

百年哈佛引以为豪的智慧

18岁前就该懂的 哈佛 人生哲理

寿长华 编著

18SUI QIAN JIUGAIDONG DE HAFU RENSHENG ZHELI



短小的故事蕴含着深刻的哲理，没有说教但触动心灵
朴实的风格闪烁着人性的光华，没有炫耀但感动人生

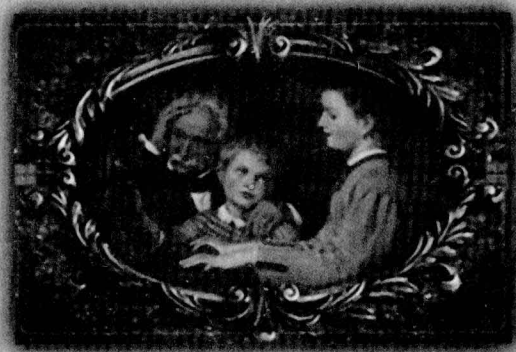
中国华侨出版社

百年哈佛引以为豪的智慧

18岁前就该懂的 哈佛 人生哲理

寿长华◎编著

18SUI QIAN JIUGAIDONG DE HAFO RENSHENG ZHELI



中國華僑出版社

图书在版编目(CIP)数据

18岁前就该懂的哈佛人生哲理 / 寿长华编著. —北京:
中国华侨出版社, 2011.7

ISBN 978-7-5113-1044-6

I. ①1… II. ①寿… III. ①人生哲学—青年读物
②人生哲学—少年读物 IV. ①B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 115363 号

18岁前就该懂的哈佛人生哲理

编 著 / 寿长华

责任编辑 / 梁 谋

责任校对 / 孙 丽

经 销 / 新华书店

开 本 / 787×1092 毫米 1/16 开 印张/20 字数/444 千字

印 刷 / 北京建泰印刷有限公司

版 次 / 2011 年 8 月第 1 版 2011 年 8 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5113-1044-6

定 价 / 35.00 元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号通成达大厦 3 层 邮编:100028

法律顾问:陈鹰律师事务所

编辑部:(010)64443056 64443979

发行部:(010)64443051 传真:(010)64439708

网址:www.oveaschin.com

E-mail:oveaschin@sina.com

前言

哈佛,被誉为美国政府的思想库,先后诞生了 8 位美国总统,40 位诺贝尔奖得主和 30 位普利策奖得主,培养了微软、IBM……一个个商业奇迹的缔造者。

哈佛靠什么打造出如此多的巨人?靠什么取得如此卓越的成绩?靠的是他顶级的教育理念。哈佛已将其精神彻底融入每个学子的血液与生命,成为他们披荆斩棘取得成功的随身利器。

哈佛的教育精神和理念是平易近人的,哈佛的教育强调以人为本,把重视人,理解人,尊重人,爱护人,提升和发展人的教育精神贯注于教育教学中。让孩子在教育教学中现实需要和未来发展,哈佛更注重开发和挖掘人自身的禀赋和潜能,更重视人自身的价值让其实现,并致力于培养人的自尊、自信、自爱、自立、自强意识,从而不断提高人的生存和发展能力,促进人自身的发展与完善。其实这些教育理念就蕴涵在一个个引人入胜的小故事里,使青少年的心灵在不知不觉中受到感染,得到改变。

《18 岁前就该懂的哈佛人生哲理》汇集了 365 个故事,每个故事都具有丰富的教育意义和深刻的生活哲理,不仅可以激发青少年对社会、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,使他们见微知著,从一滴水看见大海,由一缕阳光洞见

整个宇宙。

哈佛流传百年的家庭教育理念尽在其中,让所有家长都能从中受到启迪,与孩子一起学习,一起成长,帮助孩子构建起经得住考验的综合能力框架,树立正确的人生观和价值观,铸就哈佛学子和社会精英应有的优秀品质。

