

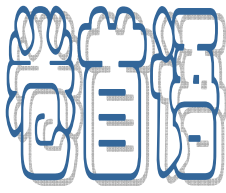
弄潮

第三期

中国人民大学
自强社

中国人民大学自强社

Self-streng and Prosperous Association



回首，我们心存感激；回首，我们无怨无悔……

一年，两年……

一颗心，两颗心……

这里是一个“心”的天地，团结自强的天堂！

回首这两年

潘星星

回首这两年，那时的人、那时的事……

是一份回忆，一份苦并快乐着的回忆；是一片感动，一片对自强不息精神的感动；一种珍惜，一种对在工作中结下的深刻友谊的珍惜……

回首这两年，忘不了……

忘不了大家在学活门前给太阳村的孩子做义卖时卖命的吆喝声；忘不了大家在义卖完满结束时扬起的开怀笑脸；忘不了大家在寒冬时节毅然前往支教太阳村的日子；忘不了大家在宣传“扶贫中国行”活动时顶着严寒散发传单的一幕；忘不了大家在新生入学时为“绿色通道”做出的默默奉献；忘不了大家在为自强社的招新做出的诸多努力……

回首这两年，一同成长，一同进步……

在这里，“锻造自强之才，传递社会关爱”的宗旨总是时时刻刻警醒自己，告诉自己要自强不息、奋斗不止，要关注社会、奉献爱心。

回首这两年，无悔这两年，感谢这两年。





指导老师

高梅红、崔晓燕

顾问

潘星星

秉好愿

张晓波

罗云芷

谢兆辉

葛翠

李鹏

崔婷婷

胡明霞

主编

黄道余

顾彦辉

编辑

宣传部

出版日期：2007年6月3日

卷首语	回首这两年		
我们的社团	新学期，新班子，新任务		1
	中国人民大学自强社章程		2
我们的活动	新学期活动简报		5
大学生活	边走边学	汤丽云	10
	欣赏一切	李岩岩	11
	大学随感	李宁	12
活动感触	难忘的中关村义卖	李小花	13
	听陈志强讲座有感	林焰	15
	自强成就梦想，逆境锻造坚韧	张婷	16
自强感悟	自强，让你在狂风暴雨中挺立	黄靖	18
	青春不怕贫穷	黄华鸯	19
	谁穿越过你的身影	曹青宁	20
美文赏读	走路	贾宝泉	17
	水草拔河	余光中	20
	活在当下	蒋旭峰(译)	21
	没有一棵小草自惭形秽	毕淑敏	23
	人生即燃烧	王蒙	24
	今天就是礼物		25
	有所为必有所不为	周国平	26

	苦难是财富还是屈辱	潘杨	27
	好好活着	刘墉	27
	聪明人的圣经	约瑟夫	28
	说话的温度	王东	28
English Zoo	November Rain		29
	Life is for Living		30
	Four Seasons of a Tree		31
	Love and Time		32
成长过程	大学生活该怎么度过	佚名	33
	潜意识智力		35
	当前贫困大学生的心理状况探析		
		胡顺、程星	36
社长寄语	回首这两年	潘星星	40
历史记录	自强社大事记		41

一朵花走在路上

文/冷吟

太阳：一只手电筒
月亮：一挂红灯笼
她提着它们日夜兼程

她的脸刚刚吐蕊
她的裙子：一只鸟的许多羽毛
或者以个人的许多手掌

她边走边唱。她的歌声
有着风的形状。她芬芳的歌声
离得再远你也可用鼻子欣赏

但谁能听懂她的忧伤
当她经过我的窗前
谁能避免她恰巧被我爱上

走过风雨
走过四季
而实际上：跟所有的花一样
她始终走在一枚果实小小的
背上

摘自《北京文学》2006年11期

中国人民大学自强社

E-mail:

zqiangshe2004@126.com

博客:

zqiangshe.blog.sohu.com

地址:

中国人民大学北区食堂 502 室

邮编: 100872

新学期，新班子，新任务

2007年3月23日，本社召开新学期换届大会暨社员大会，学生处高梅红、崔晓燕两位指导老师出席了这次会议。

在这次大会中，任命了新学期新的领导班子：

社长：潘星星（女，信管04级）

副社长：李鹏（兼新长城项目部部长）、张晓波（兼人力资源部部长）

办公室部长：罗芸芷（女，商院05级）

活动策划部部长：谢兆辉（男，商院05级）、胡明霞（女，财金05级）

人力资源部部长：张晓波（男，信管05级）

新长城项目部部长：李鹏（男，国关05级）

外联部部长：崔娉婷（女，商院05级）

宣传部部长：葛翠（女，财金05级）、栗好愿（女，劳人05级）

新长城中国人民大学新长城自强社成立于2003年10月，即将迎来它四岁的生日。从成立之初到现在，一路走来不容易。以受助学生为主体的特殊性决定了我社在人民大学众多社团中的特殊定位。我社的宗旨“锻造自强之才，传递社会关爱”是对“自强”的最好诠释，也是三年来社团建设与活动开展的方针。但是我社还一直处于摸索发展的阶段，三年来在“传递社会关爱”方面做得颇有成绩，而在“锻造自强之才”方面则稍显不足。所以今后的一段时间我们将在继续开展“传递社会关爱”活动的基础上，进一步将重心转移至社员的自身建设与发展，帮助社员真正做到自强，包括经济上的自强，学业上的自强，更重要的是精神上的自强与富足。

此外，根据我社在校园社团中的特殊性质及近年来的影响力，校学生处决定将我社更名为“中国人民大学自强社”（原名“新长城中国人民大学自强社”），协助学生处管理我校全体受助学生，作为学生处的直属学生工作部门。

我社采取“自我管理，自我教育，自我服务”的模式，为社员创造交流平台，提供实践机会，培养社员自强意识，提升社员综合素质，力争成为新长城高校优秀自强社，成为受助学生社团的品牌与典范。

——中国人民大学自强社社长 潘星星

中国人民大学自强社章程

总 则

中国人民大学自强社的前身是由中国扶贫基金会新长城项目办公室主导成立的新长城中国人民大学自强社，随着社团的进一步发展，在中国人民大学学生处的指导和帮助下，决定把新长城中国人民大学自强社改名为中国人民大学自强社，协助学生处管理中国人民大学所有受助学生，是学生处的直属学生工作部门。社团以“传递社会关爱，锻造自强之才”为宗旨，通过成立互助团体，自我管理，自我教育，自我服务；为社员创造交流平台、提供实践机会、培养社员自强意识、提升社员综合素质。

第一章 社员

第一条 凡是接受校级各项助学金的中国人民大学在校本科生，均自动成为中国人民大学自强社社员。凡有意于自强事业自愿加入自强社，并积极参与自强社活动，履行社员义务的中国人民大学在校本科学生，均可申请加入自强社并成为社员。

第二条 社员在社内享有如下权利：

- (一) 选举权和被选举权。
- (二) 表决权。
- (三) 参加社内组织的各项活动。
- (四) 对本社各项工作进行监督，提出建议和批评。
- (五) 遇到困难或不公正待遇时，向本社申请帮助与保护。
- (六) 享受本社为社员所提供的一切成才支持和机遇。

第三条 社员必须履行如下义务：

- (一) 遵守国家法纪和校规校纪，维护正常的教学生活秩序。
- (二) 勤俭节约，正确使用所获资助，努力学习，倡导自强向上的良好风气。
- (三) 遵守本社团章程，执行本社团决议，维护本社团声誉，积极参加本社团的各项活动，认真完成本社团交给的任务。
- (四) 发扬爱心，主动帮助他人。

第四条 社员有退社的自由。

自强社社员可向所在部门的部长提出退社申请，接受新长城资助的社员如退社，资助相关事宜由本社报校学生处进行处理。

第二章 组织

第五条 所有自强社社员按其意愿和工作态度分为三类：干部，干事，普通社员。

第六条 干事是本社活动策划和组织的骨干力量，是为社员提供服务的团队。干事除享有自强社社员享有的权利之外，还享有优先得到自强社推荐的勤工助学岗位的权力。

第七条 本社设社长一名，副社长两名，六个部门分别为办公室，宣传部，活动策划部，人力资源部，外联部，助学金部，各部设部长副部长若干名，视部门情况而定。干部通过提名、经社员大会选举、表决产生。

第三章 制度

第八条 为提高自强社工作效率，社团活动的顺利组织以及相关事件的及时处理，自强社应定期召开社员大会、部长办公会议以及各部门例会。

第九条 会议实行充分讨论，民主决定的原则。

第十条 会议要求

（一） 按时到会，认真参与会议。

（二） 如有特殊情况缺席，需提前向会议召集人请假，说明情况，不得由他人替请。

（三） 会议务必简洁、高效。

第十一条 社员大会：每年召开一次，由全体社员参加。会议主要内容如下。

（一） 审议、通过社委会上一年的工作报告和财务报告，为下一步工作提出建议和意见。

（二） 制定修改社团章程。

（三） 监督本社工作、决定本社的重大问题。

（四） 选举及产生新一届社团委员会。

（五） 年度优秀社员奖励。

第十二条 负责人例会：每周召开一次，由社长召集各部长参加，必要时可邀请老师或其他社员参加会议。会议主要内容如下。

- (一) 传达学校和各助学金基金会近期工作指示。
- (二) 听取各部门近期工作汇报和建议。
- (三) 布置近期工作任务。
- (四) 针对具体事项进行磋商。

第十三条 各部门例会：由各部门部长召集干事参加，时间视各部门具体情况而定。主要内容是做好活动安排、针对部门活动提出计划，加强干事、社员之间联系。

第十四条 奖励与处罚

(一) 本社每年在社内评选“自强十星”，推选出十名在学业、工作或思想方面有突出表现的社员，进行专访，载入社刊，作为大家学习的榜样，同时给予表彰和奖励。

(二) 本社每年在社员中推选学业优异者，工作认真负责、成绩突出者，思想品质优秀，有突出表现者，向校学生处、基金会提交材料申请各类奖学金及荣誉称号。

(三) 给本社提出良好建议，经采纳产生良好效果者，社内单独给予奖励。

(四) 对典型的好人好事，社内单独给予奖励。

(五) 无故不参加社内活动，经提示不改，累计达到三次者，视为自动退社。

(六) 对于个人行为给本社造成不良影响者，视情节轻重，分别予以检讨、通报批评、留社查看、取消社员资格等处罚，所造成一切后果，由其本人负责。

(七) 本社一切奖惩均须经负责人例会讨论，重要奖励需提交校学生处、或校团委，或基金会审批决定。取消社员资格涉及到所获资助的，需提交学生处审批决定。

第四章 附则

第十五条 本章程解释权属于社团委员会。

第十六条 本章程为中国人民大学自强社试行，自发布之日起生效。





新学期活动简报



○新班子，新希望，新目标，新气象

3月23日，本社新学期换届大会暨社员大会顺利进行。此次大会的主要任务是完成新老班子的交接以及社内干事的重新调剂。

前任社长雷宇明首先发言讲话，平静的语调中充满殷切的期望和留恋。随后，我社学生处指导老师高梅红、崔晓燕来到会场，崔老师发表了简短有力的讲话，会场掌声阵阵。前任各部部长也发表了讲话，与新的部长进行了工作的交接并给予他们美好的祝愿。接着由新任社长潘星星致词，表示将不负众望再接再厉！在主持人向社员宣布新班子成员后，



指导老师向新部长颁发了部长聘书，并合影留念，气氛热烈。

如社长潘星星所言，一年之计在于春，新的一年，在新人的领导下，希望我们的自强社能够有新的气象。

○春暖三月，绵绵爱心再入太阳村

——中国人民大学自强社“爱心温暖太阳村”活动再次启动



3月24日，首批自强社“爱心温暖太阳村”活动的成员背上给孩子送去的沉甸甸的爱心水果、书籍衣物、信封邮票等物品，经过长达3个小时的辗转颠簸，来到了位于顺义区赵全营镇板桥村的特殊儿童教养基地——太阳村。

作为本学期的首次活动，此次太阳

村之行，不仅延续了以往与定点志愿服务点——太阳村鲍德乐小屋的支教任务，而且对上学期社团的工作做了及时反馈与更新。

据悉，自从 2005 年下学期“爱心温暖太阳村”活动启动以来，自强社通过各种途径，在中国人民大学范围内招募活动志愿者 260 名，往来于太阳村与学校共计 26 次，为鲍德乐小屋的儿童辅导功课，聊天谈心，协助解决她们日常生活和学习上的困难，同时举办各种募捐及义卖活动，共募得资金累计达 3600 元，一定程度上支持了太阳村的正常工作和运转。

○“白羽情缘”搭建沟通桥梁



4 月 1 号上午，中国人民大学自强社羽毛球比赛在人大旧体育馆举行。



在和谐而又活跃的气氛中，参赛者沉着应对，赛出水平赛出风格。最后，宣传部团体夺冠，外联获得亚军，其他各部分居其后，新任社长潘星星到场主持比赛并为获奖团体颁发了奖品。

这次比赛增强了大家的友谊，正如社长所说：“名次不是主要的，这次活动主要是为了加强大家的联系，推进社员之

间的互动交流。”比赛中我们知道，一个集体不仅仅需要个人，更需要大家团结合作！

○图书馆学生助理招聘工作圆满结束

4 月 6 号下午，图书馆学生助理招聘的面试活动在图书馆新馆报告厅进行。

本次图书馆学生助理招聘是由校图书馆与学生处联合发起的，新长城中国人民大学自强社负责各项具体事宜，旨在缓解贫困同学的经济压力，为其安心学习及个人的全面发展提供部分的物质保障。

本次招聘大约提供 40 个岗位，近三百人报名参加了面试。面试考官由图书馆老师担任，本着家庭贫困者优先，兼顾能力与素质的原则，对申请同学进行了仔细的筛选，符合条件者将上岗。

