**id 241**

综合博客 2012年新西兰航空葡萄酒奖 -- 品尝金奖的印象 24-Nov-2012 新西兰航空葡萄酒奖金奖得主的评审后和颁奖晚宴前的品酒会总是一个有趣和令人大开眼界的活动。在那里，人们可以一次性品尝所有的金牌葡萄酒，以获得对葡萄酒的整体印象。这其实只是一个印象，而不是全面深入的分析，但好处是可以看到更大的画面和视角。通常情况下，有负责葡萄酒的酿酒师参加，当然他们的同行也在场，听他们的评论是很有启发性和吸引力的。陷阱是不要过多地参与讨论，因为你将没有时间去看所有的葡萄酒。如果你有勇气，你可以预测哪些酒会赢得每个级别的比赛，或者如果真的（愚蠢地）有勇气，你可以猜测展会的冠军酒。我没有那么大的勇气，但我会在这篇文章中说我喜欢什么，它们不应该被理解为我对获奖者的猜测，而是被视为我的个人偏好。无论如何，奖杯将在今晚宣布，我们将看到评委们作为一个集体的想法。我将很快公布这些结果......www.airnzwineawards.co.nz 类起泡酒的印象 有3个金奖，风格各异。我喜欢Palliser Methode Traditionnelle 2007，因为它的整体复杂性和自溶的兴趣。Lindauer'Classic' Ros NV是一款特别 "聪明 "的酒，展示了如何在不花大钱的情况下将酒的特点融入到酒中...。Gewurztraminer 过去有更多的金奖，说明种植者和制造者付出了很多努力，但这次只有2个金奖，而且都是很强的例子，我的选择是Waimea 2012，因为它很丰富。但Lawson Dry Hills 2010也在其中。我在这里，被糖诱惑了。灰皮诺 有9个金奖，表现不错。由于水果的表现力不强，这类酒总是更难欣赏。所有的葡萄酒都显示出水果的兴趣和良好的重量和质地。有些表现出更多的趣味性，使它们成为与众不同的葡萄酒。2012年的Spy Valley有重量，柔和的质地和力量。而糖分则让事情变得更加复杂。又被糖分诱惑了？雷司令 有7个金奖，表现不错。我认为同一品种的不同风格是可以被认可的，这些酒表明它是这样的。West Brook Marlborough 2011的石灰和柠檬的纯度很突出，Maude 'Mt Maude Vineyard - East Block'2012的风格也很颓废，略显老旧（受霉菌影响）。西溪现在只是显示出一点烤面包的味道，而且非常漂亮。这两款酒因其酚类物质的细腻而与众不同，这对我来说是该品种的一个关键方面。长相思 由于参赛葡萄酒的数量众多，以及我们的行业在处理该品种方面的专业知识，你会认为这是一个拥有最多金牌的级别。17枚金奖显示了马尔堡在2012年的成功。有趣的是，这是在甲氧基吡嗪和硫醇表达之间的角力。我对两者都很满意，只要后者有水果相匹配。但是，在最近的展会上，硫醇表达的葡萄酒受到了打击。是不公平的吗？也许吧，因为今年的获奖者在辛辣、热情的果味方面比较淡。然而，令人满意的是，我们看到了一系列的奖项，包括个性十足的马图阿谷 "Paretai "2012，经典的拉帕拉泉 "储备 "2012，以及受木材影响的托胡 "Mugwi储备 "2011。霞多丽 这将是获胜的品种或级别，有15个金奖。较老的霞多丽显示了燧石复合还原特性中较重的一面。对我来说，大多数情况下都太重了，因为我在早期就被训练成把这种东西看作是一种错误。很明显，我已经开始容忍了，燧石味现在被解释为复杂性。我必须跟上时代的步伐，变得更加现代化尽管如此，年轻的2010年和2011年的葡萄酒非常敏感地处理了还原性问题。这款酒

**id 242**

关于美国贸易代表罗恩-柯克正在秘密谈判的《跨太平洋伙伴关系》的信息已经被泄露。六百名企业 "顾问 "参与其中，但不包括国会和媒体。 对TPP有管辖权的参议院贸易小组委员会主席罗恩-怀登（Ron Wyden）没有被允许看到文本或了解其内容。TPP被称为 "一个中心 "的权力工具。该协议基本上取消了外国公司对与之贸易的国家政府的责任。事实上，该协议让政府对企业因法规（包括健康、安全和环境法规）带来的成本负责。该协议赋予企业权利，让政府向它们支付遵守政府法规的费用。人们不禁要问，当遵守法规的成本强加给各国的纳税人，而不是强加给导致污染等溢出效应的经济活动时，环境、劳工和金融监管还能生存多久？许多人将把TPP解释为朝着建立新世界秩序的全球政府迈出的又一大步。 然而，TPP实际做的是将公司或其活动的溢出效应从政府的范围内移除。由于TPP并没有将治理国家的权力转移给企业，因此很难看到它如何导致全球政府。真正的结果是企业阶层的全球特权，作为一个不受政府监管的阶层。其中一个条款允许公司避开各国的法院和法律，建立一个私人法庭，公司可以利用这个法庭起诉政府，要求其支付遵守法规的费用。 从本质上讲，适用于企业的国家法律被一个由企业律师组成的私人法庭的决定所取代。TPP是对所有国家开放的。 目前，它正在美国、澳大利亚、文莱、新西兰、新加坡、越南、智利和秘鲁之间进行谈判。 据报道，澳大利亚已经拒绝接受私人法庭制度。我们该如何看待TPP？ 要想知道所有的答案也许还为时过早。然而，我可以提供一些思考问题的方法。我怀疑TPP是一个新的世界秩序的接管。如果有的话，TPP通过让企业免受政府控制，缩小了全球政府的范围。另外，全球政府，除非是美帝的政府，否则与新保守主义者坚持的美国对世界的霸权是不一致的。强大的美国意识形态、私人和政府利益集团无意通过被卷进某个新世界秩序而失去他们已经获得的权力，除非新世界秩序是美帝国的委婉说法。在对TPP的批评中，很多人强调该协议的外国成员的公司可以对美国施加成本。 然而，美国公司对这些国家也获得了同样的特权，因为该协议给予每个国家的公司对其他国家的法律的豁免权。然而，一旦日本、加拿大、中国和其他国家加入TPP，美国公司比外国公司从协议中获得更多好处的前景就会消失，除非从美国的角度来看，外国公司的定义包括那些在美国销售的商品和服务的离岸生产的美国公司。 如果是这样的话，那么美国的离岸公司不仅可以免受外国法律和法院的管辖，而且还可以免受美国法律和法院的管辖。这一点可能是无声的，因为该协议要求所有加入TPP的政府协调其法律，以便新的公司特权在每个国家都得到平等的反映。为了避免对一个国家不从事对外贸易的本国公司的歧视性法律，协调可能意味着国内公司将被授予与外国投资者相同的特权。如果没有，国内公司可以通过设立一个由办事处组成的外国子公司来获得特权。由于TPP显然是一个由美国公司推动的协议，其含义是美国公司认为它对他们有相对优势。然而，目前还不清楚这种优势是什么。或者说，TPP是在贸易协定的幌子下确保豁免监管的一种策略。另一种解释是，从协议最初缔约方的不寻常集合来看，该协议是

**id 243**

第一次世界大战的起源和后果 罗伯特-斯基德尔斯基（Robert Skidelsky）布莱顿学院讲座 | 2003年11月25日星期二 我曾经听过AJP泰勒关于第一次世界大战起源的讲座。他列举了各种可能的原因，否定了每一种原因。整整一个小时后，他说："嗯，还有最后一件事。弗朗茨-费迪南大公的司机确实在萨拉热窝走错了路。如果没有他，大公就不会被杀。如果他没有被杀，就不会有1914年8月的战争"。就这样，他坐了下来。这不仅仅是泰勒的聪明才智或自相矛盾。他是在给我们上一堂深刻的历史思维课。你可能会想：'但如果不是在1914年，战争--一些战争--会在1915年或1920年开始。有了所有的爆炸性材料，战争是不可避免的'。发现这个谬论。的确，我们可能会在1915年或1920年发生战争。但它也可能在1913年或1907年爆发。事实是它没有。推迟的战争就是避免的战争。另外，即使战争后来爆发了，也不会是同一场战争。它可能是一场较小的战争。因此，从某种意义上说，刺杀大公是解释实际战争--第一次世界大战的关键。对于第一次世界大战的起源，我们立即有两种相反的解释。首先，它可以被看作是一个意外的结果，然后启动了一连串的事件，如果不是因为这个意外，这些事件就不会发生。第二种解释是，这场战争有结构性的原因，深刻到使一场全面的欧洲战争不可避免，迟早会发生。大多数人对 "意外 "的解释不满意--众所周知的历史上的 "埃及艳后的鼻子 "理论。他们喜欢相信伟大的事件有伟大的原因；或者换一种说法--发生的一切都不得不发生。但请考虑这个例子。如果2000年佛罗里达州的选民登记册更加及时，戈尔而不是布什就会在佛罗里达州获胜，并因此成为美国总统。会不会有一场伊拉克战争呢？我很怀疑。伟大的事件往往是由小事决定的。然而，假设你想证明1914年有深刻的结构性因素使欧洲国家倾向于战争。你可以在政治因素和经济因素之间做出选择。一些历史学家强调大国之间的军备竞赛。这是一个政治因素。其他人则强调了英国和德国之间的贸易竞争。这就是经济因素。因此，我们有一个用于讨论大多数重大历史事件（不一定是战争）起源的解释方格，有四个象限。画出这个。在讨论一战的起源时，我想遵循尼尔-弗格森（Niall Ferguson）的论点，他在1998年出版的《战争的怜悯》一书是最近关于这个问题的最重要的书。我还将借鉴弗格森最近的书《帝国》。你们中的一些人可能已经看过与之配套的电视连续剧。弗格森是一位真正的历史学家，而不是只写历史书的人。他着手回答了10个问题。1.战争是不可避免的吗？2.2.为什么德国的领导人要在战争上赌博？3.为什么英国的领导人在战争爆发时决定进行干预？4.战争爆发时真的很受欢迎吗？5.宣传和新闻界是否使战争持续？6.为什么大英帝国巨大的经济优势在美国干预之前没有迅速使德国战败？7.为什么德军的军事优势没能在西线取得胜利？8.为什么人们在如此悲惨的情况下还在继续战斗？9.为什么人们停止了战斗？10.谁赢得了和平？我将尝试回答弗格森关于战争起源的前四个问题，以及他关于战争后果的最后一个问题。这场战争是不可避免的吗？大多数历史学家认为，鉴于人性或国际关系的结构，或资本主义，或将军们的时间表，或国内压力，或民族主义思想，它是不可避免的自然灾难。引用1914年德国总理贝特曼-霍尔维格的话："帝国主义、民族主义和经济唯物主义，在上一代决定了每个国家政策的轮廓，它们设定的目标只能以全面冲突为代价来追求"。最熟悉的结构理论版本围绕着德国的世界政策--它对欧洲的统治，以及最终对世界的统治的驱动。这是弗里茨-菲舍尔在20世纪60年代恢复的。菲舍尔的

**id 244**

Your Online Chapel of EaseT Evening Prayer 11.1.12: Feast of All the Saints 所以他们要从主的手中得到荣耀的冠冕和美丽的头饰，因为他要用右手遮盖他们，用手臂护卫他们。在整个拉丁美洲，万圣节和万灵节被当作一个单一的节日来对待。在危地马拉，托多斯桑托斯（意为 "所有的圣徒"）的印第安村民通过增加10月31日，将这些纪念死者的庆祝活动拉长为三天的活动。家庭在万灵节向死者表示敬意，装饰他们亲人的坟墓，并在教堂提供鲜花、玉米、南瓜和橘子片。点击放大。(照片和文字：危地马拉旅游局通过莱昂纳多-里卡多）我们感谢天父，他使我们有资格分享圣人在光中的遗产。歌罗西书》1:12 邀请函和赞美诗 上帝啊，请你快来拯救我们。主啊，快来帮助我们。赞美圣洁不分的三位一体神，一位神。\* 起初是这样，现在是这样，将来也是这样，直到永远。阿门。阿利路亚。赞美诗。世界之光 Phos hilaron 世界之光在恩典和美丽中，是上帝永恒面孔的镜子，是爱的自由责任的透明火焰，你给我们的种族带来救恩。现在，当我们看到傍晚的灯光时，我们高声赞美；你配得无尽的祝福，我们夜晚的太阳，我们日子的灯。诗篇148篇 哈里路亚!从天上赞美耶和华，\*在高处赞美他。赞美他，他的众天使；\*赞美他，他的众人。赞美他，太阳和月亮；\*赞美他，所有闪亮的星星。诸天中的天，和天上的水，都要赞美他。让他们赞美耶和华的名；\*因为他吩咐，他们就被创造。他使他们坚立，直到永远；\*他赐给他们律法，永不废去。你们从地上赞美耶和华，\*海怪和一切深渊；火和冰雹，雪和雾，\*狂风，遵行他的旨意；山和一切的丘陵，\*果树和一切的杉树；野兽和一切的牲畜，\*爬行的物和飞鸟；地上的君王和一切的百姓，\*王子和世上一切的统治者；少年人和少女，\*老年人和青年人。让他们赞美耶和华的名，\*因为只有他的名被高举，他的荣光在天地之间。他为他的子民兴起力量，为他所有忠心的仆人赞美，\*以色列的子民，是靠近他的人。哈里路亚!诗篇150篇 哈里路亚!在神的圣殿里赞美他；\*在他权柄的穹苍里赞美他。赞美他的大能行为；\*赞美他的卓越伟大。用公羊角的响声赞美他；\*用琴和竖琴赞美他。用木琴和舞蹈赞美他；\*用弦乐和管子赞美他。用响亮的钹赞美他；\*用响亮的铙钹赞美他。让一切有气息的东西\*赞美主。哈里路亚!赞美圣洁不分的三位一体神，一位神。\* 如同起初，现在，将来，直到永远。阿门。教训 智慧篇 5:1-5, 14-16 那时候，义人在欺压他们的人和轻视他们劳苦的人面前，要满有信心地站立。不义的人看见他们，必因可怕的恐惧而震动，他们必因义人意外的救恩而惊奇。他们要彼此悔改，在痛苦的心灵中呻吟，说：'这些人是我们曾经嘲笑的人，是被指责的人--我们是傻瓜！'。我们以为他们的生命是疯狂的，他们的结局是没有荣誉的。为什么他们会被列在神的儿女中？为什么他们的命运在圣徒中呢？因为希望

**id 245**

乡村的一席之地》标志着这位深受喜爱的作家的回归。就像美国的《普罗旺斯的一年》或《托斯卡纳的阳光下》一样，这本获奖的回忆录讲述了普遍的逃离梦想，对玛丽-伦诺克斯在《秘密花园》中所说的 "一点土地 "的向往。乡村的一席之地》描述了坎宁安从城市居民到乡村老手的转变，并将读者从她年轻时在布朗克斯的狭窄空间带到她最终定居的纽约北部农场的连绵绿地。坎宁安与土地、当地贵族（英国贵族、一位斯瓦米和他的追随者、奶农等）以及野生动物（牛、鹿、鸡、鹅、蛇和猪）的谈判，都以敏锐的洞察力、小说般的优雅和狡黠的幽默感表现出来。一路走来，我们陶醉在近期关于地方的一些最令人回味的写作中。乡村的一席之地》是一本非常令人满意的书，它既抓住了每个城市孩子的乡村梦想，也抓住了老式田园生活的凄美逝去。1.在《乡村的位置》中，乡村和乡村生活对坎宁安和她的家人及邻居有着不同的联想。乡村对坎宁安有什么意义？对她的丈夫和女儿们又是怎样的呢？鲍尔斯夫妇？霍奇森夫妇？斯瓦米和他的追随者？2.坎宁安是一位俄罗斯移民的孙女，她说她搬到这个国家既是回家，又是进入新土地的冒险。坎宁安的迁居如何既呼应了她祖母的移民和对美国的文化适应，又标志着她对 "根 "的回归？讨论这本书中城市和乡村居民之间的文化冲突。它们是如何反映移民和土生土长的美国人之间的冲突的？3.在这本回忆录中，房子和人一样，都是人物。请举出书中的例子，说明坎宁安如何将她的各种房子拟人化，特别是威洛比？此外，书中的房子是如何反映其主人的野心的？坎宁安对 "客栈 "的所有权说明了她的野心和抱负是什么？那些在Tuxedo公园购买男爵城堡的牙医（"牙医阶层"）又是怎样的情况？4.在许多方面，《乡村的位置》是一个爱情故事。讨论这本书中如何说明不同种类的爱，从浪漫的爱到母爱到房主的爱，以及她在书中陷入和失去爱的情况。(像房子一样，坎宁安在这本书中淘汰了某些关系。）坎宁安可能想说什么，无论多么含蓄，关于爱本身的性质？5.有一次（第107页），坎宁安说她永远不想成为她的房子的囚徒，就像她的燕尾服公园的邻居那样。她在这一点上成功了吗？她在威洛比的情况有什么不同，如果有的话？鲍尔斯夫妇也可以被称为他们房子的 "囚犯 "吗？(想想凯莉和内特在奶牛场的经历和困难） 6.乡村的一席之地》是一个关于阶级的故事，以及金钱如何为房主购买社会地位和隐私。对坎宁安来说，"乡下的一个地方 "意味着孤独、自由和和平。对于她那些以土地为生的邻居来说，国家意味着不同的东西，比如说他们的生计。将鲍尔斯夫妇的经历与坎宁安的经历进行对比。他们在乡村的经历和对乡村的看法在哪些方面与她自己不同？为什么？为什么他们离开这个国家在坎宁安的生活中是如此重要和具有破坏性的事件？7.坎宁安愉快地承认她有将乡村生活过度浪漫化的倾向。到书的结尾，她还是一个浪漫主义者吗？在书的结尾，她的哪些观点发生了变化（哪些依然存在）？你认为坎宁安的梦想和浪漫主义与她在威洛比的现实生活保持同步吗？8.将阿尔宾和珍妮（燕尾服公园的看守人和他的妻子）与威洛比的塞西尔-格林和斯图尔特-李进行对比。他们是如何

**id 246**

文学是一面镜子 我一生都在吞噬小说。我在三、四年级时发现了路易莎-梅-奥尔科特，在吸食了《小妇人》和《小男人》之后，我会悄悄地把图书馆里她不太出名的书塞到我的背包里，因为我知道，如果被那些盯着我的德州恶霸发现我带着《玫瑰花开》或《杰克和吉尔》这样看起来很女性化的书，他们会宣布开放季节。我记得在1969年7月，我正在读《七座山的房子》，因为我母亲把我从书中拖出来，来观看登月。我想，这是文学的一种胜利，我所记得的关于登月的内容就是我当时正在读的书。不过，在过去的几个月里，我想我读的小说比最近任何一个五年期的都多。部分原因是我没有强迫自己工作那么多，但也是因为我在我的地区发现了一家很棒的小书店。纽约州哈德逊市的The Spotty Dog（如图）。哈德逊谷还有其他独立书店，但他们的选择似乎很肤浅，而且可以预测，而The Spotty Dog的书店则是有趣的策划，一点都不明显。我站在书堆中阅读小说的开头部分，以计划我未来几个月的采购，我发现了一大批我不知道的近期或至少是现代的伟大小说家：伊塔洛-斯维沃、克努特-哈姆森、石黑一雄、大卫-马克森、戴夫-埃格斯，还有我知道但从未读过的作家，如多丽丝-莱辛、查尔斯-布考斯基（知道他的诗，不知道他写小说）、克里斯托弗-伊舍伍德。特别是斯维沃，他是如此令人愉快，以至于我对这个世界从未让我注意到他感到愤恨；我拿起他的《芝诺的良心》，只是因为前苏格拉底的芝诺一直让我感到好奇。我觉得《斑点狗》书架上的几乎每本书都值得我关注，只是因为它在那里。仿佛在中年时，我穿过一扇门，来到了一个有着自己的平行文学典籍的另一个宇宙。与最近的小说艺术有了更多的接触，这让我感觉更好，因为说到文学，我一直觉得自己是个非信徒。我阅读的核心一直是维多利亚时期的英国文学，我喜欢加布里埃尔-加西亚-马尔克斯，最近还喜欢弗朗辛-普罗斯，但我无法计算我开始和停止阅读的二战后小说。我对现代小说，尤其是那些特别有名的小说家的作品持怀疑态度，就像大多数非作曲家对现代音乐的态度一样，而且是出于同样的原因。我不会在这里列出我因厌恶而关闭的小说，因为我不希望他们的粉丝写信为他们辩护，但我将提供一部小说作为证据A，我非常清楚地记得我为什么放弃阅读。托马斯-品钦（Thomas Pynchon）的《葡萄园》。最近我放弃的大多数小说，其中《葡萄园》是个典范，我不喜欢的原因只有一个，那就是：作者把他或她所有的精力都放在写美丽、有趣、迂回、令人惊讶的句子上，而从不费力地让我关心接下来会发生什么。有一个非常简单的公式可以让一个人想把小说读到最后：让主角想要什么，并且难以得到。我可以沉浸在最平庸的特罗洛普小说中（我读过他的三打小说），只是因为一个年轻女孩想嫁给某个男人，但她因为经济问题而不能，或者因为她被误导了他的性格。特罗洛普可以用300页的篇幅，以微小的增量接近大团圆的结局，而我就在那里挂着每个字。但我记得，在《文兰》中，我不断惊讶于这本书的文笔有多美，每句话都有多少想象力，选词有多令人惊讶，然后在第50页反映出，如果我翻开这一页，整个戏剧人物在原子弹爆炸中被炸死，我会认为这是可以接受的情节转变。我想关心这些人物，渴望他们所渴望的东西，而品钦只想让我惊叹于他的技巧。

