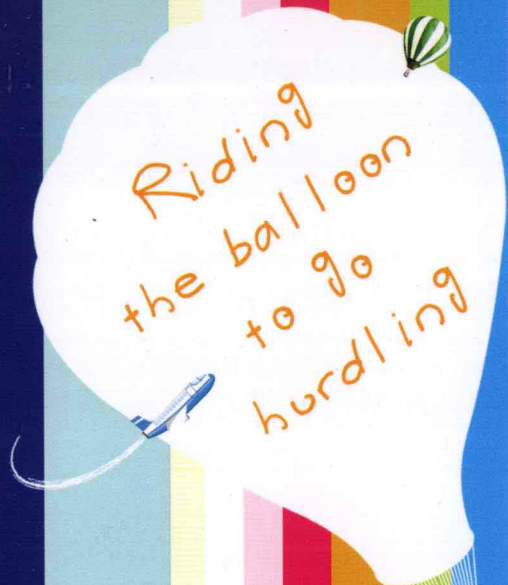




Riding
the balloon
to go
hurdling



SUCCESS

乘着气球去跨栏

大学生活的8个定理

毛 晖 著

江苏大学出版社
JIANGSU UNIVERSITY PRESS

Riding
the balloon
to go
hurdling

乘着气球去跨栏

大学生活的8个定理

毛 晖 著

 江苏大学出版社
JIANGSU UNIVERSITY PRESS

镇 江

图书在版编目(CIP)数据

乘着气球去跨栏:大学生活的8个定理/毛晖著
—镇江:江苏大学出版社,2012.7
ISBN 978-7-81130-383-4

I. ①乘… II. ①毛… III. ①大学生—入学教育
IV. ①G645.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 147162 号

乘着气球去跨栏:大学生活的8个定理

著 者/毛 晖

责任编辑/林 卉

出版发行/江苏大学出版社

地 址/江苏省镇江市梦溪园巷30号(邮编:212003)

电 话/0511-84446464(传真)

网 址/<http://press.ujs.edu.cn>

排 版/镇江文苑制版印刷有限责任公司

印 刷/江苏凤凰盐城印刷有限公司

经 销/江苏省新华书店

开 本/889 mm×1 194 mm 1/24

印 张/8

字 数/102千字

版 次/2012年7月第1版 2012年7月第1次印刷

书 号/ISBN 978-7-81130-383-4

定 价/29.00元

如有印装质量问题请与本社营销部联系(电话:0511-84440882)



序一·为梦想导航

在我国古代,寒门学子十年苦读只为一朝金榜题名而出将入相,因此便有了登科后“春风得意马蹄疾,一日看尽长安花”的超脱与豪迈。当今时代,通过高考圆大学梦已非难事,而要想在大学里活得精彩、过得有意义却绝非易事。其原因何在?大家也许不约而同地认为,如今的大学生没有明确的人生目标,没有有效的成功方法和足够的知识积累。归根结底,青年学生们或许只是缺乏对大学这一人生关键阶段的合理规划,换句话讲,就是没有参照物,大学之路或紧或慢、或急或缓,若没有参照物便容易迷失方向。

毛晖同志的《乘着气球去跨栏:大学生活的8个定理》正是一本可以为青年人实现梦想导航的书。此书立足于当代大学生的生活现状,是浮躁社会之下抚慰大学生心灵和启航梦想的一剂“药方”。胡锦涛总书记曾明确指出,辅导员队伍是大学生思想政治教育工作的骨干力量,指导和引领着大学生全面成长、健康成长。他要求广



大辅导员要有高度的责任意识,要有坚定的理想信念,正确认识和判断形势变化,尤其要加强对学生舆论的正确引导。毛晖同志作为高校学生工作队伍中的一员,用独特的思想和跨领域的视角剖析了大学生在思想、心理、情感、管理、就业等方面出现的各种各样的问题。行文之中不乏睿智见解,值得品读。

诸葛亮曾勉励其侄:“志当存高远。”青年人就是应当朝气蓬勃,积极向上,《乘着气球去跨栏:大学生活的8个定理》一书用催人奋进、励志向上的笔调,在为人和处事两大方面为当代大学生规范行为提供了新思路和新方法。书中勉励青年学生:在为人方面,要善于融入集体,增强团队意识和培养创新意识;在处事方面,要善于运用逆向思维,努力提高个人的综合素质。此外,书中不乏浅显易懂的理论、切合实际的操作方法和鲜活的例证。可以说,这是一本大学生活的优秀指南。窥一斑难见全豹,寥寥数语,难尽精华,在此只是抛砖引玉,好学深思之读者自当得之。

愿毛晖同志在高校学生管理工作园地里,再接再厉,捷报频传!
斯为序。

(作序者为江苏科技大学党委书记)

序二·赢在大学的起点

毛晖同志送来自己创作的《乘着气球去跨栏：大学生活的8个定理》书稿邀我作序，我甚是惊讶。作为他多年的领导和同事，我非常了解他朴实的为人、务实的作风和刻苦的精神，却不曾料到他在忙碌的工作之余，能够挤时间写成十万字的一本书。意外之余，更多的是欣喜，我似乎看到了辅导员工作领域的星星燎原之火。

