

点亮快乐人生的智慧宝灯 感悟绚烂生活的哲理课堂
走近哈佛，在成长中感受智慧的力量



THE 24 MOST FANTASTIC WISDOM LESSONS
OF HARVARD UNIVERSITY

哈佛 最神奇的24堂 智慧课

潘静 王爱民◎编著

一堂课恰似一位智者，与你共饮智慧的甘泉
一堂课好比一名向导，带你走出年少的青涩

石油工业出版社



哈佛

最神奇的24堂 智慧课

潘静 王爱民◎编著

石油工业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

哈佛最神奇的 24 堂智慧课 / 潘静, 王爱民编著.

北京: 石油工业出版社, 2009. 1

ISBN 978 - 7 - 5021 - 6941 - 1

I. 哈...

II. ①潘...②王...

III. 人生哲学 - 通俗读物

IV. B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 199938 号

智慧点亮你的心灵

出版发行: 石油工业出版社

(北京安定门外安华里 2 区 1 号 100011)

网 址: www.petropub.com.cn

编 辑: (010) 64523534 发 行: (010) 64523603

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京晨旭印刷厂

2009 年 1 月第 1 版 2009 年 1 月第 1 次印刷

710 × 1000 毫米 开本: 1/16 印张: 13

字数: 199 千字

定价: 24.80 元

(如出现印装质量问题, 我社发行部负责调换)

版权所有, 翻印必究

前言

每个人在成长过程中，都在一步步地留下自己的脚印，各自的成长道路不同，人生际遇也有着很大的差别。有的人能够游刃有余，而有的人却总是捉襟见肘；有些人能够在困难面前越战越勇，有的人却不堪一击；有的人在取得成功后会更上一层楼，有的人却开始骄傲自满，走上了下坡路。

你愿意成为哪一种人呢？那些有着过人之处的人，总是用智慧丰富自己的人生，那么我们需要的是什么样的智慧呢？很多人都有这样的疑惑，我们也在寻找答案。最终，我们在哈佛大学的治学理念中找到了，把它们提炼出来融合在了这本书中。

哈佛大学是举世公认的著名学府，是真理的殿堂、智慧的摇篮。它的校训是“与柏拉图为友，与亚里士多德为友，最重要的是与真理为友”。在哈佛大学，真理的含义就是：真相、诚实和正直。我们正是从这里找到了智慧的所在。

德国伟大的作家歌德说，智慧寓于真理之中。哈佛大学的精英们之所以能够获得巨大的成功，与哈佛以真理为友的教学理念是分不开的。我们从中提取出了有关智慧的篇章，就是希望你能像哈佛学子那样去开创自己的精彩人生。

法国著名思想家卢梭认为，青年时期是学习智慧的时候，中年是实践智慧的时候。可见，一个人的一生应该时刻与智慧并肩同行。莎士比亚说，智慧和命运交锋时，如果智慧有敢作敢为的胆识，命运就没有机会动摇它。

智慧原来具有如此巨大的力量！

智慧不是投机取巧，而是一种深沉和内在的动力。精彩的人生就像是葱翠的花草树木，千姿百态，但是他们的生机都来自于脚下这片厚实的土壤。大地虽然貌不惊人，常常被人们所忽略，却总是默默地支撑我们得以经受住风雨的打击，并不断地告诫我们和骄阳保持距离。因为许多人在风雨中学会

哈佛最神奇的24堂智慧课

了坚强，却倒在了温暖的阳光中。智慧，就是这片厚实的土壤，让你退可守，进可攻，给你成长路上最有力的依靠。

每个人都希望有精彩的人生，每个人的人生都不可复制，那么这幅美丽的画轴应该怎样展开，又该从哪里开始书写呢？一个心中充满智慧的人总是目标明确，知道自己需要什么，想要成为怎样的人。首先，他会在心中点燃希望的明灯。未来的世界一片混沌，就好像是一片迷雾，看不清道路，而这盏明灯能够为你驱散身边的黑暗，指引方向。

