

SUCCESSFUL INSPIRATIONAL CLASSICS
成功励志经典作品

HARVARD FAMILY INSTRUCTION BOOK

哈佛家训全书

编著 徐宪江

(第一册)

本书中的每个故事都具有丰富的教育功能和深刻的生活意义，
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。

好书不仅要具备道德情感的力量，
更要具备思想智慧的力量。



吉林出版集团有限责任公司

SUCCESSFUL INSPIRATIONAL CLASSICS
成功励志经典作品

HARVARD FAMILY INSTRUCTION BOOK
哈佛家训全书

编著 徐宪江

(第一册)



吉林出版集团有限责任公司

图书在版编目(CIP)数据

哈佛家训全书 / 徐宪江编著. -- 长春 : 吉林出版集团有限责任公司, 2013.9

ISBN 978-7-5534-2810-9

I. ①哈… II. ①徐… III. ①家庭教育—青年读物②家庭教育—少年读物 IV. ①G78-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第196517号

哈佛家训全书

编 著：徐宪江

责任编辑：冯 雪

书装设计：张立娟

出 版：吉林出版集团有限责任公司

发 行：吉林出版集团社科图书有限公司

电 话：0431-86012701

印 刷：北京一鑫印务有限责任公司

开 本：787mm×1092mm 1/16

字 数：1000千字

印 张：50

版 次：2013年9月第1版

印 次：2013年9月第1次印刷

书 号：ISBN 978-7-5534-2810-9

定 价：295.00元（全四册）

如发现印装质量问题，影响阅读，请与印刷厂联系调换。电话：010-85964520

前 言

作为闻名于世的学府，哈佛培养了多位名人。我们知道，哈佛大学先后培养了7位总统，34位诺贝尔奖获得者，数以百计的世界级财富精英。这些杰出的人物，曾经对美国和世界产生了巨大的影响，而且还在继续产生深远的影响。哈佛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？很多人都怀着哈佛梦，期望走进哈佛、了解哈佛。

在家庭教育中，作为家长，应该以什么样的价值观作为依据？我们衡量孩子是否优秀的标准是什么？我们对孩子的未来有什么确信的期待？父母以自己的好恶、自己的情绪、自己的想当然来考察和判断孩子，以自身任意的习性熏染孩子，这样的教育怎能不令人担忧？父母要不要学习？对于子女教育，我们的知识和修养是否已经足够？社会阅历中积累的肤浅经验，会让我们很多人盲目自信。可是，真正合格的父母一定知道，在孩子面前，我们是何等贫乏，何等幼稚，一个两岁孩童的发问，就足以将我们彻底难倒。

家长朋友们，多了解一下哈佛吧！别让自己的孩子的潜能被你的不完美的教法所耽误与埋没。了解一下哈佛精神吧！哈佛的精神到底是怎样的，求学于此的哈佛学子接受的是怎样一种理念，这些问题吸引着成千上万的人们探知其中的答案。我们根据哈佛图书馆的训言摘录如下：“此刻打盹，你将做梦；而此刻学习，你将圆梦”，“我荒废的今日，正是昨天殒身之人祈求的明日”，“现在流的口水，将成为明天的眼泪”，“今天不走，明天要跑”……这些哈佛训言都在提醒大家应该怎样学习与生活，有的还能让人产生向上的动力，它告诉你“幸福或许不排名次，但成功必排名次”，“只有比别人更早、更勤奋地努力，才能尝到成功的滋味”。这些经典的哈佛精神正是我们家长教育孩子的利器。

本书试着为大家提供一个了解哈佛的窗口，一个领悟哈佛精神的平台。书中的每个故事都具有丰富的教育功能和深刻的生活意义，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。每篇故事后短短的数语训言，通俗而又含义深刻，能够给人以警示和启迪，让每个读到它的人都能从中获益。

