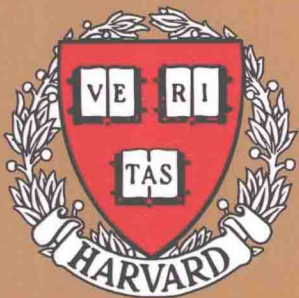


我们要与柏拉图为友，要与亚里士多德为友，更要与真理为友！

有怎样的哲学观，就会有怎样的生活方式乃至人生轨迹。

我们应该像哈佛学子那样，有意识地培养哲学思维，用哲学知识指导自己的学习和生活，这样我们的人生才会别有一番风景。

哈佛大学青少课系列



[哈佛大学送给青少年最好的礼物]



# HARVARD 青少年哲学课 哈佛大学

学习哲学知识，提升思想高度。  
相信我们都能成为热爱生活的智慧青年！  
哲学是无用之大用，生活本身就充满了哲学。  
我们应该多学习一些哲学知识，让自己树立正确的人生观、世界观和价值观。

郝言言 主编

中国法制出版社  
CHINA LEGAL PUBLISHING HOUSE

# 哈佛大学 青少哲学课

哈佛大学青少课系列



「哈佛大学送给  
青少年最好的礼物」  
HARVARD  
郝言言◎主编

中国法制出版社  
CHINA LEGAL PUBLISHING HOUSE

## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

哈佛大学青少哲学课：哈佛大学送给青少年最好的礼物 / 郝言言  
主编. —北京：中国法制出版社，2015.5  
(哈佛大学青少课系列)  
ISBN 978-7-5093-6265-5

I. ①哈… II. ①郝… III. ①哲学—青少年读物 IV. ①B-49

中国版本图书馆CIP数据核字 ( 2015 ) 第075468号

策划编辑：潘孝莉 ( editorwendy@126.com )

责任编辑：周庠宇 ( zxy7676@126.com )

封面设计：孙希前

---

## 哈佛大学青少哲学课：哈佛大学送给青少年最好的礼物

HAFO DAXUE QINGSHAO ZHUXUEKE: HAFO DAXUE SONGGEI QINGSHAONIAN ZUIHAO DE LIWU

主编 / 郝言言

经销 / 新华书店

印刷 / 河北省三河市汇鑫印务有限公司

开本 / 710 × 1000毫米 16

版次 / 2015年5月第1版

封面供图 / 达志影像

印张 / 15.25 字数 / 218千

2015年5月第1次印刷

---

中国法制出版社出版

书号ISBN 978-7-5093-6265-5

定价：29.80元

值班电话：010-66026508

北京西单横二条2号 邮政编码100031

传真：010-66031119

网址：<http://www.zgfzs.com>

编辑部电话：010-66022958

市场营销部电话：010-66033393

邮购部电话：010-66033288

(如有印装质量问题，请与本社编务印务管理部联系调换。电话：010-66032926)

## 编 委

---

张莉萍 苏文涛 薛英祥 薛翠萍 唐传汉  
唐文俊 王春晓 史 霞 马牧晨 邵 莹  
石 柳 李 青 赵 艳 唐正兵 张绿竹

PREFACE

前言

现实中的你，是不是在为人生烦恼？总在思索着为什么而活？活着有什么意义？现实与理想之间的差距，如何去平衡？在这个竞争激烈的社会，每个人都在遵循着“丛林法则”，在这样的法则下，要么成为一个成功者，创立一个幸福的人生乐园；要么成为一个彻彻底底的失败者，庸庸碌碌地过一生。那么，你想要成为什么样的人？如何寻找到一个光明、开阔的人生出口呢？答案就是学习哈佛哲学。

哈佛大学是世界教育的潮流基地，是培养精英人士的摇篮，是莘莘学子梦寐以求的荣耀的求知殿堂。哈佛大学作为世界一流学府，曾经培养了无数名人，其中包括 8 位美国总统、40 位诺贝尔奖得主、30 位普利策奖获得者，更有许多活跃在世界各地的各行各业的政治、军事、商业精英。当哈佛毕业生迈入社会以后，他们总能在很短的时间内成为行业精英，这离不开他们极高的专业技能和文化素养，更离不开他们骨子里拥有的独特的处世哲学。

每当说到“哲学”二字，绝大多数人脑海中会闪现“枯燥”、“深奥”、“远离生活”之类的词。然而在哈佛人眼里，哲学却是一种简单的东西，他们总是愿意在哲学领域信步漫游，流连忘返。在他们眼中，那种看似玄妙、抽象的哲学理论，如同美丽王国里的一座座辉煌宫殿，他们悠然漫步其中，与逝去或健在的哲学家们贴心交流。

