

百年哈佛育人圣经

The harvard education bible

哈佛修养教育



好修养从阅读开始



智慧 主编

哈佛名校先后培养了7位总统，
40位诺贝尔奖获得者，无数名世界级财富精英。
哈佛无愧地成为了全人类教育的峰巅，荣耀的象征。

百年名校

黑龙江科学技术出版社

百年哈佛育人圣经

哈佛修养教育—— 好修养从阅读开始



智慧 主编



The harv bible

黑龙江科学技术出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

哈佛修养教育：好修养从阅读开始 / 智慧主编. --
哈尔滨：黑龙江科学技术出版社, 2013.9
ISBN 978-7-5388-7667-3

I. ①哈… II. ①智… III. ①读书方法-青年读物②
读书方法-少年读物 IV. ①G792-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 217034 号

哈佛修养教育：好修养从阅读开始

HAFO XIUYANG JIAOYU:HAOXIUYANG CONG YUEDU KAISHI

主 编 智 慧

责任编辑 刘丽奇 刘松岩

封面设计 赵雪莹

出 版 黑龙江科学技术出版社

地址：哈尔滨市南岗区建设街 41 号 邮编：150001

电话：(0451) 53642106 电传：(0451) 53642143

网址：www.lkcs.cn www.lkpub.cn

发 行 全国新华书店

印 刷 北京市通州兴龙印刷厂

开 本 787 mm × 1092 mm 1/16

印 张 12.375

字 数 170 千字

版 次 2013 年 11 月第 1 版 2013 年 11 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5388-7667-3/G · 846

定 价 26.80 元

【版权所有，请勿翻印、转载】



目录 1

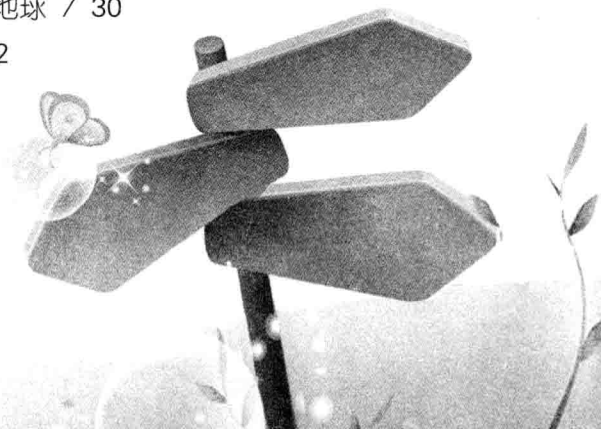
MULU

自 信

- 不要叫自己“笨蛋” / 2
- 成功的标准不过是1 / 3的胜率 / 4
- 一个名叫斯巴奇的男孩儿 / 6
- “不堪一击”的石头 / 8
- 擦掉错误,再试一次 / 10
- 完美的合奏 / 12
- 昂起你的头 / 14

心 态

- 战胜病魔的“特效药” / 18
- 两粒种子 / 20
- 一切都会好起来 / 22
- 在平凡中挖掘非凡 / 24
- 苏珊的发型 / 26
- 完美的宁静 / 28
- 即使我们无法挖穿地球 / 30
- 刺绣的另一面 / 32





2 目录

MULU

交 往

- 薯片的启示 / 36
- 意义非凡的沙堡 / 39
- 我不是有意的 / 41
- 大山的朋友 / 43
- 请听我说 / 45
- 缺席的成员 / 47
- 篱笆上的钉子 / 49
- 烦恼树 / 51

美 德

- 最后的晚餐 / 54
- 荷兰小英雄 / 56
- 放回水中的鱼 / 59
- 一只木碗 / 61
- 空盒子与满盒子 / 63
- 无法弥补的过错 / 65
- 我宁求真理 / 67
- 窗外的景色 / 69





目录 3

MULU

历练与勤勉

- 为了承受风雨 / 72
- 陶工与黏土 / 74
- 让她自己走 / 76
- 一个人的比赛 / 79
- 安逸的代价 / 81
- 一根琴弦完成的经典演出 / 83
- 谁才是后院的主宰者 / 85
- 当风暴来临 / 87

梦想与信念

- 偷窃梦想的人 / 90
- 我的作家梦 / 92
- 用心保存梦想 / 95
- 每天一小时 / 97
- 用信念装点生命的色彩 / 99
- 生死之门 / 101
- 信念铸成的历史 / 103





4 目录

MULU

帮助与感恩

- 刺猬裁缝 / 106
- 红色弹珠 / 109
- 布道的流浪汉 / 112
- 人生一课 / 114
- 最好的圣诞礼物 / 116
- 生命中的降落伞 / 118
- 小精灵与鞋匠 / 120

诚信与责任

- 林肯赔书 / 124
- 邦妮的兔子 / 126
- 一张奖票 / 128
- 诚实的店员 / 131
- 拉比的测试题 / 133
- 信任的力量 / 135
- 牧师的信任 / 137
- 伸出援手 / 139





