

杨红梅 黄志坚◎编著

美国总统 家训

从家庭到白宫：美国历任总统的家庭教育

独立个性、民主开放、经济意识——美国家庭教育精神的集中体现。
用培养美国总统的方式教育孩子，让孩子从小就成为同龄人中的佼佼者。

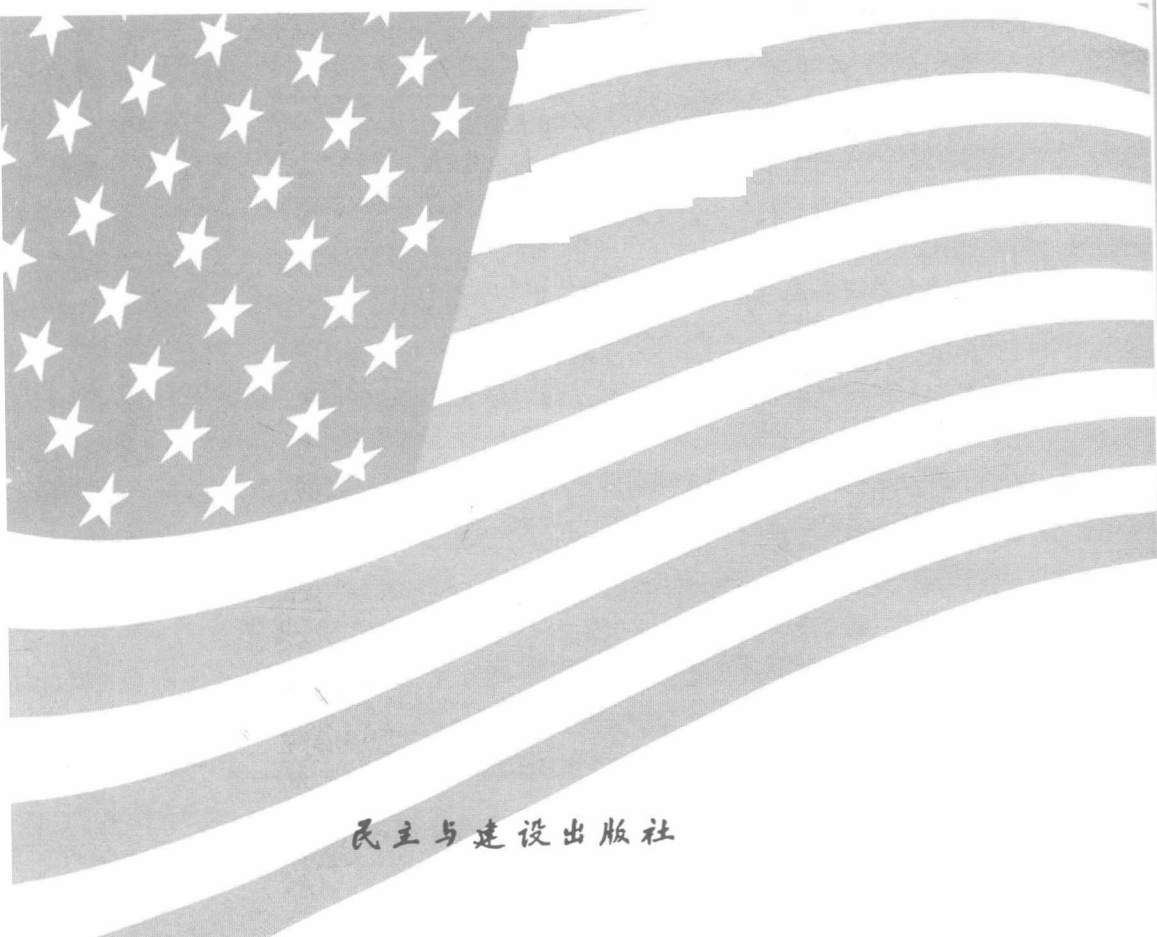
从大名鼎鼎的“美国之父”华盛顿，到高调出任的黑人总统奥巴马，在不过短短两百多年间，美国人特有的拓荒者的拼搏精神始终贯穿其中，并且通过家庭教育传承给一代又一代。



