



厦门大学嘉庚学院



顾问 张必华

我的大学——嘉庚学子成长手册

大学之道

主编 姚祖婵

9-1



清华大学出版社



厦门大学嘉庚学院

我的大学

——嘉庚学子成长手册

9-1

大学之道

主编 姚祖婵



清华大学出版社
北京

版权所有,侵权必究。侵权举报电话:010-62782989 13701121933

图书在版编目(CIP)数据

我的大学——嘉庚学子成长手册. 大学之道 / 姚祖婵主编. —北京:清华大学出版社, 2012.9(2013.8重印)

ISBN 978-7-302-29873-1

I. ①我… II. ①姚… III. ①大学生—学生生活 IV. ①G645.5

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第202680号

责任编辑:王巧珍

封面设计:傅瑞学

责任校对:王凤芝

责任印制:李红英

出版发行:清华大学出版社

网 址: <http://www.tup.com.cn>, <http://www.wqbook.com>

地 址:北京清华大学学研大厦A座 邮 编:100084

社 总 机:010-62770175 邮 购:010-62786544

投稿与读者服务:010-62776969, c-service@tup.tsinghua.edu.cn

质 量 反 馈:010-62772015, zhiliang@tup.tsinghua.edu.cn

印 装 者:北京亿浓世纪彩色印刷有限公司

经 销:全国新华书店

开 本:130mm×185mm 印 张:16.75 字 数:315千字

版 次:2012年9月第1版 印 次:2013年8月第2次印刷

印 数:9101~19100

定 价:30.00元(全9册)

产品编号:048376-02

总序

香港一位大学教授说,香港的大学商业气息太浓,餐厅电子屏幕都是全球股指、外汇牌价。他认为这挺浮躁,不及内地大学有文化:在内地,你每次进大学校门,保安都会问你三个极具文化内涵的哲学终极问题:你是谁?你从哪里来?你要到哪里去?

亲爱的大学新鲜人们,面对这三个问题,在你迈入厦门大学嘉庚学院校门的时候,你问过自己么?你是谁?你十多年的伏案苦读到底为了什么?大学四年,你将要怎样度过?四年之后,你将要做什么?

在大学校园里,你可以看到截然不同的风景线:有的人忙碌而充实,为自己的理想和生活不懈努力,奔波在图书馆、自习室、一个又一个精彩的学术讲座现场;有的人却浑浑噩噩,茫然无措,通宵打DOTA、看电视剧,大学四年结束时,痛心疾首地希望大学能够有机会重来一次。

从中学到大学,是人生的一个飞跃、一次重要的转变。作家柳青说过,人生的道路虽然漫长,但紧要处往往只有那么几步。这一步的跨越,对于你的人生至关重要。如果你能够把握其中的重点,并化为自身的努力,轻松迈过了,步步主动,大学之路将走得更加顺畅。

刚刚迈入大学的你们特别需要“过来人”的指引,学长学姐



以及老师们都很愿意为你们指引方向,并分享我们对大学的理解和感悟。我们渴望每一个来到嘉庚学院的同学都能够得到全面的发展,毕业后不至于为碌碌无为、一事无成而悔恨遗憾。基于此,我们写下了这套《我的大学——嘉庚学子成长手册》。

《我的大学——嘉庚学子成长手册》共包括《大学之道》、《安全至上》、《规划我的未来》、《我的兴趣我做主》、《获奖秘籍》、《红色警戒线》、《校友对你说》、《给心灵洗洗澡》和《医保全攻略》九个分册。《大学之道》让你了解大学的使命与文化,帮助你打开适应大学、德以修身的心扉;《安全至上》告诉你交通、游泳、用电等安全知识,生命只有一次,只有安全才能有未来的美好生活;《规划我的未来》和你分享大学生涯规划的步骤与方法,引导你准确定位、扬帆起航;《我的兴趣我做主》带你领略多姿多彩的校园生活,让你感叹大学原来如此迷人;《获奖秘籍》向你一一展示国家、省、学院那些诱人的奖项,告诉你要用认真和坚持去获得它们;《红色警戒线》让你轻松了解学院的规章制度,“勿以恶小而为之”;《校友对你说》,学长学姐和你咬耳朵,告诉你大学里的那些事儿;《给心灵洗洗澡》和你一起关注心灵,悦纳自我;《医保全攻略》让你知道:你有机会参加厦门市大学生基本医疗保险体系,在此基础上,学院还全额出资为你购买了补充商业保险,让你的大学多一份保障。

亲爱的同学们,你的眼神,是写满明朗和自信,还是迷茫和无助?你的前路,是繁花似锦,还是杂草丛生?大学生活是丰富多彩的,想到达前方,现在就要启程。翻开第一页,勇敢地迈开第一步吧!

