

来自一流学府的顶尖智慧

北大清华 著名教授
杰出学子 强力推荐



清华 杰出男孩

李明星◎ 编著

智慧书系

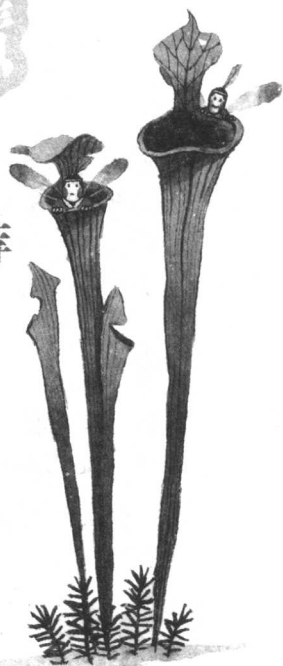
给青少年 的15个忠告

“清华”是一种强烈的进取精神，是一种深厚的文化内涵，是一种青春的气息！清华是大师的摇篮。在清华，希望与困难并存，机遇与挑战同在，自由的空间任你驰骋，广阔的天地任你纵横。

石油工业出版社

来自一流学府的顶尖智慧

北大清华 著名教授 杰出学子 强力推荐



清华 杰出男孩

李明星◎ 编著

智慧书系

给青少年 的15个忠告

“清华”是一种强烈的进取精神，是一种深厚的文化内涵，是一种青春的气息！清华是大师的摇篮。在清华，希望与困难并存，机遇与挑战同在，自由的空间任你驰骋，广阔的天地任你纵横。

石油工业出版社

图书在版编目(CIP)数据

清华杰出男孩给青少年的 15 个忠告 / 李明星编著.

北京:石油工业出版社,2007.1

ISBN 978-7-5021- 5909-2

I. 清…

II. 李…

III. 成功心理学 - 青少年读物

IV. B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 162455 号

清华杰出男孩给青少年的 15 个忠告

李明星 编著

出版发行:石油工业出版社

(北京安定门外安华里 2 区 1 号 100011)

网 址: www.petropub.cn

编辑部: (010)64523643 营销部: (010)64523603

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京市晨旭印制厂

2007 年 6 月第 1 版 2007 年 6 月第 1 次印刷

787 毫米×1092 毫米 开本: 1/16 印张: 16.125

字数: 250 千字

定价: 28.00 元

(如出现印装质量问题,我社发行部负责调换)

版权所有,翻印必究

序 一



这本书是我今年要推荐给年轻朋友看的作品之一，在仔细阅读它的过程中我常常不能平静。

我认识一位博士生，是我一位内蒙古朋友的儿子，他前几天告诉我他又在学术刊物发表了一篇论文。真为他高兴，但最让我有感触的是他邮件里的一段话：“小时候我是一个不爱学习的孩子，中学时爸爸带我到清华见您，您逗我玩的同时又给我讲了荀子的《劝学篇》。其中的‘不登高山，不知天之高也’，几年来一直作为我的座右铭，使我有远大的理想，让我不断求学，成长为一个对科学探索很有兴趣的男孩。”

这大概就是经验性知识给人的力量。500多年前，年轻的王阳明搬出一把椅子，坐在院子中央，“格”竹子（“格”在这里可粗略地理解为探究的意思），七天七夜，终因体力不支晕倒在地。现在看来，这像一个可爱小孩玩的游戏，但在那些年轻的求知者的眼里——正如前文这位牢记《劝学篇》的男孩一样——经验性的知识带给他们无比坚强的力量，一直影响着自己的人生。

学过开车的人都知道，如果教练不把为什么要先踩离合后换挡的道理讲清楚，实际操作时是很容易犯错的。这体现了我们中国人的一种思维习惯：先知后行，总是要先想清楚“为什么要这样做”，对于还没有想清楚或想不清楚的事，做起来总好似“盲人摸象”。英文“Science”最开始翻译进来就是害得王阳明晕倒的“格物致知”，后来才越来越发现两者之间的区别：如果要西方人来“格”竹子，他们可能不会总在静思竹子的来龙去脉，而是会把竹子砍了，拿进实验室来分析纤维是多少，水分是多少……所以，后来汉英翻译者借助日语里的一个词，才把“Science”翻译成“科学”。



