

清华大学

清华

正能量

清华大学传递百年的超级心理密码

王保蘅 著

大学不仅是传授知识和技能的场所，更是培养人的思想、情感、意志、品质之所在，是铸造灵魂的地方。

——清华大学校长：陈吉宁



百花洲文艺出版社
BAIHUAZHOU LITERATURE AND ART PRESS

清华 正能量

清华大学传递百年的超级心理密码

王保衡 著



百花洲文艺出版社
GUOJIAZHONGYUAN LITERATURE AND ART PRESS

图书在版编目(CIP)数据

清华正能量 / 王保衡著. -- 南昌: 百花洲文艺出版社,
2013.6

ISBN 978-7-5500-0690-4

I.①清… II.①王… III.①清华大学—概况
IV.①G649.281

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第141070号

清华正能量

王保衡 著

出 版 人	姚雪雪
责任编辑	余 苙
封面设计	阿 正
出版发行	百花洲文艺出版社
社 址	南昌市阳明路310号
邮 编	330008
经 销	全国新华书店
印 刷	江西省人民政府印刷厂
开 本	170mm×240mm 1/16
印 张	17.5
字 数	243千字
版 次	2013年8月第1版 2013年8月第1次印刷
书 号	ISBN 978-7-5500-0690-4
定 价	29.70元

赣版权登字: 05-2013-195

版权所有, 侵权必究

邮购联系 0791-86895108

网 址 <http://www.bhzwyy.com>

图书若有印装错误, 影响阅读, 可向承印厂联系调换。



前言

PREFACE

清华大学，前身为留美预备学校，于1911年诞生。清华大学以“自强不息，厚德载物”为校训，勇于承担历史使命，在政治、科学、教育等方面作出了巨大的贡献，并在五四运动和新文化运动中勇于承担先锋作用，让校园成为知识和思想的传播阵地，让清华人成为国家振兴的栋梁之才。在“自强不息，厚德载物”的校训激励下，一代又一代清华人怀着满腔热血，奋斗在民族革命、抗日战争、民族解放的第一线。清华人才济济，汇聚各路精英，共谋民族兴旺的大计，很多新思潮在清华诞生、传播，为新中国的成立和建设作出了不可磨灭的贡献。清华人以自身为榜样，刻苦努力，创造了良好的学习文化氛围，为建设新中国培养出了大批实干人才。

而今，清华人以自身为榜样，刻苦努力，在中国迈入现代化建设进程中担负着中流砥柱的作用。在前所未有的机遇面前，清华人铭记历史的使命，弘扬爱国、奉献的优良传统，秉承“自强不息，厚德载物”的伟大情怀，追求严谨、求实、创新、勤奋的学风，积



聚了强大的正能量，带动着中国大学走向世界一流大学之林。

进入清华大学学习，是许多学子的梦想，因为清华大学一直是中国综合实力最强的大学之一，在这所学校中，中科院院士38人，工程院院士34人，973项目首席科学家28人。这一切都是其他高校难以企及的。清华为社会各界培养了无数的精英人才。清华大学的精神不断地给广大清华人以熏陶，使清华人终身受益。

在物质蓬勃发展的今天，一所大学的辉煌能得以延续，需要的不仅是物质，更需要一种精神，一种厚重的精神和文化体系，一种能量的聚集，而清华就有着这样得天独厚的优势。

清华大学自建校以来培育了无数精英，如为民族争光的詹天佑，幼儿教育先行者陈鹤琴，大数学家华罗庚，“两弹一星”元勋钱学森、邓稼先等等，他们的勤奋、爱国、奉献精神不仅影响了一届又一届的清华学子，更让国人深受鼓舞。

在清华的精神体系里，每一个清华人都拥有着自己的激情和梦想，并在求知中懂得人生需要勤奋和进步，也要有坚定的毅力和恒心。每个清华人都有自己的目标，并为实现自己的目标不断努力。社会是一个大集体，人与人之间要有集体主义精神，为国家和民族要肩负起使命感和责任感，在爱国奉献的事业中实现自己的梦想，在艰苦奋斗中求实创新，这也是清华人的精神。在这种正能量的驱使下，完美的人生也就指日可待了，正如《周易》所言：“天行健，君子以自强不息；地势坤，君子以厚德载物。”

正是出于对清华精神的仰慕，我们才创作了此书。全书共分为清华正能量、求知正能量、进步正能量、目标正能量、创新正能量、爱国正能量、集体正能量、意志正能量、责任正能量、求实正能量、人格正能量、品德正能量、勤奋正能量、心态正能量等十四个章节，全面分析了清华作为世界一流大学所独有的学习氛围与奋进精神。希望读者在通读此书能接收到这种正能量，并



