

哈佛

凌晨四点半

小学
图文版

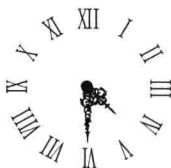
哈佛大学送给小学生的最好礼物

韦秀英 魏凤莲 编著

哈佛是一种象征，
更是一种精神。

当5岁衡水女孩张媛琦郑重其事地写下
“我要上哈佛”5个稚嫩的大字时，
就在心里埋下了哈佛的种子。
最终她让种子开花结果！
让我们的孩子从小埋下这样的种子，
让它开花结果茁壮成长！





哈佛 凌晨四点半

哈佛大学送给小学生的最好礼物

小学图文版

韦秀英 魏凤莲 编著



时代出版传媒股份有限公司
北京时代华文书局

图书在版编目 (CIP) 数据

哈佛凌晨四点半·小学图文版 / 韦秀英, 魏凤莲编著. -- 北京: 北京时代华文书局, 2015.6

ISBN 978-7-5699-0342-3

I. ①哈… II. ①韦… ②魏… III. ①成功心理—少儿读物 IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 143908 号

哈佛凌晨四点半·小学图文版

编 著 | 韦秀英 魏凤莲

出 版 人 | 田海明 朱智润

选题策划 | 胡俊生

责任编辑 | 胡俊生 孙 开

装帧设计 | 程 慧 段文辉

责任印制 | 刘 银

出版发行 | 时代出版传媒股份有限公司 <http://www.press-mart.com>

北京时代华文书局 <http://www.bjsdsj.com.cn>

北京市东城区安定门外大街 136 号皇城国际大厦 A 座 8 楼

邮编: 100011 电话: 010-64267955 64267677

印 刷 | 北京京都六环印刷厂 010-89591957

(如发现印装质量问题, 请与印刷厂联系调换)

开 本 | 787mm×1092mm 1/16

印 张 | 15.5

字 数 | 180 千字

版 次 | 2015 年 8 月第 1 版 2015 年 8 月第 1 次印刷

书 号 | ISBN 978-7-5699-0342-3

定 价 | 32.00 元

版权所有, 侵权必究



前言 早起的鸟儿有虫吃

——谨以此书献给天下所有父母和正在成长的孩子们

哈佛大学，一直以来都在创造着群星璀璨的奇迹。先后培养出8位美国总统，40位诺贝尔大奖得主和30位普利策新闻奖得主，另外，还有著名的外交家，一大批的学术创始人、学术带头人、文学家、思想家等。

肯尼迪、小布什、奥巴马、盖茨、爱默生、亨利·梭罗、亨利·詹姆斯、威廉·詹姆斯、罗伯特·奥本海默、林语堂、梁思成、梁实秋等，他们都曾就读哈佛大学，都曾是哈佛学子。这些如雷贯耳的名字，向我们证明了哈佛大学的神奇。

哈佛大学是美国历史最悠久的一流学府之一，被誉为“高等学府王冠上的宝石”，里面装满了知识与成功的经验，吸引着世界各国莘莘学子神往的目光。人们渴望走进哈佛大学，当然不只是因为哈佛的名气大，更重要的吸引来自哈佛人的思想魅力和文化精髓，正如哈佛大学教授威廉·詹姆斯所说：“真正的哈佛乃是——无形的、内在的、精神的哈佛。”

哈佛大学早已成为全人类教育的巅峰，其高超专业的学术水平

是毋庸置疑的，但是更为重要的是它已经成为一种荣耀的象征，是孕育世界精英的摇篮。

哈佛大学教给学子们的不仅仅是知识，更多的是向他们灌输成功的理念。一个人要成功，除了要有一定的技能，还要有卓越的思想、坚强的意志、成熟的心态。本书正是围绕着哈佛成功理念，深入研究哈佛大学的育人思想，让小学生掌握哈佛精神的精髓，为成功的人生打下坚实的基础。

不知道从什么时候起，国内流传着这么一个观点：美国小学生很轻松，不用做作业，整天玩就能上大学。应该承认，与中国小学生相比，美国小学生相对轻松一些，但要是认为他们整天就是玩，那真的是太不够客观了。事实上，美国小学生和中国小学生一样，该上课就得上课，课后也有作业，也会有各种考试。如果要想上好一点的大学，还要参加一些活动。只用一个“玩”字概括美国小学生，那未免太有失偏颇了。

