


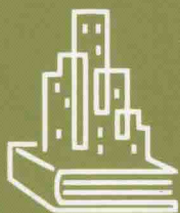


培养社会精英的教科书

北大给青少年 最好的礼物

李晓东◎编著

 北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.



北京大学培养社会精英的教科书

北大给青少年 最好的礼物

李晓东 编著



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

图书在版编目 (CIP) 数据

北大给青少年最好的礼物/李晓东编著.—北京:北京联合出版公司,2014.3

ISBN 978-7-5502-2647-0

I. ①北… II. ①李… III. ①成功心理—青年读物②成功心理—少年读物 IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 025720 号

北大给青少年最好的礼物

编 著: 李晓东

责任编辑: 孙志文

封面设计: 王明贵

责任校对: 胡 青

图文制作: 北京东方视点数据技术有限公司

图片提供: www.quanjing.com

北京联合出版公司出版

(北京市西城区德外大街 83 号楼 9 层 100088)

北京中创彩色印刷有限公司 新华书店经销

字数 227 千字 880 毫米×1230 毫米 1/32 10 印张

2014 年 3 月第 1 版 2014 年 3 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5502-2647-0

定价: 20.00 元

未经许可,不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容
版权所有,侵权必究

本书若有质量问题,请与本公司图书销售中心联系调换。

电话: 010-58815821



对于广大学子来说，北京大学不仅仅是一所大学，更是心中的一座圣殿。她的历史、她的精神、她的文化都已经成为一种象征。北京大学创办于1898年，初名京师大学堂，是中国近代第一所国立大学，被公认为中国的最高学府，也是亚洲和世界最重要的大学之一。北大英才辈出，堪称大师之园。百余年来，从北大走出了一大批优秀的学者、教授。早期的北大涌现出的杰出人物有蔡元培、陈独秀、李大钊、鲁迅、胡适、蒋梦麟等，这些人是北大的先驱，也是北大精神的奠基者。之后，北大又培养了冯友兰、季羨林、梁漱溟、林语堂、朱光潜、张岱年等学者。无数北大人以其博大的胸襟，为我们提供的是取之不尽、用之不竭的精神宝藏。

北大不仅是一个学习知识的地方，同时也是一个塑造人格、提升修养、学习做事做人的好地方。一位北大学子深有感触地说：“在北大学会的不仅仅是单纯的知识，感受更多的是北大对一个人人格的熏陶，从这片园子里面走出的人都会深深打上北大的烙印，具备特殊的精神气质。”北大的精神不是物质的留传，而是一种灵魂的塑造和远播。一代又一代北大人传承和发扬着北大独特的精神气质和文化内涵，也彰显着自身与众不同的人生经验与生活智慧。他们广博的学识、闪光的才智与庄严无畏的思想，像一盏盏明灯，点亮我们的心灵，也照亮我们未来的道路。他们身上有太多值得我们学习的东西：勤奋、宽容、克己……在人生的旅途中，大学只是一个短暂的历程，但北大让学生在这个短暂的历程中汲取着智慧的营养，教会了学生怎样做人、怎样做一个成功的人，并引领他们思考和感悟人生，为实现人生目标、取得成功做好积极而充分的



准备。这是北大给予青少年的最好礼物。

北大是智慧的殿堂、文化的圣地。在这块神圣的土地上，百余年来成长着中国几代最优秀的学者。学识、闪光的才智、庄严无畏独立的思想……这一切又与先天下的严峻思想、刚正不阿的人格操守以及勇锐的抗争精神相结合，构成了一种特殊的精神魅力。本书通过不同的方面，以北大人 的事例为依托，充分诠释了北大教育理念中的精髓，阐述了北大人的生命智慧和人生哲理，触及了人生中最朴素的感情和人性中最本质的东西，挖掘出成长路上最丰富的成功内涵；同时，传承北大学者造就精英的方法和哲理，为成长中的孩子提供适合其心理需求的精神养分，使之能学会自我选择、自我塑造，为成长为社会精英打下坚实的基础。

李开复博士在北大演讲时曾说：“每个人都是自己命运的设计师！当今时代是一个令人振奋的时代，每一个人都可以用自己的双手选择、掌握自己的命运，做最好的自己。”希望青少年在本书精彩的故事里，在轻松 的阅读氛围中，感悟人生，完善修养，砥砺自我，用青春和行动为自己的人生做出最完美的注脚。



