



# 我的大学 日记

【当代大学生自我教育的启示】

葛明荣 著



因为我拥有了日记，  
所以我拥有了解决问题的方法！  
解决问题，方法很重要！



吉林出版集团有限责任公司



# 我的大学 日记

【当代大学生自我教育的启示】

葛明荣 著



吉林出版集团有限责任公司

# 前 言

每每手捧大学的日记，我都热泪盈眶。感激养育我的父母，感激培养我的母校，感激教育我的师长，感激陪我度过风风雨雨大学生活的同学们……

我在大学期间是一位非常平凡的学生，过着平凡的大学生活。大部分同学都是平凡的人，相信平凡人的大学生生活会让平凡的大学生有所借鉴。

20多年前，我是个有理想、有追求的孩子，正因为是孩子，所以很幼稚、很单纯，幼稚单纯的孩子看问题往往是片面和错误的，所追求的理想可能太理想化。日记尽量维持原貌，不针对任何人，每篇日记中所涉及人物一律以字母代替，并且从字母A开始，不同日记中的A是不同的人。请千万不要对号入座，请不要刨根问底地向我追究、寻求解释，也不要刨根问底地向日记中所涉及人员追究、寻求解释。幼稚单纯的我所发表的意见、牢骚，现在看来很可笑、不对、该打，若有对不起之处，请多多谅解。大学期间的师长、同学、校友都是我一生至亲的朋友，我所发现的他们的优点都是九牛一毛，我所陈述的他们的不足则是片面之见。

我的妻子在帮助我校对日记时说：“你的大学生活活动挺多啊！”

我马上反对：“你不要说我的大学生活，你要说日记中所描写人物的  
大学生活，要以看你我之外的其他人日记的心态来看这本书。” 恳请我的  
家人、师长、同学在阅读本日记时，也要以看你我之外的其他人日记的  
心态来看这本书。

请不要用评判的眼光追究大学时的我好或不好，也不必与20多年以  
后的我联系追问。只想用我大学的心路历程，给正在或将要上大学的您  
一个借鉴，给已经工作的您一个回忆大学生活的引子。

葛明荣

2010年5月19日





# 目 录

**大学第一学期**（1989年8月26日——1990年1月19日）/001

**日记箴言/001**

上学准备、入学报到、开始军训、对自己的要求、目前形势与任务、关于班级活动的建议、学习计划、同学优点、近来思想分析、大学生活准则、写日记的任务、确定人生目标、关于期末复习、入学半年总结、老师对我们提出的希望、剖析自己、期末复习、期末总结。

**大学第二学期**（1990年2月14日——1990年7月27日）/ 029

**日记箴言/029**

回到学校、改造我的思想、向保尔和雷锋学习、事业成功的法宝、心情不快乐的原因、不应恋爱的原因、关于人际交往、论人的价值、关于英语复习、英语考试经验、考试结束后工作安排、暑假在家中学习任务、以前日记精华摘抄、暑假中思想分析。



## 大学第三学期（1990年8月23日——1991年2月1日）/057

### 日记箴言/057

新学期需要培养的能力、加强自身修养、关于恋爱的利与弊、自己未来的形象、对自己的严重警告、异性交往原则、所做所为要对得起父母、上学年考试成绩分析、正确看待自己获得奖学金、“一一一七”恋爱原则的确立、目前班级形势、期末考试复习计划、期末复习小结、寒假放假前的安排。

## 大学第四学期（1991年2月4日——1991年7月7日）/105

### 日记箴言/105

回校后的人际交往、自己的使命与目标、分析现状制定计划、大学生活基本路线、关于本学期党员发展对象的估计、悼念爷爷、近期工作总结与反思、“密交男士”原则、保尔没有时间去思考无聊的事情、“入党申请书”拟定稿、与同学的交往策略、考试夺魁预测、期末复习策略、假期工作安排。

## 大学第五学期（1991年7月8日——1992年1月7日）/143

### 日记箴言/143

关于恋爱问题、假期工作、联系举办英语辅导班、开学近几天的工作安排、关于与男生交往问题、关于与女生交往问题、上学年成绩公布后的反思、今后两年大学生活计划、评优结果公布、关于勤俭节约、关于抓紧时间学习的决定、母亲、评价我的同学、当今形势和目前任务、父亲、期末感言。

