

使用 L^AT_EX 写的一本书

2024 年 5 月 6 日

目录

第一章 杂文集	2
1.1 小议思考	2
1.2 永恒	3
1.2.1 什么是永恒?	3
1.2.2 存在的局限性	4
1.2.3 对短暂的习以为常	4
1.3 理解“避讳”	4
1.3.1 一般的隐匿	4
1.4 需要与需求, 满足与欲望	5
1.4.1 需要与需求	5
1.4.2 需要与欲望的方向	6
1.5 需要的被创造	6
1.5.1 可创造	6
1.6 思维惯性与选择惯性	8
1.6.1 反决策的失败	8
1.6.2 决策的条件	9
1.7 对评论的“评论”	9
1.7.1 为何评论	9
1.8 混乱的思维	11
1.8.1 思维下的生活	11
1.8.2 限制化思维	12
1.9 真实与虚构	12
1.9.1 确实发生与演绎发生	12
1.10 付出与收获, 充实与忙碌	13
1.10.1 真实的忙碌	13
第二章 卡夫卡式的付出	15
2.1 花费是否有价值	15
第三章 title	17

目录	3
第四章 Favorites	18
4.1 天文	18
4.1.1 深空摄影	18
4.2 无线电	19
4.3 太阳能发电	19
4.4 LEGO	19
4.5 种植花	19
4.5.1 月季花	19
第五章 配料分析	21
5.1 食品添加剂种类	21
5.1.1 乳液	22
5.1.2 乳化作用	22
5.2 表面活性剂	22
5.2.1 种类	22
5.3 食品	24
5.4 牙膏	25
第六章 ContentGenerativeAI	26
6.1 文献综述	26
第七章 如何使用 Git	28
7.1 Git 命令	28
7.1.1 常用命令	28
7.1.2 git stash 命令 (bug 分支) 操作	28
第八章 配料分析	29
8.1 神经动作电位	29
8.2 静息电位	29
8.2.1 细胞膜内负外正	30
8.2.2 迷走神经	30
8.2.3 脊神经	30
8.3 早教月子中心	30
第九章 思想的起源假说	31
9.1 副产物	31
第十章 Orginal Of	33
10.1 title	33
10.1.1 存在主义	33

第十一章 2014	34
11.1 制衡与监督就能让企业成功吗	34
11.2 决策需谨慎	34
11.3 论说文结构	35
11.3.1 ”单要素结构“	35
11.3.2 ”双要素“结构	35
11.3.3 ”二选一“结构	36
11.3.4 社会现象类	36
11.4 知人善任助力企业成功	36
11.5 论据	37
第十二章 2015	39
12.1 政府不应该干预生产过剩吗?	39
12.2 为“富”为“仁”并不矛盾	39
第十三章 2016	41
13.1 大学生的就业并不难吗?	41
13.2 加强文化教育, 促进社会和谐发展	41
第十四章 2017	43
14.1 只用赏罚就可以治理好臣民吗?	43
14.2 企业发展需要创新	43
第十五章 2018	45
15.1 物质生活丰富真的不会冲击精神世界吗?	45
15.2 技术变革促进社会发展	45
第十六章 2013	47
16.1 Translation	47
16.2 Writing	47
16.2.1 PartA	47
第十七章 2016	49
17.1 Writing	49
17.1.1 PartA	49
17.1.2 PartB	50
第十八章 2017	51
18.1 Writing	51
18.1.1 PartA	51
18.1.2 PartB	51

第十九章 English_2019	53
19.1 Translation	53
19.2 writing	53
19.2.1 PartA	53
19.2.2 PartB	54
第二十章 2020	55
20.1 Transltion	55
20.2 Writing	55
20.2.1 PartA	55
20.2.2 PartB	56
第二十一章 英语 2021	58
21.1 Translation	58
21.2 Writing	58
21.2.1 Part A	58
21.2.2 PartB	59
第二十二章 2022	61
22.1 Translation	61
22.2 Writing	62
22.2.1 PartA	62
22.2.2 PartB	62
第二十三章 2023	64
23.1 Translation	64
23.2 Writing	64
23.2.1 PartA	64
23.2.2 PartB	65

第一章 杂文集

1.1 小议思考

1. 选择的过程

2. 在人做选择时往往会产生多种可以参考的选择通常让人感到复杂的是需要在多种不同的选择中选择出一个“最好”的方案。这里认为在决策过程中比较复杂的几个过程是：

(a) 有一些时候确实无法得出具体的决策当问题比较复杂时，往往倾向于能够拿出一个比较具体的决策方案，但是，由于问题本身的复杂性，以及本身的不确定性，无法做出具体的，带有保证性质的决策，通常决策需要保证可行性，以及对可预知和不可预知的问题的应对策略。即使，在决策过程中不能做到得出对可能存在的问题的具体的应对策略。但是，在决策过程中，人们也必定会将理性决策和感性决策结合，纯粹的理性决策对风险的感知能力，实际上只能考虑到对事件本事的问题，却容易忽视决策失败时，对决策的相关人的理性的恢复过程。决策本质上的收到激素以及神经递质调节的神经活动，即使人类能够控制自己的思维活动，利用自己的记忆，建立反复验证和思考，将经验和现实进行多次比较，也无法准确判断未知的因素。也不能完全操纵自身的神经必然存在的自然活动。人类必然存在的感性的活动，也能使人做出基于情绪，自然反应的决策。理性决策的对立面是非理性决策，感性决策的对立面是非感性决策。理性的决策可以基于感性的认知做出。当人类的情绪波动较大时，此时，做出的决策在能够通过刺激应激反应，此时更多的是直接刺激记忆，但不一定时经历的事件的经验记忆。这里认为记忆可以包括两部分：

i. 经验记忆

ii. 思维记忆

记忆可以是人类对于经历过的事件的感觉和思想的记忆；也可以是人类纯粹的想象记忆。这里认为，人的记忆更多的保存的是一种感觉，即当回忆某件事情时，望梅止渴，“一朝被蛇咬，十年怕井绳”，这样的记忆能够让人们从记忆到思维处理，回传神经能够将刺激的反应信号，回传到各个身体器官，使其产生对应的生理活动。对于没有经历过诸如此类的实际事件的人，在单纯的重复循环的说教中，其实也可以产生此类生理活动。这里认为是人本身，就能通过思维活动形成稳定的记忆活动。通过记忆操纵一些情绪活动，从而从情绪活动转

变为一些生理活动。

- (b) 人对于客观公理的遵循，即使不通过实践活动形成经验记忆，也能通过单纯的记忆活动形成控制生理活动的行为规范。这里认为，单纯的“自我”对于没有强制性的记忆输入，虽然不一定能使记忆深刻，但是当多次的形成记忆后，能够形成稳定的反馈方式。通过一些“洗脑”式的说教，以及诱导。这里根据“奥卡姆剃刀原则”，不考虑器质性的因素。将所有潜在的受众，以同质化，趋同化，大众化看待，即在差异化中，抽象出一致性的外在化表现。在诱导行为中，对于存在的未知的不确定性，人们对可预知的必然的（大概率）的具体事件（安全的或者毁灭的）都抱有好奇的存在的追求。
- (c) 对一致性较高的事件的决策是人们最大的期待之一。“不患寡而患不均”，人们对于决策的时候在意的并不是所谓的大众的，而是一致性。这里认为，由于人类对于准确的量纲以及单位，即无法对抽象概念以及一些较大的数量概念做出具体化的表述。人往往对具体的数量采用的是一种抽象的类比的概念上的记忆。这种记忆方式，使得人类对于事物的比例关系，这种天生的来源于事物数量的人类对事物的比例关系最为敏感。这里认为，让人类准确描述数量级之间的多少，是无法做到的，但是采用比例关系能够让人在抽象的概念中，完成整个决策过程。一定程度上，在某些决策过程中，人类需要依靠这样的抽象的概念化的类比的模糊的决策方法。
- (d) 回到大众化认知，这里的大众化，根据上文的一致性原则，不是规模数量上的大，是一个抽象概念，指的是外在表现一致，但内在的思维过程不一定一致，这里的不一定还包括一种特殊情况，即思维的不一致，但在思维过程中还存在思维过程的一致性趋同。大众化认知，并不需要每一个人想的一样，也不需要结果中表现的一样。这里的决策的一致性，认为，思维决策的最小一致性，必然是普遍的，即在同一事件的决策的各个环节中，每一个人的思维都可能会有一致性，

3. 个人决策过程中，对经验的依赖性，导致决策往往倾向于

1.2 永恒

1.2.1 什么是永恒？

对于永恒的解读有很多种。这里认为对于人类而言，永恒不是一切静止不变，而是，变化与不变化的对比，对于能够观测到的事物，在一个较长的时间范围内不发生改变，就能做出“永恒”的判断。永恒是一个与自身比较的概念，而不需要通过周围其他物质的变化来对比。从永恒到局限的一段时间。而这段时间的长短与永恒相比，几年、十几年、几十年。对于几年、十几年来说，几十年已经可以看作永恒。而对于存在了几百亿年的世界而言，在人的思维里“几十年”是算不上“永恒”的。但对于宇宙而言，存续的时间或者继续存续的时间，似乎对于其本身而言并无“思想”上的意义。人在现实的客观的物质的运动的世界寻找永恒的价值意义。无异于使用宇宙本身去探究宇宙本身。

使用物质观测物质，只不过能探究出存在的必然的客观存在。加以人的思想意识的概念化艺术化的呈现。对于客观现实的“永恒”而言，短暂的人的文明或者生物的生命文明，是否是物质或者空间的存在意义。是的，这是没有意义的。不断膨胀的空间，让物质也无法进入空间的其他区域，当物质之间彻底失去互相作用的可能性时，又如何肯定，时间、空间的连续性，当存在无法观测的空间范围时，又如何肯定有微观粒子构成的宏观粒子，再由相互作用力组成的有机结构涌现的宏观物体。如何能够突破物质本身的客观属性。由微观粒子，电子观测位置的不确定性，到叠加态。使用任何观测必须由粒子的相互作用实现。

1.2.2 存在的局限性

人会因为恐惧本身，而产生恐惧。在很多观点里，有机体的消亡，并不是生命的尽头。而思想，乃至人的文字性描述，口口相传能够实现所谓的“永恒”。对于消逝，人使用多种方式消减给人带来的恐惧。大脑细胞、身体其他能够产生控制行为的细胞。在人类面对恐惧时，往往并不会坐视不理。通过产生更加活跃的大脑活动，可能会使人在恐惧时，大脑一片空白，从而降低了出现更严重后果的可能。

1.2.3 对短暂的习以为常

人总是，会面对各种危险。有积极的应对处理方法。也有各种逃避的处理方法。相较于积极的更加危险的处理方法并不是人潜意识客观存在的选择。这里更强调一种，选择性逃避的解决方法的分析。以理解，潜意识、思维、

1.3 理解“避讳”

1.3.1 一般的隐匿

在普遍的思考中，人，对于不愿意、不期望、害怕、恐惧、与普遍价值观违背的事物、概念、道理的语言描述，通常会进行掩饰、更改、再抽象的描述方法。对于不愿意、不可以提起语言往往使用其他的描述方法表达但由于各人对于一事物的理解不同，所再表达的概念往往会与所“避讳”的概念不同。即对于所逃避事物的差异化描述，往往也不能很好的传递含义。但在表述人看来，自己已经传递了自己的意思。

对于避讳，来说，避免直接表达，在形成其他大众化的表述前，其实差异化表达往往符合避讳所要求的对本概念的曲解化。

自由社会是否仍保留有，封建社会，奴隶社会，以及来源于人类社会发展的需要避免过多直接使用或表达的词语或语言。在社会发展过程中，使用网络用语，圈内用语，是否能为某些人构建起一个自由的交流的语言空间。在语言、抽象化的交流空间，不被外界的基本规范打扰。人对一些无法直接表达的语句是否能使用一些其他的语句代替，重构对于事物或客观概念的描述。“换个说法”是否能真正重新构建对于真实世界的客观真实的描述。还是，对于大众化普遍化描述的“带有负面表达的含意的语言”刻意回

避是符合发展需要的。但是，即便不使用带有负面表达的语句，对于不符合时代要求的事物的否定，能否也被认为是负面的评价。所以，在现实中，选择回避的不仅仅是语言本身，还包括语言所表述的概念以及概念所指代的客观存在。语言无法直接构建或重现客观世界，人也无法通过建构物质世界代替语言化描述。在当前，即使是图像、文字、声音、触觉。一系列直接传递信息的途径和获取信息的途径。但是缺乏对信息的解释方法，人仍然无法获取有效信息。对信息的解释，以及传递信息需要对信息的编码，形成符合社会的大众认知的有效信息。

所以即使在大脑中产生了抽象的思考结果。但通过非语言表达能够传递的信息密度低，容错概率低。并不适合用来传递复杂的信息。当前，即便是对于客观存在的可直接观察的图像，人仍然需要语言化描述，以期形成一个统一的大众的容错率高的可被广泛接受的语言化记忆。这里认为，人存在语言“回避”，是对于客观现实所需要的“规避”问题相符合。对于一些事物的发生，必然会带来一些危险的不可预知的系列问题。对未知或者危险的回避符合人，生命“趋利避害”的客观属性。语言作为描述客观概念的工具，某些时候也被当作客观事件或物质看待，所以语言的规避同样是物质的趋利避害。所以即便是换一种说法，忍让需要规避该事件的核心问题。所以当换种说法描述时，对于客观的表述已经不重要了。此时，所表述的仅仅是字面的概念。换种说法已经是对原本要表述的概念的文字表达的抽象化结果。新的说法在逻辑上表述的是文字表达这一层概念。

从语言回到语言描述的物质存在。物质世界的回避，比语言更多。通过构建抽象的语言体系，使用文字化的表述，能够将回避的“效力”放大。如果，仅仅使用建筑，视频图像声音、简单的纸张文字描述这些客观存在属性极强的物质。