一个人小时候形成的习惯，将会影响的他的一生。那张“哈佛凌晨四点半”的照片就是最好的证明。

照片显示，哈佛凌晨四点半，学校的图书馆里，已经灯火通明，座无虚席。他们这种勤奋努力的状态，当然不是一朝一夕可以形成的，一定与小时候的教育有着很大的关系。

随着社会的不断发展，越来越多的家长开始关注西方教育理念，对小学阶段的教育也越来越重视，这是好事。孩子在小学阶段形成的思维习惯、学习习惯、行为习惯，将来会以不同的方式影响自己的一生。所以，决不能放松小学阶段的教育。

可能有人觉得，哈佛离正处于小学阶段的我们太过遥远。其

实，机会永远留给有准备的人。小学阶段是行为习惯的养成阶段，坏的习惯一旦养成很难改掉，好的习惯一旦形成，将会受益一生。小学生有着很强的可塑性，所以，必须抓住这个阶段，为将来能够在激烈的市场竞争和人才竞争中脱颖而出而积累雄厚的资本。

河北19岁女孩张媛琦，从小就将“我要上哈佛”五个字作为自己的座右铭。她从来没有放弃过对哈佛的追求，高二毅然做出放弃高考的决定，并转读美国高中。通过自己的不懈努力，张媛琦不负众望，梦圆哈佛。这样励志的例子在我们现实生活中不胜枚举。

所以，在小学阶段，就应该树立远大的志向，激发内心的潜能，勤奋努力学习，喜欢与书相伴，性格独立坚强，做事持之以恒，具备良好心态，思路敏捷开阔，珍惜时间，重视细节，战胜自我，搞好人际关系。这些都是进入哈佛大学所必需的，即使将来没能走进哈佛，拥有这些，也将有一个非常精彩的人生。

书中所选取的每个故事，都具有深刻启迪意义，不仅可以激发小学生对社会、对人生进行多角度的思考，还可以点燃他们内心深处的智慧火花。茶余饭后，亲子共读，潜移默化中能够有所领悟，有所改变，有所进步。

人生短暂，有所成就才不算辜负。国外有句谚语：早起的鸟儿有虫吃。就让我们做一只早起的鸟儿，从小学阶段开始，向着哈佛飞翔吧。

编者

一份来自四年级小学生的《哈佛凌晨四点半》试读手抄报

哈佛凌晨四点半



韦秀英◎编著

8位总统,40位诺贝尔奖获得者,数以万计的企业精英从这里走来。哈佛究竟靠什么打造这些社会精英呢?让我们一起去探究一下吧!

想认识我吗?付雨晴,来自石家庄市金地小学四年级(1)班,今年10岁了。我是一个快乐小女生,阳光自信、兴趣广泛。电子琴、拉丁舞和阅读是我的最爱;语言表演、英语是我的特长。在家,我是爸妈的小开心果;在学校,我是老师的得力小助手!我的座右铭是:YOU HAVE A DREAM, YOU GOT TO PROTECT IT. IF YOU WANT SOMETHING, GO GET IT. (如果你有梦想的话,就要去捍卫它;如果你有理想的话,就要去努力实现。)



立志要趁早

我们应该趁早立志,因为你有目标,就会有激发你的动力。

在哈佛凌晨四点半中,我在第一章,学到了立志。立志是一件很容易的事,但是做到很难。

我为自己树立了一个很难完成的学习目标:幼儿园的时光已经过去了,小学我也不能左右,在金地小学,以后的学校就靠自己了,我要努力考上四十三中试验班再考上衡中,最后大学考上哈佛,学法律系。我认为我不是痴心妄想,我是相信自己能做到,所以我要做到。

无论如何,勤奋都是通往成功的捷径。

勤奋这个词大家有可能已经听了无数遍了,但是,你做到了吗?而懒惰这个词听得很少,但是你却做到了。

勤奋,是人生必须做到的。

大人们都说,干什么事都要暗地里使劲。我们只有勤奋,才可能成功。

我们只有勤奋,才有可能成功,有人问,还有其它的方法吗?我来告诉他(她)没有,成功最捷径的道路就是勤奋。

独立

爸爸妈妈告诉我,从小就要独立,因为自己不能独立,就会永远依靠别人了,所以要学会独立。

如果你想真正的独立,那么你就需要勇气,如果没了勇气,你什么事都做不好了。

勇气,是必须有的,哪怕是只有一点点。有了很大的勇气,你就可以独立了,因为你不再害怕了,不胆小了。

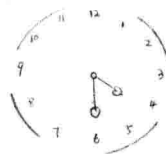
独立,我已经马上去做到,而且非常好,你做到了吗?