**id 247**

我得到了WAMP的工作，一切看起来都很好，但后台服务浏览器找不到我放在服务文件夹中的任何服务，甚至连例子都找不到。我已经检查了config.php文件中的路径，它没有问题。客户端生成器显示如下。"警告。Invalid argument supplied for foreach() in C:wampwwwBackOfficeClientGenerator.php on line 44?我不知道该怎么做。如果有任何帮助或关于什么是问题的想法，我们将非常感激！。啊，对不起，我应该看一下错误:|只是看到了路径，它突然出现在我面前......所以，从错误中听起来，在foreach循环中传递的东西是无效的，你有一个链接到你正在使用的后台代码吗？-- shaunhusain 11月13日17:46 OP问题中的foreach循环是从底部往上四行。为什么它不能得到这个服务列表，但需要进一步挖掘BackOffice文件（个人现在没有兴趣）。我猜测是配置入口点出了问题，但是很难说。是的，我也是这么想的，但我已经尝试了几种路径的组合，但似乎都没有成功，这很奇怪，昨天还工作得很好，现在就不行了。总之，谢谢你。我在PHP方面的知识几乎为零，否则我会花一些时间来调试整个项目的。-- Artemix Nov 13 at 18:01

**id 248**

在北区与The Liquorists一起度过的朗姆酒之夜 喝酒不只是出门、买酒和跌跌撞撞地回家（真的吗--编者注），这一点绝对被那些酱油班子的另一个钟声所证明，这就是The Liqourists的酒量。这个月我们以Rumberdrone 3拉开序幕，这是他们的朗姆酒之旅的第三次化身--为了表明三不是一个坏数字（如电视连续剧、困难的第三张专辑、约会的醋栗......），Liquorists全力以赴，将朗姆酒、鸡尾酒和酒吧的数量提高到六（从微不足道的五）--在最后还有一个非常特别的酒吧。Tom Sneesby -- The Liqourists的成员之一，也是我们的导游。 我们在Hula酒吧开始，这是一个很有态度的地下提基酒吧 -- 在这里我们品尝了Plantation；这是一种小规模的朗姆酒，每桶酒都被品尝，只有在符合每种朗姆酒的严格品尝标准时才装瓶。我觉得味道非常好--轻微的焦糖太妃糖，与旁边的香蕉和烤菠萝搭配得非常好。那些草裙舞的小伙子们还调制了大西洋船屋Daiquiri，果味清淡，用种植园的三星级酒调制。然后我们去了Keko Moku，这是北区的朗姆酒之家，也是一个相当不错的聚会场所。在这里，我们打开了埃尔多拉多12年朗姆酒 -- 丝般顺滑，奶油味浓郁，绝对是一款我可以喝上一整晚的酒。紧接着是Sanguine Swizzle，这是一款果味浓郁的混合饮料，含有大量的血橙和格雷伯爵糖浆的花香，是当晚最好的鸡尾酒。匆匆走过马路，来到北区的老前辈、非鸡尾酒酒吧Odd。下一杯朗姆酒是一种更干、更淡的Matusalem，其背后的故事充满了共产党人、仇杀和失去的财富--耐人寻味，我们的导游（也是The Liquorists的一半）Tom Sneesby说得很好（正如他当晚所有的高谈阔论和厚颜无耻的调侃一样）。那么，一个非鸡尾酒酒吧是如何提供鸡尾酒的呢？他们给你一个钢底（matron！）；基本上是一杯朗姆酒和一杯啤酒，意思是你每杯喝一口，这就是所有的工作。哦，他们还为你提供莫吉托鸡肉串和青柠蛋黄酱--看到了吧，有一种鸡尾酒潜伏在这里这是我的奇特的钢底壳 -- 哦，接下来是一个短暂的趔趄，来到了Tusk酒吧 -- 它被装饰成了古怪的非洲印花。在这里，我们毫无戒心地坐了下来，然后突然拿出了大炮！这是我的63%的防晒霜。这是一杯63%的Wray and Nephew酒，哇，脸都烧焦了。幸运的是，我们得到了一些水来 "软化 "它（如果你问我，仍然是血淋淋的融化脸）。为了防止我们被这种魔鬼水弄得酒精昏迷，Tusk制作了一款Hipster Daiquiri，主要是用酸橙酒，但确实起到了作用，把我们都唤醒了，我们可以继续前进。走过一段路（很高兴他们是短途 "行走"，即跌跌撞撞），我们来到了巴黎时尚的蓝猪餐厅--我以为女士们会穿上艳舞裙和香槟拖鞋；但结果是一个精致的干燥和清淡的布鲁加尔酒，配上甜度极高的苹果代基里酒和一大盘腌制的肉类和奶酪，营造出精致的欧洲氛围--此时我们已经有点松懈了，所以绝对需要精致起来。蓝猪餐厅的精致美食 然后是特别的惊喜--这次走了一段路（我很高兴能呼吸到新鲜空气，但不确定汤姆-斯奈斯比是否喜欢我在路上不停地聊天）--然后我们到达了涅槃，在天堂，在彩虹的尽头--也被酒鬼们称为 "办公室 "或22 Redbank。是的，这些疯狂的家伙把我们带到了他们的办公室。哦，我可以在那里找到一份工作吗？他们。有。一个酒吧。还有乒乓球。还有高尔夫俱乐部。还有皮沙发。我有没有提到他们的办公室里有一个酒吧？在22

**同上 249**

爱上丈夫的新娘》（2012年）（《新娘学校》系列中的一本书） 谢丽尔-安-史密斯的长篇小说 《新娘学校》的畅销书作者的一部诱人的长篇小说，主角是罗丝-贝利--一位前宫女，精通诱惑，即将学习爱情的艺术。作为一名歌妓，罗丝-贝利学会了如何通过装腔作势勾引男人。作为伊娃-布莱克小姐的新娘学校的学生，她学会了一个合格妻子的礼仪。但她的丈夫托马斯-斯坦霍普被她的泼辣性格所吸引，不希望她仅仅扮演一个角色。现在，罗丝还有最后一课要学--如何让自己去爱，以及如何真正被爱。

**id 250**

顽皮狗和索尼刚刚发布了该工作室即将推出的动作游戏《最后的我们》的扩展演示，该游戏定于明年在PlayStation 3上推出。最后的我们》描述了一个近未来的世界，在这个世界上，流行病已经摧毁了大部分人口。城市被遗弃，并被自然界收回。剩余的幸存者为了食物、武器和任何他们能找到的东西而互相残杀。乔尔，一个冷酷无情的幸存者，和艾丽，一个年轻的少女，她比她的年龄更勇敢，更聪明，必须一起努力，在美国剩下的旅程中生存下来。请看下面的预告片和屏幕。最后的我们》计划于2013年发行，专门用于PlayStation 3。

**id 251**

页面SOS--发生了什么？精彩的、有才华的、有奉献精神的，这只是描述我们的Sugar Nellie DT的几个词。我想感谢他们的辛勤工作。我希望你们都喜欢这个小型的博客聚会，只有三个新的数码产品加入到 "闪光和闪耀 "的版本中。本周我将把一大箱橡胶运到美国，因为我准备开设我们只有美国和加拿大的网店。只需解决一些物流问题，我们就可以开始行动了。从费城发货，这将是一个伟大的改进，我们所有的糖瘾者在池塘的另一边将能够在www.sugarnellie.com。 本周，Gorjuss女孩被抢购一空，有人给我们的美国客户说，他们正在销售，库存正在快速移动。我整个星期都在包装橡胶，邮局看到我用麻袋装着我们的邮件回来，肯定会感到惊喜。{这只是清仓的剩余库存，一旦卖完，我们将恢复到RRP的最后库存}抓紧时间，学校明天就回来了，离我们在费城的家庭假期只有几周时间，我们正在为冬天做准备。店里的顾客也在为寒冷的冬日储备物资，因为他们将无法或不想离开他们舒适的家来购物。在圣诞节前还有一次店内演示 纸艺 埃尔金 11月3日 创意 OLDMELDRUM 11月10日 我们正全力以赴，因为这是本季节和2012年的最后一次演示 3条评论。几个月前，我向我的几个手工优酷网友（在美国）透露了关于Gorjuss女孩的消息，因为他们在其他地方买了很多钱，我看到他们对服务和价格很满意，他们能够从FunkyKits得到他们的Gorjuss女孩:)我期待着能够购买一些数码邮票（只要我省下一些钱，就可以了），它们有时比橡胶要方便得多，但我还是喜欢橡胶。我太激动了......耶!嘿，凯伦......我很希望你能来弗吉尼亚州访问......任何时候都可以！我们应该计划明年。我们应该计划明年......你可以把盖尔、伊莱恩、米娜和其他想来的人带来。我们会有一个多么有趣的时间啊也许我们还会做一些手工活（或者不做！嘿嘿！），拥抱。帕特-弗兰克

**id 252**

成为爵士乐鼓手的8个基本技巧 斯图尔特-里奇分享了出人头地的方法 在过去的二十年里，斯图尔特-里奇已经成为伦敦和爱丁堡爵士乐界的固定人物。他出色的创造性和音乐意识的鼓声，赢得了同行和评论家的尊重。作为一个技术大师，他可以从他的鼓里哄出被耳语淹没的声音，同时也同样有能力在需要的时候提供一连串的鼓声怒吼。他既能为卡罗尔-基德和希拉-乔丹等摇摆不定的歌手提供支持，也能为小号手科林-斯蒂尔的苏格兰风味的后波普音乐提供动力。他是两个尖端三重奏的创始人之一，Arthurs.hoiby.Ritchie和Trianglehead，他对乐器的承诺在去年的苏格兰爵士奖中被选为最佳鼓手时得到了进一步认可。斯图尔特现在在伦敦和爱丁堡的家中分居。在2010年伦敦爵士音乐节的一场演出后，Rhythm采访了他，了解他作为爵士乐鼓手的成功秘诀。"练习可能是致命的，所以你必须享受它。有时无知也是一种幸福，因为它使你有创造力。现在又有人给你看了一些东西，你会说，'哦，上帝，我浪费了很多时间'。你没有浪费时间；棍子在你手中，这更重要。"1.从任何地方开始 "我开始在我的家乡阿伯丁演奏。我参加的第一个乐队是一个放克乐队，第一个工作小组是一个苏格兰的Ceilidh乐队--有人让我在周末替补，我待了三年。"当时在阿伯丁有四、五个爵士乐手，他们都很出色。我观察了他们几年，当我觉得足够勇敢的时候，他们就会让我演奏。"我有个表弟住在爱丁堡，当我16岁的时候，我去了爱丁堡参加艺穗节，在那里呆了两个半星期。爱丁堡与阿伯丁非常不同，我看到一些人在演奏现代爵士乐。"我19岁的时候到伦敦呆了一年，遇到了理查德-纽比（Richard Newby），他是伟大的鼓修饰者和完成者，并跟随他学习。然后我攒钱去参加国际爵士乐教育家协会在波士顿组织的为期一周的培训。我回来后想，'对了，我不能呆在苏格兰，因为无论在这里发生什么都是不够的，我要搬到伦敦去'，就在那时，一切都开始启动了。"2.热爱音乐 "我并不完全听爵士乐。我是听着约翰-皮尔的广播节目长大的--那真是不可思议，但上面没有一滴爵士乐的播放。我确实认识到，爵士乐似乎要复杂得多--展示的工艺水平要高得多。这是我想接受的一个挑战。"3.3.学习技艺 "你必须投入时间练习。我最近发现，你的肌肉需要大约10,000小时才能真正达到一定程度的记忆。很多时候我都是非常非常安静地练习，让肌肉在超级安静的动态下控制东西--我有时会用筷子玩。"练习可能是致命的，所以你必须享受它。有时无知也是一种幸福，因为它使你有创造力。现在又有人给你看了一些东西，你会说，'天哪，我浪费了很多时间'。你没有浪费时间；棍子在你手中，这更重要。"4.出去玩吧。"音乐家的伟大之处在于，我们的手艺是一种共享的东西。如果你有一个弹吉他的朋友，一个弹键盘的朋友，那么就和他们在一起吧。你玩什么并不重要，只要获得那种共同的经验。你会犯错误，你会本能地意识到，"那是不成功的，下次我不会再这么做了。"当你坐在一件乐器后面时，习惯于听到另一件乐器的演奏是一件美丽的事情，它教会你平衡、触觉和如何欣赏细微的差别。"5.听、听、听 "耳朵是第一件事--你进入这一切的关键。你的耳朵是最伟大的工具，因为它比任何东西都更能引导你，随着你作为一个音乐家的发展，你会听到更多。你可能处于的最终情况是，乐队真的在做饭，而你甚至没有

**id 253**

游戏新闻 新闻。Frozenbyte Written By:编辑 - 11月1812日 事情在Wii U eShop中升温 Trine 2开发者享受自由 Trine 2:导演剪辑版现在可以在北美的Wii U eShop上买到--并将在欧洲推出--该游戏的开发商Frozenbyte对任天堂处理可下载游戏的方式赞不绝口。在接受IGN采访时，Frozenbyte的市场经理Mikael Haveri证实，任天堂不仅仅是向独立开发者伸出援手，而是给了他们更多的自由；他明确表示与苹果和Steam的类似做法有关。这就是我们喜欢新的电子商店的原因。我们有权力按照自己的意愿为我们的产品定价，只需要大公司的一些基本准则。这一步纯粹是来自任天堂方面，他们清楚地看到，[他们的]前几期产品没有达到标准。我们可以设定我们自己的定价，并在此基础上实际上继续通过设定我们自己的销售，只要我们想。这与苹果和Steam目前所做的非常接近，而且对独立玩家非常友好。目前在其他游戏机上，独立开发者很难对他们的游戏进行更新和打补丁，因为他们被迫要付费才能这样做。以Xbox Live Arcade为例，创建第一个更新将不会花费公司的费用，但任何更多的更新都会产生费用；这是小型开发商在经济上难以证明的事情。但Wii U电子商城则不同--所需的每一个更新都是免费的，鼓励开发者尽可能多地进行更新，以创造最好的游戏体验。他们[任天堂]已经推掉了以前建立的所有旧方法。简单地说，他们已经告诉我们，每个补丁没有基本的付款（在大多数平台上是相当高的），我们可以

**id 254**

为什么我们需要更多的（更昂贵的）付费停车位 在今天的头版社论中，《西雅图时报》对付费停车位进行了薄薄的伪装（奇怪的是，这篇文章并不是由该报优秀而平和的交通记者Mike Lindblom写的），对城市停车执法进行了抨击。从令人震惊的标题--"违章停车为西雅图市带来巨额收入"--到故事中一贯的假设，即读者开着车，讨厌为停车付费，这篇文章由一个论点组成，即停车应该免费。这篇报道说："停车执法是所有密集城区的祸害，""而且它将变得更糟"。但有一个强有力的理由表明，我们应该为停车付费----而且要比现在付得更多。请允许我引用自己的话：根据《免费停车的高昂成本》一书的作者唐纳德-舒普（Donald Shoup）的说法，2002年仅路边停车的补贴总额就在1270亿至3740亿美元之间。无论我们是否开车，我们都要为这些停车位付费，其形式包括更高的租金、更昂贵的餐饮和娱乐，以及更高的房屋所有权成本。此外，更多的停车位导致了更多的驾驶（供应，满足需求），这导致了更多的扩张，更多的拥堵，更多的事故，以及大气中更多的温室气体。这些成本是由每个人承担的，而不仅仅是那些开车的人。你的 "免费 "停车位是你邻居的孩子的哮喘病。如果有的话，那么，停车费应该更贵，当然永远不会免费。不过，在西雅图，大多数停车位已经是免费的了。根据该市的数据，西雅图有13500个付费停车位。根据美国人口普查局的数据，西雅图有（至少）40万辆汽车。不，这不是一个确切的相关性---人们经常短期停车然后开车离开，而且西雅图有很多大量使用的私人停车场---但每一个付费停车位有超过29辆车的事实表明了一种不平衡现象。而且，市政府实际上并没有像报道中所说的那样 "赚到钱"。扣除执法成本后，市政府每年在停车方面的收入约为900万美元。同时，正如《西雅图周刊》所指出的，停车违规者目前欠市政府5200万美元，这一数字使停车罚款收入相形见绌。而且，西雅图的路边停车位很便宜--每小时只需2美元，而市中心的私人停车场则需要10美元或更多。如果有的话，市政府应该提高停车费用，以跟上私人市场的步伐。最后，《泰晤士报》把付费停车写得好像它是一个邪恶的社会工程实验，旨在让人们离开他们的汽车（"新的停车法和更严厉的惩罚应该使驾驶变得不那么有吸引力"）。虽然这可能有一定的道理--报道中引用了规划和发展部发言人布莱恩-史蒂文斯（Bryan Stevens）的话："当开车和停车变得更加困难时，人们会改变他们的模式"--但是，停车对价格非常不敏感也是事实。市政府官员说，当该市将商业停车税提高到10%时，人们继续停车，而用于支付当地交通基础设施的停车税收入也相应激增。这表明，想要方便停车的人愿意为之付费。如果这能带来收入，帮助修复我们摇摇欲坠的道路基础设施，那么在我看来，付费停车场越多越好。西雅图市中心的空置率已经达到了历史最高水平，因为成本高，商业不便利。也许市中心的许多建筑可以而且应该被夷为平地，以减轻西雅图半岛的负担，使其密度与郊区一致。这将为公园、绿化、免费停车场和低层建筑创造土地，这些都是高科技和现代商业职业的标准。发布者：The Information 大约两年前 但是......但是......我们已经通过税收为这些停车位支付了费用 &lt;/snark&gt; 说真的，《时代周刊》的编辑部有谁试过在一个正常的工作日里在市中心找到街道停车位？当然，你可以找到它--你只是需要导航一段时间。 现在想象一下，如果它是免费的，不受管制的--街道上的停车位会到处都是！诚实！这是当地报纸的对面周，或者一些小丑因为有一个次等的douchenozz而得到了一张停车票。

**id 255**

温迪女孩会比你活得更久；"永远的鸟 "会比你活得更久；那个任性的东西会被娶为妻子（不像你，永远不会被娶为妻子），她也会比你活得更久。把她射下来，把她射下来，你说。温迪鸟下来了，彼得鸟也下来了，说谁干的？你又被关在你的小房子里，在你周围，各种仙女鸟都在死去，从梦幻岛上掉下来，把茧子的尸体挂在梦幻树上，给梦幻虫，给梦幻蜜蜂。

**id 256**

用显微镜可以看到的池塘水生动物。原生动物和小动物 当你用显微镜观察淡水时，你可能会看到各种微小的生物。 淡水样本的来源可以包括池塘、湖泊、河流、水族馆水箱，甚至是一个旧的雨水坑。你可能会看到属于单细胞王国的细菌。 你可能会看到微小的动物，如轮虫，属于动物界，当然，还有原生动物和藻类，属于原生动物界。 藻类是单细胞的植物类原生动物，原生动物是单细胞的动物类原生动物。 记住，原生动物既不是动物也不是植物，而是属于它们自己的王国！。原生动物根据它们的运动方式进一步分类，有四种类型。 桅杆菌门用一条长鞭子似的延伸物移动，称为鞭毛。 纤毛虫类有数百根细小的 "毛"，像小船桨一样齐声拍打，使它们在水中移动。 变形虫类包括变形虫，它们使用所谓的 "假足"，或假脚，像流动的果冻一样移动。 最后一种类型的原生动物是孢子虫。 它们是非常小的孢子状，没有明显的运动手段。 有些是有害的，如引起疟疾的那些。科学家们估计，有超过50,000种不同的原生动物。 即使如此，还有许多新的原生动物尚未被发现，因为新的物种经常被确认。在下面找到一些常见淡水小动物的图片和描述的链接，你在用显微镜调查时可能会遇到这些小动物。 点击小图片可以进入该组的页面。 如果你试图识别一个特定的原生动物，首先确定它是如何移动的，然后搜索下面的相应部分。 (注意：所有图片都有版权，未经许可不得使用。）如果你觉得本网站的信息有价值，我们建议你从你的网站上链接到本网站，这样其他人就可以很容易地找到它。关于显微镜，请点击上面的 "供应商 "链接。纤毛虫门：这些小动物被称为纤毛虫，有数百根细小的纤毛，它们齐心协力地跳动，推动原生动物在水中前进。 左边显示的是学校的经典之作--帕拉梅克。纤毛通常融合成一排或一束（称为cirri），用于特殊功能，如收集食物。 除了运动之外，帕拉米虫还利用纤毛将食物扫入它的中央通道或食道。 其他纤毛虫包括Stentor、Blepharisma、Bursaria和Vorticella。点击图片，查看更多内容。桅杆动物门：这些原生动物用鞭子一样的延伸物移动，称为鞭毛。 鞭毛是一种长纤维，螺旋状缠绕，在水中跳动或旋转，使原生动物移动。 这一组中包括Peranema（左图所示）、Euglena和Volvox。点击图片可以看到更多。变形虫门：变形虫。 它们是在单个细胞中形成的一团原生质体。 通过将它们的原生质体向前流入一个 "脚"，然后将它们身体的其余部分带入这个 "脚"，它们就可以滑行了。 一些Sarcodina有坚固的轴杆，而不是假脚。 它们通过这些杆子的运动来移动。 另一种经典的高中生原生动物是变形虫Proteus，显示在左边。点击图片查看更多 .多细胞动物：这些小动物不属于原生动物王国，而是属于Anamalia王国。 有些，如轮虫看起来像原生动物，甚至有纤毛，但它们是由许多细胞组成的，并且像其他动物一样有器官。 左边显示的是一种非常常见的池塘水生物，叫做轮虫。 如果你研究池塘水样，你会看到轮虫。点击图片可以看到更多。