❖ 第一份礼物 立志，方向比努力更重要

- 首先应该清楚：你在为谁读书 //2
- 对于盲目的船来说，所有风向都是逆风 //4
- 人生是万米长跑，不要只看到100米 //6
- 做最感兴趣的事，它能激发你的热情 //8
- 追求卓越，把优秀当成一种习惯 //10

❖ 第二份礼物 独立精神，让你成为真正的巨人

- 不下水的人，永远不可能学会游泳 //14
- 做自己喜欢的事情 //16
- 独立思考，不要做思想的沉睡者 //18
- 不畏权威，敢于说出你的观点 //20
- 摆脱依赖，靠自己的努力前行 //22

❖ 第三份礼物 创新，就是给模仿加点料

- “拿来主义”也是创新 //26
- 走自己的路，成功者需要走不寻常的路 //28
- 让自己拥有一双想象的翅膀 //30
- 创意生活，不给思维设限 //33
- 突破思维定式，从新的视角看世界 //35



❖ 第四份礼物 坚韧不拔，伟大是熬出来的

- 迈进北大就等于迈进了挑战 //38
- 在困境中，磨砺你的意志 //40
- 不妨把挫折当成一次测试 //43
- 要想人前风光，就得人后吃苦 //45
- 不经历创伤，你就不是那颗成熟的果实 //48
- 每一次挑战都是一次机遇 //50

❖ 第五份礼物 改变思维，就可以改变人生

- 穿过荆棘路，才能造就“功夫皇帝” //54
- 视野有多远，世界就有多大 //57
- 扬长避短，发挥自己的优势 //59
- 独处也是一种能力 //61
- “成功”是成功之母 //63

❖ 第六份礼物 北大的“自信”不是“狂傲”

- 自信，让生命起航 //68
- 不相信自己，就别奢望奇迹 //70
- 把自卑和懦弱甩出校外 //72
- 肯定自己，别人才能肯定你 //75
- 没有完美的人，只有本色的人 //78
- 敢于毛遂自荐才会脱颖而出 //80

❖ 第七份礼物 专注，通往成功的捷径

- 有所不为，才能有所为 //84
- 事事用心，做解决问题的高手 //86
- 专注于脚下的路 //88
- 学会拒绝，让自己更专心 //90
- 成功者只想着自己要的，而非不要的 //93
- 专心一点，小事不做难成大事 //95



❖ 第八份礼物 拼搏，站着也可以上北大

- 自恋不如自强，北大的日记里没有昨天 //98
- 可以平凡，但不要平庸 //100
- 敢于竞争，才能跻身群雄 //102
- 你没成功，因为你还没有全力以赴 //104
- 行动起来，让梦想不再遥远 //106
- 从现在开始，一切都还来得及 //108

❖ 第九份礼物 学问学问，会学还要会问

- 不急躁，研究学问有“三重境界” //112
- “大胆假设，小心求证” //114
- 真知灼见，首先来自多思善疑 //116
- 做学问要抓住灵感 //118
- 脚踏实地，拒绝“飘”的状态 //120

❖ 第十份礼物 勤奋，天才也离不开它

- 用眼泪换来的天才 //124
- 勤能补拙，金克木“偷学”成才之道 //126
- 让学习成为终身信仰 //129
- 一点一滴努力，满仓满屋收成 //132
- 别偷懒，打破“浪漫病” //135
- 自动自发比有天分更重要 //138

❖ 第十一份礼物 开卷有益，腹有诗书气自华

- 博览群书，开启智慧之门 //142
- 读书是天下第一好事 //145
- 择其善者而“读”之 //148
- 鲁迅的“随便翻翻”读书法 //151
- 读书不思考，等于吃饭不消化 //153
- 以有限之时，翻阅无字之书 //156



第十二份礼物 激发潜能，能力是这样“炼”成的

- 定目标、沉住气、悄悄干 //160
- 学会表达，好口才不是天生的 //163
- 会赞美的人走到哪里都受欢迎 //165
- 培养自己的领导气质 //168
- 从此刻起，做一个幽默的人 //171
- 成功的法门：把握细节 //173

