



主编 丁璇 祝武强

励志成才 ——自强写人生

The Path to Self-improvement

 北京理工大学出版社
BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS



励志成才——自强写人生

主编 丁璇 祝武强

编委 曾艳芳 陈鸿朗 杨虹

黄淑榆 余晓娜

 **北京理工大学出版社**
BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

励志成才: 自强写人生/丁璇, 祝武强主编. —北京: 北京理工大学出版社, 2017. 4

(精英明志)

ISBN 978-7-5682-3956-1

I. ①励… II. ①丁…②祝… III. ①大学生-模范学生-先进事迹-中国
IV. ①K828. 4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 064665 号

出版发行 / 北京理工大学出版社有限责任公司

社 址 / 北京市海淀区中关村南大街 5 号

邮 编 / 100081

电 话 / (010) 68914775 (总编室)

(010) 82562903 (教材售后服务热线)

(010) 68948351 (其他图书服务热线)

网 址 / <http://www.bitpress.com.cn>

经 销 / 全国各地新华书店

印 刷 / 保定市中华美凯印刷有限公司

开 本 / 710 毫米×1000 毫米 1/16

印 张 / 15.5

字 数 / 244 千字

版 次 / 2017 年 4 月第 1 版 2017 年 4 月第 1 次印刷

定 价 / 46.00 元

责任编辑 / 李慧智

文案编辑 / 李慧智

责任校对 / 周瑞红

责任印制 / 王美丽



序 言

PREFACE

身边榜样——学风建设中不可或缺的力量。

学风是一所大学的灵魂，是学校生存与发展的根本支柱。一般来讲，狭义的学风特指学生的学习风气，是学生总体学习质量和学习面貌的主要标志，是全体学生群体心理和行为在治学上的综合表现。学生群体的学习目标、学习态度、学习纪律、学习方法、学习兴趣、学习效果在不同层次上构成了学风的要素。

看当前中国的大学，每年毕业生未能按期取得毕业证的比例都显得比较高，部分知名的研究型大学可以解释为“严出”，而其他二三本层次的学校显然就必须多考虑加强学风建设了。思考影响大学学风的原因，我想大约有以下三个：一是高考，千军万马杀过独木桥，初入大学，生涯规划未能接续；二是生活条件渐渐富足，二代缺乏一代刻苦求学的内生动力；三是社会逐渐开放多元，校园外的浮躁必然影响校园内的安宁。

再看构成学风的六大要素，尤为重要的是学习目标。学风建设主要也就是要解决学生为何而学的问题，首要加强的是让学生学习的目的明确，然后是学习的态度端正，学习的热情激发，学习的方法科学，学习的能力和学习的质量提高。

在学风建设方面的理论研究成果很多，但卓有成效的具体做法却很少。但无论如何，朋辈榜样的力量在学风建设中所起的作用是不可或缺的，正如列宁同志所说：“榜样的力量是无穷的。”

本书中收录了我校 2015 年和 2016 年国家奖学金、光大奖学金（我校奖学金额最高的学生奖学金）获奖学生的自传，汇集我校 91 名优秀学生的信息材料，最真实地跟大家分享自己奋斗的青春，讲述自己在大学生活中的所思所想、所得所悟。他们通过不同侧面展现着奋斗的青春，彰显着自信绚丽的自我，每个人亮点不同，有学科竞赛突出的“达人”，有学生干部工作出色的“牛人”，有专业绩点超高的“学霸”，有热心公益的模范，他们都是广大青年学子的榜样。本书中一个个鲜活的来自身边的案例，比起单纯的课堂说教和制度约束，更能有趣有料地起到学习榜样、见贤思齐的作用。

以先进的思想培育人，以优秀的模范激励人，以杰出的事迹感染人，以榜样的力量引领人。愿我们的学子感悟到这榜样的力量。

是为序。

北京理工大学珠海学院党委副书记、副院长

李绍勋



目录

CONTENTS

自我的寻找与完善	001
躬行实践，全面发展	004
这一刻，我准备了三年，你们呢	006
破茧的美丽	009
春风化雨乐未央，行健不息须自强	011
平凡人更要走不凡路	014
脚踏实地，不断超越	017
我的学术梦	019
我的平凡之路	021
雄关漫道真如铁，而今迈步从头越	023
励志自强，崇实尚能	025
我的两次飞跃	028
遇见最好的自己	030
我的大学生活	032
不遗憾的大学	035
我的生命因青春更精彩	037
我只成为自己的王	041
知行合一，勇攀高峰	044
奋斗·回馈	047
当自强	050
大学——我的成长过程	053
你好，梦想	055