**id 257**

X因素第九周淘汰。联合会被淘汰？发布者：Daniel 赔率显示Union J将成为本周末半决赛的牺牲品。我在本周早些时候拿了一些10-11的赔率，他们现在的最佳赔率是8-11。有声音暗示--但还没有正式确认--不会有一个人被淘汰，这只会巩固他们作为淘汰赛热门的地位。Richard Betsfactor本周早些时候在他关于Sofabet的文章中做了计算。如果没有弃权，25.1%将保证你在决赛中的位置。从历史上看，至少需要18%的电话投票才能让你有机会进入决赛。Union J在第四周排名倒数第二，说明他们在那个阶段有大约5.5%的选票。诚然，那时有更多的对手，但再出现两次倒数第一的情况并不令人鼓舞。正如尼基在上周日的评论中指出的。"每一个在五场表演阶段幸存下来的演员都在下一周被淘汰，即获得第四名。(Diana Vickers、Danyl Johnson、Cher Lloyd和Misha B.）"然而，在2008年，丹尼尔-约翰逊在第三周就进入了倒数第二名，只差一点就能进入决赛，而米沙-B在第四周出现在倒数第二名，并在2011年的半决赛中也只是落选。这些例子可能表明，对男团来说，这并不是一项不可能完成的任务。但是Danyl和Misha被认为是他们各自年份中最有分歧但又最有才华的行为。Union J就不一样了，他们是这次剩下的参赛者中最平淡的。如果不进行抽签，Union J进入决赛的机会在很多方面都会减少。首先，这样的决定可能表明，制片人认为他们无法得到，甚至不希望克里斯-马洛尼在倒数第二名中与男团对抗。我们必须假设他们想让贾明和詹姆斯进入决赛，因为他们已经点名批评了好几周了。其次，如果决定不进行抽签，这将影响到今晚节目中对待表演的方式。在半决赛阶段，明显的批评和破坏性的制作通常会被淡化，我们将在下面解释为什么对克里斯来说可能是这样的情况。然而，如果没有一个人被淘汰，制片人将更有必要对詹姆斯这样的人进行炒作，以确保他在决赛中的位置。因此，我不认为Union J会像2010年男团前辈One Direction在这个阶段得到的帮助那样，享受全面的拉皮条。至于克里斯，谁能预料到他会成为与之前任何人都不同的、将节目中的阴谋诡计暴露无遗的行为？我们已经有两场现场表演，评委们对他的作品进行了评论，这种方式曾经是Sofabet和类似网站的专利。本周，《太阳报》告诉我们，制片人不想看到更多的负面报道，因为害怕激起人们的同情心，随后，嗯，又是一连串的负面报道。这种情况发生多久了，还有待商榷（像R这样的Sofabet评论员已经说了好一阵子了），但现在看来，制片人显然是在接受克里斯托弗-马洛尼现象，将其作为该系列节目中最好的头条新闻。本周的专栏显示，节目制作人认识到它将一路走到决赛。如果《每日星报》泄露的消息是真的，他在第7周扩大了领先优势，他们可能没有什么选择。我仍然确信他们不希望他赢得这场比赛，但如何阻止一辆失控的火车呢？我的猜测是，今晚将看到评委们的欺凌表面上有所缓和，但仍试图在观众心中植入这样的想法：他在某种程度上不 "值得 "或 "正确 "成为X因素冠军。基本上，这一周我们在媒体上看到的都是这种情况的延续。我对他接下来被淘汰的10-3的最佳赔率不感兴趣。一般来说，詹姆斯的赔率是8-1，他本周的新闻主要是关于他作为一个女人的能力，制片人一直试图推动整个系列。在身体和音乐方面，他一直是一个后天的味道，但在过去的几周里，一直试图扩大他的吸引力。我们没有

**id 258**

猎鹰听不到猎手的声音，事情分崩离析，中心无法维持，无政府状态在世界范围内松动，血色的潮水松动，到处都是，纯真的仪式被淹没，最好的人缺乏信念，而最坏的人充满激情。-- W.B. Yeats，《第二次来临》，"凯撒行动"。自20世纪60年代以来，一些法国政客在南特附近美丽而生态丰富的博卡奇乡村，更确切地说，是在圣母院德兰德斯，有一个新机场的项目。这座机场现在已经正式取代了目前位于南特郊区的机场（这座 "老机场 "运行良好，甚至在2011年获得了欧洲最佳机场奖）。从一开始，居住在Notre Dame des Landes和附近乡镇的人们就强烈反对。1970年代石油危机后，"新机场 "项目被置于待机状态。担任南特市市长23年的Jean-Marc Ayrault想把它变成自己的 "宝贝"，并在2000年再次将它挖出来。他一直是这个自大狂项目最响亮的倡导者之一。 法国已经有170个机场，而德国有19个，英国有50个。如果这个项目进行下去，数百公顷的可耕地、树林、数百个富饶的池塘和古老的树篱，以及农场和生计将被摧毁，并被混凝土、煤油罐和停车场所覆盖，数以亿计的公共资金将用于投资（这里不谈紧缩政策）。大部分的利润将直接进入Vinci的口袋（这个巨大的公司将建造机场并享有至少55年的特许权）。Ayrault和大多数法国政治家一样，是一个众所周知的骗子：他在1997年因在公共招标事项上的错误行为而被谴责。这场斗争不仅仅是反对一个机场，而是通过反对其致命的表现形式来反对这个系统的一种方式。住在那里的人们建造了房屋、小屋，创建了社区花园，组织了各种公开活动，如辩论会、文化创作研讨会和DIY节。独立媒体的采访清楚地表明，他们的主要目标之一是尽可能自主，尽可能独立，尽可能不受资本主义制度的影响。在一个非常现实的意义上，这就是 "marronage"。逮捕后，DNA归档是系统性的，人们经常因为拒绝接受DNA样本而被判刑。我还必须提到，2011年6月，当钻探机来到ZAD进行初步取样时，早期展示了军事力量，这种力量除了攻击反对者的肺部，还使一群牛在取代通常晨雾的CS气体云之间惊慌地奔跑。该区已逐渐被置于警方的严密监控之下。拒绝拆迁的农民受到警察和Vinci的手下的骚扰。农民、"棚户区居民 "和其他反对者之间的团结斗争非常强烈，因为拒绝被收买的该区合法居民非常清楚，不久之后，他们也将成为 "非法"、"棚户区居民"。如果我现在写这个，那是因为让-马克-艾罗现在是法国总理。10月16日，当局发起了一场庞大的军事和警察占领行动，将反对者赶出该区。这次行动被称为 "凯撒行动"。从清晨开始，直升机、数百名警察（有人说约1000人）和 "Gendarmes Mobiles"（法国军队中专门负责 "防暴 "的部门）一直试图将约200人赶出该地区，摧毁房屋和小屋，更普遍的是完全控制该地区，使其成为一片沙漠，为Vinci的行动提供清洁和安全。凯撒行动的一部分军团，10月16日，兰德圣母院。但他们还没有完全达到目的。抵抗，即使是绝对的寡不敌众，也是坚定的。ZADists设法盗用了Vinci的高速公路无线电频率，他们用它来组织该区的防御。

**id 259**

联邦银行和纸币发行：1920-1960年 30年代未发行的纸币 30年代设计和印刷了一些纸币，但从未发行。这些钞票反映了君主制的戏剧性变化。一张显示国王爱德华八世肖像的一磅纸币被设计出来，但由于国王退位而从未发行。国王乔治五世的儿子威尔士亲王爱德华在其父亲于1936年1月去世后成为国王爱德华八世。1936年12月，国王爱德华八世退位，并于1937年6月在法国与美国离异人士沃利斯-辛普森夫人结婚。虽然放弃了以爱德华八世为主角的新钞票的设计和生产，但带有爱德华八世水印的面额一直持续到1940年，当时出现了带有乔治六世国王头像和库克船长水印的新系列。库克船长水印是联邦银行在退位后选择的，因为人们认为使用历史上（已故）人物的肖像作为水印更为可取。这张显示国王爱德华八世肖像的1元纸币被设计出来，但由于国王在1936年底退位，所以从未发行。其他未发行的纸币包括1934年和1939年各设计的50和100面值的纸币，分别印有国王乔治五世和国王乔治六世的肖像。它们还印有澳大利亚经济部门的插图。未发行的50元纸币的背面印有采矿业，该行业在20世纪30年代得到了强劲的复苏。100元纸币上印有乳制品行业的插图，该行业在20世纪20年代和30年代得到了稳固的发展。在1913年最初的纸币之后，没有再发行过高于10元的新纸币面额。根据1945年的《国家安全法》，超过10面值的纸币被宣布为不再是法定货币并被积极收回。当时的政府认为高面值的纸币有利于逃税和黑市活动。原住民和托雷斯海峡岛民应注意，本博物馆网站可能包含已故人士的图像或姓名。

**id 260**

信息图。根据推特上的评论，谁会赢得最佳影片？奥斯卡颁奖典礼又来了，这意味着整个好莱坞都在热议哪部电影将获得最佳影片的殊荣。我们刚刚发表了一篇文章，询问你认为谁应该获奖，但在这之前，请看一下这张出色的信息图，它显示了如果根据社会媒体的讨论，谁会赢得这个奖项。下面的图表是由公关公司Way to Blue的优秀人员制作的，显示了一些有趣的结果。根据该信息图，如果仅凭Twitter，《午夜巴黎》将因 "获胜意愿 "而获得最佳影片奖，但就纯粹的嗡嗡声而言，《艺术家》将获得该奖项。让我们面对现实吧，这部无声的黑白电影更有可能在星期天晚上/格林尼治标准时间星期一早上赢得该奖项，但只有时间才能证明。

**id 261**

不是Mods，而是像你和我这样的用户来批准它们。你所要做的就是测试应用程序，检查它的便携性，并通过选择大拇指来为它投票。我认为，在每个人都有机会的情况下，期望我们（常规测试者）批准应用程序，这有点不公平。我快速看了一下，但大多数在那里的都已经在列表中一段时间了，并且/或者需要一些认真的编辑。如果你认为它是值得的，而且条目的格式正确，请在这里发布。谢谢。 rodger123没有对数据库进行任何添加。他/她只是在提交分论坛上提交了一个应用程序。由于这是该用户的第一篇帖子，它必须要被审核。这就是为什么它没有被立即发布。

**id 262**

10支赢得斯坦利杯的球队 作为一个冰球迷，我们认为看一看一些赢得斯坦利杯的球队会很有趣。1.温尼伯喷气机队 -- 哦，有什么能比NHL回到温尼伯更好的？ 喷气机队将赢得冠军。 如果你认为这个城市和这个省现在很兴奋，那就等着他们举行斯坦利杯游行吧。2.多伦多枫叶队 -- 枫叶队是什么，竟然也跑到这个名单上？ 啊，可悲的是，如果枫叶队赢得了杯赛，我们将永远听不到它的结束。 枫叶队的球迷不得不忍受多年来的平庸和令人质疑的前台举措。 似乎哈罗德-巴拉德给球队下了一个诅咒，不是吗？ 不管怎么说，自从叶子队最后一次举办圣杯赛以来，已经有将近45年了。3.温哥华加人队 -- 加人队曾两次接近，分别在1994年和2011年以7场比赛输给游骑兵队和布鲁斯队。 老实说，他们应该赢得这两个系列赛。 2004年，游骑兵队在总决赛开始前多加了一天的NHL比赛，从而获得了休息。 2011年，加人队的斯坦利杯在他们的掌握之中，然后简单地内爆，因为他们遇到了蒂姆-托马斯的火热的守门员。 我仍然在寻找丹尼尔和亨利克。 他们在总决赛中打球，不是吗？ 啧啧，你会认为有一个阴谋来阻止我们心爱的加拿大球队赢得杯赛。 从各方面来看，加人队去年应该赢得斯坦利杯。 每一年加拿大城市举办奥运会，该城市的NHL球队都会赢得斯坦利杯。 2010-11年，温哥华结束了这一连串的比赛。4.蒙特利尔加拿大人队 -- 蒙特利尔人队经历了他们有史以来最长的斯坦利杯干旱。 你可以感谢向太阳地带的扩张。 不知道加拿大人什么时候能赢得他们的第25座杯，但如果他们能早一点赢得就好了。5.埃德蒙顿油人队 -- 80年代的王朝早已不复存在，但有一群技术高超的年轻球员，如乔丹-艾伯尔、瑞安-纽金特-霍普金斯和泰勒-霍尔，它可能不会那么遥远了。 2015年的油人队会是2010年的B;ackhawks吗？ 2006年，油人队的灰姑娘之旅被缩短了，但如果德维恩-罗罗森没有在第一场比赛中受伤，我很确定油人队会战胜飓风队赢得冠军。 从那时起，我就没能好好睡觉。6.洛杉矶国王队--加州最古老的NHL特许经营权拥有一批伟大的年轻球员，而且早就该赢得斯坦利杯了，但如果韦恩-格雷茨基不能将银器送到金城，谁会呢？7.圣何塞鲨鱼队 -- 鲨鱼队多年来一直是一支强大的常规赛球队，但到了第二赛季，却不能完全拉开距离。 我认为很多人不会介意鲨鱼队最终一路过关斩将，享受一些杯赛的成功。8.圣路易斯蓝军--1967年的另一支原始扩张球队。 直到几年前，蓝调队是所有职业体育中持续时间最长的季后赛之一，但在过去25年里却无法进入总决赛。 一定有什么原因吧？10.费城飞人队 -- 多年来，飞人队拥有一些伟大的球队，并多次进入决赛，但一直未能获得大奖。 更多的时候，他们的守门员被指责，但他们根本无法复制他们在70年代中期作为宽街恶霸的赛季后的成功。这就是我们希望看到的十支赢得斯坦利杯的球队。 加拿大球队赢得斯坦利杯的干旱已经持续了很长时间。 希望加拿大球队能在未来几年内赢得这个奖项。1 Response to "10 Teams it Would Be Nice to See Win the Stanley Cup" [...]佛罗里达州（坦帕湾）和卡罗莱纳州的球队都赢得了斯坦利杯。 如果斯坦利杯回到加拿大球队手中，那不是很好吗？ 啊，是的，经济决定了冰球运动与我们一些人的成长不同。 仍然 [...] 有关广告信息或询问在曲棍球狂人上的客串文章的情况

**id 263**

重要提示：当你开始免费试用或在试用期内取消时，不会从你的信用卡中扣除。如果你对Amazon Prime很满意，那就什么都不要做。在免费试用期结束后，你的会员资格将自动升级为全年，价格为79美元。书中描述 提出人们在 "情感社区 "中生活（和生活）--每个社区都有自己特定的情感评价和表达规范--芭芭拉-H-罗森韦恩在这里讨论了中世纪早期的一些例子。利用广泛的微观历史研究以及情感的认知和社会建构主义理论，罗森韦恩表明，不同的情感群体共存，有些群体有时占主导地位，宗教信仰影响着情感风格，甚至这些风格有助于塑造宗教表达。这本极具原创性的书既是对中世纪早期情感话语的研究，也是对历史学家和社会科学家之间关于人类情感本质的辩论的贡献。罗森韦恩探讨了在几个案例研究中发现的情感社区的特征：三个不同的高卢城市的葬礼铭文；教皇格雷戈里大帝的著作；两个朋友，图尔的格雷戈里和维南修斯-福图塔斯的情感世界；克洛萨二世及其继承人的纽斯特里亚宫廷；以及最后的七世纪末的动荡时期。在这篇文章中，作者提出了一种考虑情感历史的新方法，邀请其他人继续并推进这一探究。对于中世纪学者、早期现代学者和现代世界的历史学家来说，这本书将因其对诺伯特-埃利亚斯极具影响力的 "文明进程 "概念的有说服力的批评而感兴趣。罗森韦恩的情感共同体概念是所有从事情感研究的历史学家和社会科学家都需要面对的问题。巴尔巴拉-H-罗森韦恩提出，人们在 "情感社区 "中生活（和生活）--每个社区都有其特定的情感评价和表达规范--在这里讨论了中世纪早期的一些例子。利用广泛的微观历史研究以及情感的认知和社会建构主义理论，罗森韦恩表明，不同的情感群体共存，有些群体有时占主导地位，宗教信仰影响着情感风格，甚至这些风格有助于塑造宗教表达。这本极具原创性的书既是对中世纪早期情感话语的研究，也是对历史学家和社会科学家之间关于人类情感本质的辩论的贡献。罗森韦恩探讨了在几个案例研究中发现的情感社区的特征：三个不同的高卢城市的葬礼铭文；教皇格雷戈里大帝的著作；两个朋友，图尔的格雷戈里和维南修斯-福图塔斯的情感世界；克洛萨二世及其继承人的纽斯特里亚宫廷；以及最后的七世纪末的动荡时期。在这篇文章中，作者提出了一种考虑情感历史的新方法，邀请其他人继续并推进这一探究。对于中世纪学者、早期现代学者和现代世界的历史学家来说，这本书将因其对诺伯特-埃利亚斯极具影响力的 "文明进程 "概念的有说服力的批评而感兴趣。罗森韦恩的情感共同体概念是所有从事情感研究的历史学家和社会科学家都需要面对的问题。{"itemData":[{"priceBreaksMAP":null, "buy\...to wishlist", "Add both to Wish List", "Add all three to Wish List"], "addToCart":["Add to Cart", "Add both to Cart", "Add all three to Cart"], "showDetailsDefault": "Show availability and shipping details", "shipError":"发生错误，请重试", "hideDetailsDefault": "隐藏供货情况和运输细节", "priceLabel":["价格:", "两件商品的价格:", "三件商品的价格:"], "预购":["预购此商品", "预购两件商品", "预购所有三件商品"]}}。编辑点评 评论 "1400年前的人们对一个女人说他们'被她的眼泪所感动'，或者发现一个事件'让人感到地狱般的恐惧'时，是什么意思？历史学家一直对中世纪的情感描述感到疑惑。他们对它们的解释是

**id 264**

有可能看到测试运行的结果吗？Admin Functions David Alpert 29 Oct, 2012 04:55 AM 我有一个解决方案，有4个测试项目，有些使用不同的测试框架，目前只有一个有测试。我的构建结果显示 "测试失败。但我看不到任何方式看到诊断输出或运行该测试的控制台输出（或寻找/找到要运行的测试），所以我看不到任何方式来调试这个问题。在通过API调用我的测试后，我看到了1个通过的测试，其他什么都没有。我所寻找的是产生 "无法处理测试 "信息的代码的日志输出。API似乎以json或xml格式显示与浏览测试结果相同的细节，即通过或失败的测试结果。这似乎是一个测试既没有通过也没有失败的案例，而只是不能被处理......管理功能在我的案例中，问题似乎是由于有不止一种类型的测试项目造成的；即3个项目使用xunit.net，1个使用specflow/nunit，还有一个使用mspec。在找到一个测试项目并确定了一个测试运行器后，也许它锁定了该测试格式，并在其他项目上死亡？

