



收藏于哈佛大学图书馆的家教孤本

哈佛家训

(美)威廉·贝纳德◎编著 孙瑾筱 译

*Harvard
Family Motto*

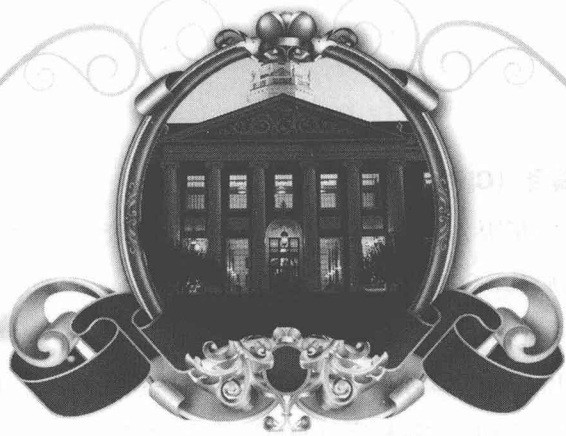


一时的关注，终生的受益

一本供父母和孩子共同阅读的经典作品，一个让父母和孩子展开对话的智慧平台。

 安徽师范大学出版社





收藏于哈佛大学图书馆的家教孤本

哈佛家训

(美)威廉·贝纳德◎编著 孙瑾筱 译



一时的关注，终生的受益

一本供父母和孩子共同阅读的经典作品，一个让父母和孩子展开对话的智慧平台。

 安徽师范大学出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

哈佛家训: 精华版 / (美)威廉·贝纳德编著;孙瑾筱译. —芜湖: 安徽师范大学出版社, 2011.9

ISBN 978-7-81141-396-0

I. ①哈… II. ①威…②孙… III. ①家庭教育—通俗读物 IV. ①G78-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 189427 号

哈佛家训: 精华版

(美) 威廉·贝纳德编著 孙瑾筱译

出 版 人: 张传开

责任编辑: 胡志恒 朱思敏

装帧设计: 天下书装

出版发行: 安徽师范大学出版社

芜湖市九华南路 189 号安徽师范大学花津校区 邮政编码: 241002

发 行 部: (0553)3883578 5910327 5910310(传真) E-mail: asdcbsfxb@126.com

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京市北京画中画印刷有限公司 电话: 010-63706888

版 次: 2011 年 10 月第 1 版

印 次: 2011 年 10 月第 1 次印刷

规 格: 710×1000 1/16

印 张: 16.25

字 数: 200 千

书 号: ISBN 978-7-81141-396-0

定 价: 26.00 元

凡安徽师范大学出版社版图书有缺漏页、残破等质量问题, 本社负责调换

前言

对于成长中的孩子们来说，未来是那么的神奇，它似乎远在天边，又仿佛触手可及，一切将如何发展，决定权就掌握在家长手中。称职的父母要用正确的人生观引导孩子，用高尚的品德启发孩子，使他们成为真正的精英。在孩子张开臂膀展翅高飞之前，父母必须认真履行自己的职责。

哈佛大学早就明确地认识到了这一点，所以它从一开始就不仅仅是传播知识的教育机器，还是哺育领袖、楷模的摇篮。就在 2008 年 10 月 8 日刚刚公布的最新《〈泰晤士报〉高等教育——2008 全球顶尖大学排行榜》上，美国长春藤名校哈佛大学蝉联全球最佳大学，剑桥大学排名第三。

建于 1636 年的哈佛大学，比美国独立还要早 140 年，所以“先有哈佛，后有美国”这句话说得毫不夸张。哈佛大学是一所综合性大学，也是美国最早的私立大学之一，总部位于剑桥城。哈佛大学的校训是“以柏拉图为友，以亚里士多德为友，更要以真理为友”，校徽上写的则是意为真理的拉丁文“VERITAS”，这无不昭示着哈佛大学立校兴学的宗旨——求是崇真。

哈佛大学第 21 任校长艾略特曾说：“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、几代人甚至几个世纪。”“人们最优美的知识来自感官的正确而缜密的观察。”“教育最为重要的任务是训练最优美的知识所赖以获得的感觉。”

艾略特 1853 年毕业于哈佛大学，1863 年赴欧洲考察学习，研究法国和德国的高等教育，1869—1908 年担任哈佛大学校长，并有“哈佛大学的奠基者”之美誉。有人这样评价他：“艾略特虽不能称为最伟大的哈佛人，但他是哈佛学校史上最伟大的人物。”正是由于他的高等教育改革，才为哈佛大学奠定了从传统学院扩展为现代大学的重要基础，而他的教育思想也影响了一代又一代的哈佛人，其中包括著名外交家、1973 年诺贝尔和平奖获得者、美国前国务卿亨利·基辛格。我国近代，也有许多科学家、作家和学者曾就读于哈佛大学，如胡刚复、竺可桢、杨杏佛、赵元任、陈寅恪、林语堂、梁实秋、梁思成、江泽涵等。

