

来自哈佛的 人生 忠告



现在，开启哈佛模式

哈佛精英 | 送给青少年最好的成长礼物

写给愿为梦想赴汤蹈火的你

知识决定你能飞多高
视野决定你能飞多远
诚信 责任 梦想 勇气
尊重 思维 乐观 真诚
坚毅 爱心 自律 主见
在梦想的感召下
困难会变得微不足道
信心会变得无比强大



来自哈佛的 人生忠告

姚鹏程 编著



化学工业出版社

· 北 京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

来自哈佛的人生忠告 / 姚鹏程编著. — 北京 : 化学工业出版社, 2016. 1

ISBN 978-7-122-25833-5

I . ① 来… II . ① 姚… III . ① 人生哲学 - 通俗读物 IV . ① B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2015) 第294910号

责任编辑: 马 骄 梁郁菲
责任校对: 王素芹

装帧设计: 尹琳琳

出版发行: 化学工业出版社 (北京市东城区青年湖南街 13 号 邮政编码 100011)
印 装: 大厂聚鑫印刷有限责任公司
710mm×1000mm 1/16 印张 16 字数 220 千字 2016 年 2 月北京第 1 版第 1 次印刷

购书咨询: 010-64518888 (传真: 010-64519686) 售后服务: 010-64518899
网 址: <http://www.cip.com.cn>
凡购买本书, 如有缺损质量问题, 本社销售中心负责调换。

定 价: 38.00 元

版权所有 违者必究

【哈佛精英档案】

最年轻的总统——外交拒绝欺骗
——西奥多·罗斯福 /2

- 摩根的成功秘诀 /3
汽车不属于我们 /5
华盛顿的樱桃树 /7
不能说的秘密 /9
诚信的约翰 /10
吉姆抄书 /12
德比的回答 /14
下雨前的承诺 /16
罗马人不是骗子 /17
普利策的秘籍 /19

诚信

1

【哈佛精英档案】

《瓦尔登湖》里的道德责任
——亨利·梭罗 /22

- 我什么也没做 /23
女管家与总统 /25
打碎花盆之后 /27
辞退风波 /29
你来当经理 /31
查理升职 /33
男孩的责任 /35
准时的大钟 /37
加缪的艰苦生活 /39
7美元的故事 /41

责任

21

【哈佛精英档案】

不懈追寻梦想的伟人

——富兰克林·德拉诺·罗斯福 /44

舒服地睡上一觉 /45

伟大的奇迹 /47

失聪的音乐家 /49

女孩的牛津梦 /51

我做到了 /53

滑冰场上的传奇 /55

未被偷走的梦想 /57

50年前的梦想 /59

87岁的大学生 /60

从0到700万美元 /62

梦想

43

【哈佛精英档案】

从勇气少尉到美国总统

——约翰·肯尼迪 /66

第一个吃番茄的人 /67

做你害怕的事 /69

琼斯的第一步 /70

绳子和领导 /72

蟒口历险 /74

电的引路人 /75

法拉第的面试 /77

最杰出的推销员 /79

没挂门牌的房间 /81

与鳄鱼拥抱 /83

勇气

65

【哈佛精英档案】

家喻户晓的伟大外交家

——亨利·阿尔弗雷德·基辛格 /86

记住别人的名字 /87
尊重这里的鸟类 /88
不能说话的妇女 /90
我不是乞丐 /92
过路人与柴火 /94
税务官的道歉 /96
网中的狮子 /98
胜利的着装 /99
犀牛和犀鸟 /101
以貌取人的代价 /103

85

尊重

【哈佛精英档案】

自己思考如何挣零花钱的超级富豪

——大卫·洛克菲勒 /106

向自家篮里投球 /107
让她们把香味带走 /109
垃圾事业 /110
走出习惯的牢笼 /112
会游泳的乌龟 /114
只贷1美元 /115
老板与小工 /117
船票的背面 /119
最理想的晶体 /121
以火灭火 /122