**id 265**

德马尔科米格尔-卡布雷拉是美联社MVP的正确选择。但迈克-特劳特也会是。这里没有一个错误的答案。只有两个我们所见过的最惊人的个人赛季，方式各不相同。新生代后卫本-麦克勒莫（中）得了25分和8个篮板，第7名堪萨斯大学周四利用下半场的大举进攻以69-55击败查塔努加大学。周二刚输给密歇根大学的杰鹰队在对阵摩卡的比赛中开局低迷，在下半场开始的几分钟内以42-30落后。国家广播公司的全国狗展，现在已经进入第11个年头，已经成为一个节日的固定节目，就像火鸡和南瓜饼一样。因此，在电视前坐下来--并在沙发上为你所有的四条腿的朋友留出空间。挣扎中的篮网仍在努力寻找自己的身份 艾弗里-约翰逊不确定本赛季布鲁克林篮网队主教练艾弗里-约翰逊表示，他的球队仍在努力寻找正确的化学反应，以走上胜利的轨道。观点 作者：Ira Winderman NBCSports.com 美国东部时间11月9日凌晨2点46分更新 Ira Winderman 本赛季布鲁克林网队发生的最好的事情是什么？三个字就能概括。洛杉矶湖人队。因为如果没有湖人队早期的挣扎，没有科比-布莱恩特的生闷气和迈克-布朗的出汗，我们的注意力可能就会转向东海岸版本的本应是下一个最好的事情。说它没有完全按照剧本进行，是轻描淡写的。主场开幕式被飓风吹走了。球队的训练设施处于废墟之中。名单上唯一的锁定防守者，前锋杰拉德-华莱士，因为脚踝受伤而被罚下场。也许是最大的控诉，一支缺少凯文-勒夫和里基-卢比奥的明尼苏达森林狼队在他们的主场羞辱了他们。艾弗里-约翰逊应该给迈克-布朗送一个可爱的水果篮，这是一个原因。因为就像搬到布鲁克林是为了摆脱尼克斯的阴影一样，在湖人目前的阴霾阴影中基本不被注意也是有道理的。篮网队仍然在很大程度上处于尼克斯队的阴影之下（他们很好），他们还没有提供任何暗示，表明乔-约翰逊的加入和布鲁克-洛佩兹的恢复健康将创造他们搬迁后预期的那种转机。相反，艾弗里-约翰逊发现自己在打两年前热火队与勒布朗-詹姆斯、德怀恩-韦德和克里斯-波什最初的艰难时刻所打的牌，也就是布朗在洛杉矶所打的牌。"从现在开始的十场比赛，伙计们，我将会有越来越多关于我们球队和我们所处位置的信息，"网队教练在星期三在迈阿密的30分大败之前说，基本上要求超过本赛季八分之一的时间来评估。"真正的、令人鼓舞的是我们有一支非常好的篮球队。我们有一些非常好的球员。"现在，它的化学部分是试图让这些部件一起工作。这就是我告诉小艾弗里的，他现在正在学习化学。试图让这些部件一起工作。"米哈伊尔-普罗霍罗夫提供了部件，同意支付奢侈税，正在谈论会议决赛。他几乎没有在寻找高中化学的类比。在某种程度上，这种压力类似于布朗、布莱恩特、加索尔、霍华德和（仍然卧床的）纳什在对岸所面对的情况。不同的是，湖人队有一个基础设施。科比-保罗的公式已经提供了以前的回报。但约翰逊、华莱士、洛佩兹，甚至德隆-威廉姆斯都只是名字。他们没有一起完成过一件事，即使是个人，他们的季后赛履历也很难让人信服。"没有人说我们是在迈阿密的水平上，"艾弗里-约翰逊说。除了乔-约翰逊在赛季前夕正是这么说的，他可以看到网队在东部逼近热队，达到他自己的程度，"......不是四，不是五，不是六...... "有点失言。"的有点失语的说法。"我们渴望到达那里，"艾弗里-约翰逊说。"我们还没有到达那里，但我们总有一天会到达那里，而且

**id 266**

在你的页面上添加圣经网关表格 在你的页面上添加每日一节 你可以使用以下四个选项之一在你的页面上包含每日一节。HTML代码。复制并粘贴自定义HTML代码，在你的页面上显示动态更新的每日一节。了解更多信息 News Feeds是一种XML格式，旨在分享头条新闻和其他网络内容。今天的诗句可以作为新闻源。你可以使用网络上的工具在你的网站上发布这个feed，或者直接在你的新闻阅读器中显示它。新闻提要（这是什么？）网络服务。每日一节可作为BibleGateway.com的免费网络服务。要使用这项服务，请参考我们的教程。Flash VotD工具是一种吸引人的、易于使用的方式，可以在你的网站上显示每日一节。如果你的网站环境的技术限制使你无法使用HTML或RSS版本，它可能是最好的选择。了解更多

**id 267**

曼联。2012年10月31日 今晚与切尔西的资本杯比赛，希望是一场非常有竞争力的比赛，就像英国比赛的两个巨头之间的事务一样，但是这次交锋将与你在周日看到的不同。两家俱乐部连续对阵，先是联赛，然后是资本杯，几乎可以肯定的是，弗格森将军会做出改变，因为我们在本周末还有一场挑战冠军的关键比赛，那就是阿森纳。那么，考虑到这一点，今晚我们可以看到哪些年轻的未来之星？让我们从后防开始。随着里奥-费迪南德这个经验丰富的人物这些天不得不少用，我们很可能会看到我们的一个年轻头目。斯科特-伍顿和迈克尔-基恩在上一轮对阵帕皮斯-西塞和肖拉-阿梅奥比的比赛中表现出色，看来这两人中的一个将与现在一直存在的约翰尼-埃文斯配对。在对阵纽卡斯尔的比赛中，埃文斯表现出了极大的冷静和能力，我对这两个人中的任何一个在面对斯图里奇时的表现抱有很高的期望。马尼克-维米尔在季前巡回赛对阵阿玛祖鲁俱乐部的比赛中（ManUtd.com）我们也应该期待右后卫的变化，因为我们的轰炸机巴西人拉斐尔在最近几周踢了非常多的足球。这意味着我们年轻的比利时后卫马尼克-韦尔米耶尔可能会被派上场。他在上一轮对阵纽卡斯尔的比赛中首次亮相，我对这位年轻人寄予厚望，希望他能像在季前南非之行中那样给人留下深刻印象，然而，面对马林和摩西这些非常有天赋的边锋，他的工作将变得非常困难。近年来，比利时培养了很多人才，维尔米耶尔会是另一个在大舞台上宣布自己的球员吗？然后是另一个方面。我们的新荷兰神童亚历山大-巴特纳将希望展示他的价值，并试图向亚历克斯爵士展示他可以与埃弗拉竞争。在他的前几场比赛中表现出色后，这位狂轰滥炸的左后卫似乎将在老将埃弗拉之前得到点头。目前，他似乎只是法国人的替身，但如果有一些扎实的防守表现，他可能会在左后卫的位置上给亚历克斯爵士带来麻烦。我们的另一个新签约的球员，尼克-鲍威尔，今晚也可能有机会出场，因为斯科尔斯和鲁尼等人被留下，香川受伤。这希望能给这位前克鲁队的中场球员一个机会，向坚持的球迷展示他的潜力。我们已经看到了他在对阵维冈时的表现，以及他在比赛中的漂亮进球，所以如果有机会，我们都希望能看到这个小伙子的潜力，然而，今晚将是一场艰难的比赛。首都杯往往是一个创造声誉和在大舞台上宣布自己名字的比赛，所以考虑到这一点，希望这些青年才俊中的一些人能够得到老板的机会，向我们展示他们的能力。请分享。发表回复 关于尼克-威茨 我今年16岁，住在斯旺西。我从小就支持曼联。最喜欢的球员是罗纳尔多!我目前在大学里学习体育，并想继续学习体育新闻学。我还在当地球队踢中场。

**id 268**

我有一种感觉，我们会赢，我继续给你一个分数。3-1.我也会把我的钱放在我的嘴边，我们在Luxbet的赔率是3.45，如果没有平局的话是2.25。我认为我们在过去的两场比赛中已经展示了足够的实力，表明我们有能力和这个联盟中的每个人都站在一起。只是需要几个进球。这是我们到目前为止唯一缺乏的东西。不过，明天的中场大战将是胜利的关键，我们的中场组合比他们的要好得多。只是请不要让我们在禁区附近送出一个任意球。悉尼FC的训练在11:00结束，ADP仍然在练习任意球，而且根据推特上的消息，当其他人都回家了，他还在练习。他是致命的，除此之外，我们应该是好的。值得庆幸的是，我们有科维奇在门将位置上。编辑：moxey25, 2012年10月19日 - 10:21 AM.我是@moxey25 - 桥的正义（2球！）。关注西悉尼新闻账户。@WSWFCNews了解所有关于西悉尼流浪者队的最新消息。只是请我们不要在禁区附近送出一个任意球。悉尼FC的训练在11点结束，ADP还在练习任意球，根据推特上的说法，当其他人都回家了，他还在练习。他是致命的，除此之外，我们应该是好的。值得庆幸的是，我们有科维奇在门将位置上。"......我一直认为西悉尼一直在呼唤一支属于自己的球队，因为，说实话，它在很大程度上被忽视了。西悉尼是足球的故乡，它比澳大利亚其他地方培养了更多的足球运动员，这里有一个真正的游戏市场。"- 彼得-特恩布尔，悉尼FC的创始董事和股东，31/3/2007，而且，历史表明，"新人 "似乎会赢得这些比赛。看看Heart对Victory就知道了。"......我一直认为悉尼西部一直在呼唤一支属于自己的球队，因为，说实话，它在很大程度上被忽视了。西悉尼是足球的故乡，它比澳大利亚其他地方培养了更多的足球运动员，这里有一个真正的比赛市场。"- 彼得-特恩布尔，悉尼俱乐部的董事和股东，31/3/2007 至于ADP上周的进球，任何一个有正确定位的守门员都会救球。是的，他有很好的弯曲度，但最后的位置是在近门柱内。如果我的U14守门员进了这样的球，他下周就会在训练中做额外的工作。我说的额外工作是指山地短跑！！"。"我是英国最好的经理人，因为我从不狡猾或欺骗任何人。如果我和我妻子比赛，我会打断她的腿，但我绝不会欺骗她。"- 比尔-香克利说，我认为肯尼迪 "让 "它进来了，这个场合有3.5万名球员，两队都有一个大牌，我相信有人告诉肯尼迪让它进来，但要让它看起来像你尝试过。赢得比赛的一个领域是反击，SW有许多反击的机会，但没有把球放进网后，阿德莱德得到了机会，抓住了，得分了，最终赢得了比赛。你听起来像博萨......哈哈，他对每个任意球都这么说我同意，这是很容易挽救的。是的，但即使是斯莱特和鲁丹也在暗示肯尼迪先生不在位置上，远在任意球被踢之前。球只需要穿过人墙，就可以进入洋葱袋了。希望ESFC在25米外的死球情况下给莫伊几次机会，只是说，GOALLLLLLLLLLLLLLLLLLLLLLLLLLL。然而，当一位球迷让他在自己的法兰绒衬衫背面签名时，小野大吃一惊。他说："嘿，我来自西部......得在我的法兰诺上签名，"他说，这让他的队友们感到很好笑。漫游者队出来比赛了!肯尼迪让那个球进了？你是认真的吗？你是认真的吗？ - 来吧。那是一个尖叫声。不管是不是ESFC，这都是一个很好的任意球。我认为

**id 269**

在 Windows 上安装扩展程序 在 Windows 上安装了 PHP 和 web 服务器后，可能想安装一些扩展程序来增加功能。可以通过修改php.ini来选择希望在PHP启动时加载哪些扩展。也可以用dl()在脚本中动态地加载一个模块。PHP 扩展模块的 DLLs 前缀为 php\_ 。许多扩展程序都内置在 Windows 版本的 PHP 中。这意味着额外的 DLL 文件和扩展指令并不用于加载这些扩展。Windows的PHP扩展表列出了需要或曾经需要额外PHP DLL文件的扩展。下面是一个内置扩展的列表。// 将下面一行从 ... ;extension=php\_bz2.dll // ... 改为 extension=php\_bz2.dll 有些扩展需要额外的 DLL 才能工作。其中一些可以在分发包中找到，在 PHP 4 中可以在 C:\php\dlls\ 文件夹中找到，在 PHP 5 中可以在主文件夹中找到，但是有些，例如 Oracle ( php\_oci8.dll ) 需要的 DLLs 并没有捆绑在分发包中。如果安装的是 PHP 4，将捆绑的 DLLs 从 C:\php\dlls 文件夹复制到主 C:\php 文件夹。不要忘记把 C:\php 包括在系统的 PATH 中（这个过程在单独的 FAQ 条目中解释）。这些 DLLs 中有一些没有与 PHP 发行版捆绑在一起。详情请见每个扩展程序的文档页面。另外，请阅读手册中题为安装 PECL 扩展库的部分，了解 PECL 的细节。在PECL中发现了越来越多的PHP扩展，这些扩展需要单独下载。注意：如果你运行的是 PHP 的服务器模块版本，请记得重新启动你的 web 服务器以反映你对 php.ini 的修改。下表描述了一些可用的扩展和所需的附加 dlls。如果你在 Windows 下通过 Apache 运行 PHP。如果 PHP 抱怨不能加载 php\_mysql.dll 而加载其他模块，那么问题出在位于 PHP 根目录下的 libmysql.dll 上。在我的例子中，PHP 和 Apache 安装在不同的驱动器下，我想到的解决办法是把 libmysql.dll 复制到 C:/WINDOWS/system32。也许将你的 PHP 目录追加到 PATH 变量中会起作用，但在我的例子中，phpinfo()报告说它没有变化。通过使用 sysinternals procmon，我看到它在试图加载 "zlib.dll "时失败了。我发现这个文件与其他软件一起部署（在我的例子中是 Miranda IM），并把它复制到 PHP 安装目录中。此后工作正常。希望这有帮助。在发帖之前，我快速浏览了一下这里的评论，因为我在让mysql扩展与PHP工作时遇到了很多麻烦。 有很多人说在路径中加入c:\PHP\ext\（以及各种变化）就是答案。 也有很多人发现这不起作用，最后把他们的php.ini和libmysql.dll放到windows和或system32目录下。我发现了一个解决这个问题的老办法：把c:\php\;c:\php\ext\;c:\mysql\bin\;的条目移到PATH变量的最开始。 在Windows之前的黑暗的DOS时代，我记得我经常不得不重新组织PATH中的项目来使东西工作在我的PHP5.2/Apache2.2/Windows 2003服务器上，我有一个关于gd和mysqli mods的问题。即使在启用了php.ini文件中的选项并重启了Apache服务后，这些mods仍然无法加载。我甚至试图重启加载php的Windows 2003服务器--但没有成功。在查看了Windows的系统路径变量后，我注意到在路径变量中设置了c:\php目录，但没有设置gd、mysqli和其他mods的文件夹。于是我把c:\php\ext添加到路径变量中，并重新启动了服务器。这就解决了!在windows server 2003上升级到带有Apache 2.2.10的PHP5后，我遇到了麻烦，错误说致命错误：调用未定义的函数--mysql\_connect()。我已经做了我能想到的或能在网上找到的所有事情。

**id 270**

为了帮助一个朋友创业，我在这里推广一些东西。他也是一个IT同行，所以我想到了这里，虽然大多数人都会有机会接触到已经整理好的东西。但如果你没有，或知道有人需要...？他是一个非常专业的人（他已经在IT行业工作了10多年），并且是一个有组织的人。我希望你能从这个链接中得到一些好处，如果没有，你可以把它转给可以的人。请告诉他们是克里斯给你的...。这对我来说意义重大，而且他们还说，这将为客户带来额外的节省或奖金。(由于它是一个初创公司，我不会从中得到任何东西，我也不会要求。）他们是多年的朋友，他们正在尝试这样做，以摆脱老鼠的竞争，花更多时间在家里。希望你们旅行顺利，并祝你们有一个美好的圣诞和新年！！！。感谢您的关注，如果您有任何建议，请随时发表，我可以转达。干杯 链接Facebook是因为它是一个容易与朋友分享的链接。它是非常新的，他们仍然在分阶段的东西（你有一个婴儿在3周内到期）。我们会把建议转达给你。你的名字不会正好是斯蒂芬吧？链接Facebook是因为它是一个容易与朋友分享的链接。它是非常新的，他们仍然在逐步的东西（你有一个婴儿在3周内到期）。将会把建议传递给你。你的名字不会正好是斯蒂芬吧？我刚刚删除了这个线程中的29个帖子，你们中的大多数人都很幸运，在过去的6个小时里我一直在酒吧，因为如果我是清醒的，你们都会被诅咒到地狱！！[编辑：此外，如果我明天回来，在我有宿醉的时候整理出更多的这些垃圾，你们都会非常糟糕。］

**id 271**

"我不能把你不插手的两个想法放在一起"。巴尔扎克（Honor de Balzac，1799-1850）可能因其文学遗产而闻名，但也因其动荡不安的爱情生活而闻名。二十三岁时，他爱上了贝尼夫人，这个年龄几乎是他两倍的女人被称为 "la Dilecta"，她对巴尔扎克的创作和智力影响对塑造他崭露头角的声音产生了深远影响。1832年两人分手后，他与卡斯特里侯爵夫人的关系陷入了困境，他后来在《朗热公爵夫人》中对她的描写相当不恭。这一年，他收到了埃维利纳-哈斯卡伯爵夫人的粉丝信，她是一位已婚的波兰贵族，他把她称为 "外国人"。他们开始了激烈的通信，并迅速升级为一种激情的纽带，持续了17年。两人见了两次面--次年在瑞士，1835年在维也纳--两人发誓一旦埃维林娜的丈夫去世就会结婚。虽然伯爵于1842年去世，但巴尔扎克的经济状况不佳，使这对夫妇无法结婚。1850年3月，当他已经病入膏肓时，两人终于结婚了--在巴尔扎克在巴黎去世前五个月。我几乎为你疯狂，就像一个人可以疯狂一样。我无法将两个想法结合在一起，而你却没有介入它们之间。除了你，我再也想不出别的了。尽管我自己，我的想象力把我带到你身边。我抓住你，我吻你，我爱抚你，一千个最多情的爱抚占据了我。至于我的心，你将永远在那里--非常在那里。我对你有一种美味的感觉。但是，我的上帝，如果你剥夺了我的理智，我将会变成什么？这是一种单相思症，今天早上，它使我感到害怕。我每时每刻都站起来对自己说：'来吧，我要去那里！'然后我又坐下来，为我的义务感所感动。有一种可怕的冲突。这不是一种生活。我从来没有过这样的经历。你已经吞噬了一切。只要我让自己想到你，我就感到愚蠢和快乐。我在一个美味的梦中旋转，在一瞬间我活了一千年。多么可怕的情况啊！我被爱所征服，在爱中感受到爱。被爱所征服，每个毛孔都感受到爱，只为爱而活，看到自己被悲伤所吞噬，被无数的蜘蛛丝所缠绕。哦，我亲爱的伊娃，你不知道。我拿起了你的卡片。它就在我面前，我跟你说话，好像你就在这里。我看到了你，就像昨天一样，美丽，令人惊讶的美丽。昨天，在整个晚上，我对自己说'她是我的！'。啊！天使在天堂里并不像我昨天那样快乐！小费坛子里的Brain Pickings仍然没有广告，每月需要450多个小时来策划和编辑，在网站、电子邮件通讯和Twitter之间。如果你在其中发现任何乐趣和价值，请考虑成为会员，并以你选择的每月定期捐款来支持，在一杯咖啡和一顿豪华晚餐之间。

**id 272**

乙肝疫苗后的自身免疫是 "佐剂引起的自身免疫（自体炎症）综合征"（ASIA）的一部分：93例分析。摘要 目的：在这项研究中，我们分析了乙肝疫苗接种后被诊断为免疫/自体免疫介导疾病的患者的临床和人口统计学表现。我们旨在找到所有患者的共同特征，而不考虑不同的诊断疾病，以及与佐剂诱导的自身免疫（自体炎症）综合症（ASIA）标准的相关性。患者和方法：我们回顾性地分析了114名患者的医疗记录，这些患者来自美国不同的中心，在接种乙肝疫苗（HBVv）后被诊断为免疫介导性疾病。该队列中的所有患者都寻求法律咨询。其中，93/114名在申请法律咨询前被诊断为疾病的患者被纳入研究范围。所有的医疗记录都被评估为人口统计学、病史、疫苗剂量的数量、免疫周围的不良事件和疾病的临床表现。此外，还记录了现有的血液检查、成像结果、治疗和结果。不同免疫介导的疾病的体征和症状根据所涉及的器官或系统进行分组。亚洲标准适用于所有患者。结果：93名患者的平均年龄为26.5 15岁；69.2%为女性，21%被认为是自身免疫性易感者。从最后一剂HBVv到症状出现的平均潜伏期为43.2天。值得注意的是，47%的患者在经历了不良事件后仍继续进行免疫接种计划。通常报告的表现包括神经精神（70%）、疲劳（42%）、粘膜（30%）、肌肉骨骼（59%）和胃肠道（50%）的症状。在80%的测试血清中记录了升高的自身抗体滴度。在这个队列中，80/93名患者（86%），包括57/59名（96%）成人和23/34名（68%）儿童，符合ASIA的必要标准。结论。在93名被诊断为HBVv后免疫介导疾病的患者中观察到了共同的临床特征，这表明这些疾病有一个共同点。此外，诸如自身免疫性疾病史和免疫期间出现的不良事件等风险因素可用于预测免疫接种后疾病的风险。研究发现，ASIA标准在有疫苗接种后事件的成年人中非常有用。亚洲标准在儿科人群中的应用需要进一步研究。相关信息 使用单词权重算法计算出的与所选文章密切相关的PubMed引文集。相关文章按照从最相关到最不相关的顺序显示，"链接自 "的引文显示在前面。

