



温州大学
WENZHOU UNIVERSITY

蘇步青

求學問是
敢為人先

王蒙題



第九届自强之星风采录

自强之星项目由阿联酋温州同乡会资助

励志青春 自强人生

温州大学

WENZHOU UNIVERSITY

温州大学学生处
二〇一九年四月

情系家乡 爱心助学

阿联酋温州同乡会温州大学助学基金简介

“阿联酋温州同乡会温州大学助学基金”设立于2010年，旨在促进家乡教育事业的发展，奖励和资助家庭经济困难的优秀大学生顺利完成学业，同时为社会培养更多更优秀的人才。每年捐赠人民币伍万元整，资助10名温州大学“自强之星”。

阿联酋温州同乡会总部位于阿联酋迪拜酋长国，是阿联酋主要的华人华侨社团之一，目前共有330家企业，1200多名会员，分布在阿联酋七个不同酋长国，以从事服装、鞋贸、纺织品、建材、五金、灯具、低压电器、汽摩配件等贸易为主。社团以“弘扬中华文化，凝聚同乡情谊”为宗旨，致力促进中阿两国经贸、文化、体育交流。

从2010年开始，温州大学每年开展“自强之星”评选活动，一批又一批脱颖而出的自强之星，展现了大学生勇于面对困难、敢于承担责任、努力成长成才的良好形象，在广大学生中树立了先进典型。

至今，已评选出九届自强之星，他们都有自强自立、奋发成才的感人故事，都是一本耐读的好书，蕴含着说不尽的精彩。

“阿联酋温州同乡会温州大学助学基金”的设立和“温州大学自强之星”的评选，挖掘了学生中的可贵榜样，为众多的温大学子构建了精神的家园，让更多困难的有志学子拥有了拼搏的动力，帮助他们在梦想之路上越走越远，越走越好！

GS

目录 | Contents

父亲言语如惊雷，自强人生常相伴

——记人文学院2015级中文专业的常霞

从不抱怨，不停奔跑的“阿甘”

——记生环学院2017级环境科学专业的单天赏

越努力，越幸运

——记人文学院2016级广告专业的雷宇攀

走出自卑，让生命遇见自由的光

——记法政学院2017级法学专业的马锐

不畏困难，用奋斗诠释青春

——记瓯江学院2016级电子信息工程专业的裘鹏宇

逆境翻盘，向阳而生

——记化材学院2016级应用化学专业的卫瑶瑶

勇于索取，敢于不得

——记法政学院2017级法学专业的吴欣怡

生命旅途中的一场温柔提醒

——记美术学院2016级美术学师范专业的张蕾

生命不息，奋斗不止

——记体育学院2016级体育教育专业的张笑飞

不“漂亮”女孩，也可以活得“漂亮”

——记机电工程学院2016级工业工程专业的钟柳艳

父亲言语如惊雷 自强人生常相伴



——记温州大学
第九届自强之星常霞

她家庭困难，为国家认定城镇低保户。但在父亲的榜样示范下，她吾日自省并以自强精神克服重重困难：勤奋努力学习，积极参与实践，热心公益活动，获得多项殊荣；日常开支以奖学金、国家贷款、勤工助学工资为来源，她为贴补家用外出兼职，从事过数份工作。

四年来，六点钟，雷打不动；四年来，零伸手，自力更生；四年来，千磨练，终成自强人。

■ 个人简介

常霞，女，汉族，共青团员，人文学院15中本1班。曾任超豪学区自强社副部长，超豪学区勤工部长。

学习上，她成绩优异，多次获得校奖学金、国家励志奖学金、“三好学生”荣誉称号等。工作上，她担任学生干部，能有效组织并建设性地完成目标任务。曾担任优秀社会实践队骨干成员、温州大学“优秀理事”、超豪学区勤工总负责人及自强社副社长职位，帮助困难学生解决工作上的难题。生活里，她性格阳光，颇多雅好，爱好绘画、摄影、写作等，曾获全国书法网络大赛三等奖、全国青年摄影大赛优秀奖、全国大学生文学作品大赛三等奖等荣誉。

老师评价其温婉而洒脱，专注有定力，生活平和又充实。

■ 座右铭

智用于众人之所不能知，而能用于众人之所不能，潜谋于无形，常胜于不争不费。

■ 父亲一言：你们一定要争口气！

她生于困难的家庭，家中姐妹二人，父亲常年以做苦力维持生计，如今腰肩疼痛，身体欠佳。

在她和姐姐入学的年龄，家中却因经济窘迫而无法出钱，姐妹二人的入学一拖再拖。在那段日子里，她的父亲卯足了劲儿，到处干苦力活：今天独自去搬家，冰箱扛到十八楼；明天接活去拉货，一排就是一晚上……他总是很晚回家，满脸疲惫；他总是全身上下，满是泥土；他总是一碰枕头，呼呼入睡。终于，学费凑到了，学也能上了。在路上，父亲语重心长地对女儿们说：“你们一定要争一口气！”

后来回忆往事时，她经常感慨道：这学太难上，这钱来得太不容易！

■ 父亲二言：你一人要好好拼搏！

她终于考上大学了！在收到录取通知书后，她的父亲说什么也要送女儿来温上学。

在给女儿安置好一切后，父亲连夜就坐火车要离开。在目送着父亲的背影久久伫立时，握着的手机屏幕突然亮了，屏幕跳出一则信息：霞，从此你要一个人奋斗了。

她的眼眶红了一圈，握紧拳头发誓：这四年，一定要奋斗出个模样。

四年来，六点钟，她雷打不动，每天早起去看书。她明白，时间太宝贵。当她抽出更多时间去赚钱，只有起得更早，才能和大家拥有同等的时间去学习。还好，勤能补拙，她获得了种种荣誉，得到了种种训练。今年，她将以校优秀毕业生的身份走出温州大学。

