



《经典书库》

编委会◎编著

受益
一生的

SHOU YI YI SHENG DE
SHI JIE MING XIAO GONG KAI KE

世界名校 公开课

顶级名校的巅峰智慧

汲取世界金牌名校的百年智慧
浓缩史上最受欢迎的名校公开课

让
云精英同步

江苏凤凰美术出版社
全国百佳图书出版单位

经典
读库

JINGDIAN
DUKU



《经典读库》

编委会◎编著

受益
一生的

SHOU YI YI SHENG DE
SHI JIE MING XIAO GONG KAI KE

世界名校 公开课

江苏凤凰美术出版社
全国百佳图书出版单位

图书在版编目 (CIP) 数据

受益一生的世界名校公开课 / 《经典读库》编委会
编著. — 南京 : 江苏凤凰美术出版社, 2015.1

(经典读库)

ISBN 978-7-5344-7996-0

I. ①受… II. ①经… III. ①成功心理—通俗读物
IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第249875号

策划编辑 毛东妮
责任编辑 刘晓娟
文字编辑 许 可
装帧设计 付世林 王 波
美术编辑 许瑶瑶
责任印制 徐 屹

出版发行 凤凰出版传媒股份有限公司
江苏凤凰美术出版社 (南京市中央路165号 邮编: 210009)
北京凤凰千高原文化传播有限公司
出版社网址 <http://www.jsmscbs.com.cn>
经 销 全国新华书店
印 刷 北京凯达印务有限公司
开 本 720mm × 1000mm 1/16
字 数 250千字
印 张 18
版 次 2015年1月第1版 2015年1月第1次印刷
标准书号 ISBN 978-7-5344-7996-0
定 价 29.80 元

营销部电话 010-64215835-801

江苏凤凰美术出版社图书凡印装错误可向承印厂调换 电话: 010-64215835-801

前言

在大多数中国人心目中，世界名校可能还是一个相当神秘、陌生而遥远的概念，因而将它们想象成梦幻般美好的“象牙塔”。实际上，世界名校离我们并不遥远，眼下这本书就将带你走近世界名校，感受世界顶级学府的教育理念和方法。

本书精心粹选、汇集了几大世界顶级名校公开课的精华部分，深入浅出、循循善诱地讲述世界名校公开课的“课堂秘密”。入选本书的五大名校分别是：哈佛大学、耶鲁大学、麻省理工学院、西点军校、斯坦福大学。

几百年来，哈佛人不懈地追求真理、勇敢开拓，不遗余力地实现着人生理想和社会价值，成就了哈佛生生不息的精神，保持了哈佛大学的独一无二的特色，更为社会做出了巨大贡献。作为世界一流名校，哈佛培养出了8位美国总统、数十位诺贝尔奖获得者和普利策奖获得者，还培养了一大批著名的科学家、文学家、思想家、外交家以及各行业领头人。这些杰出人才已经或者正在用实力影响着世界的发展。

耶鲁大学，作为世界顶级学府，在教授阵容、课程安排、教学设施等方面都堪称一流。它始终保持特色鲜明的自由教育理念，在保守中保持自由，秉持真理至上，致力于培养学生的人文精神，努力挖掘学生的无限潜能。300多年来，从耶鲁走出了一大批影响美国乃至整个世界发展进程的风云人物。耶鲁素有“总统摇篮”之称，前后培养出了5位美国总统。

麻省理工学院，是世界理工类高等学府中的一枝独秀，其杰出成就与崇尚创新的理念是密不可分的，从麻省理工走出的人才们身上无不闪耀着思考与创新的光辉。建校至今，经过几代人坚持不懈的卓越奋斗，麻省理工学院在美国乃至全世界都形成了非常重要的影响力，为世界培养造就了大批科学家和工程技术人员，堪称全球高科技和高等理工学术研究的先驱领导性大