1.4 需要与需求，满足与欲望

1.4.1 需要与需求

在对于什么事物是自我生存所必须的时，不同的生物所需要的基本生存资料并不相同。对于一些生在在深海的真菌类生物，它们需要的仅仅是一些基本的化合物，作为基本的生存维持。对于微观的生命而言，需要并不是生存所需要考虑的问题，对于一些移动速度缓慢的生物而言，在可移动到的范围内，有生存所需的基本营养物质，合适的光热条件，就能够生存。这样看来，一些生物的生存，并不是自我需要促成的，在某些时候，生命对于生存的本能并不能打破环境壁垒。反而是依赖于环境的存在。人可以一定程度上改变生存空间，一些生物也能通过筑巢等依赖自然界存在的原始物质，建构原始自然下的社会空间雏形。从人的基本需求到生物的就基本需求，当把这个概念强加到其他生物，确实有一些生物也能够以建构更好的生存环境为目标，也会因为更加丰富的生存资料而带来种群数量的增加。通过观察种群数量，能够看到一个物种的需要是否被极大满足，而生物的存在意义是什么？

从为繁殖准备物资的蜜蜂、蚂蚁等社会性分工的生物，到以族群聚居的大象、灵长类动物。以及以单细胞为基础的真菌，原核类生物。这些生物，无一不以种群数量为发

展目标。当需求或者生存得到满足时，这些生物的种群数量就会以极快的速度扩张。在更宏大的角度看，社会化的生物，并不以个体的需求满足与否表征种群的满足。而是以对种群数量的多少表征整个社会的生存以及需求的满足。当个体的基本需求满足时，扩张的需求如果对种群以及社会发展及种群数量的扩大产生威胁时，个体的需求即无法与社会宏观需求相满足。

1.4.2 需要与欲望的方向

个体的需要在超过基本生存需要的物质时所扩大的那部分需要就能成为欲望。但，谈到现实中的基本需要满足，就不得不谈，需求的被创造。生存物质的发展，并不是作为单独的个体所能够决定何种物质才能称为最基本的生活资料。即本就不参与到原始未加工的农产品，矿产，等初级生活资料产出的人，即便是此时的物质资料和生存资料远超前期的物质，但对于无法或难以接触到生存资料生产的人，此时的物质资料好与坏都不能确定不是最基本的物质资料。即物质资料的好于坏是一个比较的概念，但是，在现实生活中，选择的决定是一个确定的唯一的状态。不具有同时存在的可比较性。所以，这里的基本生存资料定义为在同时存在的可满足人类机体存续的物质。

但是，这也产生了一个问题。即，当存在可以选择的低质量但同时能让有机体存在的物质也存在更高质量的物质时。通常的选择是后者，但这也满足对于基本需要的逻辑。这里认为，需要不是随机的选择，或者说一个需要通过选择发出的决定。即需要和需求都可以被选择所制约。这也解释了，在极端环境下的”不食嗟来之食“的选择。在潜意识中的需求会被后天的记忆所参与的选择判断影响。这里认为，即便是最小的生物，存在对于客观的确定的反馈逻辑，就会在基本需求的选择中，做出合理的选择。简言之，所谓的满足人的基本生理需求，但同时也需要满足人在做出基本生理需求的物质选择时满足人的心理预期或者心理选择的判断。即便该判断不来自于人的价值判断也应该来自人的情绪或者条件反馈判断。当满足上述两个维度的物质，就能成为基本需要的物质。这里也认为，由于选择的制定或得出，存在滞后性。所以需要的得出也具有滞后性，当产生需要的想法时，通常在选择之后，产生了一个具体的逻辑概念。当需求没有满足时，一直存续的需要就能转变为欲望。这里认为欲望，在某些理解中，欲望被成为（暂时）无法满足的需求。

1.5 需要的被创造

1.5.1 可创造

非自然存在的一切已知物品，即非宇宙组成的最小粒子，都是可以被创造的。创造，是一个从无到有的过程。被创造出来的事物，可以是客观存在的有形的，可以被看到或者被感知到的物体，也可以是抽象的概念化的思维思想逻辑。也可以是寄托于蕴含于已知物体的概念化的内涵的逻辑的或非逻辑的思想。或者是依附于已知的思想存在的而被创造出来符合思想概念的客观现实。

总之，可创造性符合思维认知和客观现实的存在，思维认知基于客观现实产生有与

客观现实存在细微的差异。同时，客观现实与思维逻辑的表达存在必然的存在的不可调和的细微差异，符合多样化和不确定的客观规律。需求作为可被创造的存在。即符合客观存在和思维概念的存在。需求和需要可以是与现实客观存在差异的逻辑化的或非逻辑的思维。在现实中，许多需求，并非是天然存在的客观属性。而是伴随社会发展而出现的存在与思维的选择的符合，需求的产生在一定程度上，也反映了选择的多样性，在多样化的选择中，可以对已知的未被获得的存在的需求。需求的产生，从人对基本生活资料的可选择性，到在不同的客观存在和思维存在中的选择。从方面看，当需求不存在时，即基本生活资料的满足到达后，没有任何其他可供选择的事物。人无法产生对其他客观事物的需求。需求源于想象力，想象力基于客观现实的加工，同时这些加工也需要记忆的参与，记忆需要感觉视觉等对客观世界的具体的反应产生。当与客观世界的接触被限制在仅有的少量的基本生活资料时，想象力只能从已有的物质出发。

所以，此时产生的任何需求仅仅和基本生活资料相关。当进一步缩小可供选择的生活物质资料范围时，此时变动的范围产生的需求，会进一步被限制。即使，需求被暂时满足，只要能产生新的需要，即当对新的存在的想象或者思维，能激发出新的需要，从而在决策中表现出新的需求。创造需求仅仅需要激发想象的空间，让记忆和现实产生新的互动。另一方面，由于需求可以被压制同时也具有衰减期。假设存在能够让需求长时间保持或者能够进一步刺激从而产生欲望。所以，在客观世界发展中，技术的进步，带来的是人的解放还是思想空间的解放。更大的想象空间，是否意味着更大的需要，但由于思维在同一时刻能关注的具体的概念化的思维只能是仅有的一个。多样的更多的可想象的概念是否会缩短人对同一事物的想象时间。以便人能够在有限的时间中完成更多的想象，以便产生更多的需求或者需要。当基本物质资料不丰富时，人的需要和需求更多的基于物质资料而产生。当生活的物质资料被基本满足时，人们开始将想象拓展到更容易获取的需求上。

人产生需求，并不是简单的为了更好的生存，不仅为了获取获得需求被满足后，大脑神经反应后刺激记忆区域，产生新的神经递质分泌更多的多巴胺，导致更加活跃的大脑活动，使人的产生更加复杂的情绪。

需求产生于客观物质世界的社会化活动的推动下，也依赖于思维活动的存在以及大脑神经活动的潜意识需要，以及非浅意识的稳定的连接的神经递质传递。从想象到概念化的思维逻辑，再到具体的选择决策。以及决策产生的需求，以及在这一系列的大脑活动中产生的神经递质分泌推动人的复杂的活动。当复杂活动的需要的能量得不到及时供应时人的需要就会下降。但神经递质的分泌并不需要更多的能量，基于记忆能保持更久的需要。而当，新的需求产生或者对神经递质的抑制，使对应的神经活动或者活性降低，往往能短暂的抑制此时的需要。在被满足前，需要依旧只是是一个思维，或者说保持这记忆区域的大脑活动以及和其他脑区的连接。当需要被满足，更多产生更大范围以及更大量的神经递质的分泌打破原有的需要所建立的神经连接。使得需要作为一个思维而被消解。在大脑中的存在只是变成了被满足后所产生的一个状态（感觉）以及在记忆中所保存的感觉。那，需要不被满足时，又如何被消解的？在新的需要足以建立打破原有的思维时同样能消解原有的需要思维。

这里肯定了，存在一下情况的可能性。当需要被长时间的以其他的需要所替代时，

如果想象以及记忆产生的神经递质较多,此时,使用更加多的想象以及记忆,在较短时间内产生更多的需要打破了原有的单一的多种的需要的思维。即最终产生多个、细小的需要。但,如果只是用需要的想法去替代原有的需要,而不是去实现它们。在具体实践中是可行的。但这也在满足基本生活物质资料的客观存在下。通过不断缩小的想象空间,也同样能抑制需要的产生。

1.6 思维惯性与选择惯性

1.6.1 反决策的失败

在进行选择判断时,人会倾向于选择自己熟悉的或着以为自己熟悉的其实是来源于记忆中的模糊的概念化的认知。对细小片段的记忆,在进行思考时,往往能够被描绘或者重新描绘为完整的带有情节的的可提供思考的事件。

1. 带有符合故事发生的人、时间、事件,这是一个基本的故事的过程。
2. 故事的结局通常时模糊的。对于结果的记忆通常会因为情绪等因素的影响保存为不同的状态。即,对同一事物的同时观测,由于观测者的情绪的影响,在记忆中,保存的基本事件的结果可能不同。
3. 对复杂事件,其由多个基本事件结果组成,即,每一个基本事件都可看作该复杂事件,在某一阶段的结果。
4. 由于不同基本事件的结果的记忆的存在,以及复述该事件的语言受到特定或者情绪状态的影响,同样会改变事件的结果的呈现。

由于事件发生的唯一性,通过图像对事件的重复模拟,以及观测并不能完整重现特定条件下的决策判断以及思维模式。

由于宏观上存在的运动的连续性,以及对于一致性和连续性的保持。假设,由于人的思维,只能在同一时刻思考或者完成一个逻辑判断。这里指的同时时刻为完成一个最快判断的最小时刻,即并非物理定义中的时刻,而是在思维中的仅有一个思考或者专注的时刻。这里认为在如此短暂的时间内,可以排除其他因素的干扰,近似认为人的思维在某一最小时间内存在唯一状态。或者在某一时间范围内不活跃到极度活跃再到不活跃。以及被下一个能够激发人做出相应动作反应的思维状态。即这里认为,在出现应激状态时,有可能会干扰到人的正常思维以及决策。意识有可能在某一时间段内,并不受到思维的或者人的通过记忆的思考产生的逻辑判断和控制行为。即在睡眠状态下,人潜意识形成的梦境产生的人的各种动作控制以及情感状态并不能保存在记忆中,或者成为记忆的一部分。这些决策的产生并非完全来自于记忆,或者并非由记忆所控制。由梦境的快速的事件发生过程和较多的状态转换,在较短的时间内能够产生更多的情绪以及各种感觉意识。但并不能作为控制机体运动或者控制反应的一部分。

与梦境不同,现实世界人的状态切换较慢,为了适应物理世界的机体对外界的各种互动和反应,大脑必然会建立一个能够保持较长时间的稳定的刺激和反馈的神经连接状态。在极度稳定的连接中,会导致对其他同一时刻存在的连接的反应敏感度降低,或者

说只能感受到一种状态的存在。而实际上同时存在多条独立的神经连接活动。而由于资源的限制以及被控制和被反应的资源的限制。同一状态时间内只能产生一个行为而非能反映不同的活动状态。当面对多种刺激下做出的决策活动，由于只能有一种状态表达，会导致多种连接在同一时刻向同一方向发展，促成决策的快速产生，而进入下一状态。

当人面对多个紧急的无法避免的将要发生的事件，会倾向于通过快速决策而非快速反应完成不同的事件。通常复杂事件依赖于思维的决策而非机体潜意识的自我反应或者器官的自我反应。但在应激反应下，思维决策是否失去控制？通过无目的的，歇斯底里的反应表达，不加以思维的决策控制。这里能否认为是思维在某些因素的作用下，或者进入到一种不受控制的状态，而这种状态在较长时间内无法通过自我意识的决策改变。但同样属于神经活动的一部分，可以通过抑制神经递质的传递降低相应脑区的活跃度，从而抑制此类反应的持续。

由于事件的持续性以及生物的存续对客观世界的持续性互动，也让决策存在一定程度的连续性。通过阻断事件的持续，也能改变决策的方向或者持续。通过打破决策的连续性存在的条件也能改变互动的方式。

1.6.2 决策的条件

为避免非连续性决策可能存在的问题，决策通常依赖于经验，也就是记忆。对记忆或者是记忆所呈现的情绪状态，

1. 选择存在习惯性稳定性
2. 存在打破习惯的因素
3. 简单习惯性行为和记忆的互动
4. 惯性行为被打破后的状态表达和决策及反应

1.7 对评论的“评论”

1.7.1 为何评论

对同一事物不同的人有不同的看法，同时对同一事物人，也有表达同一看法的可能。评论，表达的是人的价值判断。有逻辑，符合基本语法标准的通顺的，可以表达一定意思或者含义的句子，都可以被认为是一条完整的评论。评论可以看作是人的价值表达、(情感) 情绪表达。正如一些评论中充满负面或者积极的词语，这些用感情或者情绪词语堆叠而成的评论，是否能够表达对网络内容的真实的看法。

正如“矫枉过正”。是否对待网络内容的价值表达和情绪表达，我们也要抱着一种批判的态度，或者干脆利落的接受或者沉浸在网络内容所营造的情绪氛围中。现在，一些网络内容如何吸引用户关注？它们通常有着吸引眼球的视频封面，简短的封面标题。其标题的简短与图片的“精心制作”形成鲜明对比。用简短的视频标题以及封面文字如何快速吸引用户点击？一个好的标题可以表达强烈的情感，以及内容，通过动词以

及状态词语的组合连接能够表达用户以及作者的态度。一些当视频标题呈现的观点态度和用户的认知相符合时，用户往往会点击观看。同时，视频标题还呈现出时效性，一个好的标题需要把握当下的用户心理以及热点问题。回到为何评论。由于部分用户其实是为了评论而“评论”，所以对于网络内容的表达并不关心。通过分析标题的作用，网民评论更像是在完成一句或着一段命题性质的评论。评论往往和网络内容相关。

这里探讨，针对网络评论的“反思”现象。对于某些“矫枉过正”的评论，一些人往往是认为这样的“站队”式的评价或者“一边倒”的网络舆论，让一些其他的“声音”不能被发出。似乎，在一些过于激烈的思想对立中，也往往有声音告诉大家要跳出思想的对立局面，反思造成这样的对立的真正原因。这样的思考并没有在对问题做出价值判断。针对事件本身的情绪或者逻辑表达可以看作是评论。而这样的让大家“反思”现状的评论是否是在激烈的辨证中，告诉人们无论是导向何处，大家的思辨或者针对事件所作出的尖锐的评价并不能解决当下的问题。

针对评论所作出的价值判断，或者说在翻看视频评论的过程中，当然往往有人，并不主要关注视频内容，还会关注或者在意评论区的价值表达。一些人在评论中，找的是情感共鸣的表达，也就是能满足或者激发用户对于网络内容的情绪状态。这样的评论包括以下几种：

