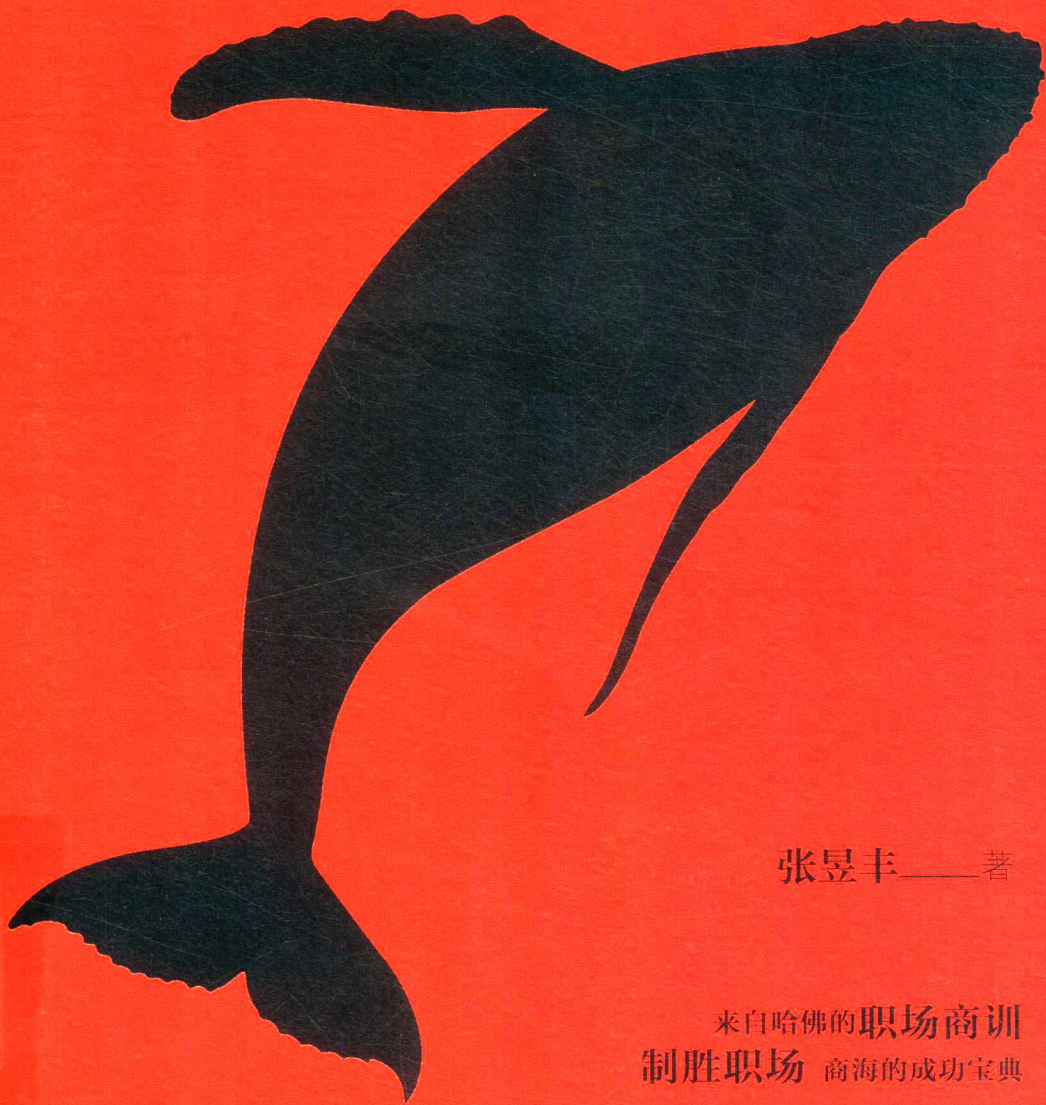


# 在哈佛精进

成为商业精英的九条训言



张昱丰——著

来自哈佛的职场商训  
制胜职场 商海的成功宝典

# 在哈佛精进

成为商业精英的九条训言

张昱丰——著

 北京时代华文书局

## 图书在版编目（CIP）数据

在哈佛精进：成为商业精英的九条训言 / 张昱丰著. -- 北京：北京时代华文书局，2018.12  
ISBN 978-7-5699-2789-4

I. ①在… II. ①张… 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(2018)第275165号

中文简体版 ©2019 年，由北京时代华文书局有限公司出版。

本书中文简体版通过成都天鸢文化传播有限公司代理，经大智文化有限公司授权大陆独家出版发行，非经书面同意，不得以任何形式，任意复制、转载。本著作仅限于中国大陆地区发行销售。

