

## [自强之星，美丽人生]

“天行健，君子以自强不息；地势坤，君子以厚德载物”对于自强者来说，即使生活布满荆棘，他们也会勇往直前，在自强追求自我的这条道路上，在燕山大学参评的2014年度“中国大学生自强之星”中找到了他们的身影。

### 他心有猛虎，细嗅蔷薇



经济管理学院工业工程专业13级二班张果，男，汉族，团员。来自湖南浏阳的一个小山村，家中经济条件原本艰苦。爷爷在工作中不幸受伤，虽已经治愈，但半年前又不慎被电动车撞伤，至今未能完全恢复；但同时又患有冠心病，一直用药。奶奶在2005年不慎摔伤，右腿粉碎性骨折，现在遇到风雨天，还是会有右腿风湿疼痛。在两年前年底，父亲在工作时右手不甚机器伤到，现在右手基本上已经不能工作，连基本的握筷子吃饭都不行。生活基本上压到母亲身上，但是，就在今年年初，突然脸色苍白，疼痛难忍，被送进医院，确诊为肾结石。张果同学的母亲今年48岁，生活重担，可想而知。

面对现实张果同学用乐观浇灌自己的心灵，让它成为一片沃土，开出最美的花朵。他说：“我不能左右家庭的选择，但是，我仍然保持一颗积极阳光的心态，坦然面对我的一切。”

2014年7月份，通过激烈的投稿竞标，张果同学获得西区第三教学楼诚信小站的运营权。他的诚信小站的运行理念是“服务，从认真对待开始；诚信，从点滴小站起步”。开创每日诚信波动图，形象直观地展现每一天诚信率的波动情况；首创“哎呀我去”留言板，同学们可以在留言板上尽情地留言，或吐槽校园，警示不文明现象；或积极反馈，为创建文明校园，献计献策；或抒发每日所思所想，与每一位同学分享自己的得失。张果同学说：“当每一天的进货、补货、清点成为一种习惯；当每一次看到同学们在留言本上，尽情留言，分享每一天的得失；当每一次看到同学们拿着小站上的货物，并且能够随口一句‘诚信小站真的很方便’，我所感到的，是一阵满满的幸福。只要是能够真正做为每一位同学服务，让他们能够们满意，对我而言，都是一种肯定，一种鼓励。让我知道，我还有可以欣慰，可以坚持的理由。”

在大一军训期间，与他人合作，张果同学先后在里仁学院、大院篮球场等地，搭建阳光服务站。为方便大一新生，阳光服务站，无人看管，自主投币，诚信消费。当其他人还在浓浓睡意中时，他便早早洗漱完毕，准备搬水，整理帐篷；当其他人在中午惬意入睡，鼾声四起时，他顶着炎炎烈日，在各站点补货；在其他人在傍晚在路边自在悠闲散步时，他同学便开始清点矿泉水，整理帐篷。

在班级，他担任学习委员一职，认真收发同学们的作业，认真组织各项学习活动，积极主动与老师探讨相关的问题，并且，及时反馈相关的问题。

在学术上，与他人合作，一同申请“秦皇岛旅游淡季市场开发研究”，运用自己所学的专业知识，共同提出课题，并获得校科协立项，在紧张调查中。同时，参加学校“世纪杯”论文，完成共计近6000字论文。在导师的带领下，与自己的学长学姐一起构写《基于大数据及供应链理论的新医改政策下三甲医院价值链的研究》课题。

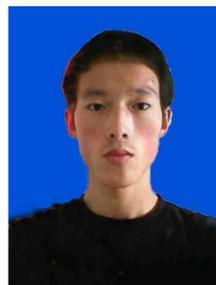
经过大学一年的努力，张果同学获得2013-2014下半年获得“优秀青年志愿者”称号、caxc全国计算机辅助技术认证应用工程师证书、燕山大学2013-2014学年秋季学期经济管理学院二等奖学金、燕山大学2013-2014学年春季学期经济管理学院二等奖学金。

他“心有猛虎，细嗅蔷薇”。虽然，他不能左右命运的安排，虽然他不知道在命运的交响曲中，在哪里发生变奏，但是，他始终相信，用自己的努力，靠自己的勤劳与汗水，用自己的双手，一定