吸收和传播它，真正做到学以致用，时时刻刻以清华人为榜样，树立正面积极向上的价值观和人生观，做一个生活中受人欢迎的人和社会中 useful 的人，实现个人人生价值，收获完美的人生。



目 录

CONTENTS

第一章

【清华正能量】

清华释放出激情澎湃的梦想

1. 清华学子的自豪感源于清华能给他们无尽的正能量 | 002
2. 记住：清华绝不只是学府，更是能量的“聚集地” | 005
3. 正向能量为何在清华如此“畅销”？ | 008
4. 与人为善是智慧处世正能量 | 011
5. 正能量让梦想成真 | 015



第二章

【求知正能量】

清华人用学识编织美好未来

1. 教授的忠告：学习是一种自我优化的过程 | 020
2. 校长训言：智慧源于最积极的思考 | 024
3. 学习能力是当今时代的第一竞争力 | 028
4. 清华学子怎样让学习成为自己的终生信仰 | 033
5. 如何最大限度地利用潜意识挖掘自身的潜能 | 038
6. 记住：平时多积累，日后才有大能量 | 043

第三章

【进步正能量】

清华告诉你辉煌的背后总有一颗进取的心

1. 辉煌并不是轻易得来的，需要的是不断进取 | 048
2. 清华人牢记：每天进步一点点，成功缩短一大步 | 051
3. 持之以恒、坚持不懈是成功的唯一捷径 | 054



第四章

【目标正能量】

清华教你志存高远才能体现价值

1. 清华人特质：确立目标，把握今天，立即展开行动 | 058
2. 学子感言：想要目标得以实现必须要尽快落实 | 061
3. 校友告诫：释放人生价值只属于志向高远的人 | 064
4. 确立目标，一步一个脚印，踏踏实实地去做 | 068
5. 清华法则：快人一步实现自己的目标 | 071

第五章

【创新正能量】

清华用勇于创新谱写优良学风

1. 清华吸引人的不是百年历史，而是不断释放出的创新因子 | 076
2. 校长感言：缺少创新的清华将“一事无成” | 079
3. 使命和梦想赋予了清华创新正能量 | 082
4. 古今贯通是清华人引以为豪的能量源 | 085
5. 创新氛围是支撑清华优良学风的不二法则 | 089
6. 创新求知才能一往无前 | 092



第六章

【爱国正能量】

清华学子用满腔热血支撑起的献身精神

1. 清华精神内涵：爱国就是要敢于献身 | 096
2. 清华人对国家虔诚备至——将自己奉献给祖国 | 099
3. 清华人牢记：天下兴亡，匹夫有责 | 102
4. 满腔热血是清华学子心系国家的最好见证 | 105
5. 敢于为国家献身是清华人根植于心的崇高情怀 | 107

第七章

【集体正能量】

清华用万众一心的精神开创传奇

1. 清华人懂得“一方有难，八方支援” | 112
2. 清华人懂得个人利益要服从集体利益 | 116
3. 教授教诲：一只筷子轻轻被折断，十只筷子牢牢抱成团 | 119
4. 懂得抱团取暖才能发展得更好 | 122
5. 团队协同才是创造奇迹最稳固的策略 | 125
6. 集体才是最大的生产力，万众一心才可以释放出最强战斗力 | 129



第八章

【意志正能量】

清华告诉你坚守信念必能突破自我

1. 树立坚固信心往往能斩断前进路上的一切羁绊 | 134
2. 清华学子领悟：意志力不坚定将一事无成 | 138
3. 信念的力量——突破自我，战胜困难的强力基石 | 142
4. 成功往往属于那些坚持不懈的人 | 146
5. 失败是成功之母 | 150

第九章

【责任正能量】

清华用雄心壮志担负起的社会责任

1. 清华人心存的责任：我需要为社会建设献言献策 | 156
2. 雄心壮志的清华人时刻释放超强责任感 | 159
3. 缺少责任心好比是一片飘忽不定的“树叶” | 163
4. 清华学子的与众不同——将责任始终落实到位 | 167
5. 拥有责任心才能有更好的发展 | 171



第十章

【求实正能量】

清华告诉你自强不息才能绽放威严

1. 拒绝伪科学：清华人求实态度最集中的体现 | 176
2. 真知需要岁月的沉淀，更需要自身的智慧 | 180
3. 为什么清华教授令人肃然起敬？ | 183
4. 释放权威更需要实事求是 | 186
5. 求实正能量：清华人教你如何收获完美人生 | 189

