



时光文库050
生活智典[20]



做最好的自己

献给所有历经磨难却依然不肯放弃的人

端木自在◎编著

Do Your Best

你想成为什么样的人，就会成为什么样的人

真正的人生，不是你继承的那部分而是你创造的那部分，
它是你不断选择和努力的结果。

不论你有个富爸爸还是穷爸爸，幸与不幸都可能在你的手中转换。



立信会计出版社

LIXIN ACCOUNTING PUBLISHING HOUSE

013022155

B848.4-49
977

做最好的自己

献给所有历经磨难却依然不肯放弃的人

端木自在◎编著



B848.4-49
977



北航

C1631716



立信会计出版社

LIXIN ACCOUNTING PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

做最好的自己 / 端木自在编著. —上海: 立信会计出版社, 2012.7

(时光文库)

ISBN 978-7-5429-3523-6

I. ①做… II. ①端… 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 (2012) 第081832号

策划编辑 蔡伟莉
责任编辑 蔡伟莉
封面设计 久品轩

做最好的自己

出版发行	立信会计出版社		
地 址	上海市中山西路2230号	邮政编码	200235
电 话	(021) 64411389	传 真	(021) 64411325
网 址	www.lixinaph.com	电子邮箱	lxaph@sh163.net
网上书店	www.shlx.net	电 话	(021) 64411071
经 销	各地新华书店		

印 刷	北京楠萍印刷有限公司	
开 本	720毫米×920毫米	1/32
印 张	11	
字 数	141千字	
版 次	2012年7月第1版	
印 次	2012年7月第1次	
印 数	1-15000	
书 号	ISBN 978-7-5429-3523-6/B	
定 价	18.80元	

如有印订差错, 请与本社联系调换

前 言



有些人相信，一生的际遇，早在呱呱坠地的时候就已由上天决定好了，跟个人的努力完全无关。在这些人眼里：富翁是天生的，一生下来他便是个富翁；领袖人物是天生的，他们降生时一定带点儿什么征兆；强盗歹徒是天生的，他们是魔鬼的工具；一生受苦的人也是天生的，他们是世人的奴隶。这种宿命论使这些人不去做事，像一条懒虫似的生活着，等待着好运或是厄运降临在他们的身上。

有这么一个故事：

某人在屋檐下躲雨，看见观音正撑着伞走过。这人说：“观音菩萨，普度一下众生吧，带我一段如何？”观音说：“我在雨里，你在檐下，而檐下无雨，你不需要我度。”这人立刻跳出檐下，站

在雨中说：“现在我也在雨中了，该度我了吧？”
观音说：“你在雨中，我也在雨中，我不被淋，因为有伞；你被雨淋，因为无伞。所以不是我度自己，而是伞度我。你要想度，不必找我，请自找伞去！”说完便走了。第二天，这人遇到了难事，便去寺庙里求观音。走进庙里，才发现观音的像前也有一个人在拜，那个人长得和观音一模一样，丝毫不差。

这人问：“你是观音吗？”那人答道：“我正是观音。”

这人又问：“那你为何还拜自己？”

观音笑道：“我也遇到了难事，但我知道，求人不如求己。”

也许，神是伟大的，但神会给我们什么呢？

我们祈求力量，神便给我们困难去克服，使我们变得强壮……

我们祈求智慧，神便给出难题让我们去解决……

我们祈求成功，神便给我们大脑和强健的肌

做最好的自己

ZuoZuiHaoDeZi Ji

试读结束：需要全本请在线购买：www.er

肉……

我们祈求勇气，神便设置障碍让我们去克服

……

我们祈求爱，神便指引我们去帮助需要关爱的人……

我们祈求荣耀，神便给我们创造荣耀的机会

……

从神那里，我们没有得到任何我们祈求的东西，但却得到了所有必须具备的东西。然后，我们需要做的是：毫无畏惧地生活，直面所有的障碍和困境，并充满信心地去克服！

所以，人，才是自己的命运之神。做自己想做的事，做自己想做的事，勇敢地做自己，勇敢地去追求，人人都可以用勤奋、智慧、自信和坚强的意志，去成就最好的自己。



目 录

第1章 对待自己

——做一个自信的人

自信的人永远信自己	2
自信的人永远爱自己	4
自信的人能够看清自己	5
自信的人懂得肯定自己	8
自信的人拥有坚忍	10
自信的人充满勇气	12
自信的人满怀信念	13
自信的人勇于改变自己	15
自信在生活的每个角落	17
生命是你自己的反射	19
任何感觉由自己决定	21
快乐的钥匙在自己手中	22
自信是后天得来的	24
6C增强你的自信	26



第2章 对待工作

——做一个踏实的人

“突然的成功”来自脚踏实地	30
踏实的人会不断思考	32
踏实的人能够把握机会	34
踏实的人敢于面对挫折	36
踏实的人勇于坚持	38
踏实的人拥有目标	40
踏实的人善于表现自己	41
踏实的人懂得休息	45
踏实的人有一技之长	47
踏实的人善于学习	50

第3章 对待生活

——做一个热情的人

用生活的热情改变命运	54
热情的人能够给自己减压	57
热情的人懂得微笑	61
热情的人有个好心态	62

做最好的自己

Zuo Zui Hao De Zi Ji

热情的人不会悲观	65
热情的人敢于面对不幸	66
热情的人懂得知足	69
热情的人可以使自己快乐	71
热情的人不会过度紧张	73
热情的人懂得生活	75

第4章 对待事业

——做一个持久的人

永恒的事业需要持久的坚持	78
持久的人不会忘记目标	81
持久的人不会随波逐流	82
持久的人不会漫不经心	84
持久的人拥有创造力	86
持久的人懂得放弃	90
持久的人知道变通	93
持久的人珍惜时间	95
持久的人有好的计划	98
持久的人注重社会关系	102