第十三份礼物 学以致用，不做“书呆子”

- 学以致用才能发挥知识的力量 //178
- 实力比学历更重要 //180
- 三百六十行，都能创造新世界 //182
- “学什么都不会白学” //184
- 我们是不平凡的志愿者 //186

第十四份礼物 珍惜时间，让青春不再仓促

- 管好自己的时间 //190
- 重要的事情要先做 //193
- 用好生命的每一分钟 //195
- 养成井然有序的习惯 //198
- 善于从“海绵”里挤“水” //200
- 学会利用时间的“边角料” //202

第十五份礼物 只要团结协作，就可以撬动地球

- 能力再强，你也只是团队里的一滴水 //206
- 共赢：生活是一顿各取所需的自助餐 //208
- 以平常心心态竞争 //211
- 融入团队，你才能无坚不摧 //213
- 打造无敌团队的秘诀——积极有效的沟通 //216
- 学会资源整合，与牛人联合 //218



第十六份礼物 兼容并包，让你与整个世界零距离

- 该忍则忍，容忍有限度 //222
- 批评没那么难听 //224
- 容人之长，也能容人之短 //227
- 能屈能伸方显真气度 //229
- 改变能改变的，接受不能改变的 //232
- 容忍，才会获得自由 //234

第十七份礼物 谦和低调，以“未名”而扬名天下

- 虚心向学，不耻下问 //238
- 成长中的每次低头是对自己的肯定 //240
- 做人要低调，但不低微 //243
- 得意千万别忘形 //245
- 事是做出来的，不是说出来的 //248
- 放下“包袱”，才能走得更远 //250
- 人外有人，学会看轻自己 //252

第十八份礼物 懂得感恩才能真正成长

- 感恩是快乐的源泉 //256
- 学有所成是对恩师最大的回报 //258
- 滴水之恩，当涌泉相报 //261
- 感谢对手，激发自己的潜能 //263
- 不抱怨，感谢折磨你的人和事 //265
- 感恩别人，其实也在恩惠自己 //268

第十九份礼物 拥有好心态，才有好未来

- 压力是成长的推动力 //272
- 为人要有自制力 //274
- 驯服欲望，自在人生 //277
- 不要与别人盲目攀比 //279



舍弃虚荣，打造非凡气度 //282

第二份礼物 与人为善，朋友是你一生的财富

与人相处，贵在真诚 //286

学会理直气和，避免发生矛盾 //288

学会从对方的角度考虑问题 //291

你有两只耳朵，却只有一张嘴 //293

第二十一份礼物 保持健康，让生命时刻充满青春活力

“身心”健康一个都不能少 //298

身体是人生的本钱 //300

劳逸结合，及时为身体充电 //302

内心有阳光，世界就是光明的 //305

第一份礼物

立志，方向比努力更重要





首先应该清楚：你在为谁读书

每一个人都应该立定一个志向，要做一个大人物。

——冯友兰（曾任北京大学哲学系教授，著名哲学家、教育家）

在平常每一个波澜不惊的日子，青少年过着学校、家里两点一线的生活，似乎很少有时间去思考“为谁读书，读书为了什么”的问题，我们只是按照社会和家长为我们安排的路线茫然地走下去。虽然这条路是长久以来证明最适合于我们发展的，但是它到底好在哪里，我们并不清楚。没有目标的指引和推动，每一天的学习当然会变成一种负担，似乎是在家长善意的“逼迫”下才不得不去做的事。

很多青少年会认为读书无用，确实如今这个提倡多元化的时代，可以说行行出状元，但是通过学校学习仍然是成才最有效和最合适的途径。而且，你可知道，在我们今天看来上学这么容易的事，在20世纪初却不是一件易事。北大的马寅初校长当年为了上学读书，竟纵身投河，还说出“不读书，毋宁死”之语，由此可见其风骨卓著。

曾当了9年北大校长的马寅初先生出生在江南的浦口，并在那里度过了美好的童年时代。但是，他时常满腹心事，因为他对父亲为他安排好的生活极为不满。他不愿意读私塾、继承家业，而对新式小学非常向往，十分渴望看看外面的天地。于是，他和父亲展开了对抗。