天道酬勤，宁静致远	057
青春无悔	060
如果没有来到这里，我会是一个不同的人	062
坚持，就会改变	065
完整却不完美	068
理想，从懵懂时就有了	070
平凡中立志不平凡	072
用青春磨炼生命，让生命绽放精彩	074
既来之，则安之	077
对明天最好的准备就是在今天尽力而为	080
坚持不懈，勇往直前	082
一分耕耘，一分收获	085
不忘初心，追逐梦想	088
为梦而战——我的常春藤大学梦	091
第三人称	094
我很努力	096
生命中普通的一天	098
平凡的我	100
一个乐于分享的极客	102
脚踏实地，有所追求	105
在风雨中茁壮成长	108
成长	110
越努力，越幸运	112
赔付青春展宏图	115
不负青春不负梦	117
大学成长之路	120
梦想入云梯，奋斗如阶梯	122
“剩”者为王	125
你好，我是嘉铃	128
越青春越折腾	131
青春易逝，莫负年华	134

穷则独善其身，达则兼济天下	137
一受挫就止步，怎能等到柳暗花明	140
铿锵玫瑰	143
阳光风雨在路上	146
人之所以能，是相信能	149
时光未老 奔跑的脚步别停	152
成功不会缺席，它只是迟到了而已	155
坚持，直至不凡	157
奋斗的青春不遗憾	159
坚韧不拔，追梦不息	163
不忘初心，方得始终	166
我的“文房四宝”	169
“笨鸟”亦能“先飞”	172
不畏失败的修行者	175
步履不停	178
我没有天赋过人，但一直全力以赴	180
把不可能变成可能，把可能变成无限可能	183
学霸的练就	185
我，不甘平凡	188
张弛有度，力争上游，方能使人铭记于心	191
扶摇直上九万里	195
坚持到最后	197
勿忘初心，方得始终	200
自强人生	202
成功是留给有准备的人的	204
为梦想奋斗，为成功坚持	206
自强之路，步步为营	209
坚持，就会改变	211
大学这本书	213
带上坚持往前走	215
像“疯”一样自由	218

尽力诠释完美	221
我在北理的奇幻之旅	224
我的大学之路	226
自强人生	229
我的凌霄天梯	231
厚积薄发，贵在坚持	234
不一样的人生	236

邓帮睿



工业自动化学院，2014 级，中共预备党员。专业排名 1/311。

获奖及评优情况：

共参评优秀学生奖学金 3 次，其中特等奖学金 3 次；国家励志奖学金 1 次；
2015 年获得全国应用型人才综合技能大赛“太尔时代杯”二等奖、“海尔创客杯”三等奖；

2016 年获得北京理工大学珠海学院 2016 年“挑战杯·创青春”暨第六届大学生创业大赛三等奖等学科竞赛奖 3 项；

2016 年参加寒假母校回访活动（获得优秀奖）等社会实践 2 项。

自我的寻找与完善

本人邓帮睿，是北京理工大学珠海学院 2014 级机械工程 3 班学生。现任 2016 级工业工程 2 班新生班主任、CAD 软件技术协会项目部部长以及班级学习委员，获得国家级奖 3 项、省级奖 2 项、校级奖 7 项、院级奖 2 项。

迷茫期与选择期

作为在被人称为“千军万马过独木桥”的高考中被角逐下来的学生，自进

入大学以来，未曾设立任何目标的我将学习作为主旋律，认真勤奋，经常沉迷于图书馆，奔波于课室、自习室、图书馆，因为我始终相信，不断地学习总会有回报的。大学两年来，我的绩点排名专业第一，在参评的三次奖学金中共获得三次特等奖学金，还曾获得国家励志奖学金以及艾乐家奖学金。此外，在大学两年里，我还自学了CAD、UG、PROE等软件，通过CAD二级工业产品类的考证、英语四级以及计算机二级技能证书，通过不同的方式掌握多种技能。

