

<<大学四年要做的101件事>>

图书基本信息

书名：<<大学四年要做的101件事>>

13位ISBN编号：9787543040618

10位ISBN编号：7543040611

出版时间：2008-11

出版时间：武汉出版社

作者：郑志恒

页数：233

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<大学四年要做的101件事>>

### 内容概要

《大学四年要做的101件事》会告诉你该怎样度过大学生活。四年前跨进大学校门，我们心中充满了理想：四年后走出学校，才发现背后留下了那么多遗憾。大学里要做的事很多，哪些事有意义，哪些事又是浪费时间呢？

当然，你不可能把这101件事全部完成。  
但只要勇敢尝试，你就能得到人生中最充实的四年时光。

## &lt;&lt;大学四年要做的101件事&gt;&gt;

## 书籍目录

情感01.真诚热烈地恋爱一次,无论结果如何02.写一封情书,给挚爱的人03.毕业之前,告诉你喜欢的人:“我爱过你!”

04.尝试着送花给自己心仪的女孩子05.当你确信自己喜欢一个人,就大声对他(她)说出来,不要害怕被拒绝06.挑选一份心爱之物珍藏起来,无论价值厚薄07.假期回到故乡,到儿时玩耍的地方走一走08.每年献一次血,为他人提供帮助,为自己储蓄健康09.了解父母的健康状况,假期陪他们去体检或健身10.每年生日,给父母写封信,感谢他们将你带到这个世界上11.假期回到家里,学会做菜,为父母做一次完整的晚餐12.参加一次葬礼,体味生命的可贵13.每年参加一次公益活动14.大学四年至少帮助一个人,提供力所能及的帮助15.做一次环保志愿者16.安排与父母及家人一起去旅行17.假期回家,拜访曾经教过自己的老师,与他们聊聊天18.为年迈的父母按摩、擦身19.用自己赚的钱给父母买一份礼物,无论价格高低20.为灾区及慈善机构募捐21.遇到突发事件时,第一时间给父母打电话报平安22.做一次家教,帮助一个孩子成长23.为父母或家人筹划一次生日晚会24.自己设计一张贺卡,寄给亲人和朋友25.当与父母产生隔阂时,主动与父母沟通26.搜集家谱,了解家族的渊源学习27.大学一年级,做好一份人生职业规划28.至少学好一门外语,最好是能说会听29.从第一学期开始,充分了解学校历史与名人30.从大学第一学期开始,制作一份个人成绩记录表31.做一次测验,发现自己的性格、兴趣和特长32.阅读相关书籍,掌握一定的记忆、阅读方法33.组织一次读书会34.拟订一个阅读计划,开列四年必读书目35.向报纸杂志投稿,争取一年发表一篇文章36.毕业前,写一部个人自传37.每年为自己做一本照片专辑38.发挥想象力,写一篇童话39.每年坚持听20次讲座,获得更多的思想和知识40.认真地写好毕业论文,给四年所学一次完美的总结41.每年给自己颁发一个“奖”——自我激励42.至少学会一种乐器,增加一种技能43.要求自己每周必须去一次图书馆44.每年独自拜会一次辅导老师,听听他对你的看法和建议习惯45.每个月整理一次电脑,将不用的东西清理掉46.每年清理一次房间,摆脱不需要的东西47.早睡早起,养成健康的学习、生活习惯48.每天读30分钟的课外书,养成终身阅读的好习惯49.开始写日记,记录自己四年生活历程50.坚持写博客,建立自己的网络朋友圈51.坚持每天锻炼30分钟,养成健身好习惯52.召集同学每月彻底打扫一次寝室,养成讲卫生的好习惯53.每月用一天来冥思,体验生命54.利用7天时间改掉一个坏习惯55.每日反省自己的过失之处56.致力于完成每一项承诺,养成诚信的习惯57.每月整理一次学习任务,将拖延的事情做完,养成高效的学习习惯58.从进入校园第一天开始存钱,养成节俭的习惯59.学会做学习、工作计划表交往60.交几个能同患难、共祸福的朋友61.读几部人际交往方面的书籍,掌握为人处世的学问62.与同寝室的同学和睦相处63.参加一个社团,争取成为组织领导者64.鼓起勇气拜见一位心中最景仰的名人65.给那些你曾经讨厌的人写封信66.与他人合作完成一件事67.当自己犯错时,真诚地向对方道歉68.在校园里,或者在旅行中,尝试与陌生人交流69.拜见校长或系主任说出你对学校的看法70.组织一次高中同学聚会71.通过网络交一个异地或异国的朋友72.在公共场合做一次讲演73.与那些优秀的人建立联系并虚心向他们学习74.四年假期里,与同学一起回家,拜访他的父母75.结识一位学长或学弟,听取他们的意见,或者给予他们一些建议76.认真观察自己周围的人,给他们一个新的评价77.毕业前,跟有过节的同学说声对不起,尽释前嫌体验78.看一次大海,体验海阔天空心潮澎湃的感觉79.到山顶看一次日出日落的壮丽景观80.看一看古代遗迹,感受历史81.选择一个自认为不可能的事情,向自己的个性进行一次挑战82.每个月骑车在学校所在的城市到处游历,熟悉自己学习的城市83.认真逛一次自己的校园,发现那些美丽的角落84.通过拜会同学的方式,到周围其他学校看看,感受异校的风情85.做一件与自己个性迥然不同的事,让人刮目相看86.给自己一个四年中的旅行计划,假期独自去旅行87.培养一种业余爱好88.每年就社会问题或者自己感兴趣的问题做一次调查89.三年级和四年级外出打工,培养自己工作能力90.尝试做几次小生意,看看自己是否有经营能力91.一周不吃肉,做一次环保体验92.做一份商业计划书,并向风险投资商推介,无论成功与否93.每年去面试一次,了解各种职业的整体需求和对个人能力的需求94.到一个陌生城市,自己独立生存一段时间95.在大庭广众之下表演,树立信心96.为自己种下一棵树,每年都去照顾它,看着它成长97.做一次农民或者建筑工人98.参加一次学生干部竞选99.以独特的方式迎接新年的到来100.许下一个愿望,毕业的时候检验这个愿望实现没有101.养一盆花,或者一个小动物,培养自己的爱心