在我国浩瀚的历史长河中，留下了多少集生活经验、智慧思考于一体的典籍，它们和英文的“科学”似乎有着本质区别（好像叫“学科”也不行），但仍是指导人们认识世界改造世界的重要武器，具有穿透时空的强大力量，经久不衰。比如《论语》、《道德经》、《劝学篇》、《曾国藩家书》……而我手头的这本《清华杰出男孩给青少年的15个忠告》，也许是当前这个时代给年轻朋友出版的经验型、智慧型读本。

说实话，拿到这本书的时候，“清华”两字是迅速吸引我目光的原因之一，但心里总觉得我之所以被吸引，一定还有别的缘故。我的意思是，人的因素相当重要，赢得了起点，未必赢得了终点；反过来，输掉了起点，也未必会输掉终点。这本书绝不是只给那些身在清华、准备考清华的人看的，即使你可能考不上清华北大，或已经从大学毕业，甚或没有上过大学，只要你像前面的男孩那样，希望获取生命中无比坚强的力量，此书都是值得一读的读物。

我是一向很愿意和年轻人交往的。我觉得他们最闪耀的品质第一是“实际”，知道自己想要的是什么，同时也知道自己能给予别人什么；第二是“分享”，无论精彩与否，都敢于表现自己。看这本书的过程中不断地印证了我的观点：该书的作者对自己观点表述相当自信，但这种表述绝非说教（即使是忠告一中讲到“为中华崛起而读书”时也只有激情洋溢）。赠人玫瑰，手有余香。

忠告三“争取考第一有方法”非常实用，以后再有人问如何学习考试，我就直接把这本书借给他去看；忠告二“拥有舍我其谁的自信”和忠告八“事事敢为天下先”，不知不觉中道出人生取得成功的第一重要条件，读来顿感大气凛然。毕竟是年轻人写出来的东西。正如书中所表述的，以我这样阅历的人看来，真正自信的人才能做到“每逢大事有静气”，越是关键时刻越显胸怀和魄力，在困难和麻烦面前有着百折不挠的意志。

现在流行这样一种说法，“以最小的代价成长，以最少的代价成功”。我欣赏年轻人的小聪明，我更钦佩他们的“大智慧”。什么



是“大智慧”呢？我认为，生活中的“大智慧”就是在恰当的时间做恰当的事，知道付出，懂得取舍，不茫然保守，不拘泥胆怯，该拼就拼，该宽容就宽容。而做到这一点，就必须有博大的内心世界。要善于独立思考，感悟新的东西，不能再是“夏虫不可以语冰”……所有这些，自然是书中“忠告十一”和“忠告十三”里的内容了。

书的最后一个忠告讲到感情方面。感情更多的是个人理解和体验，从感情方面改变一个人极其不易，于付者于受者都冷暖自知。作者在书中将感情与求学这对矛盾处理得恰到好处，从“人生”的角度去统领感情，实在是“令人钦佩”。

本着希望天下年轻人都能实现其理想、都能成功的愿望，我希望读者们在阅读这本书时，不妨从以下三方面入手：

第一，大海所以能为百川之王，善下之。也就是要虚心学习，要勤奋。人唯有首先放低自己才有可能拔高自己，如果总是唯我独尊，那就很难有所进步了。“贪心”指的是不满足于一点点感悟与成就，要“得陇望蜀”。

第二，通乎用其非有。这句话可以理解为“要善于利用别人的东西”。这是初级阶段，高级阶段是“要把别人的东西当作自己的一样来使用”。怎样达到这种境界呢？那就要在前一条的基础上做到不唯书，不尽信书。具体到这本书，读者可以对照自己的实际情况，写写读书心得，不光要写在纸上，更要“写进心里”，在理解之后消化，在消化后沉淀，举一反三，融会贯通，把书本知识同实际情况相结合，把“别人的东西”最终变为自己的知识。

第三，无招胜有招。也就是常说的“大道无术，大器无形”。于无声处听惊雷，但这还只是我的第一层意思；另一层意思是希望年轻朋友在最后也要放松自己，不要追求完美。如禅宗语：花未全开月未圆，完美人生的真相就是不断走向完美，而永不抵达。所以，即使不断学习，也会不断犯错，总会留有遗憾，这是人生常态，要有应对的心理准备，更要学会面对缺憾，懂得原谅自己，体谅他人；

