

一般情况下，未经加工的食品就是最健康的食品，如鸡肉、蔬菜、水果、红薯、糙米、蛋类、燕麦、坚果和鱼。

纤维的热量基本上可以忽略不计，因为纤维并不能真正被人体消化。另外，水也不含有任何热量。

因为随着时间的推移大多数主要股指平均每年都有10%左右的涨幅。但是，遗憾的是，你不能直接购买一项股指。于是共同基金和交易型开放式指数基金（ETF）就应运而生。

有些指标专门针对特定行业的。例如，有的指数专门针对股市里的科技板块，有的指数针对其他板块，这些都助于度量股市里这些板块的热度。

指数就是挑选一批个股来测量股市整体表现的工具。在美国股市，最广为人知的指数就是道琼斯工业平均指数（Dow Jones Industrial Average），通常简称为道琼斯指数，它是在收集并计算了总部设在美国的30家大型上市公司股价之后得出的指数。收看道琼斯指数之后你就可以得出基本的结论：股市在上涨还是在下跌。

有些股票会派发红利，也被称作为股息。股息基本上就是公司的额外利润，公司拿出来派发给它的股东作为分红，而不是用于公司的扩大投资。通常情况下，只有大公司才派发股息。

当你做空一只股票的时候，你将“借”该股票的一些股份，然后卖出这些股份。这让你会产生所谓的“空头头寸”。你最终要靠回购这只股票来填补你借入的那些空头头寸。如果你回购股份时的股价更低，低于你做空股票时的价格，那么你就赚钱了[1]

造市商就是在股市里那些始终有意愿买入或者卖出某只股票而创造出流动性的交易者。在大多数股票交易所，每一只股票都有自己的造市商。这些造市商为某只股票设定买入价和卖出价，它们本身则通过买卖差价而获益。如果我以19美元每股的价格卖出某只股票，而与此同时你以每股20美元的价格买入相同数量的该股票，则1美元的差价则由造市商收取

影响价差的因素有很多，但一个主要因素就是股票的流动性。股票的流动性越高，价差就越小；反之，股票的流动性越差，价差就越大。股票的流动性主要是由交易量的大小来确定的。通常，交易股票的人越多，流动性就越好。

如果一家公司想要在股市上公开上市，那么它必须先注册成立为股份制公司。注册成立之后，公司就成为一个法人实体。于是从本质上说，公司就拥有了许多人类的属性。一家公司可以拥有不动产以及其他财产，签署法律协议，获得信贷，起诉或者被起诉。各个国家和地区对法人实体责权利的规定都制定了各种各样的法律

作为一名软件开发人员，把复杂的股市了解透彻对你来说应该是不在话下的，因为这其中很大一部分就是以数学和计算机为基础的——特别是在今天。你甚至在股票投资和交易方面拥有先天的优势——你对于分析复杂数据的能力显然要高于平均水平，这就意味着你可以透彻地理解股市交易的各种相关算法。

整个银行系统运作是基于“所有人不会一次性取出所有存款”这个想法之上的。银行的运营主要就是靠把我们的存款借给别人、收取的贷款利息高于银行支付给我们的存款利息，从而赚取其中的差价。

这个贴现率不会直接反映在你的贷款利率上，但是它控制了银行向央行拆借现金时的利率。贴现率的高低可以让货币增值或者贬值，从而影响流通中的货币总量

中央银行还可以控制被称作为“法定存款准备金”的东西，这是该国内所有银行必须遵循的规则，这个规则规定：根据中央银行确定的存款准备金比率，银行必须将其所吸纳的存款保留相应数额部分不得用于借贷。提高存款准备金会导致银行不能外放太多的贷款，降低存款准备金则可以提高贷款总量。所以，银行外放的贷款越多，货币就贬值得越厉害——这就产生了通胀。反之亦然

中央银行同样可以通过发行政府债券来减少货币流通。出售债券可以换取现金，这样可以减少货币流通量。如果你猜到这可能会引起通缩，你的回答完全正确。

在美国，中央银行被称为“美国联邦储备银行”（简称美联储）。美联储负责维持美国货币。

在高通胀期，你最好用自己的钱做投资，或者借些贷款，因为钱放在银行会贬值，而通胀增加时债务反而会减少。在通缩期，则正好相反——你需要尽可能地消除债务，因为即使你什么都不做钱也在增值。