梦想的实现，必须依靠你的行动。不要指望天上会掉下馅饼。许多思想上的巨人却是行动的矮子，他们的理想永远在空中飘荡，无法实现。而心中充满智慧的人，懂得如何为明天奋斗。他们懂得坚持的可贵，但是也深知坚持不同于墨守成规、按图索骥。他们总是带着思考前进，思考正是智慧最夺目的化身。随着我们一天天的长大，对世界的了解进一步深入，许多我们以为很美丽的东西，在慢慢熟悉之后会发现其实那些并不是自己想要的。那时，还要不要坚持下去呢？流水不腐，户枢不蠹，只有经常动动脑筋，才能更加清楚地知道自己想去哪里，更加自如地应对途中出现的许多猝不及防的事情，明智地作出判断。

当然了，在为梦想而奔跑的时候，你还要带一个百宝箱，那里装载着你的勇气、坚强、信心、毅力、正直和爱，它们都是智慧的化身。这些宝石在你刚开始出发的时候可能并不是那么有光彩，但是在你前进的道路上会伴随着你一同经受磨炼和雕琢。当你最终到达顶峰，去体会成功的快乐时，你会发现那百宝箱中的宝石也都会放出奇异的光彩。它们就是你的一部分，帮助你走得更高、更远。

哈佛的智慧，浓缩着人生的精华，告诉你在成长的道路上，应该做怎样的自己，怎样去开创辉煌的人生。你想见识一下它的魅力吗？那就快跟我来吧！



目 录

CONTENTS

引 言 \ 1



第一课

抓住梦想的光，你会成为你想成为的人

梦想是美丽的，它凝聚着成功的希望，怎样才能朝着梦想迈进？首先需要你给它放飞的力量。你梦想的火炬，由你的榜样手持着，榜样就像前进途中的一束光亮。哈佛告诉我们，要紧紧抓住这束光，以自己的方式，努力去付出。在追寻梦想时，千万不要将梦想变小，只有心向着梦想的方向，才不会错过未来的精彩。

心有多大，梦想的舞台就有多大 \ 3

你梦想的火炬，由你的榜样手持着 \ 5

跟着太阳走，离光明就越近 \ 6

不要降低你的梦想 \ 8



第二课

每天进步一点点

“等明天吧！”很多人总是把梦想的实现寄希望于明天，但梦想不需要等待。你要丢掉懒惰的借口，努力奔跑起来，只有每天进步一点点，才能更快地触及梦想。真正聪明的人不会轻易停下进取的脚步，因此他们往往比别人更早触碰到梦想。

和自己赛跑 \ 11

开始磨炼你那双稚嫩的翅膀了吗 \ 13

最好的在下一次 \ 15

不下水的人，永远不可能学会游泳 \ 17

第三课

心灵因思考而丰富

一只不起眼的蜘蛛引发了笛卡儿的思考，帮助他建立了直角坐标系。生活中，思考无处不在。拿破仑·希尔说：“思考能够拯救一个人的命运。”可见，思考对于每个人而言都意义重大。一个人的成功与失败并不仅在于知识与经验，而在于思维方式。思路一变天地宽，有时摆脱固定的思考习惯，比获得知识还更重要。

思路越开阔，前方越光明 \ 19

思路一变天地宽 \ 21

思考无处不在 \ 23

思考是勤奋者的眼睛 \ 25

第四课

除了自己，没人能否定你

不相信花会开的人，又怎么能欣赏到花开的美丽？但丁说，生活中没有信念的人，犹如一个没有罗盘的水手，在浩瀚的大海里随波逐流。这样的人，看似自由，却不知道要去向哪里，因为他在一朵花含苞未放的时候，就已把目光移到了别处。