四年来，零伸手，她自力更生，细数工作千万种。从话务员到服务员，从推销人员都家教老师……每一份工作都给她经历，让她成长。尤其是在超豪学区担任勤工总负责人时，她帮助学区上百的同学解决勤工问题，工作量不下百，工作直至深夜。

成绩、薪水都是自强的礼物，更重要的是，自强教她不要妄自菲薄，要正视自身的力量。

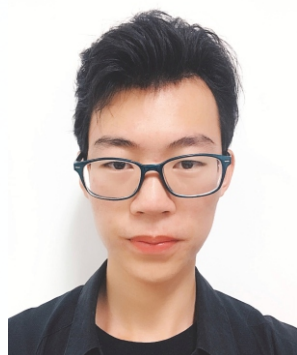
■ 父亲三言：我不懂，但我支持你！

她还需努力，她还需深造。

在此次考研备战中，她的父亲虽不懂什么知识，但却给予女儿无限的鼓励。每当女儿焦虑不安时，他都会提起的一句话是：“我不懂，但我支持你！”这话听起来心酸又温暖，还将陪伴着她走向更遥远的未来。

从不抱怨 不停奔跑的“阿甘”

——记温州大学
第九届自强之星单天赏



面对家庭的困顿，内心的不安，他却说：“没有什么事情值得抱怨。”他乐观地面对生活中的种种苦难，用自己的实际行动去解决困难。厚积薄发，天道酬勤，他不停“奔跑”着，追寻着自己的美好明天。他就是来自温州大学生命与环境科学学院2017级环境科学专业的单天赏。

■ 个人简介

单天赏，男，入党积极分子，生环学院17环境科学专业学生，曾任生环学院班级班长。他曾荣获国家励志奖学金、校一等奖学金、校三好学生、校三好学生标兵候选、院三好学生标兵等荣誉及校优秀学生干部、部门之星等称号，大一已通过CET-4、CET-6；他注重全面发展，积极参与各类竞赛，截至目前共获得国家级三项、省级一项、市级五项，下至院级共四十余项；他目前作为三个项目的负责人以及两个项目的核心成员，正积极准备各项竞赛；他现任温州市文达清源水环境公益中心办公室主任，热心公益，乐于助人。文达清源创新创业团队事迹曾被人民日报点名，获省互联网+金奖。

■ 座右铭

没有什么事情值得抱怨。

■ 梦想起航

单天赏，出生自一个普通的农村家庭，爸妈以务农为主，年收入不高。爷爷现在已经不在了，奶奶现在患有眼疾，一只眼睛已经失明，每天都需要服用药物。年幼时，他已明白家庭微薄的收入难以维持生活开支。每当爸妈带他去超市买点小玩具小零食时，他总会委婉地拒绝。他觉得自己也能为家里做些力所能及的事情。

年龄稍大些，他便随爸妈一起到田地中帮忙。他从早干到晚，从东跑到西，只求爸妈能够早些休息。勾苗、插秧等，他样样精通。他是爸妈身边的好帮手。爸爸曾告诉他：“你要好好学习，这样将来才能够有出息。”他便牢记在心，怀着梦想，不断砥砺前行。

■ 奋力奔跑

还记得在小学二年级的一日早晨，老师突然把他喊出班级。他心惊胆颤地来到班级门外，却被老师抱起，亲了一下脸颊。从小学到高中，每年他都会得到荣誉证书，并多次成为班级三好学生标兵。高二曾考取年级第二，获得奖学金800元。高三班级排名稳定，获得了西北农林大学的奖学金和县三好学生荣誉证书。高中毕业时，他荣获校优秀班干和优秀毕业生荣誉称号。在老师的鼓励和帮助下，从小学到大学，他都去申请了贫困生，从而能够用助学金来帮助家庭。他几乎从未参加过补习班，因为他知道，通过自主学习，能够将知识掌握得更加牢固，同时也能够为家庭节省开支。

他从小体弱多病，因咳嗽，一星期都难以恢复。直到高中，他便下定决心，坚持跑步，锻炼身体。每天早上上学和晚上放学，他都采用跑步的方式。他身体虽瘦，但很健康，直到现在几乎再也没有生过病。高二曾获得校运动会3000米第二，大学曾获得校运动会5000m第八。当别人艳羡他所取得的成就时，只有他自己最清楚荣誉背后所付出的种种艰辛和汗水。

上了大学，他不忘父母的教诲，苦心学习，大一取得了班级综测第一，智育第二的好成绩。大一下学期，他曾参加丝绸之路新加坡站的面试，最终有幸获得资格。大二上学期末，为提高自己的学习效率，便在考试前一个月每天睡在自习室。有人说他傻，但他心里明白：“只有尽最大努力去学习，才对得起自己。”学习之余他通过勤工助学和兼职来赚取一定的薪水来补贴家用。他曾说：“能够为家庭做些力所能及的事情，是他一辈子的幸福。”大一他是温州市文达清源水环境公益中心干事、温州大学超越网办公室干事、学院学生会学术科研中心干事，同时也是17生环3班的班长，大二则担任温州市文达清源水环境公益中心办公室主任、校新闻联合会成员、学院学生会权益部部长。不管担任任何种职务，他都尽职尽责，大一下学期初荣获温州大学优秀学生干部称号。班级曾两次荣获校优秀团日活动。因文达清源团队曾为屿北古村的污水处理做出了一些力所能及的贡献，团队事迹被人民日报点名。

