



北大的青春 不迷茫

——北京大学送给青少年的最好礼物——

黄轶 [编著]

谨以此书，献给世间努力追逐梦想的人！

不要感到失落，即便有很多不如意；

不要感到迷茫，即便前路布满荆棘；

只要梦想还在，困难都会过去，一切都来得及……

 企业管理出版社
ENTERPRISE MANAGEMENT PUBLISHING HOUSE

北大的青春 不迷茫

BEIDADEQINGCHUNBUMIMANG

——北京大学送给青少年的最好礼物——

黄轶【编著】

谨以此书，献给世间努力追逐梦想的人！

企业管理出版社

图书在版编目(CIP)数据

北大的青春不迷茫 / 黄轶编著. —北京: 企业管理出版社, 2014.5
ISBN 978-7-5164-0783-7

I. ①北… II. ①黄… III. ①成功心理—青年读物 IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第074154号

书 名: 北大的青春不迷茫

作 者: 黄 轶

责任编辑: 尤 颖

书 号: ISBN 978-7-5164-0783-7

出版发行: 企业管理出版社

地 址: 北京市海淀区紫竹院南路17号 邮编: 100048

网 址: <http://www.emph.cn>

电 话: 总编室(010) 68701719 发行部(010) 68701816 编辑部(010) 68414643

电子信箱: 80147@sina.com

印 刷: 固安县保利达印务有限公司

经 销: 新华书店

规 格: 170毫米 × 230毫米 16开本 16.5印张 280千字

版 次: 2014年7月第1版 2014年7月第1次印刷

定 价: 29.80元

版权所有 翻印必究 · 印装有误 负责调换

68701816

前言

“北大”，我国著名高等学府。就如同美国的哈佛大学一样，这里是很多学子梦想开始的地方。

如果说北大是一个摇篮，那么北大总是精英辈出；如果说北大是一个舞台，那么北大总是璀璨夺目……

她既像一个摇篮，以博大无私的胸怀，培育出一代又一代的精英、名仕、政要、学者；她也像一个舞台，以力敌万钧的肩膀，让每一位精英学子得到展现自己的机会。对于正在成长、徘徊在人生岔路口的青年，更是如此。

到了北大，你会发现，很多在你心目中约定俗成的惯例，在这里是不适用的。这里精英林立，但是他们并非“基因决定命运”的产物。能够成功进入北大的学子，不一定家财万贯，不一定智商超群，不一定机智过人，但是一定要比别人更加懂得勤奋、好学、创新、积极的重要性。

他们好学，在别人对于自身起点还懵然不知的时候，北大学子已经懂得了“赢在起跑线”的重要性，因此，无论日出日·落，他们始终积极如初，无论高低起跌，他们始终不停奋斗。

他们沉稳，在别人为了小事纠结，为了小挫败而沮丧的时候，北大学子深深明白“沉得住气、管得住自己”的重要性，不能说他们全都能达到“不以物喜，不以己悲”的境界，但是他们却能比别人更加懂得控制自己的情绪，让自己时刻保持干劲和激情。

他们善于行动，他们明白“空等等不出未来，无论理想多宏大，目标多美好，总要付诸实践才能获取成功”的道理。所以，他们不会花时间去空等，不会花时间做白日梦，只要定好了目标，他们就会扬帆起航，全速前进。

他们百折不挠，面对困难，面对逆境，他们比别人更加懂得自强不息的道理。因为北大学子知道“越是磨难，越是奋起；越要困难，越要高歌”的道理，在别人被困难打垮的时候，他们会握住困难，利用困难的弹力，让自己变得更加优秀。

同时，他们善于待人，为人处世以修身自立、宽宏大量为基准……

可以说，北大赐予北大学子最大的礼物，不单是校园环境，不单是师资优良，更重要的是给了他们一颗强大的内心，使他们从优秀变得出色，从能人变成强者。

本书汇集了北京大学最顶尖的做人理念和智慧精髓。从北大精神出发，以北大教员、北大学子等为侧面，诠释北大的人生哲学，为正在成长路上的每一位朋友，为正在追求更加成功的每一位读者，提供重要的精神养分，成为每一位正在摸索青春、探寻飞跃的年轻人的指路明灯，让大家不迷茫、不慌张；坚定目标、奋发向前、遇强越强。