可以为自己撑起一片属于自己的蓝天。

### 笃行高远，目标坚定

经济管理学院13级旅游管理三班徐建平，男，汉族，团员。遭受母亲出走，再无希望重见母亲之苦，高三一度变得灰暗，出走或者他认为最好也是最冒险的解脱和宣泄。只是，骨子里的韧劲却在叫嚣，“爱一个人，不应把他逼死；恨一个人，应该让他快乐地活着；那为什么不应介于爱、恨中间？为什么一定要选择不可？就爱就恨而言，他们应该想一想，在恨一个人的时候，学会用爱去对待他，而不是报复”这是他2012年2月14日内心的挣扎。



命运是公平的，上天给了他许多挫折与坎坷，但也把他打磨的坚强如铁。他觉得早点懂事，接触磨练是笔财富。不管何时，严格要求自己，每天5:30起床，去锻炼，跑步；6:30回寝室，洗漱，然后上自习。跑步锻炼成为了他生活的一部分，一方面提高了他身体的素质，另一方面磨练了他的意志。

他不比别人优秀，但他有一颗永不放弃的心。学校的两届运动会上都取得成绩，42届5000米第三名，43届1500米第四名和5000米第二名。同时参加了2014年秦皇岛国际马拉松迷你5公里。其实成绩是次要的，奔跑会带给他想不到的乐趣，还会磨练一个人的意志，在长跑中比的不仅仅是耐力，还是毅力，只有坚持到最后的人才会取得胜利。也带动同学和朋友参与到跑步当中，让他们意识到锻炼的必要性。有时候他会抽出时间陪同学一起锻炼“每天锻炼一小时，健康工作五十年”。

勤俭节约，内化于行。做为山里的孩子，从小就体会着农民的辛苦，他节俭，不浪费，辛勤劳作。他第一年的学费和生活费是他攒的。在大一时，每周出去做两次兼职，也做过发传单，扮玩偶，话务员，服务生，会场布置等工作。一周能收入150元左右。而他一周的生活费不到70元。一般是周四和周日出去做兼职，也不耽误课程。暑期在工地打工，搬东西，涂涂料，之后回到学校做门卫半个月，暑期能挣2000多元。再加上学校，学院和旅游系老师的帮助，他把所有钱都攒起来供自己上学。开学九月份和同学学一起卖水也收入了400多。

课外生活，爱心奉献。在大学，他加入青年先锋队，现在担任校外项目组组长，也加入中国青年志愿者协会。他与队友们开展一系列爱心与志愿者活动，去孤儿院为小朋友献爱心，去敬老院照顾老人，进行环境保护与宣传，组织爱心支教，开办爱心超市等。并且他下定决心为青年先锋队在校外开拓出一片新的天地。如景区的美化，他和志愿者服务同学，帮助老师，关爱弱势群体，奉献自己。在遇到需要帮助的人时，会议不容辞的伸出援助之手。

他笃行高远，目标坚定。如果人生未曾因意外而一落千丈，又怎会明白，渺小的人拥有无穷的力量，让家庭和睦亲人友善，让学业有成，人生有望。他浅尝苦楚，却用自己的笑容酝酿成蜜汁，迷人心扉。

### 宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来

文法学院14级硕士47班刘星君，男，汉族，中共党员。学习成绩优异，先后获得研究生国家奖学金、燕山大学奖学金8次，发表学术论文、文学作品8篇，主持、参与课题10项，获得河北省省级优秀毕业生等校级以上奖励28项，其他奖励14项。由于各方面表现优异，于本科毕业后推荐免试攻读燕山大学硕士研究生。



他积极参加课内外活动，受邀参加世界人权知识培训班、中法文化历史研讨会等，代表学校参加第八届、第九届中国模拟联合国大会，成功当选为第九届北京国际园林博览会志愿者。参与河北省暑期社会实践小分队赴滦平调研，因表现优异，受到多方媒体关注，并受邀参加教育部领导座谈会并在校内举办多场报告会，积极传播正能量，用自强不息的精神去践行中国梦。

他信奉一句话“非学无以广才，非志无以成学”还是本科生时期的他，作为一名国际政治专业的学生，就清晰地认识到必须要有开阔的国际视野和扎实的学术功底。从小梦想成为一名外交官的他，凭借着燕山大学这个底蕴深厚、学风纯正的平台，一步一步向着自己的梦想靠近。大学期间阅读过四百余本书籍、凭着优异的专业成绩、十几万字的学术笔记和论文受到专业老师的好评。他先后获得