1. 与用户的价值观匹配的以及对于内容的价值判断匹配
2. 与用户的当前情绪需要匹配的
3. 与用户的知识背景匹配
4. 符合用户对于某种逻辑表达的特殊需要：偏激的观点，特殊的句式表达方式，带有强烈的地方语言表达习惯
5. 带有猎奇性质的不符合大众价值观点、哗众取宠式、贬低自我的表达

虽然针对一事件的网络评论的价值表达并不是“非黑即白”，但是在情绪表达中，往往只有三种：正面的，中性的，负面的。使用的各种词语能表达的核心价值无非就是好，坏，人们对于不好不坏这样的价值往往是不敏感的。如果禁止在网络上使用各种带有负面或者正面情绪表达的词语，甚至对语句的情感偏向加以控制。不带有任何价值偏向的语句是否能够激发用户的情感需要。当我们关注的是，评论所表达的情绪时，要浏览大量的视频或者图文才能得知网络世界对于发生在客观世界中的事件是何种情绪态度。但是，个人由于使用的信息获取途径相对单一，或者说单一用户在一定时间内对同一事件的关注度存在一个由低到高的变化过程。当网络内容的“曝光量”减少后，也会一定程度上阻碍关注的持续或者推动用户关注度的降低。信息渠道也能产生反作用。这里认为，大多数用户对于网络内容的需要，是建立在情绪，情感需要层面的。网络事件内容以及网络评价内容，构成了针对特定现实事件的网络内容。现实人类的情绪需要开始依赖于与网络内容的情绪共鸣与价值表达互动。当一个用户在浏览了大量的评论后如果没有产生情绪价值共鸣是否还会坚持寻找，或者转而向自身的价值判断着手，怀疑或者修正自己的价值判断？同样当网络内容与用户产生持续的情绪共鸣时，用户是否会减少甚至停止做出不同的价值判断？

1.8 混乱的思维

1.8.1 思维下的生活

如何在思维的掌握下生活，现有的生活方式很难适应思维方式。说实话就是拖延症过于严重，对于一些即将发生的事情或者计划好的事情很难有动力去完成这些事情。即使是很小的一件事，也会因为事情不重要而决定不去做。

虽然生活很累，确实每天即使自己认为没有做多少事情，但是由于自己的能力限制，或者说是因为自己的身体状况的原因，并不适应做很多的体力类的事情，甚至时大量时间的思考也会因为体力或者能量供应的不足，导致在思考不久就会出现精力不集中，产生出其他的思维，把注意力转移到其他不那么花精力的地方。专注于一个复杂问题的思考往往会耗费大量的能量。当能量供应充足时更有利于进行这样复杂的逻辑思考。另一方面，在将思维转化为文字时，通常也需要借助于体力劳动。即便是随口说说，也会因为口干舌燥而导致思维的现实化表达出现中断或者是异化。

一边抱怨自己没有有一个规律的科学的生活，但是自己的身体状态是否适合自己现在的生活，自己的身体素质能否满足熬夜需要的身体代谢能力和恢复能力。为了实现可持续的生活状态，最为有效的是，关注于生命本身，为了活着而活着，而不是追求生活的质量以及追求生活的丰富多彩的生活内容。

复杂的世界不会因为个人的复杂的丰富的生活方式而发生本质的改变，但是个体会由于选择了不适合自己的生活方式而造成永久性的个体影响。对于世界而言，时间只是一个相对的概念，是通过对于物质的变化的对比而人为定义的时间概念。但是，对于个体而言变化是深刻的且会在以后得生活中发挥不可忽略的影响。一个个体在物质积累或者生长阶段的物质构成阶段的积累，会让个体在未来的生活中拥有适合复杂的社会生活的物质机体。同样的，一些个体也会因为没有获得可以支持复杂的社会生活的机体条件。

这里认为，对于无法改变的或者说，已经无法修复的机体条件，个体只能接受这样的事实，而且要时刻的记住，而不是将这种差异异化为不足，或者说要正视此类机体差异带来的影响，而不是把这些差异忽略，或者将这些差异放大为一些“死亡讯息”。生活并不是眼前的苟且，还有诗与远方。作为基于有机体或者细胞涌现的存在，人，不应该也不可以把自己认为是机体的唯一所有者，或者认为自己的思维能够完全掌握自己的身体的行为，或者自己的每一个决策都应该或者都能被有效的执行或者能将每一个指令的控制权都牢牢掌握在自己的“手里”。人，作为依赖于或者现在而言依赖于有机体的存在，可以说是寄生于人这个带有自有的基本意识决策的有机体中。换句话说，即便没有社会的存在或者意识思维的存在，这个有机体是否还有有活下去的意志。当然，任何生物都有求生的本能，即便这种求生的方式会给整个复杂系统机体带来伤害，但是也不能否认其求生的本能的存在的意义，生物的意义。

换句话说，人的努力是在让有机体活的更好吗，当然不是。人的各种活下去的努力都建构在社会属性之上，而有机体并不具有意识这样的在机体活动的产物。或者说人的意识的来源更多的是一个偶然的产物。或者说更古早的人，并不需要复杂的大脑也能保证有机体的生存。当前，即便是一个人被“活活饿死”，也只能判定为个体思维意识的

决策行为。因为获得意识的人类具有了本能以及思维的决策两种能力。思维会对本能做出抑制，在人的进化中，本能的需要渐渐被人性化的社会化的思维需要所取代。人的本能包括了趋利避害这样的能力，这也是生物的本能。但是人类也有“作死”的冒险主义精神，这样完全相反的决策逻辑。很难说生物的本能包括了让机体的自我毁灭，且不考虑机体的繁衍问题或者存续问题这样的保留在遗传信息中的本能。

人是社会化的产物，现在人的许多决策不仅仅依赖于满足有机体的可持续以及生物繁衍的需要，更多的需要考虑到社会结构下，全体种群的存续问题，个体的决策往往要依赖于或者受制于一些人为的社会化的规定或者约定俗成的框架模式。在这样的思维的控制下，人被异化为或者进化为社会生物，一个保持自有意志的生物，是的自有意志并不是自由意志。因为自由这个概念过于模糊，何为自由，这里认为自由是在有限的范围内的多样化的选择，所以使用自由意志并不适合此处表达。

1.8.2 限制化思维

由于思维是人的意识的表达，人的决策来源于思维的活动。针对思维的限制，可以一定程度上改变人的生活方式。缩小自己现有的思维需求，为自己的机体提供需要的满足而不是思想的满足。换句话说，类似性这样的需要是否是思维的需要或者它是机体的需要。这里认为是一种复合的需要，但是，作为机体而言，或者单一器官的刺激需要，是否能表示是一个完整的系统的，生命的需要。是的，它并不是机体的生存需要，而是生物的繁殖需要，人类社会的思维的需要。对于由不同细胞构成的机体而言，它们怎么会知道或者需要如此明确的神经刺激来带动或者促进自身的生存需要。那当然不可能的，对于刺激的需要是细胞或者器官的需要，但是多少的刺激合适呢，没有思考能力的器官，当然认为多多益善。当然，这是有害的，也是不可能的，刺激由上限，这是由一系列的具体的细胞作为传感器所能够感知的。但是，对于危害或者说一些伤害，这些神经传导怎么可能知道或者来得及控制已经建立的神经递质传导。

通过建立一些任务目标，完成一些简单的事件，重新建立神经传导的刺激。通过强迫或者强烈的暗示方法，用带有破坏性的思维逻辑，打破原有的无害论的思想方法。建立新的认知方法，客观的看待自己的能力，不从事或者参与有风险的活动。建立起稳定的生物时间。从睡眠时间，吃饭的时间，喝水的时间，从一些与机体有关的事件出发。而不是满足自己的心理的需要，或者是内分泌的快乐的需要。同时，一些机体的不必要的需要也需要被抑制。仅仅满足机体的生存就可以。

1.9 真实与虚构

1.9.1 确实发生与演绎发生

自编自导的事件是否算的上是虚构的事件。影视作品将无法上演在现实世界中的事件通过拍摄方法给人以一种真实发生的感受。当然这种真实，并不是完全的虚假的动画或者是从侧面叙述画面展现真实发生的故事。从某些画面场景看，真实的影视作品，必然是能够在现实世界被大众所再现的。由真人所表演的一些科幻电影，依然是保持大量

真实的元素或者现实中的场景。对于这样的对于真实世界的重现，即便是在原始或者早期的文明中，在一些祭祀活动中，依然有所呈现，对自然的崇拜，图腾的刻画，将各种动物、人相联系的表现形式，以及对于现实世界的壁画记录。由于这里讨论的是真实与虚构。当真实无法被完美呈现或者人对于真实的部分需要或出于某种目的的掩盖时，就会出现虚构。对真实事件或者未发生或无法发生的事件的描述就是虚构。对于现实中无法发生的故事，观众都能发现其是虚构的。而对于那些现实中能够发生的事件的描述，也是一种虚构。这里重点讨论一种可能，在现实中可能发生的事情被人为演绎。由于人的认知的原因，对于一些事情能否在现实中发生其实很难做出自己的准确价值判断。这里假设存在一些确实可以在现实中发生的事情，但是由于社会以及人的价值观的限制无法成为偶发事件或者在小范围区域或者几乎无法发生的事件。

对于这样的事件的演绎，人们在现实中遇到了“现实”，从虚拟的或者说远处且没有实际的参与中，窥探到了“现实”。这种观察，是否让人满足了好奇心。对于其他现实中的人的生活的一种发现。可以在这种发现中，看到美、善、恶，而这仅仅需要付出时间作为代价。另一点，从体验的角度看，这种现实的“表演”，呈现的确实是“真实”的事件，在现实中对于事件的记录成为人们所观察的对象。

即使没有使用任何的特效手法，以及剪辑手段。网络中的视频内容是否真的是“真实的”。如果说真实就是确实发生的事件，那么这些就能算得上“真实”。而实际上，必要的文字台词，以及与现实表达可以容忍的不切实际的表达语言。在网络中的“表演”，依然无法呈现出现实的全貌。换句话说，即便是发生在人面前的事件如果不是当事人是否能够了解事情全貌，同样的，即便是当事人却不是事情的引起者，又如何知道自己知道的事情内容是否是真实的。

真实只是一种相对的概念，与虚构相对而言。只是显得更容易让人接受。对于事件的真相而言，当事件的参与者，只能窥探或记录自己的部分时，真相往往是被拼凑的，还原真相的过程成为讲故事的过程，一个把故事讲的合情合理的过程。

1.10 付出与收获，充实与忙碌

1.10.1 真实的忙碌

当忙碌的生活状态变成人的每一天的状态，而不需要加以改变。当每一天的生活都需要有明确的目标或者每一天都有需要完成的事件。作为独立的个体有可能不选择完成任何事件吗？答案肯定是否定的。在日益多样化的生活方式选择，以及可以完成的事件的数量，由于科技以及人的协作的可能，使人可以在有限的时间内完成更多的事件。

即便个体对于完成事件的拒绝，依然无法真正控制对于机体的物质需要，以及潜意识对于满足或者说由于对事件完成后产生的“满足感”或者“成就感”引起的神经递质分泌的需要。神经细胞对于神经递质的依赖，以及细胞对于内分泌激素的依赖，使得人在潜意识中，不受大脑的思想的控制。在选择过程中，开始依赖与或者受制于“自身”的“原始”需求下的决策行为。人，忙碌的行为或者说“无效”的忙碌行为，一方面，展现了人对于事件的“达成”的需要。而事件对于人的进一步“发展”或者说人的基本生

存并没有带来任何益处。甚至由于大脑或者说仅仅是细胞层面对于事件多带来的“充实感”的需要，导致了人对于紧张、忙碌、更快速地完成事件的需要，而并非是人思维意识下控制地对于紧张生活的主观需要或者依赖。另一方面，个体对于“无效”行为地不可控，也导致在决策或者行为中，形成或者造成更多地重复的或者无目的的事件产生。

在思维决策与潜意识决策中，很难发现其中何种决策在人的同一行为中发挥主要作用。即便是潜意识决策在思维过程中掌握控制，机体也无法摆脱同样是来自于大脑的决策。同样，在大脑或者思维决策中，也无法不受到源自于神经或者不同脑区产生的思维活动的影响。思想源于记忆，而当记忆不能与实际决策环境相对应时，对于事件的决策会倾向于潜意识的选择。这就产生了基本的理性决策和感性决策。

所以，人对于忙碌的行为或者说无效的低收益的行为的需要，是否源于自身的思想需要，而不是来源于神经细胞或者脑细胞的刺激需要。当人形成稳定的价值判断标准，以及在行为决策中使用过依靠记忆做出的选择时，对于“主观”的依赖于不需要记忆参与的决策的会产生怀疑或者对这种决策方式能够抑制发生吗？在某些场景下，人似乎能够抑制这样的思考方式，当同样人的决策在某些环节中依赖于这样的路径。在无目的的行为中，人的思维决策数量发生改变，而依赖于客观机体做出的快速决策以及有神经递质或者大脑的“奖励”回路构成的潜意识的决策开始成为大脑决策的主要来源。思想和潜意识构成了人的意识的一部分，在人的无目的或者不需要做价值判断的事件中，潜意识获得的是对于事件的反馈所产生的神经递质以及对各种物质的供应。

第二章 卡夫卡式的付出

2.1 花费是否有价值

在花钱或者花时间去超市里，为的只不过是买几十块的东西，但是花了两个小时的时间到达超市，其次还花了时间在超市里挑选。同样，花了几个小时的时间乘坐火车或者高铁到达一个陌生的或者从来没有去过的城市或者旅游景区，在这里不过是花了几十块或者几百块吃了几顿饭，在花费几个小时步行在路上，花时间拍了几张不专业的照片，这些照片记录了现在到过这里。但是随着记忆消失，照片只不过成为你做过这些事情的一个记录符号，不能给你带来原始的感受。

所以，花费高昂的代价，或者什么是高昂的代价或者什么是合理的代价，或者简单说什么是代价。

首先，代价是我们做任何事情所付出的时间，金钱，以及消耗的能量以及精神状态。那么，什么是合理的代价呢？这里认为，对于每个人而言，合理的代价仅仅存在于概念中，即从个人的价值标准尺度下，做出的认为自己的花费是自己可以接受的就是合理的代价。当然，往往人们只在将事件结束后才会完整的或者大概的知道事件所付出的代价。而在事件开始前的预估，其实往往并不准确，甚至不会成为人们做与不做此事件的主要的决定性因素。

