

一周精彩内容分享（第12期）

title: "一周精彩内容分享（第12期）" date: 2022-06-28 description: "GTD践行第12周" draft: false tags: ["GTD", "w...]

本周故事

第一部分：work输出

一、公开课

课程4:MIT 经典课程 《分布式系统》

<https://learnku.com/go/wikis/41239>

课程3 数据库 sql执行引擎

课程2 分布式协议 --ob 源码阅读

课程1 手写kv引擎v1.0(第一期)

课程4- kv。BoltDB

二. Tldb社区

三 ob社区

第二部分：life输出

一. ARTS的初衷

1. Algorithm

2. Review

3. Tip

What is the difference between Python's multiprocessing module and MPi4Py?

python master slave example

函数参数代码规范

python readline去掉换行符

SQL语句和变量拼接技巧

4. Share

方法

第三部分：起床---运动--阅读

我要做什么

一、环境场： 餐厅区--吃饭专心吃饭。

1.1 餐厅区--吃饭专心吃饭流程

步骤1 准备，没准备好就不吃饭（这就是态度和决心）

1.1陈咬金第一斧：在吃饭的路上

1.2 陈咬金第二斧：准备下订单流程（场景：公司 餐厅外面）

1.3 陈咬金第三斧：清理餐桌（场景：在家做饭）

步骤2: 吃饭时间从300分钟变成30分钟（边吃饭边看电视，手机 电脑变成300分钟）

吃掉那那只最丑的青蛙🐸，前进的最大的障碍

1.3 没有记录就没有进步

1.4 执行结果分析

二、睡觉区

2.1 提高认知----一个虚假的快乐箱

2.2 执行步骤：woop

第二天 早晨 一定安排好 要做事情。然后早晨完成。你跟不没有权利拖延。

方法1 学习期间，手机远离1米 手机开启专注模式。如果在家 手机直接放客厅。

方法2:失控时候，断网，眼睛离开屏幕 从座位站起来 活动一圈，给你5分钟冷静时间。

方法3 24小时手机放客厅，放弃看新闻 动漫 放弃看聊天 学习 因为 微信程出现---动漫 综艺 聊天学习全部混淆一起

方法4:如果在床上，必须关掉，躺平，手机必须放客厅 锁屏 如果事情去客厅处理

2.3 没有记录就没有进步:计划--执行--反馈[3分钟日记]

三、环境场--运动区（掌控跑步，你掌控生活）

3.1 提高认知：

3.2 执行步骤：woop

3.3 没有记录就没有进步:计划--执行--反馈

四、环境场--学习区：

4.1 带着问题去工作

4.2 执行步骤：woop

方法：

行动：

4.3 执行结果：计划--执行--反馈

title: "一周精彩内容分享（第12期）"
date: 2022-06-28
description: "GTD践行第12周"
draft: false
tags: ["GTD","work"]
categories: ["ARTS"]

文章地址：进展 20%

- <http://localhost:1313/post/ARTS/2022/2022-7/>
- <https://wangcy6.github.io/post/ARTS/2022/6>

本周故事

- 一周七天，7天睡晚起，可以认定 外界因素根本无法克服。到底什么原因 自己根本不清楚吗？
- 只要晚上不运动 精力下降，彻底就失控，自己发觉不了。

第一部分：work输出

一、公开课

课程4:MIT 经典课程 《分布式系统》

<https://learnku.com/go/wikis/41239>

课程3 数据库 sql执行引擎

课程2 分布式协议 --ob 源码阅读


- ☐ 阅读: [200行代码实现基于paxos的kv存储](#)
- ☐ 用paxos实现多副本日志系统--basic paxos部分

课程1 手写kv引擎v1.0(第一期)

- 前置课程
 - ☐ [wiscKey论文精读](#)
 - ☐ [LevelDB 源码解读公开课](#)
 - ☐ [LSM-论文导读与Leveldb源码解读](#)

课程主页目录

[手写KV引擎\(一期\)](#)

lesson3 area 

- <https://hardcore.feishu.cn/docs/doccn4w8clvork96K3dqQnJRh9g#rjUnsB>
- [Leveldb源码解读\(一\)](#)
- [Leveldb源码解读\(二\)](#)

