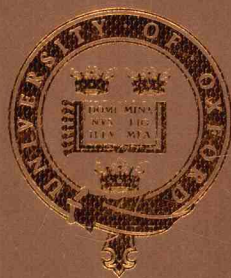


经典珍藏

牛津家训

柳诒徵编



商务印书馆



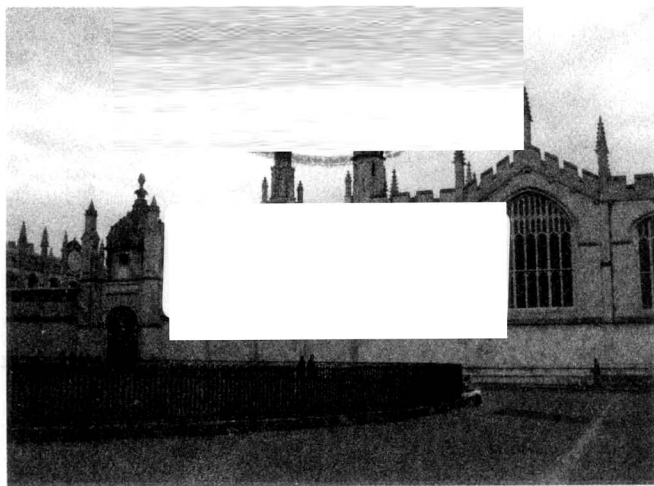
一生的忠告系列



牛津家训



柳杨◎编



兵器工业出版社

图书在版编目(CIP)数据

牛津家训 / 柳杨编. — 北京: 兵器工业出版社, 2012.11
ISBN 978-7-80248-847-2

I. ①牛… II. ①柳… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 267300 号

出版发行: 兵器工业出版社

发行电话: 010-68962596, 68962591

邮 编: 100089

社 址: 北京市海淀区车道沟 10 号

经 销: 各地新华书店

印 刷: 北京鹏润伟业印刷有限公司

版 次: 2013 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

责任编辑: 刘 立

封面设计: 王明贵

文字编辑: 于海娣

图文制作: 北京东方视点数据技术有限公司

责任印刷: 王京华

开 本: 680mm × 980mm 1/32

印 张: 10

字 数: 298 千字

定 价: 24.80 元

(版权所有 翻印必究 印装有误 负责调换)



牛津大学建于 1167 年。它在英国社会和高等教育系统中占据极其重要的地位，有着世界性的影响。在 800 多年的历史中，牛津大学培养了 6 位英国国王、26 位英国首相、多位外国政府首脑。

牛津靠什么打造了这些巨人？他们的教育中有什么深藏未露的秘密？从这些成功者身上我们不难看到，在牛津收获的东西是他们获得如此成就的决定性因素，是牛津精神始终鞭策他们向成功的顶峰攀登，是牛津大学成功的教育理念缔造了他们辉煌的人生。

牛津大学的巨大成就，关键不是因为它的规模宏大、学科众多，而在于它先进的办学理念、追求真理的可贵精神和 800 多年沉淀下来的闪光智慧。在人生的旅途中，大学只是一个短暂的历程，但牛津让学生在这个短暂的历程中汲取着智慧的营养，教会了学生怎样做人、怎样做一个成功的人，并引领他们思考和感悟人生，为实现人生目标，取得成功做好积极而充分的准备。

当然，牛津取得巨大的成就，并不完全是学校教育的成果，这其中也有学生家长的功劳。他们成功的教育方法和理念、他们培养孩子成才的坚定信心和严谨态度，以及他们将教育孩子作为人生重要目标的信念，都是牛津精英教育的重要组成部分。

每个家长都渴望自己的孩子拥有成功的人生，要想成功，就离不开教育的作用。父母是孩子的第一任老师，家庭是孩子的第一个课堂，家庭教育在很大程度上决定着孩子的未来。但是，如何更好地教育孩子是



家长们公认的一大难题。随着社会竞争的激烈发展，家长的教育职责也越来越具有挑战性，其教育理念和教育方法决定着孩子将会取得的成就。牛津家训的成功案例告诉我们，正确的学习习惯和生活习惯是父母给予孩子的最大财富。

《牛津家训》汇集了牛津大学 800 多年最顶级的教育理念和牛津家训精华，从人生哲理、优秀品质、杰出本领、人性弱点，以及牛津家训等多个角度，充分诠释了牛津大学教育理念中的精髓和牛津家训的要旨，触及了人生中最朴素的感情和人性中最本质的东西，并挖掘出成长路上最丰富的成功内涵，为成长中的孩子提供适合其心理需求的精神养分，铸就一个牛津学子应有的优秀品质，并树立起明确的精英意识，学会在学习和生活中自我选择，自我塑造，为成长为社会精英打下坚实的基础。