北大的青春不迷茫，谨以此书，献给世间拼命追逐梦想的人！

目
录

前 言

第一章 北大，是你的起点而不是终点

你远不是最好的，只是在变得“更好”的路上 /002

在 1%的天才和 99%的汗水之间，学会勤奋 /006

每天勤劳一点，每天进步一点 /010

握住心中的“火团”，谨记自己的执着 /014

“刻苦、再刻苦”，不指望天上掉馅饼 /018

用无比的坚韧，走自己的路 /022

第二章 北大教你：沉住气，才能得到胜利

时刻记住，笑到最后才是胜利 /028

学会理智地调控自己的一言一行 /032

100 次跌倒，101 次站起 /036

难过的时候请记得微笑 /040

心急吃不了热豆腐，凡事别着急 /043

冲动是魔鬼，冷静是良方 /047

第三章 北大陪你走更远，开头不拼的人得输

- 想到就要去做，空等等不出未来 /052
- 变化永远比计划快，边走边调整 /056
- 花时间做白日梦，不如花时间动动手 /060
- 试过不一定成功，但不试一定失败 /064
- 凡事要如孔明应战，做足前期准备 /068
- 在通往梦想的路上，留下你的足印 /072

第四章 读懂北大的思维，敢想才能敢干

- 上帝赐予了我们每个人一颗用来思考的脑袋 /078
- 不要盲目接受既定答案，惊喜总在思考后 /083
- 看事物之前，戴一副“质疑”的有色眼镜 /087
- 学会换位思考，保证让你得到更多 /091
- “常规”有时是一个笼牢，要懂得重获自由 /095
- 会思考的人从不闲着，闲着的人都很难成功 /099

第五章 北大与你在一起，学会和困难握手

- 上天是公平的，在于它对每个人都不公平 /104
- 在困难面前，学学“磕头虫” /109
- 学会全方位考虑，扭转逆境 /114
- 凡事不会尽如人意，要懂得站起来 /119
- 懂得利用“苦难”的逆向弹力 /123

第六章 北大送给你的“自我完善”指南

- 每天照照镜子，总结自己和提高自己 /128
- 找准自己的特长，不要随波逐流 /132
- 发扬自己的长处，学会扬长避短 /136

- 人生剧本由你写，演好每一个角色 /140
“不卑不亢”和“谦卑自牧”永远依存 /144

第七章 人生苦拼，北大教你拼心态

- 没有人能十全十美，关键是够真诚 /150
今天的一小步，是明天的一大步 /154
过去已过，学会展望未来 /158
不要害怕失去和缺陷，这是另一种获取 /162
心态决定高低，好平台不如好心态 /166
时刻谨记要咬紧牙关，遇事要扛 /170

第八章 和北大一起高呼：自我万万岁

- 不要惧怕不一样，你大可以活出不同 /176
每个人都是金子，每个人都可以发光 /181
让闪光点更加发光发亮 /186
尽情地发挥自己的才华，别让自己“被埋没” /191
清晰目标，学会忍耐 /195
人生凶险，要学会“王婆卖瓜” /199

第九章 抓住机遇，北大教你定方向

- 机会总是留给有准备的人 /204
机会来了，要斩钉截铁不犹豫 /208
选择比坚持重要，不要盲目执着 /213
机遇伴随着偶然性，关键在于“渔翁撒网”结善缘 /217
随时反省自己，不让机会“擦肩而过” /222
善待人生的分岔口，该回头时就回头 /226

