

跟清华大学规划人生

烨子摇编著

新华出版社

序言

清华园的水清木秀的景色闻名遐迩，令莘莘学子向往之至，还以博大精深的学术，吸引了全国乃至全世界的优秀人才聚集求学，故清华的校园科学气氛浓厚，集中了工业各学科，形成了务实、重实践、轻理论的思想，这样的清华人好静、好学，为人踏实、谦虚谨慎，在本书中充分体现了清华人的这一特色。

本书是由远位清华学子总结前人的经验加上自己切身的体会所写的规划，本书共分为九个部分，分别从学习规划、为人处世规划、创新规划、创业规划、心理调整规划、出国留学考研规划、工作求职面试规划、管理规划、入世规划入手，讲述了许多清华人走向成功的事迹。

充分表现出清华人“从小事做起，从现在做起”的“扫小屋而扫天下”的精神。

本书结构严谨，内容丰富全面，是至今为止最直接切入清华人心灵的读物，相信读者会从中得到启迪，扬起成功的风帆。

封面语：

最全而最直接切入清华人心灵的规划。

有我，有你，更有她，勿需等待，看了就会明白。

行胜于言，务实为先，清华人的人生规划为你导航

内容提要

“行胜于言”，“扫小屋而扫天下”是清华人自律警言，体现了清华大学的百年精神，昭示了清华人那种行健不息的做事内力。本书从学习规划、为人处世规划、创新规划、创业规划、心理调整规划、出国留学考研规划、工作求职面试规划、管理规划、入世规划 八个方面阐述了清华人的规划，是最直接、最全面切入清华学子心菲的好书。

目 录

第一章 揭开清华才子的 学习规划

一个人是天才还是庸才,不是决定于他天赋的多少,而是决定于他学习的多少,对于清华才子来说,最重要的是学习而不是天赋。

圆	好的学习目标是成功的一半.....	圆
圆	打好基础的大厦,独立学习勇攀登.....	圆
猿	学贵有恒,勤奋耕耘.....	圆
源	艰苦磨难,玉树成妆.....	圆
缘	以学为乐,趣味横生.....	圆
远	注重方法与时间的运用.....	猿
苑	不惑之年,学而不惑.....	猿
愿	执着专注,终身修炼.....	源

第二章 朴真务实——清华人 的为人处世规划

古往今来,博学而多才者大多是谦虚严谨、幽默风趣,处处闪

耀着光彩夺目的人格魅力,值得世人去称赞,而清华人正是如今博学而多才者的典范。

员谦逊严谨——千古留传的清华精神	缘
圆戮以待人的先锋	缘
猿风趣幽默体现清华人智慧的力量	缘
源勇敢正义摇乐于助人	缘
缘光明磊落——清华名人的大胆示爱	圆
远廉洁奉公恪职守	远
苑学识第一摇学位第二	苑
愿淡泊明志摇傲骨节操	苑
怨善于合作,搞好人际关系。	苑
员圆行动的力量	怨

第三章摇代代永传的创新精神

创新是清华的校训,是清华的精神,务实的清华人在脚踏实地的基础上敢于冲破传统的束缚,战胜自我,超越自我,永往直前地向前发展。

员长江后浪推前浪——勇作超人成伟业	愿
圆戮下思想,承接新鲜事物	愿
猿主动创新,在竞争中方能立于不败之地	愿
源时刻准备培养创造能力	愿
缘开动大脑——智慧之源是潜能之本	愿

第四章 摇梦想成真——清华人的 创业规划

创业是不容易的,它需要你有足够的勇气,独到的眼光,坚韧不拔的性格,战胜困难的信心……

在清华,创业者层出不穷,硕果累累,他们正是凭着特殊的心境,凭着在清华练就的“钢筋铁骨”,创造出属于自己的那一片晴朗的天空。

- | | |
|----------------------------|---|
| 员因人而异选择好你的事业…………… | 猿 |
| 圆积极进行素质充电…………… | 缘 |
| 猿全身心的投入是创业之需…………… | 怨 |
| 源抓住机遇的脉搏…………… | 源 |
| 缘独立个性放发出创业的火光…………… | 缘 |
| 远“专”“精”并用给创业划上一条成功的句号…………… | 苑 |
| 苑敢于冒险,实现自我…………… | 愿 |
| 愿兼职赚钱,一举两得…………… | 猿 |
| 怨学以致用,开辟新天地…………… | 圆 |