课程4– kv。BoltDB

- BoltDB <https://cloud.tencent.com/developer/article/1789831>

二. Tlodb社区

三 ob社区

1. redo log是 和clog关系？相等吗？

<https://open.oceanbase.com/docs/observer-cn/V3.1.2/10000000000015567>

2. 在stop zone时，ob都需要做哪些工作？ 比如第一步切主，那第二步干啥？ 第三步干啥？
stop zone的时候，RS会自动检查各种安全条件是否满足，否则执行会失败。
只要stop返回成功，下线这个zone的server就是安全的。
作为保险，可以看看监控上面的leader都切走了，QPS降到了0

- 3 clog 满了怎么办？

解决方式

- \1. clog满了，会导致写日志失败。调大clog 磁盘大小 clog_disk_usage_limit_percentage 默认 80调整到 98
- \2. 删除clog历史数据，磁盘利用变小，调小参数 clog_disk_utilization_threshold 从 80调整到30 触发后台线程删除。

第二部分：life输出

一. ARTS的初衷



周一	周二	周三	周四	周五	周六	周日
	Algorithm		Review		Review/Ti p	Share

1. Algorithm

2. Review

主要是为了学习英文，如果你的英文不行，你基本上无缘技术高手。

所以，需要你阅读并点评至少一篇英文技术文章，

我个人最喜欢去的地方是<http://Medium.com>

文章：[C++11 Concurrency Tutorial – Part 5: Futures](#)

3. Tip

主要是为了总结和归纳你在日常工作中所遇到的知识点。

学习至少一个技术技巧。你在工作中遇到的问题，踩过的坑，学习的点滴知识。

4. how to split the string ?

TargetID	Cap. Pool	Total	Free	%	ITotal	IFree	%
=====	=====	=====	=====	=	=====	=====	=
101	normal	3666.5GiB	3666.4GiB	100%	244.2M	244.2M	100%
102	normal	3666.5GiB	3666.4GiB	100%	244.2M	244.2M	100%
103	normal	3666.5GiB	3666.4GiB	100%	244.2M	244.2M	100%

- solution1 cat 1 |awk -F " " '{print \$5}' |awk '{print \$2}'

这是shell 脚本，不行 python可以吗

[Regex or split in python for shell awk equivalent](#)

3. how to use logic operator in Python

or

- python log 日志 不支持字符串拼接 。因此外面拼接好，在传入。

```
temp = 'slow pool ' + path
logging.debug(temp)
```

- killall – kill processes by name

并发框架 mpi4py和进程选择一个？

```
conda install mpi4py
```

MPI 全称Message Passing Interface 消息传递接口，是一种编辑接口标准，而不是一种具体的编辑语言

What is the difference between Python's multiprocessing module and MPi4Py?

<https://www.quora.com/What-is-the-difference-between-Pythons-multiprocessing-module-and-MPi4Py>

<https://stackoverflow.com/questions/13617019/parallel-python-or-mpi>

python master slave example

1. python中threading模块对于IO密集型程序有优化作用，对于计算密集型的程序基本没有什么作用【threading模块由于不能充分利用多核CPU舍去】 【1】
- 2.

shell中使用符号“\$?”来显示上一条命令执行的返回值，如果为0则代表执行成功，其他表示失败

函数参数代码规范

- ， 空格 变量名字

python readline去掉换行符

- 场景：文件按行读取后打印正常，在拼接sql后 出现换行现象导致sql执行失败
- 解决：strip 解决

SQL语句和变量拼接技巧

- 场景：变量本身是字符串，但是拼接后不是并不是包包含汉字符。
- 解决：sql = "select * from WHERE name= " + key.strip() + ";"

4. Share

分享一篇有观点和思考的技术文章。

主要是为了建立影响力，能够输出价值观。

方法

- 下班时候，不少放松时候，你开始时候，6点 7点 8点 战斗开始来哦。不少21点 22点 23熬夜做事情。
-
- 周末 给你一百万，也 不看腾讯视频，xx小说 看直播，听直播一次 你运动 运动 早睡。你时间价值百万。

- 在设计时候 你认为合理，很有可能正确的。你第一感觉别人不靠谱，但是因为职位，风险 习惯 你还是浪费一下午时间做，结果还是调整回来。过去10年都是如此。原地踏步走原因。相信自己分析判断。