## 大学第六学期（1992年1月20日——1992年8月19日）/185

### 日记箴言/185

回家工作安排、关于坚决修正自己语言的决定、回校形象、寒假总结与新学期感言、情绪低落的原因与解决策略、关于人生之系统上的分析、关于我的前途、关于纠正自己的语言、目前形势与未来目标、不要忘记别人给你的好处、关于期末复习、关于如何改变自己的不良形象、关于回校事宜。

## 大学第七学期（1992年8月24日——1993年1月26日）/211

### 日记箴言/211

人生应有所追求、回校后反思、关于组织问题、关于节俭、我犯了一个错误、举办交谊舞学习班、正确处理勤工助学与学业的关系、关于自己的仪表、如何增长自己的知识和才能、自我剖析、我之目前优势和劣势、关于考研、实习动员大会、关于毕业分配问题、假期中的学习。

## 大学第八学期（1993年2月13日——1993年7月6日）/231

### 日记箴言/231

实习第一天、目前形势和任务、恋爱开始得如此平静、实习结束后面临的形势和任务、目前自己的处境、如何对待实习总结、恋爱应该成熟些、为什么爱总是痛苦多于欢乐、关于如何执行计划、联系单位前的准备工作、决定到Z大学工作、留给自己四天时间找回自己、分配方案公布、工作单位报到。

### 尾 声/273

# 大学第一学期

(1989年8月26日——1990年1月19日)

让我们回到21年前,一起回忆那段激情澎湃的美好时光,但愿能够给同龄人带回些许大学生生活里那些青春岁月的回忆,给在校大学生或即将上大学的人些许走出迷惘的帮助.....

## 日记箴言

记可记之事,说可说之话。清己之心,催己进步。

请记住,每一天、每一刻都在向别人推销自己。

检查自己每天是否多团结了一个人,是否多交了一个朋友。

参加每一项活动、做每一件事、说每一句话,都要考虑是否能够促进同学团结,是否有利于同学团结。

你怎样对待别人,别人就会怎样对待你;你对别人的态度,就是别人对你的态度。

在学习方面,记住:时间要挤总是有的。

播下友谊的种子,必会收到友谊的果子。

工作易被安逸的生活所累。

学如逆水行舟,不进则退。

一个人的知识不是在增加,就是在减少。

自己所作所为,必须无愧于朋友。

真诚地对待朋友,绝不要苟求于朋友,绝不要为了从对方那里获得什么而与之交友。

爱人之优点,为交友之秘方。

1989年8月26日 晴 星期六

## 上学的准备

在家中住了一个多月了，再有不长时间应该就能收到大学《入学通知书》了吧，应做好上学的准备。

上学无需带太多的东西，现粗略安排一下：

衣物：两套西服，一件蓝黑上衣，一条棕色裤子，一条蓝黑裤子，一套运动服，四件衬衣，一条夏裤，一条春秋裤，一双白球鞋，冬鞋、夏鞋各一双。

其他生活用品：毛巾、枕巾各一条，刷牙器具一套，小镜、梳子一套。

学习用品：笔多支（铅笔、毛笔、钢笔），颜料（水粉、水彩、墨），书（初高中英语课本、《处世的哲学》、《人性的优点与弱点》），集邮册两本，纪念册两本，日记本两个，团员证和毕业证，奖学金证书，笔记本四本，课外读物（几本小说，如《昨夜东风》等）。

其他：提包两个（绿色小提包，黑色大提包）。

收拾完后，再想一想，看是否有漏掉的东西。

1989年8月29日 阴 星期二

## 还没有收到大学《入学通知书》

8月就要结束了，还没有收到大学《入学通知书》，心里有些着急。分析一下着急的原因：

1. 在家住了一个多月，等待时间太长了。
2. 大部分学校已经开学了。
3. 老师说过25日前后收到大学《入学通知书》，如今已过四天，心里有些发急。

这是错误的，不应着急：

1. 入学时间必定比原在校生晚5-10天，甚至20-30天。
2. 大学《入学通知书》的到来一般离入学时间很近，接到《入学通知书》后第二、三天就得报到。
3. 学校虽说大学《入学通知书》是25日前后到，但那不是一定的。
4. 可能大学《入学通知书》已经到校，31日与A同学一起去学校看一下。