怀疑是我们身上最可耻的叛徒 \ 27

信念创造英雄 \ 28

忘掉你的龅牙，以微笑示人 \ 30

自信方可担当大任 \ 32

第五课

正直，让自己生活在阳光下

英国学者阿瑟·戈森说，正直的人都是抗震的，他们似乎都有一种内在的平静，使他们能够经受住挫折甚至是不公平的待遇。正直意味着有勇气坚持自己的信念。这一点包括有能力去坚持你认为是正确的东西，在需要的时候义无反顾，并能公开反对你确认为是错误的东西。只有真正正直的人才能够坚持真理，永远让自己生活在灿烂的阳光下。



- 正直是对自己的坦诚 \ 34
- 影子的正斜与我无关 \ 36
- 把自己站成一棵笔直的树 \ 37
- 保持自己的清澈，污垢也会远离 \ 39

第六课

透明的钻石也有瑕疵

世界上没有绝对完美的人。就像车尔尼雪夫斯基所说，既然太阳上也有黑点，人世间的事情就更不可能没有缺陷。只有正视我们自己的缺陷，懂得扬长避短，才是真正的智慧。所以，不要对自己的缺陷讳莫如深，缺陷也是人身上的一种资源，只要运用得当，缺陷也可以让我们获益。

- 缺陷也是我们的一部分 \ 41
- 扬长避短，不要和黄莺比赛唱歌 \ 42
- 双目失明的人，有着灵敏的耳朵 \ 43
- 正视弱点，把它转化为另一种财富 \ 45

第七课

爱与分享，最美的愿景

哈佛流传着这么一句话：爱是一把金钥匙，有了这把钥匙，一切心扉都向你敞开了。同样，分享和友善也能产生一种奇妙的力量。英国大文豪萧伯纳说过：“倘若你有一个苹果，我也有一个苹果，我们彼此交换苹果，那么，你和我仍然是各有一个苹果。但是，倘若你有一种思想，我也有一种思想，而我们彼此交流这些思想，那么，我们每人将各有两种思想。”

- 心中有颗爱的种子 \ 48
- 不求被爱，但去爱 \ 50
- 友善也是一种卓越的才华 \ 52
- 重要的在于分享的比例 \ 54

第八课

宽容与谦恭，永不令人生厌的两种品德

在哈佛，宽容与谦恭被视为是一种有力的智慧。哈佛大学校长艾略特曾告诉学生，谦恭是优秀人才必备的素质之一。谦恭的人必是自知的，是可敬可爱的，而居功自傲只能导致故步自封，就像莎士比亚说的那样，一个骄傲的人，结果总是在骄傲里毁灭了自己。

不与自己为敌 \ 57

和谐来自于真诚的体谅 \ 59

谦恭出于自知 \ 60

忘记自我，你便能找到自我 \ 62

第九课

保持内心世界的洁净

内心充满智慧的人懂得聆听内心的声音，对他们来说，满足别人的愿望也就是送给自己最大的安慰。

有时候，聆听心灵的歌唱是那么的简单：

当你在万籁俱寂的夜间突然听到为你响起的美妙音乐；

当你在十字路口徘徊，有人微笑着走过来给你善意的指引；

当你的身体因寒冷和孤寂而颤抖，一双温暖的手轻轻地向你伸来……

记住，这个时候，你就会聆听到心灵的歌唱，你的心灵会因此开满花朵。

聆听心灵的歌唱 \ 65

拂去心上的尘土，心明才能眼亮 \ 67

价值观：人生的指南针 \ 69

没有原则的人最易丢失自我 \ 71

第十课

知识给你战胜恐惧的力量

无知会使人对未知的事物产生恐惧，知识却可以使人了解事物，战胜恐惧。美国盲聋女作家海伦说，知识给人以爱，给人以



光明，给人以智慧。有了知识，就能触摸到人类活动的脉搏，就拥有了战胜恐惧的力量。再普通的人，只要依靠知识的力量，凭借每一步踏实的努力，都可以创造出人生的奇迹。

- 知识是解除恐惧的良药 \ 74
- 知识的获取与精神的愉悦 \ 76
- 知识越多，离不可知的事物就越近 \ 77
- 无知的人只是在黑暗中远征 \ 79



第十一课 客观地看待自己和他入

意大利著名画家阿马代奥·莫迪里阿尼曾说：“人有两只眼睛，一只观察周围的世界，一只观察自己。”客观地看待自己，是获得快乐的源泉；正确地评价别人，则是一种负责任的信赖与祝福。