第三部分：起床---运动--阅读

小贴士：

在学校，出租房，宾馆，工位很多因素导致 学习区，运动区 卧室 都是同一个地方 环境导致你彻底彻底糊涂了。物理无法隔离，从逻辑上必须隔离。

我要做什么

1. 挑战01第一个要解决事情-学习区-与餐厅区息-混淆
2. 挑战02 期望结果-识别互联网本质
3. 挑战03 第二个事情:如果在学习区过程中，想看视频 游戏直播 小说怎么？
4. 挑战04 学习区：专心学习
5. 挑战05 第四个解决事情 运动区 打开交流之门

一、环境场： 餐厅区--吃饭专心吃饭。

1.1 餐厅区--吃饭专心吃饭流程

学习本质是探索，去思考。

躺着，坐着都被动接受信息。在屏幕面前卑躬屈膝，吃苦不行。失败千万次不要侥幸心理

站起来，去运动。这样才能获得自由。

战斗已经开始，不

步骤 1 准备，没准备好就不吃饭（这就是态度和决心）

1.1 陈咬金第一斧：在吃饭的路上

拦路虎：

- 周末 看斗鱼 war比赛 【1000000】
- 吃饭 吃饭后 拿着手机不放，塞满脑子，其实根本装不下东西。 【1000000000000】
- 慢吞吞的，像个80岁人，拖延，被动 态度 自己跟不不知道。 【1000000000000】
- 战斗已经开始，不是走到餐厅 走到手机 电脑开始。
提前30分钟已经开始了

1.2 陈咬金第二斧：准备下订单流程（场景：公司 餐厅外面）

1. 餐厅吃饭的秘密：

- 只要餐厅点餐付钱完毕！我就关闭手机25分钟。
- 然后拿出自己准备好的纸质资料代替阅读！
无论什么小说，还是新闻都打印出来看！
渴望没变，无聊更没变！只是换个方式

1.3 陈咬金第三斧：清理餐桌（场景：在家做饭）

步骤2: 吃饭时间从300分钟变成30分钟（边吃饭边看电视，手机 电脑变成300分钟）

- 一片雪花，一根稻草足够压倒一切。潘多拉 根本不知道后面是什么。【看一次没什么。看一会什么不耽误事情】
- 即使无法搬走，你也可以stop 播放的画面。

吃掉那那只最丑的青蛙🐸，前进的最大的障碍

我只是看一眼手机没问题，根本不知道理解危害

- 根本不知道 一次至少120分钟，看视频，看直播第一层。
- 还有第二层：你120分钟切换正常状态，伤心后悔情绪平复
- 第三层：你240分钟 弥补过去耽误时间。
- 第四层：过去耽误时间，未来耽误时间 480分钟没有了
- 第五层：和别人比，落后了
- 一天过去了，一个星期过去了，一个月过去，一年万年 弥补。
- 背后 产品 到处都是。无数不在 【24小时 都随时注意。】

看视频流程

1. 全屏
2. 站起来
3. 远离1米。

学习本质是探索，去思考。

为了看视频你拍着，躺着，坐着都被动接受信息。在屏幕面前卑躬屈膝，吃苦不行。

站起来，去运动。这样才能获得自由。

1.3 没有记录就没有进步

吃饭流程：	晚上!!	中午	早餐
2022-4-16	1 自己关机手机 但是电脑不舍得结果导致2小时斗鱼，念头--后面不解决。放松	ok	ok
2022-04-30	吃饭看手机	吃饭看手机	
2022-7-13	看了，结果时空	执行了，但是被动	ok