民主与建设出版社

美国总统 家训

杨红梅 黄志坚◎编著



民主与建设出版社

图书在版编目(CIP)数据

美国总统家训 / 杨红梅, 黄志坚编著. —北京:
民主与建设出版社, 2017.7

ISBN 978-7-5139-1600-4

I. ①美… II. ①杨… ②黄… III. ①家庭教育—经
验—美国 IV. ①G789.712

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 128697 号

© 民主与建设出版社, 2017

美国总统家训

MEIGUO ZONGTONG JIAXUN

出 版 人 许久文

编 著 杨红梅 黄志坚

责任编辑 王 倩

出版发行 民主与建设出版社有限责任公司

电 话 (010)59417747 59419778

社 址 北京市海淀区西三环中路 10 号望海楼 E 座 7 层

邮 编 100142

印 刷 三河市天润建兴印务有限公司

版 次 2017 年 10 月第 1 版 2017 年 10 月第 1 次印刷

开 本 710 mm × 1000 mm 1/16

印 张 15.75

字 数 265 千字

书 号 ISBN 978-7-5139-1600-4

定 价 36.80 元

注: 如有印、装质量问题, 请与出版社联系。

作为一个国家，美国的奋斗史被赋予了太多传奇色彩和拓荒者特有的迷人魅力。当年，“五月花号”远涉重洋抵达北美，迎接他们的不是鲜花和掌声，而是恶劣的自然环境和饥饿的威胁，生存成为头等大事。在最开始时，美利坚合众国的最初缔造者们便走上了艰辛的拓荒之路。在这块道德和物质的“处女地”上，他们白手起家，迎接各种挑战，经历各种艰难，在逆境中成长起来，攀登的每一步都付出了汗水、心血和代价。作为这个国家的“代言人”，美国总统在国家中处于独一无二的重要地位，他们的成长经历在一定程度上反映出了一种美国文化的特点和美国性格。美国的诞生是一个斗争的过程，而一位美国总统的诞生也是一个跌宕起伏的过程，从大名鼎鼎的“美国之父”华盛顿到如今高调出任的黑人总统奥巴马，在短短两百多年间，美国人特有的拓荒者的拼搏精神始终贯穿其中，并且通过家庭教育传承给一代又一代。

美国家庭教育的特点有三个：独立个性、民主开放、经济意识。这也集中反映了美国家教的全貌。在美国家庭中，父母非常注意发展孩子的主观能动性。家长鼓励孩子进取向上而反对压抑他们的个性，注意培养孩子独立自主对自己负责的精神。美国的家庭教育是以培养孩子富有开拓精神，成为一个能够自食其力的人为出发点的。孩子从出生那天起，就是一个独立的、独特的、生动活泼的个体，有自己独立的意愿和个性。美国家庭教育摒弃了用成绩衡量孩子价值的观念，而更多地注重孩子的自由发展，要把孩子培养成为能够适应各种环境，具备独立生存能力的社会人。

在美国国家档案馆举办的一个题为“从校园到白宫：美国历任总统的教育”的展览中，美国历代总统少年时代的各种成长记录成为了展览品。通过研究他们当时的书信、成绩单及照片，我们可以看出这些国家领袖在少年时期并非个个成绩优秀：



约翰逊总统小学三年级时的语法只考获“丁”；肯尼迪总统初中时的拉丁语成绩只有 55 分；老布什总统的高中成绩单显示，他的平均分数只有 70 分……成绩上的优劣在美国这个讲究实干的国家似乎并不能说明什么，因为社会的竞争，绝不仅仅是知识和智能的较量，更多的是意志、心理状态和做人的比拼。偏颇的家庭教育不能让孩子真正成才，也不能使孩子得到尊重和幸福。

作为父母，我们对自己的孩子都有着一种与生俱来的爱，这是中国 and 美国的父母共同的地方，所不同的是我们的表达方式不同。中国人更加含蓄、内敛，有的时候这种爱的方式会让孩子感到有些沉重；美国人则更为直白、外在、浪漫，他们在教育孩子时也表现出了这些特征。中西方教育矛盾主要体现在几个方面：第一，子女的所属问题。第二，无限责任和有限责任。

子女的所属问题，即孩子是属于他们自己还是属于父母。在中国，很多家长都认为，子女是属于父母的，子女就像家中的某样东西一样是父母的私有财产，一切得听父母的；在美国，大多数家长却认为子女是独立的个体，他们属于自己，他们应该拥有属于自己的喜好、选择、隐私、交际圈。

