

做最好的自己

生命的精彩，源于对生命的积极。成功人生的关键，是你能否主动主导和推动成功的产生，牢牢将命运掌握在手里。做最好的自己，这是成功者对生命的态度……

全集

文 柯◎编著



经典
珍藏版

JINGDIAN
ZHENGCANGBAN

Be
Your Personal
Best



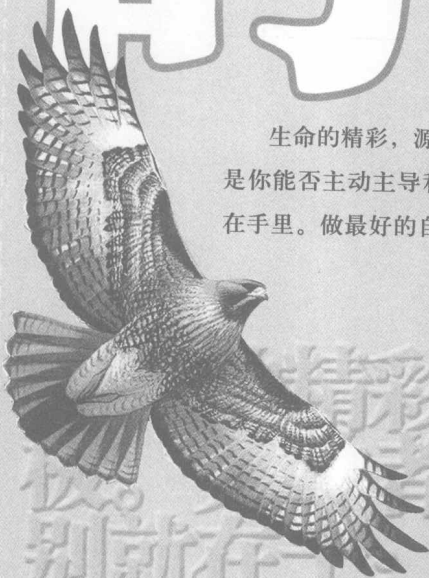
新世界出版社
NEW WORLD PRESS

做最好的自己

生命的精彩，源于对生命的积极。成功人生的关键，是你能否主动主导和推动成功的产生，牢牢将命运掌握在手里。做最好的自己，这是成功者对生命的态度……

全集

文 柯◎编著



经典
珍藏版
JINGDIAN
ZHENCANGBAN



新世界出版社
NEW WORLD PRESS

图书在版编目(CIP)数据

做最好的自己全集/文柯编著. —北京:新世界出版社,
2008.10
ISBN 978-7-80228-946-8

I. 做... II. 文... III. 成功心理学—通俗读物
IV. B848.4—49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 148658 号

做最好的自己

作 者:文柯

责任编辑:刘丽刚 罗立民

出版发行:新世界出版社

社 址:北京市西城区百万庄大街 24 号(100037)

总编室电话: +86(10)68995424 68996304(传真)

发行部电话: +86(10)68995968 68998705(传真)

本社中文网址: www.nwp.cn

本社英文网址: www.newworld—press.com

本社电子邮箱: nwpcn@public.bta.net.cn

版权部电子邮箱: frank@nwp.com.cn

版权部电话: +86(10)68996306

印 刷:三河市新科印刷厂

经 销:新华书店

开 本:720×1000 1/16

字 数:370 千字 印 张:24.5

版 次:2008 年 11 月第 1 版 2008 年 11 月第 1 次印刷

书 号:ISBN 978-7-80228-946-8

定 价:35.00 元

新世界版图书 版权所有 侵权必究

新世界版图书 印装错误可随时退换

目 录

第一章

完美做人——想要完美,才能做到完美

自信——成就卓越的保障/2

自信是成功的垫脚石	2
自信让你拥有机遇	3
自信心需要培养	5

自尊——做人不能丧失尊严/8

尊重自己	8
拥有强烈的自我尊重感	9

自立——独当一面,放眼世界/11

独立是成功的基石	11
独立自主才能成大事	13

自强——做自己命运的主人/14

苦难,是上天赏赐的礼物	14
战胜自己	16
笑对一切不幸	17
一切可以重新开始	18



目
录

自爱——我最了不起/20

别弄丢自己	20
做自己命运的设计师	21
规划好自己的生活	23
学会欣赏自己	24
敢于正视自己的不完美	25
另起一行,你是第一	26
你就是自己的上帝	28

