

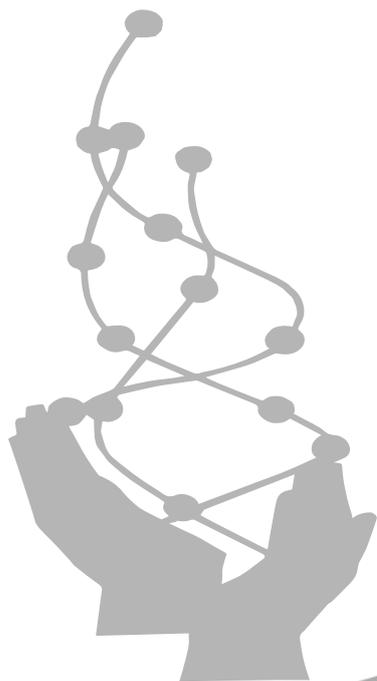


“华陆杯”北京化工大学2016年
“校园青春榜样”评选活动



“化大之星”候选人

事迹集



北京化工大学
BEIJING UNIVERSITY OF CHEMICAL TECHNOLOGY

学生工作办公室

目 录

笔尖下的青春

材料学院 材料1301 刘一君 1

风雨志愿，不改初衷——志愿奉献

化工学院 环工1403 范荆凯 3

试以慧眼观，报得贤心还

经管学院 会计1402 张慧贤 5

见微知著 心怀天下

文法学院 法实 1401 孙蔚 7

演绎楷模人生 传承奋斗精神

理学院 应化1207高俊涛 9

无奋斗，不青春

研究生院 机研1402 宋慧斌 11

勤学奋进，不忘初心

生命学院 制药1203 徐康 13

生命不息 歌唱不止

信息学院 信工1301 杨帆 15

用心为他人送去一份温暖

理学院 应化1206 令狐昌远 17

生命之花，向阳怒放

信息学院 自控1404 郭书东19

念念不忘 必有回响

文法学院 行管1302 胡宁宁21

投身志愿，奉献青春

化工学院 环实1201 阎育阳23

洋溢青春的力量——志愿

国教学院 国机1403 李锦鹏25

用情浇灌民族花，用爱连接世界情

经管学院 国贸1403 贾雅男27

责任存根，忠于国旗，荣誉励身

机电学院 机实1301 韩长坤29

铁肩勇担道义，平凡闪烁光辉

国教学院 国机1403 沈明远31

学海漫漫恒相伴，逐梦之路我为灯

材料学院 高材1304 徐子阳33

只待秋来我花发

化工学院 环工1402 郭佳星35

第二个高三，与三个梦想相遇

文法学院 法学1303 胡青青37

献身仪仗 为国争光

文法学院 社体1401 曹洋39

笔尖下的青春

材料学院 材料 1301 刘一君

【榜样概述】

他总是扛着相机活跃在学校重大事件的第一现场，为更多人讲述动人的北化故事，这里有创作北化《南山南》的深情、为募捐助力的坚定、口述老兵故事的艰辛以及率队引领首都校园媒体的豪迈。他说他的梦想就是用一支笔和一部相机，在记录青春的路上永不停歇。

【人物事迹】

刘一君，我校材料学院 2013 级学生。现任中国高校传媒联盟执行主席，首都高校传媒联盟主席，北京化工大学学生新闻中心记者团团团长。作为一名校园记者，他总是扛着相机活跃在学校重大事件的第一现场，传播优秀校园文化，传递北化正能量。

2015 年的北化校园充满着浓浓的感恩情怀，北化师生多次为罹患重病的校友爱心筹款。在得知周庆旭母亲发出的求助信息后，一君第一时间和学校自强社取得联系并组织学生新闻中心一道发起了为周庆旭生命救援的募捐活动。作为一名校媒记者的他意识到，庆旭学长此时需要的不仅仅是物质上的支持，更需要同学们精神上的鼓励。于是由他策划推出的《我不认识你，但我谢谢你——周庆旭生命救援祝福视频》迅速推出，视频通过采访周庆旭的院领导、辅导员、室友、朋友为他送去了最温馨的祝福。在上学期高校版《南山南》风靡全国之时，他策划、填词的《南山南·北化版》在考试周推出，获得好评如潮，浏览量达 70000 余次，代表了全校师生、毕业校友一场对母校的浓浓情感和感恩怀念。

多年的校园媒体实践经历，使他练就了敏锐的新闻敏感度，同时也自觉担负起了向社会讲述北化好故事的重任。他主动联系，先后成为中国青年报、中国青年网、中国教育网络电视台、教育部中国大学生在线等社会媒体的校园记者，发表传递北化正能量的新闻稿件二十余篇。并在去年底与中国青年网达成共建协议，成立了中青网校通社北化记者站，培养了一批具有新闻理想和学校荣誉感的学生记者团队。

凭借过硬的记者基本功，他先后以北化媒体代表的身份参加全国学联26大、团中央“阳光跟帖”活动启动仪式、团中央“三下乡”颁奖典礼等活动的报道工作，还作为化工大学代表受邀参加央视为期十天的《中国诗词大会》节目录制，多次与主持人董卿互动，当节目播出期间屏幕上弹出“北京化工大学刘一君”时，他心中的自豪感油然而生。

2015年12月20日，首都高校传媒联盟九届全委会在我校召开。在主席竞选环节，他与人大、华电的候选人展开激烈的角逐，最终高票当选联盟第九届主席，成为首都校媒九年以来首位非清、北、人、师新闻学专业的理工科主席。由于他亲和的为人态度和幽默的语言风格，大家都亲切的称呼他为“草根主席”，我校也首次成为中国高校传媒联盟的主席团单位。

从2013年起，他与陕西抗战老兵营合作关爱抗战老兵20余人，拍摄了大量老兵口述史资料。三年来他先后组织我校学生开展走访老兵活动5次，足迹遍布北京、商州、洛南、丹凤、富平等地。他对远征军炮兵杨德全的报道《92岁抗战老兵：回马枪干鬼子》在中国青年网首页发表，被人民网、中国网等多家社交媒体转发后，引发爱心人士的积极关注、捐款。

大家说他的身份很多，说他是在舞台上青春奔放的十佳主持、是校园里激扬文字的学生记者、是央视《中国诗词大会》的诗词达人，但是，

他觉得他就是一个普通的化大学子，化大给了他成长的沃土，所以他要把化大的故事继续用心的讲下去。

风雨志愿，不改初衷——志愿奉献

化工学院 环工 1403 范荆凯

【榜样概述】

在大学最美的年华，她把大部分的课余时间都奉献给了志愿活动，从每周三下午不变的京瑞小学支教，到每周六清晨校门口不变的志愿服务，再到每周日不变的木兰支教远行，都为她的大学生活添上了一束永不褪色的光芒。

【人物事迹】

她一直相信爱是可以传递到每个人心里的。进入大学的她，把课余时间的重心放在了从事志愿服务上，在志愿服务总队以及星愿工作室的所有志愿活动中都可以看到她的身影。160 多小时的志愿时长，50 多次的志愿经历带给了她能力的提升，无数志同道合的朋友，还有周围人的认同，并且在 2015 年被评为“优秀支教志愿者”，在 2016 年被志愿服务总队评为“优秀志愿者”。

大一一年她兼顾仁爱心栈志愿服务和京瑞小学支教，在京瑞小学，每天下午都得赶在下课后去赶公交，然后徒步二十分钟，那时正是下午三点，头顶火辣辣的太阳，她却依旧会在到达学校时开心地为孩子辅导功课，从不言苦。因为与孩子在一起时她都会感到放松，开心。

仁爱心栈志愿服务是学长学姐开辟的一个新的志愿基地，她从这个项目一开始就一直在参加，坚持每周六早上五点多起床，六点便坐上了开往地铁的公交，赶到西二旗去参加志愿服务。渐渐的，她发现当初总是说“这个活动很好，以后有时间我会再来的！”的同伴，再也看不到了他们的身影，她也就成了唯一一个坚持下来的学生。而且随着对这个活动的了解，她开始为这个活动承担大部分的任务：每周六早上六点带队去西二旗志愿服务，并且主动承担了基地内关于志愿服务的相关事宜，包括活动前期的准备，人员名单的记录，活动后期志愿服务日志的撰写等等，有时会一周两次，一周三次进行这样的流程。虽然转眼间已经过去了一年多的时光，但那些与各个年龄段朋友一起志愿服务的经历仍旧清晰。

进入大二，她依旧坚持带队参加奉粥，组织衣物募捐活动，将爱心传递到工友之家。她还带领学弟学妹开辟新的志愿基地，丰富日常志愿生活，而且为了坚持她的支教梦想，还报名参加了木兰社区一对一成长陪伴，这是一个长期的活动，持续一年，现在已经过去了大半年的时光，她一定相信自己可以坚持，为了木兰那些孩子，也为了她的支教梦。

在她自己坚持做志愿的同时，她还带着她的舍友，她的同学，甚至是同学们主动找她来组织班级志愿。那时的她是很欣慰的，因为她顺利地把学长学姐交到她手中的火炬传递了下去。现在看到她自己推荐的学弟学妹们每周坚持去那么远的地方带队，有的还是单独每周去参加这个活动，她应该也很高兴吧。

她做志愿的时间，说长不长，说短也不短，经历过诸多磨难，有赞同，有欣赏，也有不屑与批判，但她会一直前行，不改初衷。

试以慧眼观，报得贤心还

经管学院 会计 1402 张慧贤

【榜样概述】

她的事迹登上新浪教育头条，背后有初入大学加入英蓝实验室、奔波于校区间的汗水，有压力面前深夜被窝里手电筒灯光学习的坚持，还有实习期间获全程赞助赴美国游学的路程。她说追求自我的过程本就不可能一帆风顺，但她一直坚持向最好的自己靠近。