第十章 北大人生哲学课，懂得待人才能赢

有自信，才能结交良友，灵活处世 /232

学会借助他人的力量，善用人脉圈 /236

无论顺流逆流，都要谦逊待人 /240

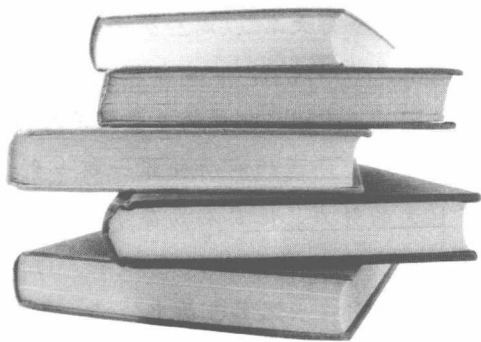
待人宽容，待己严谨 /244

欣赏自己，赏识别人 /248

懂得自我批评，让自己成为一个受欢迎的人 /252

第一章

北大，是你的起点而不是终点



你远不是最好的，只是在变得“更好”的路上

北大箴言：

插上“两个翅膀”：一个叫理想，一个叫毅力。如果一个人有了这“两个翅膀”，他就能飞得高，飞得远。

——北京大学校长王恩哥

“没有最好，只有更好”的道理，人人都懂，可是能付诸实践的人却不多。尤其是青年人，一时的成就便会让他们陷入虚荣，甘于现状。

很多人会问：为什么有的人能考上最好的大学，胜任优秀的工作，赚取高额的报酬？为什么有的人能成为划时代的象征人物，成为人们心目中的标杆和偶像，成为名利双收的典范？

我可以告诉你，这些你眼中羡慕过的人，他们并非一蹴而就，他们也曾经平凡无奇。他们之所以成功，源于对现实的不满足，源于努力向上，追求更好生活的信念。

胡适，作为新文化运动的主要领袖之一，是中国文学革命的倡导者，1917年，他“暴得大名”，以27岁的年轻身份成为北京大学哲学系教授，并充分发挥了自己“旧学邃密”“新知深沉”的优势，推进了北大教学的一系列改革，成为民国时期中国文化界的重要领军人物，将北大打造成名副其实的文化阵地。

不过，胡适的成功并非一朝一夕，要做到旧学邃密、新知深沉，他付出了巨大的努力。他自幼勤奋学习《三字经》《千字文》，3岁便入家塾读书学字。他在家沉浸学习了9年旧学，白天在家塾跟先生学习，晚上回家秉烛夜读，将各种经典名著、历史传记，甚至古人的笔记小说都通读了一遍。



13岁的时候，胡适只身前往上海求学。上海是充满魅力的城市，但是纷扰的大上海丝毫无损胡适专注学习的决心，他总是比别人勤用功，总是比别人花心思。当时算术、英文、物理和化学等科目是新兴课程，尚未得到广大学子的充分重视，可是胡适就有这份心，他全力以赴，将所有新兴课程学懂、学透，最终于1910年成功考取了留美官费生，先后入读康奈尔大学农科及哥伦比亚大学哲学系研究生部，最终在杜威教授的指导下，顺利通过博士学位毕业考试，成为哥伦比亚大学哲学系博士毕业生。

如果，胡适的个人经历是草根奋斗史，那么我们就错了。胡适出身商人世家，并非贫寒孩子，纵然父亲早逝，但放诸当时仍属大户人家。胡适之所以如此用功，并非源自生活需要，也非草根阶层“咸鱼翻身”的期望，更多的是他对自我的追求，对社会变革的企盼。在他身上，我们看到了“不懈努力，勇于突破，不断追求更高更好”的深刻影子。

不过，胡适虽然“满身刀子，把把锋利”，可是时代弄潮、造物弄人，先后经历过新文化运动、五四运动、抗日战争的胡适，虽然曾经掌舵北大，可是风骨执着的性格让他不容于当局，他最终选择离开大陆，远赴美国，只留下一句“我虽在远，决不忘掉北大”的诀别之言。

或者，胡适之于北大是一个遗憾，使后人无不感慨“错过了胡适，中国错过了100年”。不过，胡适的精神犹在，北大依旧以寒梅傲雪的姿态一路向前，成为培育莘莘学子的重要摇篮，成为广大年轻人心中的梦想。

最近，刮起了“站着上北大”的旋风，全因这位站着保安岗，成功读上北大的“励志哥”甘相伟为梦想站岗的拼搏和努力。

甘相伟出身普通农村家庭，早在高中时期就立志考上北京大学，他阅读各种和北大有关系的图书，心里深深植根着“上北大”的坚定信念。然而，命运弄人，高考那天，他失败了，“上北大”的梦想未能实现，只是以普通成绩考上了一所大专。

毕业后，甘相伟在广东一家公司从事法律顾问的工作。虽然说与北大擦肩而过，可是当个法律顾问好歹也是个白领，按理说应该很满意，人生路线

也应该顺理成章地朝着这个白领的方向走下去。

可是，北大的召唤似乎时常穿破他的梦境，他始终眷恋着北大，他不甘于将人生止步在普通专科学历，于是他毅然辞掉了广东的白领工作，闯进北大，当了一名保安。

亲朋好友都觉得这样的决定不可理喻，可是他却说：“我甘愿为心中的梦想站岗。”

生活在燕园，扑鼻而来的是北大的学术气息，他努力起来便更加来劲了，除了日常的保安站岗，一有时间，他就会溜进课堂去“蹭课”，听各大名师的讲座，将图书馆里面的藏书贪婪地翻阅，“潜伏”一年之后，他继续自己拼死劲努力的性格特点，参加了当年的成人高考，以高出北大成人教育中心中文系本科招录分数线60多分的成绩，成为了堂堂正正的北大学子，开始了他半工读的旅程。