本书还蕴涵着双向的教育启示，它不但告诉我们怎样做父母、做老师，也同时给我们的孩子指引了正确的生活方向。细心阅读每一个故事，我们会从中获得

很多出乎意料的人生答案。可以说，本书是一套系统全面的家教经典，它奉献给我们的其实不仅仅是教子之道。所有阅读这本书的读者——无论是涉世未深的青少年，还是经历过世事风雨的成年人，但愿这本书中的某一个故事或者某一句话能改变你的人生，从而使你由平庸变得非凡，从失败走向成功。

可见，即使一个人要自由奔跑，也要给自己定一个方向，定一个属于自己的目标，一个自己努力跳起来才能够到的目标。有了目标，我们会在不断探询中发挥智慧去实现它，也许会不断失败，但我们只要相信自己一定能够成功，我们就会越挫越勇，无形中锻炼了自己的意志。我们有理由相信，成功就在不远处，让我们用目标装点岁月的风景吧！

目 录

第一册

第一章 自信是赢得胜利的法宝

自信的高度	1	有水我就能开花	28
相信自己能行	2	木匠的儿子	29
靠自信取得成功	3	坚持到最后的拳手	29
你认为你行，你就行	4	从横杆上“摔”过去	30
学会在内心肯定自己	5	超级歌星的自信	31
用行动为信心护航	6	给自己增值	32
称赞多一句，信心多一些	7	用自信相拥成功	33
充分信任自己的能力	10	跨越生命的障碍	34
培养自信心的有效方法	11	3个“3”的故事	36
源自蝴蝶结的自信	13	有个女孩叫莉儿	37
一道特殊的选择題	14	高斯的正17边形	38
努力喜欢现实中的自己	15	送你一只“自信罐”	39
自信如灯	16	神奇的黑痣	40
相信自己的价值	18	找到自己就找到了世界	41
让自信闪耀出真彩	19	最优秀的人是你	42
登上成功的梯子	21	告诉自己“我可以”	43
你就是未来纽约州的州长	22	每个人心头都隐伏着一头雄狮	44
用双脚飞上天空	22	信念是所有奇迹的萌发点	46
心中的宫殿	24	自信多一分，成功多十分	47
变淡的海水	25	勇于挑战自己的缺憾	48
卖冰的小孩	26	不要受他人评价的左右	49
无与伦比的“小牌”	27	找到属于自己的音符	51
		相信自己就是救世主	53
		自信赢得尊严	55
		自信是命运的主宰	57
		信念就是一种期望	58
		用信念对梦想发出召唤	59
		相信目标一定可以实现	60

自信的勇气产生力量	61	趟过生命之河	101
用信念为人生开路	63	执著的梦想	102
		顽强的诺贝尔	103
		特殊的异国建筑	104

第二章 插上梦想的翅膀

梦想是人最大的希望	65
用梦想做成功的指引	66
送自己一个愿望做礼物	67
拥有梦想的权利	69
为梦想设计一个清单	70
梦想会在坚持中实现	72
把梦交给自己	74
试想一下, 5年后你在做什么	75
当一块石头有了梦想	76
坚持梦想	77
梦想, 奇迹诞生的途径	78
畅谈“我长大以后……”	79
呵护梦想	81
梦想是前进的动力	82
给孩子保留一份梦想	83
奇迹是这样诞生的	83
让理想在实干中实现	85
梦成正果的罗琳	86
梦想源于目标的累积	87
青年伽利略立志成为伟人	89
盖茨带的是哪一把钥匙	89
坚持心中梦想的年轻人	90
决不背叛自己梦想的艺术家的	90
中学时代的克林顿	91
普京实现了做一名间谍的理想	92
为了理想勇敢战斗的作家	93
实现理想的最佳方法	94
希望成为飞行员的年轻人	94
雪堆中爆发的能量	95
迷人的陶罐	96
琼恩的坚持	98
生命的另一个起点	99