【人物事迹】

试以贤眼观，报得慧心还。她成绩优异，大一学年绩点 3.91，会计专业综合排名第一。今年 3 月，她凭着突出的事迹登上了新浪教育头条，她撰写的一篇关于学习心得的分享受到了诸多媒体的关注。荣誉的背后又有哪些不为人知的故事呢？

2015 年 5 月，她关注到英蓝实验室招募通知，于是投了精心设计的简历，没想到顺利加入了防震窗花小组。这个组其余成员都是大三大四甚至研一的学生，而她是其中最小的成员，那时她才大一。第一次接到任务是四级考试前几天，由于六月底要提交参赛作品，她考四级前夜和学姐在咖啡馆连续工作九个小时。考完四级，刚吃了几口饭就接到立刻去东区继续完成作品的通知。虽然她年龄小，相关学科知识掌握有限，但是在学姐学长的帮助下，还是顺利完成了背景简介、市场营销、风险预案等调研与书写。虽然时间紧凑而且面临众多考试，但是在她们七名成员齐心协力下，团队顺利进入了 PMC 全国高分子材料创新创业大赛决赛。小学期期间，她们团队又前往青岛橡胶谷进行进一步学习交流实践，获评北京市暑期社会实践优秀奖。

除此之外，她也是一名 ACCA 国际注册会计师学员。她不聪明，但是她深谙笨鸟先飞、勤能补拙的道理。上学期期末，考证与期末复习时间冲突，她连续数周每天自习到主教楼灯，深夜打手电筒在被窝里面继续学习，顶着考试月的复习压力，以平均每天编制八张报表的速度复习，并在期末阶段做完了 ACCA 两千多页的练习册。凭着那份坚持和毅力，她在两个月内考过财务人员综合素质、管理会计、财务

会计、公司法与商法、绩效管理和财务报表等六门考试,每一门均以高分通过,也在学校拿到了 3.99 的优秀绩点。

纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行。她从去年 4 月便开始参与花旗银行北京分行的领导力培训,暑假还参与了花旗银行的精英计划,完成了针对北京拆迁户的理财产品设计和结构性投资账户设计,并推荐了身边很多优秀的学生参与到花旗银行的实践。她还在南京银行实习了两个月,对比中外银行,她学习到了很多。寒假期间,因为表现优异,她又在公司全程赞助下,获得了美国 14 日游学的经历,极大地开阔了视野。

一年多来,她获得了北京化工大学优秀生、人民一等奖学金、领先生物农业奖学金等多项荣誉,在大一学年就以高分通过英语四六级和计算机二级考试。除此之外,她还积极参与萌芽杯大赛,并带领团队获得校级二等奖;参加双百工程学生骨干培养,作为优秀学生代表接受表彰;参加全国南风窗的《调研中国》大学生奖学金项目进入决赛。北京团市委和中央网信办也向她抛出橄榄枝,邀请她担任国家安全日的青年主讲人,向更多网友传递她身上特有的青春正能量。

追求自我的过程本身就不可能是一帆风顺的,学习的过程也从来不是轻松愉快的,但是她一直都很享受着这一切,并努力做到最好。她始终坚信,只要坚持,每天都会收获一个更加自信、更加优秀的自己。

见微知著 心怀天下

文法学院 法实 1401 孙蔚

【榜样概述】

关注时政，心怀天下，她不但敢于揭露社会桎梏，而且勇于探求解决方案；她深入探讨黑旅游问题，斗智斗勇，摸清了黑旅行团的地下利益链条。即使面对围追堵截、谎言欺瞒，她也从不借款畏难退缩。她总希望发光发热，为社会进步贡献一份微薄之力。

【人物事迹】

她叫孙蔚，是2014级法学实验班的学生。文文弱弱的小女生，最爱的却是陆游的“位卑未敢忘忧国，事定犹须待阖棺”的精神和境界。实践与奉献是她不变的追求，她希望能发光发热，为社会进步贡献一份微薄之力。

2014年，高考的硝烟仍未散尽，她便带领她的高中团队参加了由中国教育协会主办的全国中学生领导力展示会。七月北京，烈日炎炎，他们奔走街头，他们彻夜商讨，为一份翔实的调研，为相关机构的支持，为一份更加完善的解决方案。在前门、在八达岭、在一日游的黑车上、在欺诈消费者的旅游点……她和她的团队挥汗如雨，巧妙应对，在现场获得大量一手数据，与黑导游斗智斗勇，摸清了黑旅行团的地下利益链条。害怕吗？回答是肯定的。在北京火车西站，穷凶极恶的黑导游们对她的团队围追堵截，阻碍他们分发调查问卷；假冒的中国青年旅行社意图瞒天过海，行坑蒙拐骗之实；故宫门前实地调查时带队导游威胁的目光……黑导游的追堵、假旅行社的诱骗、从北京西站到故宫、旅游局烈日下的跋涉，心有后怕，却不悔初衷。凭借极强的现实意义和实践效果，这个项目获得了全国中学生领导力大赛“最佳改进公共政策奖”。

她在社会实践中收获了感动，得到了成长。从2014年7月以来，她先后带领团队实施了多项社会实践项目，其中三项获得奖励。图书馆校地共建项目，走访调查了家乡聊城的两所公立图书馆和聊城大学图书馆，探索市政、学校合作，图书馆面向社会开放的可行之

路；北京一日游骑客宰客项目，希望为游客提供一个没有欺骗和伤害的旅游选择；夕阳的微笑——临终关怀项目，让生命“走”的温暖。2015年，受到中国中学生领导力大赛组委会的邀请，她应邀参会做教练，希望能将领导力经验分享传递，将能力和社会实践相结合。为此她再次带领团队团结拼搏，举旗夺隘，经过调研、展示、创新等系列环节，以绿色、环保为主题的带队项目“垃圾当归”一举夺奖，她也获评优秀教练员。

北京化工大学作为全国的“学雷锋先进单位”，先后在全国获得过一系列荣誉。作为雷锋精神研究会北区副秘书长，她是指导老师和干事们沟通的桥梁，负责了北区纳新、食堂“交换生活”等多次活动。借助重新制定的研究会绩效考核制度，她身体力行，为雷锋精神研究会的长远发展不断努力。2016年三月，她参加“大手牵小手”联合公益爱心服务活动，以校外辅导员的身份携手北京21世纪国际小学的学生走进中国科技馆，拉开了本年度爱心公益活动的序幕。她将鲜活的雷锋精神、雷锋精神的内涵，从生活中的一滴一滴传递下来。

见微知著，大爱无形。厚德载物，自强不息。她，孙蔚，北化一名普通的学生，却力行着当代青年的使命，如一缕清风、一丝细雨，虽弱虽小，却抚慰着人们的心灵，汇入中国筑梦大潮中，将愈吹愈劲，慷慨而行。

演绎楷模人生 传承奋斗精神

理学院 应化 1207 高俊涛

【榜样概述】

一遍遍背诵台词，一次次通宵排练；从毫无表演经验的大三学生到聚光灯下万人喝彩的“侯德榜”化身，他用自己对化学的热爱，诠释了侯德榜精神的崇高内涵。宏德博学，化育天工，他通过生动的表演将化工人的气魄展现在广大师生面前。

【人物概述】

1958年，在时任国家化工部副部长侯德榜先生的倡导下，北京化工学院建校。从那时起，北京化工大学就与侯德榜结下了不解之缘。时至今日，为弘扬侯德榜先生自力更生、艰苦奋斗的高尚品质，我校有史以来第一部文献史实剧《侯德榜》诞生了。

高俊涛，作为一个福建人，一名北京化工大学应用化学专业的学生，侯德榜先生在他的心里有着难以言喻的重量。当《侯德榜》剧组招募演员的时候，他的内心无比激动，但是他没有任何表演经验，甚至肢体动作都不甚协调。然而结果却出乎他的意料：他凭借数年的朗诵基础从所有人中脱颖而出。剧组敲定让他试试男一号的角色，然而这一试就到了谢幕。

排练伊始，一切都是在保密的情况下进行的，他总需要找各种借口推掉一件件事情去做同学们不理解的秘密活动。在剧本还未完全定稿的那段时间是最艰辛的——对历史不熟悉，对人物性格不熟悉，对表演技巧不熟悉，这一切的一切都犹如侯德榜先生研究制碱时困难的翻版，连珠似的困难使人不禁怀疑：他能成功吗，他做这些值得吗？

走出与历史相似的困境，定然要有与历史相似的决心。他始终坚信：有志者事竟成，这个作品凝聚了全校的智慧和希望，演出的效果对学校发展有着深远影响。他通过一切可能的渠道去了解侯德榜先生的生平，体悟侯先生的性格，身体力行侯先生精神。渐渐地，侯德榜融入了他的生活，他变得更加沉稳，更愿意沉下心来研究剧本和表演技巧。作为一名应用化学专业的学生，他有着相异于其他传统剧作者

对化学的认识和见解，而这无疑是他得天独厚的优势。因此，剧本慢慢被雕琢成型，而原本那些晦涩的化学知识也变得明朗起来。

宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。不鸣则已，一鸣惊人；不飞则已，一飞冲天。《侯德榜》的首演，万人空巷，北京化工大学侯德榜工程师学院也在谭天伟校长和侯德榜长孙侯盛铨老先生的揭牌下成立。他们的付出得到了在场所有人的认可，人民日报、光明日报、中国教育报等知名媒体争相报道和转载当日盛况。从此，侯德榜精神与北京化工大学成为了两个密不可分的关键词，登上了教育部的官方网站，成为国内众多高校的学习楷模。