这是奉献给天下父母与孩子的一部精心之作,小故事中蕴涵着大智慧,小细节里蕴藏着大乾坤,通过阅读与反思,净化孩子的心灵,让孩子感悟七彩人生。

一滴水滴,可以折射出太阳的光辉;一则故事,可以滋养饥渴的心灵;一本好书,可以改变无数人的命运。相信本书会成为改变孩子命运的好助手,为孩子带来美好的前程。

目 录

第一辑 哈佛感恩篇：

用爱做人 为爱做事

爱是平凡的,但不平庸;爱是崇高的,但又随手可及;爱是社会前进的基础,爱是祖国强大的根基;爱是一种责任,爱是一种奉献;爱,是人心中的一方净土;爱,是人心灵的一双翅膀,带我们飞向文明与远方!

只要心中有爱,理想就能成真,因为爱是任何人都无法拒绝的东西!

第一章 懂得感恩,人生就会有无边的快乐和幸福

- 第1天 感恩的心触动每个人内心深处最柔软的地方 2
- 第2天 心存感恩,世界就会变得温暖而美丽 2
- 第3天 知恩图报的故事,永远都是传奇 3
- 第4天 感恩使你懂得人生的真谛 4
- 第5天 每天用几分钟时间为自己眼前所拥有的而感恩 4
- 第6天 珍惜拥有,怀着一颗感恩的心生活 5
- 第7天 感恩是用一生的时间,用全部的身心去报答生活 6
- 第8天 拥有感恩之心,生命则会充满勃勃生机 6
- 第9天 老鼠都知报恩,更何况人呢 7
- 第10天 感谢上天,让我们生而为人 8
- 第11天 心存爱与感恩,就会收获快乐与感动 8
- 第12天 把工作看成是上帝对人类的最大恩赐 9
- 第13天 有时一句暖暖的简短的话语,就会收获生命中的钻石 10
- 第14天 心灵属于自己,过多的宠爱和约束会葬送它的天性 11

第二章 人生不售往返票,要懂得珍惜拥有

- 第15天 幸福就在我们身边,要学会去寻找 12
- 第16天 幸福就在身边,我们却不懂得珍惜 13

第 17 天	往往最平凡的东西才最值得珍惜	14
第 18 天	幸福其实很简单:珍惜拥有的一切,淡然对待得不到的东西	15
第 19 天	杜绝一切浪费	16
第 20 天	做自己认为有意义的事就是珍惜生命	16
第 21 天	把每个人都当做自己的宝贝	17
第 22 天	珍惜身边的一一点一滴	17
第 23 天	理想往往并不是最适合自己的,要珍惜当下	18
第 24 天	对待生命唯有两个字——珍惜	19
第 25 天	时间就是那不断被我们丢弃的宝石	20
第 26 天	身边的事,再平凡也要珍惜	20
第 27 天	珍惜时间就是珍惜生命	21

第三章 用感恩的心报答养育之恩

第 28 天	世上唯一没有被污染的爱是母爱	22
第 29 天	不使父母失望也是对父母之爱的一种报答	22
第 30 天	送一份礼物给父母,来表达你的孝心	24
第 31 天	生活到处都有回报父母的机会,只要你用心去找	24
第 32 天	报答养我者,天经地义	25
第 33 天	要舍得付出一切去尽孝	26
第 34 天	爱父母,莫过于在家中理解体谅父母	27
第 35 天	不要遗忘父母	28
第 36 天	只要舍得,爱可以发展,可以延伸	28
第 37 天	一个人如果不懂得爱父母,又如何能真心爱别人	30
第 38 天	我们没有任何借口不去关注父母的生活	31

第二辑 哈佛处世篇:

人生需要舍得 舍得丰富人生

人生在世,有许多东西是不愿舍弃的。有既得的,有想要的;有精神的,有物质的;有名利的,有情分的。但是,经验告诉我们,一些东西如果不舍弃,势必成为一种负累。因为是你的,终归是你的,怎么也跑不了;不是你的,巧取豪夺也没用。舍与得之间,需要大智慧才能悟到真谛。