“都说世界很大，我想去看看。”他用他的手机镜头去记录下生活中的点点滴滴。其摄影作品曾获第三届青年摄影大赛优秀作品奖以及校摄影赛一等奖。他作为文达清源代表参与过温州电视台节目录制，参加过2018年浙江省环保社会组织研讨会和2018年中华环保联合会全国年会。这既开阔了他的眼界，也让他明白了如何才能更好地认识并解决当今存在的种种环境问题。大一暑假，他作为校品牌清源实践队队长，率领30位成员前往永嘉县和苍南县开展实践活动，真正地去了解农村的环境问题。实践结束后，他被评选为温州市新青年下乡优秀实践个人，实践队被评为市优秀团队，实践基地被评为市优秀实践基地。

单天赏，他用自己的实际行动，不断“奔跑”着。不同的生活经历，教会他要更加努力。他深知：只有厚积，才能薄发；人活于世，天道酬勤。

■ 憧憬未来

光阴似箭，日月如梭，大二上学期已经过去，但以后的路还很长远。单天赏说，他的大学总是被身边的朋友贴上“傻”和“拼”的标签。很多人问他，这般辛苦到底值不值得。他笑道，与其听我讲述，不如自己去亲身体会这其中的乐趣。以梦为马，未来可期，这中途的辛酸苦楚都将是悦耳的音符。

人生路还很漫长，坚持本身就是最宝贵的财富。

越努力 越幸运



——记温州大学
第九届自强之星雷宇攀

星光不问赶路人，时间不负有心人。总有一些成功，背后需要付出不知多少倍的努力与汗水。但是生活的磨难从未将她打倒，而且让她明白越努力越幸运。没有足够的幸运，就先足够的努力。别人的成功羡慕不来，唯有自己的努力，才能不负众望！她就是来自人文学院16广告班的雷宇攀。

■ 个人简介

雷宇攀，女，共青团员，来自温州大学人文学院16广告班，获得两次国家励志奖学金，多次班级奖学金和“三好学生”的称号，在校期间担任一年的乒乓球协会会长，班级副班长，超豪学区勤工助学负责人。荣获浙江省大广赛文案组优秀奖，温州市双云杯乒乓球赛女子团体第二，第四十届校运会乒乓球赛女子双打第二，风采大赛院优秀奖等等荣誉。

■ 座右铭

不念过往，不畏将来

■ 付出总会有回报

她，来自山西省吕梁市贫困县，父母均为农民，家中三个孩子，只能靠着父亲微薄的收入上学，生活。从小就经历过两次手术的她明白，家中已负债累累，很多喜欢的东西只能靠自己努力去获得。虽然家中贫瘠，但是父母却一直重视三个孩子的学习教育，他们坚信教育可以改变命运，坚信只要努力就会有所回报。小的时候，她从来不知

道父亲在工地上干活有多累，只是夏天回来看到父亲背上都是一层皮一层皮的往下掉，她不知道冬天骑摩托车有多冷，只知道父亲回来双手要在热水里泡很久才能拿起筷子吃饭。她也不知道没钱看病是多么的痛苦和无奈，只知道爷爷手术，全家人到处筹钱借钱的无力感。生活虽然过得很努力，但是也幸运的收获了很多，父母用自己的双手将三个孩子培养成两个大学生，一个中国人民解放军，成为了全村人羡慕的对象。

■ 努力在前，幸运在后

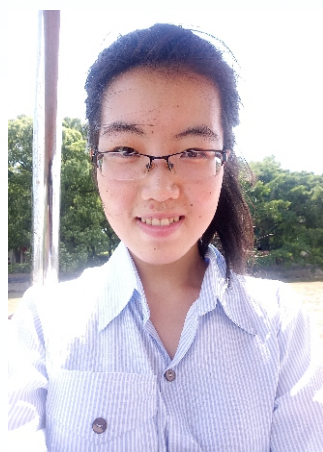
努力和好运要分先来后到的，永远是努力在前，幸运在后。她一直以来都是一个很急躁的人，面对繁杂的事务总是会手忙脚乱，不知所措。但是大学的这三年里，忙碌的小组学习，让她学会了合作的重要性。担任班级副班长，让她与老师同学的关系更加亲密。担任超豪学区勤工助学负责人，让她对工作更加负责，有经验。担任乒乓球协会会长，让她变得更加脚踏实地。积极参与各种比赛，让她收获了更多的成就与技能。日常的兼职家教，让她减轻了父母的负担。

过去的努力，让她收获了一个幸运的现在，可以干很多自己喜欢的事情，也取得了相对满意的成绩。

■ 不后悔的选择

如果有一次重新选择的机会，她还是会选择现在的生活，现在的家庭。家人让她足以信赖，生活的磨练让她更加坚强。她相信，还年轻，就来得及努力，越努力越幸运。

走出自卑 让生命遇见自由的光



——记温州大学
第九届自强之星马锐

即使是最贫瘠的土壤也会开出最美的花，而她就是那朵狂野生长、自由怒放的花。即使脱胎于远比一般土壤更为贫瘠的土地，即使可以获得的养分比别的田野更加微乎其微，但是凭借着不服输的一股毅力，她就是那么突兀的开放了，成为了那片土地上突兀却美好的一抹颜色。她就是来自法政学院法学17级的马锐。

■ 个人简介

马锐，温州大学法政学院法学17级学生。在校期间担任班长、温州大学超越网宣讲团部长、吴越司法社工协会部长、法政辩论队队员、校辩论队队员、仲裁庭助理。获得多项奖学金，包括校二等奖学金、国家励志奖学金、正泰奖学金等。获浙江省法科生职业技能大赛之演讲赛二等奖等省级奖项1项，温州大学模拟法庭二等奖等校级奖项共计15项，法政学院职业规划大赛一等奖等学区级奖项共计9项。

■ 座右铭

生而为赢。

■ 书本打开世界

像是“最强演说家”刘媛媛所说地“生而为赢，生命给了你一个比别人低的起点，是为了书写一个绝地反击的故事。”