作 者

2012 年 9 月



第一章 要像雄鹰一样展翅翱翔	1
亲手雕琢自己的生命	1
砍掉依赖的绳索，才能飞得更高	3
不妨把自己带到悬崖边	6
做自己命运的策划师	8
战胜自我，就赢得了一切	10
生命就是一次次的自我挑战	12
做永不退缩的人	14
在奋斗中成就最好的自己	16
没有尝试过，就永远不要说“不行”	18
培养一种拼搏的惯性	21
第二章 用信念武装自己	23
自信是命运的主宰	23
信念就是一种期望	25
用信念对梦想发出召唤	27
永远不要放弃你的目标	28
绝不在最后关头退缩	30
坚忍不拔方显人生本色	32
只要你能想到，你就能做到	34



自信的勇气产生力量	36
用信念为人生开路	38
挑战生命中的难度，才能成就生命的高度	41
第三章 坐而论不如起而行——提高行动力	44
行动，才有实现的可能	44
行动力就是不断地努力	46
不要总是耽于幻想	48
行动的第一步往往最为艰难	50
用勇气为行动开路	52
不要被别人的议论挡住你行动的步伐	54
不要总是将希望寄托于明天	56
敢于行动，就能创造奇迹	57
永不放弃行动的权利	59
亮出你的行动力	61
第四章 慢一秒钟，你的境遇就会不同	64
效率是成功的最佳保证	64
想提高效率，就要找对方法	66
小的目标更容易助人加速前进	68
做事情要分清轻重缓急	70
过分苛求完美是效率的阻碍	72
先办好关键的环节	74
别被琐事牵着鼻子走	76
想实现效率，准备自然要充分	78
利用备忘录，提高你的效率	81
不要忽视榜样的力量	82
第五章 做好小事，才有可能成大器	85
细节是决定成败的关键点	85
形象是最好的通行证	88



举止是内在修养的镜子	90
细节往往最能打动人心	92
保持一种忧患意识	94
不必纠结于无关紧要的小事	96
细节往往蕴藏着智慧	98
多为别人着想	100
守时的人更为可信	102
做生活的有心之士	104
第六章 世界上没有一个懒惰的天才	107
勤奋是造就天才的摇篮	107
将努力发挥到极致	109
懒惰是成功的拦路虎	111
克服拖延的陋习	114
用责任感督促你勤奋起来	116
“差不多”是毁掉勤奋的刽子手	119
勤奋耕种，才能收获梦想的果实	121
不要让懒散吞噬掉你的心灵	123
借助勤奋踏上卓越的阶梯	125
第七章 习惯是日复一日地养成的	128
好习惯可以赢得巨大价值	128
持久专注地做每一件事	130
反省是进步的阶梯	131
保持节俭的生活作风	133
主动调整生活的节奏	135
不要让不良习惯毁了你	137
培养认真的习惯	139
要永远坐在第一排	141
在行动之前，先做出详细的计划	143



及早养成理财的习惯	145
第八章 生活离不开创意	148
智慧是永恒的财富	148
每个人都有一座创意的宝库	149
创新是你独树一帜的旗杆	151
创新是为想象注入的一缕阳光	153
从小事中激发无限的创意	156
甩开标准答案的限制	157
打破常规的束缚	159
另辟蹊径，创意自来	161
敢创新，才能成就大事	164
用新意装点这个世界	165
第九章 拥有发现美的眼睛，自能看到光芒	168
独具慧眼，你就能看到不一样的	168
走出阴霾的地带	170
邂逅生活的美	173
躲开暴躁情绪的骚扰	176
以微笑迎接走向你的事物	178
学会从不完美中寻找美丽	180
温和的情绪能擦亮美的眼睛	182
远离忧虑的侵扰	184
顺利度过生命的冬眠期	186
保持一颗平静的心	188
第十章 为自己多存几本人脉存折	191
朋友是永远不会贬值的财富	191
微笑和赞美是人际交往的润滑剂	193
倾听让你更具魅力	195
用坦诚来赢得人脉	197