John Sonmez, <http://simpleprogrammer.com>

[笔记]作者极其网站

我们不仅应该不遗余力地做好一个软件开发人员，而且应该做好一个人：去帮助他人。

不只是为了学到东西而去学习，还要把你学到的知识与他人分享、使他人受益，不管你是沿着哪条路径前进。

[笔记]分享

生活原本要比你所厌恶的朝九晚五的工作丰富多彩得多。

那些你过去已经被告知的关于“你该如何生活”的狭窄的、笔直的道路，如你要取得好成绩、尽量不要搞砸了、上大学、找份工作然后安心工作50多年直到退休吧……并不是你可以走下去的唯一道路

大多数伟大的人取得的最大成功与他们所经历的最大失败只有一步之遥。

我们常常会因为停止做那些对我们有挑战或者危险的事情而停滞不前。

动寻觅失败。想成长就必须把自己放在保证会失败的环境中。我们常常会因为停止做那些对我们有挑战或者危险的事情而停滞不前。

如果非要我猜猜为什么大多数人如此害怕失败，我不得不说这可能是基于保护脆弱的自尊的想法。或许我们害怕失败就是因为我们太过将失败归咎于个人，我们认为在特定领域下的失败是个人价值的流逝。

Kerry Given的No-Hype Options Trading: Myths, Realities, and Strategies That Really__Work [

同时，这本书里有不少有价值的建议——我强烈推荐Kiyosaki的整个“富爸爸”系列。

Gary Keller的The Millionaire Real Estate Investor

《代码大全》

《Head First设计模式》

这本书的全部内容都非常强大。积极思考的观念对你的生活会产生深远的影响，这一点我坚决赞成。如果你想养成更加积极的态度，这本书肯定能帮到你。

们整容之后，其性格实际上也会发生变化。这促使他去研究自我形象，并有了一些重大发现，他发现自我形象有将我们的生活向好的方面或者不好的方面发生彻底改变的能力。

它声称，如果你相信一件事能成功，只要坚持并强化这个信念，最终它就会变成现实。

只要确定了我们面对的这个共同敌人，我们就能开始获得力量去克服它。如果你有拖延症，或者你需要寻找向前的动力去做你觉得自己应该做的事情，你会发现这本书非常有用。

Dale Carnegie的《人性的弱点》

刚开始工作的时候，我花了大量的时间阅读软件开发类的书籍。现在，我会花更多的时间读更广泛适用的书。

刚开始工作的时候，我花了大量的时间阅读软件开发类的书籍。现在，我会花更多的时间读更广泛适用的书。

所有那些拒绝最终都会把你带到一个想和你在一起的人那里，这总比和不想和你在一起的人在一起要好很多。

如果你发现你面试的对象就像大街上一个垂死挣扎的乞丐一样祈求你施舍给他工作岗位，你也会觉得他很惹人生厌。所以，我所要做的就是充满信心，对吧？

能要等很久很久。相反，解决的办法是在行为上体现出自信，用一种自然随和且充满自信的态度与别人交往。“我自己感觉很好，我不需要你，但是我觉得你挺有意思的，所以我想更好地了解你。”（当然我不会真的说出这句话。）关键是你真正表达出这个意思。你必须对自己表现出足够的自信，你真的相信你不需要别人给你带来快乐。

你的潜意识就是一个倾听你的声音的敏感的孩子，相信你所说的一切。如果你常常说自己笨或者说自己健忘，你的潜意识就会相信事实的确如此。

这种转变虽然不是在一瞬间发生的，但是转变得确实很快。我扔掉了旧衣服，买了我想转变的那个形象的新行头。我开始练习举重，加入摔跤和田径的行列。（我以前不经常运动，因为我觉得我自己体育不好。）我决定我不能再害羞了，所以我假装自己不害羞。我迫使自己陷于尴尬的境地。我不断重申并告诉自己我现在是谁。在我的脑海里我为自己描绘了一幅崭新的形象。