前 言

让我们一起从第一个故事开始：在远古的时候，有两个朋友，相伴去寻找人生的幸福和快乐。一路上风餐露宿，在即将到达目标的时候，遇到了一条风急浪高的大河，而河的彼岸就是幸福和快乐的天堂。在如何渡河的问题上，两个人产生分歧：一个建议采伐树木造船渡河，另一个则认为与其自寻烦恼，不如等河流干了，再轻松地走过去。

于是，建议造船的人每天砍伐树木，辛苦而积极地制造船只，还学会游泳，顺利渡河；而另一个则每天睡觉，然后悠哉地到河边观察河水流干了没有。两人后来在这条河的两个岸边定居了下来，衍生了许多自己的子孙后代。河的一边叫幸福和快乐的沃土，生活着一群我们称为勤奋和勇敢的人；河的另一边叫失败和失落的原地，生活着一群我们称之为懒惰和懦弱的人。

同学们，经过高考的洗礼，大学的殿堂向你敞开了大门。此时，你正站在幸福和成功的彼岸，为你的未来播下一个新的希望，四年后的你，是满载着学识和信心步入社会，还是带着无知、懊悔而无颜见江东父老，取决于你在大学四年，是否悟出大学之道，经营出大学之路。

当你带着新奇走进大学第一堂课，你要明白，大学的学习是多元的，课堂只是你学习的第一步。

当你勇敢地站在烈日下，任凭毒辣的太阳暴晒你白嫩的



皮肤,你要记得,今后的风雨兼程,没有父母的保护伞的日子,要自己勇敢面对。

当亲朋好友、儿时伙伴羡慕的眼光渐渐远去,第一场秋雨也会平息你金榜题名的兴奋,你要懂得,过去的辉煌不代表什么,你不再稚嫩的肩膀将要担当起更多的责任和期待。

当“白富美”和“高富帅”从你身边走过,你要谨记,不管友情还是爱情,都应该是一种温暖的力量。

这就是大学之道,她将用“无穷的真理”鼓励你去寻找高尚的人生观和价值观,用“凛然的正义”激励你执著地追求真善美,用“博大的胸怀”告诉你应该珍惜那些刻骨铭心的情谊。



从这里开始

亲爱的同学们,体悟大学之道,从这里开始。在这里,你将留下青春足迹,描绘精彩人生拼搏的画面。我们走,从此地,从此时。

目 录

一、大学之道	1
1. 大学使命：以德为首	1
2. 学子德行：关乎国运	2
3. 学子毅行：仰望星空，脚踏实地	3
4. 精神领袖：校主陈嘉庚	6
5. 校训：自强不息 止于至善	8
6. 校歌：南方之强	9
7. 厦门大学的“四种精神”	11
8. 特色的嘉庚建筑	14
9. 厦门大学嘉庚学院院情概览	16
二、找到你的春暖花开	18
1. 认识你自己	18
2. 用理想引领人生	22
3. 感恩的心，感谢有你	24
4. 人总要学着自已长大	26
5. 那些年，我们携手走过	28
6. 总有一天，我会优雅地遇见你	30
三、象牙塔的秩序	32
1. 诚信人生处处应考	32
2. 用心呵护一“草”一“木”	34



3. 合理经营你的钱袋	36
4. 不要让挫折成为你的绊脚石——善待挫折	39
5. 做最好的自己——充实你的大学	41
附录1 大学期间要做的二十件事情	44
附录2 厦门大学校歌	45
后记	46

一、大学之道

1. 大学使命：以德为首

大学之道，在明明德，在亲民，在止于至善。知止而后有定，定而后能静，静而后能安，安而后能虑，虑而后能得。物有本末，事有终始，知所先后，则近道矣。

古之欲明明德于天下者，先治其国；欲治其国者，先齐其家；欲齐其家者，先修其身；欲修其身者，先正其心；欲正其心者，先诚其意；欲诚其意者，先致其知；致知在格物。物格而后知至，知至而后意诚，意诚而后心正，心正而后身修，身修而后家齐，家齐而后国治，国治而后天下平。