105

思维

【哈佛精英档案】

只要朝着阳光，便不会看见阴影

——海伦·凯勒 /126

绝望的小白鼠 /127

阳光女孩 /129

快乐的苏格拉底 /130

乐观的价值 /132

墙里的风景 /135

永远都不晚 /137

我对子弹过敏 /139

胡萝卜、鸡蛋和咖啡 /141

泥泞的道路 /143

奥利文的沙漏 /144



【哈佛精英档案】

脸谱网第一夫人：因真诚而美丽

——雪莉·桑德伯格 /148

囚犯的泪水 /149

因为我们是朋友 /151

最有意思的倾听者 /153

邻居的两根蜡烛 /155

意外的面试 /157

四个孩子捉蜻蜓 /158

交枪的猎人 /160

第6枚戒指 /162

推销员与顾客 /163

美丽的谎言 /165



【哈佛精英档案】

从吸大麻的迷途少年到美国总统

——贝拉克·侯赛因·奥巴马 /168

门捷列夫的故事 /169

布什的原则 /171

贝利抽烟之后 /172

自制力分数 /174

魔鬼钱袋的诱惑 /176

“糖果实验”的启示 /178

一个穷人的悲剧 /180

不吸烟 /181

可悲的鱼 /183

自律

167

【哈佛精英档案】

以独立思想开创“心理分析”的大文豪

——亨利·詹姆斯 /186

苦恼的鹤 /187

谁才是傻子 /189

跳崖的羚羊 /190

跨越沙漠的小河 /192

秉持自己的本性 /194

咖啡的生意 /196

地鼠种萝卜 /198

贝多芬与海顿 /200

蹉跎的完美选择 /202

主见

185

【哈佛精英档案】

坚忍不拔的巴基斯坦“铁蝴蝶”

——贝·布托 /206

坚强的小艾莉 /207

无腿无臂的尼克 /209

梦想照样升起 /211

一个人的坚守 /213

永不消失的进军鼓 /214

阳光总在风雨后 /217

曼德拉与苔藓 /218

绝望滋生希望 /220

受伤的经历 /222

对失败最大的报复 /224



【哈佛精英档案】

从世界首富到全球慈善家

——比尔·盖茨 /228

玫瑰花的爱心 /229

一杯牛奶的医药费 /231

这只小海星在乎 /233

麦当娜与老人 /235

最好的消息 /237

特蕾莎修女 /239

艾伦小姐的手 /241

共同的金牌 /243

雨中的小花 /245

爱的历险 /246





诚信



诚实无欺，信守诺言

西奥多·罗斯福

西奥多·罗斯福，曾任美国海军部副部长，参与美西战争，1900年当选副总统。1901年总统威廉·麦金莱被无政府主义者刺杀身亡，他继任成为美国总统，时年42岁，是美国历史上最年轻的在任总统。

他为人热情正直，办事作风独特，成功调停了日俄战争，获得了1906年诺贝尔和平奖，是第一个获此奖项的美国人，也是美国历史上最伟大的总统之一。

最年轻的总统一外交拒绝欺骗

西奥多·罗斯福

西奥多·罗斯福，1858年10月27日出生于纽约。

作为老西奥多·罗斯福的第二个孩子，小罗斯福年幼时多病，患有哮喘。尽管体弱多病，他却十分喜欢户外活动，对动物学尤其感兴趣。为了使其不受其他孩子的欺负，他的父亲良苦用心，迫使他进行身体训练，并且学习拳击。

18岁那年，罗斯福进入哈佛大学深造。他在科学、哲学和修辞学方面成绩良好，对生物学兴趣浓厚，并且小有成就。在此期间，罗斯福养成了大量阅读的习惯，不仅记忆力惊人，并且非常健谈。他还是个俱乐部活跃分子，热衷于各类体育活动。

1880年，罗斯福顺利从哈佛大学毕业，进入哥伦比亚大学法学院，之后出版了第一部正式著作《1812年战争中的海战》。后来，这本书成为美国海军学院必修课材料。1881年，他得到进入纽约州下议院的机会，便从法学院退学，开始政治生涯。