第三章 品质是成功的基石

别拿诚信开玩笑	106
“铁娘子”的体谅	107
昂贵的小费	107
战斗英雄	108
误会	109
人力车夫	110
每天都为别人做一件善事	110
爱心中蕴含人生的意义	111
一条小面包	112
与托尔斯泰的会面	112
萧伯纳的老师	113
妈妈眼里你最棒	114
聪明的仆人	114
记住别人的名字	115
“拐角处”饭店	116
喜新厌旧与忠诚	116
信差监督者	117
患难时刻显忠诚	117
百万富孀	118
同病相怜	119
皮斯阿司的结局	120
米莎太太的小费	120
用关爱改变世界	121
雪中送炭	122
生命的征服	123
红色玻璃球	123
仁慈的谎言	125
美的奇迹	126
莫要泯灭了自己的良知	127
善良的收获	127

给生命留个出口	128
常怀慈悲心	129
慷慨	130
快乐的秘诀	131
善待你的敌人	131
承诺	133
国王与农家男孩儿	133

第四章 点滴决定成败

美女间谍玛塔·哈莉	135
拿破仑的真正死因	136
细节隐藏天堂	137
完美态度 完美细节	139
做事做人 重视细节	141
品牌与细节	142
信息就是细节	143
细节是决定成败的关键点	145
细节往往最能打动人心	147
不必纠结于无关紧要的小事	148
细节蕴藏着智慧	149
做生活的有心之士	151
细节的秘密	152
一颗纽扣造成的悲剧	153
一件小事见证两种人生	153
点滴就是大海	154
成也细节，败也细节	155
每一个细节都要追求完美	156
做到谨慎会得到更多	157
细节温暖人心	158
珍视一个个美丽的细节	159
用心才会进步	160

第五章 负责任才能担大任

职责的坚守	162
没有“绝对办不到的事”	162

一屋不扫，何以扫天下	163
无愧于自己扮演的角色	163
责任心是通往成功的门票	164
要乐于承担责任	165
瑞恩的井	165
“梅尔多”的铁锤	167
12.5 美元的赔偿	168
把耻辱留下	168
在风暴声中安然入睡	169
谁为总理开飞机	170
谁该去领奖	171
比金子还贵重的报酬	172
偏执的理发师	173
临时保姆的工作	174
格林与德瑞	175
编辑萨克斯·康明斯	176
半瓶矿泉水	177
35 个紧急电话	178
丢失的佛珠	179
说了，就该对它负责	180
去为老板买包烟	181
165 张“请假条”	181
爸爸的责任	182
邮政大臣洗厕所	183
被总统看好的女管家	184
言而有信	185
对自己的行为负责	186
艾尔森的发现	187
“诺曼底”号遇难记	188
责任伴你走向成熟	189
责任传递责任	190

第二册

责任让你更加勇敢	193
尝试着自己担当	194
勇于负责，不要推卸责任	195

对小事负责才能担当大任·····	195
------------------	-----

第六章 勤奋是走向成功的唯一捷径

成功源自勤奋·····	197
贝多芬的努力·····	198
真正的“金子”·····	198
勤奋铸就成功·····	199
将努力发挥到极致·····	200
懒惰是成功的拦路虎·····	201
用勤奋杜绝拖延·····	202
用责任感督促你勤奋起来·····	204
“差不多”是毁掉	
勤奋的刽子手·····	205
勤奋耕种，收获果实·····	207
不要让懒散吞噬掉你的心灵·····	208
借助勤奋踏上卓越的阶梯·····	210
艾伦的信条·····	211
贝克汉姆的“秘密武器”·····	211
勤奋就是天才·····	212
永远积极的总理·····	213
知识的力量·····	214
勤奋学习是解决疑问的最好方法·····	215
只要能读书·····	216
勤于奋斗，拥抱成功·····	217
名著从一页纸开始·····	219
百万富翁 17 岁·····	219
源太郎凭什么·····	221
成功属于有刻苦精神的人·····	221
勤能补拙·····	223
美好的生活要靠勤劳获取·····	225
享受劳动的快乐·····	227
一分耕耘，一分收获·····	228
勤于承接“苦差事”·····	229