吸取图书馆助理招聘过程中的经验和教训，学校其他部门的学生助理招聘也将逐步展开，我们相信更多的贫困学子将会从中受益，获得改善自己生活状况的机会。

○ “自强不息，放飞梦想”

——演讲比赛圆满结束，张婷载誉而归

4月8号下午，由中国扶贫基金会和新长城项目部主办，中央民族大学承办的为期两天的“自强不息，放飞梦想”全国自强社演讲比赛总决赛圆满结束，人大自强社代表张婷最终取得三等奖的佳绩。

在这次演讲比赛中，自准备到正式参加，张婷投入了大量的精力和时间，社内其他人员以及指导老师也倾注了大量的热情。正如张婷所言，未能夺冠虽系一憾，但每个人都从中得到了许多，不仅是个人演讲技巧的提高、自信心的增强，更重要的是提升了社团的集体荣誉感和凝聚力！同时，也获得了与其他兄弟自强社的沟通和交流的机会，取长补短，从而进一步促进了社团的健康发展。

○ 联手佳美口腔，发掘社团潜力

4月11号，我校自强社与佳美口腔健康合作展开的系列活动一一展开：14:00-17:00 在学生活动中心展开口腔健康咨询活动，晚上19:30 “关注口腔健康”讲座正式开场。

本活动由我社外联部主要负责，各部统筹协调完成，是我社首次通过外联部与校外商业机构开展的合作，虽然由于经验不足出现了一些问题，但这毕竟是一次有益的尝试和突破。通过这次活动，也进一步明确了各部门的职责。



○ 燃烧激情，放飞梦想

——记著名国际义工陈

志强讲座

4月14日晚，著名创业家、国际义工陈志强，在人大教学二楼2102室就其校园学习和社会创业历程作了一场精彩的报告。

首先，陈先生向我们讲述他艰难的求学历程、就业以及创业生涯。他不为恶劣的学习环境所困，凭着一颗顽强上进之心，克



服重重困难，由小学到中学再到大学，逐渐走出穷乡僻壤，步入了知识的殿堂。他的同事大都来自名牌高校，但他并不认输，用业绩去证明自己的实力，赢得了企业主管的青睐。他凭着敏锐的洞察力，积极寻找商机，发展民族实业，渐渐步入社会精英的阵营。成功之后，他不忘家乡，牢记一位企业家的社会责任，积极捐资助学、搞科研、修公路，为企业家们树立了典范。

接下来，陈先生对同学们提出的问题作了精彩解答，博得阵阵掌声。

整个演讲过程中，陈先生言语诙谐幽默，充满激情，处处体现着他大胆、细心、快速、冷静的创业基本原则，他超前的思想观念、自强不息的壮志豪情，给人留下了深刻印象。让我们收获了一份感动和震撼。

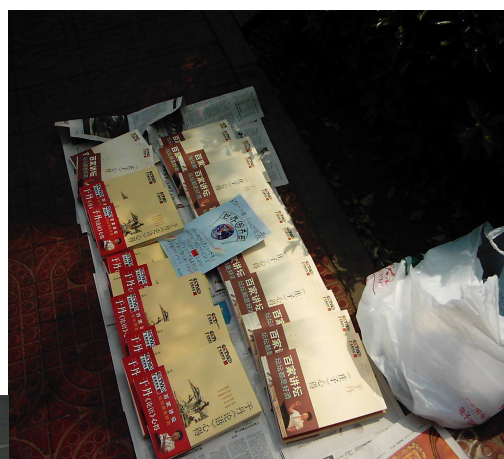
○祝贺兄弟自强社成立三周年

4月21号，应北京理工大学和中央财金大学自强社的邀请，我社副社长兼新长城项目部部长李鹏、活动策划部部长谢兆辉、宣传部部长葛翠代表我校自强社，分别于上午和下午参加了两校自强社的社庆活动。在本次活动中，他们还就社团活动的开展情况和发展前景进行了交流和沟通，增进了彼此的友谊和感情，也为我们开阔了更为广阔的视野。

○希望书库爱心义卖圆满结束

4月23号中午，我校各个食堂门口都出现了一个简易书摊，身穿志愿衫儿的同学向路人发放宣传材料宣传本次义卖活动的内容及目的，不时有人围拢过来表示关注，更有人热情购买了义卖图书，奉献爱心，表现了对我们本次活动的充分肯定和大力支持。

本次义卖活动是由我校自强社与希望书库第



二次合作，志愿者面向全校招募，义卖图书所得价款将大部分捐献给因经济困难而无法读书的孩子。本次义卖分两次进行，22号、23号分别在中关村图书大厦、校内食堂门口展开，总计共售出图书103本，所得收入2060元。

在义卖中志愿者都表现出了良好的状态，虽然天气状况不佳，但大家都积极向路人讲解义卖的情况、意义，

体尝到奉献的快乐，锻炼了个人的能力，更重要的是能够为使更多的人关注贫困孩子的生存状况尽一份力。

我们的志愿者也真诚地希望这样的活动能有机会多展开，将爱心传递，同时愿受助的贫困孩子们好好学习、自强不息。

○关注心理健康，塑造美丽人生



4月27日下午4:00，校心理咨询室赵颖老师在我校教三为社员做了“职业测评和卡氏十六种个性测评”的解答。赵颖老师对职业测评的讲解生动有趣，在心理问题上的讲解深入浅出、切合实际。在场的同学认真听讲，不时提问，从中受益匪浅。通过本次讲座，社员们对自己的个性以及职业取向有了更深更明确的了解，以便于他们能在大学阶段更好地塑造健全的人格、更好地规划自己的职业。

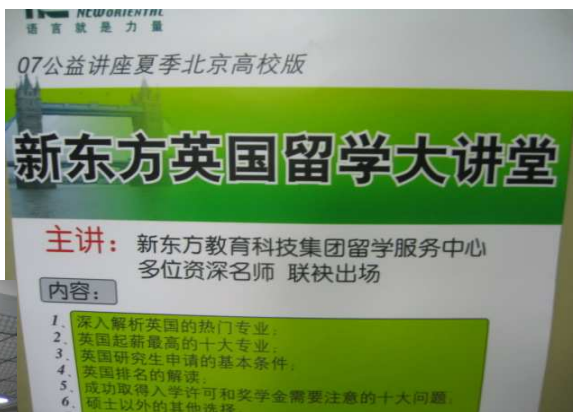
心理测评是我社社员培训系列活动的一部分，由我社人力资源部主要负责。4月19日晚7:30由人力资源部组织社员填写了职业测评和心理测试问卷，根据每份问卷的得分和特点，29日晚赵颖老师对这些测评结果进行解读。关注心理健康，更好的服务社员，正是本次社员培训活动的宗旨所在。



5月

○联手新东方，留学知识大讲堂走进我校

5月16日晚七点，新东方英国名校留学申请讲座在我校求是楼开讲。英国留学全攻略，新东方留学部巫老师向有志于海外深造的同学就如何选择学校、怎样顺利获得签证等关键问题一一支招，许多同学来到讲座现场，认真记录并不时有人举手提问，现场气



氛活跃。

本活动是新东方与我自强社的首次合作，过程愉快，效果良好。与国内知名语言教育机构合作，我们从中受益匪浅，希望以此为契机，双方能够建立更为持久和密切的合作关系。



大一，我们走过了，走过的，留下脚步的印迹；

大一，我们感受了，心的深处，存放着我们的深情。

在这里，我们边走边学，

在这里，我们欣赏一切……

边走边学

新长城项目部 汤丽云

懵懵懂懂，跌跌撞撞……没想到大一就这样要过去了。

一年的时间再回头看恍如昨天。一不小心就把大学过了四分之一，不由得有点慌张和忧虑。好时光难道真的过得飞快，来不及给人多一点时间细细品味？还没享受够当小师妹的好处却很快就要当师姐了，心里还是有一点不舍（一直很希望当最小的，因为那样可以理所当然地被照顾）。

一年来经历了很多没经历过的，看到了很多从未见过的，听到了很多从前没听过的，学到了很多以前从不知道的。上天可能把人生中大部分的第一次都放在了大一吧。

慢慢习惯上不同的课在不同的教室间奔波；

慢慢习惯与高中截然不同的授课方式；

慢慢习惯十天半个月见不到班主任；

第一次参加大合唱，感受它的魅力，并第一次穿着礼服在那么大的舞台上表演却全然看不见观众；

第一次去支农，看到了与家乡迥然相异的农业耕植方式并且交了一群真心的朋友；

第一次参加社团活动，忙忙碌碌组织活动；

第一次在社会上做兼职——促销员。从早上十点到晚上七点在大太阳底下连续站九个小时（除了半小时的午饭时间），还要微笑着在路边向路过的人介绍产品。五天的兼职经历也让我见识到了各种各样的人：有的很有礼貌的拒绝，有的不情愿的接受，有的漠然无视甚至抛来一个白眼……也慢慢有了经验，与什么样的人该打什么样的交道。工作一天下来真的累得都不想说话了，很辛苦。和同学干了两天就想放弃，结果未遂（业务员姐姐不答应，她以临时找不到人代替我们为借口），所以只能被动地坚持下来了。后三天对工作逐渐熟悉了，干起来也没那么累。在最后一天工作结束时，我竟然有一点不舍……

我想拿到工资时，看到自己辛辛苦苦赚的钱真的会不知道要怎么花才对得起自己五天的汗水（终于知道什么叫血汗钱了……）。

大一一年真的学到很多，边走边学，让自己从无知的懵懂逐渐变得充实起来。也许很多年以后想起来依然觉得很美好。

而大学剩下的日子，我依然希望自己边走边学，对自己说声加油吧。

欣赏一切

人力资源部 李岩岩

生活中的故事有很多，因此有关生活的哲理也很多，可是唯有亲身经历过的人才真正懂得其中的含义。大家都知道“生活不是缺少美，而是缺少发现美的眼睛。”是的！可是直到自己慢慢学会点点滴滴的赞叹、发自内心的惊喜，甚至寻找到苦难中的快乐，才彻悟，欣赏究竟是一个多么美妙的字眼！赏人，赏花，赏月，赏水……一切皆可赏，从苦难中发现的美妙尤其令人惊艳。

春天来了，又匆匆地去了，可是我要向春天由衷地祝福。路旁零零碎碎而又耀眼夺目的小花是她的一种馈赠。走在路旁，谁都忍不住要向它们“敬一个礼”，“道一声赞”，“问一个好”。还有那些繁茂的小草们——从来都舍不得跨过窄窄小路的分毫——人文楼后面的那个小小的手掌在告诉我说：“小草在生长，请勿打扰。”每回过去时忍不住都对它报一个“志同道合”的微笑。最喜欢春天的是下雨的日子，小草们生长时散发出一种令人窒息的香味。现在大大的日头也不足为惧，自有人在呵护着它们。看到浇水工们拿着水管浇水时悠闲恣意的表情，为小草高兴，也更加为他们兴奋——甚至有种加入他们的冲动。想起了曼谷的小象在河边用鼻子为自己沐浴时可爱的样子。感叹北京的校园的麻雀之傻，有时候走到它们身边，它们连眼皮都不曾抬起一下，还在石子路上自顾自己的觅食，真是个小淘气。是啊，大家都不忍心伤害这些小精灵们，所以它们自然也就无所畏惧。感叹这自然与人的高度统一和谐的美妙。这么多的美好同在，有谁会不赞叹这可爱的生活？

在入大的这些日子里，没少迷茫过，尤其是上半个学期。经历了太多太多以前没有经历过的事情，见识了形形色色的人，但是更加重要的是也学会了以前不会的技能和知识。用心欣赏，用心观察，用心感悟，原来一切的阴暗后也别有洞天。还记得上个学期第一次和同学们出门，在这么一个陌生而又繁华的城市里穿行，一起挤公交车，心里难免会有些恐慌，有些不安。害怕迷路，也害怕遇到坏人（现在想想不免有些搞笑哦）。可是什么事情还都是要靠自己的，多做几次，就会慢慢熟悉和长进了。坐错过车，也坐反过车，但是那时心里是从容的。毕竟又到了一个不知道的地方，知道了一个以前不知道的路线——自己就会想：哈哈，这样坐下去，不用多久，北京可不就全熟悉了？自己在车上静静欣赏这一路陌生的景色和人群，也静静地在失误中收获另一种美妙。我们也都遇到过这样的情况——在学校，有时候功课很紧，社团的活动也很多，这时就要在忙中静一静心了，虽然有时候确实任务很多，心里也很烦，可是仔细思考一下，这样的日子其实是很充实的啊，这更加锻炼了我们运筹时间的能力。所以完全没有时间、没有必要心烦的。自己去思考，去想，一切其实都可以是很美好的。这只是我来到人大里的生活和学习中的一小部分而已。我们能够欣赏的实在是很多——脑子里想起了蔡琴的那句歌词“我满心欢喜”——这或许就是我在学会欣赏中收获的美好心境。让心充满欣赏，我们就可以尽情呼吸海风，呼吸花香。让眼睛充满欣赏，我们就能够用视力触摸到一切幸福。

生命有一种不可剥夺的权利，那就是欣赏；生命中有一种不可剥夺的自由，那就是对美好的守望。在入大的小小又大大的校园里，在入大长长又短短的四年里，我们可以尽情地欣赏，我们总会找到属于自己的天堂。

大学随感

人力资源部 李宇

2006年9月2号，踏着蒙蒙细雨，和两个高中同学一起，坐了一天一夜的火车，终于第一次来到了伟大的首都——北京。

北京是到了，可一下火车就傻了，虽能跟着众人出火车站，可出去之后就没方向了。好在另外个同学的哥哥在等我们，才不至于流落街头。本来学校会派学长来接学弟的，可那天迟了，人



大的学长一个不剩，望着北大和北科的那些学长，当时只怪自己命不好，怎么就来人大了呢？得出结论：上下火车跟着众人跑，别做第一别落后；第一次，尤其第一次出门，目的地要有人接你。