校级奖学金六次和研究生国家奖学金，毕业论文先后被评为文法学院优秀本科生毕业论文、燕山大学优秀本科生毕业论文。并先后两次参加在清华大学举办的“全国政治学与国际关系学术共同体”会议，并于今年成功被中法历史文化研讨班录取，在对外学术交流的过程中增加了自己的专业素养。在外交部参观实习期间，他进一步的坚定了自己的梦想。正是因为有了明确的目标和规划，他就在新生时期文法学院职业规划大赛中获得第一名，经过四年不懈努力，最终推免为燕山大学研究生。

他主持、参与省、市、校各级各类课题8项，曾获得“青春使命”全国大学生暑期社会实践活动优秀奖、河北省大学生“调研河北”社会活动一等奖、河北省大学生挑战杯课外科技作品竞赛一等奖、秦皇岛市大学生志愿者暑期社会实践活动先进个人、“和谐律师事务所”大学生社会调查奖学金、燕山大学世纪杯课外科技作品竞赛特等奖、二等奖、三等奖等奖励，他和他所在团队通过调研所提交的报告被省市政府部门所采纳。

他的付出获得到回报——原创诗歌在晚会上演出，编采的新闻在网站上发表、推选为中华诵读大赛的主持人，在辩论赛中荣获新生辩论赛“最佳辩手”称号。他还获得“燕山大学优秀团员”、“优秀团干部”；文法学院“优秀班主任”、“优秀社团干部”、“优秀团干部”、“优秀团员”等称号、获得红韵燕园微博大赛一等奖、政治风云人物演讲大赛二等奖、文法学院建党90周年演讲比赛二等奖、燕山大学“气韵墨香”书法大赛二等奖、韶华电子杂志大赛优胜奖、燕山大学第六届模拟联合国最佳团队奖，所参与的团队获得燕山大学环保运动会二等奖、沙雕大赛二等奖、党史知识竞赛三等奖等。

曾担任伴你飞翔大学生基金工程志愿者、燕山大学首届国际文化节志愿者负责人，作为志愿者参加“秦皇岛市无障碍设施建设”活动，在课余时间自觉照顾退休老教师等，并于2011年成为中国注册志愿者，将爱心奉献进行到底。2013年，通过层层选拔，他成功从数万人中脱颖而出，被选为第九届北京国际园林博览会志愿者。

他和同伴代表学校参加第八届中国模拟联合国大会。次年11月，作为指导的他参加了第九届中国模拟联合国大会。在校内，他也积极推广该项活动，先后参与了三届燕山大学模拟联合国大会，并将此活动打造成为燕山大学品牌活动，为丰富校园文化做出了贡献。

他是一个血气方刚的七尺男儿，也是一个富有责任的性情中人。他践行着“爱国关天下”的诺言，时刻以一名合格的共产党员要求自己，一直行走在追求梦想的路上。

## 地面行走，云端跳舞

电气工程学院应用电子一班的李博栋，男，汉族，团员。或许故事从一开始就让人听得心痛，因为一切都是从他出生开始，还未看到世界的百花齐放，就风雨交加，雷鸣贯耳。他说：“不像普通的孩子一样，我的呱呱坠地并没有带来合家的欢笑，右小腿肚子上的一颗硕大的肿瘤（先天性海绵状血管瘤）格外的刺眼，也刺痛全家人的心。然后，刚从产房出来的我就住进了病房，刚过百天的我进行了第一次手术。二十年前的医疗水平并不是很好，第一次手术不是很成功，虽然把最大的一颗肿瘤切除了，但是没有把肿瘤细胞清除干净，很快在原来的位置又长出了新的肿瘤，甚至都扩散到了膝盖。我的家庭只是个普普通通的家庭，我不知道面对这样的手术结果我的爷爷奶奶爸爸妈妈是怎样的心情，就像我不知道他们在欢喜中收获一个先天性血管瘤的孩子的心情一样。”