以德为首

这是中国传统文化经典“四书”之首《大学》开篇之论，其立论精确、逻辑严密、说服力强，流传几千年而历久弥新。虽然《大学》中的“大学”已非现代意义的“大学”，但古之《大学》揭示了今之大学的核心价值——以德为本。

或许在孩提时代，在凉风习习、暑消星明的夜晚，你也许曾有过在大人的指点下放眼星空、辨别牛郎织女星、观赏北斗银河的浪漫经历。可时过境迁，在忙碌的大学备考中，对终日埋头题海的你来说，能够观天望星，已经几近奢侈；而真正能够面对浩渺的星空，静心去叩问与思考，又能有几时？大



学,将用“无穷的真理”鼓励你去寻找高尚的人生观和价值观,用“凛然的正义”激励人们执著追求真善美,用“博大的胸怀”唤醒人们那已经休眠的良知和麻木的灵魂。大学就是人类精神高地和文明进步的殿堂,培养具有道德高尚的学子。实现道德文明的传承和再创,是大学的根本使命。

2. 学子德行: 关乎国运

德是人才的灵魂,是立身之本。可以说,学会做人,学会辨别是非善恶,比学习专业知识更为重要。有人说:“智育不合格是次品,体育不合格是废品,而德育不合格是危险品。”一个“德盲”远比一个文盲对社会更具其负面效应。

药家鑫,本是象牙塔中的天之骄子,却在面对一个被自己撞得奄奄一息的弱女子时没有半点怜悯之心,连捅八刀,在终结别人生命的同时,也把自己送上了断头台。河北大学在校生李启铭,在开车撞死和撞伤两名新生后不顾伤者状况,驾车离去,留下一句“我爸是李刚”,其最基本的道德责任和法律意识之无知、淡漠,毁灭的是连同他的几个家庭的幸福和父母、社会对大学生沉甸甸的希望。

“我爸是李刚,药家更嚣张!”虽然,这留给我们的思考是沉重的。然而,当我们检视大学生这一特殊群体的时候,记忆中更多的还是,感动着我们的那些人,那些事……

2010年5月1日到10月31日,在这184天中,共有79 965名园区的志愿者,其中约有九成来自大学生志愿者,为上海世博会提供了129万次、1 000万个小时、约4.6亿人次的服务。180多个日夜,世博的大学生志愿者经历了烈日高温、雷雨交加以及单日接待103万人次的大客流考验,为世博

会的平安、成功、精彩和完美奉献力量；他们用智慧和敬业的精神高质量地完成了各项任务，在全世界、全中国树立起“海宝一代”的可爱形象。大学生志愿者的真诚待客，传播的是城市文明的理念和大学生乐于奉献、敢于担当的中华民族的美德。^①

这些都是我们当代可爱的大学生，他们在琐碎、平凡中书写着生命的画卷，在多元化的社会生活中展示自己强烈的社会责任感，用行动承担国家和民族的未来。

3. 学子毅行：仰望星空，脚踏实地

2010年5月4日，温家宝总理到北京大学与师生共度“五四”青年节，北大书画研究会的一个学生，蘸墨写下总理一首诗的题目“仰望星空”赠送总理，总理随即挥毫以赠，写下“脚踏实地”四个大字。“仰望星空”、“脚踏实地”，8个大字珠联璧合，相映生辉。

“仰望星空”，实际上是用饱含诗意的语言告诉青年人应当富有理想，立志高远，坚定信念，“学会做人，学会思考，学会知识和技能，做一个关心世界和国家命运的人”。格局决定结局，眼界决定境界，思路决定出路。我们之所以提出更高的要求，那是因为法乎其上，得乎其中；法乎其中，得乎其下。因此立意要远大，格局要高远，这样才会有理想的结果、美好的境界和光明的出路。有这样一个故事：白龙马随唐僧西天取经归来，名动天下。很多想要成功的驴马，来向白龙马请教：为

^① 参考：2011 大学生勇于担当 <http://www.modedu.com/msg/info.php?InfoID=36843>



什么自己也很努力,却一无所获?白龙马说:“其实我去取经时,大家在磨房里也没闲着,甚至比我还忙还累,我走一步,你也走一步。只不过我目标明确,十万八千里我走了个来回,而你们始终原地踏步而已。”白龙马之于驴马,它多学会了“思考”和“仰望”,因为仰望,所以放飞远大的理想,一步一步地朝着自己的目标行进,不松懈、不放弃,开辟了自己的人生新天地!