你穿的那些衣服会对你的认知产生戏剧性的影响。你可能发现，穿短裤和拖鞋的你和西装革履的你在行为举止上有很大的不同。

试着看看由Norman Vincent Peale写的《积极思考就是力量》（The Power of Positive Thinking

当你拥有一个积极态度的时候，你就不是活在与现实分离的虚幻世界里，而是生活在一个最理想的世界里，一个你能看到的最理想的未来世界，一个你一直以来都在苦苦追求并努力实现的未来世界。

积极思考问题的根源是这样一种信念——你比你随处的环境更伟大。这种信念让你总能先看到事物好的一面，因为无论身处何种环境，你都有能力改变自己的未来。

信念决定思想，思想决定言语，言语决定行动，行动决定习惯，习惯决定价值，价值决定命运。——圣雄甘地

我们已经讲了在实践中如何改善职业生涯，如何利用营销打开机会之门，如何通过教与学拓展思维，如何通过持久的专注力让工作更富有成效，还讲了关于理财的基本理论、让你的财富为你工作而不是你为财富工作的思维模式，最后还告诉你如何强壮身体和重塑身形

你可能想在同一天里把推、拉和腿部练习都练一遍。那么每个身体部位只练一个动作——我们将决定哪个动作会多做一点儿。第一次举重练习后，你可能会感到肌肉非常酸痛。这种酸痛被称为延迟性肌肉酸痛症（DOMS），将于第二天发作，通常会持续一周左右。不用担心，如果你坚持锻炼，那这种酸痛感会得到缓解并且较少

成功者决不放弃，而放弃者永远不会成功。一分耕耘，一分收获。时间短暂，如果想在生命中做某件事，现在就去做。一切都会过去。坚持到底就是胜利

有时候，只是知道自己走了很远就能带来足够的动力继续前行在这条路上。

可以参考Kelly McGonigal所著《自控力》（The Willpower Instinct

物中获得能量，那么其实想弄清楚如何减肥就很容易了——只要吃下去的热量比燃烧掉的热量少就可以了。如果吃下去的热量要比体内燃烧掉的热量少，最终就可以减肥

物中获得能量，那么其实想弄清楚如何减肥就很容易了——只要吃下去的热量比燃烧掉的热量少就可以了。如果吃下去的热量要比体内燃烧掉的热量少，最终就可以减肥

自信心比天赋更适合预测成功（<http://simpleprogrammercom/ss-overconfidence>）

我认为，你把钱看得越重，你就越难以在理财方面做出明智的、成功的投资选择。自愿把自己收入的固定数额奉献或者捐赠给慈善机构，可以改变你对金钱的看法。这一思想上的转变让你从金钱的所有者变成管理者。

如果你脚踏实地、努力工作，总是尝试提升自己 and 周围的人，那你获得好运气的可能性会大大增加。

我之所以能认识David Starr就是因为我的博客，因为我在代码训练营做演讲。

的博客也开始通过广告和加盟销售开始赚钱，我出售自己编写的跑步应用的Android和iOS版本，我也有每个季度都会送达并且持续增加的Pluralsight版税支票，并且我在房地产投资上也看到有几个月出现了正向的现金流。我们搬到坦帕之后，我立刻

我的目标是每个月有5000美元的被动收入。如果我能达到这个目标，我知道我就可以正式退休了。在2013年1月，我记得很清楚，我的目标达成了。于是我写邮件给我的老板，告诉他我要辞职，原因不是我找到了更好的工作，也不是不喜欢这份工作，只是不需要再上班了。我自由了

用3个月的时间完成了我的第一个Pluralsight课程。与Pluralsight合作的伟大之处在于，他们除了付给我制作课程的费用，还会付给我课程的版税。如果订阅了他们的服务的开发人员观看了我的课程，我就会每个季度收到版税。

每周还写几次博客，阅读许多软件开发和房地产投资方面的书籍。

时我每个月已经要为自己投资的房产支付几千美元的按揭贷款，而房地产市场又持续下跌，我又在两幢自己都没见过的大型房产上投入了将近5万美元。这项投资要么让我咸鱼翻身，要么让我万劫不复