- 每个人都是一朵馨香的花 \ 82
- 你是说者无心，他是听者有意 \ 84
- 不要和“老鼠”比赛 \ 85
- 正确地认识你自己 \ 87



第十二课 你比自己想像的更优秀

一个人要想不断地进步，除了有坚定的意志，还要有一份坚定的信念。信念是一种巨大的动力，它可以推动你去做别人认为不可能做成的事情。石油大王洛克菲勒曾经说过：“即使拿走我现在的一切，只要留给我信念，我就能在十年之内把一切夺回来。”给自己一份坚定的信念吧，信念的力量能够创造奇迹。

- 自我暗示，你可以做得更好 \ 90
- 给自己一份坚定的信念 \ 91
- 发掘自己独特的眼光 \ 93
- 改变想法，改变行动 \ 95

第十三课

勤奋，拓展生命的维度

有人说，古罗马人有两座圣殿，一座是勤奋的圣殿，一座是荣誉的圣殿。他们在安排座位时有一个顺序，即必须经过前者的位置才能到达后者的位置，也就是说，勤奋是通往荣誉的必经之路。如果勤奋是一种习惯，那么懒惰也是一种习惯，只不过勤奋的习惯使人走向光明，懒惰的习惯使人走向越来越深的黑暗。

自己给自己一个速度 \ 97

懒惰是一把生锈的锄头 \ 98

勤奋成就梦想 \ 100

勤奋，人生的另一种颜色 \ 102

第十四课

坚强的意志力让你无往不胜

三百六十行，行行出状元，每一行都会诞生各自的成功者。为什么有些人能够脱颖而出呢？其中很重要的一个原因就在于他们能够坚持到底。就好像有的人看似渊博，各种庞杂的东西都懂一些，但是要深入地和他探讨某一学问，他恐怕就会令人失望了。英国著名哲学家罗素说，伟大的事业根源于持续不断的工作，以全部精神去从事，不避艰苦。只要拥有坚强的意志力，坚持不懈地付诸行动，又何愁成功不靠近你呢？

坚持下去就是胜利 \ 105

像旋风一样奔跑 \ 107

意志坚定的人更为强壮 \ 109

思想的沉睡是对意志的消磨 \ 111

第十五课

勇敢的人面前才有路

勇敢是一种大智慧，一个真正勇敢的人不仅在成长的道路上敢于奋力拼搏，他还懂得为什么事情而勇敢，他能够承担因自己



的行为失败而导致的后果。哈佛这样诠释勇敢：有勇气来抵抗诱惑，有勇气说真话，有勇气来表现争议，有勇气来过廉洁的生活，永远对真理负责，而不只是听从权威的意见。

不爬高山，怎能亲眼看到雪莲的美丽 \ 113

勇气的大小是智力大小的外在表现 \ 114

你有过挑战权威的念头吗 \ 116

要勇于为错误埋单 \ 118

第十六课

对生活永远保持热情

日子像长了脚一样一天天走过，生活就像一列单行列车。也许你觉得生活单调，那仅仅是因为你没有发现生活的颜色。每一天都有每一天的精彩，在精彩背后写着每个人的成长。有的人对生活的态度就像流星一样，只有瞬间的激情。而真正的生活不是只有激情的点缀，它还需要你怀着热情，而这些能带你走向成功的热情会像太阳一样发出恒久的光和热。所以，在你的心底放一粒火种，点燃你对生活的热情吧。