北京市版权著作权合同登记号 字：01-2017-7603

## 在哈佛精进：成为商业精英的九条训言

ZAI HAFU JINGJIN CHENGWEI SHANGYE JINGYING DE JIU TIAO XUNYAN

著 者 | 张昱丰

出版人 | 王训海

策划编辑 | 樊艳清

责任编辑 | 樊艳清 刘磊

装帧设计 | 迟稳 赵芝英

责任印制 | 刘银

出版发行 | 北京时代华文书局 <http://www.bjsdsj.com.cn>

北京市东城区安定门外大街138号皇城国际大厦A座8楼

邮编：100011 电话：010-64267955 64267677

印 刷 | 三河市祥达印刷包装有限公司 0316-3658637

（如发现印装质量问题，请与印刷厂联系调换）

开 本 | 710mm×1000mm 1/16 印 张 | 15 字 数 | 160千字

版 次 | 2019年3月第1版 印 次 | 2019年3月第1次印刷

书 号 | ISBN 978-7-5699-2789-4

定 价 | 45.00元

版权所有，侵权必究

# 前 言

## PREFACE

### 哈佛传达给全世界的职场商训

哈佛——对于全世界的学子来说都是一生憧憬和向往的地方！它是以培养研究生和从事科学研究为主的综合性大学，是美国最早的私立大学之一。哈佛总部位于波士顿的剑桥市，它的前身——哈佛学院始建于一六三六年。

迄今为止，哈佛大学的毕业生中共有八位曾当选为美国总统。他们是：约翰·亚当斯（美国第二任总统）、约翰·昆西·亚当斯、拉瑟福德·海斯、西奥多·罗斯福、富兰克林·罗斯福（连任四届）、约翰·肯尼迪、乔治·W. 布什和巴拉克·奥巴马。哈佛大学的教授团中总共产生了三十四名诺贝尔奖得主……这些耀眼的光环使全世界的优秀人才都对它心驰神往。

现在的哈佛已经不仅仅是一个学校，而且是一个品牌，它的成功警句已为全世界商界精英研读和实践。它对商业竞争提出了若干意见和精辟的论述，其中的



精华在于从若干个方面阐述了行走商界必须要具备的条件，包括目标、行动、热诚、信心等诸多方面。它给了全世界没有直接在哈佛校园内接受教育的人一次上哈佛大学的机会，为自己在以后的事业、职业和商业拼搏中指点迷津。

哈佛传达给全世界的商训告诉我们在职场、事业或者商海中应该这样：

要有目标，才知道自己是为了什么在奋斗。

要有正确的思考，才有客观准确的判断力。

要有积极的行动，才能武装自己，表达自己的善意。

要有一定的警觉性，才能时刻防御外来的侵扰。

要有接受挑战的勇气，这样才能不断地更上一层楼。

要有合作的精神，这种以友善为基础的合作，可以帮你解决那些棘手的问题。

要有接受批评的勇气和决心，又要有巧妙批评别人的技巧，这样才能在辩证中了解和完善未知的一切。

要有善意的行动，善行才能增加你的分量。

要有不断学习的动力，学习是开发内在的力量，在不断吸纳的基础上运用它。

要有装饰语言的技巧，做到言之有物，才能正确表达你的思想。

要有和谐的思想，始终保持人际间的和谐，将持久的成功建立在和谐的人际关系之上。

要有快乐的心脏，很多人累积金钱，智者则累积快乐，与人分享仍用之不竭。

要有健康的习惯，生病之前就应该看医生，坚持未雨绸缪。

要用心经营自己的友谊，尊重朋友，情义长存。

要克服恐惧，虚张声势往往显示出极深的恐惧，恐惧贫穷的人永远不会富有。

要有十足的信心，信心是一种态度，信心越多成功就越多。

要正确认识失败，在失败中觉醒，在失败中进步，才能反败为胜。

要保证凡事多做一点，多做一点就是在为自己多积累一点财富。

要保有十分的热诚，只有将热诚变成习惯，生活才会变得生动。

.....

