

被收藏于哈佛大学图书馆的家教绝本，美国家庭必备的家教读本

(美) 威廉·斯奈德 著
著名教育专家 罗烈文 编译



哈佛家训

流传百年的哈佛家教智慧

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。它不仅可以给孩子以心灵的滋养，也可以让父母从中受到教育和启迪，这就是本书最伟大之处。

**HARVARD
FAMILY
INSTRUCTION**

天津科学技术出版社



(美) 威廉·斯奈德 著
著名教育专家 罗烈文 编译



哈佛家训

流传百年的哈佛家教智慧

HARVARD
FAMILY
INSTRUCTION

天津科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

哈佛家训:权威珍藏版 / 罗烈文编译. —天津:天津科学技术出版社,2009.6

ISBN 978 - 7 - 5308 - 0607 - 4

I. 哈… II. 罗… III. 家庭教育—通俗读物 IV. G78 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 101577 号

责任编辑:范朝辉 陈 雁

责任印制:王 莹

天津科学技术出版社出版

出版人:胡振泰

天津市西康路 35 号 邮编 300051

电话:(022)23332390(编辑室) 23332393(发行部)

网址:www.tjkjcs.com.cn

新华书店经销

三河市骏杰印刷厂印刷

开本 787 × 1092 1/16 印张 17 字数 200 000

2009 年 8 月第 1 版第 2 次印刷

定价:29.50 元

序 言

哈佛，一所创建于三百多年前的高等学府，一所世界各国莘莘学子无不神往的圣殿。在这所享誉盛名的高校里，培养出了众多政治家、科学家、学者等社会精英。毫不夸张地说，哈佛为全球的进步立下了赫赫功劳。

数百年来，哈佛大学之所以高踞当今世界名牌大学之巅，是同哈佛独特的人生哲学和高深的素质教育分不开的。

哈佛认为：人才的培养，不仅要注意方法，更要注重观念；不完全依赖于勤奋，而更在于依靠思想。

无疑，方法对一个人的成长至关重要，但是更为重要的还是人的观念。当一个人的头脑被一种理性的观念所左右的时候，智慧能让你释放出内在无比巨大的潜能，从而使你获得驾驭命运的强大力量。当一个人在勤奋耕耘的道路上受科学意识所主导，你的命运就会从此改变，生命的触角就会朝成功的方向延伸……

每个人的人生无不受自己意识和观念所支配、所主宰。中国有句俗语说得好：视野决定你人生的宽度。既然如此，只要我们在学习、生活和工作的过程中，注入一种科学的理念和适合自己的人生哲学，那么，每一个人都将告别平庸，创造出精彩绝伦的人生。而科学的理念和最适合自己的哲学，无需寻遍天涯，哈佛为一个人的成长提供了所需要的全部元素。百年哈佛凝聚了追求卓越的人生哲学，最具代表性的总结，就是商学院院长凯姆·克拉克曾说过的一句话：“追求卓越，将高远的战略和杰出人才相结合，是哈佛教育成功的核心。”因此，哈佛就像蕴含着各种元素的培育场，只要你善于从中汲取，自然能茁壮成长。

人才的成长与人生的成功,取决于每个人所持有的人生态度。对待人生的态度其实只有两种:一种是选择,一种是创造。选择人生的人,是在已有的模式中去适应环境,一生默默无闻;而选择创造的人,则是在没有路的情况下闯出属于自己的人生道路,因此,他也就能看到有别于他人的人生风景。而哈佛素质教育最核心的基本理念,就是让每个人学会创造自己卓越的人生。

也正基于此,在讲求素质教育的今天,我们借鉴了哈佛的教育理念,策划了这本《哈佛家训》。

一本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。在本书中,它们得到了完美的融合。前者由精心选择和提炼的故事来展示,后者则通过父母和孩子两代人的感悟得以充分彰显,让我们在轻松地感受到了阅读的快意之后,又获得思想的升华和心灵的震撼。

本书最大的特点是让两代人可以共同阅读,一起阅读,为两代人提供了一个心灵对话的平台,也使全书更显立体化。

“横看成岭侧成峰,远近高低各不同”。同样的故事,不同的人,从中品出不同的味道。但愿本书能让不同身份的人从中汲取自己所需的养分,倘能如此,则是作者的大幸。



目 录

第一辑 优良品质——奠定生命的基石

优良品质是做人的基本原则,是安身立命之本,是奠定生命的基石,是人的价值理性的内核。一位大哲学家有一段精彩的论述:播种一种行为,收获一种习惯;播种一种习惯,收获一种品格;播种一种品格,收获一种命运。行为优秀并非真正的优秀,哪怕是两个顶尖的优秀行为也顶不上优秀的习惯。优秀的行为是孤立的、暂时的,缺乏后继性,真正的优秀是品格优秀。唯有品质优良,才会有优秀的行为、优秀的习惯。