关于有限责任与无限责任的问题。在中国，父母对子女的照顾是无限责任，很多家长对孩子娇生惯养，认为小小的孩子应该被保护起来、精心呵护。于是从孩子出生到成年，家长几乎把孩子的一切都包了下来，做饭、洗衣服、打扫、供孩子上学，甚至还要攒钱给孩子结婚，为孩子养儿育女等。父母对孩子抱持着无比殷切的期望，所以自是不会让他们受到一丁点儿的苦，真是含着怕化，捧着怕摔，搂着怕热，放着怕丢……

而在美国，父母对子女的照顾是有限责任，父母不会把孩子的事情全部包下来，孩子必须承担一些家务劳动，很多孩子的大学费用都是他们自己通过打工劳动获得的。父母对孩子的无限责任只有：

- 让孩子懂得自身的价值。
- 让孩子懂得必须自己管理自己。
- 教给孩子足够的生理知识，让孩子在身体变化时感到轻松自在。
- 帮助孩子接受一整套他们赖以立身处世的牢固的社会准则——尊重和守纪。

这些生存所必需的素质在孩子的一生之中都发挥着至关重要的作用，他们可以通过自己获得成功，一个人坚定地走自己的人生道路，而不是从长辈那里获得施舍。

伟大的人物都是相似的，而每一位杰出的总统都有他们相通的特点和魅力。或许他们之中，有的人家庭并不完美，有的人有丧亲之痛……但苦难成了他们意志的“磨刀石”，爱变成了他们成功的“催化剂”，他们凭着自己的人格、智慧、毅力和奋斗精神，在美国这块带有流浪气质的土地上书写着历史。也有一些总统传承下独有的教子方略，教会孩子树立人生目标，引导孩子走上人生之路。这些宛如福音一般的教益体会在很多年之后的今天依旧深深地影响着我们。这些思想和启发成为美国社会进步的动力，也是世界人民学习的宝贵财富。

幼年时很多人都会有英雄崇拜情结，而无一例外，每一位美国总统的成长经历都具有一定的英雄传奇色彩。美国总统作为国家的领袖，不管是命运选择了他们作为英雄，还是他们开创了时代，他们的一生都有很多值得学习和借鉴的地方。从功利的角度而言，他们是一个人极致的理想，他们艰苦卓绝的精神和跌宕起伏的人生历程可以让人们得到激励和启发。而通过对美国总统成才经历的研究和探讨，我们对于美国文化和美国性格也能有更透彻的了解。

“他山之石，可以攻玉”。在教育、培养孩子的优良品质和个性方面。美国总统的成长经历有许多值得我们借鉴的做法和经验。只有使孩子拥有靠自己双手生存的本领，他们才能适应激烈的社会竞争并成为强者。尽管每一位家长都希望孩子成才、幸福，但我们无法永远保护孩子。我们可以教给他们的便是：怎样认识生活和社会，怎样保护自己，怎样在社会中适应各种挫折和磨难。

一个人只有坚定地走上拓荒之路，在以后的人生路上他才可以攀越所有的险峻和困苦，在梦想和奋斗的交缠中成熟和成长。

前言 / 001

1 华盛顿家训——功勋是刻在人心上的 > 001

(总统任期: 1789年3月4日—1797年3月4日)

帮助别人, 才能成就自己 / 002

最稳定的保证人是我们的智慧 / 004

立志从最初微小的梦想开始 / 006

2 老亚当斯家训——神童也需要低下头走路 > 009

(总统任期: 1797年3月4日—1801年3月4日)

玩也是一种哲学 / 010

让正直成为孩子的最大财富 / 012

简朴的生活是一种享受 / 014

3 杰斐逊家训——口中含着金汤勺, 手中也要拿着百科书 > 017

(总统任期: 1801年3月4日—1809年3月4日)

每个人都是老师 / 018

教养是一个人最好的名片 / 019

给孩子一切受教育的机会 / 022



4 麦迪逊家训——沉默是金，严谨是剑 > 025

(总统任期: 1809年3月4日—1817年3月4日)

用才能替自己说话 / 026

对高贵品行的渴求是一种人生态度 / 028

严谨可以使自己少出错 / 030

5 门罗家训——温和的生活，不凡的拼搏 > 033

(总统任期: 1817年3月4日—1825年3月4日)

知识是最好的武装 / 034

坚持做自己认为正确的事情 / 035

关键时刻的表现比事事逞强更出彩 / 038

6 小亚当斯家训——家族荣誉需要更努力去捍卫 > 041

(总统任期: 1825年3月4日—1829年3月4日)