一次，父亲对他说：“元善（马寅初的字），你已经不是小娃崽儿了，应该学做生意。爸爸希望你能继承家业啊！”

“不，我不愿意做小老板，我要去城里念书！”

“你敢犟嘴，给我跪下！”父亲见儿子不听话，很生气，随手操起竹篾使劲朝马寅初劈头盖脸地抽打起来，“看我不打死你这个犟子……”

“打死我也不做生意，就是死我也要读书！”马寅初忍着疼痛高声反抗。

马母王氏听到哭喊声后，急忙跑出来劝解。当王氏伸手去夺丈夫手中高高举起的竹篾时，马寅初趁机从地上站起来跑出了家门。他一口气跑到了浦口镇外。在黄泽江和剡江的汇合处，湍急飞速的江流闪着白光，站在江岸上的马寅初下定决心：不读书，毋宁死！

他一咬牙，猛地跳进了江流之中。幸运的是，马寅初被人救了上来，其义父张江声——上海瑞纶丝厂老板帮助他进入上海虹口老靶子路一个教会学校——“英华书馆”，从此马寅初开始了他的中学生活。

再后来，马寅初怀着强国富民的抱负于1915年留学回国。当时，袁世凯正上演称帝的丑剧，有很多人拉拢他向袁称臣。其中一位军阀代表说：“你到我们大帅那里去吧！去后让你操办财政经济事务，保你可以发大财……”马寅初义正词严地拒绝道：“我是做学问的人，不想做官发财！”后来，他公开宣称“一不做官，二不发财”，走治学救国的道路。不久，马寅初接受蔡元培的邀请，成了北京大学的经济系教授。

我们青少年应该珍惜这来之不易的读书上学的机会，并且应该学习北大学者们立下远大的志向，努力奋进。

人的一生，成功与否最根本的差别，并不在于天赋，而在于有没有志向与目标。没有志向与目标的人生，就没有方向，会让人意志消沉，从而碌碌无为地度过一生，犹如大海上没有舵的帆船或是看不到灯塔的航船，总是会迷失方向。即便是竭尽全力地想要做出点成绩，也会因没有目标而迷失。有了远大的志向与目标，人生才会充满前进的渴望与动力。一旦丧失目标，失去的可能不止是有意义的人生。

只有目标能够给人以巨大的动力。所以，如果青少年常常感到自己不愿学习，为其所苦，不妨深入想一想，我们学习的目标是什么，长大之后我们要做些什么。著名北大学者梁漱溟教育他的孩子，不能贪，做



事不能贪图别人的表扬，生活上不能贪图享受，不能把欲望当作志向。

人生就是一段旅途，我们必须寻找到属于自己的前行方向，这一点至关重要。再简单一些说，就是只要是自己想要成为的人即可。哲学家冯友兰先生的志向是哲学，不可否认，他确实成为一个大人物，但立志之时，他只是想要成为哲学领域中人而已，这便是立志所创造的成就。



对于盲目的船来说，所有风向都是逆风

青年呵！你们临开始活动之前，应该定定方向。譬如航海远行的人，必先定一个目的地，中途的指针，只是指着这个方向走，才能有到达目的地的一天。若是方向不定，随风飘转，恐永无达到的日子。

——李大钊（曾任北京大学图书馆主任兼经济学教授，无产阶级革命家，中国共产党主要创始人之一）

古罗马政治家、哲学家塞涅卡有句名言说：“如果一个人活着不知道他要驶向哪个码头，那么任何风都不会是顺风。有人活着没有任何目标，他们在世间行走，就像河中的一棵小草，他们不是行走，而是随波逐流。”我们的人生也是一样，做任何一件事情之前，首先应认清方向。这样不但能对自身目前的处境了解得更透彻，而且在追求目标的过程中，也不至于误入歧途，白费工夫。

人生的旅途有很多岔路，一不小心就会走冤枉路。许多人拼命埋头苦干，却不知所为何来，到最后才发现走错了路，但为时已晚。这样的人虽很忙碌，却不见得有意义。因此，我们务必设定真正适合自己的目标，然后朝着这个方向勇往直前、坚持到底，找到生命的意义。