第五章 摇心理调整规划 ——迈向成功的起点

人生之中“不如意之事十之八九。”失败是难免的,失败也并

不可怕,可怕的是没有承受失败的心态,清华人就是以不怕重压的信念去调整自己的心理,去看待人生的失败,找回那如意的十之一二。

员独立自己是精神之源.....	圆员
圆培养良好的心理素质.....	圆远
猿乐观自信.....	圆园
源支配自己的思想意识.....	圆猿
缘真正的幸福是发自内心的愉悦.....	圆愿

第六章摇出国考研规划

出国,在清华校园里是众多学子都会想一想的事情,而为什么要出国,出去干什么也须认真思量,别人比我们先进的,我们应该去学习,去“拿来”。

考研,是不懈的求索,是学无止境的要求,也是“知识经济”时代的需要。若有做“苦行僧”的准备,定能成功。

员雄鹰展翅冲霄汉——出国留学的准备规划.....	圆圆
圆考研,不懈的追求.....	圆园

第七章摇工作求职面试规划

大学几年,弹指一挥间,就到毕业了,择业离我们不再遥远。

“人尽其才,才尽其用”,我们的清华人是如何来把握他们职

业的“终身大事”，让我们来看看他们的准备。

员能力是求职的灵魂·····	圆苑
圆芝多不压身，“证”多出路广·····	圆员
猿数具有创新意识和创造力的人才·····	圆远
源数好工作的准备·····	圆猿
缘了解你求职的企业情况·····	圆苑
远自信是成功的基石·····	圆园

第八章 摇清华管理规划

清华为社会培养出了一代又一代的优秀管理人才。在社会的各个领域，无不闪着清华人的身影。他们学以致用，务实能干，出色地完成了一次次艰苦的任务，创造了一个又一个神话奇迹，继承和发扬等“清华精神”。

员从小培养艰苦创业的能力·····	圆苑
圆磨练管理者的素质与气质·····	猿园
猿具有理智而现实的头脑·····	猿远
源个性的重要性·····	猿源
缘懂得说服下属的学问·····	猿怨
远善待下属·····	猿苑
苑培养员工的性格·····	猿缘
愿你是一个好的管理者吗？·····	猿怨

第九章 摇入世规划

面对入世的挑战 ,几家欢乐几家愁 ,鹰能飞得更高更远 ,整个宇内都是他的天下 ,而鸡 ,也许连鸡笼都会被人掠夺 ,住无容身之所。

清华的才子们 ,让你们去选择 ,是做鹰 ,还是做.....

员	认清你的工作环境.....	猿
圆	掌握二十一世纪人才七大特征.....	猿
猿	人才竞争更激烈.....	猿
源	故事将强调国际规则.....	猿

第一章 摇揭开清华才子的学习规划

郑火 · 清华 怨级中文系

作者简介：

郑火 ,男 ,今年 圆岁 ,凭着执着的信念与追求走进清华园 ,平时爱好写作、看书、最喜欢的作家歌德 ,托尔斯泰。

一个人是天才还是庸才 ,不是决定于他天赋的多少 ,而是决定于他学习的多少 ,对于清华才子来说 ,最重要的是学习而不是天赋。

摇摇“胸中有了大目标,泰山压顶不弯腰”,学习如逆水行舟,不进则退,沿着目标广建基础大厦,恒心耕耘,逆滩而上,在学习中,定当有趣味横生,同时注重方法的运用,执着的追求,用“活到老,学到老”的精神鼓励自己,不断进取,虽成不了圣人,也不致于成白头翁一事无成。

下面是我在进入清华学习时的学习规划。

良好的学习目标是成功的一半

学习一定要有目标

适当的目标不仅对于事业非常重要,对于学习也是非常重要的。成功地走过高考的同学对目标的重要性认识是非常深刻的。1982年以湖北省理工科第一名成绩考入清华大学的张启迪在介绍自己的经验时指出:

高考,对每个人来说是如此重要,而考试范围又如此之广,必须做长远规划。想靠临考前一个月内的突击取得好成绩,那是异想天开。所以不要总以为高考是一年后的事,远着呢!一点都不远,你准备的时刻到了!