伴随着成长，病魔的纠缠，他先后进行了三次大型手术，右脚的伤注定让他和普通人不一样，就像走路样子不一样，走的路也不一样，心中的执念告诉我，他要走在别人的前面。

他开始试着做很多事情，学习过素描，练习过写作，也学习过各种各样的课外知识，那段时间的学习确实带给了我很多的收获，参加过很多的很多学科竞赛，特别是物理和生物也得过很多的奖项，投的稿也刊登在了校报或是一些其他的小刊物上面，也得过一些全国二等奖这样的征文奖项，也曾在父母的帮助下做些小生意摆摆地摊，但终究是没找到一条适合自己的路。终于经过三年高中的学习，我考取了燕山大学电气工程及其自动化专业，开始了大学的生活。

如果说人生是一段旅程，那么大学就是远行的开始。升入大学之后，他加入了很多社团，还担任班里的文体组宣委员，给同学们组织一些文娱活动；也参加过很多校内外的活动，在2013年的“调研河北”社会实践活动中获得了省级二等奖的好成绩；担任了2014级的新生班主任，帮助大一新生更快的熟悉新环境；除此以外他也经常兼职打工积累社会经验。这样那样的经历让他快速的成长，他

也逐渐的认清了适合自己的道路。他说：“有了人生的目标。就像我的名字一样，博就是要博采众长、博大精深，要充实自己的知识、历练自己的能力，栋就是要成为社会的栋梁之才，我能取得今天的成就，除了来自父母的爱以外，还得到了很多人的爱，我更要将这些爱传递下去，也要不辜负大家的期望好好学习科学文化知识，为祖国的现代化建设添砖加瓦，成为一个对社会有用之人。”

故事就是这个样子，只有开始，还在继续。现在的他，走路还是一跳一跳的，像飞一样，偶尔冬天走路的时候脚下的疼痛还伴随着记忆还鞭策着我前进。他想飞起来，他要飞的高起来。

## 有梦为马，随处可歇

文法学院2011级国际政治侯卓沅，男，汉族，中共党员。1993年1月出生，2011年7月加入中国共产党。2011年9月进入燕山大学文法学院国际政治专业学习，现任2011级国际政治班长、文法学院学生党务中心负责人，曾任文法学院2013级新生班主任、文法学院学生会秘书部部长等职务。2014年10月，被推荐免试攻读燕山大学思想政治教育专业硕士研究生。



侯卓沅同学注重自身综合素质与能力的发展，在同学当中有着较高威信，能够发挥骨干带头作用。他曾荣获“国家奖学金”等国家级奖励2项，“河北省三好学生”等省级奖励5项，“燕山大学优秀学生干部”等校级奖励13项，“文法学院学术之星”等院级奖励10项，先后发表学术论文9篇，所管理的班级荣获“河北省优秀班集体”、河北省“我的团日我做主”精品团日活动等各类荣誉20项。他用汗水浇灌着梦想的花朵，用行动诠释着“务实敬业，求索自强”的人生信条，在平凡的生活里唱响了一曲不平凡青春之歌！

在社会实践方面，他表现突出，成果丰硕。三年间，他和他的团队先后在7个区县开展活动，累计调研超过2500人次。2012年8月，他带队在北戴河新区调研期间，得到了人民网、长城网等媒体的报道，当地旅游发展局副局长胡琼还他们的活动欣然题词，最终的调研作品《关于游客对北戴河新区印象的调查报告》获2012年河北省大学生“调研河北”社会调查活动一等奖。2013年，他结合长期以来的实践与思考，撰写了《文化与科技融合视域下乡村休闲游模式的探究——基于环京津地区秦皇岛、承德两地的调研》，获河北省“挑战杯”大学生课外学术科技作品竞赛一等奖，该作品还得到了河北省委办公厅综合调研室、河北省水产局规划与科技处、秦皇岛市委政策研究室、秦皇岛市旅游局、承德市旅游局的认可及采用。此外，在燕山大学“世纪杯”大学生课外学术科技作品竞赛中，他的作品还获特等奖一项，一等奖两项。2013年5月，他被评为“燕山大学暑期社会实践先进个人”，并获和谐和社会调查奖学金。