她出生于一个残疾人占主流的家庭，从小的时候她就不仅学会了面对物质的匮乏，还学会如何面对非议与嘲笑。自然而然地，她逐渐成为了一个沉默寡言的人，害怕暴露在他人异样的眼光之下，畏惧表达。但好在事情还是有转机的，她接触到了阅读。对于

她而言，那里是一番净土，是一片更为广袤无垠的天地，那里也给予了她一个更为绚丽多彩、更为与众不同的世界。远古巨兽、辽远星空、昆虫的微观小世界、人类文明发展的脉络，在一本本摊开复又合上的书中，她脑海中构建起了一个更富有奇幻色彩的世界。也正是凭借着她充沛而不同于常人的想象力与远超同龄人的知识存储量，她开始在班级里崭露头角，开始接收到鲜花和赞美，终于等到了这个世界美丽的一面对她的开放。

■ 舞台塑造自信

但书能给你的，只有深邃的思维，却不能给你一个健全的人格。由于曾经遭受到的不公，她想要当一名律师，当一名维权的斗士，她迫切地想要改变自己生活的世界，但是谁会需要一个畏惧表达的律师呢？于是，她逼迫自己加入了法政辩论队、加入了校辩论队、参加了各类演讲比赛，还带队参加了模拟法庭大赛。一路上历经艰险，一路上不断否定曾经腼腆沉默的自己，最终，成为了一个在舞台上也能谈笑风生的人。

■ 苦难打磨坚忍的心

没有苦难是上天赐予你的礼物，它们都是磨难，都是大大小小的考验，而成长只是幸运的你从磨难中走出后得到的副产品。贫困家庭的生态环境只能给她一颗坚毅的，像斗士一样永不屈服的心，让这个曾经被生活打磨的过于腼腆的人有动力，有勇气站在舞台上，站在聚光灯之下。她曾一路上都在不断地否定过去的自己，这是一种非常痛苦的经历，但是，她走出来了，她证明了即使是最贫瘠的土地上也能盛开最美丽的花朵。

■ 相信自己，未来可期

贫穷不是原罪，它只是因为生命认为你比他人更能写出一个绝地反击的故事，所以交付给你的使命。这个故事关于奋斗，关于挣扎，关于梦想，所以，即使“先天不足”，但是我们都“未来可期”。

不畏困难， 用奋斗诠释青春



——记温州大学
第九届自强之星裘鹏宇

面对困难，他选择迎难而上；面对挫折，他选择砥砺前行；面对失败，他选择不断提升自己的实力。实力决定了一个人的气质，凸显出一个人的内涵，凭借自身的内涵才能够在众多学子中突显出自己的色彩。为了增加自己的实力，他努力学习理论知识并不断实践，只要有机会便参加学术竞赛，他就是连续两届温州大学电子竞赛一等奖、瓯江学院电子竞赛一等奖、第七届大学生电子设计竞赛省二等奖的获得者，裘鹏宇。

■ 个人简介

裘鹏宇，男，预备党员，温州大学瓯江学院16电子信息工程一班学生，曾任机电工程学院学风自律中心副主任。多次获得一等奖奖学金，“三好学生”，校级和院级“优秀学生干部”、“学风建设工作标兵”荣誉称号、“学习标兵”荣誉称号、励志奖学金获得者、省政府奖学金获得者。实用新型专利一项，不仅自己在学术上深造，还不断帮助同学解决学术上的问题。

■ 座右铭

人生如磨刀，而挫折是你的磨刀石。

■ 自立

他出生在一个比较闭塞的农民家庭，虽然环境很好，但是教育落后，他7岁才通了马路。父母在城里打工，爷爷奶奶都忙于种田，所以从小就非常独立。父亲因为生意的失败，脾气变得暴躁，欠下了好几十万外债，父母的一次次争吵，亲戚的一次次催债，打破了他平静的生活。去年父亲查出肾萎缩，而母亲也因为操劳过度得了糖尿病。他感觉背上担子的沉重。但是，人生因磨难而精彩，天行健，君子以自强不息，只有自强才能走出属于自己的人生路。

■ 生活在于努力奋斗

生活上他努力调整好自己的心态，微笑面对每一天。因为经济压力，大学开学前的暑假在微贷网做车贷。为了能有人看到他的号码，跑各个地下车库插卡片到凌晨。开学前还到小学老师的补习班做代课老师。从开学母亲没有问过他“儿子你生活费够吗？”他也没有问过母亲，因为他心里很清楚。母亲吃睡在服装厂，工资还不够还银行的贷款。大一那会他去过阿外楼酒店当服务员，每次工作回来都是10点半。之后他在圆通快递做分拣员，17年双十一撞上双休，他记得很清楚，那会是

机电十佳，身为副主任他请了假，一干就是整整两天。

他感谢辅导员苑姐，介绍了家教给他，这才有了兼职的方向，之后在学霸家教平台找工作。因为教的好，孩子的母亲把他推给了同事，还省下不少的中介费。他最多的一天接了3家，上午在茶山镇，下午在鱼鳞溪，晚上在丽岙，为的就是能给家里人少添一点负担。他感觉背上担子的沉重但同时他发现人的潜力是无限的。人生因磨难而精彩，天行健，君子以自强不息，只有自强才能走出属于自己的人生路。

■ 进步在于不断交流

他认为比赛是一个非常好的锻炼合作交流能力的平台，比赛对专业知识要求很高，也是学习能力最强的时候。勇于参加比赛的人勇于挑战自我，敢攀技术高峰。温大的电赛也好，浙江省的电赛也罢对于竞赛获得的奖金，并不纯粹是物质的鼓励，它最重要的本质是莫大的一种肯定，一份激励，一种鞭策，一种希望。透过这个奖项，他看到的是师长的希望，得到的是学校的肯定，这种肯定也让他更有信心地努力下去。