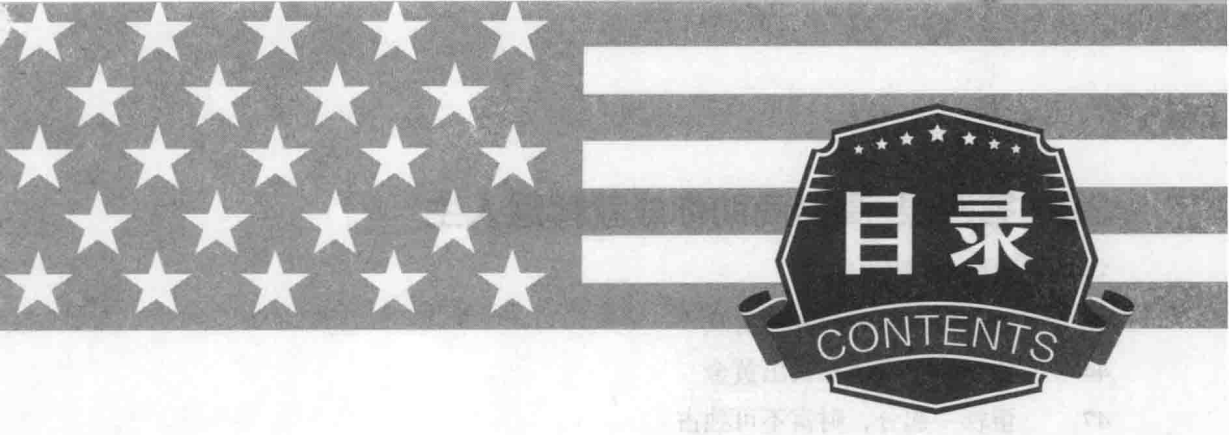
学。据统计，至2009年，先后共有78位诺贝尔奖得主曾在麻省理工学院学习或工作。

西点军校是美国第一所军事学校，被认为是培养将军的摇篮。1898年，西点军校正式将“职责、荣誉、国家”定为校训，此后始终特别重视对学员品德的培养。西点坚持认为，仅仅具备卓越军事才能的将领是不完美的，必须同时具备高尚的品德。为此，每一位西点学员，从入学第一天起就迅速开始了西点价值观的军营化训练。在二百多年的教学历程中，西点培养了众多军事人才，其中有3700多人成为了将军。

斯坦福大学，在如今被视作“西岸的哈佛大学”之前，走过一段艰辛而卓绝的“后起之秀”之路。斯坦福大学之所以能够后来居上，得益于其在发展过程中能够不断地挑战自我、锐意革新。据1995年统计资料显示，斯坦福大学前后培养出10位诺贝尔奖得主、5位普利策奖得主，以及142位美国艺术科学院院士、84位国家科学院院士和14位国家科学奖得主，还有67位学生获得过罗德奖学金。

这些名校令世界各地学子无限心驰神往，但同时也徒增距离感。读者们不妨打开本书，足不出户就可以将名校公开课的精华部分铭记于心，仿佛闲庭信步于“象牙塔”的深处。全书共分为五个部分，每一个部分都紧扣名校本身教育理念和模式的特色来展开章节和文字，方便读者一目了然地掌控名校公开课的信息。你可以在路途中泛泛而读，也可以静坐下来品茶细读，或者选取你感兴趣的章节一览究竟。无论何种读法，想必都会受到启发。

本书最适合赠送给对未来充满期待的青少年们，也同样适合那些正在征途中的追梦人。实际上，只要生命不息，我们每个人都是追梦人。每一位阅读者都可以和名校学子们一起“听课”，品味生命的真谛，激发追梦的激情，掌控人生的航向，直至突破自我极限，完成思想与境界的超脱。



目录

CONTENTS

哈佛大学公开课

3 第一课 追求独立精神，勇于进取超越

- 3 自我超越，永不满足
- 5 崇尚独立，敢于打破常规
- 7 摆脱空想，去做实事
- 10 不要怀疑，只有做了才知道结果

12 第二课 梦想铺就奋斗之路

- 12 心怀梦想，成功不再遥远
- 14 倾注热情去实现你的梦想
- 17 行动目标指引我们实现梦想
- 20 实现梦想需要先声夺人
- 22 追梦前先“洗净”浮躁的心

25 第三课 幸福感是衡量人生的唯一标准

- 25 幸福与否取决于你的态度
- 27 幸福是一种可以掌握的能力
- 30 把握快乐，幸福自然来
- 32 简单，是孕育幸福的源泉
- 34 学会感恩，一生幸福
- 36 细心发现生活中的幸福一刻

39 第四课 高财商助你成就智慧人生

- 39 以热情拥抱财富
- 42 追求财富是勇敢者的游戏
- 44 让每一寸土地都长出黄金
- 47 蛋糕一起分，财富不可独占
- 49 不做“负翁”，财富需要积累
- 51 精神的富有是永恒的