那位同学的哥哥先送我到了人大，好在人大有老乡，他拨通了号，见了一面，然后就和他弟弟走了。老乡就是好，先帮我弄好宿舍，然后报了到，出去吃了饭。当晚没铺盖，院青协和学生会两家联手帮我先找了一套。第二天就英语分级考试，十分光荣，一级，同宿舍还有三位战友。结论：出门在外老乡好，最好一个县的，当然，老乡不是万能的。

接下来的一周，大家对环境都不熟悉，所以一般都是集体行动：一起吃饭、说话、上课——这段时间，大家也努力在适应新环境，情绪波动大，尤其那些以前没离开过家的，由于人生地不熟，可能会反应极端些，宽容是必备的。一个宿舍的融洽程度，关键在就看这一段时间，这就是根源。结论：要搞好同学关系，尤其是同宿舍的；要学会团队协作，独行侠不值得提倡。

稍后大规模社团招新，人大有一百多社团。新生嘛，难免控制不住自己，端着碗里的，瞅着锅里的一一我当时虽拼命告诫自己，可还是报了四个，特别的忙。结论：宁缺勿滥。

国庆节到了，没事干，就和同学出去遛达，一不留神就到了手机专卖店前。他说，要不进去看看，我也就同意了。里面手机品种自不必说，价格也千差万别。转着转着到了诺基亚专卖柜台前，有一款价格还可以接受的，我俩看了好一会儿。以前是打算要弄部手机的，可没打算这么快。唉，要不买吧，反正也是迟早的事，我俩就一人一部。不料才过三天，他的就被人偷了，还相当诡异。早上他起来，出去洗了把脸，也就六七分钟，回宿舍一看，床头手机不见了。当时他们宿舍还有三个人在睡觉，其中一个的也放在床头，也被偷了。后来听学长说：正常现象，自己已丢了两部，在公交车上。结论：北京的小偷，相当有技术含量。不怕偷不到，就怕想不到。

后来一段时间比较郁闷，同宿舍的说是不是想女朋友了，我说没有女朋友。他大惊，说高中没谈过？我默认！他于是极力怂恿我去找一个。机会终于

来了，元旦前夕，在自强社来了一次自强演讲，我也没素材，就拿自己开刀，讲自己早上每天坚持跑步；没缺过一顿早餐；以前没学过计算机，这次来了个计算机提前考试，还不错——底下掌声一片，在人大，能这样坚持的，我也自负确实不多；就是最后没进决赛，原来我缺少激情，又不规范。这一次，我又深刻体会到了老子他老人家预言的精确性：塞翁失马，焉知非福？我当时讲完后，有个女生主动留下来和我说了几句话，她长得很漂亮，至少在我心目中！后来彼此留了电话，我那两天别提有多高兴了。于是制定了一个庞大的追击计划，包括自习、吃饭、出去玩……最后还是失败！不过她也好，说做朋友。这样也好，现在终于邦交正常化了。结论：多参加活动锻炼自己；坚持，有时就是一种胜利；人大女生不好追。

到期末了，平时虽在学，却也有限，为了学分积，我疯狂自习二十天，结果在火车上受了不少苦，硬座上坐久了屁股疼……

大一第一学期就这样完了，到了第二学期，基本已经熟悉了。这时社团活动也多了起来，上一学期是理论，这回是实践。虽然社团减至三个，可还是忙：开会，贴海报，通知人……有时一个大活动可以让你一整夜睡不好觉。不过忙是忙，可毕竟有收获，至少没虚度光阴，还觉得对得起自己。结论：既然做，就认真做；一分付出，零分收获；两分付出，零分收获；三分付出，零分收获……一百分付出，一千分收获。

大一即将过去，有喜有忧，忙碌了，走过了，失去了，也收获了，但我无怨无悔。也许，这就是生活！



难忘的



中关村义卖

办公室

李小花



2007年四月份的最后一个星期日，我参加了自强社和希望书库联办的献爱心义卖活动，其间虽百味杂陈，但我收获之大绝非一个词可以形容。

我社这次活动的目的是为边远地区的孩子献上一份爱心，为那些渴望上学却因为家贫而在校门外徘徊的他们贡献我们的绵薄之力。这个活动的意义还在于，通过义卖，而不是单纯地向市民募捐，提高首都市民“读一本好书，献一份爱心”的意识。对我们志愿者来说，则是接触社会，锻炼口才的难得机会。

分配完任务，我手捧十余本《于丹论语心得》开始投入“战斗”……

……

黄昏时分，全体参加义卖的社员在广场重新集合，盘点起一天的成果，我对自己的战绩还算满意，共

卖出十一本。当然，和其他社员相比，这个数字根本不算什么，但对我自己来说，已经达到预计水平了。更重要的是，通过义卖，我受益匪浅，现将鄙人的几点心得与大家共享：

一，处在病痛中的人更容易对他人表示出同情。当然这只是我个人的感想。刚开始时，我碰了不少钉子，时间一分一秒地过去，可是我手头上的书一本都还未卖出，实在焦急啊。后来我改变策略，往中关村医院方向出击。在医院门口，我遇到一位手上尚扎着绷带的中年男子，抱着试试看的心态，我向他介绍起了义卖活动，并建议他买本“心得”，放在案头时时翻阅，以丰富知识储备，提高审美水平。他听后，告诉我，自己是从外地来京就医的，为了给他治病，家中已是债台高筑。听完这些话，我对此深表理解，因为他现在毕竟是有心无力嘛。“但是，”他继续说道，“我觉得你们这个活动很有意义，帮助需要帮助的贫困地区的孩子上学。只是我现在有点困难，只能暂时先买一本。”说着，他上衣口袋里掏出一百元。最令我尴尬而又惭愧的事发生了，我身无分文，怎么找他零钱啊？所幸十米开外有个报刊亭，我只好很不好意思地请问他是否可以麻烦他走几步找零。这时我真担心由于自己先前准备不周而枉费人家一番好心。令我感动的是，他毫不犹豫地答应了，第一笔20元的书款也就这样筹到了。真的很感谢这位先生，他自己尚处于疾病中，正为医药费劳神，却依然舍得为寒门学子献爱心，这种博大的爱难道不值得我们为之肃然起敬吗？钱数虽不多，但是要在是否捐献之间做出抉择实属不易，尤其是在自己也缺钱之时。对比之前的几个小时，在广场遭不少身体健康者的冷遇，我不禁感慨

万分，也许处在病痛中的人更有爱心，更容易对他人的不幸表示同情与怜惜。

二，义务教育普及工作尚需加强，增强国民读书意识刻不容缓。在义卖过程中，有很多人回答说“我小学都没毕业呢，斗大的字不识几个，怎么看书啊？”“我平时都忙着工作，没时间看书。”这表明我们的国民识字率尚待提高，与书为友的意识尚需强化。当然，不能排除有人是以此作为托辞，委婉地拒绝献爱心的可能。但是我觉得，即使是在北京这样的全国政治、经济与文化中心，仍存在着为数不少的半文盲甚至文盲，因此，如何更好地落实义务教育政策，提高国民的文化水平，并进而提高他们“我要读好书”的意识应成为政府有关部门的年度工作计划范畴。

短暂的一天义卖结束了，我累并快乐着，大有收获满满的感觉。对这个社会，对形形色色的人我都有了进一步的认识。当然，个中滋味，只有亲身经历过，才能真正体会。这次难忘的义卖活动将永远在我心中珍藏，并在今后的人生路上，时时给我些微提示与启迪。

活动链接(编者注)：

2007年4月1日，希望书库高校志愿者工作会议在人民大学求是楼0021室召开。来自人民大学、清华大学、北京师范大学、林业大学、外交学院、北方工业大学、物资学院、青年政治学院、首钢工学院等高校的二十余位学生志愿者负责人参加了会议。

2007年4月23日是第十二个“世界读书日”，为了向公众宣传世界读书日，积极开展全民阅读活动，同时号召社会关注农村教育，为贫困地区学生捐赠优质图书，希望书库基金会发起了2007世界读书日公益宣传周活动。

“省出一元钱，捐出一本书，
传递一份爱，成就一个梦想。”

听陈志强讲座有感

办公室 林焰

2007年，自强社有幸的请来了国际义工陈志强先生来人大做演讲，自强社的许多同学都来听了讲座。在两个小时的时间里，陈志强先生向我们讲述了他的艰辛的求学经历，传奇般的创业史，还向我们传授了他的成功经验。听完讲座，同学们都深受鼓舞。讲座结束后同学们还提了很多问题，向他请教关于大学生求学创业的一些问题。



正像所有的成功者一样，陈志强先生也有一笔宝贵的财富，那就是他过去受的苦。时间是最好的过滤剂，过滤掉了痛苦只剩下美好的瞬间让我们回忆。

陈志强先生是带着一种自豪的感情向我们诉说他的过去的。他的求学路是艰苦的：狭小崎岖的山路，饥饿的肚子，中学时拥挤潮湿的宿舍，以及半夜从床底下捞出来的一团虫子（相信有去听讲座的

同学对这一事件都会印象深刻）这些片断勾画了他当时上学的环境。虽然环境艰苦，他却从未放弃过心中的理想，他将自己的名字改成志强，名以明志，这个有志气的举动让我们今天依然能感受到一种倔强的精神，一种对于命运的反抗。

在付出了无数的汗水与努力之后，他成为村里第一个大学生。

陈志强先生的大学经历里有两件事最让人备受鼓舞。一件事是关于学英语的。英语是许多人的痛苦，当时对于他来说也是一个巨大的障碍。他的英语底子很薄但他学的却是国际经济贸易。怎么办呢？他鼓起勇气，找到了学校里英语最好的老师，恳求老师帮他补习英语，而且是从音标开始学起。老师被他的勇气与诚心打动，答应教他英语。当时学校里来了一个外教，当其他老师同学都对外教敬而远之的时候，他主动的接近外教，向他学习英语。成功向来属于无畏的勇者！

另一件事是关于组建社团的。当时在他的学校社团还不那么发达，很多工作都没做起来。当得知新建的社团部要招部长时，毫无经验的他却跑到老师面前毛遂自荐，他的勇气确实让人佩服。

演讲接近尾声时，他已经讲得眉飞色舞、激情洋溢了，这是演讲者得到观众积极回应时的姿态。我观察了一下周围，大家虽然听了一个多小时，但似乎比开始时更精神了，大家都用敬佩的目光看着演讲者，聚精会神地听着。

最后，演讲结束后，很多同学提了很多问题，有问陈志强先生对大学生创业的看法，有问他作为70年代人如何看待80年代人的，大家已经把他当作一个亲切的可信赖的长辈来请教了。

最后，向陈志强先生致敬！

希望自强社以后还能请到更多优秀人士来做演讲！

只有经历地狱的磨练，才能炼出创造天堂的力量；
只有流过血的手指，才能弹出人间最美的绝唱。

逆境
自
强
成
就
梦
想
——
人
力
资
源
解
释
——
精
神



尊敬的各位老师，亲爱的各位同学：

大家好，今天我演讲的题目是《逆境锻造坚韧，自强成就梦想》。

茫茫人海中，她很平凡，平凡得像一片树叶、一点星光。从割猪草的穷孩子到被各种荣誉笼罩的女大学生，是她用一路挣扎、一路蹒跚的成长经历告诉我：只有经历地狱的磨练，才能炼出创造天堂的力量；只有流过血的手指，才能弹出人间最美的绝唱。

她叫：张宝娣。

回想童年的家，只有一个感觉：穷！眼瞎的父亲和体弱的母亲靠砸石头支撑着这个八口之家，家境的贫寒使她过早的用自己单薄的背撑起了一片天：洗衣，做饭，带孩子，喂猪……

然而，命运却又跟苦命的她开了个更为惊险的玩笑：就在中考的

前几天，由于意外，她从楼上摔了下来……

看着诊断书上一行行残酷的字迹，泪水模糊了她的双眼，下半身已几乎瘫痪的她知道：自己已与日思夜想的高中无缘。躺在病床上的那段日子，刺骨的疼痛铺天盖地的向她袭来。但看到两鬓斑白却日夜守候在床边的奶奶，她宁愿把嘴唇咬破，枕巾撕烂也不喊一声疼。突如其来的灾祸几乎让她崩溃，面对呼啸而来的火车，竟然没有了要躲开的念头。是奶奶，她最亲最爱的奶奶，把她从死亡的边缘呼唤了回来。

终于，爱和信念，支撑坚强的她，重新站了起来！

怀着对知识如饥似渴的向往和在心中已萌生了很久的大学梦，张宝娣决心克服困难考学。在她一次次的哀求

下，背负着承重经济压力的父亲无奈与她签下了考学协议：（1）卖豆芽，挣学费！（2）毕业后承担弟弟妹妹上学、结婚的一切费用。

那白纸、黑字、血红的手印注定她一生只有这一次机会。

从此，寒冬酷暑，每晚她都要至少两次起床为豆芽浇水，调温，凌晨三点，又要翻山越岭赶到集市上去卖。下雨，她就在泥浆中风雨兼程，下冰雹，玻璃球般的冰块狠狠的砸在她的身上，瘦削的她竟也顾不上疼，心中唯一担心是，别把她的豆芽给砸坏了，那是她上大学的希望啊！

当血汗换来的学费紧紧攥在手心时，张宝娣在欣喜之余，又发愁了。此时，离高考还有46天。一天高中都没上过的她，又放下了秤杆子抓起了笔杆子，开始了46天没日没夜的复习征程。

“功夫不负有心人”，当大学的通知书如约而至时，她哭了。泪水里是激动，更是只有岁月才能读懂的苦涩与辛酸。

面对来之不易的大学生活，她深知自己起点低，便抓紧每一分钟刻苦学习，图书馆、自习室处处都留下了她苦读的身影。一份耕耘，一份收获。大学里的她

多次获一等奖学金，并获得“三好学生标兵”等一系列荣誉称号。

如果说命运是一匹烈马，那么张宝娣就是即使伤痕累累也要誓死驯服它的勇士。十几年困境的风吹雨打，十几年从未懈怠的自立自强。逆境中的她紧紧的扼住命运的喉咙，向我们诠释着生命的真谛：艰难困苦，玉汝于成。温室中长不成参天大树，唯有寒梅对雪放！