回到卡夫卡式的花费，花费时间去为了某些不那么重要的事件，但是让自己陷入到那种昏昏欲睡的状态是有必要的吗？就比如说，花时间骑自行车远行，真的可以帮助到每一个人吗，真的对于治疗或者缓解自己的心理需要有所帮助吗？答案必然是因人而异的，但是，人们往往会因为别人或者幸存者概率而相信这样的行为能够帮助到自己，或者说从事这样的一些并不被大众的认知所完全所批判的事件，从某种角度来说，促成了人们会接受这样的行为可以对自己产生帮助。可是，这些事件是否经过了科学的验证，或者经过了所有人的实践检验，得出了能够帮助到所有人呢？

同样，花费大量时间去做一件事情，但是这件事情自己也不知道是不是能够帮助到自己，但是，只是因为看到别人在做这件事情就开始有样学样的，依靠先验主义，认为这件事帮助到了他人实现了此人此时的状态。但是，我们怎么知道他人前时的状态是怎样的？是好于此时的状态还是差于此时的状态。所以，当人们倾向于从经验去判断一

件事是否有益于自己时，往往很难做出完美的正确的判断，尤其是那些来自于他人的经验。

但是，实践就一定靠谱吗？经验来自于实践，实践检验了经验的正确性，但是，未必会产出正确的经验。从实践中总结出来的经验，是否能够完美的表达实践的每一个考量因素。可是，实践是具体的运动，却并不是有思维经验的参与吗？当然不是，实践的过程中还是依赖于不断变化着的实际，所以，在实践的环节中，不断改变的实际，促成了不断变化的处理问题的决策或者行为。具体问题具体分析，但是就认为实践的经验完全派不上用场的了吗？不是的，一些实践并不复杂，另一些实践可能过于复杂，但实践可以分解为不同的部分组成的整体，在不可拆分的部分下，经验可以被完美应用。但是，这也说明局部有的性质，整体未必具有。经验可以用于细小问题，但未必能解决复杂的问题。

所以花费时间或者精力做一些不能让人实际上活的很好的事件肯定是不对的，但是，每个人的价值判断标准的不同，导致个人的判断必然会与社会这个宏观的非物质的概念化的整体产生差别。但是，即使世界上只有一个人存在，这个人的价值判断是否可以取代社会的正确的价值标准呢，这是不可能的。凌驾于物质之上的概念化的存在，不会因为个人的选择所改变。个人或者集体所定义的正确不会处处相同。个人的价值判断，不会因为与社会的价值判断相违背而使其发生改变或者不复存在。即便是有法律的存在，人们还是会做出违法的决策或者实践。

在社会价值的框架下，人们还会依赖于自己的价值标准做出一些决策，当然，社会价值标准和个人的价值标准在实践的可行上，这里认为都在可执行的概念下，不讨论不可行的价值判断。同样，本文对于正确和错误的价值判断，仅仅在可执行以及能够存在这样的概念下。所以，这里认为人在某些情急之下，比如找不到厕所，仍然会或者必须选择，把车停在路边，随地大小便，这是一个人的正确的价值判断，当然没有这么做也是正确的价值判断。但是，如果在这样的情境下，如果人不能产生任何思维或者决策想法，可以认为这是错误的价值判断。人必然会对事件做出反应，如果没有反应，那就是不对的。虽然，人的选择没有对错之分，但有受益大小的区别。但，这里为什么提到了错误的判断呢，因为这里认为，如果读者认为人不会产生价值判断那么，我认为读者的想法是错误的。

第三章 title

第四章 Favorites

4.1 天文

4.1.1 深空摄影

4.1.1.1 CCD

CCD 感光原理：光电效应。光子首先被转化为电荷，并且在像素区域实现电荷的积累。然后在一组顺序变化的驱动电压下，一行一行的电荷沿着垂直方向转移，当一行的电荷转移到最后一行时，再通过水平驱动时序，挨个的输出到一个电容中，因此电容两端的电压发生变化。当电压连接到 AD 转换器上，通过测量这个电压，获取到每一个像素的电荷数量，代表这个像素的光强值。

行星拍摄所持续的时间较短。

1. CMOS 传感器
2. 分辨率
3. 芯片尺寸
4. 最大帧率
5. 像素尺寸（微米）
6. 读出噪声（电子）
7. 满阱电荷数（电子）
8. 峰值量子效率

1. 主光学系统

- (a) 望远镜：普消，ED，APO，焦比 = 焦距/口径
- (b) 镜头
- (c) 修正镜

2. 主相机系统

- (a) 相机：焦距：30mm-50mm. 最大光圈与最大可用光圈. 像差：色差：星芒：遮光罩

(b) 滤镜

3. 导星系统

(a) 导星镜

(b) 偏轴导星装置

(c) 导星相机

4. 赤道仪系统

(a) 赤道仪：自动寻星，自动追踪

(b) 三脚架

5. 控制系统

(a) 电脑

1. 拜尔滤镜

冷冻彩色 CCD，摄影主镜：反射镜：150mm-203mm，赤道仪：信达，艾顿 CEM，导星镜，导星相机：振旺 ZWO，双电跟版：自动控制赤道仪 + 自动抵消地球自转 goto 版：双电跟版 + 自动寻星 + 电脑控制 + 导星

4.2 无线电

4.3 太阳能发电

4.4 LEGO

4.5 种植花

4.5.1 月季花

扦插：早春或晚秋月月季花休眠时，剪取成熟的带 3 至 4 个芽的枝条扦插。

压条：夏季，将月季枝条从母体上弯下来压入土中，在入土枝条的中部，把下半圈树皮剥掉，露出枝端，等这根枝条生出不定根并长出新叶以后，再与母体切断。

浇水：见干见湿，不干不浇，浇则浇透。早上 8 点以及下午 5 点

施肥：基肥以缓释型肥料为主。冬季休眠期，施用有机肥越冬。花期不施肥，花谢后施用追肥，速效肥。7-10 天施一次肥。温度：18-28 度摘枝：新枝保留 10 厘米，促进新枝产生。冬季重剪：将月季植株剪掉三分之二，保留基部饱满芽点。转座因子控制多次开花。换土：春天或秋天，1-2 年

4.5.1.1 大花香水月季

4.5.1.2 微型月季

第五章 配料分析

5.1 食品添加剂种类

0元		
一反式脂肪酸	76.3克	25%
碳水化合物	365毫克	18%
钠	2.0微克	40%
维生素D	255毫克	32%
钙		

钙是骨骼和牙齿的主要成分，并维持骨密度。
维生素D可促进钙的吸收。

配 料：燕麦片（25%）、复合蛋白粉（淀粉糖、植物油、乳清粉、食用盐、磷酸氢二钾、单、双硬脂酸甘油酯、酪氨酸钠、磷脂、二氧化硅、β-胡萝卜素、食用香精）、白砂糖、复合麦片、麦芽粉、乳粉、磷酸钙、维生素D、羧甲基纤维素钠、三氯蔗糖、食用香精香料。

致敏原信息：本品含燕麦、大麦制品、小麦制品、大豆制品、乳制品，本生产线也加工含有芝麻、坚果制品、花生制品成分的食品。

桂林西麦食品集团 荣誉出品
总 部：桂林西麦食品股份有限公司
地 址：桂林市高新技术开发区九号小区
生产商：广西贺州西麦生物食品有限公司

产品名称：特浓牛奶燕麦片
产品属性：冲调谷物制品
产品标准号：GB 19640
保 质 期：18个月

食品添加剂分类

1. 磷酸氢二甲：防止非乳制奶精凝结。
2. 单、双硬脂酸甘油酯：乳化剂，水包油型乳化剂，防止油脂上浮，蛋白质下沉。
3. 酪氨酸钠：乳化剂，有很好的热稳定性，作为牛奶的衍生品。
4. 磷脂：乳化剂
 - 甘油磷脂：甘油
 - 鞘磷脂：鞘氨醇
5. 二氧化硅：抗结剂，防止颗粒或粉状食品集聚成块。
6. β-胡萝卜素
7. 维生素 D：麦角钙化醇，麦角钙醇用紫外线照射转化成维生素 D₂。促进钙与磷在肠内的吸收。
8. 羧甲基纤维素钠：分散在水中形成透明的胶体溶液。增稠剂、乳化剂。
9. 三氯蔗糖：蔗糖素。可达到蔗糖的甜度约 600 倍（400 800 倍）。不适合加热，当加热达 119℃ 即会产生分解作用，产生有毒物质。

5.1.1 乳液

乳液是由一种液体以极小的液滴形式分散在另一种与其不相混溶的液体中所构成的分散体系，其为不稳定体系。

5.1.2 乳化作用

将一种液体分散到第二种不相溶的液体中。

- 水包油
- 油包水
- 多重乳状液

5.2 表面活性剂

5.2.1 种类

1. 甘油：丙三醇。其有三个羟基，甘油可与水混溶并具有吸湿性。天然存在于烟草、啤酒、葡萄酒、可可中。化妆品中所用甘油一般浓度在 98% 以上。丙三醇有一个特性是吸水性强（1 克的甘油可吸附 0.6 克的水）。
2. 烟酰胺：参与体内脂质代谢，组织呼吸的氧化过程和糖类无氧分解的过程。生理上为传递搬运电子，使末梢血管舒张作用。
3. 丁二醇：吸附水分子。
4. 1,2-戊二醇：保湿剂，抗菌。
5. 聚二甲基硅氧烷：二甲基硅油，与羊毛脂、硬脂醇、鲸蜡醇、单硬脂酸甘油酯、吐温、司盘等表面活性剂混合用作乳剂型基质。具有抑泡、消泡、防沫作用，防止涂抹产品时的“泛白”现象。
6. 聚甲基硅倍半硅氧烷：是一种有机硅树脂，可溶于多种化妆品油脂中。在皮肤表面形成一层薄膜，柔韧贴肤，改善化妆品的防水防油性；具有柔润皮肤的功效，为皮肤提供额外的脂肪，减少皮肤水分蒸发，使干燥的皮肤和硬化的角质层再水合，恢复光泽、柔软和弹性。
7. 辛基聚甲基硅氧烷：辛基聚甲基硅氧烷和常见的硅油（二甲基聚硅氧烷）同属液体硅油，前者比后者替换为更加疏水的辛基。
8. 双甘油：聚甘油和脂肪酸反应能生成酯，选用不同的脂肪酸得到的酯对表面张力和界面张力的影响不同。
9. 苯氧乙醇：可有乙二醇和苯酚醚化合成。溶于水，可与丙酮、乙醇和甘油任意比例混合。抗菌防腐。

10. 甜菜碱：一种生物碱，化学名称为 N,N,N-三甲基甘氨酸。溶于水、甲醇、乙醇、微溶于乙醚。调节体内渗透压，稳定维生素。
11. 丙烯酸（酯）类 C10-30 烷醇丙烯酸脂交联聚合物：成膜剂，拒水抗油，增稠剂和稳定剂
12. 肌肽：学名 γ -丙氨酰-L-组氨酸，是由一种由 γ -丙氨酸和 L-组氨酸两种氨基酸组成的二肽，结晶状固体。肌肉和脑部的组织含有很高浓度的肌肽。潜在的抗氧化剂和抗糖基化活性。
13. 羟苯甲脂：尼泊金甲酯，易溶于醇，醚和丙酮，极微溶于水。有较强抗菌效果，对霉菌和酵母菌的抗菌能力。
14. 乙基己基甘油：辛氧基甘油，通过降低微生物细胞壁表面张力，降低细菌活性。
15. 泛醇：泛肽醇，维生素原 B5。渗透力更佳，转化成泛酸，泛酸是合成辅酶 A 的原料。易溶于水，乙醇，甲醇和丙二醇，不溶于脂肪。
16. 生育酚乙酸酯：易溶于氯仿、乙醚、丙酮和植物油，溶于醇，不溶于水。维生素 E 酯化衍生物，机体内维生素 E 的前提物质。抗氧化剂。
17. 透明质酸钠：葡聚糖醛酸，成膜性，增稠性，水溶液有较高粘度。
18. β -葡聚糖：成膜性，促进细胞再生，有较强抗氧化能力，抗炎作用，促进伤口愈合。
19. 抗坏血酸棕榈酸酯：棕榈酸与 L-抗坏血酸等天然成分酯化而成，其化学式为 C22H38O7，是一种高效的氧清除剂和增效剂。无毒的脂溶性的抗氧化剂，难溶于水和植物油，抗氧化剂。

其抗氧化原理是：在于给予一个氢原子复合自由基，本身形成自由基后者能够发生歧化反应，从而消除了机体的自由基。同时，在金属离子 $\text{Ca}^{2+}+\text{Fe}^{3+}$ 等存在下，其与 O_2 反应首先生成 H_2O_2 和脱氢抗坏血酸，然后 H_2O_2 和抗坏血酸进一步反应，生成脱氢抗坏血酸，从而消除了 O_2 或 H_2O 对机体的氧化损害作用。此外，其与生育酚及其他抗氧化剂配合使用时都可表现出增效作用。例如，当与生育酚配合使用时，生育酚首先与自由基反应生成生育酚自由基，在 AP 的存在下生育酚能够再生出来，同时生成 AP 自由基，直到 AP 完全耗尽。L-AP 为一种高效、安全、无毒的脂溶性营养型抗氧剂，难溶于水和植物油。

外观为白色或黄白色粉末，有轻微柑橘香味。

20. 出芽短梗酶多糖：普鲁兰多糖，良好的水溶性，分散性，成膜性，吸湿性。粘性添加物。
21. 黄原胶：作为增稠剂、悬浮剂、乳化剂、稳定剂。

黄原胶又称黄胶、汉生胶，是一种由黄单胞杆菌发酵产生的细胞外酸性杂多糖。是由 D-葡萄糖、D-甘露糖和 D-葡萄糖醛酸按 2:2:1 组成的多糖类高分子化合物，相对分子质量在 100 万以上。黄原胶的二级结构是侧链绕主链骨架反向缠绕，通过氢键维系形成棒状双螺旋结构。