从小要树立人生信念 / 042

成才要趁早 / 044

阅历可以开阔眼界和心界 / 046

7 杰克逊家训——经受住磨难，才能看到最美的彩虹 > 049

(总统任期: 1829年3月4日—1837年3月4日)

磨难是人生的财富 / 050

靠自己建立功勋 / 052

坚持是成功的不二法门 / 053

8 波尔克家训——燃烧自己，照亮他人 > 055

(总统任期: 1845年3月4日—1849年3月4日)

时刻保持自己的诚信 / 056

做事要讲究效能 / 059

读书不思考，等于吃饭不消化 / 061

9 扎卡里·泰勒家训——“大老粗”也有明媚的春天 > 065

(总统任期:1849年3月4日—1850年7月9日)

吃一时苦,享一世福 / 066

为自己的选择负起责任 / 068

你远比你想象中更加厉害 / 070

10 林肯家训——摔倒了,要自己爬起来 > 073

(总统任期:1861年3月4日—1865年4月15日)

好学的人必成大器 / 074

别轻言放弃,努力总有回报 / 076

学着和所有人相处愉快 / 078

11 格兰特家训——没有任何借口 > 081

(总统任期:1869年3月4日—1877年3月4日)

用魄力和胆识为自我开创天地 / 082

找到自己的位置 / 184

执行才是硬道理,不要找任何借口 / 086

12 海斯家训——勇者的勋章不曾遗忘 > 089

(总统任期:1877年3月4日—1881年3月4日)

为自己喜欢的事而勇敢 / 090

平等地对待每一个人 / 092

把每一分钟当做最后 / 094

13 克利夫兰家训——为正义而奋斗终生 > 097

(总统任期:1885年3月4日—1889年3月4日 1893年3月4日—1897年3月4日)

像偶像一样勤奋 / 098

踏实做事,诚实做人 / 100

正确的事值得穷尽毕生去坚持 / 101



14 老罗斯福家训——伟大的人，有强悍的心 > 105

(总统任期：1901年9月14日—1909年3月4日)

只有先让自己强大，才能保护梦想 / 106

对弱小动物的爱，是世间大爱 / 107

眼睛看到更远的地方 / 109

15 塔夫脱家训——优秀是一脉相承的 > 111

(总统任期：1909年3月4日—1913年3月4日)

笑容有无敌的杀伤力 / 112

从小开始练习优秀 / 114

不要与人为敌 / 116

16 威尔逊家训——理想值得倾尽一生去努力 > 119

(总统任期：1913年3月4日—1921年3月4日)

每一个人都应该是自己情绪的管理者 / 120

辩论出真知 / 122

不做心胸狭窄的人 / 123

17 柯立芝家训——慎言慎行，少犯错多做事 > 127

(总统任期：1923年8月3日—1929年3月4日)

生活需要简约风格 / 128

有自知之明的人才会急流勇退 / 130

幽默细胞是一件稀罕物 / 132

18 小罗斯福家训——打败的可以是身体，而不可以是灵魂 > 135

(总统任期：1933年3月4日—1945年4月12日)

有目标便要追逐 / 136

适当附和他人，能增加人格魅力 / 138

抓住时机，是成大事者的必备素质 / 139

19 杜鲁门家训——当总统和挖土豆的儿子都同样让我骄傲 > 143

(总统任期:1945年4月12日—1952年1月20日)

把所有人放在同一天平上 / 144

推卸责任者,到此止步 / 146

怕热就不要进厨房 / 148

20 艾森豪威尔家训——控制自我,才能调控世界 > 151

(总统任期:1953年1月20日—1961年1月20日)

赏识他人,发现每个人好的一面 / 152

一个能够统辖自己精神的人才是真正伟大的人 / 154

“十字时间计划”,提高生活工作效率 / 156

21 肯尼迪家训——问问自己,你能为别人做什么 > 159

(总统任期:1961年1月20日—1963年11月22日)

给予比索取更有魅力 / 160

前面没有别人,只有你自己 / 162

说不如做,做便要马上行动 / 164

22 林登·约翰逊家训——可以犯错,但不能错一辈子 > 167

(总统任期:1963年11月22日—1969年1月20日)

用对方法,不要做无用功 / 168

鼓励是最好的礼物 / 170

人的成长需要空间 / 172

23 尼克松家训——失败了并不可怕,可怕的是失去勇气 > 175

(总统任期:1969年1月20日—1974年8月9日)