在技能大练兵的大讲堂上，他作为一名资深的学习榜样向新生们传递乐观积极的生活态度和学习的方法。每一个获奖者的背后都是日夜苦战，暇之际多参加活动，多学习，或许能看到不一样的自己，在大学期间一定要树立正确的世界观，人生观和价值观。他希望他的经验有助于新生有一个明确的努力方向。

■ 表现在于与众不同

他深知学以致用的重要性，所以他总能把学到的知识运用到生活中，由于经济和充电不方便的原因，他只买了空车。为了解决了眼前的经济问题他查阅了大量资料，自学锂电知识。最后用二手的充电宝做成了电池，证明他的专业能力。他就是不服命运的安排，他还付诸行动骑小电驴回到宁波，允诺了赌约，更证明他的毅力，成为了同学口中啧啧称赞的事。

■ 学习在于矢志不渝

他认为为人处世不能舍本逐末，虽然经常兼职，但学生的本职是学习。他共荣获过4次一等奖学金，各类竞赛的奖项。即使工作很晚他还是会回到实验室自学控制算法和物联网技术，虽然平时比较忙，但同学问他学术上的问题他都会孜孜不倦回答，赢得了同学们一致好评。

大二他还积极跟老师申报项目和专利。暑期留校期间，白天做兼职挣学费；晚上便敲代码；暑期参加浙江省电赛时遇到了BUG，他二话不说便和学长连夜解决BUG。功夫不负有心人荣获了省二，赢得了老师的好评。

■ 发展在于思想升华

在入学以来他一直发展自己成为一名德、智、体全面发展的大学生，在大三很荣幸参加了业余党校的学习。光荣的成为一名预备党员，让他与党更近了一步，更加自律，在各方面起到了模范带头作用，为同学们树立良好的榜样。

■ 自强

追逐梦想，是自强的精神，他坚信会在以后人生道路上越走越远！不怕艰难，勇往直前。

一个人要想立足于社会且永久不败，是很难的，但不是不可能的，最重要的是要有自立自强的精神，自己要相信自己必胜！

“磨难教会我自强，自强使我自信”——这是他的体会！

逆风翻盘 向阳而生



——记温州大学
第九届自强之星卫瑶瑶

人不能选择自己的出身，但可以改变自己的命运。不服输不认命的性格让她在铺满荆棘的路上所向披靡。学习告诉她青春就是要拿来奋斗的，实验告诉她青春贵在坚持，工作告诉她青春要学会奉献。青春夹杂着梦想，如海浪般冲向远方，大学两年多，她已褪去迷惘惶恐，风雨兼程化为甘露，春光陌上，将是草长莺飞，她心怀感恩，逆风翻盘，向阳而生！她就是来自化学与材料工程学院16应化的卫瑶瑶。

■ 个人简介

卫瑶瑶，女，预备党员，温州大学化学与材料工程学院16级应用化学专业学生。现任班长，曾任学院学生会文体部主任、步欣楼生活委员、爱心接力站部长。在学习上她刻苦努力，获两次国家励志奖学金，多次获得一二等奖学金以及三好学生的荣誉称号。她积极参与各类竞赛以及文体活动，并荣获“文艺之星”、“省高数竞赛三等奖”、“省物理竞赛三等奖”、“校高数竞赛三等”、“校生物实验技能竞赛三等”、“院辩论赛三等奖”等多项奖项；作为一名学生干部，她热情服务同学，出色地完成了各项工作任务，荣获“优秀学生干部”、“工作积极分子”等荣誉称号；她注重理论与实践相结合，敢于创新，参与校级重点课题《基于氮硫共掺杂多孔碳小球的可控合成及应用》1项并结题；她积极参与社会实践，任实践队副队长，荣获“校级先进个人”荣誉称号，热心公益慈善活动，志愿者小时近达40小时。

■ 座右铭

既然选择了远方，便只顾风雨兼程

■ 天行健，君子以自强不息

卫瑶瑶，一个来自于山西运城普通农民家庭的孩子，十几载的寒窗苦读，换来了大学抛来的橄榄枝，可是，这橄榄枝却在那段时间成为了她整个家庭沉重的负担，她出生

在地地道道的农村家庭，家中没有主要的经济来源，却要供着两个孩子读书。她的父母虽然文化水平有限，可是他们的思想眼界很广很宽，他们一直鼓励着孩子要好好读书，不要担心其它的问题，可是父亲忍受着身体上的疼痛去工作，母亲没日没夜的出去打零工，这些她都看在眼里，疼在心里。但是，她心里知道，贫穷并不可怕，可怕的是一个人失去了对生活对未来的希望，不轻易认命服输的她，在这些困难面前，变得更加坚强无畏。

■ 一点一滴的感动

既然选择了远方，便只顾大一入学时的学校国家奖助制度座谈会，让她终于能够内心安定的享受这大学里每一丝自由的空气；学区发放的爱心大礼包，再一次温暖了她的心房；开展的百日天使帮扶结对活动，让她不再因为自卑而低到尘埃里，遇见了更好的自己；勤工助学岗位、国家助学金，这些学校国家的资助，让她目光所及之处尽是阳光，更加满怀自信，斗志昂扬的去面对未来；慈善基金会的资助，学区资助中心老师的关怀，这每一次的感动，她都记得，都温存在内心最柔软的地方。