比尔·盖茨在谈到他的成功经验时说：“我的成功在于我的选择。如果说有什么秘密的话，那么还是两个字：选择。”其实人的一生就是一个选择



的过程，只有自己的出身不能选择，其他的一切命运都是自己选择的结果。

一位著名音乐家在经过一家银行门口时，看见一个黑人在拉琴，便走过去同他打起了招呼，聊起了天。他朋友非常诧异地问：“你认识这个人吗？”这个音乐家告诉朋友，他曾经和这位黑人琴手一起拉过琴。他的朋友更诧异了，于是这位音乐家就讲起了他和这位黑人朋友的故事。

这位音乐家刚到美国的时候，由于生活清贫，为了维持生活和学习，决定在街头拉小提琴赚钱。在拉琴的时候，遇到了一位黑人琴手，两人便一起拉琴。后来两人找到了一个非常繁华的地段——一家银行的门前。那里的人流量非常大，所以他俩每天都有不错的收入。过了一段时间之后，他发现自己赚的钱已经够缴音乐学院的学费了，于是他毅然选择了去音乐学院继续学习。从此，他和这位黑人朋友就分开了。

这位音乐家进入音乐学院以后，刻苦学习，把所有的时间和精力都花在了提高琴艺上。因为是在学校上学，所以他没有太多的时间去赚钱，因此在他上学的这一段时间，他的生活非常艰难。但是即使这样，他也没有选择重新回到街头拉琴。

现在距离当时已经10年，现在的他已经成为一名世界级的音乐家，而现在他的黑人朋友仍然在这黄金地段拉琴。他的黑人朋友见到他以后，特别高兴地问：“好多年没见你了，你现在在哪里拉琴呢？”他告诉了这位黑人朋友一个著名的音乐厅的名字，黑人朋友接着问道：“那家音乐厅的地段怎么样呀，在那拉琴赚钱吗？”音乐家的朋友想告诉这位黑人朋友，他现在已经是世界级的音乐家了，是在音乐厅办音乐会，而不是在门口拉琴。但是，这位音乐家制止了他的朋友，笑着对黑人朋友说：“还好，生意还不错。”

10年前，两人的生活是一样的，但是10年后，他们的生活发生了天翻地覆的变化：一个人成了世界级音乐家，另一个人依然在街头拉琴。而两人不同的生活则是因为两人在10年前做出了不同的选择。如果音乐家在10年前，没有坚持自己的梦想，没有向自己想要前进的方向努力，而是像黑人琴手一样只是卖艺度日，那就不会有现在的成就。正如李大钊所说：“人生不在于有多少选择，而在于有多少自己的选择。”



选择，简单点来说，就是给自己定位，为自己寻找努力的目标和方向。因此，我们要慎重对待生活中的每一个选择，好好地把握每一次选择。不同的选择决定不同的人生，不同的人生决定不同的命运，最终的选择权就在我们自己手中掌握。



人生是万米长跑，不要只看到 100 米

我主张年轻人在解决生活问题之后，眼光要放长远一点，要有自己的个性。人生是万米长跑，不要只看到前面的 100 米，不要只顾眼前利益。

——任继愈（曾任北京大学教授，著名哲学家、宗教学家、历史学家）

我国古代将树立远大的理想称作“立志”。自孔子以来的历代学者都把“立志”作为学习的必要条件。孔子曰：“三军可夺帅也，匹夫不可夺志也。”明代学者王守仁说：“君子之学，无时不处不以立志为事。志不立，天下无可成之事。志不立，如无舵之舟，无衔之马。”“志不立，天下无可成之事。虽百工技艺，未有不本于志者。”立志于青少年而言就是树立远大的理想。树立远大理想对一个人的成长至关重要，而且是否具有远大的志向和理想，也是一个人成功的重要因素之一。

理想是青少年腾飞的翅膀，有了理想，才会有前进的方向；有了理想，才会有前进的动力。而如果没有明确而远大的理想，没有美好的希望和追求，那么行动就会失去方向和动力，在学习和生活中稍遇挫折就会心灰意冷，一蹶不振。反之，如果一个人具有远大的理想和抱负，就会清醒地认识到自己的行动和意义，就会按照目的自觉地调节自己的行动，不达目的，决不罢休。