57 第一课 领袖气质与独立人格并存

- 57 耶鲁的领袖培养理念
- 59 培养真正的领导力
- 62 挑战权威，展现独立人格
- 64 成就自我，服务社会

67 第二课 成就卓越人生

- 67 将优秀培养成一种习惯
- 69 机遇只青睐有准备的人
- 71 划分层次，高效做事
- 74 专心致志才能高效
- 76 一次只做一件事
- 78 更新目标，更新精彩

81 第三课 生命的价值不可估量

- 81 让生命更有价值
- 84 努力拥有真正的灵魂

- 86 正确看待不完美的人生
- 88 轻生是愚蠢者的行为
- 90 感谢折磨你的人

93 第四课 坦然面对死亡

- 93 避无可避的死亡事实
- 95 从这一刻开始思考死亡
- 98 笑看生命最后的风景
- 100 死亡是生命的另一种形态
- 102 化悲痛为积极的力量
- 104 将每一天当成人生的最后一天



109 第一课 缺乏创新意识将会陷入危机

- 109 拆掉思维里的墙
- 112 另辟蹊径通往成功
- 114 别开生面的逆向思维
- 117 在实践中开拓创新
- 119 放飞想象力，将“不可能”变成“可能”
- 121 创新引领潮流，创新改变世界

124 第二课 学习是一辈子的事

- 124 学习目标要明确
- 126 最好的学习是阅读
- 128 “站在巨人的肩膀上”
- 130 学以致用远胜死读书
- 133 让学习成为一辈子的好习惯

135 第三课 比天赋更重要的是勤奋

- 135 勤奋是通往成功的通行证
- 137 勤奋比天赋更重要
- 139 自律，打败你的懒惰
- 141 立即行动，不要拖延

144 第四课 合作精神是成功的源泉

- 144 时代召唤合作型人才
- 147 借助他人之力往往事半功倍
- 148 合作的目的在于共赢
- 151 在合作中发挥团队优势
- 154 团队中的每一个人都不可或缺



159 第一课 责任重于生命

- 159 承担责任也是对自己负责
- 161 推卸责任是懦夫的行为
- 163 责任能够释放你的最大潜力
- 166 责任感助你创造奇迹
- 168 在自己的岗位上恪尽职守

170 第二课 荣誉在西点人眼中就是一切

- 170 西点人格守的荣誉准则
- 173 荣誉比生命更宝贵
- 176 时刻准备为荣誉而战
- 178 荣誉绝不能被玷污

- 181 荣誉属于主动去争取的人

184 第三课 服从命令，杜绝借口

- 184 把服从变成一种习惯
186 把借口从你的“字典”里剔除
189 找借口不如大方承认“我不知道”
191 以实际行动杜绝借口
193 “一定要完成它”

197 第四课 风雨坎坷，勇敢前行

- 197 勇者无敌的真正含义
199 唯有勇敢能够战胜恐惧
202 勇气是开启成功大门的钥匙
204 路在勇敢者的脚下
206 失掉什么都不能失掉勇气
209 要有“从头再来”的勇气

211 第五课 拥有信念，勇往直前

- 211 相信自己，就能够走出逆境
214 信念为拼搏提供不竭动力
216 坚持到底，永不放弃
219 坚持信念，点燃激情
221 冷静理性地坚持信念

224 第六课 正直诚信重千金

- 224 正直是一种高贵的品格
226 正直的人值得他人信赖
229 正直之人无所畏惧
232 快乐与满足来自于正直
234 诚信是一种“互惠互利”



239 第一课 探索，前进，改变，人生很精彩

- 239 创业让人生更精彩
- 240 榜样可以激励斗志
- 242 永远不要停下探索的脚步
- 244 不能改变环境，但可改变自己

247 第二课 在挑战与冒险中前行

- 247 敢于挑战，勇于冒险
- 249 举起挑战的双手，扼住命运的咽喉
- 251 挑战自我极限，推开成功的大门
- 253 冒险不等于蛮干

256 第三课 卓越自控力使你终身受益

- 256 为什么欲望屡次成功袭击自控力
- 258 管理情绪，增强自控力
- 260 “我应该”的感染力
- 263 自控的关键：找到行为的终极推动力
- 265 凡事不可过头，自控力也有极限

268 第四课 细节决定成败

- 268 成败孕育于细节
- 270 做好小事往往能够成就大事
- 272 重视小错误的“蝴蝶效应”
- 274 记录，让每一个细节都臻于完善
- 277 力求完美，别让人生有缺憾