我从事学生工作多年，感触颇多。无论是80后，还是90后，由于市场经济环境的影响，他们的个性特点越来越鲜明，给我们的学生教育管理工作带来诸多困难。有人提出，现在某些大学生为什么会丧失高远的志向？为什么会过度关注自我而缺乏社会责任感、集体荣誉感、使命感等高尚的品质？是制度的原因？是学校的原因？是老师的原因？还是学生个人的原因？我想，兼而有之吧。

针对这种现状，我们应该从哪里着手，一点点努力改变？毛晖



同志的这本书是个值得欣慰的探索的起点。认认真真将书稿读完，越发觉得可喜。学生工作忙碌而繁琐，劳心劳力，却难见成效。毛晖长期奋斗在学生工作第一线，他未因日常工作细碎而耽溺，而能够将时间汇零为整，边工作边思考，实属难能可贵。

该书从做人、做事两个层面切入，就进入大学如何明志、如何面对困难、如何参加社团活动、如何在工作中创新、如何处理好人际关系等几大方面，结合作者工作中的实例，有典型、有分析、有探讨、有建议地作了阐述，并期待以此唤醒大学生的潜在能量，创造无悔的大学生活。

目前，市面上大学生励志类书籍琳琅满目，大致可分为专家理论类的和学哥学姐经验类的。我认为，专家的理论指导有高度和深度，但难免晦涩难懂，缺乏可操作性；毕业学子经验类的文章和著作有较强的借鉴意义，但由于存在个体和环境差异，并不具有普遍适用性。每年新生入学时，学校会开展各类新生指导工作，帮助新生做一些职业生涯规划，并取得一定成效，但毕竟服务面较狭窄，不能有针对性地给予全面指导。毛晖同志是个有心人，他注意收集和积累学生工作的典型案例，并将其融入自己的理论思考中，使得该书有理有据，摆脱了单纯说教的冷面孔，令人有一口气读完之冲动。读后不觉鼓噪，而觉斗志昂扬。

辅导员是青年大学生成长的领路人，辅导员工作应该成为一项

非常有意义的事业,正如毛晖所言:“洋洋洒洒十万字,若有一句打动你的心扉,或令你有所启迪,吾心足矣!”每位学生工作者都希望看到我们的学生拥有美好而充实的大学生涯,并能够通过努力实现自己的目标。

这本书也许其貌不扬,但它是充满感悟、凝聚心血之作,因此它的朴实更显示出它的价值和意义。希望这本书能给我们青年学子的成长、成才带来启发和引导,让每一个学子一跨入大学之门便能够知道自己的路在哪里,赢在大学的起点。更期待有更多的同志在学生教育管理的园地里辛勤耕耘,努力探索,创作出更多的力作。

斯为序。

毛晖

(作序者原为江苏科技大学学生处处长,现任江苏科技大学监察处处长)



自序

曾几何时,能上大学是一件非常值得骄傲的事。而今,当你迈进大学的象牙塔,你会发现自己只不过是每年几百万大学新生中的小小一个分子。芸芸众生,你如何脱颖而出?

也许每一个经历过大学生生活的同学都会发出这样的感慨:“如果大学四年再让我重新来过,我一定过得更好!”用一句“我一定过得更好”似乎无法掩饰对自己错失良机的懊悔。“往者不可谏,来者犹可追。”朋友,珍惜现在,好好规划你的将来吧!把握今天,也许前面就是一条金光大道;失去今天,将留下永远的遗憾!

但是,很多时候我们会忘记年少时的理想。我们也曾挑灯夜战,为了实现自己的目标努力拼搏。可是现在,我们忘了当年付出的所有艰辛了吗?忘了父母的殷殷叮嘱、老师的殷切期望了吗?

让我们唤醒沉睡的梦想,激发自身的潜能吧!

那么大学学什么呢?首先是学做人、学处事,树立终身学习的态度,掌握更有效的学习方法,学会自己独立思考和面对一切,然后才是教学计划上列出的高等数学、大学英语……我们不能本末倒置,当然它们并不矛盾。比如,当我们努力学习、不断提高高等数学成绩的时候,我们的学习方法也在改进,我们自己也在不自觉地进行独立思考。

站在巨人的肩膀上,才能看得更远。本书的撰写,不但吸收了前人的成果,还借鉴了很多管理学上的定律,这些成果的引用,使本书增色不少,在此一并致谢!在引用资料时,尽量注明出处,若有遗漏,敬请谅解!

谨以此书献给站在人生道路新起点的青年朋友,洋洋洒洒十万字,若有一句打动你的心扉,或令你有所启迪,吾心足矣!

开卷之前,请重新审视自我:我的目标在哪里?我现在离目标有多远?我要怎么做才能实现目标?