## &lt;&lt;大学四年要做的101件事&gt;&gt;

## 章节摘录

情感01.真诚热烈地恋爱一次，无论结果如何从接到大学通知书那天起，王卓扬就告诉自己：大学四年不谈恋爱，努力学习，一定要考上理想中的大学的研究生。

王卓扬是个自控能力非常强的女孩子。

大学四年中，她的生活始终围绕着教室、图书馆、自习室。

刻苦和勤奋总能得到回报，她的成绩一直都在系里名列前茅。

这让她成为很多同学关注的焦点。

这些关注中，当然少不了来自异性爱慕的眼神。

曾经有一个高大帅气的男生，经常与王卓扬在图书馆不期而遇，带着一点羞涩，把身边用书包占下的位子让给她坐。

王卓扬不是没有感觉，她也隐约地知道那个男生占的位子，似乎就是留给她的，但她每次只是淡淡地说声“谢谢”，再没有与那个男生有更多的交流。

还有一个同系的师兄，人很文静，曾在情人节那天送过她一枝娇艳的红玫瑰，这是她今生收到的第一枝玫瑰。

王卓扬是喜欢这位师兄的，他淳厚的微笑，总让人感到温暖而安全。

当他送她玫瑰的那一瞬间，她有怦然心动的感觉。

那一刻，她真的想接过这枝玫瑰，与他在晴朗的午后，携手漫步在法国梧桐树间的小道。

但是她记起入学之初自己许下的诺言，而且她非常珍视自己的初恋，总希望自己将来嫁的男人，就是初恋的那个人。

她像珍惜一件昂贵的华服一样，珍惜着自己的感情，以至于她把这件华服珍藏在箱底，却从不舍得拿出来让别人欣赏。

她还记得她转身离开师兄时，身后那玫瑰散发出的幽幽香气。

后来，她终于如愿以偿地进入自己理想的大学继续深造，也开始了恋爱，但她嫁给初恋情人的梦想，却没能实现。

在经历了几次恋爱后，她开始怀念起图书馆里那个高大男孩的羞涩微笑，还有师兄手中那枝玫瑰的缕缕幽香。

可是如大学时代那样纯洁无瑕的爱情，却再也找不到了。

一天，大学同学们聚到一起，几杯酒下肚，她感慨地说：“真后悔当年在大学里，没有谈过一次轰轰烈烈的恋爱啊。”

