

美德书

自信卷

THE BOOK OF VIRTUES

◎ 彦 昌 主 编

如果你不能成为大道，那就当一条小路；如果你不能成为太阳，那就当一颗星星。决定成败的不是你尺寸的大小——而在于做一个最好的你！



做一个最好的你

美德书

自信卷

◎ 彦 昌 主 编



The Book of Virtues
做一个最好的你

THE BOOK OF VIRTUES
做一个最好的你

图书在版编目 (CIP) 数据

做一个最好的你 / 彦昌主编. —天津: 天津教育出版社, 2006.6

(美德书. 自信)

ISBN 7-5309-4551-3

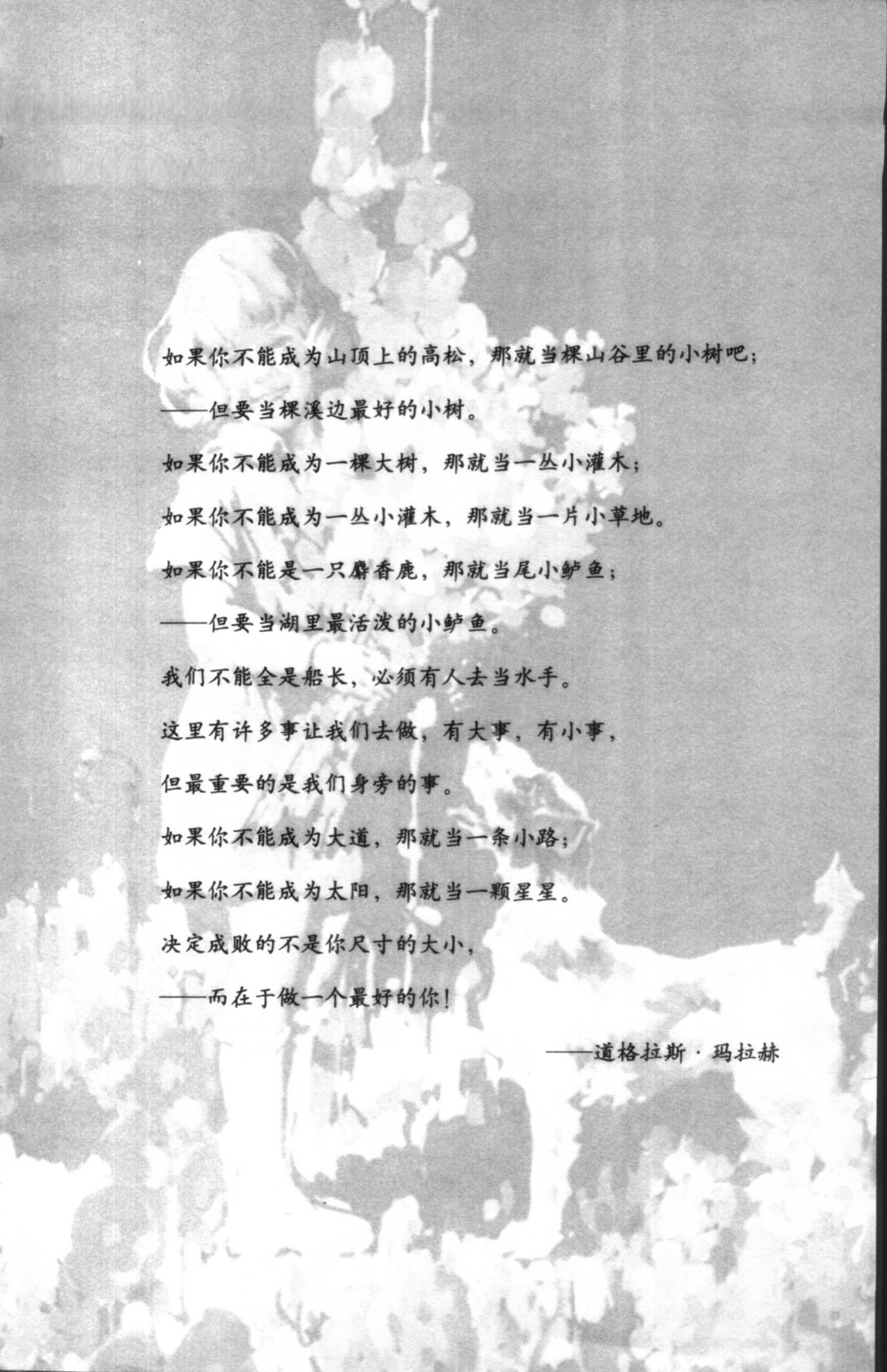
I. 做... II. 彦... III. 成功心理学—通俗读物
IV. B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 064578 号