甘相伟用自己的执着、信念和努力，做出了不平凡的决定，收获了不平凡成果，全因他的不懈努力和追求，也全凭一颗“不甘如此”的心。

可见，无论是胡适这样的时代大师，还是我们生活中的平凡分子，他们的成功都离不开努力。努力让他们从一个平凡无奇的人，变成了被人敬仰的成功者。他们明明已经很好，可是永不自负、永不甘心、不断努力，不断尝试，追求更好的自己。

所以，“努力”是一种我们通向成功路上的最大催化剂，是一种常态，不要孤注一掷地等待机会的到来，今日的努力和积累才是殊死一搏的最大本钱。因为现在的远不是最好的，你只是在走向更好的路上。

北大行动指南：

1. 与其有空赏花对月，不如实际低头学习

很多人都会觉得北大学子很幸福，北大校园本身就是一个古朴与现代完美融合的地方，但它可不是为了让学生们用来赏花对月的，而纯粹是为他们制造一个舒适的学习平台。可以说，北大学子可以将校园内外的空间利



用个透彻；找个娴静的角落，潜心学习，独立思考，不流入纷纷扰扰的步调中。这是北大学子在“努力”这个范畴所创立出来的实际方法论。

2. “死读书”，不如“读书死”

“死读书”在我们的观念中是傻子的行为，当一枚书虫似乎已经发展到略带贬义的程度时，可是北大学子对于读书的执念却从不改变。他们读书，努力读书，甚至到了很多人眼中“死读”的程度，可是这种死读不是对于知识的生硬应用，而是强调读书的量。书读多了，也许会出现不会应用的情况，可是书读少了，那应用起来就会更难，所以北大学子对于读书的努力是执着的，他们不允许自己出现“书到用时方恨少”的情况。

3. 与其停步不前，不如多走一步试试看

很多人会觉得考上了北大，已经是最高的学府、最好的成绩。可是当你进入了北大才会发现，当所有优秀的学子进入了这所大学之后，这个大学的魔力就会发酵，它会让你看到更好的前方，它会告诉你，你还可以走得更远。所以北大学子不会将北大看成重点，而是将北大看成平台，默默努力，提升自己的资本，只为在这个平台上跳得更高。

北大思考题：

据传，这是北京大学用来测试学生的一道脑筋急转弯：一次测试中，人们站在刚好1 000米高的悬崖上将一个鸡蛋往下扔，这个鸡蛋下落了刚好1 000米之后，居然没有摔碎，而这个悬崖底下是成堆的石头。提问，为什么鸡蛋没有碎呢？

答案：

其实，虽然悬崖是1 000米，鸡蛋也下落了1 000米，但扔鸡蛋的人有自己的身高呀，他站着把鸡蛋扔下去，这起码占了1米多，所以说，鸡蛋刚好下落到1000米处时没碎，因为它还没有落地，而到了1001米时自然就会“粉身碎骨”了。

在1%的天才和99%的汗水之间，学会勤奋

北大箴言：

即使是天才，生下来的第一声啼哭也绝不会是一首好诗。

——鲁迅

北大，可以说是众多学子梦寐以求的目标，也许很多年轻人从小就怀着走进北大的梦想。可是，目标终归是目标，就像梦想一样，仅仅一个目标是无力支撑起远大理想的，要想实现目标，在通往目标的过程中就要付出巨大而不懈的努力。

最终，很多与北大擦肩而过的人也许会失败归咎于自己的“智力”。

可是，确实如此吗？

一项调查研究数据或许能为我们说明一些我们曾经忽略了的问题。一研究单位以随机抽查的方式对2000名北大学生的智力做了“摸底调查”，数据显示，47.1%的北大学生在小学时的智力略高于同龄人一点；51.1%的北大学生在小学时的智力与同龄人几乎相同；0.9%的北大学生在小学时的智力大大高于同龄人；还有0.9%的北大学生在小学时的智力略低于同龄人。

可见，能成功入读北大的学生，并非都是先天智力超群的，他们中的很多人和我们一样，之所以能成功进入北大，很重要的因素是后天的努力。所以说，在1%的天才和99%的汗水之间，我们要学会勤奋。