第七章 热情点亮生活的光芒

溢满鲜花的巴士·····	231
--------------	-----

热情的回馈·····	232
热忱的态度·····	232
热情的妙处·····	233
乔·吉拉德的玫瑰花·····	234
母亲的忠告·····	235
热情战胜一切·····	235
热情创造奇迹·····	236
把热情带入工作·····	237
热忱让人生更生动·····	238
强迫自己采取热忱的行动·····	238
看棒球 学数学·····	239
塑料的“源头”·····	239
“鬼迷心窍”的法布尔·····	240
一个流浪歌手的遗嘱·····	241
热情品味成功·····	242
尽量涉猎多方面的学问·····	243
矢志不渝的朱棣文·····	244
科学界的“小公主”·····	245
神童维纳的童年·····	245

第八章 成功从发现情商开始

什么是情商·····	247
情商主宰人生·····	248
积极地开发情商·····	249
情商的影响力·····	250
情商是一门艺术·····	251
被上帝咬过的苹果·····	253
自知情商，认识真实的自己·····	254
高情商助你完美蜕变·····	257
看清魔镜中的自己·····	258
曾国藩的修身之法·····	259
自我认知九宫格·····	260
王后的魔镜不说谎·····	261
成功不仅靠高智商·····	262
情商大于智商·····	263
高情商让你魅力无穷·····	264

情商中的宽容哲学·····	265
是否快乐, 情商选择·····	267
高情商为你赢得生命的自在·····	267
快乐其实很容易·····	268
善用“名人效应”·····	269
正视自己的无知·····	271
斯芬克斯的谜题·····	271
打开“约哈里窗户”·····	273

第九章 立即行动, 方能成功

心动不如行动·····	275
行动是撬起梦想的杠杆·····	276
用行动赢取机遇·····	278
行动是走向成功的捷径·····	279
用行动诠释成功·····	281
酿酒人的儿子·····	283
最有用的事情·····	284
风中的落叶·····	285
抓住每一个“今天”·····	285
做出决定就要付诸实践·····	286
该出手时就出手·····	288
行动起来请不要犹豫·····	290
敢想、敢做、敢拼搏·····	292
布里丹效应·····	294
寻找时机, 不要坐等·····	295
今日事, 今日了·····	296
行动铸就成功·····	297
马上行动, 没有借口·····	300

第十章 习惯为成功凝聚力量

习惯的力量·····	303
成也习惯, 败也习惯·····	304
便利贴女孩·····	305
至少迈出第一步·····	307
猴子的悲哀·····	308

消失的“星星小姐”·····	309
丢掉的点金石·····	311
5分钟成就一生·····	311
老绅士的考验·····	312
门捷列夫的时间表·····	313
成功的习惯重在培养·····	314
别让坏习惯长成大树·····	315
伟人的读书习惯·····	316
抵制诱惑, 养成理性消费习惯·····	318
富人的足迹·····	320
养成善于忍耐的习惯·····	321
你在拖延什么·····	322
12次微笑·····	323
幼儿园里学到的成功·····	324
我打碎了一扇玻璃窗·····	324
一秒钟决定的成败·····	325
一道选择题·····	326
面试已经结束了·····	328
习惯性失败·····	329
你用不着跑在别人后面·····	329
费利斯家的学习课·····	330
拿破仑的鼓手·····	331
玛丽娅的寻找·····	332
10秒钟惊险镜头·····	333
你抽烟吗·····	333

第十一章 坚毅呈现意志的张力

面对困境 挑战失败·····	335
驾驭生命·····	336
苦难是雕琢天才的刻刀·····	337
不要因为失败而否定未来·····	338
失败是坚韧的最后考验·····	340
把不利因素化为动力·····	341
能站起来, 就是一种勇气·····	342
一条半腿的足球硬汉·····	344
十八次死里逃生的探险家·····	344

独自飞上蓝天·····	345
勇敢者的攀岩·····	347
挫折只是一个小水洼·····	348
不畏任何艰难挫折·····	350
失败也是一种幸运·····	351
正确面对挫败·····	353
总结失败的原因·····	354
毅力助你飞翔·····	356
成功就在磨难中·····	357
欲成大事，必经磨炼·····	359
99度加1度·····	360
挫折也是种投资·····	362