罗斯福是美国20世纪的第一位总统，也是美国历史上最年轻的总统。执政期间，他针对美国国内出现的一系列严重经济、政治与社会问题，励精图治，遏制垄断，政绩突出。

值得一提的是，罗斯福的外交非常活跃，其最显赫的成就是促成开凿巴拿马运河。当时，巴拿马是隶属于哥伦比亚的一个省，哥伦比亚与尼加拉瓜竞争运河选址。1902年，哥伦比亚与美国政府谈妥了一个条约，由美国出钱从法国购买巴拿马运河工程的设备。

但是，条约签字后，在哥伦比亚参议院批准的手续中出了麻烦。哥伦比亚参议院的要价比条约高出一千万美元。此时，美国政府拒绝就价格重新谈判，哥伦比亚政客于是提出新建议，将条约中第三方的法国公司踢开，结余的款项付给哥伦比亚。哥伦比亚参议院在谈判中意图诡诈，不讲信用。

罗斯福是一个十分讲求信用的人，对于欺骗法国公司的做法感到厌恶。1903年，罗斯福一怒之下做出最后决定，出于对巴拿马运河利益的考虑，支持巴拿马独立。不久，美国与巴拿马缔约，以一千万美元的代价拥有巴拿马运河的开发和使用权。

讲求诚信是外交之本，罗斯福在要求自己诚信的基础上，同样要求他人诚信。1906年，因成功地调停了日俄战争，罗斯福获得了诺贝尔和平奖，他是第一个获得此奖项的美国人。

摩根的成功秘诀

摩根先生成功的秘诀就是讲信誉。

哈佛大学里，一直流传着这样一句名言：“上帝帮助诚信的人。”哈佛大学的学子们都把这句话当作至理名言。信誉就是企业的立身之本，在商场上，只有信守承诺的企业家才能赢得客户的信赖，言而无信的奸商最后都会被客户所抛弃。

1835年，摩根先生听一位朋友讲，一家名叫伊特纳的火灾保险公司为了扩大自己的实力，宣布凡是加入公司的新股东，不需马上注入资金，只要在股东名册上签下自己的名字，就可以成为该公司的股东，而且很快就会有良好的收益。摩根先生毫不犹豫地就在那本股东名册上签下了他的名字，成为伊特纳火灾保险公司的一名股东。

天有不测风云。也就在那一年的冬天，纽约突发了一场特大火灾。伊特纳

火灾保险公司的股东们一个个傻了眼，纷纷退股来挽回自己的损失。珍惜自己信誉的摩根先生再三斟酌，决定舍财保信誉。他卖掉了自己苦心经营多年的旅馆和酒店，低价收购了大家的股份。他又通过其他融资渠道，以最快的速度将15万美元的保险赔偿返还了投保人。一时间伊特纳火灾保险公司的声誉传遍了整个纽约城。人们纷纷赞誉伊特纳火灾保险公司和摩根先生的信用。

为了偿还赔偿金，摩根先生已经濒临破产，只剩下一个空壳般的保险公司，当然，摩根先生也顺理成章地成为这家公司最大的股东。他从朋友那里借钱，然后刊登广告：本公司为偿还保险金已经竭尽所能，从现在开始，再入本公司的投保人，保险金一律增加一倍。

摩根先生本来是不抱什么希望的，这只是他破产前的一次绝望挣扎而已。他甚至已经与家人进行深入谈话，坦陈了他们家即将面临的困境。第二天早晨，身上只有5美元的摩根先生拎着公文包上班。当走到公司所在的那条大街时，只见那条大街被挤得水泄不通，许多前来投保的人挤在伊特纳火灾保险公司的大门口。大家可以想象，不久摩根先生就买回了原来的旅馆和酒店，还净赚了30万美元。