1.4 执行结果分析

吃饭 -- 学习 -- 休息 其实是一回事 必须认真对待

- 小贴士

1. 别人是诱惑，不是强制。行动你手里。

- 行动卡 中午 晚上 睡觉时候。

https://wangcy6.github.io/post/ARTS/day_02_run/

- 【不要独自一人一个人看视频】

去电影院，去广场 去客厅。不要独自吃饭 睡觉 躲在角落看视频，一个人智商变为0.很容易上当受骗。

1,4 最终解决方式：从屏幕前面 进入屏幕中。

在屏幕前习惯 人的性格变成懒惰 暴躁 消极，自欺欺人，内向，欺骗 虚假，本座

陷入产品 公司 学习一切一切组织陷阱。你说还说不出为什么。

进入屏幕中 才会积极，沟通 才提升。这就是目标。

你极限挑战。

我说：你心中懒惰 闹钟消息 人事人事清楚 疑问自己失去。

是外界产品，组织关系，是建筑造成的。

- 周末 四步走

1. 耳机 在公司 家里，声音小 看xx游戏【自欺欺人】

2. 专注模式 电脑--和浏览器

3. crontable 提醒

4. 你目标是什么

- 2022-04-30 忘记cctv，进制微信看cttv在线。因为你会解锁 解锁 解锁 微信解锁 和手机壳解锁 【一次导致后面100次重复】

- 2021-10-10 -周末 晚上：不管什么原因时自己主动打开网页，然后抛弃一个问题不不问。你可以

不打开。

晚上吃饭时候 在电脑旁边 看2个小时小动漫。

自己120分钟从根本不想看到彻底沉迷。自己什么没做完钱别视频控制节奏。罚款 400元

重复过去10000次，后面一个万时间拯救自己。

上来1分钟没控制后 后面120分钟放弃了。这个不行。

吃饭电脑放客厅，禁用网络。

很多方式自己忘记了。【自己根本没有斗争】

- 看综艺千万次感觉出现--导致1000失控 --你用各种方法和感觉都斗争，多巴胺被吸引感觉导致看一切视频，一切综艺一切错误不起作用

////////////////////更多记录////////////////////

防沉迷---不解锁--手机和电脑严格执行记录【睡觉问题1

<https://app.yinxiang.com/shard/s39/nl/8226829/ecf13649-4ba8-4cfd-92bf-99f49d981293/>

2021-1-吃饭睡觉休息日志 ---一夜回到解放前【手机和电脑】记录 自控_抖音和斗鱼 腾讯视频 小说 手机解锁#死亡无人组

<https://app.yinxiang.com/shard/s39/nl/8226829/8a153868-fc41-4a93-80f2-0a03c5f007a7/>

<https://app.yinxiang.com/shard/s39/nl/8226829/2ad31275-df8b-415b-80fb-1d78597c41d9/>

自控_抖音和斗鱼 腾讯视频 懒人听书 小说 youtue 手机解锁#死亡无人组【吃饭看手机，床上看手机】

<https://app.yinxiang.com/shard/s39/nl/8226829/b1161b2e-42ad-444f-9b9b-f70cb9f744c5/>

////////////////////更多记录////////////////////

二、睡觉区

2.1 提高认知-----一个虚假的快乐箱

▼ Plain Text | 复制代码

```
1 看视频的人和奴隶没有区别，随着时间流逝，你最喜欢的小说，最喜欢的电影【没有问题】，最喜欢的
2 动漫，这些喜爱驱动变成奴隶【别人控制】 【你视频，听觉 判断完全被驱动 没有自己】
3 因此下定决心 自己彻底忘记动漫 电影 连续剧 这段东西 本来是不存在的，
4
5 是电视，手机 电脑 各种宣传概念 送到你面前 尤其是周末时候
6
7 因此下定决心 自己彻底忘记动漫 电影 连续剧 这段东西 本来是不存在的，
8
9 是电视，手机 电脑 各种宣传概念 送到你面前 尤其是周末时候
10
11 只要21点。22点。23点 你看电脑 你彻底失控，综艺，动漫 电视剧 都是表演者，
12
13 你发现你缺点 只要别人在说，在做，你说比不过他们，他们厉害了，彻底隐藏了自己想法，理性
14 一切 然后什么不做
15
```

- 自己打开斗鱼网站，自己然后给3小时看，然后身心疲惫，这根本不是休息【看斗鱼就是自己找死，不运动就是-死。不学习=死】

目标：用创造视频代替消费视频，用运动代替躺着 坐着。

你可以忍住5分钟念头，你可以 15分钟 自己ob直播，录制视频代替 斗鱼，你可以自己学习 很多事情。

- 念头一出现：打开微信，微信腾讯视频，从23点看到4点 看全部动漫，忘记痛苦。沙发床 舒适区 手浸一个陷阱。---->一天 一星期 一个月 一年 自己感觉不到 别控制了。