渴望通过走捷径来实现真正退休，不是通过实现财务自由，而是通过“做我想做的事情”。不言而喻，这些举措并不成功。那时的我不谙世事又愚不可及。我不知道如何拼命挣钱、努力工作。我是一个糟糕的生意伙伴，只想着拿到自己的蛋糕再一口吞下。

每个月我都要从口袋里掏出3 000美元，付给银行以偿还贷款，但是持有这些房产让我得到了一大笔减税。我还是向着自己“提早退休”的计划在前进……只是进展缓慢。

你是不是也觉得对于一个仅19岁、身无一技之长的软件开发人员来说，一份时薪75美元的工作实在是好得不真实？结果的确如此，这份工作并没有维持很久。大约一年半之后，雇用我的这家公司开始限制性裁员。

如果说收益给我们自由，那么后面一定要再加上一句——债务会给我们套上枷锁。

所有这些产生被动收入的投资方法都伴随着巨大的风险，所以你一定要多管齐下。

你需要找出一种方法来构建超过你每月开支数额的被动收入来源，并且需要能够保证自己的收入能冲抵通货膨胀

一幢楼的租金是每月2 400美元（这是一个保守估计）。当然，还需要为这一房产缴纳税费、保险、物业管理费以及其他费用，因此假设每个月每幢楼能带来1 800美元的收入（这也是一个非常保守的估计）。这意味着，现在这100万美元每个月能给你带来5 400美元的收入，即每年64 800美元。

公司是很困难的。你要货比三家，找最诚信的物业管理公司。我因为能力不足、维修费用造假和玩忽职守等问题，至少解雇了三家物业管理公司。

每个月我花的最值钱的钱就是请物业管理公司打理我的租赁房产。

我在没有看房就给出报价的时候，会加上一个补充条款，阐明我的报价会根据我对房产的实地考察结果而定

当我准备购买房产的时候，我会与房地产中介签约，一旦有符合我的条件的新房产，就给我发送消息

要做到这一点，你要计算所有与房产相关的数字。你要根据房价估算出抵押贷款的成本，以及包括税费、保险、业主会费、水电费、物业维修费等在内的其他开支。这种演练略显枯燥，但这是让你对什么才是好交易以及这种交易如何操作有感觉的最好的办法

要想掌握如何识别优质交易，你需要两样东西：实践和市场研究。如果你想投资房地产，你首先应该做的就是研究市场，了解房产都以什么价格销售。看一下这些物业的面积有多少平方米，它们的租金是多少，它们都位于哪个区域，以及其他你能了解到的因素，这样你才能对任何一处物业到底应该价格几何有些体会。

我清楚地知道，购买租赁房产会给我带来正向的现金流；我还知道，使用固定利率以租养贷，结果再差，30年后我也会得到一处还清贷款的房产。

知道，购买租赁房产会给我带来正向的现金流；我还知道，使用固定利率以租养贷，结果再差，30年后我也会得到一处还清贷款的房产。

如果你相信自己可以通过倒卖房产或者低价购买抵押房产而快速致富，那你终究会自食恶果。

杠杆作用能让你在房价小幅升值的时候就获得高额回报，而且风险还不大。又因为贷款的抵押物是物业，所以从技术上讲你最大的损失不过是初始投资

我建议投资的是可租赁房产。这种房产的稳定的收入就是——租金。

与持有股票相比，房地产投资上手更难、所需资金更多，那为什么它还是优质投资？可能听起来有些莽撞，但我建议投资房地产的最大原因就是稳定性。

允许在未来一段时间内以固定价格购买股票的期权被称为“看涨期权”，允许在未来一段时间内以固定价格出售股票的期权被称为“看跌期权”。

将来当微软股价高于你买入期权时的价格你就可以以当初约定的价格（也称为“履约价格”）购买股票，并从中赚取巨额利润。

即微软股价没有大涨超过你的履约价格，甚至还大跌了，这时你可以选择不行使期权，也即不购买股票。在这种情况下，你只是损失了自己买入期权时所付出的权利金。

你可以购买在未来购买微软股票的选择权，但是为了购得这项权利，你必须要支付一定数额的权利金。

我宁愿不告诉您我目前的薪水，因为如果它高于您为这个职位设定的预算，我不希望就因为这个就丢掉了本次工作机会——因为我愿意为了合适的职位适当降低收入水平。但是，如果它低于这个工作将会支付的薪酬，我也不想自贬身价。我相信您一定能够理解。”