或者再问自己四个问题：我要从大学教育中获得什么？我要如何度过我的大学四年？我想拥有什么样的人生？我想成为什么样的人？前三个问题着眼点在自我，第四个问题着眼点在社会。成为什么样的人，取决于你对社会和国家的贡献度，取决于外界环境对你的认可度。

问题思考完了吗？让我们开始美好而又充实的大学生活吧！



目 录

序一·为梦想导航 001

序二·赢在大学的起点 003

自序 006

第一章 目标、措施和恒心 001

一、定理一：成功函数 $S=f(W_1, P, W_2)$ 001

二、定理例证 004

1. 没文化,真可怕;没想法,更可怕! 004

2. 知而不行,如同未知 007

3. 毅力可以攻克世界上任何一座山峰 010

4. 想法只有付诸行动才能改变现实 012

三、推论一：“想要”不一定能够得到，“一定要”却总有办法
得到 014





四、推论二：人生方程式——先苦后乐不是解，苦中有乐

才是解 016

五、定理应用：做一个有信仰的人 020

第二章 团结——无往不胜的武器装备 025

一、定理二： $\textcircled{1} + \textcircled{1} = 0, 1 + 1 < 2, (1 + 1) \geq 2$ 025

二、定理例证 027

1. 我是三好学生 027

2. 我们都是三好学生 030

3. “ $\square$ ” + “才” = “团” 032

三、推论：一粒老鼠屎坏了一锅粥 035

四、定理应用：参与活动，融入集体；成就自我，辉煌团队 036

第三章 逆商——无限接近成功的法宝 039

一、定理三：成功的逆商函数 $S = I^e = E^e = A^e$ (底数 $A > E > I > 1$,

变量 $e \in \mathbf{R}$) 039

二、定理例证 043

1. 只有等你准备好了心情，快乐才会来找你 043

2. “太棒了，这样的事情竟然发生在我身上！” 046

三、推论一:困难是通往成功的悬梯,挫折是成就自我的财富 049

四、推论二:逃避逆境就是放弃追求,选择放弃就是选择失败 052

五、定理应用:给我们一点困难和挫折,做立体的人 055

第四章 时间管理能力——人生最大的财富 057

一、定理四:
$$\frac{T}{\sum (L + O + W + M + I + \dots)} = \infty$$
 057

二、定理例证 060

1. 你的时间账户每天有新的 86 400 秒进账 060

2. 精度控制:使时间的浪费降到最低限度 062

三、推论一:绝口不提“我很忙” 065

四、推论二:不值得做的事情坚决不做 066

五、定理应用:大学生时间管理的误区 069

1. 目标不明确 069

2. 缺乏科学的时间管理方法 070

3. 消极从众 071

六、定理应用:提升时间管理能力与技巧 072

1. 记录时间使用情况 072

2. 做好计划与总结 073

3. 分清轻重缓急 074

4. 统筹规划出大块时间 074



5. 利用好零碎时间 076
6. 用空间换时间,用金钱换时间 077
7. 拒绝拖拉 077

第五章 创新——放大人生的价值 081

一、定理五:人生的创新函数 $L = I \sin(\omega x + \varphi)$ 081

二、定理例证 085

1. 我们都是一条肺鱼 085
2. 从0到1,从1到100 088
3. 绝不能为创新而创新 090
4. 1° 创新与 360° 创新 093

三、推论一:没有实践,就没有创新 095

四、推论二:没有创新,就没有创造 098

五、定理应用:创新从完全否定自我开始 100

第六章 态度决定命运 103

一、定理六:复合函数 $F = f(g(m(n(A))))$ 103

二、定理例证 105

1. 想法,它真是个怪东西 105
2. 态度,自我潜能的触发器 107

3. 好习惯,股市成功的操盘手 110

4. 性格,人生命运的主宰 114

三、推论一:欲望乃成功之父 117

四、推论二:求反函数,希望有什么样的命运,就修炼什么样的性格 119

五、定理应用:观念制胜,习惯护航,成就完美学业 122

第七章 校园基本礼仪 125

一、定理七:绝对值函数 $M = \text{abs}(R)$ 125

二、定理例证 127

1. 恭在貌,敬在心,言由衷 130

2. 要做好人,不做老好人 134

3. 敬酒不吃吃罚酒的逆反心理要不得 136

4. 笑人无气人有的嫉妒心理要不得 138

5. 身子不正影子正的“从政”心理要不得 140

6. 明礼诚信是立身处世之本 142

三、推论一:良心 + 爱心 + 恒心 = 志愿者的奉献心 144

四、推论二:认真 + 负责 + 求上 = 校园恋的责任心 146

五、定理应用:善待陌生人 149



第八章 知行合一：学生干部学习、做事方法论 153

一、定理八：圆方程 $x^2 + y^2 = r^2$ 153

二、定理例证 155

1. 知易行难，知中有行 155
2. 行中有知，以知为行 157
3. 蜘蛛、蚂蚁、蜜蜂，你喜欢哪一个？ 159
4. 学生干部现状面面观 162
5. 学生干部可持续成长的方法论思考 164

三、定理应用：当代学生干部的“三从四德”基本素养 168

1. “三从” 168
2. “四德” 169

结语 171

后记 173