

- 培养哈佛优等生的百年精华 ·
- 让孩子受益一生的教育经典 ·

廉 勇◎编著

哈佛优等生 的 学习方法和培养细节



HAFO YOUDENGSHENG DE
XUEXI FANGFA
HE PEIYANG XIJIE

- 走进百年哈佛的神圣殿堂 · 品味哈佛学子的智慧甘泉 ·

石油工业出版社

- 培养哈佛优等生的百年精华 ·
- 让孩子受益一生的教育经典 ·

—— 廉 勇◎编著 ——

哈佛优等生 的学习方法和培养细节



HAFO YOUTENGSHENG DE
XUEXI FANGFA
HE PEIYANG XIJIE

石油工业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

哈佛优等生的学习方法和培养细节 / 廉勇编著.

北京: 石油工业出版社, 2007.10

ISBN 978-7-5021-6231-3

I. 哈…

II. 廉…

III. ①学习方法—通俗读物

②家庭教育—通俗读物

IV. G791.49 G78.49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 129003 号

哈佛优等生的学习方法和培养细节

廉勇编著

出版发行: 石油工业出版社

(北京安定门外安华里 2 区 1 号楼 100011)

网 址: www.petropub.com.cn

营销部: (010) 64523603

编辑部: (010) 64523616 64523643

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京晨旭印刷厂

2007 年 10 月第 1 版 2007 年 10 月第 1 次印刷

740 × 1060 毫米 开本: 1/16 印张: 18.75

字数: 320 千字

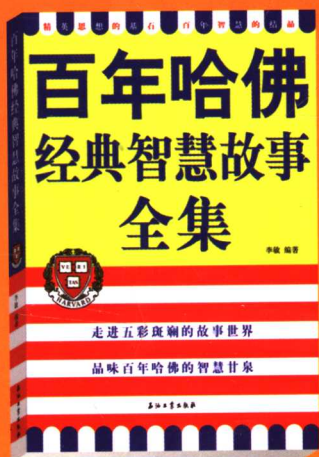
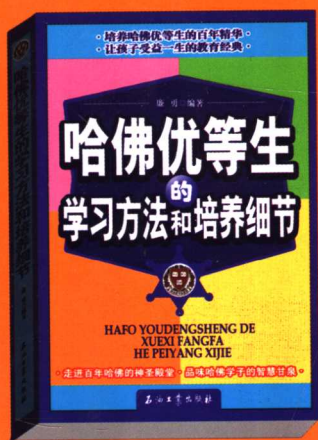
定价: 28.00 元

(如出现印装质量问题, 我社发行部负责调换)

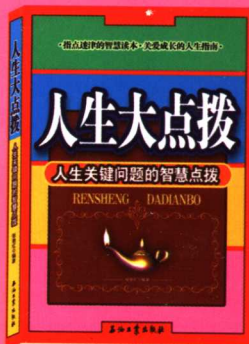
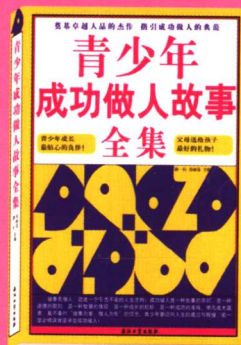
版权所有, 翻印必究

**教会孩子如何脱颖而出，
成为优等生，进而成为社会精
英和时代强者！**

让孩子成为优等生是无数家长和教师的共
同心声。哈佛优等生的成功，除了他们有一套行之
有效的学习方法之外，还取决于他们在点滴之间
培养起来的智慧和能力。本书汲取百年哈佛培养
优等生的经典智慧，从学习方法和培养细节入
手，全方位、多角度地对哈佛优等生的学习方法
和培养细节进行了细致的阐释和归纳，旨在为广
大青少年和家长朋友们提供一个可以借鉴和学习
的读本。



青少年励志套餐



前言

Preface

三百多年来，美国哈佛大学先后培养出了 7 位美国总统、四十多位诺贝尔奖得主，以及数以百计的文化名人和财富精英，这些杰出的人物，对美国甚至全球都产生了巨大的影响。据统计，20% 左右的哈佛毕业生在美国 500 家最大的公司担任要职，近 30% 的哈佛毕业生担任世界各地公司的董事长、首席执行官。同时，一大批社会各界的要人也是从哈佛走出去的，如美国前国务卿亨利·基辛格、大通银行董事长大卫·洛克菲勒、世界首富比尔·盖茨等。哈佛还培养了一批中国名人，如语言学家赵元任、著名学者林语堂、科学家竺可桢、文学家梁实秋、建筑学家梁思成、电脑巨子王安、建筑大师贝聿铭等。这些哈佛优等生的成功，很大程度上取决于他们在学习上掌握了富有成效的方法，在家庭获得了科学、健康的教育。他们的成就和声望也反过来强化和彰显了学习方法和培养方式的重要性。