第二章

呵护心灵——学会放开,轻松上路

保持快乐好心态/32

保持年轻的心态	32
告别抑郁,亲近愉悦	33
远离虚荣的危墙	34
让忧伤远离自己	36

做自己情绪的主人/37

自己的情绪管理专家	37
控制好负面情绪	39
远离优柔寡断	41
不做情绪的奴隶	42
临危不乱乃成功之道	43

让自己微笑如花/46

微笑是最美的花瓣	46
微笑是你的无价之宝	48
用微笑感染别人	50



放下包袱,轻松上路/52

给自己的心灵找一个憩息的小岛	52
轻松化解职场压力	53
脱下你的红舞鞋	55
巧变压力为动力	56

第三章

不断进取——乘风破浪,激流勇进

不断提升自己的能力/60

把学习进行到底	60
不断提高自己的能力	62
学会利用压力	64
永葆进取之心	65
不要沉溺于现状	66
追求卓越,超越自我	68

不断提高自己的层次/72

挖掘自己的潜能	72
培养果敢的品格	74
不断进取,开始新的生命里程	76
让自己变得不可或缺	77

学会自我激励/79

点燃希望的火把	79
学会自我激励	80
长长自己的精神	81



目
录

爱拼才会赢/83

敢为别人所不敢为	83
成功就是要敢闯	84
敢于向自己宣战	86
永远领先一步	87
做体现价值的有心人	90

第四章

与人为善——让心灵多一份安然

懂得与人为善/94

善待生命,善待他人	94
勿以善小而不为	95
悄悄地为他人做点好事	97

善待别人就是善待自己/99

与人为善即与己为善	99
助人就是助己	100
送人玫瑰,手有余香	102

真诚地赞美他人/105

给别人多一点鼓励	105
让别人开心,让自己受益	107
善于赞赏别人	110

学会换位思考/113

拥有同理心	113
站在别人的立场思考	114
成全一份善良	117



第五章

宽容为怀——把浩瀚的大海装进胸膛

宽容是做人的风范/120

学会宽容别人	120
以宽容之心打动别人	122
用放大镜看优点,用望远镜看缺点	124
宽能容人,厚能载物	125
得理也要饶人	127
能容人处且容人	128