然而，侯德榜精神的传播尚未停止。在首轮演出后，他们踏上了远演的道路，他用自身愈发娴熟的表现，将侯德榜精神带到了北京化工大学北校区、北京理工大学、中国科学院大学、洛阳石化等地，最终在“大学生戏剧节”中杀出重围，在中央戏剧学院的舞台上完美落幕，让全中国高校认识到侯德榜精神，北京化工大学精神！

走下舞台，褪去了聚光灯的光环，一切的鲜花与掌声都渐渐消逝。他很高兴能够做一个普通的学生，能够将侯德榜精神用于自己的学业和工作中。今年，早早拿到 offer 的他即将以优异的成绩从母校毕业，投身社会。但他仍心系母校，为学弟学妹们在学习和找工作的问题答疑解惑，用自己的切身行动来传播侯德榜精神，来传承化工大学教会他的一切。

现在回首这些，《侯德榜》可谓是他在东校区生活的全部。他说，每当演出到最后，“北京化工学院成立”的字幕出现时，他便为自己是一名化工大学的学生感到无比的自豪。化工巨擘，永世楷模，能够用自己的方式去对老前辈表以敬意，为自己的母校做出贡献，是他最大的荣光。

无奋斗，不青春

研究生院 机研 1402 宋慧斌

【榜样概述】

从本科生到研究生，她不忘初心、专心学术，连年拔得头筹。近六载时光，她学以致用，醉心科研，力求不断创新。在横向课题中，她接触企业，实践理论。在纵向课题中，她开拓视野，追踪前沿。三次国奖、一次特奖，见证了她的奋斗的身姿。

【人物概述】

她是朋友眼中的“学霸”，勤奋刻苦，理论扎实。学习成绩连年排名专业第一，曾三次获得“国家奖学金”。她也是同学眼中“科研达人”，学以致用，醉心科研。在国家级比赛中获奖，参与横向和纵向课题研究，并发表多篇科研成果。她就是——宋慧斌。

一纸本科阶段优秀的答卷，她被保送至高金吉院士的诊疗与自愈工程研究中心，师从王维民教授攻读硕士，主要从事叶片振动相关研究。研究生阶段，她延续了本科期间的一贯传统，稳坐专业第一宝座。同时，她也积极投身于横向纵向课题研究之中。在横向课题中，她接触企业，实践理论。在纵向课题中，她开拓视野，追踪前沿。为了保证实验进度，她经常因为科研工作忘记了吃饭。为了攻坚克难，她熬上无数个夜晚只为从上百篇文献中寻找答案。为了寻找最佳方法，她仔细推敲验算、不断优化方案。在科研中有编程的需要，她就自学 Fortran 和 Matlab；实验操作不熟练，她就抓住一切机会动手操作。如今，无论是软件编程，还是仿真模拟，亦或是实验操作，她都能得心应手。我们都知道科研的道路并不会一帆风顺，但经过汗水浸润的她，始终能看到远方的曙光。短短一年多的时间里，她在《风机技术》、《北京化工大学学报》、“第十一届全国振动理论及应用学术会议”和“ASME Turbo Expo 2016 会议”上累计发表收录四篇文章，并荣获过“2015 年第二届中国国际风机学术会议”优秀论文奖。

研究生期间的收获离不开本科阶段的积累。说起她与科研的渊源，要追溯到大二时的一次竞赛。虽然当时各门专业课的成绩已经接近满

分，但是她丝毫没有感到骄傲，一直向往着理论和实践的完美结合。从一开始的组建科研团队、联系指导教师、探讨科研方案，到最后递交“第四届全国大学生过程装备实践与创新大赛”的报名表。她像尼采一样，有着无限的能量。但当拿到参赛题目《宇宙飞船快开机构的设计》时，她也感到了相当的挑战和责任。绝不服输，迎难而上，她给团队成员鼓舞士气。凭着严谨专业的指导和刻苦勤勉的态度，她们历时3个月，最终在全国122个团队中脱颖而出斩获三等奖。她难忘于方案设计中的苦苦探索和作品提交前的通宵达旦，初尝科研的乐趣激发了她对学习和科研的热忱。

大四时，她得到国家留学基金委的全额资助，并在学校的推荐下到法国进行了半年的学术访问。她专心沉醉于先进的实验设备，积极参与学术交流，丰富科研知识。从一开始的手足无措，到实验室报告会中的侃侃而谈，再到全英文版毕业论文的完美呈现。她用自己的行动得到了国外导师的认可和称赞。

艰难困苦，玉汝于成，她一直在科研的路上。在她眼中，大学是追逐梦想的地方，唯有用拼搏致青春才能无悔。大学是学习的黄金时代，唯有努力奋斗才能赢得漂亮。于她而言，学习和科研并不是那么枯燥无味，她愿意和大家一起聊聊科研人的青春时代。

勤学奋进，不忘初心

生命学院 制药 1203 徐康

【榜样概述】

为了解决专业上的一道难题，一袋面包，两杯牛奶变成了她熬夜攻坚的标准口粮。流利的英文汇报、赴美交流学习的背后是她从荷花池畔到紫藤长廊多年的坚持。沉浸于科研中一丝不苟的她同时拿下清华、北大和复旦的三个 offer。虽没有卓绝的天赋，但勤奋与拼搏为桨，让她高梦越来越近。

【人物事迹】

她是一个爱笑的人，她坚信，功夫不负有心人。生活中，她用笑容向身边的同学们传递正能量。学习上，她勤学奋进，连续两年斩获国奖。科研路上，她更是全神贯注，奋发向上，连续在国际期刊发表文章，她的名字叫作徐康。

入学之初，她并非是同学眼中的“学霸”，但是在大二，这个她认为给了自己无数惊喜的车头，她逐渐崭露头角，直至独占鳌头。国奖答辩舞台上的她，谈笑风生，赢得了全体评委的认可，但是简单话语的背后，是她无数日夜的辛勤付出。大三以后，专业课程多而难，专业知识广而深，这却激发了她对专业的热爱之情。她投入更多的时间与精力到专业学习之中，教室与图书馆成为了她每天奋斗的地方。为了解决专业上的一道难题，她常常几天熬夜攻坚，一袋面包，两杯牛奶变成了她的标准口粮。大一就高分通过六级的她仍然每天继续坚持早起晨读，从北区的荷花池畔到东区的紫藤长廊，都有她奋斗的身影。几年间，她从未间断对英语的学习。专业课上流利的英文汇报不仅让在座的同学瞠目结舌，更是获得了任课教授的赞许。从人民奖学金到社会专项奖学金，再到国家奖学金，是她勤学奋进路上的缩影，更是对她努力拼搏的肯定。

她总说，科学研究总是具有它独特的魅力，会令自己情不自禁投身其中。几年来，她以团队带头人身份参加“萌芽杯”、“大学生科技创新基金”以及“挑战杯”竞赛，并参加了学院的本硕博培养计

划。在接受了不同科研训练后，她确定了自己的科研方向——药理学，而后便主动向导师申请学习细胞实验，并获得全院本硕博实验的第一名。除此之外，她还被选入“拓航计划”，获得飞往美国加州交流学习、拓宽视野、增长见识的机会，为她规划未来提供了新的可能；辉瑞制药的实习经历，让她坚定了要继续深造的决心；扎实的基本功和出色的语言表达能力使她从夏令营中脱颖而出，同时拿到了清华、北大和复旦大学的 offer。最终，她选择直博，师从清华大学医学院王钊教授。“竞争激烈，时间紧迫，压力大”是她现在对清华大学求学的印象。她说她更忙了，每天要四点多起床，赶最早一班公交到清华，晚上坐最末一班公交回学校，现在恨不得一天的时间可以完成两天的工作。这一年，通过不懈的努力，她接连在 ONCOLOGY LETTERS 及 BIOL. PHARM. BULL 发表了两篇文章，交出了一份满意的答卷。

学习和科研之外，她还是一个多面手。北京化工大学“青春抒怀中国梦”演讲比赛一等奖、“我和我的辅导员”演讲比赛一等奖、军训标兵是她在其余舞台上绽放的光彩。她还热心公益，身为志愿者团团长的她，一直坚守在振华小学支教和北京人与动物科普中心志愿的第一线。她带队奔赴河南汝州班庄小学的支教团用汗水和努力获得了北京化工大学社会实践金奖以及首都大学生社会实践优秀成果奖。

在精英锻造计划培训班的毕业典礼上，作为第九届学员的她收到了一份别样的毕业礼物——刻有她座右铭的印章：比你聪明的人和你一样努力时，你就输了。出自贫困家庭的她，虽没有卓绝的天赋，但依靠自己的勤奋与拼搏书写了精彩的大学四年生涯。与北区同学的“拓航计划”交流会上，她把这种精神传递给了学弟学妹，希望自己内心的正能量能够感染更多同学。

她正是我们的青春榜样——徐康。

生命不息 歌唱不止

信息学院 信工 1301 杨帆

【榜样概述】

旋律响起，梦想就不会渺茫。虽然曾遭受质疑和淘汰，但最终她还是用实力赢得了大家的肯定。从网易云音乐校园歌手大赛到最美和声，她一次次地把北化的旋律撒播到社会，用歌声诠释梦想的力量。她的故事可以唱成一首歌。或者，写成一首诗，字里行间都流露着90后的拼搏与倔强。