**id 273**

GenreCon：后遗症 当你看到这篇文章的时候，首届AWM GenreCon已经结束了一个多星期。我要预先说明这一点，因为一部分内容是在大会之前、期间和之后写的，适合在我有足够的脑力来写的小片时间里。这些片段中有些是有意义的。有些则没有。这就是办大会的本质。第一点。Genrecon ROCKED 我几乎不相信我能够说出这句话，因为我花了这么长时间为会议可能出现的各种问题而烦恼，但事实证明GenreCon是一个巨大的成功。与会者很高兴，客人很高兴，我的老板也非常高兴。我们的投稿计划得到了巨大的回应（而且有相当高比例的投稿人被要求提交部分作品），计划被挤爆了，而且这一次我参加的会议，当小组讨论进行时，你在酒吧里实际上找不到人。如果你想知道我对成功的定义，基于几年来参加SF展会的经验，那就是它。我们花了几个星期的时间来争论这个项目，试图达到酒吧里没有人的效果，我真的很高兴这一切都是值得的。当然，我就是我，我对事情的发展并不完全满意。有很多小事我想做得更顺利一些，有很多小的失误，我希望能回去纠正。我想这是应该的，因为如果我做对了，我就不会对明年有那么大的热情。而且还有明年。GenreCon 2013将在布里斯班举行。这一切都在大会结束时正式宣布。请关注本空间的细节。第二点：人才是关键 GenreCon并不是我第一次经营会议项目，所以我并不幻想会议的成功是由我一手造成的。事实是，运营一个大会是一个很大的工作，它几乎可以杀死坐在召集人座位上的人，但在我看来，活动的成功和失败很大程度上取决于嘉宾和项目参与者。如果他们很友好，对他们的时间很慷慨，并且可以为与会者提供服务，那么你就很有可能成功。我们今年的客人？那么。该死的。非常棒。我们的志愿者项目小组成员？见上文。在某些情况下，这并不是一个真正的惊喜。QWC与我们安排的所有代理商和出版商都有固定的关系，此外，我们过去还与安娜-坎贝尔、海伦-杨、PM-牛顿和西蒙-希金斯等作家合作过。他们是众所周知的数量，他们被特别邀请是因为我们知道当他们到达时，他们会震撼这该死的Kasbah（他们也确实如此）。同样地......好吧，我们读过《聪明的女人，垃圾的书》。我们对莎拉-温德尔（Sarah Wendell）作为嘉宾的表现很有信心（而她确实做到了）。其他一些名字......好吧，我们只能说它们是一种有根据的猜测。乔-阿伯克龙比（Joe Abercrombie）是一个大名鼎鼎的人物，他是SF展会的老手，但即使考虑到这一点，他也被证明是那种迷人的、可爱的展会嘉宾，这一切都值得。我们邀请了堪培拉的作家丹-奥马利，因为他的第一本书《洛克》在今年早些时候发行时引起了巨大的反响（我相信谈话的内容是 "有人知道他吗？不知道？好吧，我们将给他一个机会）。事实证明，他以前从未参加过大会，但他完全是为大会而生的 -- 幽默、热情，对他的作家朋友们特别慷慨。我有点想让澳大利亚的SF会议开始邀请他参加，因为当他最终接触到特定的读者群时，他将会把粉丝们迷得神魂颠倒。如果你在世界任何地方举办会议，我可以毫不犹豫地推荐我们GenreCon的任何嘉宾。我们的项目参与者也是如此，他们的表现都很出色。第三点：QWC团队？我并不讳言，我很喜欢和我一起工作的人。他们都是聪明、敬业、有激情的人。

**id 274**

它把狗粮放在地板上 斯诺克对她的狗粮有意见。通常她只是让狗粮放在那里，走过时瞥一眼碗里的狗粮，希望也许--也许？-- 一些人类的食物恰好掉进去，然后失望地看着我们，就像：什么？没有菲力牛排？她可以不在乎她的狗粮，但打开一袋奶酪泡芙，她就会坐在你的腿上，或者，如果我们是严厉的，她会尽力坐下（因为这是她唯一知道的技巧），但她的屁股实际上从未接触过地板，因为Ohmygodthatismyfavoritefood!他们是我的最爱，我可以有一个，我可以有一个，请，请，哦，如果我没有得到acheesepuff，我只是要DIE。当人类决定吃一个装在玻璃纸袋里的松脆食物时，会有很多的扭动发生。她唯一没有不受控制地扭动的时候。当她真的决定吃她的狗粮时，发生的另一件事是，她不能只是站在那里，从碗里吃。 她所做的是拿起一块狗粮，然后跑到房子的前厅，把狗粮扔到地上。然后她跑回她的碗里，拿起另一块狗粮，跑回前厅，把它丢在地上，再跑回她的碗里。在第三次或第四次搬动狗粮后，她可能会决定吃地上的一块狗粮。 这一切都取决于 -- 一些东西，我不确定是什么。 有时她会把地板上的所有块状食物吃掉；有时她会把它们留给 -- 我不知道，备份？ 无论如何，每当我们用真空吸尘器时，我们至少会在这里和那里吸到一些狗粮，至少会有一些不小心踩到的碎狗粮。她吃狗粮习惯的最新进展是这样的。为了鼓励她像正常的狗一样一次性吃完一碗食物，我们有时会给她一些混合食物 -- 一把米饭；粘在锅上的鸡蛋碎片；从金枪鱼罐头中沥出的果汁。但是她并不是什么都吃，而是把狗粮挑出来，然后丢到地上。 有时她会拿起一整口，转头看着我，一边在嘴里滚来滚去，把米饭弄掉，然后仍然盯着我，张开嘴，让所有的狗粮掉到地上。

**id 275**

对你来说，非常重要的是了解如何很好地运输汽车，以节省大量的时间、金钱，当然还有精力，特别是如果你很忙，你可以自己做，需要另一方的帮助。现在的一些汽车运输公司可能对你的搬家很有帮助，但是，你还是要非常小心地选择合适的公司，因为不是所有的公司都能最了解你的需要。如果你知道如何运输汽车，这样你就会估计到使用一些特定的汽车运输公司的服务所能得到的优势和劣势，这可能会更有帮助。事实上，要知道如何运送汽车是很容易的。如果你以前没有处理过这种事情，你可以访问CarShipping.com来获得完整的提示和信息，了解如何很好很容易地运送汽车。这个网站不仅提供关于如何运送汽车的完整提示，而且还提供一些有资格的汽车运输公司的完整名单供你选择。通过审查他们的汽车运输费率，你将能够找到最好的汽车运输公司，比以前更容易和更快。然而，你仍然需要知道如何很好地运送汽车。这里有一些方法可以让你很好地运输你的汽车。你必须知道的第一件重要的事情是，你必须确保你与你选择的汽车运输公司为你的运输做出某种良好的安排。或者，如果没有，你可以直接与代理或经纪人进行安排。如果你想获得有竞争力的价格，建议你使用代理人和经纪人的帮助，因为他们提供给你的价格更具竞争力。你要做的第二件重要的事当然是找到最好的汽车运输公司，它非常了解你的需求。要找到最好的汽车运输公司，就像前面所说的，访问carlshipping.com将是最好的方法。你已经注意到了一件事，那就是你从汽车运输公司得到的所有汽车运输商都必须有执照，以避免你在与他们发生问题时支付大量金钱。

**id 276**

第25页 2012年10月 加拿大标准赛马，C'Mon Man 还记得当现在被羞辱的财政部长德怀特-邓肯在春天开始喷出关于安大略省赛马业的谎言和半真相吗？在我看来，如果你必须诉诸于虚假来说明你的情况，这要么意味着你的情况很弱，你需要撒谎，要么你自己对事实一无所知。我认为，当邓肯去卖掉赛马场的老虎机运动时，是这两种情况的混合。我相信最大的动机是，他和安大略省省长道尔顿-麦金蒂被保罗-戈弗雷的多伦多赌场推销所吸引，而且急于减少赤字，邓肯和麦金蒂忘记了他们是在为安大略省人民的利益工作，他们做出了事实和尽职调查并不重要的决定。邓肯强调，政府不能再给赛马业提供补贴，称这些收入是税款。在14年的时间里，赛马场和骑手获得了老虎机收入的分成，这显然是一种商业合作，而不是补贴，而且赛马场肯定没有收到税款。甚至OLG在他们的财务报告中也把给赛马场和骑手的钱称为 "佣金"。当引入时，安大略省政府正在寻找收入来源，并知道老虎机可以很容易地在既定的赌博中心（赛马场）引入，也知道如果人们投票支持老虎机赌博，在大多数司法管辖区，如果在赛马场外进行，投票将是否定的，因此达成了一项协议。人们也知道，会出现 "吃人 "的情况（赛马场会失去一些客户，一些客户的投注金额，也会失去潜在的长期客户，这些客户永远不会被培养成马友）。显然，我们现在看到的是，如果引入全民投票（自由党政府规定 "非强制性"），未来在赛马场之外几乎不会有赌场建成。即使没有公投，OLG也很难向许多城镇推销赌场不设在赛马场的想法。我不认为他们知道会有这样的困难。我相信Godfrey说服了Duncan和McGuinty，认为在赛马场外扩大赌博将是一个大的突破。现实是，在大多数情况下，安大略省唯一接受赌场的地方是赛马场。这一事实意味着，OLG依靠赛马场来保持其收入来源，并且在未来，这意味着来自任何新协议的钱都很难被称为补贴。那么，这与加拿大标准赛马有什么关系？嗯，他们在推销自己的案子时，采用了邓肯式的策略。特别是在一个点上。这是我过去在这里写过的东西，即OLG实际赚取的净收入的百分比，无论是现在，还是将来。我对加拿大标准赛马会的不满是，他们一直在欺骗，强调宾果厅将获得47%的赌博收入，而赛马场的老虎机只导致25%的收入被赛马场、骑手和市政当局保留，同时还说OLG（政府）在旧协议中赚了75%。他们在很大程度上模糊了事实。宾果厅将保留47%的收入，然而，这是在宾果厅支付费用之后。如果你查看OLG年度报告的第16页，你会发现OLG在赛马场支付了赌场运营的费用，在他们支付了这些费用，以及马夫、赛马场和市政当局收到的25%的费用后，他们最终获得了大约48-49%的净收入。以下是被拒绝的评论。这完全是事实，而加拿大标准赛马会显然想延续这种欺骗，所以他们没有刊登。"虽然我同意审计长应该真正调查这个案子，但我厌倦了看到47%和75%的案子被不断提出。现实情况是，在扣除费用后，OLG从赛马场老虎机项目中获得了大约47-49%的净收入（由于政府超额支付的方式，运营费用平均超过25%，这与他们现在提供给宾果大厅的费用相当）。总检察长应该调查在过去几年中购买宾果厅的情况。

**id 277**

这个世界很糟糕。如果你是单身，你就完蛋了。如果你结婚了，你可能会离婚，所以你也完蛋了。网上约会正在接管，它就像每个人说的那样糟糕。一般人在互联网上正在演变成懒惰、虚假、绝望和令人毛骨悚然的怪人，我做了一个小实验来证明这一点。我在OkCupid上做了一个假的个人资料，基于我创造的一个角色，名叫玛拉。下面是玛拉的个人资料的样子。请注意，在我的个人资料照片中，你看不到我的脸、胸部、屁股，或者任何能表明我在身体上有吸引力的东西。哦，来吧，那是一个热的肩膀。--Ed。我们的目标是尽可能地古怪、粗鲁、没有吸引力，看看男人是否还会和我说话。说真的，谁会在这个白色垃圾的婊子身上浪费超过0.05秒？很明显，很多人。这真是太搞笑了。 我在OkC上也做了一个这样的帖子。 女人似乎比男人更有尊严和自尊心，因为它收到的回复远没有那么有趣。 OkC的用户名是ChadAintBad。 请欣赏。这真的没有什么特别的或有趣的，只是因为这个人想不出一些有趣的和有创意的东西来写，所以才会被人嘲弄。这些人中的大多数人看起来真的很好，并且/或者对马拉的评论做出了适当的荒谬反应。如果一个女孩告诉我她有便秘，我会认为这是一个笑话，并且会接受它，对吗？但当然，让我们把这20个人都妖魔化吧。Terence Ng 我同意，如果他们是被她接近的，但他们看了她的资料并选择与她联系，然后对她的身体特征大加赞赏，尽管她的资料显示她在任何意义上都没有什么进展，但他们也认为她是值得的。我不明白他们是如何被妖魔化的。他们被嘲笑是因为他们对女人的品味很差，甚至没有意识去寻找一个哪怕是轻微愉快或更有价值的人的勾搭。卡尔 "女人的品味太差"，你显然对美一无所知。与 "她 "联系的那个人说，尽管你看不到她的脸，但你可以看出她很好看，这一点完全正确。我看到用于 "马拉 "的照片也有同样的想法。你是盲人还是什么？是的，实际上你通常可以在不看脸、不看胸和不看屁股的情况下看出一个人长得不错。Nothanks 那是一个性感的肩膀!特伦斯-吴 "对女人的品味很差"，因为他们看了她的资料，然后与她联系，然后她就用她能想到的最令人反感和厌恶的方式与他们说话，而他们仍然在追求她，试图与她勾搭。这就是为什么我用了 "愉快"、"值得"、"简介 "和 "没有什么事情发生 "的句子。你知道，那些描述她的个性而不仅仅是她的照片的词语？这不是关于她的外表。他们会有这样的交流，但仍然认为她值得作为一个妓女来追求，这就是他们对女人的品味的可怕之处。尽管她是个虚荣心很强的人，但仅凭她潜在的美貌就能让她值得付出一切努力，这也让他们看起来并不那么好。如果你认为这是关于美貌，你就错过了这个项目的重点。它是关于个性的。乔 从中得到的启示并不是说任何人都是绝望的或变态的或类似的东西。你应该知道的是，男人永远不会相信女人说的任何话。如果一个女人说她没有吸引力，有可能她看起来很好/不错。另外，如果有机会的话，男人会和女人发生关系。这是新闻吗？你应该知道的是：1）男人不把女人当回事。永远不会。2）男人知道女人在网上的表现一开始就很荒谬，所以她说的任何话都必然是愚蠢的。我不同意这些事情，而且这种情况绝对是可悲的，但不要表现得好像没有人听/没有人关心这个人在网上说什么一样，这很令人惊讶。

**id 278**

良好的礼仪，或以社会可接受和尊重的方式行事，显示出对他人的尊重、关怀和考虑。优秀的礼仪可以帮助你与你认识的人和你将遇到的人有更好的关系。下面是如何培养它们。基本礼仪 1 练习基本的礼节。当你需要的时候说 "请 "和 "谢谢"，即使是对麦当劳柜台后面的人。人们会注意到你对他们的礼貌和尊重，这可以算得上是一个很大的收获。此外，当你不小心撞到某人时，或者当你需要暂时离开一个社交场合时，请说 "对不起"。2 为他人开门。你不一定非得是个男人才能帮人开门。如果有人将在你之后不久进门，暂停一秒钟，并为其开门。如果对方是陌生人，就说 "您先请，先生/女士"；如果不是，就用他或她的名字来代替先生或女士。如果你不确定对方是否愿意让你开门，请礼貌地询问。说："我可以为您开门吗？"这就给了对方一个接受或拒绝的机会。3 有礼貌地说话。在允许别人听到你说话的同时，尽可能降低你的音量，不要使用俚语或填充词（如 "像"、"呃"、"那么...... "等等）。当另一个人说话时，不要打断或超越他或她。练习做一个好的听众，轮到你时再说话。4 在公共交通工具上让出你的座位。如果你在拥挤的火车或公共汽车上，发现有人挣扎着要站起来（如老人、孕妇或拿着很多包裹的人），请给他或她让座。像这样说："先生，如果您能接受我的座位，我很高兴 "可以使对方的处境不那么尴尬。如果他或她拒绝了，要有风度；说："如果你改变主意，请随时告诉我。"5 祝贺别人。向刚刚取得重大成就的人（如毕业或升职），为他或她的家庭添砖加瓦的人（如结婚或生孩子），或做了其他值得称赞的事的人表示祝贺。做一个好的运动。对在比赛、体育赛事、选举或其他竞争中击败你的人表示祝贺。6 做一个有礼貌的司机。有礼貌的驾驶似乎已经过时，但这实际上是一个安全问题。试着遵循这些提示。如果你走到一个四通八达的停车场，而另一个司机似乎不知道如何处理，就示意他或她走在你前面。向行人让行，并尽量给骑自行车的人足够的空间。记住，你的两吨重的车辆对他们来说比他们对你来说要危险得多，所以你有责任努力确保每个人的安全。不要跟在别人后面或拒绝让他们进入你的车道。即使你认为周围没有人，也要打转向灯--你永远不知道是否有一个你看不到的行人或骑车人。7 知道如何与人打招呼。无论你是在非正式还是正式场合，承认他人的存在是具有良好礼仪的基本点。(在大多数情况下，不这样做会被看作是一种侮辱）。如果你问候的是你认识的家庭成员或亲密的朋友，一个非正式的问候就足够了。它可以是简单的 "嘿，你好吗？"如果你问候的人是长辈、商业伙伴、教会领袖，或其他正式的熟人，坚持使用正式的问候语，除非你被要求这样做。使用对方的头衔（如 "琼斯夫人 "或 "史密斯牧师"），或使用 "先生 "或 "女士"。避免使用俚语，如 "嘿 "或 "嗨"，并尝试用完整的句子说话。像 "你好，琼斯夫人。你今天好吗？"可能是合适的。做任何必要的问候手势。对于非正式的问候。

**id 279**

这种Kayoko的整合是可能的吗？我们公司正在寻找在我们的联系页面上添加一个简单的支持请求输入功能。我们目前正在经历一个过程，对经常被问到的问题进行正规的标准回复，并最终希望利用Kayoko的功能来创建一个知识库，根据客户的关键字输入来整合文章。然而，目前我们想要的只是一个带有姓名/主题/信息/验证码的表单（如果需要，我们可以自己编码表单和PHP提交处理）。是否有可能将这些提交的信息导向Kayoko，无论是自动还是通过电子邮件，以及我们在哪里可以得到更多关于这种使用的信息？

**id 280**

最近有几个主题，男人说他们不喜欢胖女孩。我的问题是，你们认为什么样的女孩才算胖，或者最好是什么样的女孩才算好身材。Short, medium and tall ( Originally Posted by jojo1995 ) 最近有几个主题，男人说他们不喜欢胖女孩。我的问题是，你们认为什么是胖子，或者最好是什么是女孩的好体型。矮、中、高我都是5英尺10英寸，女孩的身高在我的肩膀左右是理想的。所以身高很容易定义，但体重就不那么容易了。我不喜欢那些太过苗条以至于像棍子一样的女孩。我喜欢女孩有一个漂亮的身材。我的前女友曾经带（强迫）我和她一起购物，所以我对衣服的尺寸有一定的了解，我一直认为10号的衣服尺寸是非常好的！但我不是很明确。不过，我不是很明确。我很开放，我很乐意和那些不完全符合这种描述，但又很可爱，个性很好的人约会我的衣服尺寸是8号，我对这个尺寸很满意。然而，我只是个矮子，所以这可能是原因。理想的体重取决于人，不是吗？然而，我认为10-12号的女孩是有曲线的，比直上直下的树枝更性感。至于身高，这取决于男人。我认为5"9左右的女孩很幸运。( 原文作者：Emmzaa ) 我的衣服尺寸是8号，我对此很满意。但是我很矮，所以这可能是原因。理想的体重取决于个人，不是吗？然而我认为10-12号的女孩是有曲线的，比直上直下的树枝更性感。至于身高，这取决于男人。我认为5"7左右的女孩很幸运。不要太高，也不要太小。我大约5英尺6英寸，在8号或10号之间变化。我希望能有更长的腿，因为我的上半身相当长，大一点的乳房也不错。但除此之外，我对自己的身体很满意，我认为12号以下的尺寸都不应该被认为是胖。12号和14号可能会被视为胖子，但这取决于身高和观点。只要你对自己的身体感到满意，别人怎么看都无所谓，我想你主要指的是18-29岁之间的女性？真的，这取决于你所在的地方。我可以证明，在香港，大多数女孩都是非常非常苗条和运动型的。大多数人都穿8号的衣服......很多人都是XXS或XS（我不知道英国的尺码），身高5英尺或5英尺6，如果她们想穿 "宽松 "的衣服，就穿S。有人告诉我，我需要再减掉五到十磅，才能在这里 "完美"（我是英国的8号）。我听说日本和韩国的情况更糟，但我没有在那里生活过，所以我不知道。在我的家乡印度尼西亚，女孩们的身材往往比香港的女孩们的曲线要好得多，但她们仍然非常苗条。只要超过8号，朋友和家人，特别是母亲就会开始唠叨，让我们减肥。我们有一些骨架较大的人，但这些可怜的女孩总是不得不不自觉地晃来晃去，而她们的母亲则对其他母亲喋喋不休地谈论她们的女儿有多胖，以及她们如何努力让她们减肥。然而，在英国，我发现情况非常不同。有很多和我一样大小的女孩，而且比我更苗条，但我认为很多，甚至更多的女孩都在8号以上，介于8到12号之间。这是否是一件好事，我不知道。我认为这并不重要，我个人喜欢比我小一点的女孩，大约5英尺10英寸，体重相当轻，大约7-8石。但没有好的尺寸，你是什么，它可能很难改变。我不是最高的