22. 丙二醇：湿润剂，防冻剂。
23. 甘油聚丙烯酸酯：成膜剂，保湿剂。甘油聚丙烯酸酯笼形水合物凝胶。由氢键和范德华力结合形成的晶格结构。
24. 氢化卵磷脂：氢化卵磷脂是卵磷脂受控加氢的产物。卵磷脂是一种天然存在的硬脂酸、棕榈酸和油酸二甘酯的混合物，与磷酸的胆碱酯有关，其形态从蜡状物质到粘稠的可倾倒液体不等。保湿剂，乳化剂，抗氧化剂。
25. 硅石
26. 羟苯基丙酰胺苯甲酸：二氢燕麦生物碱来源于燕麦（*Avena Sativa*）的活性成分，主要成分为二氢燕麦生物碱 D。燕麦生物碱具有多功能的抗炎活性，包括抑制与炎症发生直接相关的角化细胞核因子 NF- κ B 降解，阻止细胞核因子 NF- κ B 上 p65 蛋白亚基的磷酸化，从而阻断细胞炎症的发生过程；减少炎症免疫反应的发生和皮肤神经性皮炎的反应。
27. 肌醇：降低胆固醇、促进毛发生长等。
28. 对羟基苯乙酮：易溶于热水，甲醇、乙醇、乙醚、丙酮、苯，难溶于石油醚。抗氧化、抗菌性。镇定缓解。
29. 聚乙二醇-32：吸湿，稠度调节。
30. 柠檬酸钠：无毒性、pH 调节性。食品加工调味剂、缓冲剂、乳化剂、膨胀剂、稳定剂和防腐剂等；
31. 藻酸钠
32. 北美金缕梅水
33. PEG-40 氢化蓖麻油
34. 柠檬酸
35. 马齿苋提取物：马齿苋提取物中含有黄酮、皂苷、生物碱、多糖等天然活性成分，可以修复皮肤屏障、滋养皮肤，起到保湿的作用。
36. 羟乙基纤维素：用作胶黏剂、表面活性剂、胶体保护剂、分散剂、乳化剂及分散稳定剂等。
37. EDTA 二钠：乙二胺四乙酸又叫做 EDTA，是化学中一种良好的配合剂，它有六个配位原子，形成的配合物叫做螯合物。

5.3 食品

1. 酪蛋白酸钠
2. 单、双甘油脂肪酸钠

3. 蔗糖脂肪酸脂
4. 六偏磷酸钠
5. 碳酸氢钠

5.4 牙膏

1. 磷酸氢钙二水合物
2. 山梨糖醇
3. 甘油
4. 水合硅石
5. 磷酸氢钙
6. 聚乙二醇-8
7. 月桂醇硫酸酯钠
8. 副干酪乳杆菌
9. 黄原胶
10. 纤维素胶
11. 焦磷酸四钠
12. 左旋乳酸锌
13. 糖精钠
14. 苯甲酸钠

第六章 Content Generative AI

6.1 文献综述

肖峰^{肖峰}通过三阶知识生产来定位内容生成式 AI 的认识论功能，认为内容生成式 AI 对在知识生产中提升效率以及获取灵感等提供强大的帮助，还可以取代人的一些传统的二阶知识生产活动，并为提升一阶知识生产能力拓展了新的路径。

李国忠^{李国忠}认为人工智能技术在智慧旅游中的应用能够有效提高旅游信息收集推送质量、促进解说系统智能化、合理预测游客数量、智能规划旅游路线、提高旅游行政管理效能，是我国旅游产业的重要发展方向。

柳红波^{柳红波}人工智能是智慧旅游核心技术框架的重要组成部分，它主要包括智能感知、机器学习、智能推理和智能行动四部分。利用人工智能技术可以为促进旅游信息的收集、搜索及推送，促进旅游解说系统的智能化，推动旅游线路规划的智能化，推动酒店呼叫服务方式的变革，进行游客数量预测并提高景区管理质量，以及提高旅游行政管理效能。

郑世林^{郑世林}生成式人工智能将传统产业引向数字化、智能化的发展方向，不仅会融入制造行业最大限度地实现自动化生产管理和监督，还会对法律咨询、养老服务业、教育等服务行业部分人力资本替代。

毛太田^{毛太田}采用扎根理论，通过半结构化的访谈，分析了影响人工智能生成内容(AIGC)用户采纳意愿的要素，探究 AIGC 用户采纳意愿影响因素模型架构和因子关联路径。确定了信息质量、用户感知、技术特点三个维度共 15 项影响 AIGC 用户采纳意愿的因素，并构建了 AIGC 用户采纳意愿影响因素解释结构模型，确定了各级因素内部关联路径间的作用关系。

翁昌寿^{翁昌寿}文章以我国 28 家出版类上市公司 2023 年半年度报告及 2022 年年度报告为研究样本，呈现 AIGC 创新在出版业扩散的路径、出版业采纳智能内容科技的实践与布局。

陈禄梵^{陈禄梵}本文深入探索了 AIGC 在中国艺术和设计领域中面临的机遇与挑战，

基于“人货场器境艺”六大板块进行全面分析。同时，揭示 AIGC 与人类创意的交织点、在艺术创作中的接受度等问题。

詹希旒^{詹希旒}对智融合环境中 AIGC 应用场景和发展机遇的探索，有助于促进 AI 技术的高效赋能和内容生态的价值实现。

庞伟涛^{庞伟涛}生成式人工智能技术融入乡村振兴新模式的方式和路径。

第七章 如何使用 Git

7.1 Git 命令

7.1.1 常用命令

提交流程：

1. 同步远程仓库：`git pull`
2. 查看当前状态：`git status`
3. 提交代码到本地 `git` 缓冲区：`git add .`
4. 推送代码到本地 `git` 库：`git commit -m ""`
5. 提交本地代码到远程仓库：`git push`

7.1.2 `git stash` 命令（bug 分支）操作

1. `git stash`：备份数据
2. `git stash list`：备份列表
3. `git stash pop`：删除备份

第八章 配料分析

8.1 神经动作电位

钠钾的浓度梯度

去极化

轴丘

-55mV

钠钾离子在细胞膜两侧交换位置，由于钾离子通道关闭慢，钾离子会在一小段时间内继续流出细胞，导致过负，称为超级化。然后，由于扩散和钠钾泵的作用，静息电位缓慢恢复，在动作电位产生期间和之后不久，不可能或很难再次刺激那部分细胞膜。这称为“不应期”，分为绝对不应期和相对不应期。绝对不应期的动作电位启动持续到电压首次回到静息膜电位为止。在这段时间内，钠离子通道打开，随后关闭失活。因此无法对任何新的刺激做出反应。相对不应期持续到超级极化结束。在此期间，部分钾离子通道仍然开放。使得细胞膜很难去极化，需要更强烈的信号来诱导新的反应。

8.2 静息电位

细胞膜内负外正。化学梯度，被动运输。

电梯度。

钾离子的平衡电位。静息电位： K^+ 外流 + 钠钾泵（少）

动作电位： Na^+ 内流

神经细胞、肌细胞、腺细胞。

泄漏通道，电压门控离子通道。

8.2.1 细胞膜内负外正

钾离子和钠离子属于阳离子，氯离子属于阴离子，静息电位时膜对钾离子的通透性较高，此时只有钾离子由细胞内向细胞外扩散，钾离子外流使细胞外正电荷增加，从而电位高于细胞内，因此静息电位时细胞膜为内负外正的电位差，静息电位相当于钾离子的平衡电位。细胞膜内负外正的膜电位状态叫极化状态，内负外正差值的加大叫超极化，差值减小为去极化，内负外正变为内正外负叫反极化。

8.2.2 迷走神经

迷走神经是人脑的第十根神经，走神经损伤会引起循环、呼吸、消化等功能失调。

8.2.3 脊神经

是与脊髓相连的周围神经，在脊髓和身体之间传递信号，主要支配身体和四肢的感觉、运动和反射。脊神经与脑神经相对应，两者均属周围神经系统。

8.3 早教月子中心

孩子，感动失调？
源源不断的新生儿
焦虑的父母
消费下沉的失败？
坏种 2
约书亚
动作电位会停止吗？

第九章 思想的起源假说

9.1 副产物

在我看来，思维是一种神经的复杂活动，这个活动调动了大脑多个区域的神经活动。神经递质的传递让思维有了产生的传递机理。在神经递质的作用下人类的思维开始能够从单一的神经细胞活动到多个神经细胞之间的信息传递。神经活动并不是线性的，神经递质可以从多条路径传递到一条路径，但是单一的路径也能控制神经递质的传递。在我看来，人类的思想并不符合神经活动的过程。人类思想，可以在并非对外界信息做出反应的闭环会馈赠产生。简言之，人类思想并非完全是为了人类与外界刺激的良性正反馈而存在的，人类的思想活动并非都是为了让生命体获得生存机会而存在的。即思想并非是人类存续的目的。人类身体中的神经作为一种传感器，能够将外界的信息反馈到大脑。同时大脑中的神并没有传感器的作用。即人体大部分器官的控制中枢，并不具有产生思想的能力。但是，人体除产生思维的大脑皮层神经外，也是人体及其重要的组成部分。人在进化的过程中逐步获得了智慧。而运动能力，对外界的反馈的闭环控制，是小到单细胞生物也可以形成的系统。所以，智慧产生的物质基础和结构基础来源于一个极为复杂的结构。人类大脑和其他器官的控制实现了解耦控制。当手臂，指头，甚至是下肢的完全坏死，即人体器官的断联，并不会导致大脑系统无法产生思想。但是，大脑的坏死又会导致器官之间丧失联系，丧失控制，导致系统级坏死。思想来自于外界信息通过人类器官中的感受器，将外界的声波信号，动能信号，光学信号。由于这些都可以看做是一种波的形式，所以也能将人体对外界的信息收集，看做是对不同波的获取。遍布人体不同器官的感受器将信息收集，这些信息可以是有序编码的，也可以是无序的编码。将这些带有频率信息的反应，借助神经递质传递到大脑的对应处理区域，对于不同器官收集到的信息，由于以不同的频率接收，同时不同的器官和大脑的神经连接通路不同。信息的传递借助于先天人类进化中获得的稳定的物理连接，即该链接必然是稳定，且保持规律的神经递质传递。这样的神经通路，一旦被打破，就意味着无法获得该链接对应的器官获取到的外界信息。但是，这是否意味着，一旦只打破某一条连接人类也无法产生思维呢，并不是，信息可以通过多种途径传播。只破坏链接，并不会真正破坏潜在的信息收集渠道。当信息处理区域收到对应频率的神经递质的活动，由动作电位，控制着神经递质的释放，神经递质释放，从不同的神经细胞的神经递质释放的快慢，以及神经递质传递的路径，对应了对该频率信息的反应活动，这是是该区域做的工作，当信息的处理该区域获得一个或多个神经递质的传递后，从其他区域收集到的同一时间有其他信息产生的神经递质的传递也会和这些神经递质的传递会和产生新的神经递质的传递。

如上，要想一个神经递质的传递回到器官本身，需要经过信息在大脑中的多次以绕圈的方式进行处理，当到达一个输出能级时，就会在神经回路中释放神经递质。形成神经活动对于外界信息的生物运动，即非神经细胞的活动。如人遇到地震等可以通过声光皮肤对外界的热量压力等的信息，在这些信息促使下产生的神经活动中，可以形成反馈。同理，人类也应该可以对内在的器官自身产生的神经活动产生反应，人类会因为体内内分泌的变化产生神经活动，如一些人体产生的分子物质，本身也是对神经活动的控制，而分子生成活动也收到神经活动的控制。当某些神经活动产生时，会产生释放更多或者更少的抑制或激发其他并不相连的神经细胞释放神经递质的数量。如控制胰岛素分泌的神经细胞不能释放神经递质或者释放的神经递质不足以使细胞获取到分泌胰岛素的信号，那么也会减少胰岛素的释放量。但是也存在细胞本身能生产的胰岛素量能力的下降。

人类思想的产生离不开各种细胞的活动，离不开外界信息的刺激。如果一个人天生不能获取外界的任何信息，那么这样的人既不能存活，更无法产生信息。应为连基本的对外界的刺激的反应都不存在，那根本不是生命。人类信息的获取方式是与生育来的，所以从感受器到效应器的部分不做讨论。这里，把大量的文字放在对大脑这个并非是感受器的器官的假说分析。这里认为大脑里的神经细胞不能作为感受器和效应器直接存在，即认为大脑神经细胞只作为对器官控制信息的产生器官讨论。大脑不能直接命令器官的细胞，不能直接控制能够有器官自身完成的信息反应。当然这里也考虑到，存在这种情况，当人类的细胞被热水破坏时，如果看不到，既不能提前获取信息发出控制，人确实无法避免被热水烫伤。同理，对于不可预知的危险，人类似乎拥有再高的思维能力也无法避免，这里考虑的依然是不可能在发生前能感受到任何信息，所以，器官有预知能力吗？这里存疑。当然，我们能大概率肯定的是，人的大脑有预知能力，并且这种预知能力，也许会跟着人类实践经验的增加而提高预制的广度和正确率。人脑的预制能力，既和人类获取信息的感受器有关系，也和人脑中存储的信息量有关系，还和神经连接结构，神经递质传递有关，还和一些别的因素有关。信息的反复加工处理，当达到一个度时，大脑就会产生决策，这个决策也就是思维的固定产出，这就是我们的具体思想。从思维活动的多样，人类在思维活动时，总是反复斟酌，为了拿定最后的一句思维的固定形式。当我在写作时，我的思维就大量的关注于我所想表达的意思。这里我需要控制自己的双手打出我事先想好的词语。为什我认为思想是最终产物，而必须经历思维过程呢？这里我认为，人类存在对于一个意识的多次思考，但在实际过程中，我也发现，意识和思维并非是一个能够连续，完整的活动，有时候一个意识的产生，并不是会形成一个有明显能带动更多脑区神经递质传递的活动，简言之，有些意识的产生，并不能调动我们的记忆，或者我们的身体其他器官的活动。而我认为思想的形成一定要基于记忆区域的活动，没有基于记忆的神经递质传递是无法产生思想的，因为记忆是一个人的社会属性的存在。当一个人的记忆无法产生时，又怎么能够生成对于外界事件的理性的基于经验的分析，又如何产生思想，这样的带有人类社会属性的意识活动产物。