目录 5

MULU

时间与行动

一切取决于你自己 / 142

母雀和它的孩子 / 144

荆棘丛 / 146

挑水和挖井 / 148

生命中的“大石块” / 150

伐木者的斧子 / 152

莫尔斯电码的召唤 / 154

思考与智慧

智慧就是财富 / 158

流浪汉的箴言 / 160

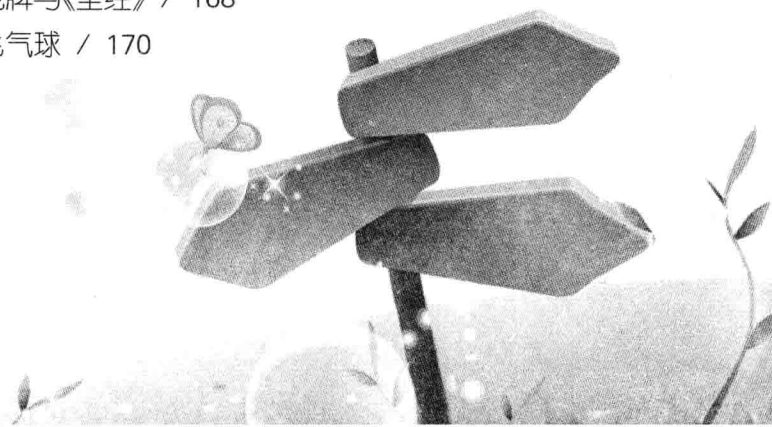
经济衰退 / 163

狐狸的智慧 / 165

三重过滤 / 166

扑克牌与《圣经》 / 168

放飞气球 / 170





6 目录

MULU

生活的真谛

如果能够重活一次 / 174

孩子眼中的世界 / 176

值得热爱的一切 / 178

有爱就能拥有一切 / 180

百万富翁的生活 / 182

打捞幸福 / 184

残缺的圆 / 186

贫穷与富有 / 188





自信

我总是能在你的眼中看到对赞美的期待,我知道,那是因为你需要自信去探索身边的世界。





如果你怀疑自己,那么你的确就站在不稳固的地方。

——[挪威]易卜生

“琳达,如果‘打击自己’是奥运会的一个比赛项目的話,你一定能得金牌!”

安娜贝尔是我最亲密的朋友,在我向她讲述了我是怎样错误地对待我的一个学生的经历之后,她直率地作出了这个让我目瞪口呆的评论。

“我不该让他在上课的时间回宿舍取东西,导致他与宿舍管理员发生争执。这完全是我的错!我真是太愚蠢了!”我这样说道。

听我说完之后,我的朋友突然大笑起来,然后就作出了她的“奥运会”评论。

沉思了片刻之后,我不得不承认她是对的。我的确过分地贬低了自己,而且经常如此。哦,就在前一天,我还因为把试卷撒在了地板上而骂自己为“笨蛋”,因为没有整理房间而骂自己“肮脏”,因为没有制订课程计划就匆匆去替人代课而骂自己为“白痴”……

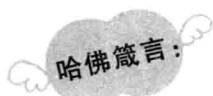
安娜贝尔以更加令人深思的语气说道：“我曾参加过学校举办的一个心理研讨会，负责会议的那位女士让我们列出所有我们对自己的卑贱称呼。”

“你列出了多少个？”我问道。

“十五个，”她坦白承认，“老师随后要求我们道：‘现在转向你旁边的人，用你列出的称呼来称呼对方！’”

我瞠目结舌：“你是怎么做的？”

“我什么也没做，所有人也都如此。我们都只是坐在那里，直到我说：‘我永远也不可能对别人说这样的话！’我们的老师说道：‘很好，如果你们不能对别人说这些话，那么也永远不要对你们自己说！’”



哈佛大学希望他们的学生每天都要做一件事情，那就是——表扬自己！的确，赞扬令人干劲儿十足，而负面的自我评价则会让人陷入消极的状态中，一点一滴地侵蚀人们的自信心。如果孩子正因为某件事情自责不已，不妨拍拍他的小脸儿，告诉他：“你其实是最棒的！”



成功的标准不过是1 / 3的胜率



人们最好既能决定什么值得成功,又能决定什么可以失败。

——[美]弗洛斯特

一个苦恼的人去求见一位睿智且温和的拉比。

“拉比,”这个人绞扭着双手说,“我是一个失败者。在一多半我认为自己必须要做的事情上,我都没有成功。我因此十分厌恶自己,请您为我指点迷津。”

沉思了许久之后,拉比说:“啊,我的孩子,我指给你一条明路——去查阅1970年的《纽约时代年鉴》第930页,或许你能找到内心的宁静。”

带着对这个奇怪建议的困惑,这个苦恼的人到图书馆去找那本书。

“世界上最伟大的棒球运动员一生的平均击球率”——这就是他找到的结果。泰·柯布,最伟大的强击手,他一生的平均击球率为0.367。甚至是全垒打之王贝比·鲁斯都无法望其项背。

于是,这个人回到拉比那里,问道:“泰·柯布,平均击球率为0.367。您让我看的是这个吗?”

