

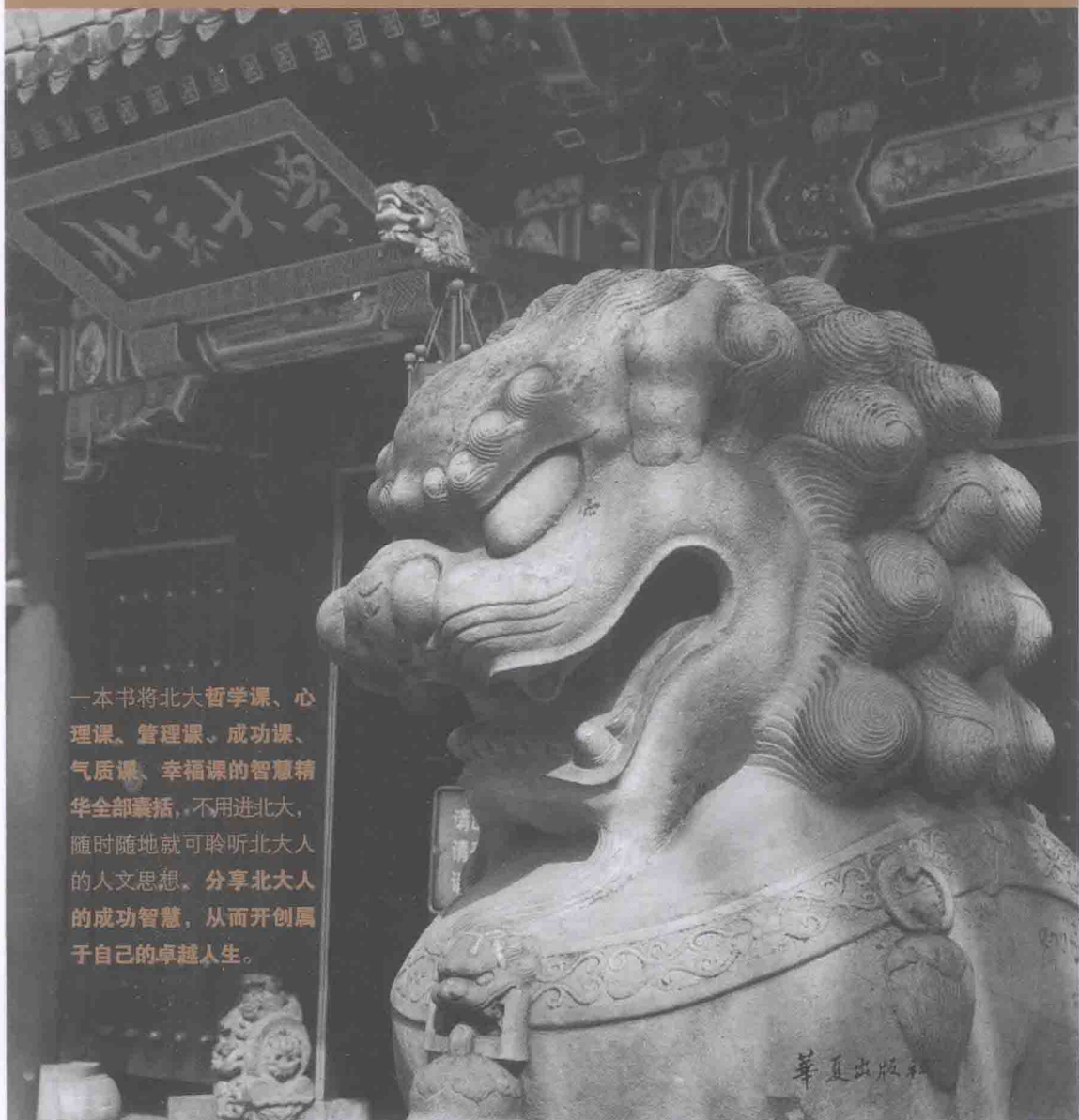


一本书读全北大最受欢迎的6堂公开课 郝任 / 著

北大公开课

Peking University public class

最火爆的智慧课程 / 最权威的思想理念 / 最全面的人生指引 / 最实用的规划策略



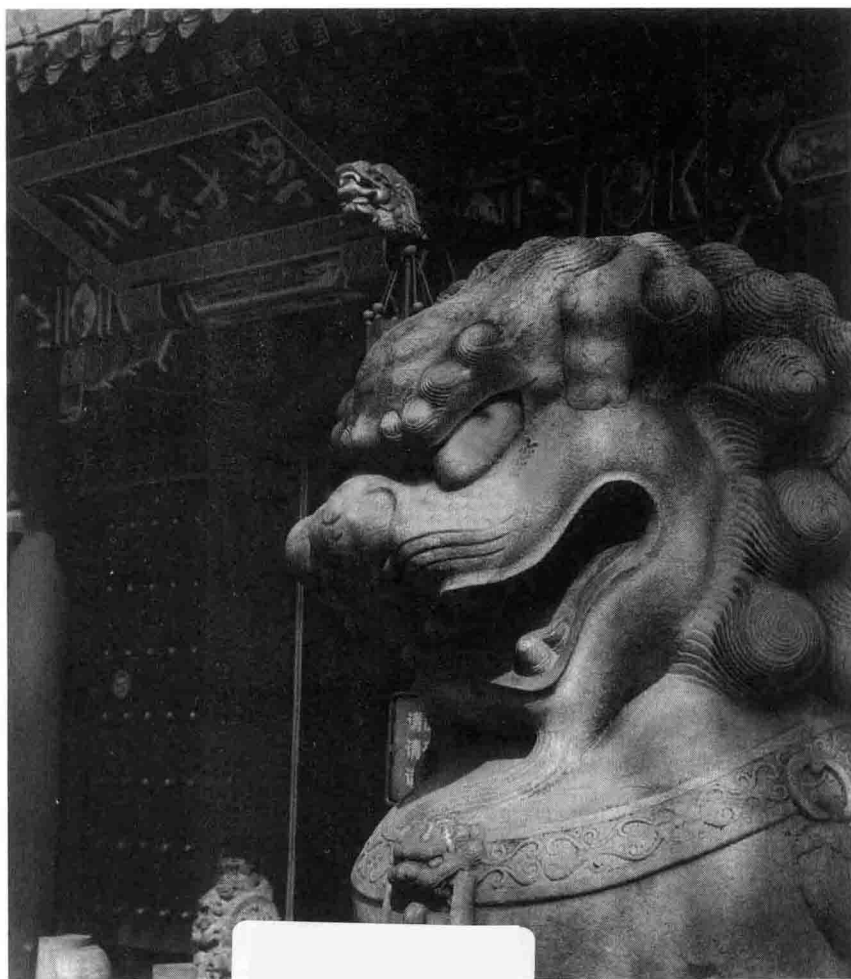
一本书将北大哲学课、心理课、管理课、成功课、气质课、幸福课的智慧精华全部囊括，不用进北大，随时随地就可聆听北大人的人文思想，分享北大人的成功智慧，从而开创属于自己的卓越人生。

华夏出版社

北大公开课

Peking University public class

郝任 / 著



华夏出版社

图书在版编目(CIP)数据

北大公开课 / 郝任著. —北京: 华夏出版社,
2014.11

ISBN 978-7-5080-8269-1

I. ①北… II. ①郝… III. ①成功心理—通俗读物
IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第255453号

出品策划:  华夏书轩

网 址: <http://www.huaxiabooks.com>

北大公开课

著 者 郝 任

责任编辑 张秋红

封面设计 思想工社

排版制作 思想工社

图片来源 壹图

出版发行 华夏出版社

(北京东直门外香河园北里4号 邮编: 100028)