第十一章

【人格正能量】

清华告诉你刚正不阿才能施展个人魅力

1. 校长以身作则：人格魅力不是说出来的，而是做出来的 | 194
2. 清华人将刚正不阿深入到自己的骨髓里 | 198
3. 个人魅力绝不是一句空话，需要的是平等的姿态 | 202
4. 清华人——“正义的使者” | 206
5. 坚持自己的原则，刚正不阿 | 210



第十二章

【 品德正能量 】

清华让厚德载物精神遍地生根

1. 品德考核，清华人一直坚守的测评底线 | 216
2. 清华人用良好的道德书写出高尚的情操 | 220
3. 清华遍地发芽的是令人钦佩的品德修养 | 224
4. 清华人厚德载物的精神 | 228
5. 优秀的品德是成功必不可少的条件 | 231

第十三章

【 勤奋正能量 】

清华告诉你勤奋才是修补劣势 最好的“强力胶”

1. 清华人将勤能补拙视为成长最大的心得 | 236
2. 清华为什么能释放出勤奋正能量？ | 240
3. 辛勤耕耘的氛围如何在清华发扬光大？ | 242
4. 清华的勤劳精神教你脚踏实地地做人 | 244
5. 清华人为勤能补拙的正能量代言，你也可以 | 247



第十四章

【心态正能量】

清华人用理性的思考平抑内心的浮躁

1. 教授告诫：心态是把双刃剑，小心被其“刺伤” | 250
2. 心态正能量，清华人带你走出人生逆境 | 252
3. 心态的端正与否决定未来的人生走向 | 255
4. 内心浮躁的人都是心态不平衡的人 | 257
5. 让理性思考清除内心深处的“污垢” | 260

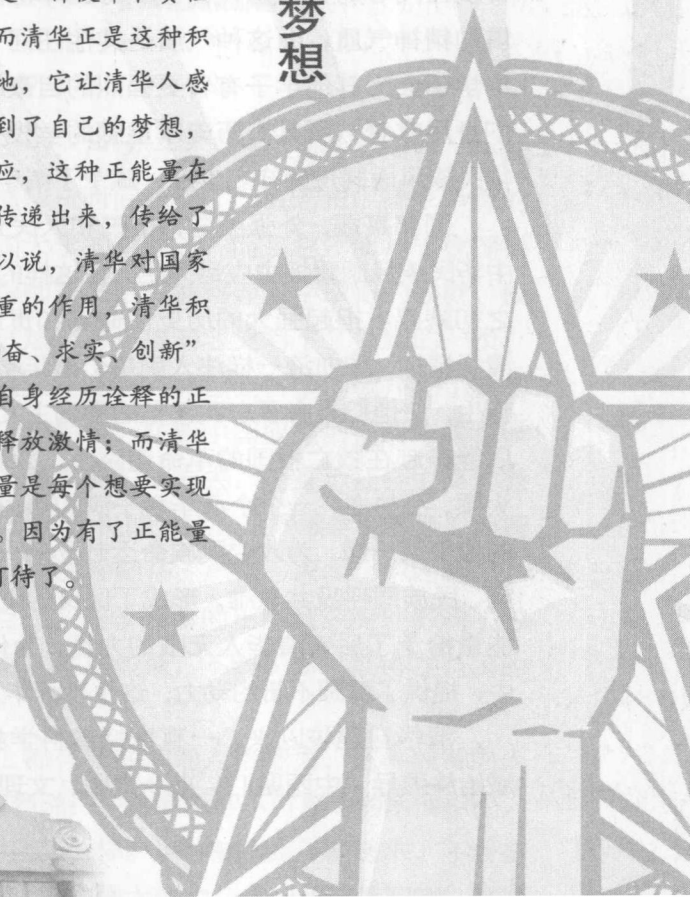


第一章

【清华正能量】

清华释放出激情澎湃的梦想

有梦就有希望，有希望就有明天，梦想能让人眼神充满渴望，也能让一个人激情澎湃。有了梦想，成功和幸福就会来敲门。但是光有梦想是不够的，只有梦想的人就像一座没有基石的空中楼阁、海市蜃楼，就像一个人站在山顶的人，看得到远方，脚下却没有路，梦想也永远不会成为现实，成为可能。如果想要让梦想实现成为可能，这就需要正能量——一种积极向上的能量，它能让一个人释放出激情。正向能量是一种“自强不息，厚德载物，行胜于言”的精神状态，是一种健康的、与人为善的理性思维方式，也是一种使命和责任艰巨的无私奉献的道德情怀。而清华正是这种积极向上的能量的发源地和聚集地，它让清华人感到无比自豪，也帮助清华人找到了自己的梦想，到达梦想的彼岸。通过蝴蝶效应，这种正能量在清华生根发芽后，又被清华人传递出来，传给了每个人，传到了每个角落。可以说，清华对国家和个人发展都起到了举足轻重的作用，清华积蓄了“自强不息、逆流而上、勤奋、求实、创新”的正能量，清华人将前辈通过自身经历诠释的正能量传承下来，告诉世人继续释放激情；而清华所具有的这种积极向上的正能量是每个想要实现梦想的人必须汲取的精神能源。因为有了正能量这个法宝，梦想成真也就指日可待了。