哈佛大学

Harvard University

公开课

1636

HARVARD

名校简史

中文名	哈佛大学
英文名	Harvard University
简称	哈佛
创办时间	1636年
类别	私立研究型大学
所属地区	美国马萨诸塞州剑桥市
首任校长	纳撒尼尔·伊顿牧师
校训	真理 (Veritas)
主要院系	哈佛学院（本科部）、医学院、法学院、商学院等
知名校友	西奥多·罗斯福、约翰·肯尼迪、乔治·布什、亨利·基辛格、贝拉克·奥巴马等

哈佛大学，在1636年由马萨诸塞州殖民地立法机关立案成立，迄今已是美国历史最悠久的高等学府，也是北美第一间和最古老的法人机构。作为常春藤盟校成员之一，哈佛大学在世界上享有顶尖学术地位、声誉、财富和影响力，被誉为美国政府的思想库。作为一流名校，哈佛培养出了8位美国总统、47位诺贝尔奖获得者和48位普利策奖获得者。

第一课 追求独立精神，勇于进取超越

自我超越，永不满足

作为人类，你一定要有一种不满足的状态——不断学习、不断进取的那种状态。

——万科创始人，王石

哈佛的校训是“以柏拉图为友，以亚里士多德为友，更要以真理为友”，其沿用至今的校徽上则用拉丁文写着“真理”二字，哈佛更明确提出了自己的生存宗旨：促进学术，使之永恒，造福子孙。这一切都传递了一个明确的信息：该校以求是崇真为办学宗旨，始终明确并极力追求教育的真正价值。

纵观这所世界一流名校，它培养出了8位美国总统、30多位诺贝尔奖获得者，以及30多位普利策奖获得者。除此之外，这里还走出了一大批优秀而颇具影响力的科学家、外交家、文学家、思想家以及社会各行业的顶尖人物。这些优秀的哈佛人在不同的领域各领风骚，用自己独特的魅力和实力推动社会向前发展。

哈佛为何能够培养出如此多的杰出人才？秘密就在于哈佛人具有无限广阔的视野和无比远大的目光，哈佛人敢于不断进取、不断超越，绝不唯我独尊、绝不裹足不前。

自建校以来，哈佛大学一直充当着美国乃至全世界教育先导者的角色，但它并没有被来自全世界的巨大声誉和鲜花掌声冲昏头脑，而是始终居安思危、励精图治，坚持向更高的目标进发，不断改善创新，以求始终立于不败之地。

或许很多人会认为，哈佛毕业生在大学期间就已经博览群书，一旦进入社会，就可以立刻将知识游刃有余地运用到实际当中。然而哈佛学子们却从不如此认为。在他们眼中，学校学到的东西始终太过有限，根本无法满足日后工作和生活的需求，更无法适应飞速变化发展中的世界，所以，无论何时，他们依然永不满足地坚持学习，力求自我超越。

实际上，哈佛人不断自我超越的精神对于当今社会每个人都十分实用，一旦不思进取，我们所掌握的知识和技能很快就会被时代大潮所淘汰。我们只有对自己所拥有的东西不满足，才能够更热情饱满地投入新的学习进程中，才会不断爆发出无穷无尽的创造力，才能不断地自我超越，成就不一样的人生。要知道，超越是一项永无止息的运动，永远没有尽头，只有更好、更好。

毕业于哈佛大学法学院的路易斯，在进入IBM之前，所从事的是律师职业，但是他靠着一股冲劲儿自学了一年半的软件技术后，就壮着胆子去IBM面试了。为此，他特地站在饭店的玻璃转门外面观察了五分钟，随后学着其他人的样子走进了公司。

两轮笔试和一轮面试，路易斯都很幸运地顺利通过了，随后的面试表现也很不错。最后，主考官问了他一个问题：“你会打字吗？”路易斯立刻答道：“会！”

主考官继续问道：“你会自主设计和研发软件吗？”

实际上在那之前，路易斯由于没有经过学校课程的系统学习，对于专业的设计和研发软件不过是略懂皮毛。但是他立刻机智地问道：“您的要求是怎样的？”主考官说出了一个标准。路易斯迅速环顾四周，发现并无电脑的影子，便断定不会进行现场考核，于是大方、自信地承诺自己可以胜任。果然，主考官说：这个下次再测试。

面试结束后，路易斯立刻购买了一些软件研发方面的书，不分昼夜地苦苦研读，并实际操作了两个星期。功夫不负有心人，两个星期后，他居然奇迹般地达到了主考官所说的水准。当然，IBM并未真正测试他的研发能力，但是他的人生已经跨上了一个新台阶。