经 销 新华文轩出版传媒股份有限公司

印 刷 三河市华业印务有限公司

开 本 787mm×1092mm 1/16

印 张 21

字 数 386千字

版 次 2014年11月第1版 2015年2月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5080-8269-1

定 价 39.80元

本版图书凡印刷、装订错误,可及时向我社发行部调换



北京大学的历史与荣耀

北京大学，简称北大，世界享有盛誉的著名学府。创建于1898年，初名京师大学堂，是中国近代第一所国立大学，也是当时中国最高的教育行政机关。1912年5月，京师大学堂改名北京大学，著名的教育家、启蒙思想家严复出任北京大学第一任校长。1916年12月，蔡元培先生出任校长，实行“兼容并包、思想自由”的治学理念，在学术和思想上将北大造就成中国首屈一指的大学，使其成为新文化运动的中心、五四运动的策源地。

巍巍上痒，国运所系。一百多年来，北京大学的发展与国家和民族的命运息息相关，形成了光荣的革命传统和优良的学术传统。作为中国的最高学府，北京大学聚集了各个历史时期的众多著名学者、专家，培养了一代又一代优秀人才，创造了一批又一批重大科学成果，为中国的自然科学、人文社会科学、医学、工程技术及国防事业、文化事业的发展作出了奠基性和开拓性的贡献。

百年北大，在中国科学技术事业中写下浓墨重彩的一页。据不完全统计，北京大学的毕业生和教师有400多位两院院士，有12人成为中国“两弹一星”的元勋，如诺贝尔物理学家获得者杨振宁、中国“两弹元勋”邓稼先、中国科学院院士钱三强、中国核科学主要开拓者之一朱光亚、地质学家刘东生、汉字激光照排技术创始人王选等。

在文学艺术方面，鲁迅、周作人、郁达夫、沈从文、梁实秋、林语堂等现代文学大师都曾在北大任教。百年北大为中国造就了大量蜚声文坛的诗人、作家，不仅有“新月诗派”主将徐志摩、“中国最为杰出的抒情诗人”

冯至、汉园三诗人卞之琳，也有小说家台静农、汪曾祺、刘绍棠、叶永烈，著名散文家俞平伯、张中行，剧作家杨晦、刘锦云，还有当代著名儿童文学作家曹文轩等等。

在教育界，北大学子中涌现出了近四百位大学校长，遍及中国各大名校正校长，包括：清华大学原校长罗家伦、中国人民大学原校长袁宝华、北京师范大学原校长徐旭生、中国协和医科大学原校长顾方舟等等。

北京大学也为新闻传媒界培养了大批优秀人才，如建国以后的新华社社长朱穆之、郭超人，人民日报社原社长范长江、中央电视台原台长杨伟光等，还有当今活跃于观众视野中的中央电视台著名主持人撒贝宁、李思思、张泉灵等也均出自北大。

在各大知名企业中，北大学子同样有不错的表现，如新东方创始人俞敏洪、李宁体育用品集团公司董事长兼总经理李宁、联想集团前副总裁马越等。在这样一个网络传媒时代，北大更是人才辈出，如新浪网创始人、首任CEO王志东，TOM互联网事业集团首席营运官许志明，全球最大的中文搜索引擎“百度”创始人兼总裁李彦宏等均出自北大。

北京大学被认为是中国最优秀的大学，被世人称为中国的哈佛。美国哈佛大学校长在北京大学发表演讲时亦称：“哈佛大学是美国的北大。”在教育部科学技术委员会的官方排名中，北京大学稳居全国高校之首，是亚洲和世界最重要的大学之一。