看了上述这么多“要有”的要求，你已经跃跃欲试了吧？翻开这本书，它会一一为你解析！

前 言 / 001

## **第一章 人生最重要的不是你从哪里来，而是你要到哪里去**

1. 确定自己想要什么，然后尽力追求 / 003
2. 目标是人生的清醒剂，计划是人生的加速器 / 007
3. 不要管过去做了什么，重要的是你将来要做什么 / 011
4. 如果你不知道自己需要什么，就别说你没有机会 / 015
5. 目标可以定得高一点，但要实际 / 019

## **第二章 正确的态度，才能保证走的是正确的道路**

1. 先正确地评判自己，才有能力评断他人 / 025
2. 反思是前进的伴侣，优秀是卓越的敌人 / 029
3. 三思而后行的人，很少会做错事情 / 033
4. 你是否欺骗过别人或自己？想清楚再回答 / 037
5. 没有问题时，往往是存在最大问题的时候 / 041
6. 将知识加以运用，才能产生力量 / 045



## 第三章 毕业后，才正是要开始学习的时候

1. 投资未来的人，是忠于现实的人 / 051
2. 你从工作中学到的，比眼前的报酬更可贵 / 054
3. 你从工作中学到的越多，你就会赚得越多 / 059
4. 知识不一定要记在心里，能够运用到实践中即可 / 063
5. 知识必须经由行动产生利益，否则无用 / 067
6. 学习一个人的优点，胜过挑剔他的缺点 / 070

## 第四章 值得深交的一个人：“信心”先生

1. 信心与经验一样，会愈用愈多 / 077
2. 除非你愿意，否则没有人能破坏你的信心 / 081
3. 所有伟大的奇迹，都只是信心的力量 / 086
4. 不幸很少会纠缠有希望和信心的人 / 091
5. 信心是一种态度，常使“不可能”消失于无形 / 095
6. 信心不能给你所需，却能告诉你如何得到 / 099

## 第五章 失败是获取经验的重要方式

1. 了解自己为何失败，让失败成为资产 / 105
2. 逆境中能找出顺境中所没有的机会 / 109
3. 失败是一种让人承担更大责任的准备 / 113

4. 如果你尽力而为，失败并不可耻 / 117
5. 若能将人推出自满的椅子，失败则是一种福气 / 121
6. 了解失败和挫折的极大差别，才能成功 / 125

## **第六章 语言，是商业精英必修的一门课**

1. 别人会从你所说的每一个字，了解你的分量 / 133
2. 你怎么说和你说什么同样重要 / 137
3. 人们在有所求时，语气特别不同 / 141
4. 语气委婉，别人比较听得进去 / 145
5. 口不择言往往造成尴尬的局面 / 149
6. 思考可随心所欲，表达却必须谨慎小心 / 153

## **第七章 友善的合作，是迈向成功的快捷方式**

1. 友善的合作比煽动更得人心 / 159
2. 合作必须从部门领导开始，效率亦然 / 163
3. 乐意合作能产生力量，强迫只会导致败果 / 167
4. 让别人做得更好，同时提升自己的价值 / 171
5. 请求比命令更能得到好的结果 / 175
6. 你不能让所有人喜欢你，却能减少别人对你的讨厌 / 179



## 第八章 热诚会化解生活和工作的难题

1. 热诚，生命不可或缺的一部分 / 185
2. 当热诚变成习惯，恐惧和忧虑便无处容身 / 189
3. 缺乏热诚，人生也会失去目标 / 194
4. 一个人缺乏热诚，人生将寸步难行 / 198
5. 热诚，使平凡的生活变得生动快乐 / 201
6. 保持热诚地工作与生活的人，就是最快乐的人 / 205