良好的心态是处理事情的最好武器 / 176

把精力放在大事上 / 178

别预设标准衡量一个人 / 180



24 福特家训——别把自己放入战争中 > 183

(总统任期: 1974 年 8 月 9 日—1977 年 1 月 20 日)

坦诚是赢得信任的最佳途径 / 184

将低调贯彻到生活中 / 186

宽容有巨大的魔力 / 188

25 卡特家训——使人伟大的不是权力，而是人性 > 191

(总统任期: 1977 年 1 月 20 日—1981 年 1 月 20 日)

一个人高贵的是心 / 192

关注生活中的细节 / 194

诚实不分等级 / 196

26 里根家训——最好的还没有来到 > 199

(总统任期: 1981 年 1 月 20 日—1989 年 1 月 20 日)

最好的总会到来 / 200

麻烦扑灭不了理想之火 / 202

奉献自己的爱心 / 204

27 老布什家训——不管什么，都要试一试 > 207

(总统任期: 1989 年 1 月 20 日—1993 年 1 月 20 日)

把自己下放到平凡人的角色 / 208

永远不乏尝试 / 210

你能做到多少，就看你想要多少 / 212

28 克林顿家训——绝境是自己对自己的放弃 > 215

(总统任期: 1993 年 1 月 20 日—2001 年 1 月 20 日)

乐观是所有事的灵丹妙药 / 216

把自己看得高一点 / 218

聪明的脑袋，也需要聪明的方法 / 219

29 小布什家训——不忘记交朋友是最高准则 > 223
(总统任期:2001年1月20日—2009年1月20日)

给自己打工 / 224

没有完美的人,但有追求完美的心 / 225

每个人都是朋友 / 227

30 奥巴马家训——无论什么,都会过去的 > 231
(总统任期:2009年1月20日—2017年1月20日)

不把恨传给孩子 / 232

放弃找借口 / 234

寻找生命的意义 / 235

华盛顿家训

——功勋是刻在人心上的

（总统任期：1789年3月4日—1797年3月4日）

作为美利坚合众国的奠基人，乔治·华盛顿的名字家喻户晓；作为“美国之父”，他是美国民众心中独一无二的偶像，拥有无人可与之匹敌的威望和声誉。在血与火的岁月，他自学成才，孜孜不倦，用灵活的头脑和超人般的意志迎来一个浴火重生的国家，而作为一位坚定的领袖，他保持了国家的统一，却没有永远保持政权的野心，他开创了主动让权的先例——一个美国至今仍然奉行的先例，树立了不迷恋权力和荣誉的人格典范。在华盛顿有生之年，他并没有留下子嗣，但他的为人处世和风范礼仪给世人留下了深刻的影响，这一切都与他幼年时期受到的教育密不可分。



帮助别人，才能成就自己

英国剑桥大学在研究乔治·华盛顿的民主建国思想时，从冗长、繁杂的资料中发现了一段记载华盛顿的往事的记录：

这一年，小华盛顿 14 岁。在一个秋天的早晨，鸟儿在树上唱歌，树叶和花草上的露珠在初升的太阳光中闪烁。爸爸一手拉着小华盛顿，一手拉着小华盛顿的表哥走进了一片苹果园中，只见一株株苹果树果实累累压满枝头。

爸爸指着满园的果树对小华盛顿说：“嗨，儿子，瞧这儿，这里有许多许多的苹果，都是你的。”

小华盛顿一听高兴地拍起了手。

爸爸低下头对小华盛顿说：“你还记得春天表哥来时带来的那个又大又红的苹果吗？”

小华盛顿一听低下了头，他用脚在松软的泥土上划来划去，不知说什么好。过了一会儿，他抬起头，泪水盈盈地望着爸爸，柔声说：“爸爸，就原谅我这一次吧，我今后再也不会那么小气了。”

这是怎么回事呢？原来表哥在春天时到小华盛顿家作客，带给小华盛顿一个大苹果，爸爸告诉小华盛顿要分给兄弟姐妹们吃，可小华盛顿怎么也不肯。爸爸给他讲了许多道理，可他还是不听，直到后来爸爸对他保证说：“只要你愿意把苹果分给大家一起吃，作为奖赏，万能的上帝就会在秋天送给你许许多多的苹果。”

小华盛顿才将苹果分给了别人。

父亲对小华盛顿说：“今天，爸爸带你到这儿来，就是要你明白：‘如

果你帮助别人得到他想要的，你就能得到你想要的。’”