**id 281**

迪-巴克斯特-德雷克研究所是一个与迪-巴克斯特-德雷克工业所做工作相关的信息和教育门户网站。其目的是让公众有能力发现有关我们所做工作的信息，并帮助他们了解我们的一些最新创新。未来的医学将完全是预防性的吗？在他们的一生中，每个人最终都会面临许多不同的医疗问题。 其中一些问题可能像流感或感冒一样常见，但有些问题往往会成为重大问题，如癌症。 当这种情况发生时，人们会寻求医学界的帮助。 随着时间的推移，医生变得更有能力治疗病人，并治愈在过去某个时候可能会威胁到生命的疾病。现代医学的进步使许多医生能够开始实施所谓的"."。 这种类型的医学最明显的例子之一是切除一个人的扁桃体。 这些器官的作用不大，但众所周知，在以后的生活中会成为一个大问题。 在过去几十年里，与扁桃体有关的问题被证明是相当严重的。 为了防止这种情况的发生，医生会在一个人还很年轻的时候，按惯例切除他身体的这些部分。 这样做对病人没有任何负面影响，而且随着年龄的增长可以防止一些问题的发生。预防性医学仍然相当年轻。 大多数医生只会治疗已经出现的问题。 任何事情，从癌症到艾滋病，一直到普通的过敏症，通常都是在它们成为一个严重到需要医疗关注的问题后才进行治疗。 部分原因是医生仍然需要彻底的诊断，然后才能为任何特定的病人选择最佳治疗方法。 更多时候，一个医疗问题需要变得足够严重，医生才能确定最佳行动方案。虽然这可能看起来是一个合乎逻辑和不可避免的过程，但仍有另一个原因导致预防医学被搁置。 在许多国家，高昂的医疗费用使人们难以寻求适当的治疗。 在许多情况下，一个人只能负担某种治疗，因为他们的健康保险支付了大部分的费用。 如果他们被迫自掏腰包，就像在某些情况下一样，适当的治疗根本就不是他们能够承受的。 问题是，往往是保险公司，而不是医生或病人，决定某人何时接受治疗，以及他们可以接受什么程序。保险公司在决定病人的命运时，最常依靠的是医生的诊断。 医生需要能够证明，如果一个人不接受规定的治疗，他的生活质量将大大降低。 在某些情况下，医生需要证明病人的疾病严重到威胁到生命，保险公司才会同意支付给他们。 这导致了许多问题，并产生了束缚医生手脚的效果，使他们无法进行适当的治疗，即使他们在专业上认为有必要进行治疗。造成这种障碍的原因纯粹是经济原因。 医疗程序可能需要花费数千美元，作为一门生意，医疗保险公司试图尽可能地降低其开销。 为复杂的程序支付费用将削减他们的利润率，并损害他们的整体业务。 然而，问题是，从长远来看，这种程序实际上最终要花费更多的钱。 当有人需要等到医疗问题已经威胁到生命时，那么治疗往往要比做一些事情来防止它的发生要复杂得多，也昂贵得多。为患有严重疾病的人进行复杂的医疗治疗，往往威胁到生命，其费用被分摊。 支付保险的人必须支付更多。 依靠国家赞助的保险的病人最终会使用更多微薄的资源，从而导致税收增加。 另一方面，预防医学可以帮助减少对即时和复杂程序的需求，在某些问题出现之前轻松解决。 然而，为了真正有效，医生将需要能够预测病人在未来许多年内可能遭受的疾病。这就是我们的科学家希望通过基因研究实现的部分目的。 通过识别和解开每个活人固有的遗传密码，然后与患有严重疾病的病人进行交叉比对，我们也许能够使医生有能力预测一些常见的问题。 一个健康的病人可以去看医生，然后医生会进行一些不同的测试。 这些测试将产生

**id 282**

外面有太多的指南帮助你避免在万圣节被谋杀。这是一年中最可怕的时刻，我担心到2015年将不会再有杀人犯，只有受害者知道如何避免他们，因此没有什么可害怕的。在一个没有连环杀手的世界里，我们该如何培养我们的孩子？谁会潜伏在暗处，吓唬我们的女儿在适当的时候回家？这是一本为所有萌芽中的黑暗代理人提供的指南，这些人可能是窗外的面孔，那些把蜘蛛拉成碎片的孩子，在他们的内心深处解锁了一些痒痒的东西，而且从未完全消失过。这是一本关于连环谋杀案的初学者指南。(在我们开始之前，我希望你花点时间问问自己，你是否真的是一个连环杀人犯。因为如果你此时不是连环杀人犯，那么我将要说的和链接的内容会变得相当令人痛心。这里有残害，有强奸，有食人，还有更多的婴儿谋杀。基本上，这整篇文章都有一个月球般大小的触发警告。如果你是一个敏感的人--或者可能只是一个正常的人--那么这是你的机会，你可以退到一边去看一些小狗。谢谢你。请再次访问）。1.谋杀 这一行的入门标准并不高。你只需要杀一些人就可以了。你所需要的只是一个动机和一个坚定的决心，甚至第一件事也是值得商榷的--"我很无聊 "可能是一个常见的辩护。谁没有时不时地想过这个问题？我们都曾在某个时刻坐过伦敦的夜班车。我的意思是，当我无聊的时候，我喜欢用《太空堡垒卡拉狄加》和一只毛茸茸的小猫来掐人中，但那又怎么样呢 -- -- 中风！我的意思是我喜欢一只毛茸茸的小猫。我是说我喜欢抚摸一只漂亮的毛茸茸的小猫!这是一个完全可以理解的打字错误。我怎么能在这个东西上退格呢？不要紧，我已经有了一个势头。2.选择他们的受害者 这是很容易的部分。每个人都是可怕的。所有的伟人--Bundy , Chiktilao , Berkowitz--都认为他们在本质上比世界上大多数人都要伟大。而你是一个伟大的人，不是吗？有些人甚至会说是最伟大的。就选一个吧，看在上帝的份上。不要想太多。3.锻炼你的魅力 为什么，凭借你的帅气和不费吹灰之力的魅力，你可以说服任何人做任何事情!"嘿，"你会对那个英俊的教师说，"为什么我们不去我那离城三小时车程的废弃小屋，我对维果斯基的教育理论有些想法。"而这是最精彩的部分：他会信任你。真是个白痴，对吗？没有人会想念那个人。什么，有人会问他从万圣节派对上去了哪里？当然他们不会。他是不可爱的。他们都是不可爱的。总之，所以这就是你做你的事情的时候。你可能喜欢它，也可能不喜欢。你甚至可能会后悔。在这一点上，真的没有办法知道。我们所知道的是，在一定时间后，黑暗变得不可避免，就像雪崩的器官或只是一个真正伟大的纸牌游戏的运行。4.我不能相信我几乎忘记了："嘲笑模糊，这是非常重要的哦，是的。是的。这一部分。我喜欢这部分。好了，听好了：你得把你的，啊，"名片 "巧妙地放在身体上。你不能只是 -- 什么？那是什么？你忘了及时印好？你忘了万圣节对连环杀手电话卡的需求增加？让我猜猜看：你也没有给警察写封信，说明你下一次杀人的细节。你也没有用锤子敲碎那个奶奶的牙齿，然后用她一周前的内裤勒死她？那也没关系，伙计。也许你不是那种杀手，那也没关系；很多杀手都不是那种杀手。那些家伙很奇怪，每次都是以同样的方式来做。从来不混合它。这是彻头彻尾的无创意。在一个

**id 283**

向地方议会申请无家可归 地方议会有责任为一些申请帮助的无家可归者提供临时住所并帮助寻找长期住所。他们只需要帮助那些：在法律上无家可归或在28天内面临无家可归威胁的人（即他们在世界上没有任何地方可以合理居住）；有优先需求（因为家中有符合条件的儿童、孕妇或弱势人员）；并且不是故意无家可归（例如，没有支付租金或放弃你可以合理居住的房子）；以及要么：与委员会所在地区有本地联系（例如工作、以前的住所或家庭成员居住在那里），与任何地区没有联系。对于那些 "未能通过 "这些测试的人，可能会提供一些其他帮助。例如：市政府必须确保向本地区任何有需要的人免费提供住房咨询，无论他们是否符合条件，是否有优先需求，是否故意无家可归。可以向英格兰和威尔士的任何理事会申请无家可归者的帮助。如果议会有理由相信申请人可能符合条件，无家可归并有优先需求，他们必须在进一步调查该案件时提供紧急住所。如果该案件属于紧急情况，他们将安排提供过夜或周末的住宿，直到办公室再次开放接受申请。在紧急情况下，可以通过以下方式找到这项服务。在大多数情况下，希望得到委员会帮助的人需要提供家庭中所有人的身份证明、他们的移民身份以及他们以前居住的地方。请点击这里，了解所需文件的类型。如果有充分的理由无法提供这些文件，委员会官员可能希望看到其他形式的安全身份证明，并获得许可与内政部联系（如有必要）以检查移民身份。如果某人只有权获得有限的无家可归的帮助（例如，因为他们不是优先需要或故意无家可归），他们仍然可以进入委员会的等候名单或住房登记册。住房权利网站是由CIH和HACT在建筑和社会住房基金会的支持下联合开发的。该网站由Sue Lukes和Sam Lister（CIH）撰写，并由John Perry（CIH）协调。威尔士的材料是与Shelter Cymru（威尔士的综合咨询服务提供商）共同编写的；苏格兰的材料是与TC Young（苏格兰社会住房律师）共同编写的。网站设计：Currant。

**id 284**

重要提示：当你开始免费试用或在试用期内取消时，不会从你的信用卡中扣除。如果你对Amazon Prime很满意，那就什么都不要做。在免费试用期结束后，你的会员资格将自动升级为全年，价格为79美元。格式 书籍描述 发行日期。2012年1月3日 扎克斯-姆达是独立时代最受赞誉的南非作家。他的八部小说所讲述的故事远远超出了对一个民族反抗种族隔离制度的传统叙述。在这本回忆录中，他讲述了一个与他的国家的政治生活交织在一起的生活故事，但其核心是一个艺术家、情人、父亲、教师和生活家的经典冒险故事。Zanemvula Mda于1948年出生在一个律师家庭，在索韦托雄心勃勃的受过教育的黑人阶层中长大。15岁时，他从南非渡过泰尔河进入巴苏托兰（莱索托），像他的父亲一样被流放，他是泛非主义大会的 "创始精神"。流放是艰难的，但这只是姆达成长过程中的另一个章节。他当过祭坛侍者（并被牧师掠夺），与妓院女孩调情，惧怕种族主义的布尔人，在阅读PAC文学的同时阅读漫画书，喜欢上德沃克和科尔特兰的音乐，写下了他的第一篇小说--并感受到事物核心的空虚，使他无论走到哪里都是局外人。索韦托起义使他投身政治；戏剧创作使他回到南非，成为著名的市场剧院的驻场作家；三次婚姻使他四处奔波；荣誉使他来到美国，在那里他开始写小说，这些小说充满了他国家的生活。在这一切中，姆达努力保持自己的个性，他在《有时有一个空洞》中表明，独立为南非人的各种故事开辟了道路。扎克斯-姆达是独立时代最受赞誉的南非作家。他的八部小说所讲述的故事远远超出了对人民反对种族隔离斗争的传统叙述。在这本回忆录中，他讲述了一个与他的国家的政治生活交织在一起的生活故事，但其核心是一个艺术家、情人、父亲、教师和生活家的经典冒险故事。Zanemvula Mda于1948年出生在一个律师家庭，在索韦托雄心勃勃的受过教育的黑人阶层中长大。15岁时，他从南非渡过泰尔河进入巴苏托兰（莱索托），像他的父亲一样被流放，他是泛非主义大会的 "创始精神"。流放是艰难的，但这只是姆达成长过程中的另一个章节。他当过祭坛侍者（并被牧师掠夺），与妓院女孩调情，惧怕种族主义的布尔人，在阅读PAC文学的同时阅读漫画书，喜欢上德沃克和科尔特兰的音乐，写下了他的第一篇小说--并感受到事物核心的空虚，使他无论走到哪里都是局外人。索韦托起义使他投身政治；戏剧创作使他回到南非，成为著名的市场剧院的驻场作家；三次婚姻使他四处奔波；荣誉使他来到美国，在那里他开始写小说，这些小说充满了他国家的生活。在这一切中，姆达努力保持自己的个性，他在《有时有一个空洞》中表明，独立为南非人的各种故事开辟了道路。{"itemData":[{"priceBreaksMAP":null, "buy\...to wishlist", "Add both to Wish List", "Add all three to Wish List"], "addToCart":["Add to Cart", "Add both to Cart", "Add all three to Cart"], "showDetailsDefault": "显示可用性和运输细节", "shippingError":"发生错误，请重试", "hideDetailsDefault": "隐藏供货情况和运输细节", "priceLabel":["价格：", "两个价格：", "所有三个价格："], "预订单

**id 285**

在这个世界上，没有什么是不可能的，也没有什么是不可能的。他信守诺言，从他的家乡北卡罗来纳州出发，在博客圈里雄赳赳气昂昂地送上 "Look At The Sky"，我想这是《圣经》中三贤人的场景。你可以用你的乳香和没药打赌，这就是黄金。漂浮在芝城建筑师精心打造的空灵的声音空间中的是德尼罗典型的口齿不清的小节，在隧道式的合成器和环境旋律中回荡，给人的感觉是你在 "看天空"......从太空。这首曲子在星期六晚上BBC电台1频道的Diplo & Friends节目中首播（所以你知道它是真的）。看起来Flosstradamus和Farrar有一张合作的EP正在制作中，所以请随时加入我的兴奋的频繁发作中。

**id 286**

当真理是你的亲密伙伴时，它可能有点孤独 2002年7月26日 克里斯托弗-伍德 奥威尔的胜利 乔治-奥威尔在英国人心中的模糊地位令人好奇。为什么我们不都排着队去崇拜和敬仰呢？赞成的理由很明显。阅读哪怕是奥威尔的一篇小文章，也不仅仅是为了品味一种独特的清晰明了的文学风格，而是为了面对人类所有最合理和最美好的东西。奥威尔体现了正直、诚实、朴实和常识。他是勇敢的。他鄙视陈词滥调（这个词的使用减少是它无处不在的标志，而不是相反）。他主张写作要清晰，以防止政治家兜售的欺骗行为（"如果你简化你的英语，你就能摆脱正统观念最糟糕的愚蠢行为，当你说一句愚蠢的话时，它的愚蠢性就会显而易见，甚至对你自己而言"）。他谴责压迫，不管是哪一方有罪，并且对虚伪和谎言非常敏感（尽管到底有多敏感是有争议的--本-皮姆洛特："奥威尔在100码外就能嗅到正统的味道"；蒂莫西-加顿-阿什："他能在500码外发现双重标准"）。他拥有如此多的美德，却以谦逊作为所有美德的上限。尽管克里斯托弗-希钦斯在《奥威尔的胜利》中拒绝了这种描述，但奥威尔被一些认识他的人视为圣人--如果这个词脱离了上帝或教堂，它并不是一个不恰当的称谓。无论如何，这些不是每个人都可以庆祝的品质吗？不，当然不是。我们并不热衷于美德的典范。奥威尔的标准是不可能的高。我们觉得，任何这么好的人都必须是虔诚的。在西班牙与法西斯作战时，奥威尔的喉咙中弹，此后长期健康不佳，在完成那本可怕的警告书《一九八四》后不久就去世了，奥威尔留下了一个令人讨厌的怀疑，即他的死亡是为了拯救我们所有人。奥威尔吹响了20世纪的哨子，但像所有的告密者一样，他得到的感谢包括很大程度上的指责。一个行业已经围绕着检查奥威尔的闪亮盔甲是否有漏洞而发展起来。他真的射杀了一头大象吗？他是否向外交部提交了一份同路人的黑名单？一个老伊顿人能了解工人阶级的情况吗？苏联的解体难道不是对《一九八四》的否定吗？希钦斯把目光投向朝鲜，为《一九八四》平反，但他不需要走这么远。他还展示了对奥威尔的敌意在很大程度上源于他坚持--对今天的许多人来说是不可理解的--讲述他所看到的真相，这不可避免地要求他触犯各种利益和桎梏。他那个时代的左翼知识分子，亲苏俄、反英国，在奥威尔眼里是喜欢正统的，容易受权力崇拜的影响，他们受到了特别的打击。奥威尔写道："毋庸置疑，几乎任何一个英国知识分子都会为在'上帝保佑国王'的时候立正而感到羞耻，而不是从一个可怜的箱子里偷东西，"对于一个圣人来说，他可能是非常邪恶的。右派的情况也好不到哪里去。这样一个爱国者和暴力反共者肯定是他们中的一员；但他的爱国主义是开放的，而不是金戈铁马的，他赋予英国人的品质充其量是一个混合的袋子（"艺术上的不敏感、温柔、对合法性的尊重、对外国人的怀疑、对动物的感性、虚伪、夸大的阶级区别和对运动的痴迷"），而且无论如何，他支持在英国出现一个 "无阶级、无所有者的社会"。事实上，任何把奥威尔抱在怀里的政治家很快就会发现他是一只豪猪。他声称："对任何政治纪律的接受似乎都与文学的完整性不相容，"他可能不会为省去 "文学 "一词而犹豫不决。不可能是其他原因

**id 287**

嘉民集团已经完成了位于Krakw附近Modlniczka的Krakw机场物流中心的第四个仓库的第二期工程。在这个12,250米的设施中，85%的空间已经租给了客户，包括Royal Canin, Logfarma和DB Schenker Logistics。第一部分于7月完成，有6,100米的空间，而新完成的阶段有6,150米的面积，现在该物流中心已租赁了超过50,000米的仓库空间。我们很高兴地宣布我们的旗舰物流中心之一的另一个设施的交接。鉴于该中心三分之一的目标面积已经被租出，很明显我们的客户很欣赏这里良好的地理位置和高质量的仓库，以及通往机场和A4高速公路的便捷交通，"波兰区域总监Blazej Ciesielczak说。德铁信可物流公司已经在第二期仓库中租赁了4400米，该物流运营商已经在Krakw机场物流中心租赁了一个7600米的交叉码头，第一批在7月搬入新设施的客户是皇家宠物食品制造商，租赁了3500米，以及制药原料制造商Logfarma，占据了2600米。还有一个1,750米的单元可供租赁。目前，物流中心已经租赁了超过50,000米的仓库空间，占总容量的三分之一。? "我们希望在波兰继续保持与嘉民的关系，作为一个全球的参与者。Schenker Sp. z o.o.的首席执行官Janusz Grski说："在克拉科夫附近的新投资将提高托运货物的安全性，并进一步提高我们的服务质量。

**id 288**

本公告板上的观点是由球迷自己表达的，不一定反映曼联或其任何代表的观点。查看和发布本公告板上的信息须遵守论坛条款，可在此查看。Re:克莱维利和安德森要做什么？Re:克莱维利和安德森该怎么做？我同意。中场核心和中后卫需要努力保持稳定，不要轮换，尽管由于受伤，防线不得不进行轮换。在我看来，前锋、边锋和后卫应该是唯一被轮换的球员。ziggyp1：自从去年赛季开始，每个人都在谈论克莱维利和安德森的组合。我个人认为他们在任何方面都不是世界冠军。对我来说，斯科尔斯仍然比他们两个都好。上赛季他们在一起的时间很短，但不仅仅是他们，每个人都在比赛中发挥了作用。本赛季，他们都开始了比赛，但情况并不乐观。我看他们两个人，我可以很容易地说出英超10个中锋的名字，比他们更好。我看了看曼城、拜仁慕尼黑、皇家马德里和巴萨，我们正在落后。所有这些都有至少两个世界级的中锋。我不确定我们是否有一个。斯科尔斯有，但他已经快38岁了。\*沮丧地摇了摇头\*这不是好事？我们以3比2击败了富勒姆，除了最后20分钟外，我们一直占优势，真的，在上半场结束时，我们应该以5比0领先，在对阵纽卡斯尔时，我们也有大部分的控球权，我们以2比1获胜。我看不出这有什么不好的。他们没有太多的机会，但他们已经充分利用了他们所得到的机会，与那些每周都在不断比赛的中场球员相比，对他们的评价是不公平的。我说他们应该有机会正确地证明自己，这是正确的时间，当克莱维利和安德森发挥出色时，而我们的一线队中场却没有。关于。自从去年赛季开始，每个人都在谈论克莱维利和安德森的组合。我个人认为他们在任何方面都不是世界冠军。对我来说，斯科尔斯仍然比他们两个都好。上赛季他们在一起的时间很短，但不仅仅是他们，每个人都在比赛中发挥了作用。本赛季，他们都开始了比赛，但情况并不乐观。我看他们两个人，我可以很容易地说出英超10个中锋的名字，比他们更好。我看了看曼城、拜仁慕尼黑、皇家马德里和巴萨，我们正在落后。所有这些都有至少两个世界级的中锋。我不确定我们是否有一个。斯科尔斯有，但他已经快38岁了。\*沮丧地摇了摇头\* 关于。克莱维利和安德森要做什么？Manc263：我们在有他们的情况下赢得了每一场比赛，同时主导了球权，除了巴塞罗那。我们的一线队中场踢得很糟糕，但我们仍然不使用他们。现在我不是在谈论博格巴，但如果某些青年球员因为看到他们几乎没有机会进入一线队而离开，我也能理解。我们的亚军中场踢得比一线队好，但我们的一线队仍然在比赛，似乎他们不能被放弃。只是似乎没有任何青年球员在曼联比赛中持续发挥出色而获得奖励。这两个人必须在对阵克卢日的比赛中出场，因为卡里克、斯科尔斯和吉格斯在过去两场比赛中的糟糕表现都不值得出场。我认为斯科尔斯和吉格斯也许应该被降级，与青年队一起参加都灵杯的比赛，他们的经验在那里将比目前在英超联赛中的作用大得多。这听起来像是个好消息，如果是这样的话，明天一定会看。关于。克莱维利和安德森必须要做什么？克莱维利和安德森要做什么？我们在有他们的情况下赢得了每一场比赛，同时主导了球权，除了巴塞罗那。我们的一线队中场踢得很糟糕，但我们仍然不使用他们。现在，我不是在谈论博格巴，但我可以理解，如果某些青年球员离开，因为他们实际上没有机会成为一名球员。