— 北京 大 学 名 人 堂 —



—蔡元培—
北京大学第一任校长，
著名教育家、革命家、政治家



—陈独秀—
曾任北京大学文科学长，
中国共产党的主要创建者之一



—鲁 迅—
曾任北京大学讲师，中国著名文
学家、思想家、革命家



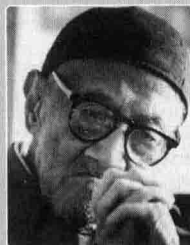
—李四光—
曾任北京大学地质系教授，
中国著名科学家、地质学家



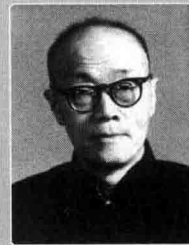
—李大钊—
曾任北京大学图书馆馆长，
中国共产党主要创始人之一



—胡 适—
曾任北京大学校长，现代著名
学者、历史学家、文学家



—梁漱溟—
曾在北京大学任教，
著名思想家、哲学家、教育家



—范文澜—
毕业于北京大学，中国历史学
家、教育家和社会活动家

— 北京 大学 名人 堂 —



—林语堂—

曾在北京大学任教，
中国当代著名学者、文学家



—冯友兰—

曾任北京大学哲学系教授，
中国当代哲学家



—傅斯年—

毕业于北京大学，著名历史学
家，古典文学研究专家



—茅盾—

毕业于北京大学预科班，中国现
代著名作家、文学评论家



—徐志摩—

曾任北京大学教授，现代诗
人、散文家



—朱自清—

毕业于北京大学哲学系，现代杰
出的散文家、诗人



—俞平伯—

毕业于北京大学，现代诗人、作
家、红学家



—季羨林—

曾任北京大学副校长，著名文学
家、语言学家、翻译家

— 北京 大学 名人 堂 —



—钱三强—

毕业于北京大学预科班，核物理学家，中国“两弹一星”元勋



—杨振宁—

毕业于西南联合大学物理系，美籍华裔物理学家，1957年诺贝尔物理学奖获得者



—邓稼先—

曾在北京大学任教，中国杰出的科学家，中国“两弹”元勋



—朱光亚—

曾任北京大学教授，中国核科学主要开拓者之一，中国“两弹一星”元勋