这位摩根先生就是主宰华尔街帝国的摩根先生的祖父，是美国亿万富翁摩根家族的创始人。一场突发的火灾曾使摩根先生濒临破产，同样也是这场火灾成就了一个家族的事业。

摩根先生成功的秘诀就是讲信誉。

心灵感悟

摩根先生的成功之处在于，他始终坚守对信誉的践行，即便是在一场大火使自己濒临破产的时候。因始终坚持做人的基本原则，他才拥有了一次重生的机会。

人生忠告

一个人若背弃了信誉，终将被信誉所抛弃——每一个孩子都应该谨记这句话。在生活中，答应了别人的事，即使做不到，我们也应该努力去完成，千万

不要找借口，这样反倒会被别人误解。同时，要量力而行，能办到就答应，不能就拒绝。须知，信誉乃为人之本。

哈佛的由来

15 世纪末，由欧洲通往美洲的大西洋航道被哥伦布开辟，欧洲人纷纷远涉重洋来到美洲。17 世纪初，首批英国移民到达北美，在那里开拓自己的“伊甸园”——新英格兰。移民中有 100 多名清教徒，曾在牛津和剑桥大学受过古典式的高等教育，为了让他们的子孙后代在新的家园也能够受到这种教育，他们于 1636 年在马萨诸塞州的查尔斯河畔建立了美国历史上第一所学府——哈佛学院。

汽车不属于我们

因为选择了诚实，他们的内心终于不再受煎熬了。

哈佛大学的教授们经常会提到这样一句话：“只有问心无愧的人才能每晚都踏实入睡，而把良心出卖给魔鬼的人会每晚都是噩梦缠身。”面临诱惑时仍能坚守诚信，保持内心的无愧，这也正是哈佛对学子们的要求。

奥里弗住在美国西部的小城里，他们家是城里唯一没有汽车的人家。第二次世界大战爆发前，每次上街买东西，他们总是坐一辆由一匹老马拉的简陋的二轮柳条车。

奥里弗的父亲是个小职员，在证券交易里工作。事实上，他们是很穷的人家，父亲还要把一半工资用于医药费或给他的穷苦亲戚们，奥里弗家的日子过得并不好。

母亲心态却很好，常常安慰孩子们说：“一个人有骨气，就等于有了一大

笔财富。生活中怀着一线希望，也就等于有一大笔精神财富。”奥里弗挖苦地反驳说：“我们只有精神财富，但精神财富并不能帮我们买一辆汽车。”

几星期后，一件意外的事情将奥里弗因家中没有汽车的羞愧之情一扫而光，激动人心的时刻突然降临了。原来，一辆崭新的别克牌汽车将在节日之夜以抽奖的方式馈赠给得奖者，现在正在小城那家最大的百货商店橱窗里展出。

不管奥里弗是多么想入非非，他真的没有想到幸福女神会如此厚待他们这个唯一没有汽车的人家。奥里弗清楚地听到，扩音器里确实在大声叫着他父亲的名字！他在人群中拼命往里挤，看见市长亲自把汽车的钥匙交给了他的父亲。

回到家里，奥里弗兴奋不已，他正想向父亲道贺，可是父亲的态度却很反常。他咆哮道：“走开，不要待在这里，让我清静清静！”

奥里弗觉得很受伤，不知道父亲是怎么了。母亲说：“不要烦恼，你父亲正在思考一个道德问题，我们等他找到适当的答案吧！”

奥里弗迷惑不解：“难道我们中彩得到汽车是不道德的吗？”

“问题的关键是，汽车根本不属于我们。”母亲说。

然后，母亲把事情一五一十地跟奥里弗讲了。原来，吉米让奥里弗的父亲在他买彩券的时候给自己也代买一张，父亲同意了。奥里弗的父亲用自己的钱，以自己的名义买了两张彩券，并在其中一张——正是中奖的那一张上做了一个小小的记号，表示那是吉米的。