【人物事迹】

她于96年11月出生。每天看起来嘻嘻哈哈的她却有着一个坚定不移的梦想——歌唱。父亲是警察、母亲是医生，没有音乐血统的她意外地拥有动听的嗓音。她就是杨帆，来自信工1301班。

她酷爱歌唱，从高中起就开始参加一些演唱比赛，进入大学后她积极参加校园十佳歌手大赛，凭借非凡的实力她迅速成为校园歌星。她曾在2014年于中山音乐堂举办的新年音乐会上担任校合唱团表演歌曲《Rolling in the deep》的主唱，而且多次在学校的院周晚会、元旦、毕业晚会演唱，深受师生们的喜爱。她还作为“青春榜样大讲堂”的主讲人，在北功厅与学弟学妹们分享自己的故事，鼓励他们坚持梦想。但其实，她追求梦想的故事也并非那么一帆风顺。

她曾给很多知名的节目投递 demo，但结果却总是不尽人意。梦想的花蕾含苞迟迟不肯绽放，也使这个十八岁的大女孩徘徊纠结，怀疑自己是不是不该做梦，不应该这么执着。可每次看到街头艺人们自由地唱着自己的歌，每次想到唱歌时自己的那种幸福，她就又会燃起心里的小火苗。

直到大二的秋天，她迎来了转机。她代表北京化工大学报名参加了网易云音乐全国校园歌手大赛。赛前她被告知因人数过多无法参赛，不服输的她在比赛当天到现场向导演请求一首歌的机会证明自己，结果打动了现场所有人，成功获得参赛机会，并一直挺入北京五强。虽然在华北赛区面临被淘汰，她逆势奋起，积极发动北化师生投

票实现复活。一路跌宕，一路心酸，她最终夺得了大赛的亚军。这也是北京化工大学第一次在全国性的歌手大赛上留下荣耀一笔。她让所有的人看到了她的执着，看到了她的实力。犹记得决赛当晚尚雯婕老师听完她演唱的《listen》之后说的那句话：“我难以相信，作为一个大学生歌手台风竟如此稳健，英文歌唱的比我都好，不能不投票支持。”

这个比赛可以说是一个转折点。这个爱唱歌、不服输的大女孩渐渐被大家所熟识。之后杨帆在学校的大力支持下，在昌平校区举办了自己人生中的首场演唱会，现场人气爆棚，不少同学提前半小时到场还是没能得到座位。随后她又在东校区举办了由校团委“my house my show”和网易云音乐合办的“我的态度”专场弹唱会，获得了很好口碑。后来她还受邀在三里屯世茂商场举办了自我的歌友会。那段时间她很满足很幸福，她觉得自己在一步步向梦想靠近。

尽管置身于理工科的校园中，她因音乐却拥有了不一样的世界。现在的她依然天天歌唱，天天阳光灿烂。2016年初，她受邀与宋冬野等音乐人一起担任了网易云音乐第二届歌手大赛启动仪式的演唱嘉宾；她独自创作的歌曲在小咖秀声音库得到了近两万人的关注；她翻唱的北化版《南山南》也曾一度风靡北化校园，获得近八万的点击量，好评如潮；2月份她又接到了中国好声音2016导演组的电话……

实现梦想的道路似乎总是布满荆棘，但只要坚持，起起落落的荆棘中也永远会伴随着欢笑和鲜花。杨帆最喜欢的英语歌词就是“what doesn't kill you make you stronger”。因为热爱所以坚持不放弃，因为热爱所以坚强不畏惧。这个乐观开朗的大女孩，会一直追逐下去。相信她会看到梦想绽放！

用心为他人送去一份温暖

理学院 应化1206 令狐昌远

【榜样概述】

令狐昌远，一个敬老爱老的年轻人。假期里，他经常到村里的空巢老人家中陪他们说话，为他们排忧解难；活动中，他全程陪伴在身患残疾的老人身旁，贴心服务又不计回报，他不愧五星级志愿者及“北京市孝星”的称号。将敬老孝亲作为一项承诺用心践行。

【人物概述】

“老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼”，令狐昌远认为孝敬老人，不仅仅是在家要孝敬老人，在外也是同样地要敬老、爱老、助老。他是一个来自贵州山区的男孩，父母身体不好，家里还有一个弟弟需要抚养照顾，学费缴纳全靠国家助学贷款的支持，属于国家精准扶贫家庭。然而贫困的是外表，他的灵魂却是富裕的，他积极参加公益活动，奉献爱心，他用一颗赤诚的心去帮助孤寡老人。他获得过由北京市志愿服务联合会评选的五星级志愿者，以及由北京市人民政府颁发的“2015年度北京市孝星”荣誉称号。

在他的老家，由于年轻人都外出务工，在家的多为空巢老人。有一次寒假回家，他去看望村里的令大爷，令大爷拉着他的手说：“娃儿呀，还有你来陪我说说话，崽们都在外打工，没得人来管我咯，电热毯都坏了有好久了，晚上睡觉凉冰冰的，前一段时间还冻感冒了，到镇上去看病花了不少钱啊……”，他随即跑了大半个村子借来各种工具检修电热毯。他发现电热毯的开关坏了，村里没有替换的开关，他走了好几里地去镇上买开关，总算在天黑前赶回了村里，他将开关换好确认电热毯电路没有问题，才擦擦额头的汗对大爷说：“爷爷，电热毯给你修好咯，您放心用，我过完正月十五才回学校上课，今天太晚了，你先休息，明天我再来陪你，以后都可以经常来陪你。”令大爷拉着他手：“好娃儿，你有这个心，我老汉已经很高兴了，年纪越来越大，身体越来越不行了，幸好有你，不然这个冬天怕是不好扛过去。”之后的一个假期里，他经常去空巢老人们

的家里串门，陪他们说话，帮他们干活。

自上大学以来他一直坚持着敬老助老，始终如一。那是在 2015 年冬天，他参加了一次由北京市志愿服务联合会举办的培训，他和一位年近七旬的残疾老人邓爷爷在同一个房间。培训期间，由于老人行走不便，而往返于上课、用餐和住宿，上下楼梯比较多，培训期间，他一直陪在老人身边，陪老人一起上课、吃饭，搀扶老人上下楼梯，每天晚上都会将老人送回房间后陪老人聊天解闷，帮助老人完成洗漱，待老人休息后，他才悄悄洗漱休息。结束返程时，老人担心自己无法领取物资，他主动把自己的物资给了老人，并帮老人把东西送回家，从六环外到二环内，一路上他都在想办法让老人开心，送到家后老人留他在家吃饭，而他谢绝了老人的好意，他说这是他应该做的。到现在他还和老人保持联系，尽自己的努力在生活中帮助老人。

正能量是会传染的。他用他的行动感染着周围的人，在他的带动下，越来越多的朋友和同学发自心底地去关心自己的亲人、帮助身边的孤寡老人。敬老孝亲，令狐昌远将用自己的一生去践行他的承诺。

生命之花，向阳怒放

信息学院 自控 1404 郭书东

【榜样概述】

面对父亲体力不支、母亲身患疾病，生活与课业的双重压力下，他毅然担负起家庭的重任。从未停止过兼职工作，每份工作的认真对待，工作后获得的认可和奖励，记录了他汗水浸染的青春。每每想到自己遥远的家，他便整顿衣襟，再次满怀斗志，向着远方前行。

【人物事迹】

他，温文尔雅，面庞上总是洋溢着向上的笑容；他，勤奋用功，书本上总是布满了认真的笔记；他，独立自主，工作中总是充斥着匆忙的脚步；他来自新疆维吾尔自治区，一个美丽而又遥远的地方。纵使生活变化无常，他却总是用乐观自强跨过一个又一个人生的栅栏。他就是来自自控 1404 班的郭书东。

他来自偏远的西北。从高中升入大学，这对他意味着打开了一扇通往繁华都市的机会之门。面对生活负担和学业繁重的双重压力，他有过迷茫，有过感伤。但每每目送着夕阳，他就想到自己遥远的家。整顿衣襟，再次满怀斗志，向着远方前行。

他出生在一个四口之家，父亲坚忍、母亲坚强。父亲每日以装卸货物为生，眼看着体力一天不如一天。每每遇到困难，他总会想起年过半百的父亲，他便在心中暗自鼓气。母亲在劳作中，不慎跌落，导致臂骨骨折，在医院的审查中，又不慎发现患有子宫肌瘤。由于骨折以及贫血、低血糖，导致母亲不能及时做子宫肌瘤方面的手术，一直住院。纵使一个个不幸的消息涌入到他的家中，他并没有怨天尤人，反倒是脚踏实地。高中时他使用自己的努力，获得了每月 270 元的学习奖金补助，用以补贴家用。

他从高三毕业后的暑假开始，就踏上了兼职的道路。高三暑假，他作为一名恒大冰泉的销售，顶着烈日，在路口促销，只为那一瓶水的提成。大一寒假，他担任一名手机促销员，从早上 10 点到晚上 7 点，他几乎不吃一口饭，只喝很少的水，他说，这样他才能有最多的