■ 以梦为马，不负韶华

生活虽以痛吻她，她却报之以歌。没有生活费，她就去做各种各样的兼职，发过传单、当过服务员、卖过卡、做过家教等，她也带动身边的同学做兼职，帮助大家获得经济收入的同时也锻炼了实践能力。为了克服内心深处的自卑胆怯，她面试学生会、楼栋自管会等学生组织，服务同学的同时锻炼自己的能力，现在在班级担任班长的她，也能够出色的完成任务。参加学生工作两年，她志愿为同学们服务，也得到了老师同学们的一致认可，荣获了“优秀学生干部”“工作积极分子”等荣誉称号，她在用实际行动来回报曾经被给予的感动。学习上的她，丝毫不松懈，大学两年，她获得了数次校一等奖学金以及三好学生，也获得了国家励志奖学金，学费与生活费的自理，让她更加骄傲自信的面对未来；她也积极参加各类学科竞赛与文体活动，取得了不错的成绩。她用自己的积蓄穷游了许多地方，她热爱旅游，她觉得或许人生就是一场旅行，在旅行中遇到的每一个人，每一件事与每一个美丽风景，都有可能成为一生中的难忘，一路走来，我们无法猜测将是迎接什么样的风景，没有预兆目的地在哪，但前进的脚步不能停下，只有在前进中才能不断学会选择，学会体会，学会欣赏。

勇于索取 敢于不得



——记温州大学
第九届自强之星吴欣怡

她说，有时候，我们最害怕去做的、问的、问的、说的，这些有可能正是我们最需要做的，有的人不愿意为此牺牲，不敢接受失败的结果，那就只能原地踏步，只有勇于索取而敢于不得才能让我们以一颗包容的心迎接所有的美好和不美好。

■ 个人简介

吴欣怡，女，温州大学法政学院17法本四班学生，任团支书、溯初学区团工委·学生会人力资源部副部长、社会工作协会财务部部长等职位。荣获全国大学生英语竞赛全国三等奖、优秀团支书、法政学院优秀学生干部、溯初学区团工委·学生会“工作积极分子”“优秀学生干部”、温州市侨联“亲情中华”侨界留守儿童快乐营活动优秀志愿者、“亲情中华”温州市侨界留守儿童快乐营湖岭分营实践先进个人，获得一等奖学金、省政府奖学金、三好学生等。

■ 座右铭

Easy choice, hard life, hard choice, easy life.

■ 停留是刹那，转身是天涯

她来自温州的一个普通家庭，一家人生活平凡但幸福。但不幸的是，小学六年级的时，父亲被查出心脏不好，尽管母亲尽力照顾，但还是没能挽回。父亲的去世已经给这个小家庭沉重的打击，但在初中的时候，母亲却被查出患有癌症。

三四年转瞬即逝，家人天各一方，生死两隔，一切徒留自己。苦难是人生最好的老师，只有经历过这种，感触和体会才会深刻。回忆艰难的日子还是会有些抵触，很多经

历和感受无法言说，坦然地面对过去总是很艰难，所以要从回忆中走到现实，面对未来。

■ 勇于索取

Seneca说：“折磨我们的往往是想象而不是真实”。大学里她坚守着这个信念，敢于付出凌晨的那几个小时，敢于沉浸于一个人的深夜图书馆，敢于省去享受美食的机会，敢于放弃悠闲惬意的生活，然后日复一日地将这些用于她所追求的，勇敢地索取她要的。这样的生活听起来枯燥乏味，但这些所有的积淀都在铺向她的目的地。

“学如逆水行舟，不进则退”，一次次的尝试，一次次的付出，一次次的索取，每一天多看的那几页书，多记的那几个单词，多练习的那几道题目，水到渠成终汇聚起汪洋大海般的底蕴，只待天时，便可知“乘风破浪会有时，直挂云帆济沧海”。

她很喜欢林清玄的一句话：“生活里的很多记忆像是一个个小小的旅店，而人像乘着一匹不停向前奔跑的驿马，每次回头，过去的事物就永远成为离自己而去的小小的旅店，所有的欢乐与悲痛，所有的沉淀与激情，甚至所有的成功与失败都在那些旅店里，到当天傍晚我们就要投宿另一个旅店了。”过去的终将过去，未来的终将到来，失败与成功也不过是一刹那的指尖时光，成功留不住人，失败留不住人，甚至时间也留不住人，因此，她所能奋力一搏的只有当下——当下这些将生而未生的事。

■ 敢于不得

从大一到现在她做了很多“勇于索取”的尝试，而成功并不比失败多。她参加辩论失败，参加演讲失败，参与主持失败，参加组织面试失败，参与奖学金评比失败，但失败也教会她下一次辩论的技巧，下一次演讲该如何准备，下一次主持该怎样临场应变，下一次面试该如何应答，下一次参与奖学金评比她该达到怎样的水平。二十余次的失败就有二十余次的再来一次，她并不能确定下一次尝试是否能够得到所谓成功，但她知道下一次她可以做的比上次更好。

“人生一场梦，生活靠颗心”，从前的她也会遇到一点小事就沮丧，将心情展露在朋友圈，而有一天，她也学会了忍受那些不愉快，并认真学习、努力生活，这就是开始长大了。即使经常感伤、彷徨或迷茫，但心已蜕变，内心的想法逐渐蜕变为一盏长明灯，发现了更顽强的自己；鞭策着她独立地朝着理想走，一切都藏在时光里等待发掘。

人的一生，总是难免有浮沉。不会永远如旭日东升，也不会永远痛苦潦倒。浮在上面的，不必骄傲；沉在底下的，更用不着悲观。两个学期已成为过去，不得的也已远去，未来的可能性还在不断出现，她一面勇敢地拥抱机遇，一面坦然面对再也不见的机遇。