第十章 Original Of

10.1 title

10.1.1 存在主义

思想的起源一九讨论过，但是对于最初的思想的传递和再变化存疑。这里假设宇宙的起源是以 0 维为奇点，由宇宙的开始为一个稳定存在的实体，这里假定不存在，即现有宇宙不存在一个真正意义上的没有任何间隙的物体当仅有体积的存在的物体以不稳定的状态存在从一个实体投射到宇宙中的存在这这就是一个点的存在。而当这个存在的平衡被打破时，就能够产生更多的点的投影，当点的相互不同位置关系和产生了位置状态存在，以产生轨迹，使得空间中存在线或者弦这一以点之间的属性的不同而形成的宏观结构或者是相对存在而由相同的点，形成的轨迹形成了不同的运动路径，在极小的微观中形成不同的路径轨迹。有相同的路径的微观粒子能够形成一个系列，而弦的组合形成了最小的物质粒子。但点并不是物质存在的最小组合，弦也不是物质存在的最小存在，任意一个点的运动，或者说只存在一根弦的振动都不足以产生时空的概念。如果将空间与物质存在分离，假设点是在一根没有其他维度的弦上的运动，点从 $A \rightarrow B$ 并不会干扰到一个点的存在的合理性，所以，这里假设单一点或弦的运动都不会时空间有意义，同理也不会产生时间的概念由于以距离和物质的运动作为时间的存在观测依据，同时也依赖于物质作为观测空间的存在的依据，这本身就已经只能限制在基本粒子所构成的宇宙中，则，即使存在有不被任何基本粒子所存在的空间，那又如何不使用任何物质去观测，以证明没有粒子的存在。如若存在未被创造的或者发现的空间，又如何证明没有粒子也能存在空间的概念，同理，没有相对运动和粒子之间的距离的改变，又如何产生变化的概念，在极微观尺度下，粒子的性质甚至是能量的存在也不会发生改变。由这些相同的粒子所投影出来的宏观的基本粒子。首先，能够肯定的是

假设空间的产生是以光速存在的，那么考虑粒子自身能否超过自身相对运动速度，就是没有必要的，即使存在内部空间和外部空间的边界，也会因为物质自身的客观属性导致无法越过这条明显的边界。

第十一章 2014

11.1 制衡与监督就能让企业成功吗

材料通过一系列的论证，得出了“只要有了制衡与监督，企业的成功就有了保证”的结论，其论证过程存在诸多逻辑漏洞，现分析如下。

首先，即使没有人能够滥用权力，并非能保证每个人都合理地使用权力，还有可能有人不使用权力。同样，即使企业的运营的各个环节都处于可控范围内，但并不能保证企业不会受到外部的因素的影响。那么也很难保证企业的运营不会产生失误，毕竟企业的运营受到内部管理和外在环境等多种因素的影响。

其次，即使企业管理的权力是企业运营的动力与起点，但企业运行整体是一个有机的过程，权力的平衡不一定能推出整体运营的平衡，因为部分的特点无法推出整体的特点。同时，制衡的原则的核心是权力的平衡是值得商榷的。

再次，平衡和平等并不一定等价，权力的制衡并不一定会导致企业中更成员之间的权力的平等，即使在企业内部形成了平等的观念，但是由于企业的内部和谐需要考虑多方面的因素，管理理念的改变不一定能让成员相处的更加融洽。

最后，权力的制衡和监督付诸实施，并不一定能让企业运营避免失误，因为企业的运营不仅部的和谐，还需要考虑外部环境的变化做出决策调整，如果决策失败，也会导致运营失败。这样，即使内部管理有效和谐，也不能保证企业一定能成功。

综上所述，由于存在诸多论证漏洞，论述者的结论是难以成立的。

11.2 决策需谨慎

雌孔雀选择尾巴大而美丽的雄孔雀作为配偶，因为这样能够提高后代健康的可能性。但也正由于这一选择，可能会使健康的雄性后代因长出大而美丽的尾巴导致面临更大的生存危险。同一选择，在不同环境下可能产生不同的结果，所以，决策需谨慎。

首先，不管哪一种选择都要基于一定的环境做出。当环境发生改变时，有可能该决策成功的基础也发生了改变。以企业为例，如果企业不能根据市场环境的变化及时做出决策，那么就有可能丧失市场空间，难以维持预期目标，甚至威胁企业自身的存续。在信息时代发展的今天，任何企业，在决策时，如果不考虑周围环境，做出理性决策，那么就很容易丧失发展的机会。

其次，在做决策时，要考虑可能存在的风险，做出应对的方案。在做决策时，以企

业为例，由于市场变化存在多种可能性，加之受到政治文化等多种因素的影响，企业往往难以准确预测市场前景。如果不对市场可能存在的未知风险做出决策，那么企业就无法执行远期的发展目标。

正像孔雀的选择那样，当前的选择是最优的，但若干年后才可能有风险。由于未来的不确定性，无论是企业还是个人，在做决策时，都要抓住时机，谨慎决策。面对不确定的未来，如果不把握当下的时机，做出谨慎的决策，那么就有可能丧失成功的机会。苹果公司成为这个时代成功的典范，部分原因就在于当前决策处于最优的状态，能够顺应时代的发展需要，然而，如果若干年后苹果公司的决策依然延续今天的决策，不符合时代需求，就可能是有害的。

总之，在一定环境下做出的决策，可能会产生不同的结果，但一定要果断地做出谨慎的决策。同时，在企业的决策中，也要谨慎。

11.3 论说文结构

11.3.1 ”单要素结构“

1. 破题
2. 充分性：分析关键词的重要性。
3. 必要性：分析没有关键词会带来的危害。
4. 实施难点：分析为什么不能做到论点要求。
5. 怎么办：展开论述要怎么做才能实现论点。
6. 结尾

11.3.2 ”双要素“结构

11.3.2.1 分开论证

1. 破题
2. 分析要素 A 的重要性或者缺少 A 的危害
3. 分析要素 B 的重要性或者缺少 B 的危害
4. 分析二者关系，是相辅相成或者是对立统一
5. 怎么办，如何协调二者关系

11.3.2.2 递进论证

1. 破题
2. 分析要素 B 的重要性

3. 指出 A 是 B 的充分条件，分析为什么 A 是 B 的充分条件
4. 指出并分析由 A 到 B 的困难
5. 怎么办：如何迎难而上
6. 结尾

11.3.3 ”二选一“结构

1. 破题：提出论点——但是我认为
2. 踩：为什么不选另一种观点的原因
3. 立：为什么选这种观点，有什么好处
4. 难：选择这个观点面临的困难
5. 怎么办：解决措施
6. 结尾

11.3.4 社会现象类

1. 破题：引材料，提总论点
2. 说危害：指出这种错误的社会现象的危害，对社会的危害和对个人的危害
3. 造成危害的原因，个人层面：大众、商家
4. 造成危害的原因，社会层面：相关监管制度不完善，行业原因
5. 怎么办：个人怎么办，商家企业怎么办：不能放弃基本的社会责任，社会：完善监管制度，加大惩罚力度，行业：加强行业自我精华，利用舆论监督。
6. 结尾

11.4 知人善任助力企业成功

”天下不多管仲之贤而多鲍叔能知人“正是因为鲍叔的知人善任才成就了齐桓公的九合诸侯、一匡天下的局面。企业经营亦是如此，管理者只有懂得知人善任才能让企业走向成功。

知人善任，企业成功的关键。对于一个企业而言，人才是企业最重要的资产之一。在企业运营中能否充分调动人才的积极性和创造性，关乎着企业能否充分发挥人才的优势。将人才配置到合理的岗位上，将有助于企业实现资源的充分调动，实现生产资料的合理配置，充分发挥企业的比较优势。人才的任用，将有助于企业在市场竞争中，更好地利用人才经营、知识，助力企业生产水平和经营能力的提高。

管理者如果不能知人善任，将导致企业经营不善。当人才被埋没时，就如同千里马不能合理的利用和发挥它的本领，可能会导致企业员工积极性下降，从而使企业运营效率低下。此外，如果人才长时间被配置到不合理的岗位，使人才上升受阻，可能会导致企业人才流失，最终致使企业丧失创新能力。知易行难。并非所以管理者都能做到知人善任，有很多因素导致管理者无法很好的任用企业人才。首先，由于部分管理者对人才能力抱有怀疑态度，不愿意赋予人才需要的权力和物质基础，难以充分发挥人才在企业创新中的作用。其次，一些管理者用自己制定的不合理的标准去评价和作为人才任用的标准，也可能导致一部分人才不能在重要岗位发挥自身优势。最后，管理者对于人才的认识不足以及对自身能力的认知也会影响对人才的任用。

要想做到知人善任，管理者需要做到以下几点。管理者要勇于承认自己的不足，敢于接纳人才意见，乐于为有技术、经营的员工提供更多发展机会。畅通晋升通道，为更好地发现员工才能优势，制定科学合理地评价体系。

人才终将成为企业发展地根本动力。企业为了更好地走向成功，知人善任，充分发挥人才地价值，使企业成功地必由之路。

11.5 论据

支付宝是创新的支付方式，网购是创新的购物方式，共享单车是创新的出行方式。

从随意插队、当众喧哗大闹、损坏公共财物、办事求人托关系等生活琐事，到冷漠围观，甚至为了发泄情绪在网上肆意谩骂、攻击他人，严重破坏网络生态环境，这无一不折射出脱离了秩序的自由最终只能影响他人、贻害社会。

提供公平有序的竞争环境，实现更长远地发展。

企业有经纪人心理，追求短期经济利益最大化。

自觉践行诚信经营的理念，积极探寻合适的经营发展战略。

将现有资源合理分配，通过转型升级来实现价值赋能升值，从而使企业逐渐提高竞争力更好地适应市场环境，与环境形成良性互动，助力企业的长远发展。

企业决策很难做到真正的兼听。一方面是企业决策框架不透明，另一方面是管理者个人主义意识强烈。

企业成长如同个人成长一样，是一个从量变到质变的过程。

企业不原因研发新产品的原因在于：内部原因、企业管理者能力不足；外部原因、政府对知识产权保护力度不够。

产品与市场有效对接

核心竞争力是企业长期形成的，蕴含在企业内质中，企业独有的，支撑企业过去、现在和未来的竞争优势。

企业应满足客户的需求和期望为目标，有效消除和预防消费者的投诉和抱怨、不断提高客户满意度，在企业 and 客户之间建立起相互信任、相互依赖的价值共同体。

企业能够事先洞察市场走向，走出红海，寻找蓝海，然后通过自己的努力，最终获得长远发展。

组织惰性是组织内部普遍存在的保持既定行为方式和消极应对环境的倾向。

第十二章 2015

12.1 政府不应该干预生产过剩吗？

上述材料通过一系列论证，得出了“政府不必干预生产过剩”的结论，其论证过程存在诸多逻辑漏洞，现分析如下。

首先，部分行业的不能代表整个市场的整体情况。即使市场经济下，生产过剩是一种假象，也不能代表不需要干预和处理。生产企业如果不能生产满足市场需求的产品或者不能开拓市场，就不能扩大销售，那么生产过剩也就无法由市场本身解决。即使市场能够调节，如果生产过剩超过市场调节上限，那也无法解决生产过剩。

其次，即使“产品供求不能达到绝对的平衡”不一定能推出生产过剩是常见的现象，还有可能是生产不足。更无法推出生产过剩是经济运行的客观规律。那么政府对经济过剩进行干预也不一定就是违背经济运行的客观规律。如果政府的干预有利于经济运行的平稳有序，那么也并非违背了经济规律。

再次，生产过剩不一定比生产不足好。如果生产过剩导致了社会资源的大量浪费，让经济运行严重受阻，那么有可能造成比生产不足更大的危害。政府如果能够将生产稳定在一个合理区间，也未必会让生产不足造成更大问题。物资储备是一些特定的生活物资，而生产过剩是经济现象，生产过剩未必都是必须的生活物资。

最后，政府为了管好民生问题也需要应对经济问题。如果生产过剩或生产不足严重影响社会发展，让社会出现严重的民生问题，那么政府就必须干预经济活动，才能保证民生。

综上所述，由于上述论证存在诸多逻辑问题，其论证有效性是值得商榷的。

12.2 为“富”为“仁”并不矛盾

孔子认为“为富，不仁矣；为仁，不富矣”，这是对古代为富不仁现象的一种态度。但是，在当今社会，我们认为“为富为仁”并不矛盾，为富亦可为仁。

为富是企业的基本追求。在改革开放之初，“先富带后富”的标语深得人心。企业发展的目标就是获取更多的利益，如果不以为富为目标，那么让企业扩大生产，为社会创造更多的物质财富。先富的人在获得了财富之后，如果能够兼顾社会利益，为社会提供物质支持，也是一种善举。为富者如果是合法经营，乐善好施，并不会对社会带来破坏甚至可以促进社会的发展。

为仁是企业的内在追求。一个企业如果要长久的发展，首先要生产优质的产品，不能违法违规，企业的经营也必须兼顾社会利益，建立良好的企业形象和社会形象。企业通过各种捐款捐物的善举，既能收获消费者的忠诚，也能让企业获得政府的关注，同时可能得到政府的减税政策。另一方面，为仁的善举能够让企业收获大众的好评，也能促进企业的收入。

为仁是企业为富的精神基础，为富是为仁的物质保障。企业在为富的过程中要以行善举和保持公益心为内在精神。企业在追求利润时要以仁行为前提。企业的在经营过程中，要遵守各种法律法规，不能违法经营。要兼顾社会利益，不能以破坏社会健康发展为代价。企业在承担社会责任时，所付出的物质往往是企业经营的成果，当企业拥有更多的财富时，也会更加慷慨得向社会提供支持。

企业要实现为富与为仁的和谐统一。首先，政府要制定相应的奖惩制度，鼓励企业承担社会责任，严厉打击企业的违法行为。其次，企业要形成乐于奉献的企业文化，乐于承担自身的社会责任。

企业的良好发展离不开谋求利益的“为富”，也离不开兼顾社会利益的“为仁”。“为富为仁”并不矛盾，二者协调能推动企业发展。

第十三章 2016

13.1 大学生的就业并不难吗？

上述材料通过一系列的论证，得出“大学生的就业并不是什么问题，我们大可不必为此顾虑重重的”的结论，其论证过程存在诸多漏洞，现分析如下。

首先，文中由“2012 年我国劳动年龄人口比 2011 年减少了 345 万”并不一定能得出“我国劳动力的供应从过剩变成了短缺”，因为劳动力的变换还包括劳动力需求特点的变化。长三角地区出现的“用工荒”并不能代表全国的整体情况，就业市场还存在不同的就业群体，不能简单的将“用工荒”等同于“大学生供不应求”，这属于犯了混淆概念的错误。