而总理写下的“脚踏实地”,就是要求真务实,身体力行,扎扎实实地从奠基的实事做起,一步一个脚印地向前迈进。“脚踏实地”是“仰望星空”的立足点。“仰望星空”给我们理想,给我们方向,给我们目标,但要把理想和目标转化成现实,还必须有不尚空谈、埋头苦干的实际行动。试想白龙马一路西行,也是和唐僧师徒一起千山万水一步一个脚印走出来的,排除了千险万难,如果没有把这样一个又一个美好的现在串在一起,何来的美好未来?

每个人都会有理想和憧憬。但是“使人疲惫不堪的不是远方的高山而是鞋里的沙子”,很多事情不是因为目标的远大使我们感觉吃力,而是因为眼前的事情没有做到位。“不积跬步无以至千里,不积小流无以成江海。”文坛泰斗钱钟书先生,刚进清华校门就立下“四年横扫清华图书馆”的雄心。从此以后,无论寒暑,风雨无阻,年复一年日复一日地“宅”在图书馆,充分有效地利用了大学最丰富的资源,积累了大量的学习素材,胸中有沟壑,下笔如有神,书山有路勤为径,一发不可收拾。

大学,比拼的不是智力,是恒心和毅力,还有眼界和胸怀。

可能你在迈入大学之前,基础仅仅和驴马相当,脚力不劲,但四年的时间,如果给自己定下白龙马一样的目标,并能够奋发图强,持之以恒,四年时间足够你实现华丽的转身。请不要介意第一次参加英语角时蹩脚的发音,没有人会笑话你,因为你迈出了一步;请不要害怕第一次的独立专业课程作业会不完美,而去找别人“顶包”,给你“顶包”的兄弟会误了你自己;请不要担心第一次上台竞选演讲,评委老师和学长学姐都会给你期许的目光,他们也是从一只“丑小鸭”成长起来的。

2012年的夏季,有这样一个女孩被羡慕的目光包围着:凤凰花开的夏季到来,她将正式成为美国总统奥巴马的校友前往哥伦比亚大学,开始新一轮的求学生涯。她便是厦大嘉庚学院建筑学系2012届毕业生郑晨。在录取郑晨的高校中,除了哥伦比亚大学、宾夕法尼亚大学两所美国常春藤联盟大学外,南加州大学、密歇根大学、北卡罗莱纳大学教堂分校、伊利诺伊大学香槟分校等7所美国赫赫有名的大学都向她伸出了橄榄枝。各种羡慕嫉妒恨的背后,也许没有什么特别的成功秘诀。只因为她懂得“既要仰望星空,又要脚踏实地”。“I am a slow walker, but I never walk backwards.”郑晨用林肯总统的这句话激励自己,默默地努力付出,选择建筑,选择扎实的一张张的画图,点滴的一笔笔的积累,对她而言是磨炼意志、锻造精神,“每个人都是自己命运的建筑师”。其实,当你踏入校园的时候,每个人都在一条起跑线上,不要担心因为没有进入学生会被讥笑,不要害怕自己的第一次比赛被pass掉,哪怕就是暂时的挫折,都是你成长所需的养分。你需要坚持的是,告诉自己,梦想在前方,不断挑战,不断努力。因此,当你



们踏入这个美丽的校园时,请认真对待每一次课外作业,努力把握每一次锻炼的机会,真心珍惜和你一同疯闹的同窗……走自己的路,勇敢地做自己。大学四年,请努力提升你的软实力!