第四章 选择与放弃决定着你的未来

第 39 天	一时的得失不能代表什么,将眼光放远一些	33
第 40 天	对于外界的压力,承受不了时就弯曲一下	34

第 41 天	有时离开后才有未来	34
第 42 天	想得到必先收敛欲望	35
第 43 天	得到是要付出代价的,甚至失去更多	36
第 44 天	缺憾中领略圆满	37
第 45 天	有的东西虽然被别人看好,但却不适合自己	37
第 46 天	少点盘算,多点舍得	38
第 47 天	有些东西是一定要与别人分享的	39
第 48 天	人生要跳出贪婪的“米缸”	39
第 49 天	人生能否成功,完全取决于自己的态度、方式	40
第 50 天	舍得与人分享,金钱的价值才能体现	40
第 51 天	在利益面前,要控制一下自己,不能让心被欲望占据	41
第 52 天	每样东西都有它的好处,要权衡利弊,选择取舍	42
第 53 天	只知索取不知付出的人,永远得不到别人的赐予	43
第 54 天	贪得是祸,舍得是福	43
第 55 天	要想让人生有所突破,就必须懂得放弃	44
第 56 天	人生是一次长途旅行,当一扇门关闭,就选择另一扇门	45

第五章 舍而不求得,得会自至

第 57 天	心中常有爱,人便自然有福了	46
第 58 天	适时地放弃是一种智慧	47
第 59 天	以爱己之心爱人则是人间大爱	48
第 60 天	好的东西要舍得与人分享	49
第 61 天	有些时候,表面看起来是失,但最后的结果却是得到	49
第 62 天	得到之后不要忘记感恩	50
第 63 天	施比受更有福	51
第 64 天	帮助别人就是付出,给别人给自己都能带来快乐	51
第 65 天	爱人者,人必从而爱之	52
第 66 天	诚实是一种舍得的境界	53
第 67 天	当人与人之间把爱聚集为炽热的能量时,世界将是一个大家庭	53
第 68 天	能为别人生活绚丽而付出的人是不寻常的人	54
第 69 天	有了真诚,才有真正的勇气去付出	55
第 70 天	在获取之前,要先学会付出	56
第 71 天	诚可感天,诚可感人	57
第 72 天	若要得到别人的爱,首先自己要舍得去爱	57
第 73 天	有人爱、能爱人,我们才能品尝到生之欢乐	58
第 74 天	一个人把自己的爱毫不吝惜地给予别人,对于承受者来说,是刻骨铭心的	59

第 75 天 若要得到别人的爱,首先自己要舍得去爱	60
---------------------------------	----

第六章 无欲则刚才是快乐的真谛

第 76 天 想要成功,请先学会为欲望设定底线	62
第 77 天 聪明的人永远不会为他们的损失而悲伤	63
第 78 天 快乐,从心开始	64
第 79 天 幸福和快乐就藏在我们自己的心里	64
第 80 天 无限地获得并不是一件好事	65
第 81 天 用广阔的心胸来化解世上的忧愁	65
第 82 天 学会宽容别人,让生命中美好的阳光渗透到你心灵	66
第 83 天 只有知足,我们才会没有烦恼	67
第 84 天 别用他人的过错来惩罚自己	68
第 85 天 只有能得到的东西,才有价值	68
第 86 天 凡事都有它的两面性,得失之间总有一个平衡点	69
第 87 天 如果你什么都想要,最终可能是什么都得不到	70
第 88 天 舍得才会知足,知足才能舍得	71
第 89 天 贪欲越少,生活越幸福	71
第 90 天 贪婪让生活变得苦涩	72
第 91 天 贪得无厌最终会落得一无所有	73
第 92 天 抱着凡事“多多益善”的想法,反而会压制对幸福的享受	74
第 93 天 攀比是烦恼的祸根	74
第 94 天 虚荣心害人不浅	75
第 95 天 心无挂碍,随遇而安	75
第 96 天 平和与宽忍	76
第 97 天 淡泊处世,别做欲望的奴隶	77
第 98 天 海纳百川,有容乃大	78
第 99 天 欲望过多的下场	79
第 100 天 转移自己的不快	80
第 101 天 控制自己的欲望,知足者常乐	80
第 102 天 体味生活的乐趣	81
第 103 天 生活往往孜孜以求,就越求而不得	82