第5章 对待爱情

——做一个执著的人

其实爱很简单	106
执著的人懂得包容	109
执著的人知道珍惜	111
执著的人能够体谅	113
执著的人善于沟通	115
执著的人能够分辨	118
执著的人勇于把握	120
执著的人明白取舍	123

第6章 对待家庭

——做一个负责的人

幸福来自负责的人	130
负责的人能够经营家庭	134
负责的人懂得尊重	136
负责的人能够理解亲情	140
负责的人善于鼓励	142
负责的人知道赞扬	143

做最好的自己

Zuo Zui Hao De Zi Ji

负责的人珍惜幸福	147
负责的人懂得接受	150
负责的人会互相理解	152
负责的人能够处理家庭与工作的矛盾	156

第7章 对待财富

——做一个理性的人

理性的人有全新的金钱观	162
理性的人有赢得财富的头脑	166
理性的人能够控制意外开支	169
理性的人有合理的计划	172
理性的人有寻求帮助的素质	175
理性的人有理财的心理	179
理性的人善于理财	183
理性的人勇于赚钱	186
理性的人有金钱的压力	189

目 录



第8章 对待他人

——做一个友善的人

交际的关键是友善	194
友善的人不孤立	197
友善的人要会客套	201
友善的人不偏激	205
友善的人拥有良好的第一印象	207
友善的人善于记住他人	210
友善的人能够取悦他人	212
友善的人善于倾听	215
友善的人知道朋友的标准	217
友善的人能够处理上下关系	219
友善的人能够处理左右关系	222

第9章 不同场合

——做一个会说话的人

提意见的说话艺术	228
批评别人的说话方式	229
向人道歉的说话方式	230

做最好的自己

Zuo Zui Hao De Zi Ji

开玩笑的“规则”	231
拒绝闲聊四法	232
打电话的艺术	233
聊天要聊出名堂来	235
求借的语言技巧	238
讨债的语言更要讲究	240
请将不如激将	242

第10章 职场生存

——做一个左右逢源的人

利用首因定律，给人留下良好的印象	248
掌握名片效应，使对方接受你的观点	251
学会微笑，微笑能解决工作中的难题	255
与人握手时，可以多握一会儿	258
巧妙借用他人的智慧来做事	263
把目标埋在心底，看准时机再行动	266
放下身份，以退为进，由低到高	270
把荣耀送给别人，独自贪功最愚蠢	273
保护好隐私，过去的事不轻易示人	278
不亮底牌，直到最后一刻	282

目 录



遵守办公室里的潜规则	285
遇事和上司商量，不自作主张	289
提防小人，不可轻易得罪小人	293
擦亮眼睛，小心你的善良被人利用	299
办公室里忌不拘小节，该修边幅还得修	302

第11章 面对压力

——做一个善于调适的人

压力是生活的一部分	308
不要让压力打垮你自己	310
学会释放自我的情感	316
在承受压力时降低你的期望水准	324
学会一点一点地放松自己	325
学会借助外力	330
转移自己的注意力	333
试着找一个可以放松的地方	335

做最好的自己

Zuo Zui Hao De Zi Ji



第1章 对待自己 做一个自信的人

自信的人永远信自己

永远地相信自己，这不是说说那么简单的。如果你真的能做到了，那么你离成功已经不远了。

一个人在高山之巅的鹰巢里，抓到了一只幼鹰，他把幼鹰带回家，养在鸡笼里。这只幼鹰和鸡一起啄食、嬉闹和休息。它以为自己也是一只鸡。这只鹰渐渐长大，羽翼丰满了，主人想把它训练成猎鹰，可是由于终日和鸡混在一起，它已经变得和鸡完全一样，根本没有飞的本能了。主人试了各种办法，都毫无效果，最后把它带到山顶上，一把将它扔了出去。这只鹰像块石头似的，直掉下去，慌乱之中它拼命地扑打翅膀，就这样，它终于飞了起来！

也许你会说：“我已经懂你的意思了。但是，它本来就是鹰，不是鸡，它能够飞翔。而我，也许本来就是一只鸡，是一个平凡的人，因此，

做最好的自己

Luo Lue Hao De Zi Ji

我从来没有期望过自己能做出什么了不起的事来。”这正是问题的所在——你从来没有期望过自己做出什么了不起的事来！这是事实，而且，这是严重的事实，我们只把自己钉在自我期望的范围以内。

每个人都有巨大的潜能，只是有的人潜能已经苏醒了，有的人潜能却还在沉睡。任何成功者都不会是天生的，成功的根本原因是开发人的无穷无尽的潜能。只要你抱着积极的心态去开发你的潜能，你就会有用不完的能量，你的能力就会越用越强，你离成功也会越来越近。相反，如果你抱着消极心态，不去开发自己的潜能，任它沉睡，那你就只能叹息命运的“不公”了。

确实，开启成功之门的钥匙，必须由你自己亲自来锻造。锻造的过程，就是释放你的潜能、唤醒你的潜能的过程。正如爱迪生曾经说过的：“如果我们做出所有我们能做的事情，我们毫无疑问地会使自己大吃一惊。”

第1章 对待自己