—李政道—

毕业于西南联合大学物理系，美籍华裔物理学家，1957年诺贝尔物理学奖获得者



—王选—

曾任北京大学教授，中国科学院院士



—叶永烈—

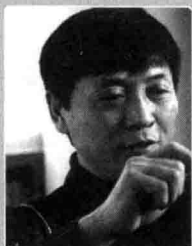
毕业于北京大学化学系，上海作家协会一级作家、教授



—周国平—

毕业于北京大学哲学系，中国当代著名学者、作家

— 北京 大学 名人 堂 —



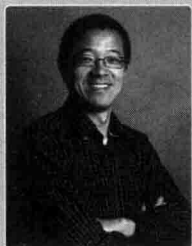
—曹文轩—

毕业于北京大学中文系，现任
北京大学教授，当代著名作家



—王利芬—

毕业于北京大学中文系，
优米网创始人



—俞敏洪—

毕业于北京大学英语系，
新东方教育集团创始人



—李彦宏—

毕业于北京大学信息管理专业，
百度公司创始人



—张泉灵—

毕业于北京大学德语文学系，
中央电视台著名主持人



—撒贝宁—

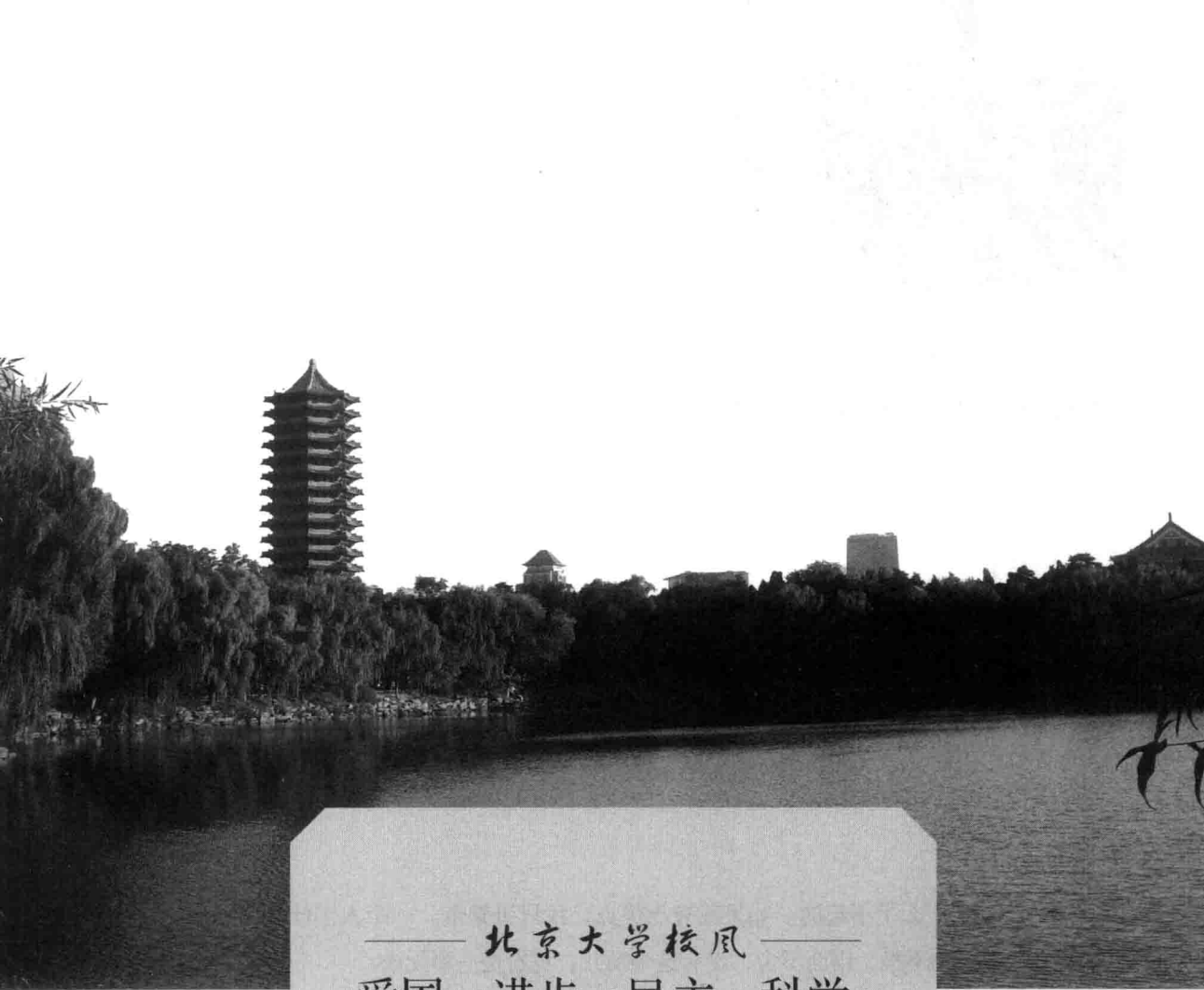
毕业于北京大学法律系，
中央电视台著名主持人



—李思思—

毕业于北京大学艺术类影视编导
专业，中央电视台著名主持人

注：西南联合大学是中国抗日战争期间设于昆明的一所综合性大学，由国立北京大学、国立清华大学和南开大学三所著名学府联合而成。



—— 北京大学校风 ——
爱国 · 进步 · 民主 · 科学

—— 北京大学学风 ——
勤奋 · 严谨 · 求实 · 创新



国学大师、北大唯一终身教授

季羨林给世人的八个忠告

【论人生】

每个人都想争取一个完满的人生。然而，自古及今，海内海外，一个百分之百完满的人生是没有的。所以我说，不完满才是人生。这是一个“平凡的真理”，若真能了解其中的意义，对己对人都有好处。对己，可以不烦不躁；对人，可以互相谅解。这会大大地有利于整个社会的安定团结。