第十二章 勇气助你跨越藩篱的瞬间

征服自己，征服一切·····	365
一切都能挺过去·····	366
自信医好口吃·····	367
勇于直视苦难·····	368
勇敢地面对一切·····	369
不要害怕命运的偏移·····	370
拿出勇气，再来一次·····	371
心碍才是最大的障碍·····	372
推开虚掩的门·····	372
面对生活的灾难·····	373
勇敢地抓住机会·····	374
勇敢面对逆境·····	375
拿出主动出击的勇气·····	376
学历不如努力·····	378
请你向国徽敬礼·····	378
勇敢冲浪的受伤男孩·····	379
向上帝借只脚·····	380
勇气是一切的开始·····	380
鼓励让勇气倍增·····	381
敢于承认错误·····	382
沉着地面对危险·····	383
真正的勇气·····	384

做一个好的失败者·····	384
敢于放弃的勇气·····	386
不能流泪就微笑·····	387
跌倒了再站起来·····	388
生活不可以软弱·····	389
老鼠怕猫·····	390

第三册

勇敢是成功者的信条·····	391
一颗勇敢的心·····	391
不要因胆怯而胡思乱想·····	392
浪尖的考验·····	392
理智的勇敢·····	393
我们家容不得胆小鬼·····	393
没有所谓的“不可能”·····	394
拿出勇气主动出击·····	394
以行动诠释勇气·····	395
勇气的一半是智慧·····	397
亮出你的名字·····	398
我的双手还在·····	399
公鸡·····	400
后院的主宰者·····	401
上帝的力量·····	402
勇敢者的游戏·····	402
另一种冒险·····	403
人生的铁索桥·····	404
勇者无敌·····	406
生的勇气·····	407
聪明的羊·····	407
勇气源于真爱·····	408

第十三章 在坚忍中彰显气度

在忍耐中走向成功·····	410
坚持，坚持，再坚持·····	411
忍是一种高级生存艺术·····	412

忍是一种超越坎坷的力量·····	413
忍的法则不可不知·····	414
忍的技巧不可不知·····	415
低调生存,以忍为先·····	417
权势过高,物极必反·····	420
人在屋檐下,怎能不低头·····	423
暂时低头只为韬光养晦·····	424
小不忍则乱大谋·····	425
受辱之时勇于忍·····	426
忍辱大明,女真崛起·····	427
像尺蠖一样做人·····	429

第十四章 善舍得是另一种成功

会舍才会有加倍的获得·····	432
勇于舍弃眼前的诱惑·····	433
放长线钓大鱼·····	434
埋葬过去,开辟未来·····	435
人生得失寻常事·····	437
居里夫人的放弃·····	438
把荣耀让给他人·····	439
正视劣势·····	440
舍弃不是失去·····	441
木化石的故事·····	441
潇洒抛砖,收获玉之利·····	442
丢弃昨日失败,收获今日成功·····	443
不要为错过惋惜·····	444
幸福就在一拿一放之间·····	445
善于舍弃,拥有阳光·····	446
舍弃名利,享受快乐·····	447
丢掉对你毫无益处的习惯·····	448
人生之大感悟善于放弃·····	449
舍得分享的成功·····	450
舍与得,一念之间·····	452

第十五章 选择最适合自己的人生

选择适合自己的位置·····	455
自我反省,做出最佳的选择·····	456

选择的两个必备条件:

判断和果断·····	458
先选择,再冒险·····	459
最好的选择就是适合自己·····	461
为自己的选择负责·····	462
除了出身,你什么都可以选择·····	464
地图人生·····	465
快乐在放弃后出现·····	466
学会选择朋友·····	467
选择坚守,选择成功·····	468
学会选择,学会放弃·····	470
好咖啡总是放在热杯子里·····	471
选定一把椅子·····	471
方向比努力重要·····	471
罗斯福的人生方向·····	472
从小脚夫到大财阀·····	472
被逼无奈的开口一唱·····	473
鲍曼太太的烦恼·····	474