顾客。大一上学期，他会在本应休息的周末，早起去市里做着发传单
的兼职。大一暑假，他成为了 vivo 手机团队中的一员。大二开学初，
他担任 China Daily 报社的发行员，为了出色的完成这项工作，他不
知爬了多少楼层，受过多少冷眼，可是他却一直坚持着。大二，十一
国庆期间，他于中塔大中电器卖场中担任着伊莱克斯冰箱及 Beko 冰
箱的促销员，虽是短工，但凭借他认真、踏实的工作态度，他得到了
销售主管的认可。大二寒假，由于销售业绩出色，他成为了 vivo 的
每周之星。受益于学校的助学政策，他申请了勤工岗位，兢兢业业地
“工作”着。因而获得了“岗位之星”称号。对于他来说，寒假或是
暑假，他只是换了另一个地方“学习”。新年于他而言，就是白天为
家奋斗，晚上与家人团聚的一段充满幸福的时间。

进入大学快有两年了，这两年对于他来说，是忙碌而又幸福的日子。
平日里，不论考试，还是上课，他总是很认真。他知道生活的艰
辛，但也明确学生的使命——学习。目前为止，他已经通过了英语四、
六级，代表本专业参加了外研社杯英语全校演讲比赛，并连续两学期
获得奖学金。

“命运无情，人间有情！”这句话他一直铭记心中。他总是用一
颗善良、积极的心去对待身边的事与人。帮助他人，让爱源远流长。
太阳村农场、圣学图书馆、暴雨春画、昌平档案馆、长陵学校支教等
志愿活动他都参与其中！他说：人的一生，需要秉持一颗感恩的心。
也正是参与到了这些志愿活动中，他获得了一种全新的体验、一种不
同的幸福感、一种真情互换的成就感。

仰望星空，留下的是对梦想的向往，脚踏实地，更多的是为多彩
的未来而奋斗！他不断地让自己的青春迸发着正能量！因为他坚信：
人生之灿烂，在于生命之倔强。

念念不忘 必有回响

文法学院 行管 1302 胡宁宁

【榜样概述】

2次假期、6个偏远地区、29位抗战老兵、4910公里……在这场漫长的跋涉中，她走出象牙塔，深入乡野，寻访抗战老兵的生存现状；她躬身实践，书写着一个21岁女孩对大千世界的敬畏与爱意。

【人物事迹】

2015年9月3日的天安门广场阅兵仪式威严盛大，当人们在家中看着电视、刷着朋友圈，赞叹祖国的繁荣富强时，一个女孩在陕西和一群有着特殊身份的老人也在共同见证这场盛事。她的名字叫胡宁宁。

从2015年6月份关注抗战老兵这个特殊群体以来，她与陕西的偏远地区就结下了不解之缘。9月的陕西暑气未消，历经数十个小时的旅程，乘火车、换地铁、挤大巴、坐面包车，一行人在山里一路颠簸终于抵达了目的地。9月3日，她在大唐芙蓉园和15位抗战老兵一起观看了阅兵仪式。

每每提及这次经历，她总是不禁为之动容。她说，你很难想象到，15位耄耋之龄的老人，在将近三个小时的观礼过程中一直坚持着举起右手，极其艰难地行军礼的场面。那时整个礼堂鸦雀无声，所有人热泪盈眶，对老兵们肃然起敬。

采访杨德全老人时，谈及抗日战争的往事，杨老用沙哑的嗓音缓慢地告诉她：“自己认识的兄弟一个个被流弹射中，倒在我身后。但剩下活着的，没人回头看一眼，心里知道只能往前冲。”老人的眼睛是干涸的，语调平和淡漠，而她却红了眼眶。她仿佛看到了那曾经鲜活地存在于历史中与自己年纪相仿的生命为了民族的自由与解放而献出宝贵生命的勇士们。

短短的7天里，她改变了很多，追寻老兵足迹的决心愈发坚定。今年2月，辞旧迎新的喜悦尚未退去，她又匆匆背上行囊来到陕西。5天，14位抗战老兵的走访，14段刻骨铭心的故事，让她更加懂得，

“爱国”两字是怎样一种融入血脉的信仰。与此同时，她也感受到老兵们令人担忧的生存现状。为了让更多的人了解抗战老兵，让社会更加关注这一群体的福利保障，她结合专业特点以《抗战老兵生存现状及优抚政策的调查研究》为课题参加大学生创新创业大赛，并成为校级重点项目。

除了走访抗战老兵，在学习与生活中她都践行着青春的理想与信念。她是行政管理 1302 班班长，耐心处理同学间的琐事，任劳任怨；她是北京化工大学学生会人力资源部部长，从纳新工作到绩效考核都高效完成，受到老师和同学的一致好评；她还是北化 JA 校园团队的项目经理，从组建团队、联系老师再到招募学员、课程反馈全程把关，不出一丝纰漏；她还代表学校参加 2014 年 APEC 文艺演出的表演，为祖国纵情歌唱。

“念念不忘，必有回响”，作为一名共产党员，总是要有原则，坚守本心，不图回报。她希望自己是一扇窗，通过不懈努力能够让更多的大学生走出校园，勇于实践，体会大千世界未知的惊喜。

投身志愿，奉献青春

化工学院 环实 1201 阎育阳

【榜样概述】

从上百人的大型活动，到重量级的体育赛事，抑或是对农民工子女的课后辅导，她都全心全意地投身志愿，奉献青春。她是世锦赛志愿服务的负责人，也即将远赴内蒙为那里的孩子带去知识；660小时的志愿服务时长，她用责任与奉献唱响新一代大学生的乐章。

【人物事迹】

她是志愿服务总队的副秘书长，大学的四年时光里，她几乎将全部的课余时间投身于志愿服务领域。无论是上百人的大型活动，重量级的体育赛事，抑或是对农民工子女的课后辅导、社区公益，她都全心全意地投身志愿，奉献青春，践行着当代青年大学生的责任使命。她，就是化工学院的阎育阳。

2015年4月底，她被确定为我校世锦赛志愿服务的学生负责人。

5月份，她接收到了组委会的志愿者招募通知，在临近期末考试几乎满课程的大三末，她利用一切闲暇时间进行志愿者招募工作，有时甚至牺牲掉自己的上课时间和睡眠时间。从发布消息，到宣传活动，紧接着组织面试、统计信息，这一系列的招募工作她都事无巨细地确认，即使在考试周她也未曾怠慢了志愿服务工作。

7月底刚刚结束科学营志愿服务工作回到家中，她就收到了世锦赛组委会开见面会的通知，于是在家仅呆了不到一周便又在8月初，匆匆返京。

负责人碰头会，安保部门分工明细、岗位安排，服装尺码、后勤保障，提前熟悉场地和岗位分布，这一项项工作她都独当一面。

每天早上六点半在学校门口集合，作为负责人，她更是提前半小时就到达指定地点。世锦赛期间，大部分志愿者实行AB班轮岗制度，而她却几乎一刻不得闲，早晨到达国家体育场鸟巢后，她先带领轮岗志愿者进入对应岗位，而后再集合休息的志愿者去分发早餐。安保岗位的志愿者，是世锦赛顺利进行的第一道屏障，我校志愿者承担了责

宾包厢和全部岗位。阎育阳作为高校负责人，每天不仅要巡查岗位，关心每一个志愿者的工作状况，身体是否吃得消，岗位安排是否需要调整，还要负责每天对安保部门的工作汇报，对组委会的对接协调，新闻稿的撰写发布。每次吃饭她都是最后一个，确保我校志愿者每一位都能吃饱，甚至有时把自己的那份先给其他志愿者。有时遇到明星到来，或是重要赛事，她更是提心吊胆地关注着每一位志愿者工作情况。她时刻把志愿者的安全和利益放在第一位，从不抱怨，从不叫苦。每天结束志愿服务回到学校都十点多，甚至更晚，她先为每一位志愿者发放酸奶和水果，再匆忙赶去洗澡，深夜的校园，总看她最晚一个去洗澡，又拖着疲惫的身体回宿舍。然而这样忙碌的一天也并没有结束，深夜她还要整理每天的工作情况和资料进行汇报。整整九天，她与所有志愿者都过着“晨兴理荒秽，带月荷锄归”的生活。

我校世锦赛志愿者最终交出了完美的答卷，得到了兄弟院校和组委会的一致好评和认可，也无愧于“新鸟巢一代”的称呼。身边人总惊叹她这样一个小女生内心蕴含的正能量，她对志愿工作的热忱、认真、专注的态度，她坚强乐观的性格，就像一颗小太阳，时刻温暖着身边的人。

据不完全统计，阎育阳的志愿服务时长累计约650小时，是全校历年同学中志愿服务时长最长的志愿者之一，开发坦克博物馆志愿服务基地，与政法大学合作“未来的风景”明信片义卖活动，农业嘉年华，第十二届中国国际合唱节，体育技能大赛，京瑞小学支教，她的身影出现在各领域的公益志愿服务中。

在今后的一年，阎育阳作为北京化工大学第二届研究生支教团成员，将在本科毕业之后赴北京化工大学定点扶贫单位内蒙古自治区通辽市科尔沁左翼中旗进行一年的支教工作，继续挥洒热情，奉献青春。

洋溢青春的力量——志愿

国教学院 国机 1403 李锦鹏

【榜样概述】

积极投身志愿服务，他往返科技馆几十次却从未抱怨；沉着应对紧急事件，他帮助走失孩子重返母亲怀抱。他是优秀志愿者，是水立方出色的一员，更是“新鸟巢”一代的一部分。无论是清晨破晓，还是夜深昏暗，有志愿的地方，就有他的身影。

【人物事迹】

2014年的夏天，带着刚入学的悸动，他加入到志愿服务总队并成为外联组的一员。一年半中，他一直积极参与到各类志愿服务中，始终秉承着“奉献，友爱，互助，进步”的志愿精神，他，就是国教学院的李锦鹏。