在追求成绩优异的过程中，我发现大学梦应该是丰富多彩的，仅仅学习成绩上的优异并不能支撑自己的大学梦，更需要做出其他方面的尝试。我把完善自己未来的简历作为自己的目标，尝试参加学科竞赛，将自己学到的专业知识与学科竞赛相结合。于是，我开始自学机械类的相关知识，每天晚上都会挑灯夜战，完善文件、提前学习专业知识，并运用之前学习到的各类软件知识进行绘图。在参加全国应用型人才综合技能大赛上，我们团队分别在“太尔时代”杯、“海尔创客”杯中获得二等奖和三等奖，在首届数控竞赛上获得三等奖。除了参加学科竞赛，我也参加一些社会实践活动，例如，在寒假母校回访中，为新生答疑解惑，获得了优秀奖，并在校企合作的项目中担任主要负责人。

完善：遇见更优秀的自己

为了能遇见未来更优秀的自己，我在各方面都努力走向完善，也在逐步地自我沉淀，在评奖评优中获得2014—2015学年度的“优秀学生”及2015—2016学年度的“优秀团员”；在沉淀的同时也不断发掘自己的不足，从自己性格的角度上看，因为进入大学时自己的性格比较内向，所以大学期间自己也比较注重在这方面的自我突破：在班级担任学习委员，担任第八届团学会学习部副部长，现担任2016级工业工程2班新生班主任以及CAD软件技术协会项目部部长。在对这些职务工作的熟悉过程中，我也尝试着逐步与他人沟通、交流，通过沟通逐步认识他人。这一过程也提高了自己与人交流的能力。

我至今仍记得刚到大学的一场糟糕的面试，由于我性格内向，不善言辞，面试官提问的时间比我回答的时间还长。到现在，我已能在新生班级中一点一点给他们讲解学校的要求及新生的注意事项，而且我发现当新生班主任也是一件特别有意义的事情，跟新生相处过程中特别想把自己在大学两年学到的东西教给他们，让他们在大学生活的过程中少走弯路，帮他们找到一件自己觉得对并且想坚持下去的事情。此外，我发现大学的确是个能让人成长的地方，自

己的不足都是在大学期间一点点发觉并慢慢改变的。大学期间，我发现自己的阅读量从初中、高中以来就比较少，现在也开始为自己设定目标，以一个月读完三本书作为自己的计划，每个月都不曾间断。几个月下来，我发现每读一本书都让我受益匪浅，无论是畅游人物自传，还是钻研专业书籍，抑或是品读名人书信，都能给我带来不一样的感受，自己也从中学到很多。

在自己规划好的时光中忙碌度过，发现自己的生活也在一天天地变得更加充实。如今，我所做的每一个决定都是为了将来成为更好的自己，并且我做的每一个决定都会是自己深思熟虑的结果。我相信，现在脚踏实地、艰苦奋斗的经历，定会为以后闯出不一样的天地打下扎实的基础！

黄茂航

工业自动化学院，2014 级，共青团员，学习委员。专业排名为 20/311。

获奖及评优情况：

共参评优秀学生奖学金 3 次、二等奖学金 2 次、三等奖学金 1 次；

2014 年获得中国扶贫基金会“奔跑吧，志愿者”挑战赛全国第 2 名；

2015 年获得北京理工大学珠海学院数控竞赛三等奖等两项校级奖项；

2016 年获得广东省“创青春·挑战杯”创新创业大赛铜奖等两项省级奖项；

2016 年，“互联网+农业，助力新农村建设”项目获得校级立项，并获得 5 000 元调研资金，实践项目受到《汕尾日报》的关注与报道。



躬行实践，全面发展

我是黄茂航，工业自动化学院 2014 级机械工程专业学生，专业排名为 20/311，现任 CAD 协会副会长，班级学习委员。在校期间，共获奖项 15 项，其中国家级奖项 4 项、省级奖项 1 项、校级奖项 10 项。

自从上大学以来，我追求自立，演绎自强，彰显自信，践行公益，躬行实践，全面发展。

2014—2015 学年度，我担任校自强社干事，不断尝试，努力做好每一件事，只希望自己变得更好！2014 年加入校自强社爱心公益部，至今公益时数逾 100 小时。2014 年担任大型公益活动“善行一百”小组组长，进行街头公益劝募，带领整个小组劝募金额达 5.6 万元，个人劝募金额达 1.3 万元，荣获全国第五名。2014 年与四川大学、华南农业大学、长安大学等 20 所高校志愿者到