父亲的最后一句话“如果你帮助别人得到他想要的，你就能得到你想要的”，改变了华盛顿的一生，也是华盛顿所持的民主政治理念的精华所在，对华盛顿乃至美国历史都产生了深远的影响。其实，“帮助别人，成就自己”是一条真理，是一条成就自己的最佳途径。成功无定律，要靠自己去寻找。有时候，给别人帮助的同时，其实也为自己创造了最好的成功机会。

锥形冰激凌的出现也印证了这个道理：

1904年夏天，美国路易斯安那州举办世界博览会，西班牙糕点小商贩哈姆威知道后出巨资在世博园内租了一个摊位，把自己的糕点工具搬到了会展地。可是，哈姆威的薄饼生意实在糟糕，而和他相邻的一位卖冰激凌的商贩生意却很好，一会儿就售出了许多冰激凌，很快他就把带来的用来装冰激凌的小碟子用完了。心胸宽广的哈姆威见状，就把自己的薄饼卷成锥形，让他来盛放冰激凌。

卖冰激凌的商贩见这个方法可行，便向哈姆威订购他的薄饼，用薄饼代替以前的小盘子盛冰激凌，大量的锥形冰激凌进入客商们的手中，哈姆威的薄饼生意也一下子红火起来。更令哈姆威意料不到的是，这种锥形冰激凌被客商们看好，而且被评为本届“世界博览会的真正明星”，锥形冰激凌一举成名，哈姆威也随着“锥形冰激凌”而名扬海外。

现代社会大呼的口号是“人人为我”，但是如果我们总是以一颗自私的心去对待世事，那我们必然感受不到快乐。生活中，有些父母在教育孩子要帮助别人时也是用一种命令的口气：“帮助别人，对自己才有利。”这样的语言会让孩子们误认为，帮助别人是有目的性的，对自己无利时就不必伸出援助之手。父母对孩子的这种教育是大错特错的。

其实，帮助别人首先会使自己快乐，在快乐自己的同时还有可能得到意想不到的成就。如果帮助别人的前提是为了让自己获利，那一件本来快乐的事也变了质，不再有它的美好。

言传不如身教。父母要让孩子懂得帮助别人，成就自己的道理，莫不如什么也不要说，而是身体力行地去打动孩子、感染孩子、教育孩子。家长经常帮



帮助别人，孩子就会问：“您为什么要帮助一些陌生人？”这时家长可以说：“帮助别人是一件快乐的事情，我们在帮助别人的时候，我们其实也得到了很多东西，取众人之长而长于众人，我们付出的是我们自己的想法和思维，得到的是别人的理解，不管别人遇到的是什么问题，当我们用爱心和耐心去帮助别人的时候，我们也同样得到了回馈。”

也许这么繁杂的道理，孩子一时还不能完全理解，但是父母诚恳的态度也会让孩子感受到帮助别人的快乐。但是，我们也不能回避社会中存在的一些不良骗局，那就要我们教会孩子明辨是非。这样，我们帮助的是真正需要帮助的人，才能在帮助他人的同时真正做到快乐自己。

最稳定的保证人是我们的智慧

在政治舞台上，华盛顿总统政绩显赫，而在他自己的植物园里，他更是一位有创新精神，有科学管理精神的“农民企业家”：他改进了美国人的养猪方式；他是美国最早尝试“轮作”的种植园主之一；他成为美国最大的酿酒商之一……太多太多的成就让我们举不胜举，而华盛顿总统一生并没有经过正规、系统的教育，他完全是通过个人努力自学成才的，而他之所以能够取得如此不凡的成就都要归功于他的母亲。

在华盛顿 10 岁时，他的个头比同龄人要矮小。也许是个头矮小又调皮的原因，华盛顿在学校里常被同学们欺负。这一点母亲早有所闻，因为华盛顿的调皮捣蛋在学校里是出了名的。

有一次，受到欺负的华盛顿回到家向母亲控告同学们对他的不敬。母亲说：“没人愿意踢一只死狗。”

华盛顿的生母玛丽是老华盛顿的续弦，和丈夫生育有四子一女，华盛顿是老大。老华盛顿的前妻生有三子一女，他们共同组成了一个大家庭。华盛顿作为一户缺地家庭的幼子，不得不通过努力工作以争取出人头地。于是华盛顿从小学会了骑马打猎，养成了英勇刚毅的性格。

母亲是十分欣赏华盛顿的这种性格的，因为她知道一个人如果想成就