第七章 果断舍弃,才能获得更多

第 104 天 只有放弃眼前利益,才能获取长远大利	83
第 105 天 有时,一点点蝇头小利,可能会使你放弃更宝贵的东西	83
第 106 天 钱是赚不完的,千万不要把自己所有的心思都放在赚钱上	84
第 107 天 懂得适可而止,就不会活得那么累	85

第 108 天	与其苦苦挣扎,拼得头破血流,不如勇敢地选择放弃	85
第 109 天	人生如棋,要学会舍弃该舍弃的,保住该保住的	86
第 110 天	该舍弃的时候勇敢地舍弃	87
第 111 天	放弃不该属于自己的,往往会得到更大的收获	88
第 112 天	人生中,有些东西必须要舍弃	88
第 113 天	自尊虽然重要,但并非不可放弃	89
第 114 天	摆脱名利的束缚,追求简单的生活才是更明智的	90
第 115 天	有舍得境界的人,舍弃的是“小我”,实现的是“大我”	91
第 116 天	舍弃个人“小福”,最终实现国家和人民的“大福”	92
第 117 天	放弃梦想可能会成为走向成功的捷径	93
第 118 天	只有懂得知足,才能让我们的人生更上一个台阶	93
第 119 天	舍弃该舍弃的,留住该留住的	94
第 120 天	生命中不能负担过重,放下包袱就会无比的轻松	95

第八章 托起手上的阳光,照亮别人的征程

第 121 天	与其回顾过去不如放眼于现在和将来	96
第 122 天	为人方便,自己也方便	97
第 123 天	无视金钱得失,以德回报社会,是大智大勇大善之举	98
第 124 天	财富既是个人的,也是社会的,挥霍无度与吝啬不用都不可取	98
第 125 天	只要舍得,每个人都能够对社会有所贡献	99
第 126 天	劳动者伟大之处,是把自己的光和热贡献给人类社会的文明事业	99
第 127 天	舍得,给自己带来美丽,也给别人带来美丽	100
第 128 天	一切善举都是为了“我们”,而不是“我”	100
第 129 天	你个人存在价值时,便代表有一定的能力,同时也有了挥洒的舞台	101
第 130 天	爱可以改变一个人的一生	102
第 131 天	爱没有偏见、没有等级	103
第 132 天	付出吧,你将成倍地收获	104
第 133 天	做一件好事并不难,难的是一辈子做好事	105
第 134 天	“舍得”的个人境界彰显伟大的德性	105
第 135 天	舍得花时间、花金钱去关注贫穷的国家和群体	106
第 136 天	人心只有向善,才能被阳光照耀	106
第 137 天	要摆正钱的位置	107

第九章 予人玫瑰的手上常有一缕芳香

第 138 天	施与爱心总会有回报	109
第 139 天	帮助人不苛求对方回报,受到他人的恩惠要牢记在心	109
第 140 天	重要关头帮助别人,也是在为自己铺路	110