## 第九章 用坚定的行动，进入精英的行列

1. 行动，是追求成功的突破口 / 211
2. 观察走在你前面的人，看看他为何领先 / 215
3. 忙碌能把事情做好，松懈会让人更呆板 / 219
4. 优柔寡断的人，即使做了决定也不能贯彻 / 223
5. 每次你多做一些，别人跟你的差距就大一些 / 227

| Chapter | 1 |

要 隨 心 而 動

人生最重要的不是你从哪里来，  
而是你要到哪里去





1

思考



Chapter

1

生命是一条单行线，人一生的时间和精力也是有限的，因此在这条单行线徘徊、迷茫、迂回的时间越长，生命消耗得就越快，为自己最想要的奋斗的时间、精力就越少。因此，在人生早期就要明确地知道自己想要什么，如果连自己一生想要的是什么都还不知道，那么还能够奢望得到什么呢？

## 1. 确定自己想要什么，然后尽力追求

各位即将从哈佛毕业的同学们，相信，此时此刻你们的心情是兴奋的，是幸福的，因为你们完成了你们人生中的一个目标——从哈佛毕业。我相信这是每个同学在前几年进入哈佛时都有的相同目标。现在，你们也应该保持跟进入哈佛时同样的心态——定下一个目标，然后尽力追求。

每个人的一生就像穿越一片玉米地。秋高气爽田野间，一片硕果的玉米地铺展在每个人的面前。当然这只是表象，这里面暗藏了无数的陷阱和机关。

人生就是要成功穿越这片玉米地。这是有很多对手共同进行的一场有趣的竞赛：看谁最早穿越玉米地，到达神秘的终点，同时，谁手中的玉米又最多。也就是说，既要穿越玉米地，又要比别人更快，手里的玉米又要最多，而且要时刻保证自己的安全——概括而言就是：速度、效益和安全。每个人都可以进行一万种以上的选择，再高明的数学大师都无法计算出这三者之间的最佳比例——或许世界上根本就不存在这样的公式。不同的状态，会产生不同的结果，而每一个最佳的方案，又因为客观条件的变化而变化。穿越玉米地的过程，就是人生抉择的过程，无数次的选择产生了无数种结果。而人为什么要“穿越玉米地”或者说为什



么要参与这样一个游戏？

对你来说，当你面临人生的又一次角逐时，在你面对事业上的又一次选择时，可否认真地思考过这个问题？是否认真想过这个问题到底重不重要？有多重要？

许多年前，在美国哈佛大学的校园里，一群出类拔萃的毕业生，跟现在的你们一样，圆满地完成了自己的学业，即将踏入社会，开始“穿越自己的玉米地”。他们的智力、学历、环境条件都相差无几。在临出校门时，学校对他们进行了一次关于人生目标的调查。结果是这样的：

毫无目标的人占总数的百分之二十七。

有目标但很模糊的人占总数的百分之六十。

虽有清晰的目标但比较短期的人占总数的百分之十。

有清晰而长远目标的人仅占总数的百分之三。

二十五年后，他们已然各自穿越了“自己的玉米地”。此时的学校又对二十五年前“出类拔萃”的“天之骄子”进行了跟踪调查，结果是这样的：

在二十五年间，始终朝着自己最初的目标孜孜不倦、努力前进的毕业生，大多数都已位居社会上各行业的重要位置，他们中间的很多人已然成为业界的精英和领袖，这样的毕业生占总数的百分之三。