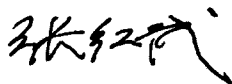


而最终我们都要学会心平气和地生活。那些在我们生命中起过巨大作用的名言、警句、经验性知识，终会慢慢褪去，取而代之的，是那些再不需要刻意学习和领会的“下意识”。

史家桑兵有言：治学途则，一为先因后创，一为不破不立；前者可以得道，后者易于成名。如今“不破不立”的人似乎多了点，既有“用另一种眼光品历史”，又有“话糙理不糙”，个性很足。但也要像“忠告五”所说的那样厚积薄发。年轻人尤其要战胜浮华和虚荣，踏实为上，要好好体味《易经》中的“潜龙在渊”。

常言道，一本好的书就像是一面镜子，让人看到另外一个自己，从而能更好地去看世界。我深知，写书和看书都是“辛苦的事”，我相信无论作者读者，因着所有的汗水和领悟，会发现那最美丽的花朵，原是为自已而盛开的。

我很高兴看到这样一本书，我要向年轻的作者学习。



(张红武：清华大学教授、博士生导师，著名的水利专家，全国政协人口资源环境委员会委员。)



序 二



北京大学，创立于1898年，初名京师大学堂，1912年改名为北京大学。她是清末戊戌变法的产物，是中国近代史上第一所国立综合性大学。其成立标志着中国近现代高等教育的开端。北京大学自建校以来，一直享有崇高声誉，“上承太学正统，下立新学祖庭”，是中国古代最高学府在现代的延续。时至今日，北京大学不仅是中国实力最强的综合性大学，而且也是最具国际知名度的中国大学。雄踞神州，放眼世界，北京大学已然跻身世界名校之列。

作为新文化运动的中心和“五四”运动的策源地，作为中国最早传播马克思主义和民主科学思想的发源地，百余年来，北京大学始终站在时代前列，筚路蓝缕，继往开来，为民族的振兴和解放、国家的建设和发展、社会的文明和进步做出了不可替代的贡献，在中国走向现代化的进程中起到了重要的先锋作用。爱国、进步、民主、科学的精神和勤奋、严谨、求实、创新的学风在这里生生不息、代代相传。

从沙滩到燕园，从红楼到未名，百年北大伴随风雨前行。那些惊天动地的宏伟目标业绩与寂寞沉潜的学术思索，渐渐汇聚成一种可歌可泣的壮美，悄悄凝聚成一段梦魂牵绕的回忆。秉承那些源远流长的精神传统，北京大学早已成为中国学生心目中的圣殿。辉煌的历史、深厚的底蕴、强大的师资、多样的学科、优良的学术以及诱人的前景，一直以来深深吸引着来自全国各地的优秀学子。北京大学是历年来录取各省市高考状元最多的大学，而历年来国际奥林匹克竞赛的获奖学生绝大多数也在此深造。

但是每个北大学子都深深懂得，一旦佩上北大校徽，顿时会有被选择的庄严感，因为这是一块圣地，百余年来中国社会的痛苦和



追求，都在这里得到集聚和呈现。沉沉暗夜中的古大陆，这校园中青春的精魂曾为之点燃昭示理想的火炬。一代又一代的中国学者，从这里眺望世界，走向世界，以坚毅的、顽强的、前仆后继的精神，在这片辽阔的国土上传播文明的种子。它不是一种物质的遗传，而是灵魂的塑造和精神的远播。生活在燕园的人都会把握到这种恒远而又无形的巨大存在，那是一种北大特有的精神现象，这种超越时间和空间成为北大永存的灵魂。在今日之北大，“北大人”这个光辉的称谓，不仅昭示着一种荣耀，更提醒着一种责任，不仅代表着优秀与才华，更代表着勤奋和责任。北大的传统渗透到每个北大人的血液，鞭策每一个北大人不懈努力，为今日之北大与明日之中国而奋斗不息。