4. 精神领袖:校主陈嘉庚

他,17岁远离故土,随父经商,秉持诚信和毅力,创办实业,开拓市场,成为东南亚工商巨子,一代橡胶大王。

他,一生勤俭,身上的现款不超过5元,却坚信“教育为立国之本,兴学乃国民天职”,终其一生,倾资办学多达118所,被誉为中国教育史上的“千古一人”。

他,在抗战的烽火燃起后,组织并领导“南侨总会”,倾其所能,支援祖国抗日。从卢沟桥事变到太平洋战争爆



陈嘉庚

发的4年半期间,共组织南洋华侨捐献约15亿元。他既是华侨利益的捍卫者和代言人,更是抗日民族统一战线的一面旗帜。

他,在新中国成立之后,回国定居,致力于祖国的社会主义建设,鼓励华侨支持家乡建设,积极推进华侨爱国大团结,努力促进祖国和平统一大业。

他,1961年8月12日因病在北京逝世,临终前将国内存款全部捐出,他的灵柩从北京运至集美鳌园的时候,万人夹道,与他告别。

他,已经超越了有限的 88 个春秋,他的精神已经远远超过了国界,属于中华民族,也属于全人类。

他,就是校主陈嘉庚。

1921 年,陈嘉庚创办厦门大学,亲自选择校址、校长,主持建筑校舍,以及高薪聘请师资等,设文、理、法、商、教育 5 院 17 系,为海内外培养高等人才。尽管时遇世界经济危机,企业经营未能转机,他仍多方筹措校费,百折不挠维持办学。1932 年,当外国财团答应以停止支持厦门大学 and 集美学校为条件保护其企业经营,即遭他断然拒绝。直至 1937 年春无力支撑,遂无条件地将厦门大学献给政府。厦门大学改为“国立”后,他依然极为关注其发展。1940 年回国慰问期间,还特地到迁往内地长汀的学校视察;1949 年归国亦来校访问;1952 年定居集美后,仍继续募资、筹划扩建学校规模。在嘉庚先生的影响下,他的女婿、弟弟也都纷纷慷慨解囊,捐资办学。陈嘉庚先生不但为教育事业鞠躬尽瘁,而且他具有卓越的教育思想,提倡学生要在德育、智育、体育诸方面全面发展,倡办职业技术教育,高度重视师范教育,以及重视校长、教师在办学中的决定作用,等等。

90 年来,嘉庚事迹感动着一代又一代的厦大学子;90 年来,嘉庚精神激励着一批又一批的厦大人。“自强!自强!学海何洋洋!谁欤操钥发其藏?鹭江深且长,致吾知于无央。吁嗟乎!南方之强!吁嗟乎!南方之强!自强!自强!人生何茫茫!谁欤普渡驾慈航?鹭江深且长,充吾爱于无疆。吁嗟乎!南方之强!吁嗟乎!南方之强!”

当厦大校歌回荡在厦大校园的上空时,所有的厦大学子



一起仰望星空,那里有我们向往的光辉。是的,南方之强,是所有厦大人的骄傲,我们将携手为祖国的明天,像嘉庚先生一样燃烧我们炽热的青春。

5. 校训:自强不息 止于至善

1921年,陈嘉庚先生创办厦门大学时即把“自强不息”、“止于至善”定为厦门大学的校训。

“自强不息”指自觉地积极向上、奋发图强、永不懈怠。最早见于《周易·乾》:“天行健,君子以自强不息。”后来,晋朝荆州刺史陶侃以“自强不息”为座右铭,励志勤力,督领八州军事,屡立战功,声名远播。这在唐开元年间编修的《礼学记》中即有记载:“陶侃少长勤整,自强不息。”

“止于至善”指通过不懈的努力,以臻尽善尽美而后才停止,也就是说不达到十分完美的境界决不停止自己的努力。语出《礼记·大学》:“大学之道,在明明德,在亲民,在止于至善。”所谓“明明德”,即彰明自己天赋灵明的德性,也就是通过学习和实践发掘光大个人内在的优良品德;所谓“亲民”,即亲近、爱恤人民,时刻为人民的利益着想。宋代大儒朱熹认为,“亲民”即“新民”,也就是使人民除去旧习恶染,不断求取进步。而“止于至善”,朱熹也作了阐述,他说:“止者,必至于是而不迁之意;至善,则事理当然之极也。言明明德、新民,皆当止于至善”,就是必须达到完美的境界。

陈嘉庚先生将这些古训定为校训,旨在激励厦大师生积极进取、努力开拓、追求至善至美,以达到创办大学之目的。90年来,厦大人在校训的激励下,艰苦创业,奋发图强,取得了令人瞩目的成就,赢得了“南方之强”的美誉。