在创新创业方面，他先后参与燕山大学大学生创新训练计划项目3项，其中1项被确定为优秀结题项目。他结合自己的社会工作经历，积极策划创业活动，2014年3月起，他带队参加“创青春”全国大学生创业大赛，结合本地市场实际情况，打造了以旅游产业为依托、以承揽外包项目为盈利方式的语言服务类创业项目，最终几易其稿完成了作品《秦皇岛市斯迈尔翻译社》。2014年5月，在燕山大学国家大学科技园创业中心，他和他的团队作为大学生创业代表接受了团省委副书记宋华英、团市委书记袁会民等领导的会见。随后，他带队赴河北工程大学参加终审答辩，并在这一环节脱颖而出，一举摘得省赛特等奖。2014年8月，经“创青春”全国大学生创业大赛评审委员会评议，该作品最终获得全国铜奖。

2014年10月，消息传来，由他主持申报的《京津冀协同发展过程中跨区域利益共享机制的探究》被成功立项为2014年河北省大学生“调研河北”社会调查活动项目，而今年的这一活动，全省的成功申报率还不到25%。近年来，他主持、参与的各类科研实践项目共计15项，先后在《中国公共管理论丛》等刊物发表了科研论文9篇，各级项目的支持经费已累计超过了1万元。

在学习上，荣获2011—2012年度国家奖学金，并获燕山大学一等奖学金4次，二等奖学金1次，三等奖学金1次。2014年10月，他以专业学习与综合测评第一名的成绩被推荐免试攻读燕山大学思想政治教育专业硕士研究生。除在校学习外，他还参加了高等教育自学考试，报考了另一所高校的区域经济开发与管理专业，目前已

通过毕业论文答辩。2012年11月，他参加河北省第二届大学生人文知识竞赛，获二等奖，充分展示了他的博学多才。在求索知识的道路上，他留下了一串串坚实的足迹，先后荣获“河北省三好学生”、“文法学院学术之星”等荣誉称号，成为了同学们学习的榜样。

在学习之余，他承担了很多学生工作任务，以务实进取的态度得到了师生们的广泛好评，被评为“燕山大学优秀学生干部”。

作为班长，他勤恳务实、无私奉献，事无大小皆关心，细微之处见真章。作为学生党务中心的负责人，他担负着党员发展、档案管理、支部建设等一系列琐碎而重要的事务，管理着7个年级的200多名学生党员。作为2013级国际政治、政治学与行政学专业的新生班主任，他接过了每位家长的嘱托，成为了57名新生的“监护人”。他带领新生们熟悉校园、掌握校规校纪，还经常将心比心、开展沟通交流，鼓励他们好好学习、积极参加各项活动。现在，这批新生已经完全适应了大学的生活，很多同学成为了校级、院级组织的“顶梁柱”，发挥着不可或缺的作用。

每当谈到所创造的成绩，他总是腼腆地说：“那是大伙支持我的结果，功劳都是大家的。”其实，正是他这种低调务实的态度和敬业奉献的精神才铸就了一个又一个团结进取的青春梦想。他身上流淌着的那种自强不息的精神，影响了周围的一个又一个人。从他的故事里，我们读懂了：梦想，并不总是那样的遥不可及，只要你一直走在圆梦的路上。路，也并不总是平坦无阻的，坚持就能走下去，只要你心怀梦想。

## 勤读力耕，立己达人

环境与化学工程学院环境工程谭小珊，女，汉，团员。“没有梦想的人，和咸鱼没什么两样”。在追逐梦想的路上，她努力，她也收获了。大学期间多次获奖，其中有2012-2013年国家励志奖学金、2013-2014年国家励志奖学金

2012年秋季学期三等奖学金、2013年春季学期特等奖学金、2013年秋季学期一等奖学金、2014年春季学期一等奖学金。作为团支书，她积极工作，多次创新开办团日活动，被评为2012年度优秀团干部、2013年度优秀团干部。

她，风风火火；她，充满活力；她，自强不息；她，坚韧不拔。大学生活，谭小珊同学学习和志愿活动两不误，自立自强，兢兢业业，不卑，不弃，不馁，表现出大学生优秀的品质和高贵的精神。在担任学院志愿者协会期间获得2013、2014年度燕山大学优秀青年志愿者组织的称号。

她积极参与各项活动，她热爱运动，取得了第五届燕大杯羽毛球赛女子团体第一名、第六届燕大杯羽毛球赛女子团体第一名、第六届燕大杯羽毛球赛女子单打第二名。在运动会上她的身姿也引人注目，先后获得“2012年度校级运动会团体开场舞第二名”“2013年度校级运动会团体开场舞第三名”、“2012年度校级运动会袋鼠跳第五名、跳高第八名”、“2013年学院运动会4\*400第三名”。