比起张宝娣，我们拥有太多的幸运和幸福。苦难与挫折是人生的一笔财富。感谢风雨的洗礼，让我们拥有了面对彩虹的笑容！

也许在命运面前，我们都是文弱的。我们改变不了生活的太多，但面对生活的坎坷，我们完全可以以一种坚韧、自强、积极乐观的心态去迎接，做那“千年不死，死后千年不倒，倒后千年不朽”的胡杨！贫困并不可怜，屈服于贫困那才可怜；贫困并不可怕，放弃了追求那才可怕！困境是暂时的，它不会阻止我们的意气昂扬！

让逆境来锻造我们坚韧的翅膀，让自强来成就我们放飞梦想。让我们突出贫困的重围，用青春的激情去搏击生活的磨难，为人生谱写绚丽的华章！

让我们携着自强，向着理想，出发……

演讲感言：

此次参加演讲比赛，收获很大。但带给我更多的是心灵的震撼，聆听了一个个感人至深、自强不息的故事，为他们在贫困边缘奋力挣扎的精神所感动；结识了一群坚强的可爱的朋友，参观了中国扶贫基金会，看到了无数好心人对我们的帮助，对自强一词有了更为深刻的理解。与其说是一次演讲比赛，还不如说是搭建了一个贫困生交流的舞台。

非常感谢新长城的这个活动，更感谢自强社能给我这个机会，自强社是一个很温馨的大家庭，很感谢社里的师兄师姐以及每个人的关心和帮助，很感激大家点点滴滴的关怀。心怀一颗感恩的心，希望我们每个人都能在逆境中锻造出属于我们独有的坚韧，自立自强，勇敢地放飞我们的梦想！将讲稿的一句话送给大家：“贫困并不可怜，屈服于贫困那才可怜；贫困并不可怕，放弃了追求那才可怕。”既然选择了远方，便只顾风雨兼程！祝福大家每个人都能拥有一个自己创建的自强人生。



走路

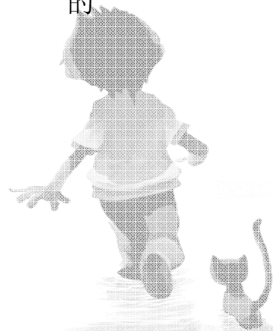
贾宝康

一
当我的左脚
踩住 右脚的
鞋带
我的身体
就倾斜了
原来 自己也能
把自己
绊倒

二

散步的时候
我走直路
儿子却故意
把直路 走弯
我说
把弯路走直
就是捷径了
儿子说
把直路走弯
路就延长了

摘自《读者》1993.01



每个人都向往安逸无忧的人生，但生活中不仅有阳光鲜花，更有狂风暴雨——挫折、失败、痛苦是人生从不缺少的内容。面对人生中的狂风暴雨，是做攀附枝杈的牵牛花，还是做傲然挺立的白杨树？人人都在用行动诠释着自己的答案。

我要说，自强，让你在狂风暴雨中挺立！

因为我看到项羽破釜沉舟，凭着不达目的誓不罢休的意志，赢得了“西楚霸王”的美名；因为我看到越王勾践卧薪尝胆，抱着忍辱负重奋发图强的信念，坐上了“春秋霸主”的交椅；因为我看到春节晚会上—群聋哑演员，用手用心演绎的“千手观音”；因为我看到物理学泰斗霍金，用眼睛用大脑思索宇宙的奥秘……他们就像不落的明星，在我眼前一片黑暗的时候，照亮前方的道路；在我想放弃的时候，带来希望的曙光。

自强者的精神之所以可贵，在于其不怨天不尤人，在于其永不放弃的坚韧不屈。我的河南老乡洪战辉，13岁就挑起了生活的重担，自己打工挣学费、抚养妹妹、照料患精神病的父亲。不知他在黑夜中哭了多少次，不知他在干活中吃了多少苦，不知从哪天起他已经是个真正的男子汉了。让我感动流泪的是，他从不接受别人的捐助。他说：“贫穷不是博得同情的资本，我有能力用自己的双手改变贫穷的状态。”这大概就是“贫贱不能移”的大丈夫气概吧！

曾经，我也自卑过，我的家庭并不富裕。已过五旬的父母，还在奔波操劳，一切为了生活，为了我。看着他们日渐虚弱的身体，我的心久久不能平静。可我只是一个学生，一个消费者，无法替父母减轻负担。我只有全身心地投入学习，用漂亮的成绩单换来父母的一丝欣慰。终于，我圆了大学梦，成了父母的骄傲。

暑假里我走出家门，到一家暑期培训班打工，赚到了人生的第一桶金，尝到了自强的甜头。我的工作就是发传单，每天早晨六点到工作地点，晚上九点多才收工，中午顶着热辣辣的日头，还不能坐下休息。也想过放弃，可一股不服输的信念——别人能做到的我也能做到，支撑着我坚持。时间长了，过往的行人开始不耐烦：“每天从这儿过你都要给我一张，省着点吧！”我微笑：“没关系，您帮我们宣传宣传就好。”之前我是个不善言辞的人，遇到陌生人更是不知所措。但在那里，我必须硬着头皮跟陌生人熟练介绍培训班的师资、费用、课程等等。因为工资和业绩挂钩，如果你没有说动一个人报名，那一天的辛苦就白费了。失败总是多于成功，但有了第一个，我就越来越有信心了。渐渐地，我得到了认可，让我隐隐自豪的是，我是同事中唯一的高中生。

一路走来，我明白生活不相信眼泪，自己要对自己负责。如果这个世界上有上帝的话，那就是你自己！

自强，让你在狂风暴雨中挺立，如一棵白杨！



青春不怕贫穷

—— 一个背债大学生的故事

活动策划部 黄华鸯

他出生在湖北的一个小山村。他的父亲是一个石匠，靠帮别人炸石、采石来赚取他和弟弟的学费。他读高三时，父亲因为长年打石头，得了严重的矽肺病，再也不能干体力活了。

2001年，当他接到大学的录取通知书时，全家高兴之余，却陷入了更大的悲伤，因为每年几千元的学费没有着落。开学了，他带着他和母亲在假期打工赚得的1000元钱和父亲借的1000元钱独自一人到学校报到。到了学校他留了250元作生活费，剩下的钱全交了学费，可只够学费的一半。在学校的体谅下，他打了一张欠条。

就这样，他成了一个负债大学生。故乡的山水、朴实的父母，没有给他帅气的容颜、厚实的资本，却给了他一个执著的信念和不服输的勇气。他用执著和努力迎接追梦路上的一个个艰难险阻，朝着梦想一步一步前进。

在学校，他每月的生活费只有60元，包括吃饭。他的伙食极简单，一天五个馒头，早上一个，中午和晚上各两个，连青菜也舍不得吃。即便是这样，他却从未向学校申请过助学贷款。因为临上学前父亲对他说：“人要有骨气，穷也要穷得有志气。”

放寒假了，同学们都收拾行李回家了。他选择了留校，一来省了来回的路费，二来一天还可赚到20元钱。大年三十，听着外面鞭炮“噼里啪啦”地炸响，想着家乡的父母，他的心里酸酸的。

2月14日，这一年的情人节到了，他早已做好了打算，提前一周到市区买了3000支玫瑰花，然后用清水养着，水里放了适量的小苏打和糖水。一时间，宿舍里所有的脸盆、水桶、杯子、碗都装满了鲜花，寝室里弥漫着醉人的芳香。情人节傍晚，他雇用了10多名同学在校园各个角落卖玫瑰花，进价5毛，卖价2元。这个价比起当晚10元一支的玫瑰花已经是便宜到了极点，所以购买的同学极多。很快，玫瑰花就已销售一空。还有同学想买，但已经没货了。他回到寝室一算账，除去各项开支，净赚3000元！比他父母一年赚的钱还多！趁热打铁，他在学校门口开了家“大众鲜花店”，常年向学生提供鲜花。一学期下来，他赚的钱除了自己的生活费与日常用品开支外，还净赚1200元。这年暑假，他高高兴兴回了家。

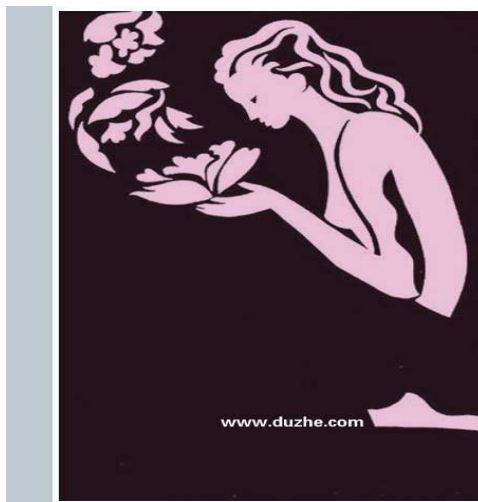
第二学期，他看到同学郊游时出现自行车短缺，他突发奇想，开始了自行车的租赁业务，随着业务的扩大，他和同学一起正式成立了“大众租车行”……

2003年，他还和表哥一起在校门口开了一家土家风味的、主要消费群为学生的大众餐馆，每天生意红火，除了学生，连外教老师也慕名而来。

他就是2001级长江大学的刘显坡同学，他凭借着自强精神，走出困境，走向了美好的未来。他用他的经历告诉我们：贫穷并不可怕，如果它是挑战，我要迎接它；如果它是命运，我要改变它。

让我们相信，青春不怕贫穷！





谁穿越你的身影

活动策划部 曹青宁

谁穿越你的身影，不是我，不会是九霄云外的我。我们之间不会再有美好的交集。镂空的记忆图案粘贴在岁月的墙壁上，被风吹得越来越遥远，终于，一片一片，七零八落，散落苍穹……

梨花上的露珠，不小心，滑落，一滴，一滴，祭奠逝去的温馨，宽慰席卷而来的恐慌……

如果世界换了种颜色，你还会如以前那样快乐吗？

不，不了

我的笔停了，不是芯调皮的凝固了；

我的时钟不转了，不是电池反抗着罢工了；

我的世界黑了，不是街灯捣蛋似的暗了。我只是在黑暗的沼泽里，放弃醒来了，我要在无穷的黑暗里掩埋曾痴迷的影子。只是……从哪里传来，是谁，通彻心扉的沉默：

为什么你要来过我的世界，

为什么你又要在我的世界留下你的味道，

为什么你要宽容，理解，安慰，还有鼓励，

为什么你又要在我明明离开之后说想念，

为什么你要说你的彻夜不眠

……

好多事情都要加上“曾经”了。

太阳，街灯，不再把我们的影子拉长拉短，

月亮不再流淌我们的故事

树叶不再见证我们的点滴

校园的小道，不再徜徉你我

塑胶的跑道，不再飞奔你我

你的影子终于随着黑夜的来临永远淹没，以后，谁再穿越你的影子时，我已经九霄云外了！

水草拔河

余光中

如果时间是一条长河
昼夜是涟漪，岁月是洪波
滔滔的水声里
是谁啊，隐隐在上游叫我
是谁，明知我不能倒游
日日，夜夜，却叫我回家去

如果时间是一条长河
昼夜是涟漪，岁月是洪波
滔滔的水声里
是谁啊，隐隐在中游叫我
是谁，明知我不能停留
日日，夜夜，却叫我上岸去

如果时间是一条长河
昼夜是涟漪，岁月是洪波
滔滔的水声里
是谁啊，隐隐在下游叫我
是谁，明知我不能抗拒
日日，夜夜，却叫我追过去

上游是谁在叫我，水声滔滔
中游是谁在叫我，水声滔滔
下游是谁在叫我，水声滔滔
水声滔滔，上游啊无路
水声滔滔，中游啊无渡
水声滔滔，下游啊无桥
只有滔滔向东的长河
翻着涟漪，滚着洪波
滔滔的水声里
只有我，企图用一根水草
从上游到下游
从源头到海口
与茫茫的逝水啊拔河



尤金·奥凯利是美国最大的会计师事务所毕马威的董事长和首席执行官。正当他处在事业巅峰时，2005年5月，他被诊断为脑癌晚期，最多还能活3个月到6个月。他用这剩下的时光，为生命画上完美的句号，并告诉世人：人生不可以重来，不可以跳过，我们只能选择最有意义的方式度过，那就是活在当下，追逐日光！

我在漫漫人生路上减速前进，这是毋庸置疑的，只是让我感到有些难以掌控，其实也不能完全这么说，这也需要我集中精力去把握，把握好我能够掌控的命运。

在过去，我曾经聘请过一位顾问来帮助我。在就任公司董事长之后，我设定了3个目标，其中最重要的一个，也是我希望能够成为公司未来财富的一个目标，就是要帮助员工过上更加平衡的生活，协调好工作与生活的关系。在我确诊之前，我们在这方面已经取得了扎实的成效，我们曾经召开过多次研讨会，来探讨该怎样实现这一目标。在全国各地的分部都举行过这样的研讨会，很多公司的合伙人及其爱人都受邀参加了这样的会议。我和其他人都认为，这位聘请的顾问给我们最重要的一条启示就是：如果我们能够不要太过于注重控制时间（因为时光流逝根本不受我们的控制），而主要控制自己的精力分配（这是很有可能实现的，因为我们可以驾驭自己），我们就能够取得更大的成功。