其实哲学就是生活，生活让哲学不断充实、丰富。有什么样的哲学观，就有什么样的世界观，也就会有什么样的生活方式乃至人生轨迹。我们对待哲学，就要像哈佛学子们那样，举重若轻，深入地学习和领悟，这样人生才会别有一番风景。

无论在近代还是在现代的美国，人们都没有缺少过哲学，就是说，哲学在人们心目中的地位始终是很重要的。这从美国人特有的冒险和开创精神以及讲求实效的文化传统中就可见一斑。而且，即使是在政治家或社会活动家的心目中，哲学与其说是一种理论主张，不如说是一种处世的方针和解决社会问题的基本思路。

说到哈佛哲学，不得不提及美国哲学。美国哲学理论崇尚“实用主义”，哈佛哲学自然也如此。20世纪，虽然美国的分析哲学很流行，可是美国本土的实用主义哲学并未因此完全退出哲学舞台，而是作为一种哲学精神体现在哲学家的思想中。

后来，由于后现代主义思潮的深刻影响，如欧洲的衰落和美国取而代之成为西方文化的中心，美国哲学家有一种寻找家园的文化情结。在这样的文化背景影响下，实用主义逐渐恢复了往日的辉煌，开始以美国特有的哲学形象在自己的国度中扮演重要角色。

实际上，哈佛哲学是美国哲学的缩影。哈佛哲学正是美国实用主义哲学盛行的重要据点。20世纪的美国哲学，几乎由哈佛大学统领。在学风传承上，早期的刘易斯，中期的蒯因，晚期的普特南等，都曾经在哈佛大学任教；在思想传统上，哈佛大学哲学系传承和发展了美国实用主义，如实用主义的传世人皮尔士、詹姆斯等，都是哈佛历史上闪耀着光芒的哲学家，他们都是哈佛的骄傲。

正是这些哲学家的存在，才使得美国哈佛大学形成了一套很具特色的哲学理论，在这里生活、学习的学子们受这种思想的熏陶，他们懂得注重实效、讲究效率、积极进取。如在自我认知方面，他们懂得自我批判与自我肯定，他们会对自己说：“你是最优秀的！”他们知道自己也许不是最完美的，但至少是最真实的。他们始终相信，在这个世界上只有一个自己，

一个独一无二的自己；在人际交往方面，他们明白人际关系的处理是一种艺术，并将其作为贯穿生命始终的话题来严肃对待；在遇到人生不如意时，他们不会畏畏缩缩，而是用阳光的心态去面对，用内心的阳光去对抗、驱赶挫折造成的阴影……正是这种哲学理念，才使得哈佛学子们总能在激烈竞争的潮流漩涡中拨浪而起，在潮起潮落中进退自如，并且始终在追赶幸福，享受喜悦。

本书遴选和汇集了哈佛流行的哲学理论，我们可以学到哈佛大学所推崇的哲学理念，从中汲取生活、学习等方面的正能量。曾经有人说：哲学是无用之大用，生活本身就是哲学。我们应该多学习一些哲学知识，让自己树立正确的人生观念，学习更多的为人处世方法，掌握更多驾驭自己和世界的的能力。这样我们才能在激烈的竞争中脱颖而出，最终成为所在行业乃至在全世界取得卓越成就的优秀人才。

CONTENTS

目录

# Chapter 1

为人哲学——成就最优秀的自己

---

- 你是独一无二的 / 002
- 每天都要展现出最好的自己 / 005
- 当学会谦卑时，你已接近伟大 / 008
- 成熟心态是成功的一半 / 011
- 内心强大重于能力 / 014
- 人生沉浮，学会忍受悲伤 / 017
- 要成熟不要世故 / 020
- 哈佛信条 1：笑到最后才是最大的赢家 / 023