路易斯正是凭借这种不满足于自身的热切渴望，不断学习和获得新的知

识、技能，不断自我超越，才得以抓住新机遇，让人生焕发全新的光彩。

确实，只有心中充溢不满于现状的强烈欲望，才促使一个人不顾一切、不辞辛劳地去奋斗。面对竞争越来越白热化的现代社会，唯有永不满足于现状地学习，才不会被社会轻易淘汰，也只有抱着学无止境的心态，才能在工作中和生活中保持住源源不断的活力。

世界上本没有绝对的天才，真正的天才都是靠勤奋努力修炼出来的。哈佛大学对于真理的渴求和追寻令我们长久惊叹，也正是哈佛人自我超越、永不满足的精神，成就了如此众多的哈佛精英。

哈佛人的这种永远不满足于现状、不断超越的精神，值得每一所高校借鉴和学习，其改革、创新、进取的校园氛围，促使人精神振奋、积极向上。这就是哈佛大学的魅力之所在。

崇尚独立，敢于打破常规

现代大学应该教给学生书本知识之外的更多独立思考精神。哈佛大学之所以能够历经300多年的风雨至今依然不断创新和发展，很重要的一个原因正在于此。

——哈佛大学前任校长，陆登庭

想要拥有独立思辨的精神，就要果断打破一些先入为主思想和观念。也就是说，杜绝那些一直以来看似颠扑不破的道理阻碍我们对事实的判断，重新启蒙在很多时候很有必要。人的骨子里都携带着非常顽固的惰性和依赖性，因而从小到大，我们习惯于依赖课本上学到的知识，依赖前人们流传下来的经验……虽说也无可厚非，但恰恰是这些懒惰和依赖，残忍地扼杀了我们的创造性思维和独立思辨的精神。

想要打破传统旧观念的束缚，首先就要敢于质疑我们脑海中存在的某些权威观念。盲目遵从前人的经验和结论，对于探索新知的现代人来说并非好事。通过总结经验教训，他山之石为我所用固然很好，但更要有寻根问底的精神，学会独立思考。

哈佛大学的教授们十分崇尚独立的思辨精神，他们不会强行要求学生盲目从前人留下的实验结论和道理，而是习惯于问自己的学生：结果果真如此吗？你亲眼所见还是亲手试验过？甚至很多时候，为了进一步激励学生们进行独立思考，教授还会告诉他们一个错误的结论。在哈佛的教育理念中，教育的真正意义在于引导学生进行思考，而绝非填鸭式的灌输。

独立思考的能力能够帮助一个人变得更加聪慧、敏捷。学习和思考是相辅相成的，经过独立思考后，很多问题将变得明白而透彻，在学术研究上，我们可以获得新的真理；在事业发展上，我们可以独辟蹊径取得成功；在人生道路上，我们可以将人情世故看通透，不受经验之谈的蒙蔽。

世界首富比尔·盖茨之所以取得了今天的巨大成就，与他从小养成的善于思考的习惯是密不可分的。他从小显露的最大特点就是不停地思考。

很多时候，当母亲叫他吃饭时，比尔·盖茨竟然置若罔闻，甚至整天蜗居于自己的房间里不出来。母亲便问他在干什么，比尔·盖茨总是如此回答：“我正在思考！”有时他还会忍不住责问家人：“难道你们从来都不思考吗？”

时至今日，微软公司还口耳相传着这样一种说法：“和大多数人谈话就像从喷泉中饮水，而和比尔·盖茨谈话，却像在救火的水龙头中饮水，让人根本应付不过来——他会提出无穷无尽的问题！”

德国著名哲学家叔本华说：“你可以积累丰富的知识，但假若你对这些知识不进行独自的深思熟虑，这些丰富的知识给你的价值，就比少量的知识给你的价值要小得多。大脑凭独立思考所产生的效果，与那种通过读书所产生的效果之间存在的差异，是非常非常之大的。”一个人一旦缺乏独立的思辨精神和思考能力，即使接收了再多的真知灼见，自身收益也不会太大。

对于如何培养独立的思辨精神和思考能力，哈佛大学公开课提出了以下几个建议：

1. 读书破万卷。知识可以助我们时刻保持清醒的大脑，为解决问题奠定扎实的基础。而吸收知识的要点在于不断地积累和总结，保持强烈不竭的求知欲，同时还要摆脱定式思维的束缚，努力创造新知识和得出新结论。

2. 多多倾听他人的意见。倾听，毋庸置疑是了解事情真相的一种重要