**id 289**

如果我们的Kitsilano蓝版或Kitsilano白版成为FlyingFlips上投票最多的设计，它们将被投入生产，并可能在夏天时被踢到一双。而且你可以放心地购买一双。回馈是FlyingFlips的核心，是我们企业和社区建设的理念。我们回馈使命的核心是Give-a-Flying-Flip计划。你每买一双飞碟，我们就送一双给有需要的人！"。

**id 290**

在建立这个博客的过程中，我最期待的事情之一（而且，你知道，它已经有4、5年的时间了）是与我的朋友分享伟大的新音乐。 我喜欢，喜欢，喜欢人们与我分享他们最喜欢的新音乐，我也喜欢与你们分享我对其他艺术家的想法，以及他们如何影响我们在Vergence Project的工作。因此，....，我提出一个新的博客类别，当我遇到新的东西时，我将不时地加入。最受欢迎的新音乐--戴夫-马修斯乐队，《远离世界》。 上周末，一个朋友与我分享了这首歌，我不得不承认，我被迷住了。 我的iTunes计数器显示我已经听了27次，而且，呃.....well.....，虽然这可能有点太接近暴露一些潜在的强迫症倾向了，但我真的不在乎。 我只是不能否认，每一次听都是有收获的。没有什么能比伟大的艺术更能让人安心，让人的身体放松，让人的灵魂充电。 没有什么能比一个伟大的艺术家将复杂的节奏和歌词编织成一个作品，让听众一次又一次地完全投入。 这是值得钦佩的事情。 渴望的东西。我的朋友不知道的是，DMB长期以来一直是我们歌曲创作的灵感来源，极大地影响了《AMBERGRIS》中那对钻石歌曲的创作。 这两首歌，"Rough Diamond "和 "Diamond in the Rough"（查看主页和侧边栏的声音剪辑）是在2012年春天作为His & Hers歌曲对写的。我们开始思考如何描述一个具有伟大美德的男人或女人，或一个令人满意的性格，这对双胞胎歌曲的歌词就诞生了。虽然它们在AMBERGRIS中以不同的顺序出现（我认为粗糙的钻石实际上是开场白），但这两首钻石是作为唱片的第四和第五首歌一起写的。 而且，事实上，现在已经成为我非常喜欢的歌曲之一的《DitR》，甚至可能是我们的第一个视频，最初也是被抛弃的。 它是在最后一分钟加入的，是在解构DMB的一首歌曲 "Satellite "时产生的一些想法。所以，这首歌最初让我觉得有趣的地方是变化的仪表。 一首由六个音符组成的歌曲的真正酷的地方在于，它可以被分成强调双音的部分（三组2个音符--感觉像1-2、3-4、5-6），或者三连拍（两组3个音符，每节两拍的感觉--感觉像1-2-3、4-5-6）。 在这首歌中，乐队进一步发挥了它的作用，强调了双音节拍的上行，形成了非常酷的切分音节奏。 在听这首歌的时候，这首歌的开头和副歌都是双音的，副歌的节拍转为三音。 真棒。 再加上有趣的乐器演奏和令人难以置信的音乐技巧，这真是令人惊叹。为了使我对这首歌的迷恋更进一步，我发现它实际上是由戴夫-马修斯早期的一首歌曲 "After Her "演变而来。类似的音乐，非常不同的歌词。当第一次踏上学习制作音乐的道路时，我想学习的最重要的事情之一是创作过程本身。想法从哪里来？ 它们是如何开始结合在一起的？ 其他表演者、制作人、工程师和混音/母带在最终作品中扮演什么角色？ 伟大的艺术是如何产生的？它是如何腌制和演变的？我很想知道是什么让戴夫-马修斯把这首曲子的歌词改成现在的样子....。但我不必去想我们的歌曲。 我已经参与了整个过程，从开始到演变的结束。 而且我认为能够与你们分享这个过程是很有趣的。 让你看到什么开始，什么结束，以及你的想法如何变得相似。菲尔真的，真的很擅长的是把灵感的碎片，想法，并把它们制作成有凝聚力的诗歌，有美丽的多层次的乐器 -- 不像一个古典作曲家为一个管弦乐作品绘制的评分。 他可以在头脑中完成这些，听到所有不同的部分，以及它们将如何结合在一起。

**id 291**

关于堪萨斯州怀安多族 堪萨斯州怀安多族是由以前被称为 "缺席 "或 "公民阶层 "的怀安多印第安人组成的。堪萨斯州怀安多特族目前正在向美国内政部印第安事务局申请联邦承认，并于1959年成立。堪萨斯州怀安多族致力于保存怀安多族的历史和文化，以及保存、保护、恢复和维护堪萨斯州堪萨斯城的休伦印第安人墓地。温达特部落联盟 堪萨斯州的温达特部落为自己是温达特部落联盟的成员而自豪。1999年8月27日，堪萨斯州温多特族、俄克拉荷马州温多特族、安德顿州温多特族和温达克州休伦温达特族的领导人在安大略省米德兰重申了温达特联盟。和解仪式 作者：Ed Pelletier - 和解组织者 从另一个角度看和解 作者：Darren English - 堪萨斯州怀安多特族 堪萨斯州怀安多特族的代表参加了1999年6月4日和5日在安大略省米德兰市举行的和解仪式。这个仪式是重新制定温达特联盟的第一步。每个信息提供者都已书面许可在堪萨斯州温达特民族万维网网页上使用他们的材料。如果您想转载或出版这里的任何作品，请通过部落与作者联系 堪萨斯州怀恩多特民族网站获得2001-2002年金网奖 堪萨斯州怀恩多特民族网站很荣幸被历史频道推荐。

**id 292**

"我讨厌圣诞节，"安大略省奥克维尔市的一位家庭主妇Carrie Simon\*说。"一年中的其他时间，我和两个孩子的生活已经够疯狂了，然后你再加上圣诞节，有太多的事情要做。到了节礼日，我就会发牢骚，很高兴事情结束了。"如果你宁愿面对根管治疗，也不愿意面对12月的要求，那就放开那些从过去的节日中吸走乐趣的传统，用我们的提示获得你想要的季节。享受（而不是忍受）团聚的时间 去年：你花在亲戚之间的时间多于与他们一起庆祝的时间。今年：管理预期。"我们有两对父母想在平安夜和节礼日之间见到我们，"安大略省纽马基特市的营销顾问凯西-杨说，\* "我觉得自己是个坏人，想在圣诞节早上和我们9岁的女儿在家里。"温哥华家庭治疗师本诺-德雷格（Benno Dreger）说，但试图取悦所有人是最糟糕的错误。"你把自己弄得太瘦了，不仅开始忽视自己，也忽视自己的家庭。然后它就成了火车的残骸，因为你会精疲力尽，压力悄然而至，你开始对人发火。"如果你计划在家里过一个安静的圣诞节，现在就告诉亲戚你很想见到他们，然后在节礼日邀请他们。也许你想让孩子们穿着睡衣在家里享受圣诞早晨。"他说："通过提前宣布消息，他们有机会接受它。"如果他们已经为圣诞大餐买了杂货，那就会感到非常失望。"庆祝而不破坏银行 去年 : 你在元旦时带着宿醉的信用醒来。今年：在赠送礼物方面多花点心思。决定一个预算。Til Debt Do Us Part电视节目主持人、MoneySmart Kids一书的作者盖尔-瓦兹-奥克斯拉德（Gail Vaz-Oxlade）说："确定你能负担的金额，然后将现金放入不同的信封（如果你要为十几个人购物，你将有12个信封）。你不会积攒债务，也不容易过度消费。"为了在一个人身上挥霍，你必须从别人的信封里偷钱。"追踪购买情况 记下礼物的想法和你已经购买的东西。这样，你就不会过度购买。赠送你的时间 想想你愿意做的有偿服务和礼品券，比如每月为你妹妹免费看护一次。去年：你的清单比圣诞老人的胡须还长。今年 : 在修剪圣诞树之前修剪你的清单。"西蒙说："我们为每个人买礼物，很容易就花了1000多美元。"当我丈夫的亲戚给我出主意时，已经接近圣诞节了，我已经花了全价。而且通常是在最后一刻，还带着孩子。"相反，在感恩节时与你的家人商量，做一个秘密圣诞老人或德克萨斯交换，有一个美元的限制，比如25美元，这样每个成年人只为大家庭中的另一个成年人买一份礼物。或者同意不与朋友和他们的孩子交换。埃德蒙顿专业组织者Kristie Demke（加拿大专业组织者协会主席）说："制定一个计划，在一月份去吃饭或修脚，而不是这样"。

**id 293**

免费心理健康评估 获取准确信息的机会 9月30日至10月6日是精神疾病意识周，致力于提高对影响每个加拿大人但大多数人不敢讨论的健康问题的关注。根据加拿大心理健康委员会的数据，每三个人中就有两个人在沉默中受苦，因为他们害怕被评判和拒绝。"焦虑和抑郁症等情绪障碍是最常见的心理健康问题之一。它们也是最容易治疗的问题之一，"史蒂文森、瓦普拉克律师事务所的临床主任杰夫-瓦普拉克说。"通常，人们只是想知道他们的感觉是否'正常'"。专业人士比谷歌更准确 调查显示，当涉及到有关他们健康的问题时，更多的人求助于互联网而不是医生。它不仅很难找到你正在寻找的信息，而且还可能不准确。"我们将使用一个标准化的筛查测试，人们可以打印出来供自己参考，如果他们愿意的话，可以拿给他们的医生，"Waplak解释说。"这只是一个向专业人士提问的机会，所以你可以对你是否有什么需要担心的事情感到更有信心。"可能担心亲人的家人和朋友也可以参加会议。心理健康专家可以提供事实信息，并回顾他们通常会问的筛选问题。"许多人害怕寻求帮助；在心理健康方面存在着巨大的耻辱感，我们正试图突破这种耻辱感，"瓦普拉克说。"这并不意味着他们周围的人没有受到影响。"免费心理健康评估。期待什么 心理健康评估的重点是焦虑症、抑郁症、双相情感障碍和创伤后压力障碍。在简短的介绍之后，个人将被引导完成筛查测试；结果将由心理健康专家审查，他们可以根据需要建议下一步措施。"瓦普拉克强调说："人们不会带着诊断书离开，筛查并不是那么全面。"然而，他们将知道是否值得与他们的医生进行对话。这是一个询问的机会："你对这个问题怎么看？"要预订免费和保密的30分钟心理健康评估，请致电613-967-0545联系Stevenson, Waplak & Associates，或发送电子邮件至 julie@swa-qch.com；请在电子邮件的主题栏中注明您对免费评估感兴趣。

**id 294**

在布鲁塞尔的中心，斯坦霍普酒店是一家令人惊叹的精品酒店。房间设计得非常优雅。当你来到你的房间时，新鲜的水果和漂亮的花束欢迎你。如果你打算访问布鲁塞尔，强烈推荐你。入住时间：2012年10月，因公出差 价值 位置 睡眠 质量 房间 清洁度 服务 Ask Erkan T about Stanhope Hotel 此评论为TripAdvisor会员的主观意见，不代表TripAdvisor LLC The\_Management\_Team, General Manager at Stanhope Hotel, responded to this review 7 November 2012 Dear Guest, we would like to thank you for having shared your wonderful comments with the Tripadvisor Travelers and for your recommendations of our boutique Hotel.我们很高兴听到你喜欢你的住宿和你房间里的特别关注。我们目前正在努力保持高水准的服务，很高兴能与我们的团队分享您的积极反馈。期待您在下次布鲁塞尔之行中再次光临斯坦霍普酒店，我们依然是您真诚的朋友，管理团队 此回复为管理代表的主观意见，不代表TripAdvisor LLC CaoimhinON Dublin Contributor 12 reviews 5 hotel reviews in 5 cities 4 helpful votes "非常舒适" 评论时间：2012年10月28日 快速办理入住和退房。友好、高效的工作人员。以欧洲大陆的标准，早餐非常好，公共房间装饰得很好。遗憾的是，它离欧盟机构有点远（除了欧洲议会在附近）。房间里也没有茶/咖啡设施。而且没有游泳池。也许价格有点高，房间提示。要求在后面的房间，远离电梯，以确保安静的睡眠 查看更多房间小贴士 2012年10月入住，因公出差 价值 位置 睡眠质量 房间 清洁度 服务 向CaoimhinON询问关于Stanhope酒店 此评论为TripAdvisor会员的主观意见，不代表TripAdvisor LLC Stanhope酒店总经理The\_Management\_Team对该评论的回复 2012年11月7日 亲爱的客人，感谢您选择我们酒店在布鲁塞尔住宿，感谢您对酒店员工、早餐和装修的美好评价。酒店确实位于欧洲议会附近，但乘坐地铁或火车不到5分钟就能到达欧盟机构。我们还想告诉您，我们在一些房间里已经有了茶和咖啡设施，但只要您提出要求，所有房间都可以提供这些设施。期待您再次光临斯坦霍普酒店，我们依然是，您诚挚的，斯坦霍普管理团队 此回复为管理代表的主观意见，不代表TripAdvisor LLC AndMor247 London, United Kingdom 贡献者 16条评论 11条酒店评论 10个城市 2张有用票 "非常方便的位置" 2012年10月23日评论 我在周末在这里住了两晚，周六和周日。绝对喜欢这个地方，会推荐任何来访的人住在这里。我们在入住前就已经到达，但酒店很乐意让我们去探险，并把行李箱放在那里，他们把行李箱放在我们的房间里。唯一的缺点是早餐可以稍微好一点，我的朋友尝试了甜瓜，对它的印象不是很好。 尽量避免住在后面，特别是在星期六晚上，因为那里有一个夜总会，会一直到凌晨2点。房间提示。向后方走，你会听到夜总会的噪音。选择更高的楼层或更近的房间。查看更多房间贴士 2012年10月入住，与朋友同行 价值 位置 睡眠 质量 房间 清洁 服务 查看AndMor247对布鲁塞尔的更多评论 询问AndMor247关于Stanhope酒店的评论 此评论为TripAdvisor会员的主观意见，与TripAdvisor LLC无关 Stanhope酒店总经理The\_Management\_Team对该评论做出回应 2012年11月7日 亲爱的客人，感谢您花时间与Tripadvisor旅行者分享经验，我们很高兴听到我们的服务符合您的期望。我们很高兴看到您对我们酒店的精彩评论，对我们的服务和工作人员的赞美。我们很高兴能将您在布鲁塞尔的周末变成一个特别的时刻。我们已经仔细注意到了您的意见，并对造成的不便表示歉意。我们想告诉您，自助早餐已经完全翻新，我们希望您有机会在今后的住宿中发现新的概念。在酒店附近，没有夜总会，但我们认为音乐来自于您入住的周末组织的周年纪念派对。在一个

**id 295**

我们可以阅读1970年代，甚至1960年代的材料，发现交流和写作风格的差异几乎为零。当我们回到1940年代时，写作和语言对我们的耳朵和眼睛来说明显更呆板了。如果出版物是国际性的，情况更是如此。如果我们回到1870年代，阅读就会变得困难。我的问题是，现在语言被广泛理解并被 "检查 "为 "正确 "使用，它是否正在稳定下来？口头语言一直在变化，正如伟大的 "元音转变"。但我以为记录下来的语音会给我们带来和书面语言一样的稳定性。我没有看到它发生。我们仍然在改变我们的交流方式，如果你看一下 "文本语音"，它现在是一个rabit突变。WTF？语言是不断变化的；新词层出不穷，旧的词也在消亡，变得过时--我看不出它有什么稳定的地方。在世界范围内的影响下，我们将外来词融入英语，而他们却做了相反的事情。在某种程度上，我们简化了我们的语言，同时也使其变得复杂。但它一直是这样的---我们处在一个不断变化的社会中！我们会适应，或者不会保持。我们会适应，否则就会跟不上世界的发展。我仍然使用很多古老的词汇，它们在我们的字典里停留了一段时间。英语因此变得更加丰富，更加古怪。没有其他语言能更准确地描述事物。你是对的 -- 我忘了我有多老，我可以读到比孩子们更老的东西，因为我自己更老。我可以阅读20世纪30年代和40年代的东西，因为我可以在70年代阅读。但是，一个在2000年之后才开始阅读的人可能不...

**id 296**

橙色。Dark Terror 15 Watt Head (Orange) 继Tiny Terror的巨大成功之后，又推出了Dark Terror，为寻找残酷边缘的金属和摇滚吉他手提供了额外的冲击力。Dark Terror以Tiny Terror为基础，将15瓦的A类音色挤压到一个午餐盒大小的放大器中，并配有一个新的高增益前置放大器，重量只有几公斤，而且价格非常实惠。一个凶猛的奇美拉，结合了Thunder系列的形状控制和Terror系列怪物的重量和尺寸。黑暗恐怖是有史以来增益最高的恐怖扩音器，包括：一个新的高增益前级，使用3个ECC83/12AX7阀驱动的效果回路，使用ECC81/12AT7，四级增益15瓦的A类，可切换到7瓦，一个特别适合的演出包。

**id 297**

在引用编辑过的书籍和文本中的文章时，如果每一章都有明确的作者，则应按照本规则引用特定的章节或文本的一部分。格式与引用文本基本相同，但包括文章或章节的作者，然后是带引号的文章或章节的标题，然后再引用文本。在引文后给出文章或章节的起始页。因此，一般形式如下。当引用由同一作者撰写和编辑的论文集时，不要两次给出作者的名字。在文章的标题之前给出作者的名字；不要把作者的名字作为文章的编辑来重复。用引号而不是斜体字给出论文标题，以区别于论文中出现的文本标题。6.2.4 引用文本 文章标题之后是编辑的名字、书名、版本、出版商、出版地和出版年。按照上述6.1.2-6.1.7条规则给出所有这些信息。如果论文集或每章都有确定的作者的文本没有确定的编辑，请将论文或章节的作者作为书的作者。根据规则6.1.2(e)，如果有三个或更少的作者，则列出所有作者，如果有三个以上的作者，则只列出第一作者。Eg Scott Optican "Search and Seizure" in Paul Rishworth and others The New Zealand Bill of Rights（牛津大学出版社，墨尔本，2003）418 at 425。6.2.5 起始页 在精确定位引文之前，给出被引用的文章开始的书页。6.2.6 精确定位 (a) 一般来说，编辑过的书中的文章或每一章都有确定的作者的文章的精确定位引文可以是一页，如果文章或章节有段落，则是段落。(b) 脚注 在对脚注或尾注进行精确定位时，应注明脚注或尾注出现的段落或页面，后面加逗号和 "n x"，"x "是脚注或尾注的编号。如果已经引用了编辑过的书中的另一篇文章，请再次完整地引用编辑过的文集的细节。以后提到编辑过的书中的文章时，应提到第一次引用该特定文章的情况（而不是第一次引用编辑过的书的情况）。

**id 298**

经销商主机起价10美元 - Hostwinds.com 经销商主机计划每月起价10美元!分销商虚拟主机允许您开始您自己的虚拟主机业务。我们将为您提供所有您需要的工具，让您在网上获得成功!我们的代理主机是如何工作的 代理主机计划都可以访问被称为WHM的控制面板。它是控制所有Cpanel和托管账户的创建和管理的软件。一旦你创建了你的客户的账户，他们将能够登录到他们自己的Cpanel和管理他们网站的所有方面。我们希望你能成功 这就是为什么我们所有的代理主机账户都提供免费的Enom和Web CEO账户，以帮助你的主机业务起步。作为虚拟主机商，我们知道要在这个行业取得成功需要付出什么，我们总是在这里以任何方式帮助你。无论是一般的建议，还是帮助管理你的业务。我们希望你也能为你的客户提供廉价的虚拟主机!看看我们令人难以置信的99%的正常运行时间吧!引用：ttp://www.webhostingstuff.com/uptime/Ho\...我们所有的代理主机计划都有这些额外的功能。额外功能。有了我们顶级的硬件和更好的支持，你不会对我们的服务感到失望!以下是我们令人难以置信的交易的摘要。三种不同的无限主机计划！http://http://www.hostwinds.com/VPS-host\...也可以获得更多的权力！此外，所有的计划都是由我们的24小时服务热线覆盖的。此外，所有的计划都在我们的24/7支持系统下。http://http://www.hostwinds.com/reseller\...- 10美元/月 基本的转售主机计划正是你开始销售主机所需要的。10个cPanel账户 磁盘空间 - 无限带宽 - 无限 最新版本的Softaculous!即时免费设置 免费网络CEO账户 ttp://http://www.hostwinds.com/reseller\\...- 20美元/月 这个转售托管计划非常适合于中等规模的客户群和托管几个账户。我们从不把服务器塞得满满的，以至于影响到其他客户的网站性能。我们的目标是保持我们所有的服务器快速有效的运行。速度和服务质量是我们的首要任务。点击上面任何一个带下划线的托管服务，开始你的无忧无虑、廉价和高效的托管经验，http://www.hostwinds.com/ 。