目标：用创造视频代替消费视频，用运动代替躺着 坐着。

时间规划：选择你目标开始，

放弃简单的，你什么都不做：看冠军表演，看别人10w 大v百万点赞 不会进步。通过看 就copy 冠军行为 完全错误的理解。

代替难的行为：选择一个难的事情的正确，0观众，需要0积累开始。从自己动手练习开始 耐住寂寞，该做事情走。

你下定决心：你成为运动达人，学习达人和分享达人 需要上千次练习。

从每天晚上3小时时间开始。

从看手机 新闻 综艺 直播聊天开始，别人明显，千万热点 千万点击 我只要自己一个人看 【0观众表演】

从电脑 看游戏直播，看小说 看xx视频，他们10观众，冠军🏆实力 【从菜鸟开始，0观众表演】

2022-4-17

2.2 执行步骤：woop

- 6点 -7点。60分钟 放松运动
- 120分钟：7点 --9点 看书学习 ---结果：电脑和手机 远离卧室
- 21点 运动 60分钟
- 22点 看 15分钟book
- 22:30 必须上床睡觉

第二天 早晨 一定安排好 要做事情。然后早晨完成。你跟不没有权利拖延。

A: 内心痛苦千万次没用，你行动起来，自己不打开手机 自己不打开一切不会发生。

不要过去如何，未来如别人如何，现在在看你如何，如何。记录过程

你为什么拖延

上学别人上听听课 你听不懂拖延 你没权利

工作时候 别人好工作 好学习 你没有你拖延

完时候 客人能力i那你没有English 你饿拖延

这些合理借口让 世界缺不这么认为。每天3分钟打卡

方法1 学习期间，手机远离1米 手机开启专注模式。如果在家 手机直接放客厅。

- case1 手机放客厅目标执行时候，如果 千方百计的 找各种借口阻扰，太累 不舍得 紧急事情。-----马上行动 【15秒倒计时】

方法2:失控时候，断网，眼睛离开屏幕 从座位站起来 活动一圈，给你5分钟冷静时间。

- 感觉无法控制 身体 从座位站起来，深陷别人的提供各种消费陷阱--- ---断网
- 感觉无法控制 身体 从座位站起来，深陷别人的提供各种消费陷阱--- -- 关闭浏览器

- 感觉无法控制 身体 从座位站起来，深陷别人的提供各种消费陷阱---- -- 静音

方法2 你说过 但是忘记做了，怎么办 打开电脑打开 1/ excel 和 和2 note （会看历史）和3 日志三个武器提醒你 🕒

方法3 24小时手机放客厅，放弃看新闻 动漫 放弃看聊天 学习 因为 微信程出现---动漫 综艺 聊天学习全部混淆一起

- 微信沟通 是虚假沟通 不是真实沟通
- 微信视频 不虚假视频 不俗真实视频

方法4:如果在床上，必须关掉，躺平，手机必须放客厅 锁屏 如果事情去客厅处理

- 关灯（一开灯跟不无法睡眠）
- 躺平（不坐着大作你回可是你）
- 手机跟不床上 卧室 （念头司机）

睡觉流程

时间：22点 手机 放客厅。

。1. 关灯 ---- 2. 平躺 -----如果睡不者 重复 步骤 1和2

2.3 没有记录就没有进步:计划--执行--反馈[3分钟日记]

日期	21放下手机和电脑 运动	22 放下手机和电脑 15分钟bok	23：放下手机和电脑 睡觉	结果
2022-2-9	延迟不执行	延迟不执行	0点	9点
2022-4-16	看斗鱼21点根本无法执行	看手机22点无法执行	22	8 疲累 没状态
2022-4-26	不舍得电脑放客厅	半夜看樱花动漫彻底解锁	2点	8:00
202-4-29	21点 ok	1. 22:解锁一次,今天看【恶果】	2. 不听看到2点,xx视频,声音和感觉	后退：别别人洗衣了
2022-5-1	ok	ok	睡不者起来看手机	4点
2022-7-10	没有	没有	没有	
2022-7-13	没有,你手机放卧室	没有,你手机放卧室	没有,你手机放卧室	没有,你手机放卧室
202207016	你没有购买会员,没有借别人手机, 但是你做沙发时候,因为知道手机解锁,微信解锁,你搜索中国蓝 和比微信视频免费的	看完美时间20分钟 看其他动漫20分钟 看吞噬星空20分钟。 你疲劳 但是不还是看,我洗脚时候,手机沙发	回到卧室继续看跑男,中国蓝,周末 一切防御措施,你不执行,周末看一星期都看,这个目标你失控	第二天根本精神起来,闹钟响多少次。你起,看到起床不行,你困着借口。 手机放到卧室 充电器放到卧室