生活是一辆单行列车 \ 120

激情点燃成功的火炬 \ 122

热情不是心血来潮，它是更为持久的动力 \ 123

用热情点亮生命 \ 124

第十七课

境由心生，轻松俘获好心情

用灰色的眼睛去看世界，那么世界也是灰色的。你的心灵阻挡了阳光的进入，也就感受不到阳光的温暖。一个幸福而快乐的人永远懂得控制情绪和保持良好的心态，所以，他们的嘴角才会时时保留一抹微笑。我们改变不了世界，但是可以改变自己的心态，做情绪的主人，生活的天地自然会豁然开朗。



好情绪是幸福的敲门砖 \ 127

不要草率地写下人生的一笔 \ 128

境由心生 \ 130

生活的面纱需要慢慢揭开 \ 131

从收获的角度，看待悲喜 \ 133



第十八课

敬畏自然，热爱生命

人一切的存在，人一切的行动，无不和整个自然有关。我们从自然中走来，最终又回到自然。人类社会是人类的杰作，但是要记住，这一杰作是在自然的帮助下完成的。自然有时会溺爱她的孩子，但是决不会容忍他胡作非为。正如一个哲学家说的，我们谈论征服大自然，这听起来非常堂皇，但事实是我们首先得恭敬地适应它。只有和自然和谐相处，才能拥有一个正常健全的人类社会。

社会是自然的延伸 \ 136

自然之美，慰藉你的心灵 \ 138

不要将人的生命凌驾于他物之上 \ 139

要有一点危机意识 \ 141



第十九课

节俭，人生的另一种颜色

我们常常会听到这样的声音：节约就是小气、抠门，很丢面子。于是，越高消费、越挥霍、越摆阔，就越受人尊敬，而勤俭节约反而成为可怜可悲的笑柄。细细分析一下，不难看出，这其实是对勤俭节约认识的严重错解。实际上，节俭既不是为了聚财，也不是为了个人享受，而是用节省下来的钱财做真正有意义的事情，世界上很多名人都非常推崇节俭。哈佛告诉我们：节俭是一种美德、一种修养，也是一种积极的人生态度，能提升个人的生命价值。养成节俭的好习惯，必将使你终生受益。



节俭就是对生命价值的提升	\ 143
最好的节俭在于对时间的珍惜	\ 144
节俭与诚信	\ 146
节俭, 但不要吝啬	\ 148
节俭, 成功者的另一顶王冠	\ 150



第二十课

个性的发展就是智力的提升

“雪化了, 变成了什么?” 有很多同学回答: “雪化了, 变成了泥和水。” 因为这是标准答案。只有一名学生这样回答: “雪化了, 变成了春天。” 试想一下, 哪种回答更能打动你呢? 拥有对事物的独特眼光, 才能有与众不同的收获。美国著名心理学专家丹尼尔·高曼说, 要想在事业上有所成就, 将以有无创造性思维的力量来论成败。

个性在于打破常规	\ 152
在个性和创造力之间画上等号	\ 154
突破一成不变的思维	\ 155
培养独立性格	\ 157
和蔼可亲的态度是最好的介绍信	\ 159



第二十一课

挫折让你看到人生的另一面

通常, 遇到走不通的路, 我们会选择绕道而行, 但这是在能到达目的地的前提下。如果只有一条道路, 那可怎么办呢? 如果这条路上遍布荆棘, 那你就得把自己磨炼成一把锋利的刀才行, 给自己开辟出一条道路来。这个世界上能够一帆风顺走向成功的人少之又少, 大多数的成功人士都是经过摸打滚爬才探索到那条正确道路的。他们懂得失败的价值, 认真地总结, 然后一步步地缩短和成功之间的距离。所以, 不要惧怕挫折, 正是挫折让你看到了人生的另一面。



没有所谓的失败，它是成功的垫脚石 \ 161

既然无法回避，不如迎头面对 \ 162

每次战斗过后，都是一个崭新的自己 \ 164

不要在同一地方摔倒两次 \ 165

第十二课

假如你的真诚打动了自己

英国有句谚语：如果想幸福一天，最好上理发店；如果想幸福一年，可盖栋新房子；如果想幸福一辈子，必须当诚实的人。真诚的心是透明的，看不到杂质，它告诉身边的人，我没有撒谎，也没有伪装，我所说的和做的都是自然情感的流露。谎言之所以被人所厌恶，因为它蒙蔽的不仅仅是别人的心，更重要的是，它会搅乱自己内心的平静。