首先制定一个长远规划,比如一年规划(目标伊伊大学,各内容学习目标等等),进而做出本月规划,本周计划乃至本计划,某某时刻该做什么。只有这样,你才能知道要学什么,要怎么学,只有这样,你的学习动机才会强烈,学习效果才会显著这是第一步。

第二要注意使自己的学习系统化。有的提出这样的步骤,预习 听讲 复习 做题 温习(小结),这也不失为平时学习的好程序。要使学习系统化,一要制定学习时间计划,二要理解各科的差别,不同的学科,要用不同的复习方法。对于数学物理这类科

目,要系统地有步骤地学习,而对于历史、地理这种重内容、思想的科目,应注意学习思想观点以及有关细节。你的学习必须是彻底而全面,以便当人进入考场时,能心情稳定,顺利解决各类题目。对个人来说,各科之间必有强弱之分,强科自然要让出些许时间给弱科,以求学科平衡。学科平衡的重要性越来越显著,尤其是近几年来随着标准分计分法的实行与推广。

第三,要提高学习效率,珍惜学习时间,希望与祈祷考试延期,倒不如把日常生活中经常浪费的时间找出来,然后把这段时间充分、高效地利用起来。

第四,切记学习需专心致志。

“先生,当一个人得知两周后他将被绞死时,他的精力就非同一般的集中了。”萨穆尔·约翰逊曾如是说。这虽然是一个极个别的事例,但说明人们依靠自身能力能够控制自己的大脑,使其高效地工作,无论在什么问题的事件中,无论在什么科目的学习过程中,只要注意力集中,就会很容易发现这些问题的关键之所在。反之,像记忆时注意力分散,则会出现一小时已去而所学仅此而已的令人气愤不已的事情。而高考的学习又如此重要,自然不能仅顾自己学习不能专心而推卸责任,因为只要努力,学习“本可专心”。

要想培养注意力高度集中这种十分有益的习惯,就必须每天为自己全神贯注地学习制定一个时间。因高考时间为上午和下午,为形成那个时间的兴奋点,最好使自己高度集中注意力的时间段定在那个时间。当然对某些人来说这需要经过很长时间的转变,特别是夜晚型的人转变为白昼型的人。

能够促使你精力集中并使学习成绩显著提高的最重要因素之一,就是你对学习必须采取积极主动的态度。要倾向于成功,试想此科学好后的美滋滋的感觉,要勇敢挑战自己的弱项。在难以集

中精力学习的弱科面前,你要鼓励自己一定要赢得此次挑战。要把大量的学习任务分开,分成若干部分,以便使你在每段学习中看到自己的进步。

关于怎样实现目标,全国中学生数学奥林匹克竞赛一等奖获得者、清华大学计算机系超级的张帆同学把自己的体会具体总结为以下几点:

(一)明确学习目的

诸葛亮有句名言:“夫才须学也,学须志也,非学无以成才,非志无以成学。”在求学的道路上充满艰辛困苦,莘莘学子们披荆斩棘,迎难而上的动力是什么?每个人都会有自己不同的答案。对于我来说,在我脑海中留下最深刻印象,最使我激动和振奋的永远是已故周恩来总理的那句话:“为中华之崛起而读书”。湖南省最大的新华书店——长沙袁家岭新华书店的墙壁上,就写着这句话。中学阶段,每次我走进袁家岭新华书店,都能看到这句话,都能引起我深深的感慨。中华民族是一个有五千年灿烂文化的伟大的民族,但是到了满清时代却沦落到了落后、挨打的悲惨境地。随着新中国的成立。特别是随着改革开放的逐步深入,为中华民族的腾飞提供了历史性的机遇。我们这一代青年学子,生逢其时,远比我们的父辈走运,可以不受政治运动的干扰不受精神枷锁的禁锢,理应奋发图强,为国家的兴旺发达贡献自己的一份聪明才智。我想这不是唱高调吧,爱国之心是每一个青少年都应该具备的。我中学阶段的同学中有不少人来自偏远的农村、山区,有的人家庭还没脱贫,甚至连基本的温饱都尚未解决,他们奋发努力,也包含了实现自身价值,改变家庭经济状况的朴素愿望在内,我认为这也是正常的、自然的。可以这么说,努力学习,是青年学子对国家、对社会乃至对家庭、对自己本人理应负起的一种责任,同时也是一项不可