【论勤奋】

我非常平凡，没什么了不起的。如果我有点优点，我只讲勤奋。一个人干什么事都要有一点坚韧不拔、锲而不舍，没有这个劲儿，我看是一事无成。

【论孤独】

父母也好，爱人也罢，朋友同事，所有的人，他们在时，都是恩赐，是上苍给你的礼物，所以要加倍珍惜和感激！而一旦离开，也别太伤感，你要明白，离开是正常的，孤独才是人生的常态。

【论心态】

世人无不想走运，而绝不想倒霉。走运时，要想到倒霉，不要得意过了头；倒霉时，要想到走运，不必垂头丧气。心态始终保持平衡，情绪始终保持稳定，此亦长寿之道也。



【论真、忍】

对待一切善良的人，不管是家属，还是朋友，都应该有一两个箴言：一曰真，二曰忍。真者，以真情实意相待，不允许弄虚作假。对待坏人，则另当别论。忍者，相互容忍也。

【论恐惧】

应当恐惧而恐惧者是正常的，应当恐惧而不恐惧者是英雄，我们平常所说的从容镇定、处变不惊，就是指的这个。不应当恐惧而恐惧者是孱头。不应当恐惧而不恐惧者也是正常的。

【论朋友】

人类是社会性的动物。一个人在社会中不可能没有朋友。任何人的一生都是一场搏斗。在这一场搏斗中，如果没有朋友，则形单影只，鲜有不失败者。如果有了朋友，则众志成城，鲜有不胜利者。

【论爱情】

如果一个人不想终生独身的话，他必须谈恋爱以至结婚。这是“人间正道”。但是千万别浪费过多的时间，终日卿卿我我，闹得神魂颠倒，处心积虑，不时闹点小别扭，学习不好，工作难成，最终还可能是“竹篮子打水一场空”。我觉得，两个人必须有一个互相了解的过程。这过程不必过长，短则半年，多则一年。



北大新任校长

王恩哥勉励当代人的十句话

- / 1 / **结交“两个朋友”**：一个是运动场，一个是图书馆。不断地“充电”、“蓄电”、“放电”。
- / 2 / **培养“两种功夫”**：一个是本分，一个是本事。做人靠本分，做事靠本事，靠“两本”起家靠得住。
- / 3 / **乐于吃“两样东西”**：一个是吃亏，一个是吃苦。做人不怕吃亏，做事不怕吃苦。吃亏是福，吃苦是福。
- / 4 / **具备“两种力量”**：一种是思想的力量，一种是利剑的力量。思想的力量往往战胜利剑的力量。
- / 5 / **追求“两个一致”**：一个是兴趣与事业一致，一个是爱情与婚姻一致。
- / 6 / **插上“两个翅膀”**：一个叫理想，一个叫毅力。如果一个人有了这“两个翅膀”，他就能飞得高、飞得远。
- / 7 / **构建“两个支柱”**：一个是科学，一个是人文。
- / 8 / **配备“两个保健医生”**：一个叫运动，一个叫乐观。运动使你身体健康，乐观使你心理健康：日行万步路，夜读十页书。
- / 9 / **记住“两个秘诀”**：一个是健康的秘诀在早上，一个是成功的秘诀在晚上。爱因斯坦说过：人的差异产生于业余时间。业余时间能成就一个人，也能毁灭一个人。
- / 10 / **追求“两个极致”**：一个是把自身的潜力发挥到极致，一个是把自己的寿命延长到极致。

名人眼中的北大

北京大学是一个名声显赫的学术中心，长期以来，她对中国的科学、文化生活产生了巨大影响。众多杰出学者正是从北大起步进而对高等教育、全球觉悟以及社会进步作出重大贡献，这种贡献从未像今天这样重要。

——联合国前秘书长安南

我到过世界上很多大学，美国的、欧洲的、日本的、俄罗斯的，可以说，你们学生的水平是最高的，你们应该为有这样的学生而感到自豪。过去经常说，北大是中国的哈佛，现在我还要说，哈佛也是美国的北大。