放低姿态，才能走好每一步路	199
以貌取人是不成熟的表现	201
抬高自己，就是孤立自己	203
要懂得站在他人的立场看问题	206
适当时应学会退让	207
对他人宽容，就是给自己拓宽道路	209
第十一章 要在苦难的烈焰中奋勇高歌	212
苦难是雕琢天才的一把刻刀	212
不要因为失败而否定未来	214
失败是坚韧的最后考验	217
把不利的因素转化为前行的动力	219
能站起来，就是一种勇气	220
选择最佳的方式改变自己	223
不要习惯做劣者的角色	225
把每一次磨难当做一次学习	227
站在逆境中更要勇敢高歌	229
学会在风雨中汲取清新的氧气	231
第十二章 成功与你仅有半步之遥	234
成功并非想象中那么难	234
成功是一扇虚掩的门	236
最擅长的事也就最容易成功	238
只要你想做，你就能成功	240
成功就是将简单的事情反复做	242
不要让优势成为成功的绊脚石	244
优柔寡断是成功的最大敌人	246
别让自负毁掉你的成功	248
借助外力为成功提速	251
用热情点燃成功的火种	252



第十三章 你的健康资本不容有失	254
健康是滋润成长的雨露	254
把保持健康当成一种习惯	256
有健康的体魄，才能有好的将来	258
强身健体，从规律生活做起	260
不要做一座永不停歇的马达	262
弦扣得太紧，弓容易失去弹性	264
在疲劳到来之前，先休息一下	266
不与疲劳做无谓的抗争	268
永远不要牺牲健康换取他物	271
如果不想累倒，那么现在就开始放松	273
第十四章 转个弯，就能看到最美的风景	276
给心灵洗个澡	276
珍惜你的拥有	278
别太在意他人的议论	280
永远都不要绝望	282
别让狭隘禁锢住你的心	285
戒掉自卑的心理	287
庸人自扰是无谓的行为	289
抱怨对解决问题毫无帮助	291
摆脱孤独的阴霾	293
把脚步放慢，才能看到路边的风景	295
第十五章 珍惜成长路上的每一个足迹	298
努力去做一个有价值的人	298
任何时候都要心存希望	300
你的定位将决定你的人生路线	302
压力是成长的最强动力	305



第一章

要像雄鹰一样展翅翱翔

亲手雕琢自己的生命

我让旁人去嘀咕，自己却干自己认为有益的事。我巡视了自己领域中的事，认清了我的目标。

——歌德

人的一生是不断地设计和雕琢自我的一生，生命中的每一部分都需要我们去精心地雕琢，从而使其更富有意义。

如果将自己的发展依赖于别人的定位，而没有自己的人生目的，没有自我实现的欲求，就不可能做出一番事业。你的生命，要自己去雕琢。你要选择自己的生活道路，确定人生的目标，也就是为自己“人生道路怎么走”、“朝着什么方向走”、“最终要达到什么目的”进行设计。

一所大学的研究所里，有一位教授正和同学们一道分享他的童年趣事。

“上小学的时候，我考试得了第一名，老师送我一本世界地图，我好高兴，跑回家就开始看这本世界地图。很不幸，那天轮到我为家人烧洗澡水。我就一边烧水，一边在灶边看地图，看到一张埃及地图，想到埃及很好，埃及有金字塔，有埃及艳后，有尼罗河，有法老王，有很多神



秘的东西，心想长大以后如果有机会我一定要去埃及。

“看得入神的时候，突然有一个大人从浴室冲出来，围着一条浴巾，用很大的声音跟我说：‘你在干什么？’我抬头一看，原来是我爸爸。我说：‘我在看地图。’爸爸很生气，说：‘火都灭了，看什么地图。’我说：‘我在看埃及的地图。’父亲跑过来，给了我两个耳光，然后说：‘赶快生火，看什么埃及地图。’打完后，踢我屁股一脚，把我踢到火炉旁边去，用很严肃的表情跟我讲：‘我保证，你这辈子不可能到那么遥远的地方，赶快生火。’

“我当时看着我爸爸，呆住了，心想：‘他怎么给我这么奇怪的保证？真的吗？这一生真的不可能去埃及吗？’20年后，我第一次出国就去埃及。我的朋友都问我到埃及干什么，那时候还没开放观光，出国是很难的。我说：‘因为我的生命不能被别人设定。所以我要去埃及旅行。’

“有一天，我坐在金字塔前面的台阶上，买了张明信片寄给我爸爸。我写道：‘亲爱的爸爸：我现在在埃及的金字塔前面给你写信，记得小时候，你打我两个耳光，踢我一脚，保证我不能到这么远的地方来，现在我就坐在这里给你写信。’”

被别人设定，并且照着别人的设定去做的人，他的生命注定只能平淡无奇，碌碌无为。只有对自己的生命充满激情和幻想的人，才会不断地超越自己，达到一个又一个高峰，人生也因此而绚丽多彩，跌宕起伏。