孙衍庆，1949年毕业于北京大学医学院，是我国著名的心脑血管医学专家，第一拨国家突出贡献奖的获得者，是很多人心目中的天之骄子。

不过，正如中国古语有云，“业精于勤荒于嬉”，孙衍庆并不认为自己的



成功是先天优势所赐予的，他认为，勤奋才是成功的基石。早在他就读于北大医学院的时候，他就明白，医生这个职业和别的职业不一样，医生面对的是人，有血有肉的人，他们的生命掌握在自己手中。而很多时候，疾病的发生是受到多种因素的合力影响的，这和行政、管理、工商、外语等范畴不同，不是专注一项专业性强的研究就万事大吉了。学医，必须对各种可能引发疾病的因素有深入的了解，并且要对病人的心理了如指掌，这样才能提出正确、合适的治疗方案，并将方案付诸实践，使病人健康痊愈。

要达到这些要求，在学习上，可以说是永无止境，绝不能急功近利。成功没有捷径可走，必须稳扎稳打、一步一个脚印地加强自身的能力。因此，在读书期间，孙衍庆除了学习医学常识，还进修了外语和心理学。学医本就很辛苦，大家已经是咬紧牙关一天一天地努力。不过，孙衍庆为了学得更多、做得更好，比别人付出得更多，在别人辛劳过后的休息时间里，他继续修学不同的科目。对一些琐碎的问题，他都要求自己展开非常细致的工作，包括翻阅资料、研究调查、观察病情变化等，凡事做到一丝不苟。

在孙衍庆看来，勤奋已经成为习惯，伴随终生。他认为，在临床实践中获取知识，更需要勤奋精神，勤奋能使人从临床实践中发现书本上不能完全概括的新知识，能帮助人在新问题出现的时候发现新的规律。因此，他在工作中也时刻保持着勤奋的思维。

有一次，他在治疗门腔静脉高压症脾肾分流的时候，以为患者的脾肾静脉吻合直径达2.5cm，门脉压力下降，效果很好，当时大家包括他自己都觉得手术非常成功。不过一时的成功并没有使孙衍庆松懈，他坚持长期对病人进行观察，最终在一次复查中，他发现病人的全食管静脉曲张是全部消失了，可是却出现了严重的脑疾病，导致病人肢体活动能力下降。

为此，孙衍庆埋头钻研，发现门脉高压症的血流动力学和门脉分流后的血流动力学的变化可能是导致上述问题出现的影响因素，于是他潜心研究了20年，从多个临床实践中获取了宝贵的经验，最终，他的这个发现得到了认证，获得了国内外医学权威的认可，并以此获取了国家科技进步成果二等奖。

从孙衍庆的学医、从医经历中我们可以发现，很多时候，成功与否不在

于你的先天智力，因为智力提升是一个很复杂而漫长的过程，它是众多因素合力作用的结果。但如果你愿意比别人更勤奋、付出得更多，你就能在此过程中发现更多、收获更多。只有不懈努力，你的综合素质才能全面跃进和提升。

因此，与其盲从于听天由命的“智力论”，相信成功是天才们与生俱来的附属战利品，不如脚踏实地，用自己的汗水，编织出属于自己的成功！

北大行动指南：

1. 勤于分析是不可省的

正如衣来伸手、饭来张口的孩童生活一样，谁都知道，自己去琢磨一件事情的答案，远比别人告诉你答案要来得艰辛，这是大家都懂的道理。可是，成功的学子不会这样想，他们不会错过任何一次分析的机会，因为他们知道分析对于自我提升的重要性。

小至一道题目的答案，大至一次人生失败的总结，他们都乐于分析。从错误中学习，一道题如果解答错了，他们会窝在图书馆，翻阅各种资料，直到找到属于自己的解答方法为止。如果一次尝试失败了，他们亦不会听之任之，而是继续尝试，直到自己的想法成功为止。在这个过程中，坚持不懈地努力分析，是他们最大的本钱。

因此，北大学子认为，要成功，首先不要害怕“分析”的苦，纵然很累，也要勤奋地去分析，只有这样，才能更接近成功。

2. “死记硬背”是个苦差事，却很有效

很多人或者会觉得“死记硬背”是个苦差事，事实也确实如此，于是不少人希望寻找捷径，搬出很多“灵活学习方成才，‘背多分’者乃是穷刻苦”之类的说法。其实，作为中国著名学府北京大学的学生，他们可不会那么容易被记和背的艰苦所吓怕，在他们看来，灵活应用固然是很重要的，可是勤奋地记忆却是灵活运用的大基础和大前提。

如果没有记和背，知识就谈不上积累，运用也更谈不上得心应手了。可以说，记和背，是为了更好地应用，只有腹中的墨水多了，你才能随心所欲