“没错,”拉比回答道,“泰·柯布,平均击球率为0.367。在每三次击球中,他只击中了一次;他的击球率还没有达到50%。然而,他已经是最



伟大的击球手了。因此,你还期望什么呢?”

“啊,”这个人恍然大悟。他认为自己是一个可怜的失败者,只因为他在自己必须做的事情中只有半数成功的,而事实上他的成功率已经超过了世界上最伟大的击球手。

哈佛箴言:

许多学生都会向哈佛大学的教授们请教这样一个问题:“我要怎样才能成功?”而他们总是会得到这样的建议:“把自己的目标定在距离完美差一点儿的地方!”这是因为,追求完美的人总是生活在焦虑与自责中,即使再出色也会认为自己是一个“可怜的失败者”;如果在目标与完美之间留出一段距离,就是为自信营造了生长的空间——这是取得成功的最关键因素!





一个名叫斯巴奇的男孩儿



成功的第一秘诀是自信。

——[美]爱默生

这个故事的主人公是一个名叫斯巴奇的小男孩儿。对于斯巴奇来说,取得好成绩几乎是不可能做到的事情。上中学的时候,他物理次次不及格,还在一次考试中得了零分,成为该校历史上物理成绩最差的学生;他的拉丁语、代数和英语也都很难及格;在体育运动方面,他的成绩也好不到哪里去——尽管他设法成为了学校高尔夫球队的成员,但很快就输掉了那个赛季唯一一场重要的比赛。

除此之外,在整个青少年时期,斯巴奇在社交方面的表现也极为拙劣。实际上,所有的同学都不喜欢他,也没有老师关注他。至于约会,那就更别提了。斯巴奇在中学里从没有邀约女孩的经历——他太害怕被拒绝了。

然而,即使如此,斯巴奇仍然有着信心的来源——那就是画画。他对自己的画非常自豪。当然,没有别人欣赏这些画。在中学高年级的时候,他曾给学校年刊的编辑送去了几张漫画,但被退回了。尽管这次拒绝让斯巴奇感到非常痛苦,但他仍对自己的绘画能力非常自信,并决定要成为一名专业画家。

中学毕业之后,他给沃尔特·迪斯尼工作室写了一封信。对方让他



寄去一些画作,并建议他构思一部动画片的主题。斯巴奇用了很长时间来创作画作和构思主题,但结果是他再次遭到了拒绝。这是这个“失败者”的又一次失败。

但斯巴奇并没有因此而丧失信心,他决定创作自己的漫画自传。这一次,他终于成功了。他以童年时的自己为原型创作的小男孩儿很快就闻名全球。

斯巴奇,这个八年级时每门功课都不及格、作品一次又一次遭到拒绝的小男孩儿,就是查尔斯·舒尔茨。他创作了连环漫画《花生》,其中那只爱幻想的小狗史努比和那个自己的风筝从来都飞不起来、从未成功踢到过足球的小男孩儿——查理·布朗,成为了世界上最为经典的漫画人物之一,给无数孩子的童年带来了快乐。



哈佛箴言:

哈佛大学心理学教授霍华德·加德纳教授提出的“多元智能理论”指出,人类的智能主要由数学逻辑智能、语言智能、空间智能、音乐智能、运动智能、人际智能、自我认知智能和自然认知智能这八项智能组成,而每个人都拥有自己的优势智能、普通智能和劣势智能。因此,我们为什么要把孩子的学习成绩当做衡量成功与失败的唯一标准呢?为什么不相信一个自信满满的孩子可以凭借自己的天赋实现自身的价值呢?“幸福是一只温暖的小狗。”查尔斯·舒尔茨也用他自己的故事告诉我们——美好是一个自信的小孩。



“不堪一击”的石头



直面现实，凭你所有，尽力而为。

——[美]西奥多·罗斯福

一个老农的田地里有一块大石头，他绕着这块石头耕地已经有好多年了。即使如此，磕磕碰碰也在所难免，老农的好几个犁头和一台耕耘机都被这块石头给碰坏了。

由于这块石头看上去太庞大了，老农认为它被埋在地下的部分一定更大，而且一定坚硬无比。“凭我这把老骨头怎么能移走它呢？”他总是一边这样想着，一边从大石头的旁边愁眉苦脸地绕过去。

有一天，又一个犁头被碰坏了，再加上想起了这些年来这块石头给他带来的麻烦，老农终于决定要采取措施了。

当用撬棍去撬这块石头的时候，老农惊讶地发现石头被埋在地下的部分只有大约六英寸厚，而且，他用一个大锤使劲儿一敲，大石头就“不堪一击”地碎掉了。

在用车推走石头碎块的时候，老农想起这块石头这些年来给他带来的烦恼，以及将其清除原本是一件多么容易的事，他忍不住笑了。