从成为志愿服务总队的一员开始，中国科技馆便成为他生活中不可或缺的一部分。当他第一次踏入科技馆时，看着身边小到几个月，大至十几岁的儿童和青年，回想起曾经的自己，那个充满阳光，活力的少年的身影再次浮现在眼前。在几十次的志愿活动中，总会有令他记忆犹新的时刻。记得有一次他在引导小朋友排队的时候，一位神情焦虑的母亲找到了他，并告诉他，她找不到自己的孩子，希望能得到帮助。当时是中午十一二点，在其他人都去轮流吃饭的时候，面对这位十分焦急的母亲，他毫不犹豫地接下了这个艰巨的任务。在详细了解了孩子的基本体征后，他首先做的就是安抚这位焦急的母亲，使她平静下来，并引导她到附近的休息区休息。然后他找来吃完饭的同伴替自己坚守岗位，并通知了科技馆的负责老师大致说明了情况后，马上积极地投入到找人的行动中。在硕大的科技馆场馆内找一个四五岁的小孩子谈何容易，忍着饥饿，他从一楼找到四楼，再从四楼筛查到一楼，来来回回三四趟，经过他的不懈努力，终于在一楼的一个角落里找到了那个孩子并把他带回母亲身边。这时时间已经是下午一点半，员工食堂已经结束供餐。不过他并没有抱怨，只是简单对老师说了一句：“没关系，我挺得住。”然后只见他快步走向自己的岗位和搭档换

班，又继续投入到紧张的志愿工作中。

在众多志愿活动中，最令他难忘的便是在世锦赛中担任志愿者的经历。两周的时间，作为安保部的一员，他每天起早贪黑，经常在岗位上一站就是两三个小时，每到饭点还会为大家搬饭，发饭；晚上还会组织大家排队，离场。在这样的高强度工作下，他保证自己坚守的岗位从未出现任何闪失。他积极的服务态度和高质量的服务指引，为国内外观众带去了方便同时也给他们留下了深刻的记忆。

功夫不负有心人，在无数的辛苦付出过后，他获得了诸多校内外志愿者荣誉，2015 年校级十佳基地负责人；科技馆优秀志愿者；永立方优秀志愿者，Easin 优秀志愿者……然而这些荣誉并未让他骄傲，反而让他更加热心于志愿公益活动。

一年半的时间里，他参与的国内外志愿总时长超过 400 小时，国内外赛事活动达到数十场，服务人员上千人次。他用自己的志愿行动向所有人展示着青春的力量。一年以后的他将远赴美国完成学业，当问及他是否会继续投身志愿时，他坚定地回答说：“当然。”

用情浇灌民族花，用爱连接世界情

经管学院 团宣 1403 贾雅男

【榜样概述】

两年来，她与100多名北化留学生结缘，对于他们的请求，她尽心尽力、不厌其烦。点滴的陪伴、一次又一次中外文化活动的策划组织。用情浇灌民族花，用爱连接世界情，她一直在传承民族文化和促进国际交流的道路上努力着。

【人物事迹】

以博爱照亮北化，用热情传递温暖。淳朴善良的山西小姐，在能书会画的父亲与能歌善舞的母亲的影响下，在传统文化与现代教育的碰撞下，逐渐培养了一颗热爱文化交流的心。

初入北化，她对之前很少接触的少数民族同学和留学生们充满好奇。作为团支书，她通过帮助班里的留学生彩虹，发现身边有很多来自不同民族不同国家的同学需要帮助，“你好，我叫贾雅男，有什么我能帮助你的吗？”便成了她的口头禅。找书、选课、教汉语，欢歌、齐舞、共运动，作为解说翻译带他们一起游长城、逛孔庙、参观国家博物馆，她与留学生的身影总是交织在一起，定格了一段段美好的回忆。

记得有次在留学生公寓给留学生朋友做中国菜，她发现尽管留学生们在中国已经生活了一段时间，但在语言沟通、文化理解、课业学习及日常生活上都有很多困难。看到面对实验报告纸连汉字都写得歪歪扭扭的留学生艾若水，看到拿着商务汉语书却一头雾水的科迪，她开始尽她所能教他们认生词、练汉字、中英文结合地解释概念，并拉着自己的小伙伴加入留学生语言帮扶队伍。每周三次、每次数小时，坚持下来就是三个学期。

为了与更多的人一起帮助更多的留学生，贾雅男加入了SICA学生国际交流协会。“Jarvis经常帮助我们，在我心里，Jarvis最棒！”卡桑达说起他的朋友贾雅男，总是特别开心。两年来，她与100多名留学生结缘。她是大海和马克的中外一对一志愿者；带领艾若水、卡

桑达等作为留学生部长融入 SICA 大家庭；教阿楠做 PPT；和彩虹、科迪一起做中国菜；与盖博璐、李明成为运动伙伴；和德尤思、马里奥、穆莎、比尼尔一起唱歌跳舞……精心准备礼物与留学生欢度节日，为他们庆祝生日，关怀于日常点滴，行动于平日陪伴。

点滴陪伴外，她在学校文化交流活动中发挥着不可或缺的作用。中外一对一、中外青年说、国际文化展、社团文化节、留学生中秋联谊会、与留学生一起暑期实践、“Say Hi to me”系列活动……她总是在文化交流的地方发光发热。

她很喜欢《世界青年说》节目中中各国留学生用中文进行“文化交流大战”。在她提议下，北化“中外青年说”系列活动应运而生。她策划选题、邀请留学生、宣传推送……她是中国学生代表，也是主持人。因为她，中外学生打破隔阂畅所欲言。也正因为她，国际文化周期间 5 个活动、内容涵盖 50 余个国家风土文化的微信推送、70 多版海报以及展区全景设计才得以完美地展现。

不仅如此，作为经管学院学生会分管民族事务部的副主席，她还用心帮助少数民族学生，悉心学习民族知识，与各民族学生们交流，帮助解决少数民族学生在学习生活中的困难。

为了更好地让各民族文化发扬，在组织民族文化节和“民族之花”活动中，她和民族事务部继承传统，加以创新，与留学生、与外校更深入地合作交流。每一个环节她都精益求精：寒风中，她身着单薄的朝鲜裙主持，让民族文化节精彩地呈现在各族师生面前。在她的努力下，民族之花优秀少数民族学生评选活动和古尔邦节活动也获得全校各族同学的关注和认可。在她的努力下，首次实现了学院民族学生跨校同的交流，进一步实现了民族文化的传播，民族文化节也受到了大学生杂志社的报道。

世界是民族的，民族是世界的。她在民族文化和国际文化的世界中穿梭牵线，用情浇灌民族花，用爱连接世界情。而她，永不止步，继续前行。

责任存根，忠于国旗，荣誉随身

机电学院 机实 1301 韩长坤

【榜样概述】

从一名普通的国旗护卫队队员成长为我校第一位北京高校国旗仪仗队最佳“带队队长”。国旗那重于生命的鲜红色总能唤起他内心的炽热。他刀顶沙袋、肩加负重，训练量远超常人，只为引领 2013 级国旗护卫队登顶荣誉之巅，为化大争光，为国旗争辉！

【人物事迹】

他是韩长坤，北京化工大学 2013 级国旗护卫队刀手和带队队长，同学们都喜欢称他为“刀哥”！

他崇敬国旗，渴望有一天也能向天安门国旗护卫队队员们那样，用自己的坚持与磨砺，守卫着鲜艳的国旗，向国旗敬礼！十七天八达岭的封闭性军事训练，拔高、拔高、再拔高！别人在休息，他仍在坚持训练，只为能胜任一名国旗护卫队的“刀手”。从被选拔出的那一刻起，他更加严格地要求自己，别的队员加 3kg 的沙袋，他加 6kg 的重量，再加 1kg 的沙袋放于刀尖，把每一个动作练到极致。十七天的“魔鬼式”训练，他足足瘦了 10 斤。喉咙喊破了，用嘶哑的喉咙接着喊，只为升旗仪式时那简短而又嘹亮的口令。为了心中的梦想，他付出了其他队员所不能承受的疼痛和更多的汗水，虽然半月板疼痛加剧，他丝毫没有退缩。在第五、第六届北京高校国旗仪仗队检阅式、开学典礼、军训团结业仪式、运动会等重大升旗活动上，他做到了零失误，高标准完成了任务。

他是唯一一名连续两次参加北京化工大学军训团结业仪式、两次北京高校国旗仪仗队检阅式的“刀手”！在与 23 所北京高校的国旗仪仗队检阅式比赛中，经过激烈的角逐，他带领 13 级北京化工大学国旗护卫队队员，再一次获得了“北京高校国旗仪仗队检阅式一等奖”。他在 23 所北京高校的国旗仪仗队带队队长单独比赛中，经过层层选拔最终脱颖而出，荣获首个北京市高校国旗仪仗队检阅式最佳“带队队长”称号。作为训练选拔的负责人，他恪尽职守只为国旗护卫队

能够选拔出合格的国旗卫士，为国旗护卫队，注入新的血液。只因这是国旗护卫队的一种精神、一种传承。

作为一名党员，他担任团支部书记一职。他始终以团结同学，服务班集体为宗旨。人心齐，泰山移，经过一班“机实人”的不懈努力，班级整体成绩提升明显，GPA 大于等于 3.0 人数占班级总人数 85%，“大创”参与率达到 100%。在帮助大家进步的同时，他没有放松自己的学业，专业综合排名第一是他严于律己的明证。作为一名国旗护卫队队员，他始终铭记“责任、忠诚、荣誉”的队训，他始终相信，国旗，不仅是革命先辈精神的传承，更是祖国赋予的崇高信仰！