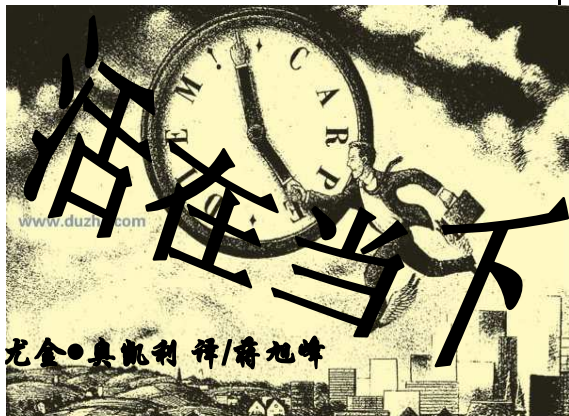
现在，我自己遇到了如此严峻的挑战，显而易见，这一注重工作和生活平衡并改良了公司文化的原则对我也大有裨益，我需要用一种新的视角来思考和看待这个世界，来接受我突然间减少了的人生时光。不要太多

地去考虑时间，不要过多地去看未来。这样的处世态度看来对我是有帮助的。

不过，我在用这种新视角看待世界的同时，也不想丢弃自己的核心价值观。无论如何，在这54个春秋间形成的价值观、处事方式和处世哲学，还是非常奏效的，它帮助我在商业世界中赢得了荣耀。我觉得还是要坚持自我，追求自己想要的，尽管我知道自己也要加入新的元素。我确实无法摒弃塑造自我的那些核心价值观，我应该重新调整方向，这样就能使自己在精神世界里也站到巅峰。

不过，我发现要进行这样的转向，就需要首先调整我的一个核心价值观。我一直坚信“承诺”的重要性，它渗透到我生活的方方面面。我对婚姻、家庭、国家、员工和公司都是绝对忠诚，甚至对邻居和全人类都抱着这种态度。对于我而言，承诺就意味着牺牲、成熟、道义和信用，包含着各种各样的美德，至少对我而言是如此。不幸的是，在商业世界里，衡量承诺的标准简化成了时间。通常而言，你是否对工作足够投入，就要看你愿意工作多少小时，就要看你牺牲多少与家人共度的时光，要看你是否能够离开家，为了某些客户漂泊在外地。承诺变成了可信度，变成了要向世人证明你坚守着岗位，并承诺还会坚持下去。如果你付出了大量的时间，那么就证明了你的投入。如果你不愿意付出这么多的时间，那么你的投入程度就会受到怀疑。时间变成了唯一的衡量指标。

但是，自从我们公司接受了那位顾问的咨询，特别是我的家人和我自己度过了梦魇般的几周时光之后，我开始怀疑承诺是否另有真谛。事实上，承诺和时间无关，和可信度以及确定性也无关。承诺是有深度的，它需要为之付出努力，需要激情。需要你的心停在某个港湾，而不愿泊在别的地方。当然，时间也是一个因素，如果完全忽略了时间就有些滑稽可笑了，也不符合常理。但是，承诺最好的衡量尺度并非时间，而是愿意付出的真心，讲得更加准确一些，就是要看愿意流淌的汗水，就是要看你能够多执著地投入。



一旦想通了这一点，我就觉得自己仿佛置身于一个新的世界。我无力掌控时间，我也只能或多或少地影响周围的世界。我所能掌控的就是自己的精力，怎样来分配精力，以及怎样用这些精力来应对外部世界，这一思想成了新的指导原则，来帮助我将注意力集中在应有之处。这与其说是“承诺”，不如说是“有意为之”，这个用词和时间更无牵连，更能准确地描述我从始到终都在为什么而努力。

我也不再考虑将来该怎样生活了（也不去过多地回忆过去的岁月）。我需要停止想象两个月以后，一周以后，甚至几个小时以后的生活图景，甚至连几分钟以后的短暂将来都可以先搁置一边。60秒以后的世界，其实和60年以后的世界一样难以捉摸。过去我生活在并不存在的想象世界中，感到心力交瘁。不仅如此，这样做也有些可笑，因为我们可以拥抱如此幸运和美好的当下。

我如果能够学会活在当下，学会体悟周围世界的美妙，那么我就会给自己赢得很多时光。而在我健康的岁月里，从来都没有享受过这样的时光（从前我免不了会感伤失去的小时、星期和年月。现在不再这样想了，不再沉迷于悲伤）。对于我只能再活3个月的事实，我是无能为力的，但是如果我调整心态，就可能找到新的方向，这样的调整可以帮助我找回失去的岁月，因为我发现了新的真谛、品质和兴奋点。我所剩下的时日确实已经不多了，不过接下来，每一天的时光都会和从前完全不同地流转。

是谁这么晚才做出了这样一个重要的调整？

我很快就发现，活在当下并充分体悟周围的世界，是我所遇到的最难的挑战。换言之，运营拥有20000名员工的公司，或是在高尔夫球场的前9洞都打出标准杆，都没有这个挑战严峻。不仅是我，别人也会遇到相似的麻烦。下面是两个与此相关的例子。

我的一个同事告诉我，他要看望自己年迈的母亲，就需要驱车几小时。每次他进门的时候，老人问的第一句话就是：“下次你什么时候能来？”

我女儿吉娜和我一起去看了电影《蝙蝠

侠归来》，这两个小时我俩都很开心。不过，当我们走出电影院后，她说的第一句话是：“希望还有续集！”她这样期望也在情理之中，她希望现在能够延续，因为她并不真正活在当下。对并不存在的事物的憧憬取代了当下的快乐，本来她可以细细品尝当下的美好。

这两个例子听上去有些沉重，不过事实上，我认为这是放之四海而皆准的，谁的心中会不懂憬、不渴望洞悉接下来会发生什么？不管是长者还是年轻人，概莫能外。

很快，我就发现了各种各样并不活在当下的人，尽管他们的信念各有不同。他们或者活在将来，或者活在过去，或者哪里都不是。比如说：

有些人从来不会倾听，总是不停地提问，却没有耐心听完答案；

有些人总是暴跳如雷；有些人像我一样，自认为既看到了树木，也见到了森林，不过可能更多的时间都花在了看树木上，眼中的那些树木真的是森林吗？

因此，我需要学会怎样活在当下，学会怎样让思绪至少停留在现在的几秒钟。刚开始的时候，我总是会分神。即便是为这本书记下一些心得的时候，我头脑中还是充斥着所剩无几的时光是多么宝贵的念头，思绪经常飘向从前的工作，飘向从前面过的生意场，我还是无法让往事随风。在我头脑中，未来和过去交织在一起，甚至都挤占了我尝试新鲜体验和所能掌控的一切，那就是当下。也许，对未来和过去的眷恋，或多或少地是因为本我的驱使，我这一辈子总是发自心底地在追寻自己的定位，依然把自己看作是对社会能做出贡献的一分子；也许这种眷恋是因为自己比较操心：毕竟我是在写书，为的是和别人分享我的经历，很自然地就会想起从前的某位同事，想起我的侄女，想起我是怎样和客户打交道的。

活在当下真是座难以逾越的险峰呀！

“不过，必须要把它看得简单些，”我这样告诉自己，“谁叫我已经接到死亡判决书了呢？”

难道不是这个道理吗？

——摘自《读者》2007.9

人生是一个过程，
是一个时间段，
是一次能量释放过程，
重在参与，
重在投入，
重在尽力。



从生命个体来说，我们能够支配的关键岁月不过那么几十年，然后再无第二次机会。对于人的一生来说，那就是机不可失，时不再来。生命由于它的短暂和不可逆性、一次性而弥足珍贵且神奇美丽。虚度这样的生命，辜负这样的生命，是多么愚蠢！一个人丢了一百元人民币都会心痛，那么丢失了生命中有所作为的可能，不是更心痛吗？

在儿童时期，人们的差异并不大，大家都在同一条起跑线上。此后呢，差得就愈来愈远了。有的光阴虚度，深悔蹉跎；有的怨天尤人，闷闷不乐；有的东跑西颠，一事无成；有的猥猥琐琐，窝窝囊囊；有的胡作非为，头破血流……有几个人成功？有几个人满意？有几个人老后能够不叹息：少壮不努力，老大徒伤悲！

而人生的不同的类型和不同的结局，大体上在青年时期就可以看出端倪来的。青年时代，谁不愿意投入生活、投入爱情、投入学习、投入事业、投入社会、投入人间？即使生活还相当艰难，爱情还隐隐约约，学习还道路方长，社会还明明暗暗，人间还有许多不平，你也要投入，你也要尽力尽情尽兴尽一切可能，努力去争取一切可以争取到也应该争取到的，以使你能够得到智慧和光明，得到成绩和价值。我并不笼统地赞成古人立大志的说法，但你总该希望自己对社会对他人对国家民族人类多做出一点贡献，至少是确实竭尽了全力，就是说至少是充分燃烧了，充分

发了热发了光，充分享用了使用了弘扬了你的有生之年。一个人就是一种能源，人的一生就是燃烧，就是能量的充分释放。能量应该发挥出来，燃烧愈充分愈好。从无光热，不燃而去，未免是一个遗憾；而刚一冒烟儿，就怠工熄灭了，能不痛苦吗？

人生就是生命的一次燃烧，它可能发出绚丽的光彩；可能发出巨大的热能，温暖无数人的心；它也可能光热有限，却也有一分热发一分光发一分电，哪怕只是点亮一两个灯泡，也还照亮了自己与邻居的房屋，燃烧充分，不留遗憾。而如果你一直欲燃未燃，如果你受了潮或者发生了霉变，那就不但燃烧不好，而且留下大量的一氧化碳与各种硫化物碳化物，发出奇奇怪怪的噪声，带来对人类环境的污染，乃至成为社会的公害，这实在是非常非常遗憾的。

也许你不能留名青史，但至少应该对得起自己这仅有的几十年；也许你未能立德立功立言，但至少是充分发挥出了自己一生的能量；也许你的种种努力未能奏效，例如从事艺术创作但未能被社会所承认，经商却始终未能成功，从军但终于打了败仗，但是最后“结账”的那一天，你至少可以说我已尽力了。你的失败如楚霸王垓下之败，非战之罪也。我始终不赞成以成败论英雄，我也不能帮助读者乃至使自己招招皆胜。但是至少你心里应该有数，你是有志有为而且选择了正确的道路，但终

因条件不具备未能大获全胜呢，还是你上来就不成样子，无志气，无作为，不学习，不努力，意志薄弱，心胸狭窄，企图侥幸，却又愤愤不平，终归一事无成？如果是前者，我愿向你致以悲壮的敬意，我还愿意把你的故事写下来，让读者为之洒几滴清泪；如果是后者，谁能纠正？谁能弥补？谁能同情？

我的长篇小说《活动变人形》中的主人公倪吾诚，在他的生命到了后期末期之时，他突然说：“我的生活的黄金时代还没有开始呢。”这实在太恐怖了。一个人的成就有大有小，然而你应该尽力。尽力尽情尽兴尽一切可能了，这就是黄金时代，这就是人生的滋味，这就是人生的意义和价值，这就是辉煌，燃烧的辉煌，奉献的辉煌。你尽了力，你就能享受到你尽力后的一切可能性，哪怕是“天亡我也，非战之罪也”的悲壮感和英雄主义。你享受到了尽力本身带来的乐趣，尽了力至少能得到一种充实感成就感，你也就赢得了，必然赢得了，首先不是别人，而是你自己的尊敬和满意。

如果你是一枚炮弹，被尽力发射出去而且爆炸了，即使没有完全命中目标，也是快乐的；你是一粒树种，落到了地上，吸足了水分养分，长成了树苗，长成了大树，即使没能长到更大就被雷击所毁，你也可以感到某种骄傲，你的形象是一株树的最好的纪念碑，你的被毁至少是一次大雷雨的见证，是一个悲剧性的事件。

人生是一个过程，是一个时间段，是一次能量释放过程，重在参与，重在投入，重在尽力。胜固可喜，败亦犹荣，只要尽了力，结账时的败者，流出的眼泪也是滚烫的、有分量的。而没有尽力，蹉跎而过的人，那可真是欲哭无泪了！

今天就是礼物

有一对兄弟，他们的家住在 80 层楼上。有一天他们出去爬山，回家的时候，却发现大楼停电了！虽然他们背着一大包的行李，但看来没什么选择，于是哥哥对弟弟说：“我们爬楼梯上去吧！”

于是，他们就背着一大包行李开始往上爬。到了 20 楼的时候，他们开始累了！

哥哥说：“包包太重了！这样吧，我们把它放在这里，等电来了再坐电梯下来拿。”于是他们就把包包放在 20 楼，继续往上爬。卸下了沉重的包袱，轻松多了！

他们一路有说有笑地往上爬。但好景不长，到了 40 楼，两人实在累了，想到还只爬了一半，两人便开始互相抱怨，指责对方不注意停电公告，才会落得如此下场。他们边吵边爬，就这样一路到了 60 楼。

到了 60 楼，也许是累得连吵架的力气都没有了，哥哥对弟弟说：“不要吵了，爬完它吧！”终于，80 楼到了！到了家门口，哥俩才发现他们把钥匙留在 20 楼的包包里了……

有人说，这个故事其实在反映我们的人生。

20 岁之前，我们活在家人、老师的期望和期许之下，背负着很多的压力、包袱，自己也不够成熟有能力，因此步履难免不稳。

20 岁之后，离开了众人的压力，卸下包袱，开始全力追求自己的梦想，就这样过了愉快的 20 年。

可是到了 40 岁，发现青春已逝，不免有许多遗憾追悔，于是开始遗憾这个、惋惜那个、抱怨这个、痛恨那个……就这样在抱怨遗憾中度过了 20 年。

到了 60 岁，发现人生已所剩不多，于是告诉自己，不要再抱怨了，就珍惜剩下的日子吧！于是默默地走完自己的余年。到了生命的尽头，才想起自己好像有什么事还没完成……原来，我们的梦想还留在 20 岁，还没有来得及完成……