每年，都有来自四面八方的学子汇入燕园的人流，他们是燕园初绽的蓓蕾，是未名湖的源头活水，是千林万木中的“新枝”；每年，又都有一批学子展翅离开燕园，他们是燕园成熟的果实散播于各地，是未名湖通往四面八方的灌渠。

只要你踏入北大校园，北大的历史就会化为一种实实在在、别有洞天的感觉，她的每一棵树，每一块碑，每一条路，都暗含着历史的沧桑，都凝结着文化的久远。而能在这样的园里读书、做学问，又何尝不是一种享受呢？

谢冕先生曾经说过：“这真是一块圣地。近百年来，这里成长了中国数代最优秀的学者，丰博的学识，闪光的才智，庄严独立的思想，这一切又与耿介不阿的人格探索以及勇锐的历史不可缺少的人格和无可争议的抗争精神相结合，构成了一种特殊的精神魅力。民主科学与已经成为这块圣地不朽的魂灵。”

人文是北大的灵魂，无欲与宽容充实着她的精神。北大不只是北大人的北大，还是中国人的北大。北大是永不停息的，愿她的精神魅力能给所有的青少年以激励。

或许在你每次读到北大时的激动中，或许在你高考奋力拼搏的动力中，你已经隐隐约约地有了这样一种感觉：北大是特殊的。但



她的特殊之处何在呢？本书作者将会详细地给我们解读，《北大女孩给青少年的15个忠告》值得一读。

北大光华管理学院
刘学

(刘学：北京大学教授、博士生导师，著名的管理学专家)

目 录

CONTENTS



忠告 1 为中华之崛起而读书

清华大学是中国的最高学府,在创建伊始就以国家和民族危亡为己任。清华男孩从踏入清华园的那一天,就注定要把国家民族利益放在第一位。

“天下兴亡,匹夫有责”	/ 3
为了民族的健康	/ 5
“家事国事天下事,事事关心”	/ 7
竭尽所能,报效祖国	/ 10

忠告 2 拥有舍我其谁的自信

“仰天大笑出门去,我辈岂是蓬蒿人。”清华男孩身上洋溢着舍我其谁的自信,他们会用自身的故事告诉你:只要你愿意,没有什么不可能。

世界上没有不可超越的高度	/ 15
“我一定行”	/ 18
不管多么困难,也要争取胜利	/ 20
自信是走向成功的第一步	/ 22
敢上九天揽月	/ 25



自信的力量是巨大的	/ 28
过去的已不再重要,只有未来属于自己	/ 30

忠告 3 讲究考第一有方法

清华男孩为什么能以绝对优势的成绩顺利通过高考的独木桥,走入卧虎藏龙的清华园?因为他们掌握了学习的方法和考试的诀窍。

兴趣是最好的老师	/ 37
别把学习当苦差	/ 39
从“学会”到“会学”	/ 42
学会有效的阅读	/ 43
计划你的学业	/ 46
播下好习惯,收获好“运气”	/ 48

忠告 4 用效率挥写生命的精彩

如果你不珍惜现在,时间就会像风一样从你身边溜过,给日子留下一片苍白。活在当下,珍惜眼前,是清华男孩对生命的抉择。

“今日事,今日毕”	/ 53
“与其明年喝酒,不如立刻喝水”	/ 55
做一个时间规划表	/ 58
要有完整的人生规划	/ 61
效率比废寝忘食更重要	/ 63
浪费时间等于浪费生命	/ 66
利用好时间的“边角料”	/ 69





忠告 5 每天比别人多努力一点

“骐骥一跃，不能十步；驽马十驾，功在不舍。”清华学子梁实秋先生曾说：“成功与不成功之间只差别在一些小小的事情上，每天多做5分钟阅读，多思考一下，多努力一点，就能逐渐提高自己的能力，达到人生的巅峰。”

勤奋的汗水总会折射灿烂的光芒	/ 75
“聪明在于学习，天才在于积累”	/ 77
勤能补拙是良训	/ 79
运气只是愚人的借口	/ 81
好记性不如烂笔头	/ 83
厚积才能薄发	/ 86
懒汉田里长出来的只能是莠草	/ 88