第 141 天	帮助需要帮助的人	111
第 142 天	爱心是不需要回报的,但爱心是可以推广的	111
第 143 天	急人之所急	112
第 144 天	推人一把可能置人于死地,拉人一把则可能救人于绝路	113
第 145 天	平时多想想别人的难处,多给别人帮助,就会处世顺心	114
第 146 天	好取吝予,只会让自己失去更多的帮助	114
第 147 天	人一生最该做的就是帮助别人,最不该做的是贪图不义之财	115
第 148 天	只要你舍得放下身段,就会做出有益他人的事	116
第 149 天	爱是可以以生命的形式保留的	117
第 150 天	付出才是痛苦的解药	117
第 151 天	相互帮助是美好的	118
第 152 天	帮助了他人,也就升华了自己	119
第 153 天	常怀一种舍得之心,就会使人脉关系更加和谐	120
第 154 天	在关键的时刻帮人一把,别人也会在重要时候助你一臂	120
第 155 天	舍得的人生不必有太多的期许	121

第三辑 哈佛友谊篇：

生命皆可贵 友情价更高

友谊是一座架起情感的桥梁,使你我沟通,心心相印,成为挚友。

炎炎夏日,友谊似一杯清茶,滋润着你我干渴的喉咙;秋风瑟瑟,友谊如随风而落的佳叶,构成了金秋时节一道亮丽的风景线;寒冬腊月,友谊是一朵朵迎雪而立的梅花,绽放开来,清香满溢你我的心田。

生命皆可贵,友情价更高。有这份情谊滋润着我们的岁月,我们的冬天将不再是严寒……

第十章 一滴水只有融入大海,才能永生

第 156 天	在合作中竞争,在竞争中相互帮助,才能创造奇迹	124
第 157 天	既然无法抬高相应的身价,不如暂时放弃自己的“高求”	124
第 158 天	赞美之词是改善人际关系的一种有效方法	125
第 159 天	只有以人为核心,才有希望找到赢的策略	126
第 160 天	仅凭个人的苦思冥想和努力是很难抵达成功彼岸的	127
第 161 天	面临危机时,只有上下一心,同舟共济,才能渡过难关	127
第 162 天	以舍得的境界看待自己失去的东西	128
第 163 天	积极热心地培养和谐的合作关系,常常事半功倍	129

第 164 天	比送人物质更重要的是给人以赞赏	130
第 165 天	取得成绩时,千万别忘了与人分享	130
第 166 天	舍得的人,会因信用而获得更大的财富	131
第 167 天	舍得的人任何时候都会把别人的事情当作自己的事	132
第 168 天	一个人的成就并不完全是由自己一人创造出来的	132
第 169 天	若是重视人的作用,就应懂得舍得	133
第 170 天	良好关系的建立必须从一点一滴入手	134

第十一章 友情是路,通向璀璨的黎明

第 171 天	评判一个人,要看他的行为本身	135
第 172 天	朋友之间没有高低贵贱之分	135
第 173 天	贪婪面前,友谊、快乐、生命,都会走向死亡	136
第 174 天	想与差劲邻居和平相处,最好的方法就是去帮助他、影响他	137
第 175 天	大智者共事,常常能够求大同,存小异	138
第 176 天	一个好朋友,他会给你内心增加一种自省的力量	138
第 177 天	即使不能与朋友共担痛苦,也要想办法减轻朋友的痛苦	139
第 178 天	不仅为朋友的成功感到高兴,而且在关键时刻要成人之美	140
第 179 天	你对朋友越宽容,得到的回报就越多	141
第 180 天	好朋友是事业成功的帮手	141
第 181 天	真正的朋友就该分享一切	142
第 182 天	唯有以德报怨,才能赢得一个充满温馨的世界	142
第 183 天	不时指出你的缺点,给你提醒、引导的人,才是你真正的朋友	143
第 184 天	处世交友,真诚才能得到对方的信任与认可	144
第 185 天	友谊是无私的,应该舍得付出	145
第 186 天	朋友之间容不得妒忌	145