那么，哈佛大学教人、育人、养人的秘诀到底何在呢？

这本《哈佛家训精华版》就是我们为您倾力打造的教子指导，涵盖人生成长的方方面面，包括命运、品质、宽容、善行、亲情、友谊、快乐、梦想、奉献、勇气、智慧以及童心、同情、真挚、诚信、信心、奋斗、放下、坚持、细节、自省、成功等，有助于开发孩子们的情商，使其逐步完善自我、茁壮成长。

本书通过对人类美好天性与品质的挖掘，使人们充分感受到名校精神的闪光点，从朴素的生活中深刻领悟到人生的非凡意义，不仅可以激发人们对社会的关注热情、指引人们对人生进行更多的思考，更点燃了沉睡在每个人心中的智慧火焰。

希望读者朋友们尽快阅读本书，感受到他给你带来的迷人魔力！

目录 CONTENTS

❖ 第一章 ❖

享受生活——快乐来自生活的一点一滴

学会满足	3
重拾快乐	4
知足者常乐	5
走自己的路，让别人说去吧	6
小事情，大快乐	7
做个心胸豁达的人	9
学会付出	10
用你的双手创造快乐	13
享受快乐的过程	14
快乐无处不在	16
惊奇无处不在	17
从娱乐中学习快乐	18
快乐不仅仅是金钱	19
希望着，快乐着	21
敞开心扉迎接未来	22

❖ 第二章 ❖

聪明才智——拓展你的内涵，陶冶你的情操

智慧是一点一滴积累的	27
生活的意义	28
你会选择撒谎吗	29
真正的快乐	31
追求内在美	33
慧眼识美	34
以其人之道还治其人之身	35
学会聆听	37
等一分钟	38
让自己蜕变	40
保持良好的心态	41
创新思维	42
永远不要把自己的退路堵死	43
损人不利己得不偿失	44
抉择	46
退一步海阔天空	47

❖ 第三章 ❖

学会宽容——以责人之心责己，以恕己之心恕人

放开心胸让宽容无处不在	51
少一份计较便多一个朋友	52
诚挚地宽恕，再把它忘记	54
斤斤计较会让你失去更多	56

微笑是最好的宽容	57
严于律己，宽容待人	59
大度是最高的智慧	60
宽容是文明的考核	62
包容的艺术	63
责人要宽，责己要严	65
宽恕自己的敌人	66
大度的智慧	68
让出一条给别人走的路	69
用善良打动别人	71
放下他人的过失	73

❧ 第四章 ❧

相信自己——命运掌握在自己手中

成功总是眷顾有准备的人	77
风雨过后总会有彩虹	78
善于抓住机遇，推开成功之门	80
锲而不舍，金石可镂	81
要有锲而不舍的精神	82
兴趣是最好的老师	83
再多坚持一下	85
观念改变命运	87
用美德书写人生	88
有希望便是光明	90
请选择微笑面对人生	91
如果没有“如果”	93

让懒惰成为过去	94
你并不是个坏孩子	96
天下没有白吃的午餐	97

❖ 第五章 ❖

割舍不断——家是你永远温馨的港湾

亲情是最好的投资	101
母爱是世间最伟大的力量	102
父母是孩子的第一任老师	103
千金易求，善心无价	105
一小时的故事	106
最美妙的乐章	108
永远把爱放在第一位	109
教育和生命一起开始	110
无法取代的亲情	111
爱是付出	113
抽出一点时间给父母	114
用勇气掌握幸运	116
美丽的谎言	117
母爱大于天	119
把我的生命给你一半	120

❖ 第六章 ❖

勇者无畏——沙漠中华美绽放的一株小草

坚持自己的信念	125
无所畏惧	126

怨天尤人，于事无补	128
学会鼓励	129
心病难医	131
给自己选定目标	133
不做生活的弱者	134
一切危险都是纸老虎	136
一切皆有可能	138
学会分辨是非	139
找到属于你的那扇门	140
错了就是错了	141
勇于战胜灾难	143
绝处逢生的喜悦	145
勇敢地创造未来	146
机不可失，失不再来	147

❖ — 第七章 — ❖

天长地久——没有真挚朋友的人，是真正孤独的人

与朋友分享快乐哀愁	153
赞赏你的朋友	154
善于倾听朋友的建议	155
顾及他人的感受	156
君子之交谈如水	158
学会识友	160
相识满天下，知心有几人	161
多一个朋友多一条路	162
患难见真知	164
宽容为本	165