1989年8月30日 晴 星期三

### 明天去学校

明天去学校，主要了解一下大学《入学通知书》的情况，振作起来，要精力充沛。与A同学一起到学校了解情况，与每位老师处好关系，尊重每位老师，最好不要到同学处打扰。（31日收到了大学《入学通知书》）

1989年9月16日 晴 星期六

### 入学报到

今天到S师范大学报到了。开始了新的生活，遇到了又一批新同学，我将团结他们，与他们和平友好相处。

与A同学出去玩了一会儿，这是位好同学，吾与之交往从今天开始。记住：自己的一举一动都是在推销自己，处理好师生关系。

今天收到了B同学的来信，马上回一封，一并给家中写封信。

现计算一下今天的消费情况，剩下的钱存起来：文化用品10元，鞋15元，体检费5元，留下10元零用，剩余200元。计划留下50元作回家费用，50元买双皮鞋，100元作为4个月的零用，每个月25元，半个月消费不得超过13元。

1989年9月18日 少云 星期一

## 目前自己在班级中的地位

(早晨)

现在分析一下我在班级中的地位以及人际交往方面存在的问题:

1. 全班40人都是从各地学校中选拔来的, 他们的能力可能比我强, 因此这一年首先要培养自己的能力。
2. 今年的班委可能没有我, 必须广交同学, 在同学中树立威信。
3. 人际交往方面缺少中等师范学校时那种无畏的精神。一定要忠诚老实, 为人耿直, 团结同学。
4. 尽量多与辅导员老师、班委接触交流, 关心班中大事, 多为班级做好事。

请记住: 每一天、每一时刻都在向别人推销自己。

应该乐观一些, 无忧无虑, 与每一位同学都友好相处。

军训一个月要努力补上英语, 不要怕别的同学看到, 没有人会嘲笑你。学到的知识是自己的, 要努力学习!

(上午7:35系里开学典礼)

### 一、书记讲话

1. 坚定正确的政治方向。
2. 尽快适应大学生活。
3. 介绍系党总支情况。

### 二、主任讲话

1. 各教研室的构成。
2. 大学期间开设课程介绍。
3. 培养目标。

### 三、辅导员讲话

1. 尽快适应环境, 熟悉同学, 锻炼身体。
2. 团结同学。

3. 学会读书作文。
4. 班风：团结、紧张、严肃、活泼。

(下午3:00全校开学典礼)

#### 一、校长讲话

1. 忠于党的教育事业，为教育事业献身。
2. 努力学习政治，坚持正确的政治方向，坚持四项基本原则，与党中央保持高度一致。
3. 培养法制观念。
4. 讲文明懂礼貌。

#### 二、副校长讲话

1. 集中一个星期的时间进行政治学习和政治训练。
2. 统一认识，端正思想：
  - (1) 将思想观念统一到十三届四中全会上来；
  - (2) 认识、坚持四项基本原则，明确反对自由化的意义；
  - (3) 明确高校的社会主义办学方向；
  - (4) 增强法制观念、纪律观念，自觉遵守校规校纪。
3. 开学后的工作安排：整顿；清查；反对自由化；大力加强学生思想政治教育工作；从严治校；勤政廉政。

#### 三、会议主持人总结

1. 讨论两位校长的讲话精神。
2. 9月20日到10月13日军训，军训结束后学习40天文件。

1989年9月20日 晴 星期三

## 开始军训

今天开始军训了，上午发了服装，军训期间一定会很紧张，趁中午理发，写一封信。

现对自己做一下分析：

1. 正视、团结每一位同学吧！他们都是佼佼者，不能对任何人有不逊的语言和行为，要尽量熟悉每一位同学，尽快知道同学的名字，同时也要尽

快让同学知道自己的名字。不过首要的问题是必须知道每一位同学的名字，努力做到直呼其名。

2. 这几天学习不用心，没有把精力用在学习上。长此以往，英语成绩必将跟不上，还麻木不仁吗？有许多同学的学习成绩都已经达到很高的水平了，而自己还在初级水平上徘徊，努力学习，抓紧时间。