很多经历过校园爱情的朋友都知道，当从学校踏入社会的那一天起，爱情就不再是象牙塔中那种纤尘不染的感情了。

花儿初绽般的年纪，懵懂却纯真的爱恋，在人生最美好的时光，初次体验人生最美好的感情，是最幸福的一件事了。

也许这恋情只有开始，没有结局，但那未必就是一件遗憾的事情。

因为记忆还在，会有岁月沉淀下来的浪漫和醇香。

经历过爱情洗礼，才会懂得什么是爱，才知道什么叫做成长。

如果你爱上一个人，一定要让对方明白你的心意。

不要怕难为情，不要怕被拒绝，如果你因为担心这些而不敢表白，那只能说明你的爱还不够深不够纯。

如果你被爱着，那么请你对爱你的人心怀感激，好好珍惜，即使你不能接受这份爱，也要以最委婉的方式传达给对方，千万别给他（她）带来伤害。

那么，在大学时期谈恋爱要注意什么呢？

首先，不要因为恋爱而耽误了学业。

要始终谨记大学的正业是学习，一定要分清主次。

如果为了恋情而耽误了学业，只会给这场恋情蒙上阴影，留下一生的遗憾和悔恨。

其次，注意在经济上节俭。

## &lt;&lt;大学四年要做的101件事&gt;&gt;

恋爱时互赠礼物、泡咖啡屋的确很浪漫。

但作为学生，还没有经济能力，你用来谈恋爱的钱，实际上来自于父母对你的教育投资。

虽然热恋很甜蜜，但相恋的双方还是要保持自己的独立，至少在经济上尽量保持独立，千万不要让两人的关系掺入过多的金钱因素。

有人说西方流行的AA制，是对情感保持独立性和双向性的一种体现。

独立性保证了情感的单纯，双向性使人格平等。

也许恋爱中的人觉得这会大杀风景，但尝试之后你会发现，感情能维系得更牢固呢。

另外，现在大学生同居已经是一个公开现象，作为发育成熟的法定成年人，感情发展到一定程度，同居似乎是一种正常的结果。

但是，大学生经济尚未独立，情感经历有限而不够成熟，未来充满不确定性。

因此，大学期间同居往往会成为一枚双方都难以下咽的苦果。

所以在恋爱时，不仅要注意从心理上调节自己，约束自己的行为，更要注意从生理上保护自己，尤其是女孩子，不要把自己的健康和情感过早地透支。

最后，无论恋爱如何发展，都请保持着一颗平常心吧。

以平常心看待相爱与别离，珍惜自己，珍惜对方。

当你回忆起年轻时代的爱情，一定不会记得那些争吵和伤害，更多的会记得那种甜蜜而青涩的感觉，记得一个人曾经真诚地对你说：“我爱你！”