**id 299**

卡姆登县已经发布了地方紧急状态公告。由于飓风 "桑迪 "的影响，卡姆登县非必要的办公室和机构明天（2012年10月29日星期一）将不开放。居民应该相应地重新安排他们与县政府计划的任何业务。地方紧急状态公告指出，交通和人员的流动应限制在必要的服务和认为必要的旅行。 如果卡姆登县的执法机构确定进一步的需要，交通应另外限制在那些受上述紧急状况严重影响的特定地区，只有紧急车辆。在必要的情况下，应对受紧急情况影响的人员进行疏散，各市镇应开设紧急庇护所，并按要求配备人员。本公告应赋予卡姆登县执法机构具体权力，以清除任何阻碍紧急交通的车辆。鉴于根据1942年法律第251章赋予我的权力，经修订和补充，N.J.S.A. App.A:9-30 et. seq.; N.J.S.A. 40:48-1(6), 以及据此制定的条例; N.J.S.A. 2C:33-1 et. seq.鉴于上述法律授权颁布必要的命令、规则和条例，以解决这种紧急情况下已经或可能出现的各种问题，我已宣布在卡姆登县内存在地方紧急情况。鉴于 "桑迪 "飓风/北风风暴在本辖区内的存在，以及卡姆登县目前存在的其他危险情况，可能影响卡姆登县人民的健康、安全和福利。鉴于已确定卡姆登县应采取某些措施，以确保当局维持法律和秩序的努力不受阻碍，并为此保持交通的有序流动，进一步保护受这些情况影响的居民的人身和财产；鉴于以下地区被指定为灾区。 整个卡姆登县的政治分区。因此，根据上述法律，我在此颁布并宣布以下条例是对新泽西州和卡姆登县所有其他法律的补充。交通和人员的流动应限于必要的服务和旅行，如果卡姆登县执法机构确定进一步的需要，交通应另外限制在那些受上述紧急情况严重影响的特定区域，只允许紧急车辆通行；在必要时，应疏散受紧急情况影响的人员，并按要求开放紧急庇护所和配备人员。本公告将赋予卡姆登县执法机构具体权力，以清除任何阻碍紧急交通的车辆。为证明这一点，我于2012年10月28日19时在执行本公告时亲笔签名并盖章。

**id 300**

如何成为一个有针对性的客座博客天才 我是乔治。在我写博客的前18个月，我没有赚到一分钱。然后就像爱迪生在经历了10000次失败后发现了灯泡的确切材料。我在所有可能的方面都失败了，然后除了成功之外就没有别的办法了。而我成功了。我在seekdefo写关于博客赚钱的文章。下载我的免费书籍，这本书使寻找热门的低竞争利基变得简单易行。访客博客已经成为最新的流行词。自从谷歌正式禁止所有黑帽SEO方法以来，人们一直试图将客座博客也列入黑名单。小企业主，新出生的博主，每个人都想从所有那些做得好的博客上看到链接。你可能已经在这里看到了几篇客座博客，如果你是一个博主，你可能会鼓起勇气转发客座博客的请求。但是，如果客座博客只是为了获得反向链接，那么我应该警告你，你正在错过游戏中的乐趣。什么是利用客座博客的最佳方式？Michael Chibuzor是一个在一年内做了600篇文章来推广他的博客的人。在这个过程中，他创造了5位数的自由职业者的收入，为他的名单增加了数百个新用户，从搜索引擎获得了免费的目标流量，尽管谷歌的无情的怪物在路上狂奔等等。但一开始并非如此。在60个左右的帖子之后，他开始怀疑。我得到了流量，我得到了评论，我得到了赞赏，也许我也赚了一些钱。但这足够吗？我将告诉你如何使你的客座帖子具有针对性，从而使你从中取得成果。在上面的例子中，迈克尔只是客串发帖，没有做任何事情来捕捉从A类博客中借来的访客。他没有设置一个选择表格。这只是人们所犯的最大错误之一。他请人设计了一个定制的主题，这样他就可以捕捉到大部分来到他博客的访问者。这些天来，你可以看到的第一件事就是他博客上的选择表格。你怎样才能使你的客座博客有针对性？第二个明显的错误是当我读到博客暴君在copy blogger的一篇关于客座博客的文章时。他说，客座博客应该是有针对性的。如果你推广的是一本免费的电子书，那么你的帖子也应该围绕着它。几个月前，当Zac Johnson推广他的新电子书时，他做了几个相关主题的客座帖子，比如--"如果你的博客是一本书，你会读它吗？"。如果它是一个需要认可的帖子，那么在做客座博客时，写一些与之相关的内容。以下是Problogger上的一篇文章，它所做的正是它要做的。这篇文章的标题是--如何在博客上赚更多的钱，不再担心广告，并回到你所喜爱的写作中。在这里，Sophie Lizard展示了她对仅靠联盟营销在网上赚取收入的困难的理解。请看苏菲如何在博客中推广自由职业作为一种收入选择，并在最后赠送一本名为 "有偿博客工作的终极清单 "的电子书，这是很恰当的。我敢肯定，那天的选择率会超过所有的预期。让你的客座文章以改善销售为目标。这是Mitz Pantic的另一篇文章，她也是Basic Blog Tips的撰稿人，她告诉我们她是如何为她在ComLuv博客上发表的每一篇客座文章赚取100美元以上的。她所做的是在Comluv写一篇好的文章，并将其与她的一篇同样销售SEO产品的文章链接起来。她所链接的帖子将是非常详细的，并掺杂着她作为一个博主所获得的所有知识。这是一个非常聪明的技巧。那么，你的客座博客的目标是什么？2012年及以后的SEO客座博客。一个完全对谷歌企鹅友好的获得反向链接和流量的技巧就是客座博文。但它也可以为SEO目的而做。大多数大的博客不允许在文章的正文中出现链接，但小的博客会允许这样做。YoungPrePro的Oni Balusi在一个星期内写了31篇客串文章，达到了同样的效果。他在自己的博客上写了一篇文章，并将其与他在其他地方写的客座文章链接起来，并附上相匹配的锚文本。所发生的事情是有机流量的改善，他用这种技术在 "写作技巧 "等关键词的竞争中跃居前列。确切地说，谷歌开始每天向他的人发送134个额外的访客。他现在也赚到了5位数的收入，而他还不到16岁......炫耀你的客座博客的另一种方式

**id 301**

Q&A Beth Orton--关于新专辑《Sugaring Season》、她的音乐重生、她六年来的去向以及更多 在离开音乐之后，包括成为单身母亲、与歌手Sam Amidon结婚和第二个孩子，Beth Orton在周一（10月1日）带着她六年来的第一张新专辑回归。然而，由于Sugaring Season中的许多歌曲--以一年中可以挖掘树木制作糖浆的时间命名--开始是奥顿在她的大女儿出生后为打发时间而做的事情，这位歌手不确定它们是否会最终被记录下来。幸运的是，她花时间与她的朋友，已故的伯特-扬斯（Burt Jansch）在一起，甚至不需要做一个演示就得到了一份唱片合约。为了解释这种再生和她的新唱片，这位唱作人最近与Q坐下来喝下午茶，讨论她是如何被吸引回音乐的。你到底怎么样了？"好的，谢谢。再次回来做这种事情很奇怪，有点奇怪，但我为这张唱片感到骄傲，所以我很高兴这样做。这很奇怪，但很好！"你的上一张唱片之间显然有很大的差距。你把这张专辑叫做《Sugaring Season》是因为你必须在正确的时刻收获这些歌曲吗？"这是个不错的说法，收获歌曲。我确实在正确的时刻收获了它。我和我的一个朋友聊过，他说，你三年前就可以做了，你那时有足够多的歌......但现在时机不对。时机是个有趣的东西。这绝对是关于感觉我在我的生活中的正确位置。不过有趣的是，我最后又怀孕了[就在录音前]，这让我又多了一年的时间。哦，好吧![笑]"。当你完成你的最后一张专辑，2006年的《陌生人的安慰》时，你是否一直在计划休息？"在上一张专辑结束的时候，我不知道我是否会再做一张唱片。就像，哦，好吧，那就这样吧！我喜欢我的上一张唱片，我很喜欢它。我喜欢我的最后一张唱片，我很难过它没有看到更多的光，但后来我怀孕了。我巡演了五个半月，然后医生告诉我，我也许应该停止坐飞机，所以我做了。然后我和伯特-扬什一起工作。与他合作的方式很有挑战性，但我仍然不觉得，"嘿！"。我没有和我的标签或管理层在一起，我自己有一个孩子......所以我认为我已经完成了。然后一点一点地，它又开始冒泡了，这种写作的欲望。这就是引导它的原因，反正我在写歌。"然后你得到了由EMI放弃..."我不介意，我知道它是未来反正。这是一种解放，你知道：至少我不在我不想要的地方。这是正常的，他们付给我！这很好。这很好。事情就这样一点一点地来了。我夏天搬到了乡下，我住在我的家乡，但实际上那是他妈的累人，所以我又回到了伦敦[笑]。现在我在这里，我已经做了一张唱片。这是个艰难的战斗，也是个艰难的胜利。我通过音乐回来了，我想在某种程度上，我的写作比以往任何时候都更重要，因为这是我可以给自己一些和平和安静的地方--远离我女儿的时间。我爱她，但我们都需要一些时间。"你所写的歌曲与你以前所做的不同，因为没有最后期限或唱片交易吗？"确切地说，并没有什么不同，不同的是我不断回到事情上，使它们真正完整。我做过的每张唱片都有这样的情况，比如说，Argh!人们会说，如果你做得很完美，你为什么还要再做一张唱片。我说："好的答案！"。那会让我有一个小时的满足感。这一次，我真的有时间不断地修改它，移动它，没有什么太戏剧性，但我一直在写它，直到完成。当我进入录音室的时候，歌曲真的非常、非常完整。"如果有人听到这些歌，对你来说重要吗？"我实际上喜欢这样！这意味着我可以发出所有的声音。这意味着我可以制造我想要的所有噪音。发出可怕的声音，发出美丽的声音，用愚蠢的声音唱歌，发出......。

**id 302**

星期四，2012年10月18日 优生学和其他罪恶 G.K. Chesterton 1922 [天主教GK Chesterton协会呼吁所有天主教徒支持为生命而战40天。"一位发言人说："我们要求天主教徒找到他们当地的40天生命守夜活动并予以支持。"切斯特顿领先于他的时代，揭露了优生学运动的邪恶。我们要求人们在这40天里阅读GKC的书《优生学和其他邪恶》，可以在这里阅读（和这个博客）。我们还敦促大家从9月26日到11月4日，每天为GK Chesterton的受封祈祷，希望英国的一个堕胎'诊所'能够关闭。可打印的祈祷卡可以在这里找到；http://www.catholicgkchestertonsociety.c\\...（或者联系我们，我们可以给你寄一份）。]第一部分。第一部分：错误的理论四：伦纳德和法律 我们说过，现代的邪恶在很大程度上取决于这一点：人们没有看到例外证明了规则。因此，杀死一个杀人犯可能是正确的，也可能是不正确的；但可以想象的是，杀死一个杀人犯是正确的，因为杀死一个人是错误的。如果刽子手在得手之后，继续按照自己的喜好和想法绞死朋友和亲戚，他就会（从理智上）解除对第一个人的绞刑，尽管第一个人可能不这么认为。或者说，如果你说一个精神病患者是不负责任的，你就意味着一个清醒的人是有责任的。他要对精神病患者负责。优生论者和其他宿命论者试图把所有的人都当作不负责任的人，这是哲学中最大和最平坦的愚蠢。优生论者不得不把每个人，包括他自己，当作一个不存在的规则的例外。作为第一步，优生主义者扩大了疯人院的边界；让我们把这一点作为我们明确的起点，并问自己什么是疯人院，它与人类社会的基本关系是什么。现在，经常可以听到那些用口头禅堵塞所有思想的原始的青少年怀疑论者说，疯子只是少数，正常人只是多数。这种人的胡言乱语有一种整齐划一的精确性；他们似乎用魔法错过了重点。疯子不是少数，因为他们不是一个团体；这就是他们的疯狂意味着什么。理智的人不是多数；他们是人类。而人类（正如其名称似乎暗示的那样）是一种，而不是一种程度。就疯子的不同而言，他与所有少数人和多数人的种类都不同。认为自己是一把刀的疯子不能与认为自己是一把叉子的人结成伙伴。在理性之外没有约会的地方；在那些超越世界的狂野道路上没有旅馆。疯子不是蔑视世界的人。圣人、罪犯、殉道者、愤世嫉俗者、虚无主义者都可以很理智地蔑视这个世界。即使这些狂热者要毁灭世界，世界也应该根据证据和公法对他们进行严格的公平审判。但是，疯子不是蔑视世界的人；他是否认世界的人。假设我们都站在一块田地周围，看着田地中央的一棵树。我们都从无限不同的方面看到它（正如颓废者所说），这是完全正确的：这不是重点；重点是我们都说它是一棵树。假设，如果你愿意，我们都是诗人？这似乎是不可能的；这样，我们每个人都可以把他的方面变成一个不同于树的生动形象。假设一个人说它像一片绿云，另一个人说它像一个绿色的喷泉，第三个人说它像一条绿龙，第四个人说它像一块绿色的奶酪。事实是：他们都说它看起来像这些东西。它是一棵树。也没有任何一个诗人因为他们可能形成的任何意见（无论多么狂热）而对这棵树的功能或未来有丝毫的疯狂。一个保守的诗人可能希望剪掉这棵树；一个革命的诗人可能希望烧掉它。一个乐观主义的诗人可能想把它变成一棵圣诞树，在上面挂上蜡烛。悲观主义的诗人可能想把自己挂在上面。

**id 303**

如果你想给特定的个人和群体以文件或文件夹的权限，选择这个选项。如果需要的话，这可以让你以后删除特定个人和群体的权限。以这种方式共享文件和文件夹的另一个好处是，当收件人查看他们的SkyDrive时，该文件或文件夹将出现在与他们共享的文件列表中。在 "发送电子邮件 "选项卡上，添加电子邮件地址、联系人姓名或你想共享的组。添加一个可选的信息。如果你想让收件人能够用微软账户登录并编辑该文件或文件夹，请选择收件人可以编辑 。编辑文件或文件夹的人将显示在文件或文件夹的详细信息视图中的共享下。如果你想让收件人在查看文件或文件夹之前用微软账户登录，选择 "要求所有访问此文件的人都要登录"。这也有助于防止其他可能被转发邮件的人能够访问你的文件或文件夹。单击 "共享 "保存权限设置，并发送带有链接的电子邮件。注意 你可以在不知道别人的微软账户的情况下发送链接，即使他们需要登录才能查看或编辑你分享的内容。你可以在发送链接时使用你拥有的任何电子邮件地址。如果你与没有微软账户的人分享一个文件或文件夹，他们可以免费创建一个。选择这些选项之一，与大量你可能甚至不认识的人分享文件或文件夹。例如，你可以在博客或网站上使用这些链接。你也可以用它们在电子邮件或即时通讯中分享，但你对个人权限的控制不会那么多。点击 "获取链接 "标签。选择你想要的链接类型。当你获得链接时，你的文件或文件夹的权限会自动更新。仅限查看 拥有此链接的人只能查看你的文件或文件夹。任何拥有此链接的人都可以转发它，所以你可能不打算与之分享你的文件或文件夹的人可以获得访问权。查看和编辑 拥有此链接的人可以查看你的文件或文件夹。他们也可以通过用微软账户登录来编辑它。任何拥有此链接的人都可以转发，收到此链接的人也能编辑你的文件或文件夹。编辑该文件或文件夹的人将显示在该文件或文件夹的详细信息视图中的 "共享 "项下。公开 公开链接就像只查看链接，但它也允许任何人通过搜索找到你的文件或文件夹。如果你选择这个选项，即使你不发布你得到的链接，人们也能访问该文件或文件夹。如果你想把链接包含在字符数有限的信息中（如文本信息），或在打印的文件中分享链接，点击缩短，使URL更短。这使得链接看起来更漂亮，更容易让人在地址栏中手动输入。注意 如果你的微软账户被设置为家庭安全，而且你的父母已经关闭了联系人管理，你只能与已经在你的联系人名单上的人分享文件，而且你不能创建公共文件夹。

**id 304**

寻找巴黎酒店的特价酒店 巴黎市中心的预算和廉价酒店 很多人在访问巴黎时都试图住在不太昂贵的公寓里。原因是这个城市的高房价并不总是游客可以轻易承受的。因此，如果可能的话，他们渴望在酒店房间上节省开支。这时，巴黎三星级酒店或廉价酒店变得非常方便。在那里，你可以很容易地得到所有需要的好处，如漂亮的床，舒适的房间和浴室，当然还有每天在当地餐厅提供的美味早餐。这些基本设施使你在外国的生活更容易，这样你就可以开始你的一天，而不用处理困难的问题。人们从他们选择的酒店中等待的另一个特点是一个好的位置。在城市中心区的住宿是最受欢迎的，因为它们靠近历史和建筑景点、咖啡馆、酒吧和餐馆、商店和精品店、带有会议室和会议厅的商务中心。住在巴黎市中心的一家三星级酒店，可以让你更接近法国的美好生活，因此可以考虑在那里度过你的时光。巴黎市中心最受欢迎的酒店之一是Ibis Paris Tour Eiffel Cambronne。它只有三星级的质量，但它获得了一个完美的位置，靠近著名的埃菲尔铁塔。事实上，它是如此的接近，以至于你可以从你的窗口看到它的美景。享受定期进行的河流游览，以及前往香榭丽舍大街的惊险之旅。如果你打算前往更多的目的地，可以使用步行5分钟内的Cambronne火车站。当地餐厅L'Estaminet正以传统的法国食品迎接酒店的客人。另一家位于巴黎市中心的酒店是Suitehotel Paris Porte de Montreuil 。它位于离市中心不到5公里的地方。你可以很容易地到达火车站或夏尔-戴高乐机场和奥利机场。酒店有自己的停车场，如果你愿意，你可以带着自己的车来。29 October 2012 05:16 (c) www.parishotels-discount.com 未经网站所有者的书面许可，禁止使用本网站的资料。

**id 305**

iFinity博客 让你的作者简介从你的DotNetNuke博客中显示在Google结果中 9月4日 作者：。星期二, 九月 04, 2012 10:55 AM 你现在应该已经看到它们了--在搜索引擎结果页的文章旁边有博客作者的小笑脸照片。 在网络世界中，这些都是很好的补充，在这里，个人品牌和信任因素可能是被听到或被忽略的区别。如果你还没有足够的好奇心去研究如何做到这一点，我在这里告诉你如何在你的DotNetNuke网站上设置这个，以便你的微笑表盘出现在你的博客文章旁边。嘿！那是我！"。它是如何工作的，它是怎么回事？嗯，表面上看，它是通过 "丰富的片段 "技术工作的。 丰富的片段是谷歌对网络元数据的术语，也就是关于网络上的数据的数据。 蒂姆-伯纳斯-李（Tim Berners-Lee）--他发明了万维网--多年前就开始谈论这个问题，因为从机器的角度来看，互联网上的许多数据是没有背景的。 虽然你可能会看到侧边栏中我的照片，并得出结论--正确的结论--这篇博文是我写的，但对于一个软件来说，要正确推断出这一点就难得多了。 他在2001年的互联网史前时期将其称为 "语义网"。这听起来很复杂，但实际上，它并不复杂。 我们都已经习惯了这样一个概念：在一个词的周围放上&lt;i&gt;/i&gt;，是为了告诉浏览器软件它是一个斜体字。 语义网标准也是如此，只是我们在标记中加入了一些只对软件有意义的标签。 我们都已经在使用这个方法了--几乎每个网页顶部的'元'标签都是帮助描述该网页上的内容的例子。 它只是把这个概念进一步延伸，描述页面上的个别内容，并把这些内容标记为具有特定目的。比如把 "布鲁斯-查普曼 "的署名标记为特定分类法中的 "作者 "类型。 一旦你这样做了，任何软件都可以做出正确的推断，即被标记为'作者'的人就是写这个页面的人。这就是Rich Snippets -- 谷歌将内容中的语义标记整合到搜索结果中的术语。 这就是谷歌如何计算出谁是作者，产品的评级或价格是什么，然后将这些信息插入搜索结果页面。 内容的丰富片段的完整列表是评论、人物、产品、食谱、活动和音乐。 毫无疑问，随着时间的推移，他们会增加更多的内容。 请阅读丰富片段帮助主题中的完整列表。但现在，我们只是要集中讨论作者简介。让你的作者简介在谷歌上显示出来，这真的很容易做到。 如果你能发表一篇博客文章，你就可以把你的作者图片链接起来。 所以，以管理员身份登录你的DotNetNuke网站，然后跟着我一起做。第1步：选择一个要使用的微格式 表面上看，你只是用你选择的语义标记将你的文章与你的作者身份联系起来。 谷歌说它支持这些格式。我选择使用 "microdata "格式，不为别的，只因为它看起来很简单，容易纳入我现有的资料。第2步：添加（或修改）你的作者简介 如前所述，你需要改变你的HTML，以便阅读该网页的机器能够找出内容的上下文。 简单地说，我们需要用一些特殊的标签来识别页面上的作者数据。现在，我使用DotNetNuke的博客模块来写博客--但我要给你的建议实际上并不适用于博客模块，因为我将使用一个普通的文本/HTML模块。在这个页面的右上方，有一个 "头像 "和简短的简历，已经有一段时间了。 我坚信，为一篇文章配上一张脸对建立信任很重要--报纸已经这样做了很多年，所以我认为他们对留住普通读者有所了解。如果你的博客上没有作者简介，现在是时候通过添加一个文本/超文本条目来添加一个。 如果你使用的是其他博客工具，你也许可以修改模板或使用其他选项来显示所需的数据。 地点并不重要 --