如果职位申请表上有这一字段，如果可以的话干脆空着不填，或者简单填写“根据整体薪酬方案面议”。如果必须得写个具体的数字，那就填成0美元，后续再解释为什么。

继续为住房付费，因为你在使用原本可以出租的资源。所以，当你拥有一套房子的时候，本质上你不过就是从自己手里租了一套房子而已。

你可以建立长远的理财思维，考虑物品的实际开销，而不是根据你每个月的收入多少来确定花销多少。

无所作为就像坐在一辆停着的汽车上转动方向盘。你有转过停着的汽车的方向盘吗？这并不容易。但是，当车子开起来的时候再去转方向盘就容易多了。

但是很多人会后悔自己没有采取行动。他们错失机会，只因为过分害羞、谨慎或者犹豫，让他们裹足不前

如果你愿意将问题分解得足够小，只凭借写出单行代码的能力你就能写好任何应用程序。

绝对不会超过任何一位程序员的理解能力和编码水平，所以，如果你愿意将问题分解得足够小，只凭借写出单行代码的能力你就能写好任何应用程序。

项目早期发现信息不足要比项目已经进展很多后才发现信息不足要好很多。

如果你在把大任务拆分成小任务的时候遇到问题，很可能是由于缺少信息。

我曾经动手开发过许多不同的应用程序，但最后都无疾而终，直到我学会如何分解任务。

我们从任务的全貌来审视任务的时候，它们看起来比真实情况都要大，并且更吓人。

我想读书的时候，我总觉得非得在跑步机上走30分钟不可。

每天至少用30分钟写一定量有用的代码的习惯。在实行新惯例之后，它成了一种习惯，这使他的生产力获得了巨大的提高。你可以在<http://simpleprogrammer.com/ss-write-code>阅读这篇文章的完整内容。养成习惯的方法与形成惯例的过程很相似。试

到了自己的经历。他之前在业余项目上毫无进展，直到养成了每天至少用30分钟写一定量有用的代码的习惯。在实行新惯例之后，它成了一种习惯，这使他的生产力获得了巨大的提高。你可以在<http://simpleprogrammer.com/>

我会制订当日计划，并挑出当天自己最喜欢的事情。这样我就可以完成更多的工作，我也可以从自己最喜欢的工作开始，而不是从最不喜欢的工作开始。当然，我可能不会每天一开始就一头扎进最重要的工作，但我会努力去做富有成效的工作，而不是浪费半小时做一些毫无成效的事情。

，可变化的奖励要比已知的标准奖励更让人着迷。这就是在赌场能看到那么多人的原因。不知道自己是否能得到奖励或者不知道奖励有多大，会形成一种很坏的习惯，即公认的“上瘾”。

，可变化的奖励要比已知的标准奖励更让人着迷。这就是在赌场能看到那么多人的原因。

每天你做什么样的决定塑造着未来的你

如果会议的日程表可以通过邮件或者其他媒介处理，你也可以让会议组织者取消会议，以此来减少需要参加的会议的数量。我发现，由于召开会议太过容易，通常它被作为默认选项。如果一个问题无法通过电子邮件、电话等耗时较少的方式解决，可以试着把会议作为杀手锏来用。关于精简会议的更多细节，可以参考Jason Fried和David Heinemeier Hansson合著的《重来》（Rework）[Crown Publishing Group, 2010]。一些常见的杀手 看电视。社交媒体。新闻网站。不必要的会议。烹饪。玩电子游戏（尤其是网络游戏）。工间喝咖啡休息。