她为人谦和心自华，待友真诚图自强。她以自强为信仰，以自立为方向，用实际行动诠释执着与坚持，让励志青春绚烂怒放。她怀揣着自己的梦想，一直坚定地，在路上！

## 用爱传递，乐在其中

信息科学与工程学院通信工程1班焦美敬，女，汉族，中共党员。2014年10月被推荐免试攻读西安电子科技大学信号与信息处理



专业研究生。曾获得“国家级奖学金”2次，校级“二等奖学金”2次，校级“三等奖学金”2次。大二时曾任法律协会秘书部部长，积极负责社团活动前的策划、活动后的总结及平时的汇报工作，获得“优秀社团干部”称号。在班级活动方面，也总想尽自己的一份力量，所参与的班级合唱比赛获得校级二等奖，班级运动会集体项目获得校级二等奖。

2013年11月，我带头的团队作品《推行“民心工程”，迎接挑战——从洞悉农村医保切入》获得燕山大学第十八届世纪杯大学生课外学术科技作品竞赛二等奖。

来自农村家庭，收入不高，焦美敬同学在大学期间，学习之余还做兼职赚取学费。用心看世界就能看到光明。她就像高原的格桑花一般，风雨愈猛烈，她却绽放得愈美丽。她很感激做兼职时遇到的好人，她用感恩的心去欣赏这个世界美丽，她愿意用爱将她所感受的爱一同传递下去。

## 奉献为本，梦想绽放

机械工程学院2012级机械装备2班陈旭夕，男，汉族，共青团员。曾获得广东省三好学生等荣誉。在校期间学习成绩良好、与同学相处融洽、怀抱着“成为新时代的徐霞客，写自己的书，为中华文化和发展尽力，自立自强，回报社会”的信念，一直奋斗在自我丰富、追逐梦想的人生路上。



曾在燕山大学党委宣传部新闻中心当学生记者两年，荣获优秀学生记者称号，在任学生记者期间，掌握了编辑、排版、摄影、采访、写稿等技能，在燕山大学报发表了数十篇稿子，并且兼职了与新闻中心有关的校内岗位，同时也作为燕山大学机械工程学院雷锋突击队队员担任过爱心家教。虽然家庭经济条件并不好，但是他一直坚信，通过自身的努力，勤奋刻苦，必能不断提升自己。他还利用当商品代理，送报纸，发传单等工作赚来的钱补贴生活费，减少家里的生活开支，替父母承担一份家庭责任，尽孝。

自强自立，搭车去拉萨，感动感恩，回馈社会。作为学生，他认为学习固然重要，但实践亦不能落下。大学生自强精神不仅要体现在读万卷书的学习方面，也要实践在走万里路的实践方面，真正做到知行结合。他的榜样是徐霞客，向榜样学习，他梦想成为新时代的徐霞客，游遍祖国山河，阅历各地民俗，写自己的书，为往圣继绝学，为中华文化和发展尽力，自立自强，回报社会。在这样一个久久的梦想推动下，即使他家里经济条件不好，不如其他同学，但他依然决定通过打工赚钱，买好必备装备，暑假携带500元从家乡东莞出发，目的地——拉萨，想用自己的眼睛看世界，用自己的心感受这世界，体会这世界的温暖与爱。

通过与人沟通，他成功搭了34次32辆顺风车。且行且停，23天4000多公里穿越广东广西云南到西藏。一路上被这许多好心人帮助过后，他满怀感激之心，于是他也想尽自己一份力回馈社会，结合自己做过六份家教与爱心家教的经历，他决定开一家辅导班，免费帮助更多家庭经济困难的小朋友学习。回到东莞后，他的事迹得到了媒体的关注。陆陆续续地他的事迹登上了广东省的羊城网报和金羊网、市级媒体东莞时报、镇级媒体大朗周刊，燕山大学报；以及腾讯网，新浪网、人民网、凤凰网等媒体。

主 编：翟文康

责任编辑：尤 曼 王 桢

主办单位：共青团燕山大学委员会 燕大青年报社

邮 箱：tuaxunnews@163.com