铁肩担道义，平凡闪烁光辉

国教学院 国机 1403 沈明远

【榜样概述】

深赴大山走访贵州的经历使他想起儿时的经历，面对着和他遭遇相似的孩子，他一次次寄去书籍文具，拨去问候的电话并下定决心资助一个孩子完成学业。浩瀚宇宙，星漫远山，纵然光点无数，可他说自己只是最普通的那颗，尽自己所能发出耀眼光芒！

【人物事迹】

他叫沈明远，没有什么惊人的“壮举”，只是做工作从不吝惜气力。他以“铁肩担道义”五字时刻勉励自己，当需要有人挺身而出时，你一定能看到他的身影。热心、负责是老师同学们对他的一致评价。只要有需要，他决不推辞，并力求完美。更难得的是他真真正正做到了将集体荣誉视为个人荣誉去努力争取，将为他人付出当做自己的事，事事以身作则。

2015年暑期，沈明远作为队长与雷锋精神研究会的师生一同奔赴贵州山区进行实地调研。正是在那里，他与大山里的孩子们结下了不解之缘。在贵州走访贫困儿童期间，他看着那些孩子脏兮兮的小脸，一下子想起了小时候认识的一个捡食其他孩子丢弃的、未吃完的零食的小男孩。小时无能为力只能埋在心底的情绪一下爆发出来，他当即下定决心，要尽自己全力去改善这些孩子们的情况。在贵州接下来的日子，他尽可能的去与更多的孩子们接触，更详细地了解孩子和他们的家庭情况。尽管山区方言难懂、尽管孩子们内向腼腆，但他却始终耐心地和孩子们讲故事、聊梦想，直到看着沉默的孩子开心地笑出声来，那时他心里说不出有多开心。回到北京之后，他把孩子的家庭、生活、性格情况整理成了厚厚的一沓材料，并强烈要求参与到走出黔山系列活动的推进工作中，并最终成为了活动的学生负责人。

从参与前期准备工作至今已一年有余，他从未间断与贵州方面的联系。从贵州回来他仍十分关心孩子们的学习生活情况，并不时寄去一些书籍文具给走访中发现的最为贫困的几个孩子。如今募捐活动即

将全面开始，他表示除了尽心组织好募捐之外，还会独立资助一个孩子，并在今年暑假再次走进大山，带孩子到省会贵阳走走，看看山外的世界。

他是雷锋精神研究会团支部书记兼副会长。从大一加入雷锋精神研究会至今，以奉献精神，“钉子”精神，“螺丝钉”精神为代表的雷锋精神已经一点点渗透到他的骨子里，渗透到他的工作中。作为北京 21 世纪小学雷锋班的课外指导员，他始终致力于一些让孩子们真正有所得的事。在雷锋月，他积极协助我校与 21 世纪小共同举办的“大手拉小手”活动，组织孩子们参观科技馆并一同进行志愿服务。

在学院里，沈明远是国际教育学院第一届学生会主席团成员，传媒工作室顾问。大一起，他便毅然挑起了建立学院的微信平台及网站的重担。在学院老师的支持下，北京化工大学国际教育学院微信平台从无到有，到目前已经有六千余人关注。在班里，他是团支部书记，通过一年多的班团建设工作，他所带领的国机 1403 班已经先后获得了北京市优秀班集体，北京化工大学红旗班集体，北京化工大学优秀团组织等荣誉称号，是我校突出的班团组织之一。

除了在学生工作方面的表现优秀，沈明远在其他方面同样起到带头作用。实习工作，他积极参与。目前，他已经在 3 家单位实习 40 余个全日制工作日，其中包括一家全球五百强公司；献血，他积极参与，不足 20 岁的他已献血 5 次，其中包括四个单位血小板以及纯血 1200ml，达到了同龄人献血量和献血频率的最高值；志愿，他积极参与。除了自己参与志愿活动外，他还带领全班同学共同参加志愿活动，个人志愿累计时长 180 余小时。

“我就是一个普普通通的大学生，不说兼济天下的豪言壮语，但也不想仅仅独善其身。平时的学习工作中既要有‘三人行必有我师焉’的谦逊，也应该有‘舍我其谁’的勇气与自信。做人，应当‘有所为’。”沈明远如是说。

学海漫漫恒相伴，逐梦之路我为灯

材料学院 高材 1304 徐子阳

【榜样概述】

对于科研，他怀揣一颗谦卑求索之心，理论知识缺乏时，他便加大马力阅读文献，跟在老师、学长后面主动探讨。对于同学，他执着地用自己微不足道的力量感染身边的每一个人，设计组织“学霸小组计划”，坚持为班上同学答疑、串讲、整理资料，追求卓越、无私奉献。

【人物事迹】

“学如弓弩，才如箭镞。”2013年，从踏进北京化工大学起，他便将学习视作自己的一种追求、一份责任。三年多的化大生活中，他始终保持着高涨的学习热情和踏实严谨的学习态度，努力丰富自己的知识，追寻心中的梦想。他常说：“探求知识的道路从来都不是康庄大道，拥有毅力与坚持才能到达光辉的终点。”因此，他试着去培养自己坐冷板凳的能力，努力做到“静心、尽力”。从一开始的焦躁难忍，到如今的淡定从容，10小时的高效率学习早已成为了他每天的必修课。对他而言，图书馆是另一个家，即便是周末，图书馆中也少不了他专注的身影——也许是复习整理所学的知识，抑或是摊开一本感兴趣的书，读上一整天不觉疲倦。“千淘万漉虽辛苦，吹尽狂沙始到金”，连续五个学期，他的GPA都在4.0以上，平均GPA高达4.10，排名专业第一。连续两年荣获国家奖学金，人民一等奖学金等荣誉，他用自己的行动践行着天道酬勤的真理。

对于科研，他一直怀揣着一颗谦卑求索的心。大二时，他报名参加学校萌芽杯竞赛，跟随吴一弦老师的课题组进行稀土催化剂的研究。理论知识的缺乏，令他总是在被老师问问题时倍感尴尬。为了改变这样的窘境，他慢慢学着去搜索，一有机会便找老师、学长探讨。经过一年的努力，他最终发现以2,4,6-三甲基氮杂环卡宾钨配合物为主催化剂、 $AlCl_3$ 为副催化剂的二元催化体系对异戊二烯有着良好的催化性能，圆满完成了课题研究。来到东区，有了更多接触实验室和老师的机会，他便立即组织同学加入大学生创新创业计划。经过与队友

的探讨，他负责申请的项目《新型钒系催化剂催化合成乙丙橡胶》顺利通过层层选拔被评为校级项目。

《荀子·劝学》有云：“蓬生麻中，不扶而直；白沙在涅，与之俱黑。”因此，他竭力用自己微小的力量去感染身边的每一个人。

第一学期考试过后，班级中出现了明显的两极分化现象，有几位同学甚至面临着留级的危险，这令作为班委的他心急如焚。经过近一周的反复思考，他首先提出了“学霸小组计划”并担任负责人。“在学习上我们需要形成一个整体，互相监督，共同进步。”他说，“高材四班绝不会抛弃任何一名成员，大学四年我们必须一起走！”每周一，他都早早来到教务处门口，排队等候着租借一周活动所需的场地。周末，他顾不上上一周学习的疲惫，积极地组织各个小组负责人讨论周计划，分析各自小组的学习情况并对知识讲解方式进行交流和改进。各学霸小组负责人每周带领组员开展2-3次自习，同时定期组织集体答疑，并坚持每周整理学习资料，以便于在期中期末考试前进行复习串讲。计划刚开始执行的那几天，不少的同学都觉得太累，一下子没法接受，几乎每天都有人提出退出的要求。尽管铺天盖地都是消极的情绪，但他仍一遍遍鼓励他们道：“别人比我们有才华，那我们就比他们更努力，几天的奋斗不可能让我们的成绩突飞猛进，但唯有坚持者最终能到达光辉的顶点。”与此同时，他也不断地搜集意见，对计划进行修改、完善，以便实施过程更为顺利。

在他的带领下，班级中GPA>3.0的同学达到17人，平均成绩多学期位列专业第一，两学年总计获奖学金达39人次，荣获了北京市先进班集体等一系列荣誉。在国家奖学金答辩的舞台上，他饱含深情的说道：“我感到很庆幸，能够与这样一群志同道合的朋友，在追逐梦想的路上携手共进，不再孤单！”

“不忘初心，方得始终”，他始终牢记着初入北化时，胸中怀有的那一颗赤子之心。学海漫漫，那一股不服输、不甘心的韧劲，鞭策着他发奋努力，追求卓越；那一份不抛弃、不放弃的信念，激励着他无私奉献，坚定扛起班级齐成长、共腾飞的责任；那一份紧连祖国命运的志向，鼓舞着他肩负起为中华之崛起而奋斗的使命。

只待秋来我花发

化工学院 环工 1402 郭佳星

【榜样概述】

一年半的大学生活，她从未向家里要过生活费，甚至常常贴补家用。可谁都不曾想到家境贫困、每一笔钱都得来之不易的她却总是想着帮助别人，定期为贫困地区孩子、为照顾流浪动物的老人捐款，家境的贫寒不代表精神的困顿，她用自尊赢取尊重，始终奋斗在青春路上。