不要偷偷躲在角落里去观望和羡慕别人的成功，然后埋怨自己，有什么理由埋怨呢，你应该知道自己之所以有个悲伤的结局，是因为在别人努力自我雕琢的时候，你放弃了对自己生命亲手雕琢的机会。即使天资再好，若经受不住雕琢之苦，也不能成为完美的精品。

一位著名的雕刻师准备塑造一尊佛像供人供奉，经过精挑细选，他看上一块质感上乘的石头，开始雕刻。没想到才拿起锉刀敲几下，这块石头就痛不欲生，不断哀嚎：“好痛，好痛，师傅，不要再刻了，还是让我躺着吧！”师傅只好停工，让其躺在地上，另外找了一块质感差一点的石头重新雕刻。这块石头任凭刀琢棒敲，一概咬紧牙根坚忍承受，默然



不出一语。师傅渐入佳境，在精雕细琢下，果然雕成了极品，大家惊叹其为杰作，将佛像送到大雄宝殿，供善男信女日夜顶礼膜拜。从此，该庙宇香火鼎盛，远近驰名。

不久，无法忍受雕刻之痛的那块石头被人废物利用，铺在通往庙宇的马路上。人车频繁经过，又要承受风吹雨打，实在痛苦不堪，石头内心愤愤不平，质问庙里那尊佛像，说道：“你资质比我差，却享尽人间礼赞尊崇，我却每天遭受凌辱践踏、日晒雨淋，凭什么？”佛像只是微笑，说：“你天资虽好，却耐不住雕琢之苦，怎能抱怨别人呢？”

人总想不费吹灰之力就能得到自己要的东西，然而又想逃避努力，这是不可能的。雕琢自己的生命，对于我们每个人来说，是必要的经过。人生也是如此，只有从磨炼中走来，经历过沧桑洗涤，生命才会完美，才能精彩。正如那块石头，因为承受不了雕琢之苦，尽管资质好却无法显示自己的价值，只能被当做废物利用。人也一样，只有不断去雕琢自己，才能创造精彩完美的人生。

亲手雕琢自己的生命吧，让生命像烈火一样地燃烧；亲手雕琢自己的生命吧，让生命放射出绚烂的火花；亲手雕琢自己的生命吧，让年轻的梦永远没有终点。

砍掉依赖的绳索，才能飞得更高

凡事欲想成功，必须依靠自己的凡力而不能借助上帝的神力。

——约瑟夫·奈

幸福不能奢望他人给予。命运的强者时刻都会紧握手中的方向盘，做人生的主宰。人，要靠自己活着，而且必须靠自己活着。砍掉依赖的绳索，依靠自己向前迈步，这是一个人立足于社会的根本。只有依靠顽强的自立精神，才能克服重重困难，坚持前进。

人人都是自己命运的设计师，最可靠的不是别人的权力和威望，而是自己的力量。一个人如果自己不努力，即便外在的条件再好，也于事



无补。而同样，即便身处逆境，如果能够不断努力，一样可以获得成功。自己才是决定能否成功的关键，不要把希望寄托在外在的事物或人的身上。

一个登山者，一心一意想登上世界第一高峰。在经过多年的准备之后，他开始了新的旅程。由于他希望完全由自己独得全部的荣耀，所以他决定独自出发。他开始向上攀爬，但是时间已经有些晚了，然而，他非但没有停下来准备露营的帐篷，反而继续向上攀登，直到四周变得非常黑暗。

山上的夜晚显得格外的黑暗，这位登山者什么都看不见。到处都是黑漆漆的一片，能见度为零。即使如此，这位登山者仍然继续不断地向上攀爬着，就在离山顶只剩下几米的地方，他滑倒了，并且迅速地跌了下去。跌落的过程中，他仅仅能看见一些黑色的阴影。

他下坠着，在这极其恐怖的时刻，他的一生，不论好与坏，也一幕幕地显现在他的脑海中。当他一心一意地想着，此刻死亡是正在如何快速地接近他的时候，突然间，他感到系在腰间的绳子重重地拉住了他。他整个人被吊在半空中……

在这种上不着天，下不着地，求助无门的境况中，他一点办法也没有，只好大声呼叫：“上帝啊！救救我！”

突然间，从天上有个低沉的声音回答他说：“你要我做什么？”

“上帝！救救我！”

“你真的相信我可以救你吗？”

“我当然相信！”

“那就把系在你腰间的绳子割断。”