汽车是吉米的，这是个坏消息。其实吉米是一个百万富翁，他拥有几部汽车，还有两个司机，增加一辆汽车简直等于普通人的马具里多了一个马嚼子。

眼见得到汽车的愿望就要落空，奥里弗激动地说：“不！汽车应该归我爸爸。”母亲看着奥里弗，平静地说：“你爸爸知道该怎么做。”

第二天上午，吉米的一个司机来到奥里弗家，把别克牌汽车开走了。奥里弗一家三口站在门口，面带微笑地望着客人离开。

因为选择了诚实，他们的内心终于不再受煎熬了。

心灵感悟

选择诚实，还是选择汽车，这是个问题。一个人的高尚与卑微，不是由别人的评价来决定，而是由自我的评价决定的；一个人真正的品性不显现在众人瞩目的时候，而是在没有人看得见的时候。在无人知晓的情况下，故事中的父亲仍然选择了诚实，让人敬佩。

人生忠告

在有人监督的情况下，选择诚实并不难，难的是在没有人看得见的时候。孩子，做一个诚实的人，就要学会在无人的情况下战胜内心的欲念和贪婪，抛弃将他人的东西占为己有的想法。

华盛顿的樱桃树

因为他觉得小华盛顿很诚实，而诚实比樱桃树珍贵得多。

西方有句谚语：诚实比金子还珍贵。在犯下错误之时，能诚实地承认错误，对每一个人来说都是困难的，然而，这正是一个有道德的人应做之事，也是每个哈佛教师教给学生的人生道理。

华盛顿出生在美国一个大庄园主家庭，家里有许多果园，果园里长满了各种各样的果树。华盛顿六岁生日时，父亲送给他一把银光闪闪的小斧头，收到礼物的小华盛顿非常高兴。

有一次，他看见罗杰叔叔在砍一棵果树，觉得十分好玩，也想自己来砍一下。罗杰叔叔没有同意，告诉他还小。可小华盛顿不这么认为，他觉得自己长大了。

为了证明自己可以砍树，他在果园里挑了一棵小树，兴致勃勃地砍了起来。他心里很开心，觉得自己这是在帮大人干活，父亲回来后一定会夸奖他的。

很快，小华盛顿就将树砍倒了。罗杰叔叔一看，立马吓坏了，因为小华盛顿砍掉的是父亲最喜欢的樱桃树。小华盛顿知道后也吓了一跳，虽然自己并不是故意的，但父亲要是知道了，肯定会生气。

罗杰叔叔看到小华盛顿害怕的样子，就让他告诉父亲——树是罗杰叔叔砍掉的。小华盛顿想了想，坚决不同意，他觉得自己做的事应该自己来承担，做人一定要诚实。

果然，父亲回来后看到了被砍倒的樱桃树，非常生气。他厉声质问，是谁把他心爱的樱桃树砍掉的。小华盛顿站了出来，主动承认了错误。

父亲看着小华盛顿，不但没有责罚他，反而很高兴。因为他觉得小华盛顿很诚实，而诚实比樱桃树珍贵得多。

由于父亲的教导，华盛顿一生都把诚实作为做人的原则。

心灵感悟

从华盛顿的故事中我们可以看出，诚实对一个人是多么重要。艾琳·卡瑟曾说：“诚实是力量的一种象征，它显示着一个人的高度自重和内心的安全感与尊严感。”一个人只有具备了诚实的基本品质，将来才能够在社会上立足，才能赢得他人的信赖。

人生忠告

亲爱的孩子，你是想做一个诚实的人，还是一个谎话连篇的人，决定了你今后人生道路的广度和深度。一定要学会知错能改，绝不撒谎，倘若做错了事，一定要及时承认错误，求得他人的原谅。

哈佛大学名字的由来

约翰·哈佛是美国马萨诸塞州查尔斯城的一名牧师。1607年11月26日出生于英国伦敦，1638年9月24日因患肺结核病去世。临死前，他立遗嘱将自己一半的财产和所有的图书捐赠给河对岸一所新成立的学院。这是该学院成