其次，“2015 年第二季度我国岗位空缺与求职人数的比率”并不能推出我国全年的劳动力供求关系，由局部无法推出整体的特点，更推不出劳动力市场的需求情况。

再次，就业需要考虑多方面的因素，即使一个人的受教育程度高，也不一定有更高的整体素质，适应能力，更加无法得出容易就业的结论。造成大学生就业困难的因素有很多，文中由“只要根据市场需求调整高校专业的设置，对大学生进行就业教育以改变他们的就业观念，鼓励大学生自主创业”，并不能直接得出“大学生就业难问题将不复存在”。

鉴于以上论证中存在的种种漏洞，所以该论证的有效性及其得出的结论，都是值得商榷的。

13.2 加强文化教育，促进社会和谐发展

城邦是一个多面体，城邦本质是多样的，但内部又有一致性。教育，使有差异的民众统一起来形成一个整体。因此，我们认为，加强文化教育有助于社会和谐发展。

社会发展离不开各部分的多样性。一个社会需要不同的人在不同的行业中发挥自身的价值，不同的人在社会中的角色是不同的。同一种声音无法组成音乐，在社会发展中，需要有领导能力的管理者，也需要有技术的劳动者才能生产出各种物质资料。因为社会中人的多样性，也造就了思维的多样性，各种争辩一定程度上也促进了人们认识的发展和社会发展。

社会发展要求整体内部的一致性。一个社会需要有共同的核心价值观。在社会主义核心价值观的引导下，即使不同的文化水平和道德素养，也能够形成相对同统一的价值追求。普适的价值观和统一的法律规范，使得社会中的个人与集体形成了良好的互动。

文化教育建设是促进多样性与一致性的关键。文化教育能够促进个人对于世界和自我的认识，接受文化教育使得个人掌握不同的知识储备，有助于个人的发展。同时，文化教育建设能更好的传播优秀的文化，推动形成具有一致性的集体意识。文化教育发挥育人的作用，推动个人更好的融入到社会中并且更好的服务于社会建设，有利于个人与社会的良性互动，促进人与社会的和谐统一。

加强文化教育建设是当务之急，有助于实现中国梦。科学技术是第一生产力，加强文化教育建设有助于培养时代新人，助力创新发展，推动我国社会主义现代化建设。文化作为一种意识能反作用于物质，加强文化教育，能够促进社会整体的文化素养的提升，形成崇尚科学的良好社会风气。

文化教育能够促进个人和社会的良性互动，推动个人的发展以及社会的发展。让我们加强文化教育建设从而推动社会的和谐发展。

第十四章 2017

14.1 只用赏罚就可以治理好臣民吗？

材料中，论述者通过一系列论证得出“只要利用赏罚就可以把臣民治理好”的结论。其中存在诸多漏洞，现分析如下。

首先，“人的本性是‘好荣恶辱，好利恶害’的”不一定能得出“人们都会追求赏罚，逃避刑罚”。毕竟，即使人性是“好利恶害”的，如果追求奖赏所要付出的代价过高，逃避惩罚所带来的利益太少，那么理性的人未必会这样做。况且，人的本性未必都是“好荣恶辱，好利恶害”的。治理臣民需要考虑许多因素，赏罚只是其中的一种手段。

其次，即使人性是“好利恶害”的，如果能够采用完善的机制来规范人们的行为，并且加以良好的教育引导，那么未必不能培养出“廉洁之士”。就算不存在绝对的“不求私利的廉洁之士”，不代表不存在相对廉洁的人，从而也不代表“不需要寻找廉洁之士”。

再次，“廉政建设的关键”未必只在于“防止他们以权谋私”。廉政建设需要考虑到多方面的因素，如清廉的政治风气，公正的制度，高效的监管体系，公平公正的法律体系等，防止官员以权谋私只是一方面。

最后，采用监察官制止其他官吏以权谋私不一定“只能使他们共谋私利”。即使监察官“好利恶害”，并不代表监察官会以权谋私，也不能得出监察官会和其他官吏一样。实施赏罚的机制并不一定能使臣民揭发官员的以权谋私，如果臣民揭发官员导致受到打击报复，臣民出于“好利恶害”的本性，不会为了奖赏而导致受到更大的伤害。

综上所述，由于存在诸多漏洞，论述者得出的结论值得商榷。

14.2 企业发展需要创新

企业在经营发展中，往往会有两种选择：一种是扩大生产规模，另一种是研发新产品。后者是一种创新——利用现有的知识和技术，改进或者创造新的事物的行为。虽然后者存在很大的风险，但其产生的利益远高于前者。因此，我们认为，企业发展需要创新。

创新是企业发展应走的一条道路。在当下生产全球化分工的时代背景下,企业为了更好地获取利益,这就需要企业在经营过程中充分发挥自己的比较优势。毕竟,在产业链中保持相对优势才能在价值链分工中占据优势地位,获得更高的生产附加值。科学技术是第一生产力,提升企业的创新能力,充分提高生产能力,可以实现生产差异化,从而降低企业生产的机会成本,更好的发挥比较优势,获得更大的市场占有率。

企业在发展中面临许多风险因素难以做出创新的决策。总的来说,企业创新力不足并不能怪罪于企业只顾眼前利益,而不顾未来更加丰厚的利益。企业选择创新,研发新产品需要面临许多挑战。一方面,中国作为发展中国家,物质基础和技术基础相对于发达国家而言较为落后,企业普遍缺乏研发新产品所需要的量变积累;另一方面,市场经济下,企业间相对公平的自由博弈,让市场上的许多事物都不可预测也瞬息万变,进而使企业在发展过程中也要考虑随时可能变化的市场环境,从而也让企业难以只关注远期的创新。

如何让企业创新之路越走越顺呢?适当的鼓励模仿是必要的。毕竟,对于单纯的模范而言,也是一种快速学习先进经验的有效途径。利用全球价值链逆向溢出的功能,吸取发达国家先进经验,有利于我国企业获取创新的技术基础。同时,鼓励创新也是必要的。如果政府能为企业创新提供适当的资金、技术的支持,帮助企业获取更多的创新资源,也能为企业创新提供动力。

now the wind of innovation has been blown and innovative companies like huawei are rising from the wind and other chinese companies should also learn from it

第十五章 2018

15.1 物质生活丰富真的不会冲击精神世界吗？

材料通过一系列分析和论证，试图得出“担心物质生活的丰富会冲击人类的精神世界是杞人忧天”的结论。然而，材料在论证的过程中存在诸多逻辑问题，现分析如下。

首先，由“精神是物质在人脑中的反映”未必能得出“物质丰富只会充实精神世界”。因为“精神”和“精神世界”是两个不同的概念，前者指的是人的生物学上的概念，后者指的是人的主观思想意识。人的精神世界的构建和精神并无直接联系。如果一个人正是因为物质资源的匮乏构建了自身丰富的精神世界，那么便不能知道是否是物质丰富才能导致精神世界充实。

其次，作者指出个人基本的物质生活条件得到满足后，就会把注意力转移到非物质生活，这是过于绝对的。因为导致个人对非物质生活关注提高的因素有很多，如个人道德水平、个人文化修养，而个人的物质条件只是其中一个因素。二者并没有必然的联系。如果一个人在物质生活得到满足后，而更加痴迷于对物质财富的追求，那么未必能得出其会把注意力转移到非物质生活。

再次，物质生活丰富的人，未必往往会更加注重精神生活，追求社会公平，个人尊严等。如果一个人的物质生活丰富，正是由于社会中存在的不公正，而让其实现了物质财富的积累，那么他未必会追求社会公平，相反更有可能会尽力维持这种不公平的局面。

最后，由最近一项对高校大学生的调查得出的结论，未必具有说服力。因为样本量小，且只能反映该大学学生的情况，不具有代表性，不能反映整个社会的实际情况。

综上所述，材料论证过程中存在着诸如上述几处逻辑问题，因此“担心物质生活的丰富会冲击人类的精神世界是杞人忧天”的结论是值得商榷的。

15.2 技术变革促进社会发展

面对技术变革，有人认为有利于社会发展，而有人却为其可能带来的潜在风险感到担忧。在技术发展日新月异的时代，包括人工智能在

内的技术变革，是可以促进社会发展的。

社会发展包括社会整体生产力提高，人们生活水平提高、人们生活满意度提高等。而在我们的当下社会，无人扫地机器人，无人售货便利店、无人飞机等都在悄然改变我们的日常生活。

其实，技术变革的出现是必然趋势。正是由于技术的提高，人们的物质生活有了显著提高，人们的生活水平，对美好生活的向往有了更加强烈的追求。随着消费水平、消费意识、消费需求的全面升级，人们逐渐降低了对廉价，技术含量低的产品追求。人们开始更多的关注产品的技术含量、产品的功能和体验。因此，为满足消费者对更高要求的产品需求，一些科研人员和企业就必须通过技术变革，

用更加新颖的技术取代传统的生产方式，淘汰落后产能。

技术变革不仅能改变人们的物质生活，也有利于人能力的提升。因为人不想要被机器人和人工智能取代，就必须提升自身综合素养，思维能力等，培养创新能力。材料所说“创造了千百万铁路工人的岗位”就是技术变革的好处之一。

然而，技术变革的风险确实存在，一些低端工人失业，个人隐私信息泄露等问题不得不引起我们的注意。

为了更好的控制这种风险，让技术变革更好地服务于社会发展，需要个人和制度的结合。首先，个人必须提高自身综合能力，增加自身在技术变革中的不可替代性。其次，要加强人工智能技术变革方面的立法，避免技术变革被运用到一些不利于社会发展的领域。

面对技术变革，我们既不能听之任之，也不能因噎废食。我们能做的，就是提升自身的综合素质，发挥自身的比较优势，让技术变革为我们服务，而不是被技术取代。

第十六章 2013

16.1 Translation

从过去的 53 年挑一天，我能马上知道那一天我在哪里，新闻发生了什么，甚至这天是星期几。我从四岁起就能这样做。

我从没有因为我的大脑存储的大量信息而感到难受。

I never feel overwhelmed with the amount of information my brain absorbs.

我从来不会因为脑子吸收大量信息而受不了。

我的思维似乎可以应付并且信息存储得很简洁。当我想到痛苦的回忆，我会像大家做的那样——尝试把它放到一边。

我不认为那对我来说很难因为我的记忆更加清晰。

I don't think it's harder for me just because my memory is clear.

我不觉得就因为我的记忆更加清晰，我就更难受。

强大的记忆力并没有使我的情绪更加可爱或者生动。我可以回忆我祖父去世的那天以及前一天我们前往医院时我感到的悲伤。我同样记得在同一天百老汇上演音乐节《发》——它们以同样的方式跳进我的脑中。

they both just pop into my mind in the same way.

这两件事突然出现在我的脑海里的方式没什么两样。

16.2 Writing

16.2.1 PartA

Suppose your class is hold a charity sale for kids in need of help. Write an email to inform the detail and encourage them to participate.

Dear classmates:

I am writing to notify you that there is a charity sale will be held in our class. The detail arrangements as follow.

The event will be held on the playground of our university in May ,13th,2013.And it will start from the 7 a.m. and end at 10 clock in the evening. At the opening ceremony ,our Monitor will clear that this charity sale which main purpose is to help the kids who drop out of school due their family can not afford their tuition.Then the donate event will start as our last activity.

Donation is an important virtue.So I really appeal that all of our classmates can take part in this event.And I will greatful if you can come and give your donation.

Your Sincerely, Li Ming

第十七章 2016

17.1 Writing

17.1.1 PartA

Suppose you won a translation contest and your friend, Jack, wrote an email to congratulate you and ask for advice on translation, write an email to thank him, give your advice .

Dear Jack,

I am writing to extend my heartfelt gratitude for your congratulation on my success in the translation contest. As regard to my advice on translation, I would like to share , without reservation, my personal experience with you .

What I recommend most is reading large quantities of classical books, both in Chinese and English, to enlarge your vocabulary, broaden your horizon as well as grasp more background knowledge. What's more, you are strongly suggested to keep practising with painstaking effort. Only in this way can you make up for your weaknesses and become proficient in both languages to bridge them skillfully and vividly . Last but not least , you are supposed to participate in some international events to accumulate a wealth of practical experience.

Hopefully, you will find this suggestion useful, and I would be ready to discuss the matter with you to further details. I am looking forward to your early reply and wish you good luck.

Your sincerely,
Li Ming

17.1.2 PartB

This is a simple but informative chart, which illustrates the traveling purposes of students in a certain university. As is shown in the chart, 37% of students travel for the purpose of sightseeing. The next comes the purpose of relieving pressure, accounting for 33%. However, only a small part of students travel with a view towards making friends and cultivating independence.

There is no blame that college students spend time and money traveling to enjoy the natural beauty and refresh themselves. Any way, they are young and energetic, and therefore at the best time for going out and seeing the world. However, having fun should not be the only one main purpose of touring for young. To ensure their tour time and money worthy, their vision broadened and horizon extended, it is essential that they do their best to make friends with various people, learn about different culture and foster their spirit of independence.

To achieve the aim, the college students may well change their way of traveling. For instance, they can tour by bus or by bike, try to communicate with local people as much as possible. And cover some new routes. Travel does what good novelists also do to the life of everyday. Placing it like a frame or a gem in its setting. So that the intrinsic qualities are made more clear.

第十八章 2017

18.1 Writing

18.1.1 PartA

Dear Profeser Williams,

It's my honor to be invited by you to give a presentation about Chinese culture to a group of international students. I will pay more attention to preparing for the presentation.

In order to help the overseas students get more information about Chinese culture , two crucial aspects will be shown in my presentation . On the one hand ,Chinese characters will be highly emphasized in the presentation. Because the Chinese characters stand for the Chinese history for motr than five thousand years.On the other hand,I will introduce more about the famous scenic sports of China that can present the beauty and greatness of China.

I believe that the foreign students can know more about Chinese culture through the two key points. Last but not least,I would like to know your view and suggestions about the presentation. Looking forwarding to your reply.

Your sincerely,
Li Ming

18.1.2 PartB

From the chart we can see big changes in the museum amounts and the amounts of the museum visitors from 2013 to 2015.According to the figures of the chart , the number of the museums in this period increased from

4165 to 4692, while the visitors of the museums had increased from 6378 million to 7811 million. It is apparent that ammounts of museums and their visitors both increased a lot.