想想自己的梦想是什么？最在意的是什么？不要到了 40 年后才来追悔。想一想希望将来的自己和现在有何不同，就去做吧！把握现在，记住，今天就是礼物。

摘自《读者》2003.11



有所为 必有所不为

文/周国平

1

人的精力是有限的，有所为就必有所不为，而人与人之间的巨大区别就在于所不为的不同取向。

2

人活世上，有时难免要有求于人和违心做事。但是，我相信，一个人只要肯约束自己的贪欲，满足于过比较简单的生活，就可以把这些减少到最低限度。远离这些麻烦的交际和成功，实在算不得什么损失，反而受益无穷。我们因此获得了好心情和好光阴，可以把它们奉献给自己真正喜欢的人，真正感兴趣的事，而首先是奉献给自己。对于一个满足于过简单生活的人，生命的疆域是更加宽阔的。

3

为别人对你的好感、承认、报偿做的事，如果别人不承认，便等于零。为自己的良心、才能、生命做的事，即使没有一个人承认，也丝毫不损。

我之所以宁愿靠自己的本事吃饭，其原因之一是为了省心省力，不必去经营我所不擅长的人际关系了。

4

当我做着自己真正想做的事情的时候，别人的褒贬是不重要的。对于我来说，不存在正业副业之分，凡是出自内心需要而做的

事情都是我的正业。

5

我相信，从理论上说，每一个人的禀赋和能力的基本性质是早已确定的，因此，在这个世界上必定有一种最适合他的事业，一个最适合他的领域。当然，在实践中，他能否找到这个领域，从事这种事业，不免会受客观情势的制约。但是，自己应该有一种自觉，尽量缩短寻找的过程。在人生的一定阶段上，一个人必须知道自己是怎样的人，到底想要什么了。

世界无限广阔，诱惑永无止境，但属于每一个人的现实可能性终究是有限的。你不妨对一切可能性保持着开放的心态，因为那是人生魅力的源泉，但同时你也要早一些在世界之海上抛下自己的锚，找到最适合自己的领域。老子说：“不失其所者久。”一个人不论伟大还是平凡，只要他顺应自己的天性，找到了自己真正喜欢做的事，并且一心把自己喜欢做的事做得尽善尽美，他在这世界上就有了牢不可破的家园。于是，他不但会有足够的勇气去承受外界的压力，而且会有足够的清醒来面对形形色色的机会的诱惑。

6

人一看重机会，就难免被机会支配。

苦难是财富还是屈辱

文/潘杨

在一次聚会上，著名的汽车商艾顿向他的朋友，后来成为英国首相的丘吉尔回忆起他的过去——父母早逝，是姐姐帮人洗衣服、干家务、辛苦挣钱将他抚育成人。但姐姐出嫁后，姐夫将他撵到舅舅家。舅妈更是刻薄，在他读书时，规定每天只能吃一顿饭，还得收拾马厩和剪草坪。刚工作当学徒时，他根本租不起房子，有将近一年多时间是躲在郊外一处废旧的仓库里睡觉……

丘吉尔惊讶地问：“以前怎么没听你说过这些呢？”艾顿笑道：“有什么好说的呢？正在受苦或正在摆脱受苦的人是没有权利诉苦的。”

这位曾经在生活中失意、痛苦了很久的汽车商又说：“苦难变成财富是有条件的。这条件就是，你战胜了苦难并远离苦难不再受苦。只有在这时，苦难才是你值得骄傲的一笔人生财富。别人听着你的苦难时，也不觉得你是在念苦经，只会觉得你意志坚强，值得敬重。但如果你还在苦难之中或没有摆脱苦难的纠缠，在这个时候你能说你正在享受苦难，无异于就在请求廉价的怜悯甚至乞讨……”

艾顿的一席话，使丘吉尔重新修订了他“热爱苦难”的信条。他在自传中这样写道：苦难，是财富还是屈辱？当你战胜了苦难时，它就是你的财富；可当苦难战胜了了你时，它就是你的屈辱。

摘自《青年博览》2007年第5期

大热天，禅院里的花杯晒焦了。

“天啦！快浇点水吧！”小和尚喊着，接着去提了桶水来。

“别急，”老和尚说，“现在太阳大，一冷一热，非死不可，等晚一点再浇。”

傍晚，那盆花已经成了干菜的样子。

“不早浇……”小和尚咕咕哝哝地说，“一定已经死透了，怎么浇也活不了。”

水浇下去，没多久，已经垂下去的花，居然全站了起来，而且生意盎然。

“天哪！”小和尚喊，“他们可真厉害，憋在那儿，撑着不死。”

“胡说，”老和尚骂，“不是撑着不死，而是好好活着。”

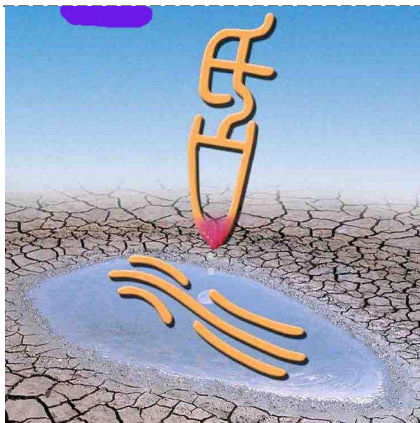
“这有什么不同呢？”小和尚低着头。

“当然不同，”老和尚拍拍小和尚，“我问你，我今年八十多了，我是撑着不死，还是好好活着？”

晚课完了，老和尚把小和尚叫到面前问：“怎么样，想通了吗？”

好好活着

文(美)刻墙



“没有。”小和尚还低着头。

老和尚敲了小和尚一下：“笨啦，一天到晚怕死的人，是撑着不死；每天都向前看的人，是好好活着。得一天寿命，就要好好过一天。那些活着的时候天天为了怕死而拜佛烧香，希望死后能成佛的，绝对成不了佛。”

老和尚笑笑，“他今生能好好过，都没好好过，老天何必给他死后更好的日子？”

摘自大洋网

聪明人

的

□□□□□

圣经

文/约瑟夫

如果你知道自己想要什么，那么就没有人能够说服你接受他认为正确的东西。

你在此时此地如此地生活，而你的生命中的每一刻也正是如此的度过。

如果你醒着，你就当清醒；如果你睡着，你就当酣睡。如果你在做一件事情，就不应该再考虑其他事。如果你的手在这里，你的思想也应该同时在这里；如果开始行动，就不要迟疑。

当你在生命中生活，在死亡中死去，与你自身以及

整个宇宙和谐一致的时候，就再没有任何使你恐惧的东西。

如果你迟疑了，你就不再相信自己了。而当怀疑开始的时候，信念也就到头了。

在一些问题成为你的负担并使你生病之前，解决掉它们。

并非是金钱决定了你的愿望和需要，而是你的愿望和需求决定了金钱和地位对你的意义。

你整个的生命就是一场控制性游戏，有时你会赢，有时则会输，你训练自己掌握游戏规则，这样你就会尽可能多的在游戏中获胜。

下面是七条行为方式的原则，它们可以将控制性游戏中敌对者的攻击行为引向虚无，直到他被自己的力量打败：

如果一个敌对者侮辱

你，你不要打断他，你耐心地听他说话，直至他无话可说；

如果他很严肃的话，你想办法逗笑他；

你通过发问来引导他，直至他赞同你而不是反对你；

即使他毫无道理，你也要说他有理；

你明确地表明自己的立场，直到对手知道你的底线；

你坚定地坚持自己的立场，直到对手放弃用他自己的立场说服你；

你从不为自己辩解，否则你就处于劣势。

你所受的教育限制了你的想象力，让你按照别人的标准来过自己的生活。那么，想象力是一种让你冲破限制的推动力。

摘自《年轻人》

说话的 温度

小心说话，而且要“说好话”。话说出口之前先思考一下，把握好“温度”，不要莽莽撞撞地脱口而出。

急事，慢慢地说；

大事，清楚地说；

小事，幽默地说；

没把握的事，谨慎地说；

没发生的事，不要胡说；

做不到的事，别乱说；

文/王东



伤害人的事，不能说；

讨厌的事，对事不对人说；

开心的事，看场合说；

伤心的事，不要见人就说；

别人的事，小心地说；

自己的事，听听自己的心怎么说；

现在的事，做了再说；

未来的事，未来再说；

如果，对我有什么不满意的地方，请一定要对我说！

摘自《青年文摘》



"November Rain"

When I look into your eye
I can see a love restrained
But darling when I hold you
Don't you know I feel the same

"Cause nothing" lasts forever
And we both know hearts can change
And it's hard to hold a candle
In the cold November rain

We've been through this such a long time
Just trying to kill the pain
But lovers always come and lovers always go
An no one's really sure who's letting go today
Walking away

If we could take the time to lay it on the line
I could rest my head
Just knowing that you were mine
All mine
So if you want to love me
Then darling don't refrain
Or I'll just end up walk-in
In the cold November rain

Do you need some time...on your own
Do you need some time...all alone
Everybody needs some time...on their own
Don't you know you need some time...all alone

I know it's hard to keep an open heart
When even friends seem out to harm you
But if you could heal a broken heart
Wouldn't time be out to charm you

Sometimes I need some time...on my own
Sometimes I need some time...all alone
Everybody needs some time...on their own
Don't you know you need some time...all alone

And when your fears subside
And shadows still remain
I know that you can love me
When there's no one left to blame
So never mind the darkness
We still can find a way
"Cause nothing" lasts forever
Even cold November rain

Don't you think that you need somebody
Don't you think that you need someone
Everybody needs somebody
You're not the only one
You're not the only one

活动策划部 邓富乾 荐



Life is a gift we're given each and everyday.
Dream about tomorrow, but live for today.
To live a little, you've got to love a whole lot.
Love turns the ordinary into the extraordinary.

Life's a journey always worth taking.
Take time to smell the roses... and tulips...
and daffodils... and lilacs... and sunflowers...

Count blessings like children count stars.
The secret of a happy life isn't buried
in a treasure chest...

It lies within your heart.
It's the little moments that make life big.

Don't wait. Make memories today.
Celebrate your life!

摘自《青年文摘》2006.9

Four Seasons of a Tree

Don't judge a life by one difficult season.

There was a man who had four sons. He wanted his sons to learn to not judge things too quickly. So he sent them each on a quest, in turn, to go and look at a pear tree that was a great distance away.

The first son went in the winter, the second in the spring, the third in summer, and the youngest son in the fall.

When they had all gone and come back, he called them together to describe what they had seen.



The first son said that the tree was ugly, bent, and twisted. The second son said no - it was covered with green buds and full of promise.

The third son disagreed, he said it was laden with blossoms that smelled so sweet and looked so beautiful, it was the most graceful thing he had ever seen.

The last son disagreed with all of them; he said it was ripe and drooping with fruit, full of life and fulfillment.

The man then explained to his sons that they were all right, because they had each seen but one season in the tree's life.

He told them that you cannot judge a tree, or a person, by only one season, and that the essence of who they are - and the pleasure, joy, and love that come from that life - can only be measured at the end, when all the seasons are up.

If you give up when it's winter, you will miss the promise of your spring, the beauty of your summer, fulfillment of your fall. Don't let the pain of one season destroy the joy of all the rest.

摘自新东方网

Love and Time

Once upon a time, there was an island where all the feelings lived: Happiness, Sadness, Knowledge, and all of the others, including Love. One day it was announced to the feelings that the island would sink, so all constructed boats and left. Except for love.

Love was the only one who stayed. Love wanted to hold out until the last possible moment.

When the island had almost sunk, Love decided to ask for help.

Richness was passing by Love in a grand boat. Love said, "Richness, can you take me with you? "

Richness answered, "No, I can't. There is a lot of gold and silver in my boat. There is no place here for you."

Love decided to ask Vanity who was also passing by in a beautiful vessel. "Vanity, please help me!"

"I can't help you, Love. You are all wet and might damage my boat," Vanity answered.

Sadness was close by so Love asked, "Sadness, let me go with you."

"Oh . . . Love, I am so sad that I need to be by myself!"

Happiness passed by Love, too, but she was so happy that she did not even hear when Love called her.

Suddenly, there was a voice, "Come, Love, I will take you." It was an

elder. So blessed and overjoyed, Love even forgot to ask the elder where they were going. When they arrived at dry land, the elder went her own way. Realizing how much was owed the elder, Love asked Knowledge, another



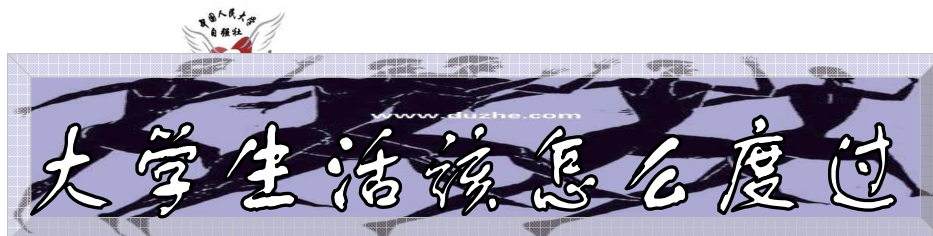
elder, "Who Helped me? "

"It was Time," Knowledge answered.

"Time? " asked Love. "But why did Time help me? "

Knowledge smiled with deep wisdom and answered, "Because only Time is capable of understanding how valuable Love is."