事实上，每个孩子身上都蕴藏着巨大的能量，只是大部分孩子的才能因为各种原因被压抑而不能充分地发挥出来。在孩子学习和成长的过程中，阻碍孩子获得成功的往往不是智力因素，而是学习方法和家庭教育的问题。

在未来的知识经济时代，孩子们面临的竞争将会越来越激烈，传统的学习方法和家庭教育方式已经无法适应当前的要求。只有结合了科学的学习方法和良好的家庭教育的人，才能永远走在时代的前列。

也许你不能成为哈佛的学子，不能坐在哈佛大学的课堂里学习，接受哈佛的培养，但你完全可以沐浴在哈佛优等生们的成功所折射出来的智慧之光



中。为此，我们综合了哈佛优等生的学习方法及其家庭教育的最新成果，编写了本书。

全书深入浅出，通俗易懂，以哈佛优等生的学习方法和家庭教育为素材，全方位、多角度地对哈佛优等生的学习方法和培养细节进行了细致的介绍和分析，旨在为广大青少年和家长朋友们提供一个可以借鉴和学习的机会。

本书是送给每位子女和家长的特殊礼物，不但实用性很强，而且易于操作。相信通过阅读本书，一定会给广大青少年和各位家长带来意想不到的收获。



第一部分 哈佛优等生的学习方法

第一章 真正的学习是快乐的

(哈佛代表人物：林语堂)

热忱的态度是做任何事都必需的。因为，唯有热忱，你才能全身心地投入，才能真正把事情做好。这是每个成功者都具有的素质。

——哈佛大学教授 奥里森·马登



精彩导读

林语堂小传 002

人物故事

享受读书 003

哈佛观点

用心品味，读书的乐趣无穷 003

热情是快乐学习不竭的动力 005

第二章 会阅读，让你自由汲取智慧之泉

(哈佛代表人物：梁实秋)

从一个五英尺的书架上，你可以获得一流的教育。

——原哈佛大学校长 查尔斯·威廉·埃略特





精彩导读

梁实秋小传 008

人物故事

广泛阅读的受益者 009

哈佛观点

全面广泛的阅读，是走向成功的砝码 010

与好书为友，将会受益终身 012

最浅的墨水胜过最好的记忆 015



第三章 能驾驭时间者，将备受青睐

(哈佛代表人物：竺可桢)

把活着的每一天看做生命的最后一天该有多好！这就可能显出生命的价值。

——哈佛校友、作家 海伦·凯勒

精彩导读

竺可桢小传 018

人物故事

善于驾驭时间的哈佛骄子 019

哈佛观点

善用零散时间，让生命延长 019

优秀的秘诀在于利用好每一分钟 022

把握最佳时间点，学习才会事半功倍 025



第四章 做高效的学习者，占尽先机

(哈佛代表人物：王安)

每个受过教育的人都应该对什么事物都懂一点，但对个别事物懂得很多。

——哈佛大学第二十二任校长 洛厄尔





精彩导读

王安小传 027

人物故事

专注成就的电脑巨人 028

哈佛观点

佼佼者赢在先做最重要的事 028

学习专注是所有优秀者的利器 031

第五章 全面学习、综合发展，任何时候你都将是胜者

(哈佛代表人物：曾荫权)

祈祷，然后去学习。

——哈佛大学第二任校长 邓斯特

精彩导读

曾荫权小传 033

人物故事

广泛的学习成就未来 034

哈佛观点

解决“最短的木板”，学习效能才会提速 034

拓展自己的知识面，未来的景色将愈加壮阔 036

先做杂家，再当专家 038

第六章 用适合自己的方法学习才是最有效的

(哈佛代表人物：刘亦婷)

良好的方法能使我们更好地发挥天赋的才能。

——哈佛大学名言





精彩导读

刘亦婷小传 041

人物故事

善用方法学习的哈佛女孩 042

哈佛观点

适合自己的学习方法才是最好的 044

优秀的学习计划是实现目标的蓝图 047

积极寻求捷径才能绕开学习的弯路 050

第七章 天才源自勤奋

(哈佛代表人物：王渊)

人们总喜爱找借口为自己的懒惰和懈怠辩护，其实，这种辩护不过是自欺欺人，毫无意义。人生追求，找借口就等于失败，因为，成功是没有寻找借口的权利的。

——哈佛大学教授 斯皮尔格·基尔



精彩导读

王渊小传 053

人物故事

力争第一 054

哈佛观点

业精于勤而荒于嬉 055

机遇只对勤奋的人才有意义 057

第八章 远大目标是指引学习成功的灯塔 (哈佛代表人物：张肇牧)

一心向着自己目标前进的人，整个世界都给他让路。

——哈佛校友、文学家、思想家 爱默生





精彩导读

张肇牧小传 059

人物故事

进军北大的梦想 059

哈佛观点

远大目标是优秀者不竭的动力源泉 060

突破自我设限，幸运女神终会眷顾 063

第九章 坚持是优秀的不二法门

(哈佛代表人物：海伦·凯勒)