”这绝美的回忆，不正是上天的一种恩赐吗？

02.写一封情书，给挚爱的人许杰和于欣欣是校园众多的情侣中很普通的一对儿。

许杰不高大也不英俊，但很朴实，很厚道。

于欣欣没有漂亮的脸蛋和出众的气质，但很温柔，很可爱。

也许就因为这些，他们相爱了，爱得很投入，几乎形影不离。

但他们很少像有些情侣那样，去看电影、泡吧，或是在节假日去学校附近的地方旅游。

他俩都来自并不富裕的家庭，每月有限的生活费，根本不容许他们有一点点奢侈的想法。

但许杰对于欣欣非常照顾，于欣欣生病了，许杰会省下钱，买来她最爱吃的水果，陪在她的身边；于欣欣对许杰也很体贴，许杰每天早晨都去晨练，于欣欣会买来早餐，等他一起吃。

他们也会有争执的时候，但每次总是许杰先让步，哄于欣欣开心。

同学们都说许杰很爱于欣欣，但于欣欣总觉得这爱情缺点什么，有时还会有淡淡的失落。

她迷恋韩剧中那些绝美、纯净如童话般的爱情故事，常常幻想着在自己的爱情中，能多一点激情，多一点浪漫，甚至再多一点曲折。

每每想到这些，于欣欣总会轻轻地发出一声叹息，然后便是久久地沉默。

这时，许杰会若有所思地无声离开。

他原本就是个不善言辞的男生，在外人眼中他甚至是有些木讷的。

于欣欣的闺蜜们有意无意地在她面前提到，许杰似乎有点缺乏情调，那眼神流露出的同情让于欣欣有点不快。

那天下午，于欣欣下课后回到寝室里，室友告诉她有一封她的信。

那是一只普通的信封，信封里的信件很厚，拿在手里沉甸甸的。

于欣欣扫了一眼信封上的字迹，突然，心跳猛地快了起来，那熟悉的笔迹，是来自许杰的！

她飞快地打开信封，贪婪地阅读着那厚厚的信。

于欣欣的室友惊讶地发现，她眼中满是泪水，脸上却带着幸福的红晕。

那是一封后来让很多女生都羡慕不已的情书！

许杰用毛笔书写的清秀小楷，在纸上铺陈着对于欣欣的爱意，在信的最后，他白描了一幅漫画，画面上的他和她甜蜜地依偎在圆圆的月亮下。

看完信的那一刻，于欣欣坚信，她拥有了最美丽的爱情。

在这个被电脑和手机充斥生活的时代，很少有人再用“情书”这个古老却极富情调的方式来传递情感了。

当来自各种媒体的印刷字满天飞的时候，一封手写的情书，带来的感动会胜过万语千言的海誓山盟。

## <<大学四年要做的101件事>>

想象一下吧，一个爱自己的人，静静地拿起笔来，用心地把自己的深情化为一串串方块字，留在一页页纸上。

当你惊喜地打开纸，你几乎可以感觉到扑面而来的爱人的气息，那种幸福的喜悦是短信、电邮、QQ等都无法代替的。

写情书，首先要写出自己的真实情感，千万不能找人代笔。

别担心你的文笔缺乏光彩，只要你真心爱着一个人，那你的真情化成的文字肯定能感染他（她）。

无论你的情书是长还是短，无论你写下的是甜蜜还是酸楚，哪怕你写下的只是些语无伦次的痴情梦呓，那淌在笔尖下的爱，酿在纸香中的情，都一样有夺人心魄的魔力。

如果你找人捉刀代笔，或许可以哄得爱人一时的心花怒放，但当有一日纸包不住火，造假败露，那种结局肯定是难以想象的糟糕。

传递情书时，也要注意方式，尤其要注意保密。

因为恋爱是个人私密，尤其在恋爱的初期，如果过早地曝光于众人的视野，一旦爱情失败会对以后的恋爱造成不必要的负面影响。

如果你是初次写情书给一个你喜欢的人，而对他（她）是否接受你的爱情并没有多大把握，那么，写信要注意分寸，信中只能写些公开后也不会让你和对方尴尬的内容。

如果信从邮局寄出，寄信人的姓名和地址最好隐去，只在信内写明。

也可以请人转交，委托人一定是忠实可靠的，能为你保守秘密的朋友。

你还可以亲自把信交对他（她）手里，或是把信放在他（她）的书里，宿舍的枕头下，在上面注明某某亲启。

写情书最好不用铅笔或圆珠笔，那显得不够正式，太随意。

尤其不要用红色墨水写，因为在传统观念中，红笔写信是非常不礼貌的，甚至有“断交”的意思。

即使你写不了一手漂亮的字，也要尽量把字体写得端正清楚，不要潦草，还要注意标点的用法，以免发生歧义，引起误会。

03.毕业之前，告诉你喜欢的人：“我爱过你！”

自从第一次在校园圣诞夜的舞会上看见薇薇，她曼妙的舞姿和如花的笑靥，让丘比特的金箭刹那间穿透了晓磊的胸膛。

从那天起，他像蜜蜂追逐花朵一般追随着薇薇的身影。

薇薇晨练，晓磊会远远地跟在她身后；薇薇喜欢在校园的湖边看书，晓磊也捧书在湖边苦读。

薇薇太优秀了，走到哪里都有一群男生的关注，而晓磊觉得自己太平凡，薇薇的亮丽让他眩目而不敢走近，只能远远地、默默地欣赏，直到薇薇身边有了男友。

## <<大学四年要做的101件事>>

### 媒体关注与评论

父母送给孩子的教诲，同学之间互赠的友情。

大学是人生的关键阶段在这个阶段里，所有大学生都应当认真把握每一个“第一次”，让它们成为未来人生道路的基石；在这个阶段里，所有大学生也要珍惜每一个“最后一次”，不要让自己在不远的将来追悔莫及。

——李开复



## <<大学四年要做的101件事>>

### 编辑推荐

《大学四年要做的101件事》由武汉出版社出版。

真诚热烈地恋爱一次，无论结果如何；每年生日，给父母写封信，感谢他们将你带到这个世上；从第一学期开始，充分了解学校历史与名人；毕业前，写一部个人自传；每年坚持听20次讲座，获得更多的思想和知识；鼓起勇气拜见一位心中最景仰的名人；四年假期里，与同学一起回家，拜访他的父母；毕业前，跟有过节的同学说声对不起，尽释前嫌；给自己一个四年旅行计划，假期独自去旅行；尝试做几次小生意，看看自己是否有经营能力；每年去面试一次，了解职业的整体需求和对个人能力的需求……尽在《大学四年要做的101件事》！

<<大学四年要做的101件事>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>