第十六章 用诚信保持航向的船舵

守卫诚实的堡垒·····	475
真正的高贵·····	476
名誉是无形的财富·····	477
自律是诚实的第一步·····	477
诚实最宝贵·····	478
原则的重要性·····	479
贪婪的后果·····	480
写一张传票给自己·····	481
“无可奉告”的答卷·····	481
比金钱更宝贵的是信誉·····	482
安心地失去·····	482
没有诚信,就会失去别人的信任·····	483
信用是人生的一笔财富·····	484
诚实地胜利更重要·····	485
意外的奖励·····	485
200 法郎的守时·····	486

最困难的考试	487
印第安灰姑娘	488
三把斧子	489
年轻的店员	490
胜利者	491
我没救过您女儿	492
失去诚信我不会快乐	493
我愿意做个诚实的孩子	494
一旦失信,永难挽回	494
正义蕴藏在诚信之中	495
迟到的理由	496
买啤酒的少年	497
诚实是人生的命脉	497
我会为你盖一座旅馆	498
没有发完的传单	499
你的行为就是别人	
对待你的“砝码”	500
诚实的邮政局长	500
“两只”鞋	501
请这位绅士体面地接受惩罚	501
总裁的选择	503
一个当“心”的当铺	503
汤姆的床垫	504
岔路口的诚信	505
卖火柴的小男孩	506
我知道您一定会回来救我!	506
3次逃票	507

第十七章 创新创造奇迹

成功源自创造性思维	509
别被自己“套牢”	510
跨越心中的藩篱	512
突破思维的定势	514
换一个角度看问题	515
创新存在于每个细节之中	517
用创新改变冷门	519

超前意识带来伟大创新	521
敢于变化才能有发展	523
奇思妙想生奇迹	524
改变思路,改变出路	525
激活创新思维	526
可口可乐的诞生	528
好奇引领成功	529
出奇才能制胜	531
挖掘自己创新的潜能	532
创新就是要打破常规	534
打破常规,敢于标新立异	535
赢家总是聪慧的人	536
姜太公巧求职	537
废除无谓的执著	540
摆脱思维定式	541

第十八章 进取成就卓越的真经

爱拼才会赢	544
知识是不会贬值的财富	545
“哈佛神童”奥本海默	546
学习永无止境	547
学习无捷径	548
自学是必备的生存技能	549
为“问题”不断进取	551
养成每天阅读的好习惯	552
要维持稳定不变的学习力	553
永远保持向上的进取心	555
要做好终生学习的准备	556
最后一次考试	558
该学的东西太多了	558
好学不倦的富兰克林	559
都没有的知识	561
获得知识的绝妙之法	562
开商店的兄弟俩	563
教育程度“不全”	563
隔篱偷学	564

责难和皮鞭造就的大师	565
一生坎坷的莎士比亚	566
铁窗下的黄金岁月	567
知识改变了修鞋匠的命运	568
一心要读书的少年	569
终身努力的书法家	571
厚积薄发	572
每日都要有新知	572
不肯永远居于人后	573
顽强的意志, 拼搏的心	574
金牌之外更高的追求	575
学习就是不断进取	576
超越自我需不断“充电”	577
只要能学习	578
奴仆的杰作	579
活的“百科全书”	580
艺术无止境	581

第十九章 用合作打造双赢的世界

我们需要与别人合作	583
学会与别人合作	584
相互包容是合作的前提	586

第四册

学会借鉴他人经验	589
螃蟹、蚂蚁的故事	590
瞎子和瘸子	591
“共命”鸟的故事	591
天堂和地狱	591
协作精神的杰出范例	592
团结的力量	593
马克思和恩格斯	594
来自陌生人的善良	595
被困的七个小矮人	596
手和脚的战争	597

鸡的斗争	597
懂得合作的猴子	598
偷油吃的老鼠	598
狮子与熊的合作	599
巴顿和艾森豪威尔	599
“石油怪杰”盖蒂	600
莱特兄弟的飞机	601
第一台发报机的诞生	602
圣彼得的回答	603