经历痛苦就是克服倦怠的秘诀。

初学吉他会很轻松有趣，但是坚持不懈成为高手却是漫长单调的过程。成为吉他大师是最大的乐趣和回报。如果

水平都很高，我们的兴趣和动机也会在任务完成后继续高涨。初学吉他会很轻松有趣，但是坚持不懈成为高手却是漫长单调的过程。成为吉他大师是最大的乐趣和回报。

动机在开始阶段可能不高，但是随着取得进展，我们的动机水平开始上升。早期的成功能让你感觉更有动力，冲量则推动你前进。

关键是要找到一天当中的某个时间，大脑或身体有一个没被占用。开车的时候就是听有声读物的好时机。

我们的大脑不能同时做两项脑力劳动。

在健身房跑步或举重的时候，我经常听有声读物或者播客

一边听着耳机里的音乐一边打字写这

真正的多任务并行使我极大地提升了自己的生产力。如果你可以将两项任务组合起来，并且真正做到同时处理它们两个，你才能完成更多。诀窍在于搞清楚哪些任务可以被真正组合起来而不会降低单独执行每项工作的生产效率

潜在的适合批量处理的领域 处理电子邮件。打电话。修复bug。开短会。

如果你对深入了解这个主题感兴趣，可以参考Daniel Pink的《驱动力》一书。

每周我都要完成一篇博客、几个播客，锻炼身体，以及朝着既定目标取得进展的工作。我

，一个番茄钟是30分钟，所以理论上讲，你应该在工作时间内

一天的大部分时间里保持专注需要极大的奉献精神 and 意志力。现在，我每天设定10个番茄钟的目标，但这已然是一个非常繁重的工作。我通常需要工作8小时以上才能达到这个目标，有些时候还达不到标准。我一周的目标是50~55个番茄钟。

但是，如果我想坐下来玩游戏，甚至看电影消磨时间，或者其他不费脑子的活动，我也不会感到内疚，因为我知道我已经努力工作一整天了。

制自己这一天中愿意为某项任务（或某些任务）花多少时间。如果你努力工作一整天，就会感觉很好；如果在这一天中你工作松懈却又完成了列表中的所有任务，那只不过是因为任务比预期的简单而已，你还真不应该为此而沾沾自喜。制订任务列表全凭主观臆断，每天能够专注完成的工作量才是最重要的。这正是番茄工作法的真谛之所在。

正确使用番茄工作法教会我“设置优先级”的真正价值。当每周我只有这么多番茄钟可分配的时候，我必须小心翼翼地使用这些宝贵的番茄钟。

目标，你瞬间有能力去真正评估自己每日工作的努力程度，也能知晓自己的工作能力。一旦我开始以这种方式使用番茄工作法，我发现自己的收获比以前多很多。我能够更好地利用番茄工作法，不但让自己全天保持专注，而且可以计划每天和每周的工作，找出每天自己的时间都用到哪儿去了，激励自己尽量工作得更富有成效。使用番茄工作法，你可以把每周看作是由有限个番茄钟组成的。想在每周完成一定数量的任务？你要搞

目标，你瞬间有能力去真正评估自己每日工作的努力程度，也能知晓自己的工作能力。一旦我开始以这种方式使用番

“番茄工作法”（Pomodoro Technique®，[http:// simpleprogrammercom/ss-pomodoro](http://simpleprogrammercom/ss-pomodoro)）。如果只允许我向你推荐一种提升生产力的方法，那一定是番茄工作法。

在长时间努力工作之后，这种休息是必需的。

要计划好这一天，我首先要将对日期里的卡片移到“今天”这一栏，并把它们按照重要性排序。我要保证自己优先完成最重要的事情。我也会对当天的任务进行调整，如果卡片上对该项任务的描述不够细致，我还会添加细节。我要确保自己在开始工作之前就确切地知道自己在做什么，这项任务完成的标准又是什么。这样做可以避免因为任务定义不清晰而导致的拖延和时间浪费。

我通过在Trello或Kanbanflow上创建卡片来安排上述所有任务。

Trello（<http://trello.com>）的工具作为看板来组织我一周的工作，但最近我一直在用Kanbanflow（<http://simpleprogrammercom/ss-kanbanflow>）创建自己的看板，因为Kanbanflow有一个内置的番茄钟定时器。我的看板上不仅一周内的每一天都有一列，还有一列标注为“今天”，

Trello（<http://trello.com>）的工具作为看板来组织我一周的工作，但最近我一直在用Kanbanflow（<http://simpleprogrammercom/ss-kanbanflow>）创