1

清华学子的自豪感源于清华能给他们无尽的正能量

每个清华学子在走出校门时都会面带自信、憧憬的表情，这是一种发自内心的自豪感，在他们身上体现出的是一种勇往直前、无所畏惧的精神气质，而这种气质是其他任何一所大学所没有的。为什么清华学子会比其他学子有着更强烈的自豪感呢？这一切很简单，因为他们身后有着一所具有历史厚重感的学校——清华，正是清华这个与中华民族风雨同舟的知名学府，赋予了清华学子无穷无尽的正能量。

国家羸弱，外强凌辱，祖国和人民处在水深火热之中，清华就在中华民族风雨飘摇中应运而生。在这样的历史背景下，使得清华在诞生之初就要承担起强大的历史使命感和责任感，这种使命和责任内化为清华精神，像血液一样注入到每个清华学子的血管中，洗炼心灵，焕发新生，使他们具有了忘我无私的爱国主义奉献精神。无数清华学子前仆后继奔赴在救亡救国的革命道路上，为新中国的诞生和民族的解放抛头颅、洒热血，一个个清华学子满腔热血，慷慨激昂，战斗在如火如荼的战争第一线，为改变民族命运赴汤蹈火。清华人始终与时俱进，和国家、民族同呼吸共患难，形成了优良的爱国主义革命传统。这种爱国正能量给予了后来清华人无限的力量，为他们在社会现代化建设的进程中，提供了源源不断的动力，这也是清华人感到自豪的基础。

清华自建校以来，一直秉持着科学救国的理念。清华人在科学领域始终倡导“中西融汇、古今贯通、文理渗透、求实创新”精神，一批



又一批学子在清华园中勤奋求学、严谨治学。清华为社会培育了一批又一批的栋梁之才，这使得清华一时间出现了门庭若市、桃李争辉的盛况，很快清华就成为了中国大学的领跑者，而且它还填补了我国科学领域的空白，如铁路总工程师詹天佑在铁路建设中取得的成就，极大地打击了帝国主义的嚣张气焰，为民族实业史写下了光辉的一页；国学大师王国维、梁启超、赵元任等在人文社会科学领域开拓了新的视野；还有自然科学奠基者竺可桢等。在新中国成立后，清华人积极响应党的号召，到祖国和人民最需要的地方去，投身于社会主义的教育、科研、建设事业。清华人秉承优良的学风，从严治学的教风，为新中国培养了许许多多兴业之士，这种勤奋、严谨、求实、中西融汇、古今贯通、文理渗透、海纳百川、兼收并蓄的正能量深深地影响了每一个清华学子，他们也会继承这种正能量，不断积蓄，期待在祖国的各个领域创造辉煌。

每一位清华人，他们身上都有着独特的人格魅力，这种独特的人格魅力也是与生俱来的。贺华勃说：“这是一种不可言喻的两情相悦，它给予我们的，犹如芳香给予花儿一样。这种魅力是不断进取、不断奋斗的精神，是坚忍不拔、毫不动摇的强大毅力，是一种恪尽职守、厚德载物的道德情操，更是一种公平正义、刚正不阿的伟大情怀。这种人格魅力的芳香飘洒在清华园，每一个清华学子吸进了自己的鼻孔，经过血液，渗透到皮肤，靠近他们就会有一种日久弥香的香味，一种难以磨灭的味道。”人类被认为是万物之灵，有自然属性和社会属性，这就注定了人类是无法孤立存在的，社会交往难以避免，而清华人的人格魅力让他们在人际交往中散发出温暖和勇气，无形之中提升了个人的力量，人格魅力的正能量也就变得越来越殷实。

清华人是智慧的代名词，一提到清华人，就会想到其学富五车、聪慧、才华超群等赞誉的词汇，这一切的荣誉对清华人来说也是实至名归的，如清华学子钱锺书、茅以升、邓稼先、王国维、钱三强、华罗庚等等，无不让人对他们产生崇敬之情，他们用各自的成就谱写了清华一段段华美的篇章。英国戏剧家莎士比亚说：“智慧就像天使降