真诚是一种心灵的开放 \ 167

诚实的人，拥有最简单的生活 \ 168

事实胜于狡辩 \ 170

赞美的话要出自别人之口 \ 171

第十三课

与人相处，美在和谐处

与人相处，相互尊重是第一步，因为有了尊重，才会有理解和宽容，才会有快乐和和谐，我们的生活才会充满欢声笑语。否则，如若总是嘲笑别人的缺点，不懂得以诚相待，人与人的沟通就会始终充满火药味。与人相处是一种大智慧，想获得美好愉悦的心情和恒久的友谊，那就从尊重别人开始吧。

尊重身边的每个人 \ 174

主动说声“对不起” \ 175

脱下虚荣的外套 \ 177

记住别人的名字 \ 178

雪梨只是水果的一种 \ 179



第十四课

朋友，心灵的另一个栖息地

美国有句谚语，获得朋友的唯一办法是自己先成为别人的朋友。那些没有朋友的人，就像是那些身处地狱的人，他们总是羡慕别人的友情，哀叹自己形单影只，却不去想想自己是否给别人带去了友谊。朋友是人的一生中极其宝贵的财富，如果你的生活中拥有几位真正的朋友，你的生命也将不再孤单。

朋友，争吵之后还能握手言和 \ 182

朋友是相互的 \ 183

你是哪一类朋友呢 \ 185

因为是朋友，所以才不能容忍 \ 187

君子之交淡如水 \ 188

结 尾 \ 190

引言

这是一个神奇的故事。四个普通的小男孩，游玩途中遇见了一位神奇的魔法师，听他上了 24 堂课，回来之后，身边的人发现他们都发生了很大的变化。这就是这本书要带给你的《哈佛最神奇的 24 堂智慧课》。

这四个小男孩分别叫平凡猫、调皮蛋、光光头、精神小猪。他们平时在学校里就特别贪玩，好不容易等到放假了，就凑在了一起，准备去一个山林里看看。听说那里经常发生一些神奇的事，他们因此决定去碰碰运气。最开心的是光光头，他蹦蹦跳跳地跑在最前面。

这里有好多树啊，把天空都快盖住了！他们越走越兴奋。突然，光光头感觉被什么给撞了一下，非常硬实，却一点都不疼。他抬头一看，一个魔法师正笑眯眯地盯着他看呢！只见他个子很高，偏瘦，银白色的胡子直垂到腰际，看上去已经很老很老了，可他的眼睛却是那样的明亮、纤尘不染，仿佛能洞悉这世上的一切奥秘。

光光头吓了一跳，连忙说：“对不起”。这时平凡猫、调皮蛋、精神小猪也都跑了过来。魔法师笑着说：“没关系，你正好撞到我的这根魔杖上，证明你们四个跟我有缘啊。你们几个别看我这手杖长得跟普通树枝差不多，但它上面的 24 个节是为有缘人长的，每一节里面都藏着哈佛的智慧宝藏。”

“魔杖？哈佛？”四个小男孩的眼睛里顿时写满了困惑和好奇。调皮蛋忍不住摸了一下其中的一个节，嘿嘿，软软的，真好玩。

这时候，魔法师又说话了：“其实我是一个法力无边的魔法师，这根魔杖跟随我已经有 100 多年了，正是哈佛的智慧使它拥有无穷的魔力。想不想跟我见识一下它的神奇？”这时，午后的阳光透过茂密的枝叶细碎地洒在魔法师花白的胡须上，仿佛那是一条时间的河流。

“太好了！”精神小猪的脸庞因为激动而涨得通红，他的眼睛直直地盯住