Through analyzing the chart , we can identify at least two key factors resulting in the phenomenon.First and foremost, the people's living standard and cultural level have increased a lot with the development of our economy. More and more people begain to pursuit an intellectual life instead of material life. They like to visit museums in their spare time. What's more the goverment has paid more attention to the construction of the museums and the development of Chinese culture. More museums have been built and more cultural relics have been detected.

To sum up , it is a good phenomenon.With more museum and more visitors could help people to get more information about Chinese culture and cultivate their cultural literacy. Last butnot least , both the governament and

the people should try their best to contribute to the development of Chinese culture and the protection of cultural relics.

第十九章 English_2019

19.1 Translation

英国作家詹姆斯·海里尔特容易被人们低估。他拥有一个如此愉快、可读性好的风格，以至于让人觉得任何人都可以模仿它。不知道有多少次我听到别人说，“我有能力写一本书，只是我没有时间”。说得容易。但不是很容易做到。詹姆斯·海里尔特，和流行观点相反，在他的早期创作中并没有发现写书容易，正如他的写的，”就像在写作游戏中下棋一样“。然而，他显然有大量自然的天分，最终，他给这个世界是通过多年训练，反复写作和阅读的打磨过的作品。像大多数作者一样，在创作路上他经历了许多不认同和拒绝，但是这些使他更加下定决心要成功。所有他在生命中取得的成就都通过艰难的途径并且他在文学领域取得的成就不是期待。

19.2 writing

19.2.1 PartA

Suppose Professor Smith ask you to plan a debate on the theme of city traffic.

Dear Prof.Smith:

It's my pleasure to plan the debate. And I'm writing to put forward my advice about the topic of this debate and tell my primerily arrangements concerned.

To begin with,the debate can be concluded with the topic of "By bus or by bike"on the ground that a host of residents prefer the convient vehicles to reduce time cost under the background of increasing heavy city traffic. Therefore,the participants can take a active role in the debate due to their real experience in their daily life. Regarding the arrangemets of the debate,it will be held on auditorium in our campus on Dec,20th,2018. Anyone likes the debate can apply for the participation at the Student's Union Office before Dec,10th,2018.Finially, a watch will be awarded for the winner of the debate.

It will be highly appreciated if you could give me an early reply or some comments on my plan.

Yours sincerely,
Li Ming

19.2.2 PartB

Write a essay based on the chart below.

The bar chart depicts the changes of college students' different choices after graduation from 2013 to 2018. According to the above given data, the percentage of hunting for a job having decrease from 68.1% to 60.7% while the percentage of pursuing a study at postgraduate school has increasing from 26.6% to 34%. By contrast, the change of percentage about starting a business is not obvious.

There are several possible factors which account for this phenomenon and the following are typical ones. On the one hand, due to the increasing emphasis on education, pursuing a further study has becoming more popular among college students. On the other hand, due to the increasing fierce of employment competition, more and more students realize the significance of enhancing their practical skills and academic level, which explains the reason why the percentage of hunting for a job has decreased so obviously.

From what is mentioned above, we can easily come to the conclusion that this established trend is acceptable. And it is wise for postgraduates to broaden their horizons and enhance/improve their practical skills during the postgraduate study. Only in this way, can they be qualified for the future position.

第二十章 2020

20.1 Transltion

人一生几乎不可能不经历某种失败。但是，失败好的一面是，失败完全取决于我们如何看待它。

the wonderful thing about failure is that...
失败的奇妙之处在于

我们可以选择把失败看作为”世界末日”。或者，我们经常可以把失败看作是无与伦比的学习经历。

that it often is . 它常常就是如此。

每当我们在某事上失败，我们可以选择把它看作是我们不得不学习的课程。

we can choose to look for the lesson we're meant to learn.

我们都可以从中找寻应该吸取的教训。这些课程非常重要，它们教会我们如何成长，并且教我们如何避免再次犯同样的错误。失败只会在我们让它这么做时才会阻挡我们。

Failures stop us only if we let them.

只有我们任由失败阻止我们，我们才会被它阻止。

失败也能教我们可能没有从其他地方学过的关于我们自己的事。

Failures can also teach us things about ourselves what we would never have learned otherwise.

失败也能教会我们一些有关自己的事情，没有失败，这些我们永远不会知道。

例如，失败可以帮助你发现你一个多么强大的人。在一些事上的失败可以帮助你发现最信任的朋友，或者帮助你找到无法预料的动力去取得成功。

20.2 Writing

20.2.1 PartA

Suppose you are planning a tour of a historical site for a group of international students.

Dear students:

As a member of the Students Union, I am delighted to write an email to inform you a tour that I planned for you. The destination of our tour will be the Great Wall of China, which is one of the most wonder of the world.

The reason why I highly recommend it to you is that with more than 2000 years history, it is still one of the most attractive sites all over the world owing to its historical significance and architectural grandeur. During the trip, it is advisable to bring enough food and water. And if you would like, you could take a camera and take some photos due to the scenery is so magnificent.

The Great Wall is so great for words that I believe you will love it. I hope you will enjoy your trip.

Your sincerely,
Li Ming

20.2.2 PartB

某高校学生手机阅读目的调查

As the above chart have showed the different percentage of the students using mobile phone for reading purpose. The chart shows that the percentage of students using mobile to learn knowledge is 59.5%, while the percentage of using mobile phone to cost spare time is 21.3%, and the purpose of gaining information, which accounts for 17%, other purposes accounts for 2.2%.

What are the invisible reasons behind the phenomenon reflected by the chart? Nowadays, with the rapidly development of our society, especially in the IT and information industry, cell phones are more accessible and give us more convenient and efficient way to learn the world. Therefore, the cell phone could help college students to learn knowledge and benefit a lot from using cell phone to learn the world and gaining information by it. In addition, the cell phone give college students an accessible way to relieve their pressure, so there are many students using it to cost spare time.

To sum up, the proportions of the purpose of college students using mobile phones shown by this chart is reasonable. There are certainly many reasons will be raised to justify it. But in my point of views, the more accessible and convenient of mobile phones are the essential key factors of

the phenomenon .

第二十一章 英语 2021

21.1 Translation

我们倾向于认为朋友和家人是我们联系、欢笑和温暖最大的来源。虽然那可能非常正确，但是最近，研究人员同样发现和陌生人互动实际上能带来我们没有预料到的情绪的提升和归属感。

在一系列研究中，研究者指导芝加哥地区的通勤者使用公共交通工具来实现一次和他们附近的某个人的对话。

researchers instructed Chiago-area commuters using public transpation to strike up a conversation with someone near them.

研究人员让芝加哥地区使用公共交通工具的通勤者与旁边的乘客交谈。

平均来说，听从这个指导的参与者比哪些被告知要安静地站着或者坐着的参与者感觉更好。

On average, 总体来说研究者们同样指出，当我们回避和陌生人的随意交流，经常是由于一种错误放置的担忧，认为陌生人不想和我们交谈。

due to a misplaced anxiety 出于一种不必要的担忧

然而，大多数时候，这种想法是错误的。

事实证明，许多人实际上非常愿意交谈——并且可能甚至很大度地收到你的关注

and may even be flattered to receive your attention.

甚至还会因为得到你的关注而感到荣幸。

21.2 Writing

21.2.1 Part A

Suppose you are organizing an online meeting. Writing an email to Jack,an international student, invite him participate,tell the details.
Dear Jack:

As an organizer of our monthly reading session,I am writing to invite you to participate our online meeting scheduled for next Friday,from 2 p.m. to 4 p.m. via Zoom.

With the theme of A Famous Writer from your country,this meeting

aims to expose you participants to writers and works from a variety of cultures. Attendants from diverse of culture backgrounds will gather to engage in cross-cultural and enhance their understand of literature. As a literary enthusiast, you are very welcomed to share your insights into the differences between Chinese and American literature.

Our meeting arrangements are attached for your reference. We will be very pleased if you could accept our invitation.

Your sincerely,
Li Ming

21.2.2 PartB

According to the chart ,over half of the respondents get physical exercise by themselves,while 47% do to it with their friends,and 23.9% do exercise with their family members. By comparison , not more than 16% of the respondents choose team exercise.

The data indicates people inclining to do physical alone.It may seem a matter of personal preference, but in fact sever factors play a part. People prefer to take exercise alone rather than with someone else, mainly on account of flexibility and convenience. In this way ,they can ,for example,going jogging any time they like, witout a need of making a plan with their friends in advance. Furthermore, a wide range of fitness apps, provide people a broaden way to doing workouts without the need to go out. Another conclusion from the data is that people are more likely to work out with their friends than their family members. In my point of view, may be doing physical exercise is not a family routin, or just they want make use of the time to live a part from their family members.

Taking exercise alone will be a trend int today's busy society where most people would have a spare time or schedule with other people. But it is advisable, if possible ,to find a spare time and work out partner to keep your motivated.

The bar chart clearly illustrates the multiple options __having of _the majortiy of them...,whereas ... is the least popular choice, only account for... . Other ways to...

The data indicates people's inclination to...., It may seems a matter of people's personal perference,but in fact several factors play a part. For one thing,...gives them a sense of satisfaction and happiness. To put it in another way,they do so in pursuit of a higher quality of life . For

another , the advent of is an essential precondition of this.

In conclusion, given that ,we can except to see an increasing number of people, This will contribe to greater diversity in...

第二十二章 2022

22.1 Translation

尽管我们尽最大努力，但有时候我们的画作几乎不能呈现原始的计划
turn out , 符合
光线的改变，你的作画材料的局限性，和缺少经验和技術缺陷，
导致当你开始尝试取得成果却没有像预期的那样。
that what you start out trying to achieve may not come to life the way
what you expected.
come to life : 显得很逼真
都意味着最初想要达到地效果未必能如你所愿地呈现出来。

尽管这让你困扰和失落，但事实证明它实际上对你有好处。
turn out : 结果
不可预测的结果有两个好处：你能非常快速地学会应对失望和意识到一扇门关闭，另
一扇门会打开。
你同样可以快速学会适应和想到创造性地解决办法以应对画作呈现地问题。
to the problems the painting presents
画作中呈现出地问题。
并且在盒子外思考将变成你地自然反应。
and think outside the box will become your second nature.
跳出常规思考会成为你地第二天性。
实际上，在日常生活中创造性问题解决技术是非常有用地，当一个问题产生时你将可
能找到一个解决办法。
with which you're more likely to be able to find a solution when a
problem arises.
有了这种技能

22.2 Writing

22.2.1 PartA

Suppose you are planning a campus food festival. Write an email to invite the international students to participate and introduce the details of the festival.

Dear International Students,

On behalf the Students' Union , I'm writing to inform you that a campus food festival will is going to be held . It's my pleasure to invite you to take part in it.

First of all, the food festival will be start from 9 a.m. and end at 18 a'clock next friday at the playground of our campus. There will a variety of Chinese traditional food to be provided. What's more , a series of ingredients are available so that you could learn how these foods are prepared. Last but not least, there will also a lot of tools which you would like to make some local cuisine and introduce them to others.

It's such a great opportunity for you to exchange different food cultures and to make friends. I am looking forward to your participation.

Your sincerely,
Li Ming

22.2.2 PartB

The changes of our country's express business

What is cleary displayed in the chart is the change of our country's express business volume from 2018 to 2020. During this period, the total number increased from 51 billion in 2018 to 83 billion in 2020. In rural area, the number was ranged from 12 billion to 15 billion from the year 2018 to 2019.while the figure was dramatically rose to 30 billion in 2020.

It is easy to find the reasons of the trend of the chart. Many factors are thought to contribute to the inspiring changes. But two of them are the most important, One the one hand, think of development of the domestic economy , people now has a more happier life. With the more and more accessible and convient online business that Chinese people likely to play the role of online consumers. On the other hand, the e-commerce embraces their golden stage these years, and the COVIND-19 started at the end of 2019 ,which is a must be mentioned reason why more people prefer to shopping online today.

As discussed above, with the potential development of our econimic society, it is not suprising to see a continued increasing volume of our country's express in near future.

第二十三章 2023

23.1 Translation

在 18 世纪后期，威廉·华兹华斯因为他关于自然地诗歌出名。并且他是浪漫主义运动地奠基人之一，那个赞美对自然世界的向往的运动。

which celebrated the wonder of the nature world.

这一运动颂扬了自然的奇妙之处。

诗歌是有力量的。它的能量和韵律可以捕获一个读者，把他们送到另一个世界，让他们以不同的视角看事物。通过精心挑选的词语和修辞，诗可以是戏剧、搞笑、美丽、感人和鼓舞人的。

没有人确切知道诗歌是什么时候诞生的但是它已经存在数千年了，甚至早于人类能书写。它是一种讲故事和传递历史的途径。它和歌很相近并且甚至写下它是为了创造出来被大声表演。诗在被背诵时变得鲜活。这同样能帮助了解它们，因为语言的韵律和声音变得更加清晰。

This can also help with understanding them too, because the rhythm and sounds of the words become clearer.

23.2 Writing

23.2.1 PartA

An art exhibition and a robot show are to be held on Sunday, and your friend David asks you which one he should go to,
Make you suggestion and your reasons.

Dear David,

How is everything going? I am now writing to provide a personal advice on the choice between an art exhibition and a robot show.

First and foremost, I think the art exhibition is better for you since I know you are preparing for the coming art festival . What's more , some basic information about the exhibition ,such as the tickets price 、 the start time ,should be learned in advance. Last but not least,this is such a great opportunity for you to make friends, and you can invite them to your art festival.

It's my pleasure to provide my advice that I do hope this information will be helpful.

Yours sincerely,
Li Ming

23.2.2 PartB

As is clearly demonstrated by the chart, there are a series of figures disclosing the changes in the health literacy level of the citizens in China from 2012 to 2021. From 2012 to the 2016, the ratio slowly increasing from 9% to 11%. While the figure rapidly increased from 11% to 25.4% which from 2016 to 2021. The ratio changes deserve a further analysis.

So what are the invisible reasons behind the visible manifestations? From my point of view, the most important factor to be considered is that the rapidly increasing of China's economic development these days. In addition, due to the more and more accessible and convenient online information, people used to use the online media platform which make it easier for citizens to learn the knowledge and would like to pay more attention to their physical and mental health. Last but not least, the pandemic is a important factor we cannot miss, as we can see from the chart that there is a dramatic increase from 19% in 2019 to 25% in 2021. By and large , the above-mentioned three factors are the mostly driving forces behind the changes mirrored by the chart .

With all the analyses considered,there is an irreversible trend for the current situation to develop toward a better future.