- 充电器放公司,不放家里【这个方法失效】
- 2022-5-1 根本做不到放松【视频,画面声音出现】

1. 白天频繁聊天 导致晚上继续聊天 不行 【3】
2. 晚上频繁打开手机导致无法睡觉不行。 【3】

3. 点你在床上 开灯时候，当你做起来时候，如果念头不放松人，如果打开手机 前方拜祭看一切新闻。
导致 失控不行

- 2022-4-26 连续三天 21点 继续看手机和电脑 熬夜一小时 导致晚期5个小时。第二天精力跟不上。
21点自动关机解锁 然后导致22点。23 23点 全部解锁。解锁 解锁自己忘记了。【我重新设置回去】
念头程序 字节解锁【站起来，停留10秒钟】
一直在看动漫【笔记本不是看视频的，你学习时候断网】

【回到家 吃饭时候 周末----自己念头出现----自己打开一切 --惩罚1000000000年才可以】

上面方法没有执行，继续失控

- 202 04-29:
白天 用微信不断聊天 不聊天 工作 和 地铁聊天，导致你晚上跟不无法21点 运动 22点 放学手机和电脑 大致 熬夜。
连续一个月了。
解决办法：不拖延
 - a. 扔到自己购买 耳机
 - b. crontae 自己删除1000次，然后设置回去
 - c. 删除mumu
 - d. 如果看视频 下载后看，断网行动----开启

三、环境场--运动区（掌控跑步，你掌控生活）

https://wangcy6.github.io/post/ARTS/day_03_run/

3.1 提高认知：

- 5分钟也可以。
- 为什么总是放弃

媒体业务的核心，是每天能从消费者的注意力里面，分到多少分钟。

它满足消费者需求、卖给广告商的就是这个东西，也是媒体之间相互竞争的核心。

你宁愿选择整个中午，整个晚上，整个睡觉时间

9小时看 12小时 24小时

视频，相信那些百万 千万点击广告，综艺节目，伪装骗子

也不休息一下。不进步 也不做倒推事情

别人做到了，别人做到了，看看你周围人做到了，

别人做到了，别人做到了，看看你周围人做到了，

别人做到了，别人做到了，看看你周围人做到了，

- 为什么总是没时间

----->周末 晚上熬夜看手机，耽误第二天安排 才没有时间，

---- -->总是因为看手机 小时综艺节目

----->其实内向逃避放弃活动原因。

----->吃饭时候，睡觉时候，休息时候，只要打开打开一下，恐怖分子就赢了。

3.2 执行步骤：woop

- 1. 早晨：每天最后地铁一公里 15分钟
- 2. 晚上：复盘+散步 30分钟
- 3. 周六和周天 早晨跑步2次 60分钟
- 4. 下午 跑楼梯一次 15分钟。

3.3 没有记录就没有进步:计划--执行--反馈

耗时	分析 ----行动
2022-7-13	知道了，但还是不行动，一拖念头没有了-> 【must 不能跳过】
2022-7-16	你想到运动这个念头1秒，剩下120分钟你看手机，自己大脑就判断 你不需要运动，因此减少看手机时间， 回家手机放客厅，不放沙发，锁屏120分钟

四、环境场--学习区：

4.1 带着问题去工作

- 1. 自己感觉模糊，不清楚，感觉是重点，感觉他存在 -->明确问题是什么
- 2. 看别人如何解决的(从青铜到王者级别 场景 优缺点 本质)

3. 模仿照着做一遍
4. 输出

4.2 执行步骤：woop

方法：

- 20分钟倒计时工具+5分钟站起来活动（必须）
- 单线程工作，大脑不适合多线程切换。

行动：

1. 如果打开浏览器，开启 forest
2. 如果打开电脑，开启 滴答清单
3. note++和excel 跟踪任务任务进展。

手机：

1. 手机开启种植树木 模式 种树期间 专心种树。

4.3 执行结果：计划--执行--反馈

- 一天24小时没有思路，还是忙碌 ---->60分钟站起来离开座位一次