# Chapter 2

与人交往——以良好人际提升自我

---

- 人际质量决定了命运的质量 / 026
- 一个人的品位是交际的基石 / 029
- 人际交往也要感情投资 / 032



编织自己的人际关系网 / 035

受潮的火柴无法擦出火花 / 038

人际交往要时刻审视自己 / 041

自我边界，人际关系的“保护伞” / 043

哈佛信条 2：善待他人就是善待自己 / 045

## Chapter 3

### 探索求知——学习永无止境

---

以不断学习提升自己 / 048

优势是比较出来的 / 050

人生有涯知无涯，求知为本性 / 053

即便没天赋也要每天进步一点点 / 056

让阅读成为一种生活方式 / 059

不断丰富内涵 / 061

主动进取成就辉煌 / 064

哈佛信条 3：成功者就是比别人能坚持的人 / 067

## Chapter 4

### 自我管理——做好今天的自己

---

时光是丢失最快的东西 / 070

今天的事不要留给明天 / 073

荒废时间等同于荒废生命 / 076

把时间花在有益的事情上 / 079

让过去随时间而过去 / 082

学会管理时间 / 085

头脑要清醒，危机意识不能丢 / 088

哈佛信条 4：在危机中寻找出路 / 091

# Chapter 5

## 保持竞争——让自己永远充满活力

---

- 拥有独特视角是成功的关键 / 094
- 没有对手是严重的危机 / 097
- 小不忍则乱大谋 / 100
- 发现你的优势 / 103
- 一直走在前列，才能离成功更近 / 106
- 随时都要保持非凡的野心 / 108
- 正确对待自身的缺点 / 111
- 哈佛信条 5：积累财富，取之有道 / 114

# Chapter 6

## 除旧创新——从思想上进行自我更新

---

- 走投无路就是新的出路 / 118
- 确立明确的奋斗目标 / 121
- 侧向思维：条条大路通罗马 / 124
- 发散思维：突破思维定式的束缚 / 127
- 组合思维：学会跟人合作 / 130
- 逆向思维：反其道而思之 / 133
- 创新思维，让向前的动力不竭 / 136
- 哈佛信条 6：创新需要梦想更需要勇气 / 139

# Chapter 7

## 公平公正——追求真理的脚步永不停歇

---

- 更多的平等才能创造更多利益 / 142
- 正义者是否比不正义者更幸福 / 145
- 差异让我们生活得更好 / 148

公平中也存在不平等 / 150

协议并非都公平 / 153

不带剑的契约只是一纸空文 / 156

走出自我设限的误区 / 158

哈佛信条 7：唯有成功可以改变你的人格和尊严 / 161

## Chapter 8

### 为人处世——不断塑造完美的自己

---

选择比努力更重要 / 164

保持一颗敬畏之心 / 167

适当时候，把自己看高一点 / 170

人生就是一场权衡和取舍 / 173

可以怀疑自己，但要坚定信念 / 176

独处是一种能力 / 178

沉住气才能成大器 / 181

哈佛信条 8：改变一切从改变自己开始 / 183

## Chapter 9

### 看淡挫折——挫折是挑战更是机遇

---

失败是成功的垫脚石 / 186

人生无定局，一切皆有可能 / 189

不服输才有赢的希望 / 192

学会从损失中获益 / 195

别因一时的挫折否定自己 / 197

挫折是最好的老师 / 200

换个角度看挫折，你就是人生的赢家 / 203

哈佛信条 9：真正把自己搞明白 / 206

# Chapter 10

## 追求幸福——认真过好每一天

---

聪明的人从不忧虑明天的事 / 210

给精神松绑，为心灵放风 / 213

期望值不要太高 / 215

在苦难中享受幸福 / 218

幸福是一种自我满足 / 221

只有享乐的生活不是幸福 / 224

珍惜拥有的幸福 / 227

哈佛信条 10：坚定地追求自己的信仰也是一种幸福 / 230

# 为人哲学—— 成就最优秀的 自己



“你是最优秀的！”也许你不是最完美的，但至少是最真实的。做真正的自我，勇敢面对自己的一切。你要相信，在这个世界上只有一个你，你是独一无二的。欣赏自己，每天都要把自己最优秀的一面展现出来，勇敢追逐自己的梦想。就算不能做大树，也能做小草；不能做牡丹，也能做小野菊。你的美丽如此独特，无人能比！



## 你是独一无二的

你是独一无二的。如果能坚信这一点，用欣赏的方式看待自己，那么不必涉及其他任何人，你也会一直充满自信。

---

哈佛最骄傲的是，它每年拒绝 2000 名美国学术能力评估测试（SAT）满分申请人。申请者学问再好，它也无动于衷！那么，哈佛录取新生的标准是什么？凡是被哈佛录取的学生都会给后来者一个忠告——别妄想用成绩打动面试官，要做独一无二的自己。这也是面试官每次要问到的问题：我们为什么要录取你，你有什么特别？特色、潜力或者说“独一无二性”是名校最看重的方面。