忍一时风平浪静,退一步海阔天空/131

让人三分不为输	131
把忍让修养成一种习惯	133
以德报怨,化敌为友	135

给别人面子,给自己退路/137

递一把梯子给对方	137
识破别点破,面子上好过	138
化干戈为玉帛	140
善待别人的尴尬	141
善于为别人鼓掌	142

第六章

取舍有度——学会选择,学会放弃

选择演奏生命的华彩乐章/146

选择改变人生	146
选择自己真正想要的	147



目
录

一定要注意选择方法	149
学会从理想到现实	150
找到最适合你的	152

放弃升华人生/154

放手远去的爱	154
把不快记在沙滩上	155
关上你身后的门	156
把目光放长远	158
每次只专注于一个目标	160
该放弃时就放弃	161

第七章

乐观做人——笑看人生起伏

笑对人生/166

永远保持乐观的心态	166
有期待就有希望	168
以达观的态度面对挫折	169
苦难是一所学校	170
设法把毒柠檬做成可口的柠檬水	172

用热情融化生命中冷冻的冰/174

植下热情,换来真心	174
用热情的心拥抱生活	176
让热情为你带来机遇	177
热情,是你走向成功的源动力	179



让自己越挫越勇/181

从跌倒的地方爬起来	181
失意不能失志	183
大不了从头再来	184
用意志力驱动成功的车轮	186
做事可以失败,做人不能失败	188

第八章

淡泊明志——平凡才是人生真境界

摒弃心浮气躁/192

保持一颗平常心	192
戒除浮躁心理	193
把心态归零	195
平凡才是人生真境界	196
不必太斤斤计较	198

淡泊名利,从容人生/200

坦然面对人生得失	200
淡泊名利才能从容人生	201
安适的生活比金钱更重要	203
别让金钱谋杀了幸福	205

知足才能常乐/207

要懂得知足常乐	207
快乐无须尽善尽美	208
不被过奢的欲望所累	210



目
录

第九章

感谢生命——感激生命给予你的一切

拥有一颗感恩的心/214

常怀感恩心 214

感谢自己的父母 215

感谢你的对手 217

感谢踢你一脚的那个人 219

做人要懂得珍惜/221

珍惜时间,把握现在 221

珍惜每一次机会 222

珍惜现在你所拥有的 224

做人要有爱心/226

让世界多一点爱,少一点恨 226

换一种方式去爱 227

让爱生爱 229

懂得与身边人分享/230

独乐乐不如众乐乐 230

同享福才能共患难 232

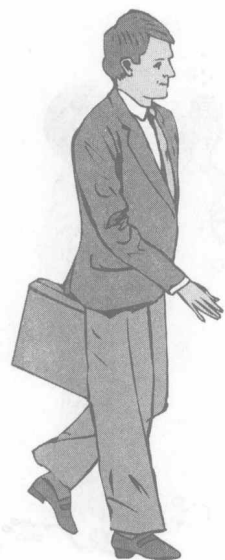
学会分享而不是“吃独食” 234

第十章

认清自己——你才是自己命运的主宰

学会享受人生/238

以自己的方式生活 238



目
录

学会原谅自己	239
培养强烈的爱好	240

给自己一个准确的定位/242

敢于梦想	242
正确地认识自己	244
准确估量自己的价值	245
知道自己的兴趣所在	247
经营自己的长处	247
选择最适合自己的环境	249

学会恰当地表现自己/252

勇于表现自己	352
是千里马,还要会叫	353
敢于抬高自己的身价	356
相信自己能行	357

第十一章

改变思维——换种方法做人,换种思维做事

思路决定出路/260

变换角度,另辟蹊径	260
野心使你富有	262
经验不是万能的	263
打开你的思维	265

方法比能力更重要/268

把问题简单化	268
找对方法好做事	270



目
录

为你的成功找方法 271

换个角度看人生/274

换个角度想办法 274
生活没有固定模式 275
打破内心的障碍 277
主动跟陌生人说话 278

第十二章

低调做人——放下架子,才会更有面子

弯腰不会影响你的身高/282

“低头”认错不为低 282
把自己放到低处 283
弯腰不会影响你的身高 284
收敛起你的聪明 285
学会自省,认清自我 287

谦虚——虚心是制胜的法宝/290

养成谦虚的习惯 290
带着谦虚上路更易成功 291
别把自己太当回事 293
自信但不可自负 294

踏得实才能走得稳/296

做人要脚踏实地 296
不要好高骛远 298
踏得实才能跳得高 299



第十三章

圆润融通——圆融是成功者的生存智慧

懂得尊重别人/302

尊重身边的同事	302
尊重对方的文化	303
成全别人的自尊	305

适其境而动其舌/308

关键时刻要说关键话	308
拒绝不一定是一杯苦酒	310
适其境再动其舌	312
适时保持沉默	313
三思而后言	314

做人要学会变通/316

学会保护自己	316
钓什么鱼投什么饵	318
为对方着想,替自己打算	320
走自己的路,也要听听别人怎么说	322

第十四章

心存“心机”——为人不可太老实

做人要圆融/326

善听弦外之音	326
有话不妨绕着说	327
谎言未必不能说	329
做人也要世故	331



目
录

把诚信作为你人生的资本/333

做人要讲诚信	333
诚信乃做人之本	335
人无信则无利	336
信守一诺千金	338

做人不能太单纯/341

釜底抽薪,反败为胜	341
消除对方的警戒	343
不要跟熟人做生意	344
不可锋芒毕露	345

明察洞悉,慧眼识人/348

懂得用人之所长	348
识破对方的谎言	349
提防诱饵中的鱼钩	350

第十五章

假物借力——打出一张“借”字牌

万物皆借于我/354

善借他人的智慧和力量	354
会做事者妙在善借	356
借他人之力成就事业	358

合作才能双赢/360

认识对手的正面价值	360
从对手那里借到好处	362
合作才能双赢	363



合作是最有效的借力方式	365
做事业要善于借人之力	366
让贵人来帮助自己/369	
抓住贵人的手上路	369
好机会不如好人缘	370
借他人钱财做自己的事	372

目 录





第一章

完美做人

——想要完美，才能做到完美

追求完美，是每个人内心最大的渴望。但是追求完美有一个前提，首先你要做到内心真正想要完美。