拥有一颗谦让之心	2
信守你的诺言	3
好名声让你受益无穷	5
为自己做一个自信罐	7
信誉是无形的财富	9
诚实最能打动人心	10
正直的品格让心灵尊贵	12
承担属于自己的责任	13
良知的力量最显伟大	14
养成细心的习惯	16
自律是一种美德	18

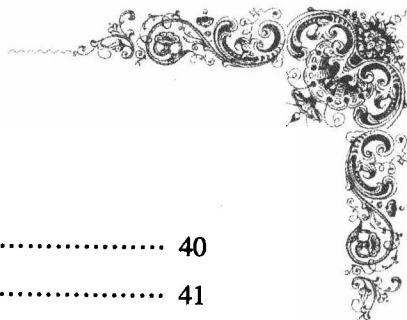
第二辑 宏伟梦想——遨游蓝天的羽翼

胸无大志、鼠目寸光的人，没有梦想、没有愿望的人，无需羽翼，无需飞翔，不需领略高处风光。但人生想要飞得很高、很远，一飞冲天，一展雄心抱负，一酬凌云壮志，非有梦想不可。没有梦想，就没有目标，没有方向，没有动力。折翼的鸟儿终究难以远翔，难成气候。唯有心怀宏伟梦想之人才能翱翔蓝天。

没有梦想就没有奇迹	22
坚守梦想，永不放弃	24
树立一个明确的目标	25
播种希望，收获成功	27
梦想有多高，人生的舞台就有多大	29
放飞你的梦想	30
给梦想一对飞翔的翅膀	31
奇迹始于心中有梦	32
给梦想成长的时间	34
给自己一个梦想	35
坚持梦想不放弃	37

第三辑 乐观心态——成就未来的力量

乐观心态是痛苦时的安慰自我的灵丹妙药，是成就未来的力量，是逆境中的释然一笑。一个人若能将个人的生命融入人类生命的激流之中，便能欢畅地享受人生至高无上的快乐。在一个人的内心，如果没有了悲观和痛苦的字眼，那么，心甜着，吃着苦菜也会觉得分外香。



享受乐趣,就能把事做好	40
用轻松的心态看待输赢	41
每件事中都有快乐因子	43
多给自己积极的心理暗示	44
用平和心态应对困境	45
换个角度看问题,或许就能找到快乐	47
从最喜欢做的事情中挖掘快乐	48
奉献是产生快乐的源泉	49
乐观是一种积极的生活态度	51

第四辑 良好习惯——改变命运的资本

著名教育家叶圣陶先生说过：“教育是什么，往简单方面说，只有一句话，就是养成良好的习惯……”培养习惯，就是教育。让我们大家养成良好的习惯，好的习惯将会成为我们一生受用不尽的宝贵财富，成为我们改变命运的资本。

习惯,让命运出现转机	54
好习惯带来好机会	56
好习惯是一种美德	58
好习惯让人终生受益	60
节俭铸就辉煌	61
勤于思考才能成就伟业	63
自己动手,丰衣足食	65
好的行为习惯是成功的秘诀	67



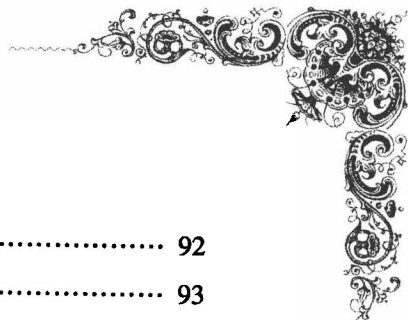
第五辑 仁者大度——人生快乐的源泉

人间的是非善恶、喜怒哀乐，都要放宽胸怀，坦然接受，路才会越走越宽。大度并非懦弱，而是一种忍辱负重的大智大勇，是能识实相、敢担当、懂化解融通。宽容不是纵容，而是晓之以理，动之以情，考虑的是别人的自尊和承受度。一个人只有宽大为怀，仁者大度，才能得到快乐。只有博大的心胸，才能拥有整个世界。

相逢一笑泯恩仇	70
宽容你的敌人，敌人将成为你的朋友	72
快乐来源于宽容他人之心	73
宽大为怀，快乐永在	76
为人大度，才能赢得朋友	78
人心靠宽容大度征服	80
宽容就是卸下心中的石头	83
退一步海阔天空	84
宽厚为怀，仁者无敌	87
向责难你的人说声“谢谢”	89