【人物事迹】

刚迈入大学，她便干起了餐馆小时工的兼职，别的同学在点外卖，她在打包快餐；别的同学在饭店吃饭，她在点菜送餐打扫卫生；别的同学出去玩，她却累倒在床上起不来。同时，她还加入勤工助学中心自强社，通过参加各种公益活动帮助贫困地区的孩子们，用自己的微薄之力竭尽所能，期待着家穷志不穷的孩子能够拥有更广阔的天地。

发传单、填问卷、做教程、登记信息、做课程记录、当销售……她的兼职经历一点点增多，阅历也不断丰富，大学过去了一年半，靠着学校的助学金和累计三万多元的工资，她从未向家里要过钱，用自己兼职攒下的钱购置了电脑和手机，甚至时不时贴补家用。

她做过的兼职不胜枚举，同学们也渐渐知道了这样一个时常奔波于学业与兼职中的女孩，慢慢地，总有同学来请她帮助介绍兼职，而她也总是慷慨地把自己做过的靠谱兼职推荐给同学，让他们也能体验到靠自己赚钱的快乐。

她身上最可贵品质的并非自立自强，而是能够与此同时热心地帮助他人，在奉献中努力散发青春的光和热。自强社的爱心包裹活动，她积极参加，每周末都会走上街头进行募捐，每隔一段时间就用自己省下来的钱捐赠包裹，为贫困地区的孩子们送去一份祝福。在听说良乡有位爷爷收养了许多流浪猫、流浪狗之后，她立刻决定去帮忙，用周末时间组织了同学一起去做义工，在那里，她亲眼看到了一百多只狗，四五十只猫，全靠爷爷一人借助外界慈善人士的帮助养着，从此她常常为爷爷捐款，为那些小动物略尽心意。

家境的贫寒不代表精神的困顿，她的心中有一团火，为自己也为别人燃烧。饱含着对世界的感恩，对生命的敬畏，她始终奋斗在青春路上，用自尊赢取尊重，用自己的爱心回报别人的爱心，自立自强是她永恒的信念和追求，她坚信，每一个人都可以用自己的劳动收获成长的快乐。

第二个高三，与三个梦想相遇

文法学院 法学 1303 胡青青

【榜样概述】

一个答疑老师的称谓，让她结识了三个叛逆的高三男孩，一次次的疏导、答疑，传授学识外还有对年轻梦想清晰的规划和一同的努力，收到录取消息时的相拥而泣是四个心灵温暖的交织，奉献的岁月在她青涩的车轮里打磨出一种博爱与情怀。

【人物事迹】

6月9日17:00那一刻，“考试结束，请考生立即停笔……”，高三，欢笑和泪水承载着像她一样的很多人无法复制的青春。

故事的开始是她来到北京的第一年，努力争取之下，她和昌平三校的同学参加了京伯教育机构答疑老师的面试。选择学生的时候，除了初中班，她下了很大的决心去辅导三个最叛逆的高三生。成为了一名答疑老师。

最初的时候，没人理会她，有的只是讥讽和讽刺。但是，她主动去问，主动去讲，不愿放弃。那段时间，她干脆当起了心理疏导老师，从爱好，到学习，渐渐聊起他们的压力和梦想。磨合期的痛苦，她一个人挺了过来。他们开始叫她一声“胡老师”了。

有一个男孩叫小陈，和她有着相同的爱好——播音主持。她就帮他把目标定为四川传媒大学，有针对性地帮他练习播音和文化课，费尽心思地找到自己学播音的同学传授经验。学校的晚会只要她主持，她都会叫上小陈一起观看。小张功底较差，她就从基础开始帮他抓起，古诗词，政史地，数学公式，一个都不放过，她们一起把目标定在了北京。另一位男孩，恩远，近一年的相处中，他决定跟随她的脚步，将目标定为法学专业。不知不觉之间，他竟然对男孩们产生了如此巨大的影响力，她觉得她在唤醒他们的潜力和梦想。这个时候他们愿意叫她一声“青青姐”，称呼的变换也拉近了四个同龄人心的距离。

后来，他们终于都如愿以偿。小陈成功的进入了四川传媒播音主持专业，恩远去了苏州科技大学的法学系，小张留在了北京师范大学，

收到录取消息的那一刻，几个人约出来小聚，相拥而泣，她更是哭的不能自己，心里满是复杂的情感，如同自己经历了第二个高三，却远比自己的高三来的疯狂、来的感动。

之后，她就带动自己的舍友一起去当答疑老师，甚至于政法和石油大学的同学知道她的事情之后也纷纷来应聘。那一段时间她觉得自己的人生因为他们三个有了很大的转变。如今，她们仍然联系，假期闲暇时，他们就会聚餐聊天，谁都不会忘记那一年最单纯的情意。

她坚信在爱与奉献中度过的青春才算最美的年华。入学伊始，她就参加了十佳主持比赛，获得十佳主持亚军的殊荣。学校大大小小的晚会，她总是愿意用自己的主持特长为大家服务。秉持着“全心全意为同学服务”的宗旨，她加入学生会，在舞台幕后和小伙伴们为大家策划一场又一场视听盛宴。2015年，她进入雷锋精神研究会，成功竞选秘书长一职，深入学习和弘扬雷锋精神。志愿活动中总有她的身影，她相信无论是“公益爱心行动之走出黔山”还是“大手拉小手”项目，她都会竭尽全力将爱心传递。

同时，她始终以严格的标准要求自己，每学年获得的奖学金，是对她刻苦认真的最大肯定。在朝阳区人民法院实践的一个月里，她用不曾间断的微笑将爱与奉献带给那里的每个人。她擅长辩论，“文轩杯”亚军，“最佳辩手”荣誉称号都是对她的认可。值得一提的是，2015年北京市大学生模拟法庭大赛，她代表学校出征，一个月日日夜夜的努力和准备，她终于和队友打败了外交学院和北京工商大学，拿下来之不易的北京市二等奖和最佳书状奖。

她是一个来自大美新疆的女孩，承袭了新疆民族的性格，处处散发着青春的活力。她热情开朗，活泼外向。她的朋友们亲切的称呼她为“小太阳”。她叫胡青青，来自文法学院法学1303班，她热情温暖，她甘于奉献，她说爱笑的女孩运气不会太差，所以上天优待她，让她拥有那么多动人的故事可以向我们娓娓道来。

献身仪仗 为国争光

文法学院 社体 1401 曹洋

【榜样概述】

戎中军旅，铿锵玫瑰。执行国家最高规格的司礼任务，面对各国元首政要，聚焦世界目光，她就是我国首批仪仗女兵之一——曹洋。参加9·3阅兵，完成仪仗司礼任务20余次，她用使命与忠诚书写着自己的军旅人生。

【人物事迹】

从小热爱体育的曹洋，一直向往着军营中的生活，她羡慕英姿飒爽的女兵，梦想着自己有一天可以成为一名特种部队的女兵，练就一身技能，保家卫国，为人民服务。

2013年9月，经过严格的体检、政审，她终于拿到了期待已久的入伍通知书，实现了自己的军旅梦。

最初，她在27军防空旅做一名话务女兵。虽然每天的主要工作只是单调乏味的背记号码，离她想象的女兵生活相距甚远，但是毕竟实现了她从戎的梦想，即使两年的军旅生涯都要在小小的机房度过也无憾了。然而，命运却突然出现了转折，在新兵下连两个月后，单位收到了军区要挑选仪仗女兵的通知，身高符合要求的她第一个报了名，并且顺利地通过了面试选拔。

2014年2月，她被选调到了中国人民解放军陆海空三军仪仗队，成为一名光荣的仪仗女兵。来到仪仗队的第一天，“献身仪仗，为国争光”这八个大字就映她眼前，使命用信念托举，投身仪仗事业就要有执着的坚守。仪仗重于生命、事业高于青春。她在心里也暗暗下了决心：要么不来，来了就要全力以赴，做到最好。要为家人争光，要为母校争光！

2015年6月，她又一次荣幸地被选入纪念中国抗日战争暨世界反法西斯胜利70周年阅兵任务。凭借自身过硬的军事素质，她通过了层层选拔，进入最终的阅兵方阵中。北京的盛夏，酷暑难耐，她不分昼夜地用汗水丈量荣誉的长度。短短的98米，128步，整整3

个月，每天12小时，风雨不顾的队列训练，正步丈量、慢步、齐步、连贯正步、踩乐、分列式、从南走到北的1823米的2号跑道……最终，9月3日那天，她出色地完成了任务，并被阅兵联合指挥部评为“阅兵训练标兵”。她回忆说当她结束阅兵队伍走到一个小胡同里，两边都是挥舞着国旗的市民，大声喊着“中国女兵最棒”时，眼泪再也不能止住，那一刻感觉三个月的坚持全都是值得的。

除此之外，她先后完成仪仗司礼任务20余起，其中包括上海亚信峰会、海南博鳌论坛、北京APEC会议等重大任务。作为部队里的班长，带班期间，她一直尽心尽责，所在班级有6人参加阅兵，4人参加俄罗斯军乐节任务。2015年4月，她成为了一名光荣的共产党员，同年被授予“优秀士兵”的称号。有人问她，“把青春最美好的两年献给部队，你没有后悔过吗？”她坚定地说：“一次受阅，一生光荣，值得。”

如今回到学校的她，同样有着退伍不褪色的精神，继续把军人的良好作风发扬光大。戎马三秋暖，抵御一世寒。两年的军旅生涯打造了她，让她对未来的学习工作和生活充满了信心。“雄关漫道真如铁，而今迈步从头越”，她会从零开始，高标准、高质量地完成大学学业，为更好报效祖国积聚更大的能量。