Yes, you can!
 Yes, you can! 没错, 你能行! 这
 是一句英文, Yes, you can! 没错, 你能行!
 你能行, 你只要做, 坚持做, 一直做,
 你就一定能行, 我们应该经常告
 诉自己: "Yes, I can! 没错就能行!"
 告诉别人: "Yes, you can! 没错, 你能行!"

管理自己

管理自己, 做计划, 都是美事, 但
 是你能否管理好自己吗? 做的计划都
 按照那个做了吗? 要想做好, 那
 就时刻提醒自己, 我写的就要
 做到的。而且在每一次的计划上
 面写上“说到做到”。

加油



要有积极乐观的心态
 如果想要学习好, 必须要有积
 极乐观的心态, 因为学习是应该积
 极向上的, 而不是没有信心和积极
 极向下的学习也要有一个乐
 观的心态, 而不是因为学习而学习。
 学习是一种很快乐的东西, 而不
 是烦的, 要让自己活起来, 活学活用,
 是在学习闲暇时候有乐观的心态, 所以我
 们要有乐观的心态。

懂交际的“团队”

世界上没有人,却有完美的团队。
所有人的身上都是有缺点的,而有的
团队却是没有缺点的,因为他们把
所有人的优点聚到一起,就变成
了一个“团队”,变成了一个
没有缺点的“团队人”。



永远 NO.1

永远NO.1,永远第一名,第一名,很多同学
想坐的位子第一名,说着简单,做着难,要不
知天,时时刻刻都努力着追求完美才能更
优秀。

不能留恋过去,时刻保持一颗归零
的心,只看现在,忘记
过去。

品质

热忱——

热情开朗

真诚让人喜欢你。

专注——会让你干的很好,

也是成功者与失败者最大的

差别。责任——敢于担当,只有

这样,敢于担当才能成大事。

干大事。自信——自己管理

自己,但是只有强者才能成就

大事。诚信——诚实,有信,让

别人相信你的第一方法。尊重

——尊重别人,尊重自己。尊重

他人是对自己最大的爱护。细节

——成功与失败的差距,往往

在那些不起眼的地方。

这些都从哈佛毕业的学

生所带的品质,也是哈佛的

学子们成功的第一秘诀。

不放弃，不抛弃
我们永远不放弃，不抛弃，
坚持。

不放弃的放弃=15画，坚持=16画，仅仅一画就有很大的差别，如果你放弃，那么你就畏惧，失败就是毁灭进步。在困境中，你是怎么做到的呢？《哈佛凌晨四点半》告诉我，在困境中要学会忍耐，而且在绝望的时候坚持一下。

读完这段，你懂了吗？以后要按着去做哦！

10

8句箴言

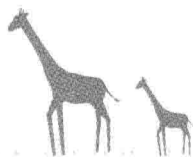
阅读：无论到哪儿都要随身带一本书。思考：睡前5分钟给自己提一个问题。选择：比汗水更重要的是选择的智慧。财商：哈佛大学的第1堂经济学课。借力：永远都不要独自用餐。锻炼：选择一项自己最喜欢的运动。创新：创造他人表达不出来的需求。感恩：对任何地方，对任何人，对任何事都说声“谢谢”。

以上是8句箴言，希望大家记住。

我喜欢《哈佛凌晨四点半》，我推荐给大大家看，希望你们也读读这本非常好的书。

11

目录



第 ① 章 志存高远：做一御风展翅的雏鹰

你将来想成为哪一种人	002
当一块绊脚石有了梦想	006
有了梦想，还要能坚持下去	010
成功的路是由目标铺成的	014
让目标像北极星一样闪亮	018

第 ② 章 筑牢基础：打造成就未来的竞争力

为谁而学习，为什么而学习	024
即使是神童，也离不开勤奋努力	028
不要成为书呆子，分数不代表一切	032
海量阅读，踏上成功的快车道	036
阅读能产生奇妙的思想火花	040

第 ③ 章 勇于创新：激发沉眠于心的潜能

点燃兴趣的小火苗	046
你的能力超乎你的想象	050
创新，让不可能变为可能	054
世界上唯一不变的是变化	058
带着好奇心推开虚掩的门	062
用洞察力捕捉成功的潜在因素	066
尽早成为同龄人中的“领头羊”	070