与朋友交，言而有信	166
背后莫论他人是非	168
先学会尊重别人	169
学会原谅他人	171
人生贵相知，何用金与钱	172

❖ 第八章 ❖

梦想成真——我是我世界的奇迹

世上无难事，只怕有心人	177
奇迹的诞生不是偶然的	178
成功需要好胜心	180
人之所以能，是相信能	182
天才往往被扼杀在摇篮里	183
兴趣所致，梦想成真	184
踏着梦想前进	185
有梦才能有奇迹	187
没有得到我想要的，我即将得到更好的	189
心之所愿，无事不成	190
梦想不是空想	191
给自己一个好的起点	193
选好出发点和落脚点	194
定位自己，把握未来	195

❖ 第九章 ❖

积善行德——让善行感染世界的每一个角落

赞美别人	199
------------	-----

做一个心灵美的人	200
用爱的眼神关爱每一个人	201
不要吝啬你的赞美	202
让对手成为自己前进的动力	204
用你的微笑感染你身边的人	205
善行必有果	207
帮助别人如帮自己	209
坚持道德的底线	210
善有善报	211
学会赞赏	212
爱他就让他幸福	213
慈悲为怀，关爱他人	215
向需要的人伸出援手	217
自卑的人更需要鼓励	219
学会与人分享成功	220

❖ 第十章 ❖

拥有爱心——为实现自我价值而努力奋斗

做一个真正善良的人	225
赠人玫瑰，手有余香	226
己所不欲，勿施于人	228
认真对待微小的事情	229
常怀感恩之心	230
心存善念	232
温暖你的心	233
生命因勇敢而绽放	235

天堂和地狱	236
用幸福叩响你的心灵	237
不求回报地帮助他人	239
要有奉献精神	240
时刻保持一颗无私的心	242
发自内心的爱	243
有付出就会有回报	245



第一章

享受生活——快乐来自生活的一点点滴





学会满足

不要急于求成，今天只需做好今天的事。

在一个小男孩家的门前，长着几棵大树。秋天起风的时候，树上的叶子总随风飘到院子里。于是，父亲就交给他一项任务，要他每天上学前将树叶打扫干净。

对他来说，天刚亮就起床打扫树叶实在是一件苦差事。秋冬之际，叶子们就仿佛约好了似的，总是不停地落下来。头一天刚扫完，第二天照样落满庭院；刚刚清理完，一会儿又落下几片，似乎总是扫不干净。

对此，男孩很是苦恼。后来，他从别人那里得到了一个好主意：扫地之前，先将树使劲儿地摇晃。

于是那天扫地前，他先将院外的树摇了又摇。男孩累得满头大汗，这才发现，原来摇树居然比扫地还累。但他毕竟做了一件让自己感到满意的事，那一天他非常开心。

第二天，男孩高高兴兴地起了床，想去检验一下昨天摇树的结果。谁知开门一看，院子里依然是满地落叶。男孩傻了眼，可他还是不死心，又去抱着树摇了又摇。但无论怎样用力，到次日清晨，满地的黄叶还是一点不见减少。

父亲知道了男孩的烦恼后，没有责怪儿子。他告诉儿子，每天都有落叶，今天只落今天的树叶，明天的树叶只能在明天落下。男孩站在满地落叶中，看着慈祥的父亲，突然明白了其中的道理。



哈佛家训

顺其自然是最明智的生活态度，从容地度过每一天，不要勉强别人，也不必强求自己。今天的事今天做完，明天的事只能发生在明天，让世界按照自己的意愿发展是不可能的。学会适应这个社会，才是我们最该做的。

重拾快乐

为自己的心田洒下点滴雨露，快乐的种子就会发芽。

上帝把一捧快乐的种子交给了幸福之神，让她到人间找最隐蔽的地方来播撒这些种子。临行前，上帝不放心地问：“你准备把它们藏到什么地方去呢？”

幸福之神胸有成竹地回答：“我准备把它们藏在最深的海底，让那些寻找快乐的人，只有经历过大海的洗礼，才能找到它们。”

上帝听后，微笑着摇了摇头。

幸福之神又思考了一会儿，继续说：“那我就把它们藏在高山之巅吧，让寻找快乐的人，通过磨茧的手掌以及超越的勇气，来证明它们的存在。”

上帝听了之后，还是摇了摇头。幸福之神茫然无措地向上帝请教。

上帝意味深长地说：“你应该把这些快乐的种子藏到每个人的心里去，只有那里才是最不容易被发现的。”