第二十章 真爱, 永恒不息的心动

肩膀上的蜻蜓	604
多和陌生人说话	605
母爱的宽恕	605
小小的善	606
感动世界的请求	607
平分生命	608
一个美丽的故事	609
伟大的母爱, 永恒的雕塑	610
母亲的珠宝	610
奇迹的名字叫父亲	611
最崇高的父亲	612
爱在地震瓦砾中	613
真诚的爱	613
意外的礼物	614
无差别的母爱	616
伟大的母爱	617
不甘心认命的母亲	617
一位考虑周全的妈妈	619
表达对母亲的爱和敬意	619
睡在总统父亲的怀里	621
一个女儿最纯朴的心	621
一张1美元的纸币	622
一个10岁儿童的礼物	623
飘动的红纱巾	624
传递一串甜美的葡萄	625

爱的拥抱·····	625
生命的再现·····	626
避难的翅膀·····	627
韦尔森的心愿·····	628
分开度假·····	628

第二十一章 做时间的主人

善待今日，奠定成功的基石·····	631
零碎的时间也可以创造辉煌·····	634
珍惜时间就是珍惜生命·····	635
把握时间，从现在做起·····	637
时间是人生最大的资本·····	638
优先解决要事·····	639
最大限度地使用时间·····	641
克服浪费时间的坏习惯·····	642
时间的意义·····	644
小时间，大回报·····	644
恪守时间，珍惜时间·····	646
做时间的主人·····	647
成功源于惜时如金·····	648
有效管理你的时间·····	649
做和时间赛跑的竞赛者·····	651
不要轻易放过空当时间·····	652
做时间的驾驭者·····	653
把24小时变为48小时·····	655
用同样的时间做更多的事情·····	656
修炼你的时商·····	657

第二十二章 宽容是最大的财富

用一颗包容的心去感染对方·····	659
让宽容常驻心中·····	660
宽恕伤害过自己的人·····	661
宽容是良好人际关系的基石·····	663
尊重他人就是尊重自己·····	664
包容是人生最大的财富·····	665

正确对待他人的过失·····	667
宽以待人·····	668
用爱己之心爱人·····	669
海纳百川，有容乃大·····	671
包容是可容纳万物的广阔胸襟·····	672
包容别人，放松自己·····	673
上善若水，厚德载物·····	675
广纳百川万事亨通·····	676
宰相肚里能撑船·····	677
记住恩惠，洗去怨恨·····	678
宽广胸怀造就宽广的境界·····	679
用包容之心包容生命·····	681
万物因包容而繁荣·····	682
博爱让世界充满爱·····	684
有容方成大器·····	686
包容生活，放松心情·····	687
将军和女奴·····	688
纳粹的孩子·····	689
圣诞夜的休战·····	689
邻居家的往来·····	690
国王的三个大臣·····	691
幽默大师的谅解·····	692

第二十三章 乐观的心态决定人生成败

乐观让生活充满阳光·····	694
让自己保持清净的心·····	695
远离孤僻，让自己开朗·····	696
平静地接受不可改变的事情·····	697
寻找学习中的乐趣·····	698
鱼市场里的笑声·····	699
乐观的农夫与悲观的农妇·····	700
沙漠里的枪声·····	701
心境的魔力·····	701
好心情的司机·····	702
乐观源于自我肯定·····	703
乐观是正视现实，不畏困境·····	704