忠告 6 爱拼才会赢

清华的校训是“自强不息，厚德载物。”天行健，君子以自强不息。清华男孩的宣言是：拼一次春夏秋冬，搏一生无怨无悔。

艰苦奋斗就像吃饭一样天经地义	/ 93
没有最好，只有更好	/ 95
成功属于永不服输的人	/ 98
追求平淡是无能的托词	/ 99
每天进步一点点	/ 101

忠告 7 把困难视为人生的教练

磨难出英雄，烈焰炼真金；吃得苦中苦，方为人上人。清华男孩在逆境中不断奋斗，在风雨中勇敢前行，不达目的决不罢休。



“苦难对于天才是一块垫脚石”	/ 109
从逆境中奋起	/ 111
成功的必然性在于坚持不懈	/ 113
“屡战屡败”与“屡败屡战”	/ 115
做一个乐观向上的人	/ 118

忠告 8 事事敢为天下先

追求创新的清华男孩能为他人之所不能为、不敢为,事事敢为天下之先锋。他们就是鲁迅先生所说的“敢吃螃蟹的人”。

“创造力是一个民族进步的灵魂”	/ 123
创新的机会无处不在	/ 126
创新不是简单的无中生有	/ 128
不断超越自我	/ 130
敢为天下先	/ 133

忠告 9 坚持求真务实的精神

“未名湖畔悠闲散步,清华园内潜心读书。”揭示了清华男孩求实的本性。几十年前梅贻琦校长塑造了清华男孩注重实用的价值观和踏实的个性。

清华精神	/ 139
少谈多做	/ 141
做一个学以致用的人	/ 143
行胜于言,不唱高调	/ 146
学问之道,全在求实	/ 148



忠告 10 做一个大写的人

朱镕基是清华大学机电系 51 届毕业生,他说:“清华不仅是一个为学的地方,更是一个教人为人的地方。它以严谨的学风教我们做一个有骨气的中国人。”

有勇气做一个平凡的人	/ 153
“耻不如人”	/ 155
做个有骨气的中国人	/ 158
最珍贵的东西是正直	/ 161

忠告 11 保持谦逊与豁达的品格

“厚德载物”是清华校训之一。它要求清华人虚怀若谷,具有大地般博大宽广的胸怀,以承载生生不息的万物。

“敏而好学,不耻下问”	/ 167
美德比分数更重要	/ 170
豁达是一种博大的智慧	/ 173
以谦逊为美德	/ 175
正人先正己	/ 177
海纳百川,有容乃大	/ 180
保持本真的自我	/ 183

忠告 12 用真诚营造人际绿洲

美的音乐都是由不同的音符组成的,有差别才有和谐。在清华男孩的心目中,人与人交往贵在存同求异,君子之交求和谐,但不求一味投人所好。



帮助别人就是在帮助自己	/ 189
真诚是做人的起点	/ 191
严以律己,宽以待人	/ 193
把你的合作“网络化”	/ 196

忠告 13 培养静思默想的人生智慧

作为工科为主的清华大学来讲,可以毫不夸张地说,科学是清华男孩的第一生命。

清华只是起点	/ 201
追求真正的学问	/ 203
把学术研究当作生命	/ 205
科学来不得半点玄虚	/ 208
清华人的“生命哲学”	/ 210

忠告 14 炼就“钢筋铁骨”般的身体

清华一句话:当你郁闷时,跑步吧!当你快乐时,跑步吧!当你不知道做什么时,跑步吧!跑步能让你精神焕发,让你青春永驻,让你知道你所有的力量。

加上体育才能成为“完人”	/ 215
在清华炼就“钢筋铁骨”	/ 217
健全的心灵寓于健康的身体	/ 219
“身体好”才是真的好	/ 221
运动道德比什么都重要	/ 223

忠告 15 用智慧拴住爱的“小草”

莎士比亚说,“爱情不是花荫下的甜言,不是桃花园中的蜜语,不



是轻绵的眼泪,更不是死硬的强迫,爱情是建立在共同的基础上的。”
清华男孩理智地对待爱情,不让青春为爱所累。

当你足够优秀时,爱情自会来敲门	/ 229
真爱建立在共同志趣的基础上	/ 231
爱要激情,更要理智	/ 234
让爱情顺其自然	/ 236



目录