——美国前总统克林顿

北大浓厚的学术氛围、严谨的科学作风、创新的精神和兼容并包的传统直接影响了方正的发展。我本人常常被人说成是“喜欢不鸣则已，一鸣惊人”，就是受了北大这种风格的影响。

——北京大学教授、中国科学院院士王选

我们不能设想一所大学没有一批朝气蓬勃、奋发向上的“大”学生，只有这些年轻的面孔，才是一所大学的活力所在。北大便有这样一批“大”学生，他们让北大因之而“大”。在空间上，北大因“大”学生而扩展；在时间上，北大因“大”学生而绵延。这就是北大之“大”，大学之“大”。

——北京大学前校长许智宏





“思想自由、兼容并包”的学术传统在北大薪火相传，

构成一种恒远而不具形的存在。

“科学与民主”早已成为这圣地不朽的灵魂。

在北大学会的不仅仅是单纯的知识，

更多的是北大对一个人人格的熏陶。

“拆掉”中国第一学府的围墙 人人都能享受顶尖教育

她有着近百年的历史，是中国历史上第一个冠名“国立”的大学；
陈独秀、李大钊、毛泽东以及鲁迅、胡适等一批杰出人才都曾在那里
任职或任教；

她在近百年内造就了多位诺贝尔奖得主，培养了400多位两院院士；

她是中国“新文化运动”与“五四运动”等运动的中心发祥地，也是多
种政治思潮和社会理想在中国的最早传播地，有“中国政治晴雨表”之称；

她作为对中国近代史上影响深远的大学，其学术水平一直在国内傲视同
侪，不少各界成功人士及知名学者均出自北大或曾在北大任职；

她的一举一动都牵扯着世人的心，为世人所关注和仰慕……

她，就是北京大学。

北京大学是一所屹立百年的高等学府，自1898年京师大学堂创建以来，
她见证了中国近百年风云变幻的历史。自成立以来，从北大走出过蔡元培、
陈独秀、李大钊、鲁迅、胡适、蒋梦麟等一大批学者，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、张岱年等一大批大师级的学者。

聆听大师的教诲，感悟人生的真谛。大师的智慧，就像满天的繁星，辉
映着我们这个贫乏的世界。

当我们困惑迷茫之时，鲁迅会告诉我们希望总在前方；

当我们缺乏信念之时，冯友兰会告诉我们各人的历史由各人写就；

当我们陷入悲观之时，季羨林会告诉我们每个人的生命都各有其意义；

当我们觉得生活索然无味之时，徐志摩会告诉我们人生要多一些诗意栖居；

当我们总是匆匆地生活，无暇顾及身边的事物之时，朱光潜会提醒我们慢慢走，要懂得欣赏生活之美……

有一种光芒永不消逝，有一种精神永远留存。北大的哲学精神和人文气质不是物质的流传，而是一种灵魂的塑造和远播。百余年来，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。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。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。

即使我们没有机会进入北大学习，即使很多先哲已经离我们远去，但是探寻大师们行走的足迹，倾听他们永恒的人生哲理，我们也可以从他们丰富的人生经历中汲取智慧和力量，以帮助我们更好地经营自己的人生，从而能够拥有一份成熟、稳重和练达，悦纳世间百态，笑看人生风云。

本书汇集了北大最热门的公开课，从哲学、心理、管理、成功、气质和幸福等几个方面进行了全方位介绍，撷取了许多北大先哲的精彩言论和其真实的人生经历，并结合大量生动的故事，详尽地阐述了北大人生命智慧和人生哲理，体现了北大人身上所具有的独特的智慧、博大、厚重与坚强。

阅读本书，聆听大师们的谆谆教诲，汲取其人生经验和智慧，学会从容地面对生活中的各种问题，深刻地理解和把握人生，多一些得、少一些失，多一些成功、少一些失败，从而创造出属于自己的辉煌。