第六辑 勇者无畏——奋斗人生的利刃

歌德说：“你若失去了财产，你只失去了一点；你若失去了荣誉，你就丢掉了许多；你若失掉了勇气，你就把一切都失掉了。”人生的道路很长，遇到挫折是虽所难免的。有些是由于客观原因造成的，如天灾人祸等；有些是由于主观原因造成的，如自己的意志不够坚强而做了错事等。既然挫折已成为现实，我们就要承认它和勇敢地对待它，并最终战胜它。



怀有再试一次的勇气	92
退缩于事无补,不如勇敢面对	93
勇趟生命的险滩	95
两强相遇,勇者胜	97
坚持真理,勇于挑战权威	99
大胆些,事情没有你想象的可怕	100
勇于应对挑战	103
敢于说“不”	104

第七辑 抓住机遇——开启成功的钥匙

愚蠢的人总是浪费机遇,消极的人只会等待机遇,聪明的人能够把握住机遇,优秀的人善于创造出机遇。机遇是戴着伪装的天使,她倏尔降临在你身边,如果你稍不留意,她将翩然而去,不管你怎样扼腕叹息,她却从此杳无音讯。在人生的道路上,我们只有善于把握机会,哪怕是万分之一的机会也不放弃,并且努力去实践,去拼搏,才有可能实现人生的理想,获得成功。

机会青睐敢于行动的人	108
积极争取你看好的机会	109
因势利导,寻求转机	111
机遇藏在困境后	112
抓住擦身而过的机会	114
再试一次,或许就成功	115
谁抓住了机遇,谁就握住了成功	117
用心观察,机会无处可藏	118
多一份用心,多一个机会	119



第八辑 展开合作——凝聚力量的途径

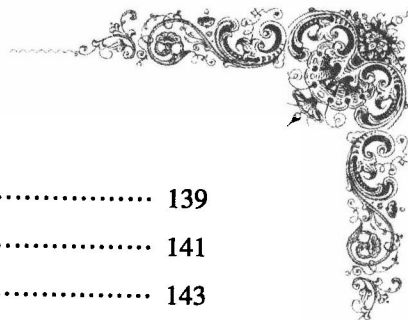
一个人无法孤立生存在这个社会里，只有与人合作，取人之长，补己之短，才能互惠互利，双方都从中获益。善于借用他人的力量，让自己变得更加完美，这是最明智的做法。凝聚他人的力量，变不可能为可能，这更是一种智者的行为。

和合才能共赢	122
懂得合作，才能更好地生存	123
巧借外力，凭智取胜	125
众人拾柴火焰高，合作就是力量	126
相互协作，扬长避短	127
合作可以双赢	130
相互扶持，飞得更高	132
借风使力，直上青云	133
合作，让世界如此美妙	135

第九辑 及时行动——通向成功的捷径

在人生这个大舞台上，想成就一番伟业的人多如过江之鲫，而结果往往是如愿者不足一二，平庸者十之八九。这里除了机遇、胆略、资金因素外，更重要的是大多数人一直处于思考、梦想、迟疑状态，从而习惯性地推延行动。在犹豫中，错过了良机，这样一晃，可能就是一生。只有少数人，不仅有思考的能力，而且还是积极行动的巨人。因为及时行动，所以收获了成功。

想干什么，马上去干	138
-----------------	-----



奇迹在行动中诞生	139
没有行动就没有收获	141
及时行动才能到达成功的殿堂	143
有了想法就开始	145
马上行动,走出困境	147
迟疑会让成功打折扣	149

第十辑 关注细节——成败得失的关键

一个人能力的高低,在很大程度上就是看他能否把事情做透、做好,即从做事情的细节上反映出做事的水平。如果我们带着一种消极的心态对待“小事”,认为只是一个形式,敷衍了事,浅尝辄止,则会连“小事”都做不了。正所谓,“天下大事,必作于细”;千里之行,始于足下。只有关注细节,才能收获成功。

细节决定成败	152
成也细节,败也细节	153
事成于细,毁于嘻	155
关注细节,成就精彩	157
成功者善于把握细节	158
做生活的有心人	160
做好细节才能尽善尽美	161

第十一辑 智者创新——破旧立新的妙招

任何成功最初就是一个思路,任何失败最初也是一个思路。思路决定出路,观念决定行动。失败是因为我们观念的落后。当你转变了观念,让你的观念超越他人时,你也就优于他人。可见,



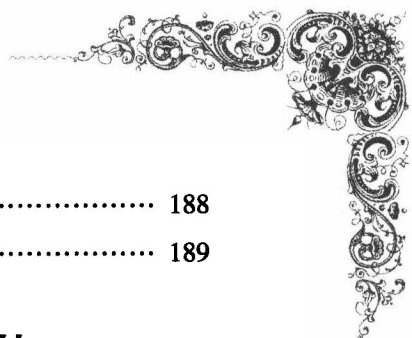
不落俗套,与众不同的思路最终能成就一个人。成功其实就这么简单:它只需改变一下原来的思路就行了。智者重在创新,创新就能破旧立新。