四川雅安参加中国扶贫基金会组织的“年度超级志愿者”探访活动；2015年担任“毕业送”公益活动小组组长；2015年负责管理校自强社公益系统，与文法、会金自强分社、大学生事务中心进行公益活动交接，发布公益活动以及处理活动名单；2015年组织“益起来”团队策划“书漂暖流”公益活动，参加全国好丽友公益梦想实践大赛；2015年参加爱心助教、交通指引、事务中心日常维护等公益活动。

2015—2016学年度，我担任CAD协会宣传部部长、班级学习委员、学院学生助理，奋力拼搏，尽心尽责，问心无愧！

2015年负责CAD协会第一届换届大会的筹备工作；2015年组织CAD协会宣传部22名成员开展部门摄影创新活动；2015年寒假组织CAD协会40名成员开展solidworks软件学习，组建寒假集训队。

2016年负责CAD协会海报、会旗、会徽、会服设计安排工作；2016年组织宣传部成员参加创新科技展活动，共5项作品参赛，协助CAD协会荣获最佳团队奖；2015—2016年参与CAD协会第二期、第三期会员招募工作；2015—2016年负责CAD协会宣传工作，管理协会微信公众号推送，个人撰写新闻稿15篇，微场景推送2篇；2015—2016年，我积极参加学科竞赛，积极与CAD软件技术协会项目部成员一起参加UG数控竞赛、机械设计创新硬币机的设计、广东省“挑战杯·创青春”创新创业大赛、创新创业项目申报、创新科技展等活动。

2016—2017学年度，我担任CAD软件技术协会副会长，班级学习委员，努力依旧，初心不变。

2016年，我参与的“互联网+农业，助力新农村建设”项目校级立项，获得5000元调研资金。此实践项目是到广东汕尾九龙村推广互联网+农业，受到《汕尾日报》的关注与报道。

回想2014—2016年两年多来的历程，我躬行实践，落实行动，全面发展，收获颇丰。无论是在社会实践还是学科竞赛领域，我都敢于去尝试，挑战，拼搏，奋斗！回首大学生活，我问心无愧！

黄嘉欣

材料与环境学院，2013 级，中共党员。专业排名为 1/47。

获奖及评优情况：

共参评优秀学生奖学金 5 次，其中特等奖学金 5 次；

2014—2015 学年光大奖学金；

撰写《氢氧化镁对磷酸二氢铵灭火性能的影响》等论文 3 篇；

获得 2015 年中国消防协会科学技术年会优秀论文三等奖、2016 年中国消防协会科学技术年会优秀论文一等奖、珠海市高新区安康杯征文比赛一等奖。



这一刻，我准备了三年，你们呢

还清晰地记得三年前，我刚刚踏进这所充满新鲜事物的学校，我的师长们就告诉我：你要有一个目标，或大或小，在这四年，朝着你的目标坚定地前行。如果你能做到，那么四年之后，你将有意想不到的收获。

在思想政治课上，老师让写下大学的目标时，你们是否认真去思考过？在创业就业的学生训练手册上，当提及大学十大目标时，你们是否仔细斟酌过？日子过得很快，大学四年的时间并不像你们想象中那么长，回头一看，不过是一眨眼的工夫。

还记得，在我大一的时候，有一次去“三饭”五楼开会，突然看到沿着楼梯上去的墙上挂着学校那些国家奖学金和光大奖学金获得者的照片和简介，心生羡慕与崇敬。从小到大我的成绩都是不上不下，我爸爸还曾开玩笑说是不是奖状发到你那儿刚好没了呀。但是不知为什么，那时的我看着那些公示牌，突然萌发了一个想法：如果有一天，我成了他们中的一员，会是什么样子的？