摘自新东方



网

文/佚名

作为一个大学生，我们为什么找不到工作，我一直在反思。这不仅是一个社会问题，还有我们自身的原因，可是很少有大学生能够正视这点，或者知道也不清楚出路在哪里。

上大学的时候，每个人都应该知道自己究竟要做什么。可是又有多少大学生有自己的学业计划呢？

专业

没有垃圾专业，只有垃圾学生。大学是一种文化与精神凝聚的场所。很多学生学到了皮却没有学到内涵。专业不是你能学到什么，而是你有没有学会怎么学到东西。

专业的价值在于你能往脑袋里装多少东西。很多学生认为自己分数高就是专业扎实。但是进入单位后，你会发现这个根本没有用！分数高代表你的考试技能高，不代表你的专业扎实。高分不一定

低能，也不一定高能。两者没有任何必然联系。

所以有很多人没上过大学，照样在大公司里任高职。你敢说他们不专业？这就是学习技能！能够迅速上手任何东西。

为什么我们要上大学？在大学里，不管多么垃圾的老师，都有很强的专业背景。（如果你把那些只会读PPT的人也叫老师的话，我无语）他讲的东西很垃圾，但绝对不证明他脑子里的东西同样是垃圾。在接触本专业的同时，学到每个老师的东西，以后用大学里先进或者准先进的设备进行预演，当你实习的时候，把整个工程运作的方式扎实地熟记于心……你已经踏进专业的一脚了。如果从上网的时间中，抽出一点时间浏览一下你所在专业的动向，你又往专业中前进了一小步。最后，花些时间看些为人处世的书，多和同学交流，适当参加些活动……等到面试的时候，

你就知道我所说的一切的威力了。用 1982 年的知识构建的扎实知识体系，加上 1992 年学校的设备操练，加上 2002 年大学的教育学习，加上 2006 年对整个行业的熟悉程度，你觉得这意味着什么？你的表现将会让任何一个招聘者大吃一惊。他们不签你签谁……这才叫专业！

我们有这样专业的大学吗？所以你找不到工作！所以你还要在人才市场跑来跑去！

现在工作不努力，将来努力找工作！

当你沉迷于网络游戏时，当你在 QQ 上聊天的时候，当你陷入玄幻小说不能自拔的时候，当你准备把自己变成职业影评人的时候，当你麻将扑克满天飞的时候，当你每天烟酒伺候卧谈会开半夜的时候，当你把每天泡图书馆的孩子叫白痴变态的时候，当你每天在街上闲逛的时候，请你看看自己的未来。中国的古话叫“人

无远虑必有近忧”。

大学生不是什么天之骄子。你要摆正自己的位置，你要像上班一样要求自己，才能在就业大潮中傲然挺立。

社团

外国大学的社团当然锻炼人，组织活动，拉赞助，协调人际关系，然后还要很多时候要选择项目维持社团运作，完整地一个公司模式。

中国大学的社团也不是一无是处。你可以学到一些沟通能力，而且社团更像一个微型的社会，你该怎么周旋？你该怎么适应？其间你要学会怎么正视别人的白眼儿，学会怎么调节自己的利益和别人之间的关系。

创业

所谓创业，绝对不是让你在大学开一个自己的公司。倒买倒卖还不如去玩大航海时代划算。你要学会怎么和别人沟通。

我同学是山东的。当时济南坐车 0.7 元一次。上车投 1 元，就不找零钱。他们就到车站换零钱，一元换 0.9 元，乘客省 0.2 元，他们赚 0.1 元，这就是创业！找到自己力所能及的工作。知道怎么创造价值！

很多人在学校开酒吧，或者音像店，这都是好办法，但是这需要很大的魄力。维持这个小店运作的过程，就是你学习的

过程。些许的专业知识，加上优秀的策划能力，你将来一定前程似锦。

记住，用人单位看的不是你做过什么，而是看你在工作中做得是不是深入！你说你在 IBM 实习过，在微软实习过，但是你做了什么？端茶倒水？还不如告诉他，我自己开过摊，卖羊肉串，知道怎么上货最便宜，知道怎么招揽生意，知道怎么处理羊肉客人爱吃。

你把时间都用在网吧，都用在电视前。等回过头来，往死了拍中国的企业，说不知道千里马在哪里……我是企业，我找这些一无是处还心比天高的大学生才是真傻呢！

我们需要的技能

硬件：

1. 英语

六级证怎么说呢？算一城市户口。你怎么活下去还是看的真本事。口语、写作是重中之重。毕竟金山词霸还能在你翻译的时候帮你一把，可是口语交流你总不能捧个文曲星吧？抱怨的时间多看看剑桥的商务英语，有用，谁看谁知道。

2. 专业

专业是立身之本，在企业中，过硬的专业素质是你的立身之本，你有知识才能有发展，就算转行，将来也将有很大的优势。

还是那句话，专业的人不是头脑里有多少知识

的人，而是手头工作的专业与自己所学专业不符合的人，能不能很快上手，能不能很快有自己的见解。

软件：

1. 心态

很多大学生过分追求起薪，而且不屑底层的工作。谁都希望年薪+高福利。拜托，那叫精英……100 个大学生中有几个能到那境界，心平气和地做好手头的工作，你必然会有好结果的。态度决定一切！

从底层干起！回到人民群众中来！你要熟悉整个工厂的运作，你要熟悉产品的流程，你要爱你的产品……这些不是假大空！你有能力，一定会上去的。你可以不相信我，但是你要相信老板的智商。人家干企业脑袋不聪明能盈利？

2. 知识

不是专业。知识涉猎不一定专，但一定要广！多看看其他方面的书，金融、财会、进出口、税务、法律等等，为以后做一些积累，以后的用处会更大！会少交许多学费！

3. 思维

务必培养自己多方面的能力，包括管理，亲和力，察言观色能力，公关能力等，要成为综合素质的高手，则前途无量！技术以外的技能是更重要的本事！从古到今，美国日本，一律如此！

4. 人脉

多交朋友！不要只和你一样的人来往，认为有共同语言，其实更重要的是和其他类型的人交往，了解他们的经历、思维习惯、爱好，学习他们处理

问题的模式，了解社会各个角落的现象和问题，这是以后发展的巨大本钱。

5. 修身

要学会善于推销自己！不仅要能干，还要能说，能写，善于利用一切

机会推销自己，树立自己的品牌形象。要创造条件让别人了解自己，不然老板怎么知道你能干？外面的投资人怎么相信你？

摘自中青在线

所有人都有潜意识，潜意识智力帮助我们做出决策、提醒我们危险的存在、确立目标，并让我们更加有致地付诸行动。

我们需要做的只是，学习使用潜意识智力。

潜意识智力探秘

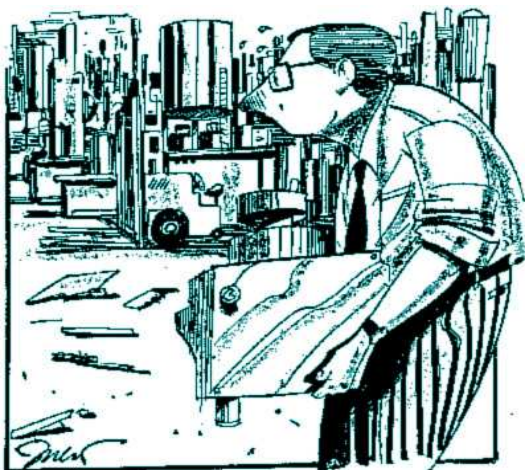
潜意识也称为的作用在于收集各大大脑感知可能来自自由空间，就好比阁楼确实是不可缺少的“没有潜意识，我们混乱，失去作用。”其象征》一书中指

所有人都具备少数的人学会了如命令，并把它当作有多数人则对它不加理会。更糟的是，有的人让潜意识中充满偏见，如果是这样，潜意识就会背叛你。因为阁楼的作用在于当你需要的时候可以随时从中得到你所需要的东西。有的人能从潜意识中找到可信赖的信息，但是有些人只能从中获得由倾向性的信息，那么又谈何运用潜意识加以判断呢？

实际上，我们在做事情的时候很少是有意识的行为。如果说人类作为一个物种存活了下来，那就要感谢这一更为原始的系统（即情感大脑）的快速判断能力。想象一下，有一天你要在车水马龙的街头尝试过马路，突然有一辆卡车向你疾驰而来，这个时候如果你还在分析各种选择的可行性，被撞就是在所难免的了。

神经专家在谈到潜意识思维的时候认为，这是一种奇怪的东西，它帮助人在几秒钟之内形成判断，或做出决定。但是，更准确的说法应该是潜意识也源自深思熟虑。

迅速作出决定并非草率之举。从逻辑上说，为了能“准确无误”，也需要我们对某一学科领域拥有长期的经验。例如，当一名篮球运动员在瞬间认识到赛场上的情形时，他会说“我有感觉”。无论拿破仑，还是巴顿将军，人们普遍认



直觉或灵感，他种信息，以便为的各种新闻留出楼的作用，但它一个环节，如果的大脑就会陷入荣格在其《人及出。

潜意识，但只有何倾听潜意识的效工具使用。大

为他们都是具备迅速对战场发展态势做出判断，并拿出方案的人。这就是军事上所必需的“敏锐”。用神经科学家的语言说，他们都是拥有潜意识智力的人。

为了能加强潜意识智力，需要放弃对这种能力的粗浅认识和恐惧，学会仅依靠有限的有用信息做出决定，要知道有时信息过量还不如没有信息。但是，一定要保证这些信息是可以信赖的。

潜意识智力帮助我们做出决策、提醒我们危险的存在、确立目标，并让我们更加有效地付诸行动。我们需要做的只是，学习使用潜意识智力。

潜意识训练

四规则

就像人们有意训练大脑中的理性部分一样，我们也可以对大脑中的潜意识部分加以刺激。心理学家盖伊·克拉克顿提出了训练的4条规则：

1. 关注细节

不要漏过任何一个方面，尽管它也许看上去微不足道。浏览一个人的居所能让我们获得许多关于这个人的人处事风格的许多信息。

2. 聚精会神

这是解读身体表达出的细微感受的不可缺少的条件。胃痛也许与饮食没有任何关系，而是这个器官表达出的某种信号。

3. 做个诗人

潜意识就是利用比喻、虚构和幻想来存储信息，这些也正是诗歌中所运用的手段。作诗的过程就好像我们训练潜意识的过程。

4. 清洁工作

必须养成经常扫除大脑中的

猜测、偏见和对某一事物形成的粗浅印象的习惯，因为这些会“污染”潜意识。

注：本文系编者改编，资料来源于2007年5月23日《参考消息·副刊》第9版

当前贫困大学生的 心理状况探析

胡 顺 程 星

摘要：贫困大学生普遍存在各种心理问题，包括抑郁、焦虑、自卑、偏执、懒惰、依赖等等，造成这些问题的原因是多方面的，包括经济因素、文化因素、社会因素以及个人因素等。了解他们的心理健康状况，分析产生这些问题的原因，并进而提出相应的教育对策，对于大学生整体素质的提高和整个社会的进步都具有重大意义。

关键词：贫困大学生；心理问题；心理健康教育

“高校贫困生”作为一种特殊的社会问题，已越来越受到社会各界的广泛关注。贫困大学生不仅面临巨大的经济压力，同时，也往往伴随着严重的心理健康问题。对于教育界来说，如何采取适当的措施，提高贫困大学生的心理健康水平，这是教育应有的题中之义。

一、贫困大学生的现状

改革开放以来，我国社会经济飞速发展，人民生活水平普遍有了显著提高。但由于经济上的“2080现象”即20%的人掌控着80%的财富，因而在这一发展过程中，社会经济财富向发达地区和少数人手中集聚，突出地体现在地区经济发展的不平



衡性和弱势群体收入增速的相对缓慢,这样就导致全国仍然存在大量的贫困地区和贫困家庭。而高校收费近10年来的近10倍增长,使来自贫困家庭的大学生面临巨大的经济压力,生活贫困,甚至难以完成学业,从而出现了“高

学生处审议核准。统计表明,目前我国沿海地区高校或部委属院校特困大学生的比例为8%-10%,老少边穷地区的地方所属高校的特困大学生比例为10%-25%。2004年8月31日,时任教育部副部长张保庆在新闻发布会上指出:截止2003年底,全国1174万在校大学生中,经济困难学生人数在240万左右,约占在校生总数的20%,其中经济特别困难的学生人数在60万-120万之间,约占在校生总数的5%-10%。随着我国高校并轨招生的全面实施和招生规模的扩大,贫困生的总体数量还在迅速增加。

尽管“高校贫困生现象”受到了相关部门足够的重视,例如,教育部、财政部和高校及社会各界采取了相关政策和具体措施,提供各种形式的资助,提供助学贷款、建立“绿色通道”、设立贫困生奖学金等,较大程度地保证了贫困生能顺利入学。但是,贫困大学生面临的问题是复杂和多面的,不仅体现在经济困顿上,更为严重的还是贫困大学生的心理困顿问题。如何提高贫困大学生的心理健康水平,使他们成长为全面、健康、和谐的人才,已经成为高等教育工作的重要任务。

二、贫困大学生主要的心理问题

1. 抑郁、焦虑

抑郁症是一种情感障碍性精神疾病,有时也称为抑郁相,行为上主要表现为情绪低落、表情苦闷、行动迟缓、常感力不从心、思维迟钝、联想缓慢,因而言语减少、语流缓慢、语音低沉或整日沉默不语,伴随有失

校贫困生现象”。

一般贫困生的判定标准是按家庭人均月收入不足100元;本人提出申请生活补助或助学贷款;家庭所在乡、镇政府或工作单位出具家庭经济收入的证明;辅导员根据该生平时生活状况讨论和审议;院

眠等不良反应。同时,学习的压力、能力培养的落后、同学交往中对自己的误解或歧视、面对“双向选择、自主择业”的就业机制所承受的巨大的就业压力,加之未能正确认识甚至部分夸大经济方面的困难,焦虑抑郁的心理成为贫困生突出的心理特点。

2. 自卑心理较重

贫困大学生由于家庭经济状况及过往的挫折经历,往往在能力、自身价值等方面低估自己,从而导致自轻、自贱、自我鄙视,对自己持有否定的态度和情感体验,否定自己的长处或对长处没有足够的认识与自信。因而常表现出胆怯、畏惧、怀疑、悲观失望、郁郁寡欢、担心被人嫌弃和拒绝,行为中采取逃避方式。

3. 长期紧张和焦虑导致思维偏执和强迫

偏执和强迫思维,非常容易使学生掉入死胡同。看问题偏执、多疑、狭隘,不能采用成熟的应对方式,更不会利用社会支持去解决问题,缓解心理压力。例如部分贫困大学生对社会和学校的任何现象都看不惯、思想偏激、觉得生活无聊、没有意义;有的贫困大学生通过酗酒方式寻求寄托;有的产生轻生的念头;也有少数学生选择了坐台、偷盗等方式解除贫困。