生命旅途中的 一场温柔提醒



——记温州大学
第九届自强之星张蕾

有人会将不幸当作人生的苦难，而她却认为那是上天给予的恩赐。一念之间，幸与不幸便可转换。一年前，她身心交困，陷入抑郁，那时的她如同陷入沼泽，痛苦挣扎却越陷越深；一年后她宛若新生，渐渐回到脸上的笑容表达了她战胜自己的完美结果。她用微笑的眼神和坚毅的目光告诉我：“如果连自己都可以战胜，便没有什么战胜不了”。她就是美术与设计学院16美术学师范班的张蕾。

■ 个人简介

张蕾，女，预备党员，美术与设计学院16级美术学师范专业学生。在校的时间内，她曾获得多项荣誉，如温州大学励志奖学金，温州大学一等奖学三次、二等奖学金两次，获“钢笔画温州”作品展览优秀作品奖，同时还多次获得院级“工作积极分子”、温州大学“三好学生”、温州大学“优秀共青团员”、温州大学“优秀学生干部”等荣誉称号。

■ 座右铭

坚持就是胜利

■ 成长道路，身心疾苦

她来自一个普通的农村家庭，在她和妹妹双双考入大学之后，原本就不太富裕的经济情况变得紧张起来，她和妹妹在校期间高昂的学费变成了父母更重的负担。在大二下学期，她爸爸还因为工作劳累过度造成膝关节损伤而住进了医院。与此同时，在学习和家庭的双重压力下，2017年12月31日，她被确诊为中度抑郁症。身体与心灵的疾病纠缠于一身，这是命运给予她最严肃的考验。

■ 悲喜交加，信念支持

每个抑郁症患者都经历过恐惧、无助、愤怒、悲伤，那是死亡与再生的中间世界，几乎接近死亡。那是一个没有办法逃脱的痛苦的精神世界，痛苦变成唯一的陪伴。她会在骑自行车回寝室的路上泪流不止，会在床上因为胸闷而大口地喘气，会不自觉地走向天台，想象自己跳下去的样子，真的想倒下.....

“但我不能倒下！”在无数次地挣扎后她告诉自己。她不能倒下，因为她还有家人，因为她还有老师、同学的支持，因为她还有她的梦想要坚持。就是这样的信念，支持着她在黑暗中前行。在这两年的时间里，她定期到幸福工坊接受张海音老师的谈心治疗。超豪学区辅导员老师和同学们对我的关怀让她重新有了斗志。她日渐恢复到往常的开朗和乐观。而且拥有了比之前更强大的内心。

■ 积极思考，珍惜当下

在生活中，她每天坚持早晨6点起床阅读书籍或者背诵英语单词；在工作中，她担任班级团支书，和大家一起努力获得两次温州大学优秀团日活动的称号，担任学校“溯初班”的学习委员，做事认真负责；担任寝室长，带领寝室多次获得“文明寝室”的称号；在学习上，她丝毫不马虎，在学期结束后，成绩皆位于班级前五名。虽然抑郁症不断地找上门来，但她从不愿意放弃当下的每一个机会，她努力去做。面对抑郁症，她不选择死亡。她选择不不停地抗争，抗争到底。

她认识到了许多和她一样得了抑郁症的小伙伴，在她治疗的这段期间，她时常和他们中的保持联系，相互鼓励，也很幸运地看到他们一个个地走出抑郁症的困扰；在暑假放假前，她还争取到了做班助的机会，她想帮助新生在大学中找到自己的人生目标，不虚度每一寸光阴；在未来的人生道路上，她也很想从事心理咨询方面的工作，因为这一路有太多暖心的人帮助她，她感恩这个世界，并愿意把这样的温暖继续延续下去。抑郁症是生命旅途中的一场温柔提醒，提醒她要积极思考，珍惜当下。

生命的旅程再长，也要独自前行不再彷徨。只要心里洒进阳光，到哪里都是喜乐与希望。她自知家庭无法改变，唯有自己才是自己最坚强的后盾。抑郁不会让她死亡，而是给了她更多的机会去认识自己，认识他人，认识这个充满爱的世界。自强是一种信念，她将这一信念扎根脑海，永不放弃，生生不息的希望。

生命不息 奋斗不止



——记温州大学
第九届自强之星张笑飞

如果一个人没有强大的学习能力，就只能被时代淘汰，永远得不到进步。在没有资金，没有好的家庭背景，没有人脉，学习能力就是他唯一的武器，他用自己的努力想别人诠释了一个不一样的“体育生”。他就是体育学院16级体育教育的张笑飞。

■ 个人简介

张笑飞，温州大学体育学院16级体育教育专业，共青团员。

在校期间，曾获省政府奖学金，多次获一等奖学金及三号学生荣誉称号，连续两年获温州大学“学习标兵”荣誉称号。同时任南校明心咖啡负责人、溯初学区罗山展翅学生英语四六级讲师、温州亮剑户外运动俱乐部负责人、温州市心路教育快速阅读特聘讲师。

■ 座右铭

Never stop learning, Because life never stops teaching.

■ 由贫生卑

自由生活于农村之中，家中父母几乎没有上过学，更没有什么技能，数年来只能四处闯荡以谋生，还记得最贫困时，父母一日三餐只能吃白馒头泡淡盐水，而因此，在家中时常听到的是：飞啊，家里条件不一样，你要好好学习，争取考上大学，争一口气…而因此，自幼心中就有这么一个印象：家境很贫寒，生活很惨淡，干啥都不如人家，还是老老实实长大种田吧…（哈哈）

也因此，由“贫”生“卑”——卑于家境，卑于学识…

■ 由“卑”生“信”，由“信”生“强”