你是独一无二的，或许不是最好的，但至少是跟别人不同的。

19 岁的玛姆因为酷似一位当红明星而被经纪公司选中。他们决定包装这个女孩。听到这个消息，玛姆兴奋得一夜没睡，她知道自己将踏入演艺圈，也许有一天也能成为偶像明星。

心怀憧憬的玛姆和经纪公司签订了合同。从那天起，玛姆就开始了严格的培训，培训的第一课就是让她忘了自己，从那一刻起她不再是玛姆，而是那个女明星。虽然不太情愿，但她依然答应了。

培训结束后，玛姆开始以那位明星替身的身份参加各种活动，每到一处都会引起大家惊叹：太像了！虽然观众都很喜欢玛姆，但她心里明白，他们喜欢的只是那个明星而不是一个叫玛姆的女孩。

两年过去了，玛姆都渐渐忘了自己是谁，每天照镜子，她都把自己当

作那位明星。直到有一天，经纪公司和她解除合约，她才恍然大悟，原来自己做了别人两年的替身。在这两年里，那个快乐的玛姆已经不见了。

玛姆决定找回独一无二的自己。她决定从头再来，从最小的配角开始，重新进军演艺圈。虽然也有导演要求她继续模仿那位明星，但都遭到她的拒绝。终于有一天，她爽朗的性格受到一位喜剧导演的青睐，从此玛姆走上了喜剧演员的道路，并且获得很大成就。

每个人的个性、人格都有其对应的潜在创造力，虽然你可能与他人有相同之处，但你所有一切的组合与这世上其他任何人都不同。你是独特的，当你学会如何接纳自己的独特性，学会欣赏自己的时候，你会发现你的身体和心灵发生了巨大的变化，你会变得更自信、更快乐。

### 【哈佛哲学】

一只麻雀看到美丽的孔雀，就想着自己能变成孔雀该多好。但是，如果成了孔雀，它就必须放弃自由。它看到头顶飞翔的老鹰，又心怀羡慕，心想如果变成一只老鹰多威武。后来，麻雀靠着树干睡着了，在梦里它变成一只老鹰，任意在天空翱翔，好不神气。但是，它发现好朋友一个个都远离它，它成了一只孤单的老鹰。当它醒来，不由得开怀大笑：太好了，我还是一只小麻雀。

### 【哈佛课堂】

一位朋友要寄很多信，于是他来到邮局。他走到柜台，递给工作人员一元钱纸币。然后对工作人员说：“请帮我拿一些2分的邮票和10倍于其数量的1分的邮票，剩下的都要5分的。”听了他的叙述，年轻的职员有点不知所措，于是找来了领导。领导微微一笑，凭着多年的工作经验，很快就交给朋友符合他要求的邮票。

你知道这些邮票的数量分别是多少枚吗？

---

---

---

**【答案解析】**

朋友的要求是5枚2分的邮票，50枚1分的邮票，8枚5分的邮票，加起来正好是1元。



## 每天都要展现出最好的自己

每天都要展现出最好的自己，把自己最美好的一面带给别人，也让自信的种子在心里生根发芽。快乐、自信、积极向上，这就是最好的你！

---

有一群年轻人，他们怀揣梦想，孜孜以求，最终走进梦寐以求的世界顶级学府——哈佛大学。他们也许是别人嘴里的“学霸”，也许就是像你我一样的普通人。他们成功了，但这成功背后也有和我们一样的失败。唯一不同的是，他们对生活充满激情，对未来充满渴望，他们每一天都用最好的姿态迎接新的生活，然而我们却依旧在失败中徘徊，在颓废中消沉。

每天清晨，站在镜子面前看看镜子里那个人，是萎靡不振还是斗志昂扬？是失落消沉还是积极向上？是退缩放弃还是永不言败？看着“他”，你就会明白怎样对待今天的生活。

过去已成往事，将来无法预测，唯一能把握的就是今天。如果你怀着悲伤出门，你就放弃了一天的幸福时光。

人无完人，我们应该接纳最真实的自己，不因优势而骄傲，也不因缺陷而自卑。展现出最好的自己，不是否定一个人的缺点和不足，也不是夸大自己的优势，而是要把自己身体里的积极因素最大程度地发挥出来。

杰妮芙好像是世界上最“奇特”的人。在公司，她永不知疲倦，对任何事都充满激情，连送发文件都一路小跑，无论对谁都是笑脸相迎。不了解的人都以为她是公司的重要人物，其实，她只是一个前台。她做着公司