源

推卸的任务。

(圆)抵御不良诱惑

我们生活在一个开放的世界里,我们每时每刻都在面对各种诱惑,青年学子要始终保持奋发向上的精神风貌,需要有足够的理智与自制力。我的座右铭是革命老人徐特立先生撰写的一副对联:“有利家国书常读,无益身心事莫为。”这句话用在今天,非常有现实意义。读书,要读有利于家、国的书,即能净化灵魂,陶冶情操,增进知识之书,而不要不加选择地读一些庸俗、无聊、下流的读物,那是毒害人们灵魂的精神鸦片。做事,要做有益于身心健康的事,即积极投入健康向上的学习及体育、文化娱乐活动,而决不可沉溺于徒然耗费光阴的电子游戏,更不能堕入赌博、色情之类的陷阱。看到一些同龄人因为缺乏足够的理智与自制力,最终一无所成,有的甚至走上犯罪道路,真替他们感到痛心不已!

(猿)稳扎稳打、循序渐进

学习是一种艰辛复杂的脑力劳动,要使自己所学的东西融会贯通。不是一件简单的事,一定要遵循认识发展的规律,稳扎稳打,循序渐进,由浅而深,由简单而复杂,由低级而高级,饭要一口一口地吃,路要一步一步地走,知识要日复一日地积累、深化。我在中学阶段参加过数学、化学、计算机等学科的竞赛,深切体会到一些看似深奥的东西离不开最基本的知识、概念。要想学好任何一门学科,基础必须打好。

(原)要想成功,先学会吃苦

爱迪生说过:“什么是天才?天才就是一分灵感加九十九分汗水。”谁不祈盼成功?但却不是每个人都能成功,奥秘在于并不是每个人都能吃苦。我在高中阶段参加数学竞赛,节假日常常一天做十几小时的习题,长沙的夏天十分炎热,有时气候达到摄氏

源度,我住的地方还常停水、停电,三伏天在家演算习题,哪天不是汗流浹背,连背心、短裤都能拧出水来。就是凭着一股非成功不可的拼搏精神,才算取得了一点微小的成绩。

(缘)学会自我设计、自我实现、自我突破

中学时代正是一生中可塑性最大的时期,要懂得自我设计、自我实现、自我突破。所谓自我设计。就是要有充分的自知之明,知道自己的长处在哪里,短处在哪里,知道自己将来适合干什么,不大适合干什么,知道如何扬长避短以长补短。所谓自我实现,就是要把自我设计定下来的目标,通过艰苦的努力变成现实。所谓自我突破,就是要更上一层楼,把自己的特长发挥到极致。比如,我擅长哪门学科,就应该在哪门学科上脱颖而出,不要满足一般而要争取拔尖。只要有可能,就不仅要争取在班级、在学校名列前茅,还要争取在县、市乃至更高层次也能排个名次。这样,你给自己提供了成就感,给自己增添了自信心。这种成就感和自信心不仅可以使你在特长的科目上保持已有的优势,而且可以在一定程度上帮助你弥补其它科目的不足,并且可以使你成为学有特色、学有专长的有用之才。

张帆同学的观点是非常正确的,不管是高考还是在平时的学习工作中,都应该记住:“为了实现自己的目标,就必须时刻约束自己。大家可能听过这样一个故事:

有这样一个人,他追求完全自由自在的生活,他讨厌生活对他的任何束缚。

他讨厌理发师对他的摆弄,因而他拒绝理发,一任头发胡须自由地疯长。

他讨厌洗澡时受水的冲刷和毛巾的搓擦,因而他拒绝洗澡,一任污垢满身,虱子乱爬。

他讨厌鞋子、袜子对他的约束,因而他拒绝穿袜,把鞋子也脱掉扔了。

他讨厌身上衣服对他的束缚,因而他把上衣脱下扔了,打着赤膊。

现在,他只剩下腰中皮带和下身裤子的束缚了。

他对皮带说:

“你给我滚开吧!你干嘛总是这么紧紧约束着我?”

“可是,假如你失去我这唯一的约束,你就可能完全失去你的人格。”皮带说。

“胡说!你给我滚开吧!”他找来一把剪刀,剪断了皮带。

可想而知,皮带断了,裤子当然滑落了。他喜不自胜——为解除了全身的任何约束而高兴异常。

当然,没有多久,人们就把他当作一个精神病人关进了病房。所有的约束他都无法抗拒了——他被彻底地约束了。

目标是前途,也是约束。为了实现目标,也许你必须干一些自己不想干的事,放弃一些自己深深迷恋的事,这样就感到了一定的“约束”。但是,为了生活,为了目标,为了成功,我们不能试图摆脱一切“约束”,而是应该在“约束”的引导下,一步步沿着既定的目标,稳妥地前进。

实现目标,从现在开始努力

有一个古老的寓言,说到一个寒号鸟的故事。

在古老的原始森林,阳光明媚,鸟儿欢快地歌唱,辛勤地劳动,其中有一只寒号鸟,有着一身漂亮的羽毛和嘹亮的歌喉,更是到处游荡卖弄自己的羽毛和嗓子。看到别人辛勤地劳动,反而嘲笑不已,好心的鸟儿提醒它说:“寒号鸟,快垒个窝吧!不然冬天来了怎么过呢?”

寒号鸟轻蔑地说：“冬天还早呢？着什么急呢！趁着今天大好时光，快快乐乐地玩玩吧！”

就这样，日复一日，冬天眨眼就到来了。鸟儿们晚上都在自己暖和的窝里安详地休息，而寒号鸟却在夜间的寒风里，冻得瑟瑟发抖，用美丽的歌喉悔恨过去，哀叫未来：“哆■ ■，哆■ ■ 抖落落，寒风冻死我，明天就垒窝。”

第二天，太阳出来了，万物苏醒了。沐浴在阳光中，寒号鸟好不得意，完全忘记了昨天晚上的痛苦，又快乐地歌唱起来。

有鸟儿劝它：“快垒窝吧！不然晚上又要发抖了。”

寒号鸟嘲笑地说：“不会享受的家伙。”

晚上又来临了，寒号鸟又重复着昨天晚上一样的故事。就这样重复了几个晚上，大雪突然降临，鸟儿们奇怪寒号鸟怎么不发出叫声了呢？太阳一出来，大家寻找一看，寒号鸟早已被冻死了。

《寒号鸟》虽是一则寓言，但它的确讲明了在人的一生中，今天是多么重要，是你最有权力发挥或挥霍的，寄希望于明天的人，是一事无成的人，到了明天，后天也就成了明天。今天你把事情推到明天，明天你就把事情推到后天，一而再，再而三，事情永远没个完。只有那些懂得如何利用“今天”的人，才会在“今天”创造成功事业的奠基石，孕育明天的希望。

时间包括三个部分，“过去”是已经逝去的时间；“未来”是尚未到来的时间；“现在”是现实的时间，存在的时间。应该说，“现在”这个部分的时间最宝贵、最重要。因为“无限的‘过去’都以‘现在’为归宿，无限的‘未来’都以‘现在’为渊源”。“过去”是“现在”发展的基础，“现在”又是向“将来”发展的起点，现在把握不住，将来更无从谈起。谁放弃了现在，便为葬送将来开了先例。“现在”的重要性还在于因为它最容易丧失，所以倍觉它可愿