路太窄是因为我们的视野不够宽	164
拥有与众不同的想法	165
成功来自于创新	167
创意让你与众不同	168
智慧孕育创新意识	170
不同的眼界,不同的收获	171
另辟蹊径,柳暗花明	173
灵机一动,走出活路	175
突破固有思维就是创新	176

第十二辑 掌控情绪——处变不惊的前提

一位哲学家说过:“不善于驾驭自己情绪的人总会有所失”。良好的情绪可以成为事业和生活的动力,而恶劣的情绪则不仅会对身心健康产生破坏作用,甚至会产生灾难性的后果。人的情绪和其他一切心理过程一样,是受大脑皮层的调节和控制的,这就决定了人是能够有意识地控制和调节自己情绪的,所以可以用理智驾驭情绪,做情绪的主人。

别让情绪欺骗了理智的慧眼	180
做情绪的主人	181
不因别人的无礼而恼怒	183
冲动是对自己的惩罚	184
踏踏实实做事,和和气气为人	186



把自己当成思想的旁观者 188
 勿拿他人的过错惩罚自己 189

第十三辑 深情厚谊——幸福人生的拐杖

好朋友是金,永远灿烂;好朋友是缘,一世相牵。“人之相知,贵在知心,人生贵相知,重在遇知己”。有朋友相诉,是一种安慰;有朋友鼓励,是一种动力;有朋友忠告,是一种关爱;有朋友思念,是一种幸福!

不以地位论交情 192
 友谊就是不离不弃 193
 想获得友谊,须与人为善 195
 和睦相处,收获幸福 197
 携手才能并肩前行 198
 士为知己者死 201
 友谊就是不抛弃,不放弃 203
 有一种友情叫以命相交 204
 友情需要经营 206

第十四辑 善念仁爱——世间无价的宝石

如果你是一个只懂得享受幸福、接受幸福的人,那么你一定没有领悟到幸福的真正含义;如果你是一个把自己的幸福建立在别人痛苦之上的人,那么幸福将永远抛弃你。相反,如果你是一个懂得给予别人爱和幸福的人,那么,你一定会得到世上最多的爱和回报。

及时传达你的掌声	210
爱心不该有偏见	211
善念不是一种学问,而是一种行动	212
爱是生命中最好的养料	214
有爱就有一切	215
给予比接受更让人快乐	217
真爱可以救渡灵魂	219
爱是充实了的生命	220
学会爱你的亲人	222

第十五辑 学会感恩——人间有爱的保障

一个心灵存在缺陷的人,才会对整个世界有不完整的看法,才会想到自己存在的缺陷似乎就是对整个世界的不容纳,因此不仅不肯认同缺陷是自己的一部分,更要通过其他的途径让它看起来似乎和其他人一样地正常,于是又总是在这样的努力中让自己生活在痛苦里。而一个懂得正视缺陷,容纳缺陷,感恩缺陷的人,他不会借助任何的打扮与掩饰,他会更集中精力于自己内心的完整,会用完美与善良的心,面对所有的人。

感恩之心创造奇迹	226
感恩挫折,必有收获	228
感谢帮助你的人	230
以感恩的心悦纳自己	232
感恩你所拥有的	234
感恩生命,生命得以怒放	236
感谢生活,成就快乐人生	237
感谢父母,常回家看看	239





第十六辑 收获成功——坚持不懈的成果

人之所以收获失败,只是因为他在遭遇挫折时,停止了继续进行下去的信心。其实挫折就像我们生命中注定要经历的风雨霜雪,只要你始终坚信,风雨过后有彩虹,霜雪过后一定会是孕育生命的春天,那么,奇迹自然就会出现在你遭遇挫折后。面对挫折,你只需要再试一次,成功或许就唾手可得了。



重复做你擅长的事	242
失败的后面是成功	243
成功需要积累	245
坚持到底就是胜利	247
专注于你的工作	248
不畏难,才可能成功	250
百折不回,永不言弃	252
有了非凡的毅力就会成功	254





第一辑

优良品质——奠定生命的基石



优良品质是做人的基本原则，是安身立命之本，是奠定生命的基石，是人的价值理性的内核。一位大哲学家有一段精彩的论述：播种一种行为，收获一种习惯；播种一种习惯，收获一种品格；播种一种品格，收获一种命运。行为优秀并非真正的优秀，哪怕是两个顶尖的优秀行为也顶不上优秀的习惯。优秀的行为是孤立的、暂时的，缺乏后继性，真正的优秀是品格优秀。唯有品质优良，才会有优秀的行为、优秀的习惯。