第十二章 风雨人生路,朋友可以为你挡风寒

第 187 天	新朋友老朋友要一视同仁	148
第 188 天	交友不慎害死人	148
第 189 天	蠢朋友,害死人	150
第 190 天	要想知道此人的人品,先看看他周围的朋友	151
第 191 天	假如你要赢得他人的好感,就该以友善待人	151
第 192 天	与朋友相处,别怕吃亏	152
第 193 天	帮助身处困境中的朋友	153
第 194 天	亲君子,远小人	153
第 195 天	坚持原则的,才是好朋友	154
第 196 天	友情也需要空间	154

第 197 天	患难见真情	155
第 198 天	永远别背叛自己的朋友	155
第 199 天	别戴着有色眼镜看人	156
第 200 天	再好的朋友也要保持距离,不能过分亲密	157
第 201 天	真正的朋友,是平时沉默、关键时拉你一把的人	157
第 202 天	交友切忌以貌取人	158
第 203 天	交朋友别太势利	158
第十三章 为对手叫好,与对手交朋友		
第 204 天	世上没有永远的敌人,也没有永远的朋友	160
第 205 天	彼此竞争的前提是不伤害对方	161
第 206 天	能爱自己对手的人,往往在处理各种矛盾中占据主动地位	161
第 207 天	只有勇于承认自己的错误,才能避免无谓的冲突	162
第 208 天	如果你想化敌为友,就先迈出第一步	163
第 209 天	当众拥抱你的敌人,可避免恶化你对对方的敌意	164
第 210 天	向自己的对手学本领,你将得到飞跃	165
第 211 天	温和的回答能消除怒气	166
第 212 天	仁爱可以化敌为友	167
第 213 天	如果总想把好东西留给自己,那生活将毫无快乐可言	167
第 214 天	帮助自己的仇人,是一件高尚而神圣的事	168
第 215 天	死结越拧越紧,活结虽复杂,却容易打开	169
第十四章 世上没有不能沟通的事		
第 216 天	沟通,解决问题的法宝	170
第 217 天	眼泪也是沟通的有效武器	170
第 218 天	不同的说话技巧,缔造不同的效果	171
第 219 天	面对错误,主动反省	172
第 220 天	沟通不但可以拯救朋友,还可以成就自己	172
第 221 天	自我批评,让沟通变得事半功倍	173
第 222 天	各退一步,双方都有台阶下	174
第 223 天	只要乐观一些,总有理解自己的伙伴	174
第 224 天	正确看待彼此之间相互依存的关系,才能与人和睦相处	175

第四辑 哈佛性格篇：

勇气引领人生 意志改变人生

勇气不仅可以让人直面任何困难或挑战,还可以带来成功的机会。当有勇气的科学家向权威提出质疑的时候,当有勇气的软件工程师希望找到最佳的人际交流途径时,当有勇气的艺术家希望用画笔和音符表达自己对世界的真实感受时,“发明”、“创新”和“杰作”也许就会降临到他们的身边。所以,当你为自己错失了无数良机而悔恨时,你其实最需要的是反问自己:为什么会缺乏不断前行的勇气,为什么会让懦弱带走原本属于自己的机遇?

第十五章 做自己的观世音菩萨,只有自己才能救自己

第 225 天	只要多干一点,总会成为突出的那一个	178
第 226 天	天上不会掉馅饼,机会要靠自己创造	179
第 227 天	不要奢望着靠天、靠地,一切都只能靠自己	179
第 228 天	走自己的路,不要轻易被他人的意见所左右	180
第 229 天	消极地等待,只会失去成功的机会	181
第 230 天	谁都会遇上麻烦事,就连天神也无法帮助所有人	181
第 231 天	不要总是依赖别人,要靠自己解决问题	182
第 232 天	别人的评价并不重要,重要的是自己要正确地看自己	183
第 233 天	成功之路都是靠自己的双腿走出的	184
第 234 天	只有把握人生的航向,才能不被他人的言行所左右	185
第 235 天	优秀的人不会等待机会,而会去寻找并抓住机会	186
第 236 天	善于开动脑筋,给自己创造机会	186
第 237 天	只有亲身奋斗才能通向胜利的彼岸	187
第 238 天	如果我们永远不能自立,我们将永远不能摆脱困境	188
第 239 天	只有积极行动起来,才能为自己创造时机	188
第 240 天	很多时候,真正的救星往往是自己	189
第 241 天	机会是需要靠自己创造的	189
第 242 天	当你跌倒时,不要等着别人来拉你,要自己站起来	190
第 243 天	依靠他人生活的人,是不会赢得尊重的	191
第 244 天	心中没有“我”的人,就不会有信心和勇气,更不会有人生的目标	191
第 245 天	只有肯于自强不息的人,才能够到自由自在的天空中去遨游	192
第 246 天	命运要靠自己的努力去改变	193
第 247 天	天才之所以成为天才,是因为他有一颗敢于探路的心	194