在短暂的寂静之后：登山者决定继续全力抓住那根救命的绳子。

第二天，搜救队找到了他的遗体，已经冻得僵硬，他的尸体挂在一根绳子上。他的手也紧紧地抓着那根绳子……在距离地面仅仅1米的地方。

生命所受到的最大束缚就来自于它对“绳子”的依赖。人们经常持



有的一个最大的谬论，就是认为自己永远会从别人的帮助中获益，却不知一味地依赖他人只会导致懦弱。如果一个人总是依靠他人，将永远也坚强不起来，永远也不会有独创力。人活一生，要么独立自主，要么埋葬雄心壮志，一辈子老老实实做个普通人。对于想成大事者而言，拒绝依赖他人是对自己能力的一大考验。依附于别人，就是把命运交给别人，放弃做大事的主动权。摆脱一份依赖，就多了一份自主，也就向自由的生活前进了一些，向成功的目标迈进了一步。

有时候确实需要别人的帮助，但是如果将别人的帮助当做一种依靠，就势必会形成一种依赖的习惯，对于一个杰出的人来说，他的选择是：“舍弃依靠，自己去奋斗”。

美国总统约翰·肯尼迪的父亲从小就注意对儿子独立性格和精神状态的培养。有一次他赶着马车带儿子出去游玩。在一个拐弯处，因为马车速度快，猛地把肯尼迪甩了出去。当马车停住时，儿子以为父亲会下来把他扶起来，但父亲却坐在车上悠闲地掏出烟吸起来。

儿子叫道：“爸爸，快来扶我。”

“你摔疼了吗？”

“是的，我自己感觉已站不起来了。”儿子带着哭腔说。

“那也要坚持站起来，重新爬上马车。”

儿子挣扎着自己站了起来，摇摇晃晃地走近马车，艰难地爬了上来。

父亲摇动着鞭子问：“你知道为什么让你这么做吗？”

儿子摇了摇头。

父亲接着说：“人生就是这样，跌倒、爬起来、奔跑；再跌倒、再爬起来、再奔跑。在任何时候都要全靠自己，没人会去扶你的。”

站在巨人的肩膀上取得的成功，只能算作成功的半成品，同样，依靠别人帮助取得的成绩也不会让人真正扬眉吐气，只有自强不息，取得的成果才是最甜美的。

人若失去自己，是一种不幸；人若失去自主，则是人生最大的缺憾。只有砍掉依赖的绳索，抛弃了拐杖，你才能飞得更高更远。



不妨把自己带到悬崖边

没有天生的强者，一个人只有站在悬崖边上的时候，才会变得真正坚强起来。

——武田麻弓

生命其实需要一个高度。当我们站在这个高度的边缘将要跌落时，它瞬间所爆发出的力量总是可以创造出奇迹，这是因为，当我们将自己置身于无法退却的境地之时，我们的选择就只有两个——要么坐以待毙，要么勇敢向前迈步。这样一来，本能就会促使我们勇敢前行。同样的道理，如果我们能够在做事情前断绝后路，下定决心坚定不移地前进，那么就能够获得成功。

有一个老人，在山里打柴时捡到一只很小的、样子怪怪的鸟。那只鸟和出生刚满月的小鸡一样大小，也许因为它实在太小了，又不会飞，老人就把这只鸟带回家放在小鸡群里，充当母鸡的孩子，让母鸡养育。母鸡没有发现这个异类，全权负起一个母亲的责任。鸟一天天长大了，后来，人们发现那只鸟竟是一只鹰，人们担心这只鹰再长大一些会吃鸡。为了保护鸡，人们一致要求：要么杀了那只鹰，要么将它放生，让它永远也别回来。因为和这只鹰相处的时间长了，有了感情，这一家人自然舍不得杀它，他们决定将它放生，让它回归大自然。然而，他们用了许多办法都无法让其重返大自然，他们把它带到很远的地方放生，过不了几天那只鹰又飞回来了，他们驱赶它，不让它进家门，他们甚至将它打得遍体鳞伤……最后，他们终于明白：原来鹰是眷恋它从小长大的家园，舍不得那个温暖舒适的窝。后来，村里的一位老人说：“把鹰交给我吧，我会让它重返蓝天，永远不再回来。”老人将鹰带到附近一个最陡峭的悬崖旁，然后将鹰狠狠向悬崖下的深涧扔去。那只鹰开始也如石头般向下坠去，然而快要到涧底时，它终于展开双翅托住了身体，开始缓缓滑翔，然后轻轻拍了拍翅膀，飞向了蔚蓝的天空。它越飞越自由舒展，越飞动