3. 每天在教室的学习时间：午饭后至1:00，晚饭后至9:30。其他时间在宿舍里看相关专业书籍，尽快将自己的思想引入本专业。

1989年9月22日 晴 星期五

### 怎样在军训中发挥自己的优势

现在将自己一整天的行动及各方面的表现总结一下：

1. 没有与军训教练员处好关系。
2. 自己在许多事情上（如军训间隙表演节目时）不主动。

不会唱歌，就要发挥其他优势。你不是会变一些小魔术吗？来上几个！一次表演一个，多表演几次，不要重复。而且，许多小魔术是可以很自然地玩出来的，不要紧张，没有必要。

来看看自己会表演的几个小魔术吧：

一是变换扑克牌，二是变白球，三是吞米巧出，四是来去无踪，五是巧折火柴，六是纸条变面条，七是掌吸铅笔，八是手顶香烟。

不要害羞，都这么大了，没什么可紧张的。要创造条件，让同学们了解自己，争取得到同学们的信任以及教练员的重视。

好了，现在学习英语，8:10后写信一封。

1989年9月23日 晴 星期六

### 班级同学自我介绍

班会主题是“班级同学自我介绍”。

自我介绍要说清楚，说话的时候不要紧张，大方些，与其他同学一样。你有能力说出来，要相信自己，相信自己一定会取得成功！你在小学时那毫无顾忌的精神应该继续发扬，同学就是一家人嘛，在兄弟姐妹面前有什么好紧张的！要尽量多说一些，你的介绍至少要用五分钟，最好是十分钟！

注意：以最快的速度上台！最差是一句话说不出来，闹个大红脸嘛，仅此而已！

1989年9月24日 多云 星期日

### 对自己的要求

今天到大观园书市去了一趟，暂且不提。对自己提出几项要求：

1. 将自己过去积累的小知识、名人语录再看一看，温故而知新。开阔自己的视野，提高自己的能力。
2. 每天在日记里记下与朋友交往的情况，如“你对朋友是否热情”、“有没有得罪别人之处”等。
3. 多看书，多积累。
4. 多学习文化课，尤其是英语。

记住：一定要对每一个同学都热情相待，检查自己每天是否多团结了一个人，多交了一个朋友！

1989年10月1日 晴 星期日

### 目前形势与任务

今天与A、B两位同学一起出去玩了玩，从金牛公园到汽车站、到火车站，再到舜耕街，然后经大明湖公园东门回到学校，很疲惫。

现在应该对自己所面临的形势与任务做一个分析。

1. 分析的目的：认清自己现在所处的位置，明确自己的目标，争取取得进步和有所作为。

2. 方法：想到哪儿算哪儿，但是要力求全面。

3. 初步确定分析的项目：

(1) 自己现在在班级中的位置及与同学交往的情况。

(2) 根据自己能力的缺陷，确定哪些方面需要发展。

(3) 以后打算达到何种程度？需要学习的知识是什么？为什么要学？怎样去学？

(4) 针对每一方面应怎样去做？

4. 具体分析：

(1) 现在在班级中的位置及与同学交往的情况如何？

对于这一问题的回答，丝毫不用犹豫，也不用委婉，确实是极差。为什么呢？

军训中自己无特长，没有引起老师和同学的注意。要想让别人发现自己，就必须先去发现别人，努力去接触他们。从这段时间的表现来看，今年的班委及团支部中不会有我的位置。任何活动我都没有机会去参加，好人好事也没有做，因此根本没有在光荣榜上留名。