第十六章 拼搏创造奇迹,自信成就梦想

第 248 天 任何时候,都不要轻视你自己 196

第 249 天 热情能够激发潜能,让你发挥出无穷的活力 197

第 250 天 在努力实现目标的时候,更需要一个正确的方向 197

第 251 天 人的一生,没有永远的风平浪静,只有永无休止地奋力航行 198

第 252 天 世间没有什么可以挡住前行的步伐 199

第 253 天 只要志坚,断翅的鸟儿一样可以飞上蓝天 199

第 254 天 永不放弃,变压力为动力,才能使盼望变成一种强烈的愿望 201

第 255 天 只有脚踏实地的人才会站得稳,走得远 201

第 256 天 成功的基本原则就是:从实际出发,客观审视自己 202

第 257 天 追求无穷的智慧,不一定需要漂亮的外表 204

第 258 天 有主见的人,不会为眼前不停掀起的热潮和急风所诱惑或干扰 205

第 259 天 只要有心,一切皆有可能 206

第 260 天 无论你能力高低,都不要忘记要勇于挑战自己 206

第 261 天 只要相信自己,永不放弃,就会通向成功的彼岸 207

第 262 天 命运对每个人都是公平的,是金子总会发光的 208

第 263 天 遇到一点顺利的小事就暗示自己一切都会顺利,会让自己更自信 208

第 264 天 通往成功的路有很多条,总有一条是属于你的 210

第 265 天 在任何危险时刻,都不要放弃希望 211

第 266 天 千万不能被批评泯灭向上的渴望 211

第 267 天 在灾难面前,最重要的是镇定、信心和勇气 212

第 268 天 做事情需要“扫地毯式”的恒心和努力 213

第 269 天 生命驿站的多姿多彩,取决于对成功的不懈追求 214

第 270 天 最终的辉煌永远等待着不倦的前行者 215

第 271 天 在永不言败的终点站迎接你的一定是鲜花与掌声 215

第 272 天 当有人告诉你你的梦想不可能成真时,你要对此充耳不闻 217

第 273 天 只要认为自己所做的是正确的,那就大胆地去做 218

第五辑 哈佛心态篇:

苦难成就人生 挫折磨砺人生

一个人的一生不可能总是一帆风顺的,总会遇到困难与挫折。如果在困难与挫折中失去了前进的方向,失去了前进的动力,那么,不管是做人还是做事,是都不会成功的。

人生的成长离不开挫折的磨炼,挫折的磨炼是一个人成长中必不可少的过程。委屈、苦难、逆境、忍耐,都是让我们成长的资粮。

第十七章 心态决定命运,人生要跨过心里这道坎

第 274 天	要相信最优秀的就是你自己	220
第 275 天	面对钱财,摆正心态	221
第 276 天	金钱并不等于欢乐	222
第 277 天	很多事,根本不必太在意	222
第 278 天	让乐观心态永驻心间	224
第 279 天	用豁达的态度来面对不幸	225
第 280 天	用轻松的心情笑对人生	225
第 281 天	成功并没有捷径,除努力之外,更重要的是决心	227
第 282 天	自负不是种好心态	228
第 283 天	用平和的心态来克服困难	229
第 284 天	好事还是坏事只在我们的一念之间	230
第 285 天	用宽容的心态对待世界的不完美	231
第 286 天	缺陷往往并不值得自卑	231
第 287 天	相信自己,我很重要	232
第 288 天	把自己当成生活的主角	233
第 289 天	骄傲是一杯毒酒	234
第 290 天	不幸发生了,悲伤有什么用?	234
第 291 天	坚持到底是成功者的法宝	235
第 292 天	机遇源于乐观的心态	236
第 293 天	克服恐惧,勇往直前	236
第 294 天	投机取巧是一个甜蜜的陷阱	237
第 295 天	生活里的苛责和难堪,要用耐心去化解,用毅力去稀释,用理智去包容	238

第十八章 苦难是人生的一种财富

第 296 天	乌云过后就是晴天	239
第 297 天	豁达地面对人生	239
第 298 天	如果被困难吓倒,就再也没有成功的机会了	240
第 299 天	任何困难都敌不过进取心	241
第 300 天	顶住压力,实现生命的意义	242
第 301 天	坚持,成功就在前方	243
第 302 天	跌倒了再爬起来	244
第 303 天	挺住,成功就在不远的前方	245
第 304 天	坚信自己一定能成功	245
第 305 天	我们并没有失去自己的全部	246

第 306 天	只要努力,一切不如意终将过去	246
第 307 天	害怕是自己假想出来的,是自己吓唬自己	247
第 308 天	受挫时不惊,解困后不喜	248
第 309 天	面对压力和烦恼,与其唉声叹气,不如去摆脱	249
第 310 天	人生短短数十载,一路风风雨雨相伴	249
第 311 天	成功的人生是在失败与挫折中磨炼出来的	251
第 312 天	影响我们人生的不是环境和遭遇,而是我们对这一切的态度	251
第 313 天	用平和的心态面对挫折	252
第 314 天	在灰烬中重头再来	253
第 315 天	承受失败,做一个顽强的人	253
第 316 天	困难像弹簧,你弱它就强	254
第 317 天	生命永远不会贬值	255
第 318 天	无论路途有多远,只要执著地走下去,坎坷都会被我们踩在脚下	255
第 319 天	自信,让困难退避三舍	256

第十九章 风雨中绽放的花才是最璀璨的

第 320 天	一时的磨难,只是对自己意志的一种考验	257
第 321 天	只要内心有爱,一切都会过去的	257
第 322 天	一心只盼望一步登天,最终难以有所成就	259
第 323 天	忍受不了打击和挫折,承受不住忽视和平淡,就很难达到辉煌	259
第 324 天	面对困境时,不要在意别人的议论,要意志坚强往上攀爬	260
第 325 天	好运不是偶然的,它青睐你始终如一的做事风格	261
第 326 天	逆境是人杰的摇篮,磨难是成功的良伴	262
第 327 天	人处于挫折之中,需要比平日更多的勇气和信念	363
第 328 天	成功的捷径就是不要放弃,不断努力	264
第 329 天	挫折孕育着成功,但前提是要拥有坚定的信念和勇往直前的精神	264
第 330 天	人生不会永远失意,一时的打击是我们前进的动力	265
第 331 天	长在温室里的花朵,它的生命不会长久	266
第 332 天	能跳过横亘在自己面前的栏杆的,就是成功者	267
第 333 天	身处绝境时,要拥有等待拯救的勇气和力量	268
第 334 天	人生的坎坷、困顿、绝望,有时是对精神与肉体的一种磨炼	269
第 335 天	面对布满荆棘的人生,任何代价都不会白白付出	270
第 336 天	失败是成功之母,苦难乃人生财富	271
第 337 天	苦难是坚强者意志的磨刀石	272
第 338 天	一个人克服一点儿困难不难,难的是持之以恒地挑战挫折	274
第 339 天	世界上没有不经失败的幸运儿	275