输了固然感觉不好，但这总比从来没有尝试过成功强。

——哈佛校友 罗斯福



精彩导读

海伦·凯勒小传 066

人物故事

海伦在哈佛 067

哈佛观点

成功需要坚持精神作基石 068

困境总是暂时的，切勿自暴自弃 071

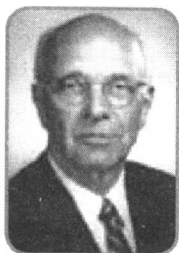
第十章 创造性地学习，走出非凡路

(哈佛代表人物：费正清)

人类的希望取决于那些知识先驱者的思维，他们所思考的事情可能超过一般人几年、几代甚至几个世纪。

——哈佛大学第二十一任校长 艾略特





精彩导读

费正清小传 074

人物故事

不走寻常路 075

哈佛观点

知识更多地来自思考，而非书本 076

插上想象的翅膀，你才能飞得更高更远 078

坚持创造性学习，把学习引向深邃 080

第十一章 不做学习的奴隶才最自如

(哈佛代表人物：爱默生)

与柏拉图为友，与亚里士多德为友，更与真理为友。

——哈佛大学校训

精彩导读

爱默生小传 083

人物故事

学习中的怀疑精神 084

哈佛观点

轻松地学习，才不会被学习奴役 085

努力释放自己的个性，才能不断提高学习能力

..... 087

驾驭知识，不做书本的奴隶 089

第十二章 常向杰出者学习，方能提升优秀的速率

(哈佛代表人物：李普曼)

哈佛的学生在哈佛学到的知识 80% 来自于他们的同学。

——哈佛大学名言





精彩导读

李普曼小传 091

人物故事

与优秀者为伍 092

哈佛观点

谦虚是一种大智慧 093

与优秀人物结交，加快成功的步伐 095

第十三章 把兴趣进行到底是优秀者的必修课

(哈佛代表人物：李远哲)

如果没有好奇心和纯粹的求知欲为动力，就不可能产生那些对人类和社会具有巨大价值的发明创造。

——哈佛大学第二十六任校长 陆登庭

精彩导读

李远哲小传 098

人物故事

兴趣成就的诺贝尔奖得主 099

哈佛观点

兴趣是最好的老师 099

有趣的学习等于有效的学习 102

兴趣，能点燃你对成功的渴望 104





第二部分

哈佛优等生的培养细节

第一章 蹲下来，与孩子平等地交流

(哈佛代表人物：赵元任)

在儿子面前，我不是总统，只是父亲。

——哈佛校友 罗斯福



精彩导读

赵元任小传 108

人物故事

平等教育铸就的大家 109

哈佛观点

蹲下来与孩子交流，才能真正走进他的心灵 109

倾听，让孩子对你敞开心门 112

做孩子的好朋友是家庭教育的成功之路 114

第二章 培养孩子的进取精神，荣膺未来的奖赏

(哈佛代表人物：梁思成)

人类过去和现在的努力已经排除了知识路途中的许多障碍，让我们继续努力去排除剩余的障碍。

——哈佛大学第十九任校长 昆西





精彩导读

梁思成小传 118

人物故事

莫问收获，但问耕耘 119

哈佛观点

上进心与成就成正比 120

进取，并非永不放弃 122

第三章 尊重孩子的意愿，任他展翅翱翔（哈佛代表人物：贝聿铭）

很多失败者恰恰犯了一个相同的错误，他们对自身具有的宝藏视而不见，反而拼命去羡慕别人、模仿别人，殊不知，成功其实就是自信地走你自己的路。

——哈佛大学教授 雷切尔·卡森



精彩导读

贝聿铭小传 125

人物故事

建造奇妙大楼的梦 126

哈佛观点

放下自己的标尺吧，尊重孩子的自主发展 127

尊重孩子，才能赢得信任 129

第四章 当好孩子的第一任老师，引导孩子学会做人做事

（哈佛代表人物：张蔚）

想当官，想发财，就不要到哈佛来。

——哈佛大学名言





精彩导读



张蔚小传	132
人物故事	
父母的良苦用心	133
哈佛观点	
培养孩子学会做人，这是最成功的教育	133
当孩子的良师益友，做聪明的父母	136

第五章 严格也是一种慈爱

(哈佛代表人物：马友友)

人们常常不善于给慈爱和严厉制定标准，而在教育上，这种标准是完全必要的。

——哈佛大学名言

精彩导读



马友友小传	139
人物故事	
严厉出天才	140
哈佛观点	
严格与宽容并举才最有效	141
惩罚孩子，了解、尊重是前提	143

第六章 鼓励孩子接触社会，它是最精彩的课堂

(哈佛代表人物：汤玫捷)

要晓得学校教育，尤其是书本教育，不是唯一的教育。

——哈佛校友、科学家 竺可桢