常言道：物极必反。自小学一路“卑”至高三，许是练体育的缘故，慢慢的变得有些开朗，但时常仍不敢与人交谈，想着到了大学后见的人多了，自然就会开朗了，于是大一时鼓起勇气面试学生会，结果上台自我介绍时只是怯懦的说了句：大家好,我叫xxx,当然，不出所料，第一轮就被刷了下来，后来又去面试飞行部落，结果，不出所料，又被刷了下来，再后来，去面试社联，结果，再一次被刷….,于是再次“卑”了一年。

直到后来因为英语尚可，去面试了罗山展翅的学生讲师，竟然成功了，然后就这么一路讲课讲了下来（还记得第一次上课时，讲课稿写了一整个本子，而上课时，对着数位比我年长的学姐学长讲课，腿都在发抖，面色都发白）。后来讲课讲多了，人也慢慢开始变得自信起来：一个体育生都开始教别人英语了，那还有什么是我努力做不好的？

也自此便开始走上了自强之途，去面试党员服务中心干事——成功。

面试楼栋团——成功。申请课题——成功。参加创新创业比赛——成功。创办明心咖啡——成功。学习思维导图与快速阅读——成功。评选省政府奖学金，学习标兵，三好学生——成功。

……这一次次失败之后在努力，努力之后再失败，失败之后再努力，努力之后终成功的经历让我意识到，只要一个人足够努力，哪怕他出身再贫寒，再卑微，也一定会慢慢的追赶上他人，乃至超越他人。

最后，以电台中的一句话送给大家以共勉：Never stop learning, Because life never stops teaching.永远不要停止学习，因为生活的教导，永远不会停歇。自强，我一直在路上。

越努力， 越洒脱，越幸运



——记温州大学
第九届自强之星钟柳艳

逆境，没有让她止步不前，而是越挫越勇，她相信逆境道路上的风景会更美。她，以梦为翼，在逆风中依然翱翔；她，以梦为桨，在巨浪中依然航行；她，以梦为马，在荆棘中依然奔腾。梦在心中，路在脚下。现在，她就在前行的道路上。她就是温州大学机电工程学院16级工业工程专业的学生钟柳艳！

■ 个人简介

钟柳艳，女，预备党员，温州大学机电工程学院16级工业工程专业学生，曾任步华楼副楼长，现任学院团委副书记、18机械类1班班助，工作中认真负责的她得到了大家的一致认可，多次荣获温州大学“优秀学生干部”、“优秀寝室长”等荣誉称号。在工作的同时不落下学习，每学期均获得奖学金及“三好学生”荣誉称号，两次获得国家励志奖学金。她还积极参加各类志愿者活动及科研竞赛，获得第十三届东风日产杯-清华IE亮剑全国工业工程应用案例大赛暨中国创新方法大赛工业工程创新方法专项赛三等奖，第五届“夏青杯”全国朗诵大赛温州大学分赛场三等奖，温州大学优化设计大赛一等奖等。她相信，她定能不断地超越自我。

■ 逆来顺受，宠辱不惊

她，出生于浙江丽水的一个农村家庭，家庭主要以务农为生。在她出生后不久母亲便患上精神疾病，且日益严重，父亲在她初中时被检查出患有鼻咽癌，后癌细胞转移至肺部，化疗、放疗等医疗手法让原本平平淡淡的家庭负债累累，现家庭主要依靠低保以及政府的帮扶维持。因为家庭的原因，她变得自卑，觉得自己处处不如人。

■ 自强不息，自信成长

踏入温大校门后，她决定挑战自己，克服自卑。尝试着加入学院团委·学生会，她选择了自己认为比较冷门的部门进行面试，幸运的是，她成功加入了学院团委·学生会。

在这两年多的时间里，她从做事无从下手的干事历练为一名可统筹全局的部长，又从部长成长为团委·副书记。她从上台就会紧张到不知所措到现在可以非常自信地走上台，这两年的时间让她慢慢走出自卑，变得自信。正因为她认真负责的工作态度，她多次荣获温州大学“优秀学生干部”等荣誉称号。

■ 不忘初心，不负韶华

当然，在学生工作中成长了许多的她，也没有落下作为大学生最重要的任务——学习，她努力学习，做到上课听懂，课后学懂，先将书读厚再读薄，在各项考试中都争取获得优异的成绩，最后达到融汇贯通的效果，更好地运用到生活中，正因为如此，她每学期均获得奖学金及“三好学生”荣誉称号，两次获得国家励志奖学金。

技多不压身，她不仅学习了proe、caxa等课上学习的基本软件，还充分利用课后时间学习了solidworks、flexsim等软件。

她热爱朗诵，参加了第五届“夏青杯”全国朗诵大赛，并获得温州大学分赛场三等奖，她勤于向老师请教，积极参加各类科研竞赛，获得第十三届东风日产杯-清华IE亮剑全国工业工程应用案例大赛暨中国创新方法大赛工业工程创新方法专项赛三等奖、温州大学优化设计大赛一等奖等奖项。

■ 感恩给予，传递不止

大学期间，懂事的她从未向家里要过一分钱。高中毕业后便开始打暑假工，当然，她还利用课余时间做家教，积极报名勤工助学岗位。

她十分感谢学校、国家给予她的各类奖、助学金的帮助，正因为这些，她的大学生活才会更加顺利。因此，她参加了各类志愿者活动，帮助那些像她一样需要帮助的人，将这份爱心永远传递下去，无偿献血、新青年下乡等活动都有她的身影，她还主动报名班助这一职务，帮助18机械类1班的小可爱们解决困难，让他们更快地适应大学生活。

■ 不惧风雨，乘风破浪

她相信越努力，越幸运，同时也相信越洒脱，越幸运。在面临困难时，不沉迷于抱怨当前，而是不惧困难，迎难而上，最后终会迎刃而解，也许这条道路上的风景会更美。没有什么无法解决的问题，就像她走出自卑，走向自信一样，相信每一个人都会迎来自己的灿烂明天！