乐观是操之在		风雨中的菊花	740
我的“心造幸福”	705	搭顺风车的人	741
拥有乐观，快乐前行	706	一束花改变人生	742
用“心”微笑	708	赛特太太的烦恼	743
乐观，助你拥有好人缘	710	帕德鲁斯基和胡佛	745
乐观，助你轻松跨越难关	711	知恩者知义	746
乐观者快乐工作，享受生活	713	麦克阿瑟的5支笔	747
痛苦可以变成欢乐	714	每天都是恩赐	748
多给自己快乐的心里暗示	715	感恩是对生命过程的一种珍惜	748
每件事中都有快乐的因子	715	感恩是对人生苦难的一种感谢	750
享受此刻	716	感恩是一种得到的付出	752
笑看世事沧桑	718	心中有爱才能感恩	753
真正的快乐源自内心	719	施予爱心，体现生命价值	755
别让悲观挡住了你的阳光	720	不要把拥有视为理所当然	756
快乐的秘诀：不为难自己	722	感恩你所拥有的幸福	758
在工作中寻找快乐	723	弗洛尔的施舍	759
让歌声永不停止	724	小餐馆的奇遇	760
快乐就是：我觉得我赢了	725	谁是可资助的人	761
		发传单的小伙子	762
		一道特别的作业题	763
		那些柿子不采摘	764
		令人震撼的总统就职仪式	765
		不要伤了好人的心	766
		爸爸也需要感谢吗	767
		咱们两清了	768
		原来动力是这个	769
		来自落聘者的感谢信	770
		一打玫瑰	771
		小精灵与鞋匠	772
		迟来的感谢	774
		纸玫瑰	774
		圣诞节的橘子	775
		海鸥	776
第二十四章 感恩之心点亮 人生之旅的光芒			
天才的道路	728		
英雄的回忆	728		
迷路的小女孩	729		
感恩，我们就会拥有一切	730		
塞特太太的烦恼	731		
优秀的杰克	732		
惜福感恩，当下变福田	733		
你的生命是上天的美意	734		
活着，就是一种莫大的幸福	734		
感恩生活对我们的情分	736		
感谢这只手	737		
小约翰的账单	738		
遇难者的第三个电话	739		
给警察的诗	739		

第一章 自信是赢得胜利的法宝

一个人只有充满自信，才能感受生活的快乐，才能最大限度地挖掘自身潜力，才能取得人生的成功，才能保证自我价值的实现，才能改造不尽如人意的外部环境。

古往今来的成功者无不对自己充满了极大的信心，无不相信自己的力量。而那些碌碌无为的人，其显著特征则是缺乏信心。正是这种信心的丧失，使得他们卑微怯懦，唯唯诺诺。

一分自信，一分成功；十分自信，十分成功。自信是成功的基石，拥有自信的心灵会海阔天空，拥有自信的眼神会光芒万丈，拥有自信的步伐会铿锵有力！

自信的高度

不论才能大小、天赋高低，一个人的成功与否都取决于他的自信心。相信一定能做到，事实上就能够成功。反之，不相信自己，那就绝不会成功。

有坚定的自信心，即使平凡的人，也能做出惊人的事业来。缺乏自信的人即使有出众的才干、优良的天赋、高尚的品格，也很难成就伟大的事业。一个人的成就，决不会超出他自信所能达到的高度。

有一次，一个士兵骑马给拿破仑送

信，由于马跑得速度太快，在到达目的地时猛跌了一跤，那马一命呜呼。拿破仑接到信后，马上写封回信，交给那个士兵，吩咐士兵骑上自己的马，快速把回信送去。

那个士兵看到那匹强壮的骏马，身上装饰得无比华丽，便对拿破仑说：“不，将军，我是一个平庸的士兵，实在不配骑这匹华美强壮的骏马。”

拿破仑答道：“世上没有一样东西，是法兰西士兵所不配享有的。”

世界上到处都有像这个法国士兵一样的人！他们以为自己身份卑微，别人所有的一切，是不属于他们的，以为自己是不配享有的，以为他们是不能与那些伟大人物相提并论的。这种自卑自贱的观念，往往成为不求上进、自甘堕落的主要原因。

经常有人这样想：世界上最好的东西，不是他们这辈子所拥有的。他们认为，生活上的一切美好的事物，都是留给一些特殊的人的。有了这种自卑的心理后，当然就不会有要成就伟大事业的观念了。

许多人，本来可以做大事、立大业，但实际上却做着小事，过着平庸的生活，原因就在于他们自暴自弃，他们没有远大的理想，没有坚定的自信。

与金钱、势力、出身相比，自信是最重要的因素，是人们从事任何事业最