与同学的交往也不够好，自己对个别同学有厌烦的情绪。我讨厌别人，别人自然也会讨厌我。因此，要想让别人喜欢自己，首先要去喜欢别人。

(2) 根据自己能力的缺陷，确定哪些方面需要发展。

首先，音乐能力应大力提高。会唱几首歌曲，既可以使自己快乐，又能很好地与同学交往，多么好的事情！趁现在别人还不是很了解我，大胆地唱，会练好的！

其次，语言交往方面，必须口齿清楚，练好口才。这是职业的要求，要学会说普通话，掌握交谈的艺术。

再次，也是最重要的，是要多学习专业知识；要能“文”，会写文章，要多看书，还要多练习。要用一个专门的笔记本来写文章，主要是写议论文，对一天的小事进行评论即可，记录心中所想。这项计划从10月2日起实行。

(3) 以后打算达到何种程度? 需要学习的知识是什么? 为什么要去学? 怎样去学?

- ① 要争取尽快加入中国共产党。
- ② 努力使自己的学习成绩在班中达到前五名。
- ③ 要在班级中取得威信, 票数争取在30(全班40人)以上。
- ④ 争取考上研究生, 因此尤其要学好英语。

以上四个方面的具体做法如下:

多为同学们做事。比如在宿舍中争先打水、扫地等, 不求回报地帮助周围的同学。今年就递交入党申请书, 为此要请求党员同学C的帮助, 10月20日-30日写好入党申请书, 11月5日前递交给党组织, 要获得辅导员老师的支持, 11月20日前等候消息, 12月初探听消息, 12月20日后再递交一次, 今年就此两次申请, 明年递交申请书的具体时间再安排。

要把学习成绩提高到前五名。这并不容易, 困难很大。每位同学都是学习的佼佼者, 学习的努力程度都很高, 自学能力也很强。面对如此强大的对手, 自己必须慎重处理, 具体做法如下: 上课必须认真听讲, 记笔记, 不允许自己有不认真听课的坏现象; 课后必须努力复习与自学, 吃透老师上课所讲的内容, 多记多写, 力求巩固。时间一去不复返, 必须有很强的自制力!

要在班级中树立威信, 必须妥善处理与同学的关系, 有错就改, 以最大的热情去团结同学, 去发现他们的优点, 热爱他们。

记住: 每一位同学都不是等闲之辈, 不可小觑。

考研究生, 困难很大。应记住自己的奋斗目标。改革开放的今天, 英语学习尤为重要, 必须努力学好, 努力吧!

5. 目前的任务:

- (1) 多为同学做事, 团结同学;
- (2) 尽可能地发挥音乐方面的能力;
- (3) 善说、会说、多说;
- (4) 多看、多写, 要有一个固定的写作笔记本;
- (5) 争取早日加入中国共产党;
- (6) 努力学好专业知识, 学好英语;
- (7) 提高自制能力。

总之，参加每一项活动、做每一件事、说每一句话，都要考虑是否能够促进与同学的团结，是否有利于同学团结。

1989年10月14日 阴 星期六

### 学习生活正式开始

今天，学习生活开始了。

我想，自己需要做到的有以下几点：努力获取知识；培养能力；与同学友好相处。

尤其是英语，必须努力学好。从今天开始，把已经学过的句型记录并整理起来，学习每一句话都要考虑句子的成分和句型，提高英语水平。

应该培养的能力是说话能力、书写能力、唱歌能力、体育活动能力和团结交往的能力。

1989年10月15日 多云 星期日

### 关于班级活动的建议

由于我们将来工作的需要，必须培养以下几种能力：口头表达能力、书写能力、文笔能力、社会交往能力。为了培养以上几种能力，并加强同学间的团结友爱，提出以下建议：

1. 以我们班为主掀起推广普通话活动。同学之间互相监督，纠正不正确的发音，达到说准、读清。每学期举办两次朗诵会，朗诵题材不限，要求每个同学都要参加，以培养同学们的口头表达能力。

2. 本学期举行一次演讲比赛，根据个人能力，自由选择演讲题目进行演讲。

3. 每隔几周举办一次文艺晚会，要求每个同学都要出节目，节目类型可多样化。

4. 本周邀请有关老师来班级开一个座谈会，主题为“如何让同学们尽