那天开会后，我就去翻阅了国家奖学金的申请条件。在2014年9月30日，当我基本满足申请条件时，我上交了申请表，但是很遗憾，仅获得一次特等奖学金以及一些荣誉称号的我还不够格。仔细思考之后，我明白了只有全面发展自己并拥有丰富的履历，才足以去追赶这个优秀的团体并成为其中的一员。于是我先选择挑战担任学生干部，脚踏实地努力工作。在工作中，我得到了老师和同学的一致肯定。很荣幸，我主笔的《优秀干部、优秀干事评选办法》获得了校优秀学生自治案例第7名。

接着我想，除社团工作以外，我还欠缺什么？我欠缺胆量，我上台会发抖，那么我需要一个平台，去让我变得更大胆一些。于是，我加入了珠海市高新区消防体验中心，成为一名讲解员。在这里，我需要面对不同年龄层的参观者，小到三岁的小朋友，大到各机关领导。慢慢地，我的各方面能力得到了大家的肯定，进而成为体验中心的副主任，我将体验中心的每一个设备的功能、原理和操作方法都进行汇总，并熟记于心。因为我知道只有全面了解工作的内容，才能运筹帷幄；我培养了一批讲解员，完善了管理制度和义工制度。任职期间，我在体验中心共接待了4 546人，145批次，其中包括夏令营、军训的学生、企业培训、中小学培训、接待机关领导，等等。

在这一年多的工作中，我学习到很多课堂上所学不到的东西，得到了许多宝贵的经验。因此，我撰写了一篇仅用一个星期的时间完成的论文《社会消防教育创新模式研究——以广东省珠海市消防体验中心为例》。在把这篇论文提交给广东省消防协会时，我心里没什么底，感觉自己写的这篇论文很平凡，没什么亮点。但在几个月后的某天中午，我收到了一封关于2016年中国消防协会科学技术年会获奖论文的公示名单的邮件。我怀揣着紧张的心情打开这封邮件，当看到我的名字出现在上面的那一刻很是激动，从未想过自己会获奖，也从未想过自己会成为全国唯一一个获得一等奖的本科生。当我的指导老师打电话给我时，我告诉他我没想过会获奖，他说：“你的日常工作就是一个不断地改进、创新这种模式的过程，经过你这一年多的努力，你所描述的创新模式已经固定形成。”我明白了是经验成就了现在的我，所以我十分感激我的老师，带我参加如此多的实践。

在过去这三年中，我致力于从学习、工作、竞赛科研、社会实践和公益五个方面综合发展自身，不断完善自我。

在学习上，我共获得5次优秀学生特等奖学金、1次光大奖学金，获优秀

团员、优秀学生、优秀学生干部等共 7 个荣誉称号。

在工作上，我曾任班级班长、团支书、材料与环境学院团总支学生会办公室主任、材料与环境学院教务处助理。现任珠海市高新区消防体验中心副主任，负责体验中心日常事务。

在竞赛科研方面，我致力于对所学专业领域的研究，于 2015 年参加珠海市高新区安康杯竞赛并荣获一等奖。此外，共发表了 5 篇论文，其中，《季戊四醇对膨胀型木材的影响》获 2015 年中国消防协会科学技术年会三等奖，《社会消防教育创新模式研究——以广东省珠海市消防体验中心为例》获 2015 年中国消防协会科学技术年会一等奖。

在社会实践方面，自 2015 年开始，我先后在 3 家公司进行实习，主要担任高新区安全检查组组长并负责撰写安全评价报告工作，将所学专业知识与实践相结合。

在公益活动方面，我去探访过敬老院的老人、为他们按摩陪他们聊天，也去过聋哑儿童中心陪小朋友们玩耍，教他们读书，让他们知道他们并不孤单，这个世界很温暖。在不知不觉中，我的义工时数已达到 100 多个小时。

说了那么多，也许大家会感到困惑，这和我所说的“这一刻，我准备了三年”有什么关系？从最初看到小小的公示牌到一步步朝着这个方向走来，我不断地改进自己的不足之处，与此同时也得到了许多意想不到的收获。在这个过程中我不断地思索如何去完成这个目标，直到现在实现了这个目标。这个过程历时三年，我准备了三年，最终实现了我所追求的。那么，你们呢？你们心中是否也和三年前的我一样有一颗叫作“梦想”的小种子正在发芽？抑或已成为一棵小树苗？我想，这个答案只有你们知道。希望你们能和我一样为自己的梦想而努力，并且最终让梦想得以实现。