每个月的第一天我会打印出当月的月历，并且规划出每天要完成的工作。此时我并不能做到非常精确，但是我可以根据当月天数和之前的完成情况，粗略估算出当月我能够完成多少工作。我会简单地从季度计划中挑选任务，看看有哪些任务可以写入月历。

我的计划都是从“季度”开始的。我把我的一年分成4个季度，每个季度3个月。在做季度计划时，我会尽力列出我想在本季度完成的每一个大项目，我还会制订一些较小的目标。我会思

考我在每一周或每一天分别完成哪些工作。

我把一周的时间分配给一个一个用时不超过两小时的小任务。我使用看板来安排自己的一周活动。看板是一个简单的白板，它有几个列，你可以轻松地各列之间移动任务项。在敏捷方法的世界里，看板通常还包含展示这些任务项所处的不同状态，典型的有“未启动”“进行中”和“已完成”。但是在我的看板中，每一列就是一周中的每一天。要想对看板技术有更多的了解，可参考Marcus Hammarberg和Joakim Sundén合著的《看板实战》（Kanban in Action）[Manning, 2014]。

通过业余时间上课的方式，在工作的同时获得学位。这是一个非常好的支持计划，能在以后助你一臂之力。另一种方法就是获得专业认证。虽然不如学位那么有用，但是它们没学位那么贵，也能证明你在某领域的专业能力，如微软和Java的专业技术认证、Scrum方法认证。你通常可以自学这些认证课程，通过考试获得认证。考试的费用相当便宜。

如果你目前还没有学位，你可以采用类似的路线。你可以通过业余时间上课的方式，在工作的同时获得学位。这是一个非常好的支持计划，能在以后助你一臂之力。另一种方法就是获得专业认证。虽然不如学位那么有用，但是它们没学位那么贵，也能证明你在某领域的专业能力，如微软和Java的专业技术认证、Scrum方法认证。你通常可以自学这些认证课程，通过考试获得认证。考试的费用相当便宜。

如果你目前还没有学位，你可以采用类似的路线。你可以通过业余时间上课的方式，在工作的同时获得学位。这是一个非常好的支持计划，能在以后助你一臂之力。另一种方法就是获得专业认证。虽然不如学位那么有用，但是它们没学位那么贵，也能证明你在某领域的专业能力，如微软和Java的专业技术认证、Scrum方法认证。你通常可以自学这些认证课程，通过考试获得认证。考试的费用相当便宜。

我一直推荐开发人员（特别是刚入行的开发人员）创建一个移动应用，Android或iOS应用均可。这是向未来雇主展示能力的好办法——让他了解你具有开发并部署一个完整应用的能力。

如果你刚刚踏入职场，那你的求职之路会很艰难，你不得不去证明自己确实能够做到你自己所说的那些。因此准备一份作品集是最好的方法。

在软件开发领域，能力最为重要。与一纸学历证明相比，如果你能写好代码，能解决问题，能证明自己有此能力，你就能走得更远。

谦虚的视角来观察问题，以权威的口吻去诠释问题

学习是暂时的，而理解是永久性的。我可以背诵九九乘法表，但是一旦理解了乘法的运算原

理，即使突然记性不好，我也可以重做一张乘法表。

习是暂时的，而理解是永久性的。我可以背诵九九乘法表，但是一旦理解了乘法的运算原理，即使突然记性不好，我也可以重做一张乘法表。

从战略角度出发是做出决策的最佳方式。在开拓某个细分市场的时候，你有何优势？

令自己有激情的领域，然而激情可能会随着时间消退。通常，从战略角度出发是做出决策的最佳方式。在开拓某个细分市场的时候，你有何优势？

你的品牌传播的频率越高、传播的范围越广，目标人群记住它的概率才会越高，你被人们记住的概率才会越大。

Scott Hanselman（斯科特·汉塞尔曼），业界知名的Web技术专家，曾担任在线金融系统提供商Corillian的首席架构师，目前在微软工作。以上这段描述摘自他的个人博客
<http://www.hanselman.com/blog/AboutMe.aspx>