4. 渴望人际交往与自我封闭的矛盾心理

渴望交往是社会化的过程中个体普遍的特点,对于精力充沛的大学生来说更是如此。但相当多的贫困生的乐群性差,面对贫困,这些心理还不太成熟的大学生,不是直面现实、

奋发进取,而是无心向学、无心交际。对学校举办的集体活动不愿参加或全凭自己兴趣,甚至表现出盲目从众和漠不关心的封闭心态。有时,在不良的校园文化氛围中满怀热情的贫困生也会遭受歧视、排斥甚至拒绝,强烈的挫折体验强化了他们从自卑到抑郁的心理转变过程。

5. 依赖和懒惰心理

一些贫困生在求学路上一直是靠政府救助、学校资助、亲朋帮助和自己自助走进大学校园的。大部分学生对来之不易的求学机会非常珍惜,他们一面努力学习,一面主动寻求勤工俭学机会,积极自救,展示了贫困大学生自强、自立的精神风貌。但也有相当一部分的贫困大学生缺乏克服困难的勇气,甚至认为目前高校不会把“穷人的孩子”赶出校门,抱着上了大学就该有人管的心态,不愿吃苦,不愿干脏活、累活,不愿去寻求勤工俭学的机会,缺乏应有的责任感。

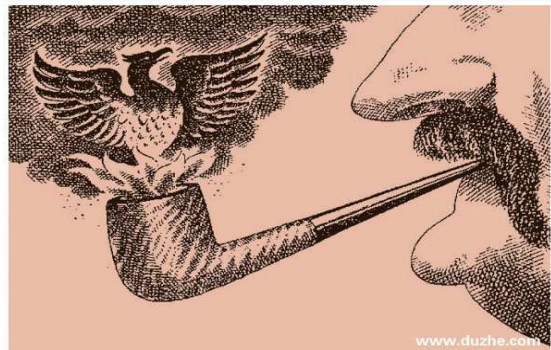
三、贫困大学生心理问题产生的原因

造成贫困大学生各种心理问题的原因是多方面的,其中,既有经济、文化因素的影响,也有社会以及个人等因素的影响。

首先,贫困大学生承受着比一般大学生更大的经济压力。我国普通高校的学生按学费 4500 元/年计算,加上住宿费、生活费及其他费用,每年的花费至少 8000 元以上,完成大学学业大致需要 3 万-4 万元。如此昂贵的费用对于贫困大学生来说,无疑是一种巨大的经济压力。在这种压力面前,他们在校期间总是千方百计地寻求机会去打工挣钱,这使他们经常处在一种想打工又怕耽误学习,想学习又需要打工挣钱的矛盾冲突之中。久而久之,无法解除的心理冲突导致他们个性与人格的改变,甚至出现某些精

神病症状。

其次,贫困大学生承受着校园文化的消极影响。当前大学生追求高消费的攀比心理日益增长,在这样的校园文化氛围中,贫困大学生由于生活拮据,忙于为生计奔波,既无经济实力,也无更多精力进行人际交往、参与校园文化活动。与此相对应的是经济实力强的同学穿名牌、进饭店,出手大方,交友广泛。相比之下,贫困生相形见绌,自卑心理油然而生,进而在心理上产生防卫反应,从而表现出抑郁、焦虑、孤独等各种心理症状。



再次,巨大的社会现实压力导致贫困大学生各种心理问题的频繁出现。这种社会现实的压力主要来源于两个方面:一方面,在拜金主义观念的影响下,贫困大学生由于“寒酸”常常倍受歧视,社会上“‘衣’貌取人”、“以钱待人”的态度,都容易导致贫困大学生产生自卑、自我封闭等各种心理问题;另一方面,在就业压力的逼迫下,贫困大学生由于缺乏雄厚的经济实力,没有优越的社会背景和广泛的人际网络,加之自身能力缺乏锻炼等,容易出现焦虑、逃避、冷漠等心理问题。

第四,贫困大学生自身较差的心理素质是导致他们产生各种心理问题的重要原因。部分贫困大学生自身心理素质不高,主要表现为:一是人格特质不健全,内向、谨慎、情绪不稳定,参与社会的程度较低等;二是心理防御机制和能力较差,容易采取消极的心理防御方式,久而久之容易

形成逃避、退缩等心理问题;三是过强的学习动机往往导致学习疲劳,从而引发一系列的心理疾病。贫困大学生往往试图通过较好的学习成绩来赢得他人的尊敬,获取比较高的奖学金,从而在心理上获得一种自我认同感。但心理学告诉我们,学习动机过强,学习效果反而不好。学习效果的不理想往往导致了这部分贫困大学生出现诸如焦虑、恐惧、嫉妒等心理障碍。

四、贫困大学生心理问题的应对策略

1. 建立贫困大学生心理档案,有针对性地对贫困生进行心理健康教育

大学生中存在较高比例的心理健康问题,据新近调查,我国大学生中有 17.2%心理处于亚健康状况,而其中尤以贫困大学生为主。因此,有必要在新生入学时对他们进行心理健康检查,并建立相应的心理档案,这样有利于客观系统地了解贫困生的心理特点,从贫困大学生心理档案中筛选出有心理问题或症状的学生,对症下药,做到有的放矢。

2. 完善心理教育体制,加强心理咨询机构的建设

心理咨询是关注、帮助、提高贫困大学生心理健康水平的有效途径。通过开展心理咨询活动,可以及时疏导贫困大学生存在的心理障碍、心理冲突及困惑。随着时间的推移,心理咨询被越来越多的人承认和接受,越来越多的高校甚至中学开始设置心理咨询机构。心理咨询不仅可以指导学生减轻内心矛盾和冲突,排解心中忧难,开发身心潜能,还能帮助学生正确认识自己、把握自己,从而有效地适应外界环境。

同时,有条件的院校还应积极开设心理教育必修课,通过相应知识的

学习,大学生可以掌握必要的心理卫生知识,了解自身心理发展的规律,掌握心理调适方法。

3. 加强校园文化建设,创设良好的成长环境

校风是校园文化建设的重要内容,也是影响学生心理发展的重要条件。对于贫困大学生而言,由于其较强的自卑、抑郁感,学校应十分注意加强班级、宿舍的整体教育,充分发挥学生会和社团的作用,积极开展心理互助活动,为贫困大学生营造良好的环境氛围。例如,通过同学之间、师生之间的互动来互相关心、互相帮助,让贫困生感受到社会和学校的温暖、人与人之间的真挚感情,从而消除或缓解其自卑、抑郁等心理问题。

4. 继续做好基本经济资助工作

目前,高校对贫困生的资助机制一般由奖学金、贷学金、勤工助学、贫困补助和“减、免、缓”交学费等制度组成。所有这些政策,它们覆盖的学生在整个贫困生中只占较小的比例,大部分贫困生的经济困境并未得到明显的缓解。因此,政府、社会和学校应进一步加大工作力度,争取帮助贫困大学生得到完成学业所必须的最起码的经济保证,从而使贫困大学生基本消除单纯因经济原因而导致的心理焦虑。

5. 鼓励、诱导贫困大学生学会“自我疗养”

贫困大学生应当从自己的实践中来增强自尊和自信,不仅要勤奋刻苦地努力学习,而且要积极参加勤工俭学活动。勤工俭学的意义不只在能从一定程度上缓解经济压力,更重要的是使贫困大学生通过实践来增强克服困难的信心,从而建立自己的尊严和自信。

另一方面,应指导贫困大学生改变对贫困的看法,懂得学习改变命运、实践成就未来和拥有知识是拥有财富、应用知识就是创造财富的道理,

努力消除自卑,增强自信、自强、自立意识,用知识和能力来武装自己,以自己能够拥有服务于社会的知识和能力为荣,让人格朝着有益于身心、适应社会和完善自我的方向和谐发展。

作者简介:胡顺(1966—),男,湖北蕲春人,咸宁职业技术学院副研究员。

“锻造自强之才,传递社会关爱”时刻警醒自己:

要自强不息、奋斗不止,

要关注社会、



奉献爱心。

潘星星

一直想给咱们社的社刊写些东西,但总是迟迟下不了笔,生怕词不达意,笔不传情,无法表达心中对自强社的那份特殊的情感。

每当坐在电脑面前发呆时,总会不由自主地轻点鼠标,打开我一直珍藏的从入社到现在所有参加过的活动照片,常常一边浏览一边回想当时的情景,仿佛时光流转,那时的人、那时的事一幕一幕纷涌心头。睹物思情,这些照片留下的不仅仅是单纯的活动证明,更是一份回忆,一份苦并快乐着的回忆;是一片感动,一片对自强不息精神的感动;一种珍惜,一种对在工作中结下的深刻友谊的珍惜。忘不了大家在学活门前给太阳村的孩子做义卖时卖命的吆喝声;忘不了大家在义卖圆满结束扬起开怀笑脸;忘不了大家在寒冬时节毅然前往支教太阳村的日子;忘不了大家在宣传“扶贫中国行”活动时顶着严寒散发传单的一幕;忘不了大家在新生入学时为“绿色通道”做出的默默奉献;忘不了大家在为自强社的招新做出的诸多努力……所有的忘不了构成了对“自强”最好的诠释。

曾经多次被室友开玩笑说是工作狂。的确,我从心底里喜欢在自强社工作的感觉。很喜欢开会时与大家一起激烈讨论的场景,很喜欢师姐布置工作任务时对我投来满心期望的眼神,很喜欢与师弟师妹们一起分享精心筹备活动的过程,很喜欢对着电脑不知疲倦撰写活动策划的感觉。两年来数不清有多少个周末的夜晚是为工作而忙碌,而寝室的室友则常常是流连于网络至深夜。曾经多次轻声问自己,这样为自强社付出到底值不值得?问罢总是嘴角轻轻上扬,两年来与自强社一同成长,一同进步,在这里学到了很多在别处学不到的东西——“锻造自强之才,传递社会关爱”——社团的宗旨总是时时刻刻警醒自己,告诉自己要自强不息、奋斗不止,要关注社会、奉献爱心。

每次去学校的中区食堂二层吃饭时,很喜欢从北面上下楼梯。因为北面的一层与二层的楼梯中间挂有新长城的宣传图片,图片画的是一棵在疾风中顽强

生长的小树，图片把小树画得很妙，小树从某个角度看过去像一个小孩，一个用微笑来迎接生活的小孩。每次上下楼梯，我都会认真地看那棵小树，体会小树旁边的话语——“自强不息”，脑海总会浮现出咱们社员为打造自己和自强社的美好未来而努力的忙碌身影……

时光如白驹过隙，虽然自己现在身为社长，但毕竟临近大四，毕业在即，在自强社里的时日已不多，即使日后离开自强社、离开校园走向社会，这两年在自强社所学到的自强不息的精神是永远伴我一生的。

回首这两年，无悔这两年，感谢这两年。

自强社大事记

(2006年9月—2007年6月)

2006年

- | | |
|-----------|---------------------------------|
| 9月3日 | 志愿者开展引导2006级绿色通道新生入学任务 |
| 9月15日 | 2006—2007年度招新大会在教三召开 |
| 10月18日 | 召开“太阳村志愿者支教动员大会” |
| 11月2日 | 自强论坛一：人大校友邓熙霖先生出席讲座 |
| 11月7日 | 自强论坛二：扶贫基金会副秘书长李利先生出席讲座 |
| 11月11、12日 | “新长城爱心义卖助学行动”在中区食堂门口展开 |
| 11月15日 | “太阳村义卖活动”在北区食堂门口举行 |
| 11月15日 | 自强论坛三：著名国际义工孙雪莉、刘诞丽和张迎利三位女士出席讲座 |
| 11月23日 | 自强论坛四：校内网创始人王兴先生出席讲座 |
| 11月31日 | 第二期社员培训在诸子百家园开展 |
| 12月17日 | 《弄潮》第二期出版 |

2007年

- | | |
|----------|--------------------------------------|
| 3月23日 | 举行新学期换届大会暨社员大会 |
| 3月24日 | 该学期首批自强社“爱心温暖太阳村”活动展开 |
| 4月1日 | 中国人民大学自强社羽毛球比赛在人大旧体育馆举行 |
| 4月6日 | 由本社负责的图书馆学生助理招聘的面试活动在图书馆新馆报告厅进行 |
| 4月8日 | 本社代表张婷在“自强不息，放飞梦想”全国自强社演讲比赛中取得三等奖的佳绩 |
| 4月11日 | 我社与佳美口腔健康合作展开的系列活动一一展开 |
| 4月14日 | 著名创业家、国际义工陈志强讲座举行 |
| 4月23日 | 开展“希望书库爱心义卖活动”开展 |
| 4月26日 | 校心理咨询室赵颖老师为社员做“职业测评和卡氏十六种个性测评”的解答 |
| 5月12-13日 | 我社开展了2007学年第二次太阳村活动 |
| 5月16日 | 新东方英国名校留学申请讲座在开讲 |

- 5月19日 本学期第三次太阳村展开
- 5月19号 社长潘星星和副社长李鹏到中国扶贫基金会参加北京
高校自强社社长会议
- 5月20日 人力资源部部长张晓波同学给社员进行文件规范化制
作与整理培训

The image features a traditional Chinese ink wash painting of plum blossoms. The composition is divided into two main sections. The upper section shows a dark, gnarled branch extending from the top right towards the center, bearing several light-colored, five-petaled blossoms in various stages of bloom. The lower section shows a similar dark branch extending from the bottom left towards the right, with several buds and a few blossoms. The background is a plain, light color, which makes the dark ink of the branches and the delicate petals stand out. The overall style is minimalist and elegant, characteristic of traditional Chinese literati painting.

非知之难，行之惟难；
非行之难，终之斯难。