第 ④ 章 勤思善想：办法总比问题多

让自己的大脑运动起来	076
正着行不通，反着想一想	080
记住，答案永远不只是一个	084
及时调转思维方向化解难题	088
只要善借，就没有办不到的事	092

第 ⑤ 章 自立自强：不做温室里的花朵

克服依赖心理，自己的事情自己做	098
不能像被困在笼子里的小狮子一样	102
现在多流点汗，将来少流点泪	106
坚持做自己，不能沦为别人的影子	110
你若失去了勇气，你就失去了全部	114

第 ⑥ 章 阳光心态：好心态孕育好前程

要改变命运，先改变心态	120
今天你选择快乐了吗	124
让每一天都是你的最佳杰作	128
抱怨就像搬起石头砸自己的脚	132
用平常心做事，更容易成事	136

第 ⑦ 章 学会管理：管时间抓细节要未来

抓住零星时间，积累成功的资本	142
立即行动：不给自己拖延的借口	146
分秒必争：做跟时间赛跑的人	152
好好计划一下，接下来做什么	156
细节之处孕育着机会	160
即使再小的事，也要竭尽全力做好	164

第 ⑧ 章 战胜自我：跨越心中的那道坎

犹豫太久，容易错失良机	170
时常告诉自己：我能行	174
怕什么？战胜恐惧你就是王者	178
不能在舒服和懒惰中奢望伟大	182
挫折，就是一条欺软怕硬的狗	186

第 ⑨ 章 坚持不懈：做一条不停游动的鲨鱼

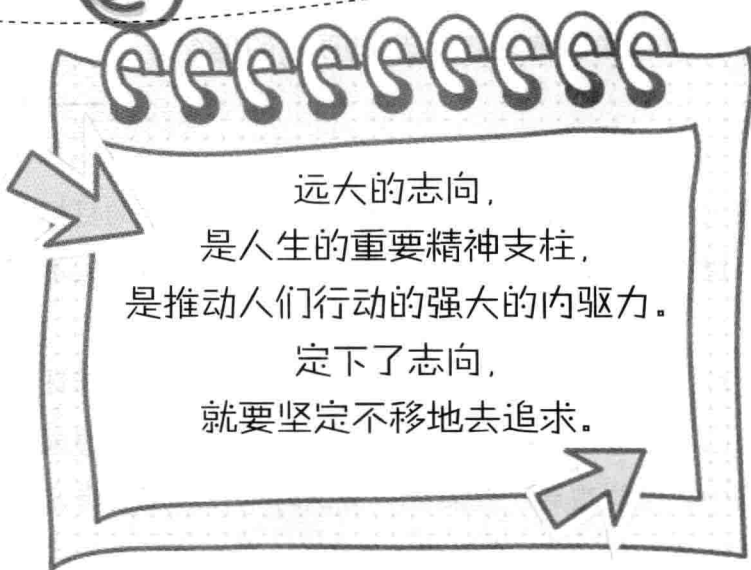
要有一种不甘落于人后的精神	192
要有积极主动、成为精英的心	196
奇迹往往就在于再坚持一会儿	200
水不停地滴，石头也能被滴穿	204
请给成功“再试一次”的机会	208

第 ⑩ 章 知己知彼：找到攀越人生顶峰的金钥匙

审视自己，做出正确的评价	214
冲动是魔鬼：别让愤怒毁了你	218
厚结人缘：不吝啬于赞美他人	222
拓展你的朋友圈，从同窗情开始	226
不做单翼天使，合作才能走向共赢	230

第 1 章

志存高远：做一御风展翅的雏鹰



远大的志向，
是人生的重要精神支柱，
是推动人们行动的强大的内驱力。

定下了志向，
就要坚定不移地去追求。



你将来想成为哪一种人

喷泉的高度不会超过它的源头，一个人的事业也是这样，他的成就绝对不会超过自己的信念。

——林肯

哈佛大学时常向学生灌输这样的理念：一个人的目标越高远，那么他的成就就会越大。远大的人生目标，能吸引着人不懈地努力奋斗。

每一位优秀的哈佛学子，都有着自己明确的目标和计划，他们很清楚自己将来要成为哪一种人。当然，在成为自己想成为的那种人的过程中，可能遭遇一些质疑，关键时刻，一定要有定力，不能在别人的质疑声中偏离了自己设定的方向。

哈佛大学的学生们常这样被教导：只有你确立了前进的目标，你才会尽最大可能发挥自己的潜力，主宰自己的命运。哈佛著名学子奥巴马用实际行动践行了这句话。