在二十五年间，有些人不断地实现自己不断设定的短期目标，逐渐成为有一技之长的专业人士，他们大多属于中产阶级，这样的毕业生占总数的百分之十。

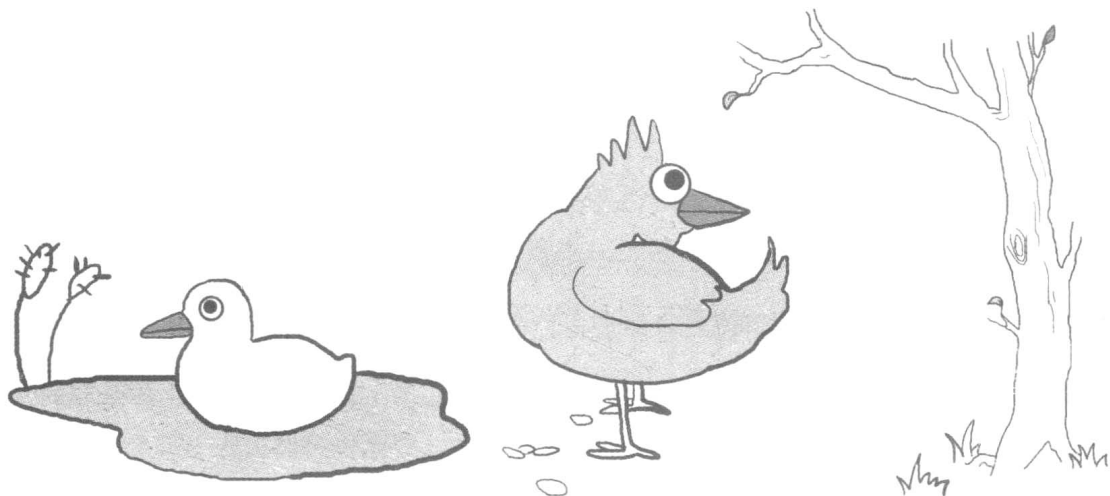
在二十五年间，平静稳定地生活与工作，没有特别的成绩和成就，位居社会

中下层的毕业生占总数的百分之六十。

在二十五年间，生活没有目标，人生不尽如人意，只会一味地抱怨社会、指责他人的毕业生占总数的百分之二十七。

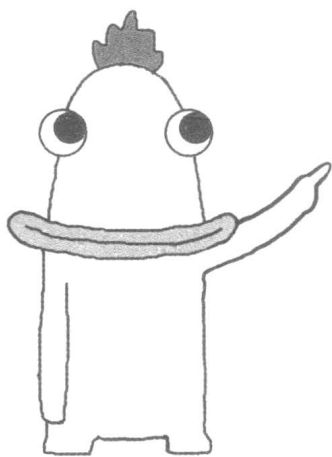
其实，这些人的差距早在二十五年前就已经埋下了伏笔。很简单呀，就是在穿越玉米地之前，其中的一些人知道为何要穿越玉米地，而另一些人则一头雾水。

因此，各位一定要明确或者知道自己想要的是什么？是蓝天还是绿地？是安逸还是冒险？是平平淡淡还是轰轰烈烈？只有这样才能够去尽力追求那些想要的，使梦想的东西变为多年以后的现实。



小草知道自己想要的是繁育成片的绿洲、树苗知道自己想要的是成长为参天的大树，小鸡知道自己想要的就是可以果腹的谷糠，小鸭知道自己想要的就是能够畅游的池塘，雄鹰知道自己想要的是任由翱翔的苍穹……它们了解自己想要的是什么，并尽力追求，也因此成就了不同的物种和生灵，那么人又该是怎样的呢？

人也同样要明确自己想要的是什么，只有明确这一点才能尽力追求自己想要的东西，成就自己的人生。



## 2. 目标是人生的清醒剂，计划是人生的加速器

哈佛有句著名的成功警言：“目标不能决定一切，但目标就像罗盘一样，如果一艘航行中的船没有罗盘，它就不知道朝什么方向航行，不知道什么时候到达……”

正如兴致与偏好能够诱发才能，技能与技巧能够培养能人，勤勉与意志能够造就精英一样，明确的理想与目标能够激励人才。“目标是人生的清醒剂，计划是人生的加速器”。目标赋予人类生命的意义和目的。

一个国外专门研究“成功”的机构，以一百个年轻人为研究对象进行追踪调查。这项研究历时数十年，直到当年意气风发的年轻人变成六十五岁苍颜霜鬓的老人。研究结果显示：他们中间只有一个人很富有，另外还有五个人有经济保障，剩下九十四人情况不太好，甚至可以说是失败者。而这绝大多数的人遭遇了晚年拮据的境遇，并不是因为他们年轻时不努力，最主要的原因是他们年轻时没有树立明确的目标。

有了目标，人们才会把注意力集中在追求喜悦而不是避免痛苦上。目标让每个人都有早上起床的动力，都有奋斗的热情，它可以让生活中痛苦的时光好过一