做一个最好的你

责任编辑	田 昕
特约编辑	刘 微
装帧设计	引文馆

主 编	彦 昌
出版发行	天津教育出版社 天津市和平区西康路 35 号 邮政编码 300051
经 销	全国新华书店
印 刷	河北省三河市南阳印刷有限公司
版 次	2006 年 6 月第 1 版
印 次	2006 年 6 月第 1 次印刷
规 格	32 开 (945 × 1280 毫米)
字 数	140 千字
印 张	7
书 号	ISBN 7-5309-4551-3/C · 81
定 价	18.00 元



如果你不能成为山顶上的高松，那就当棵山谷里的小树吧；

——但要当棵溪边最好的小树。

如果你不能成为一棵大树，那就当一丛小灌木；

如果你不能成为一丛小灌木，那就当一片小草地。

如果你不能是一只麝香鹿，那就当尾小鲈鱼；

——但要当湖里最活泼的小鲈鱼。

我们不能全是船长，必须有人去当水手。

这里有许多事让我们去做，有大事，有小事，

但最重要的是我们身旁的事。

如果你不能成为大道，那就当一条小路；

如果你不能成为太阳，那就当一颗星星。

决定成败的不是你尺寸的大小，

——而在于做一个最好的你！

——道格拉斯·玛拉赫

目 录



传世童话

大山和小松鼠	佚名·2
我就是喜欢我	佚名·3
石榴	纪伯伦·5
磨坊主、儿子和驴	拉·封丹·6
一则为青年人而作的寓言	奥列弗·戈尔德史密斯·8
聪明的小裁缝	格林童话·9
狮子和老鼠	克雷洛夫·12
一块烫石头	盖达尔·13
野兔与青蛙	拉·封丹·17
挫折的礼物	佚名·18
百合花	佚名·19
靠自己	佚名·20

CONTENT



哲理小品

信心的力量	佚名·24
人生第一课	佚名·25
自信的俄罗斯小姑娘	佚名·26
一流的投手	佚名·27
黑色的气球	基恩·28
相信自己	戴尔·卡耐基·29
自信的指挥家	佚名·30
信心,成就世界经典	佚名·31
只有你可以帮自己	安东尼·罗宾·32
下一个	佚名·34
李光耀的自信秘密	佚名·35
自信的柱子	佚名·36
暗淡的思想	佚名·38
永远也不晚	鲍比·里普曼·39
撑起信心这面帆	佚名·40
我是何等富有	佚名·41

目 录



相信自己的运气	佚名·42
让孩子自信而不骄纵	佚名·44
永不放弃	佚名·45
信心有时是逼出来的	佚名·46
强者的字典里,没有“不可能”三个字	佚名·47
无价的石头	佚名·49
保持本色	佚名·50
先有自信才有奇迹	马尔腾·51
天堂鸟的故事	佚名·52
你能行的	佚名·53
父亲的忠告	佚名·54
不要让别人偷走你的梦想	杰克·坎菲尔德·56
不利条件是有可能克服掉的	佚名·58
拿破仑救人	佚名·60
拥有自信	佚名·61
最优秀的人就是你自己	佚名·63

CONTENT



经典美文

沙与沫	纪伯伦·66
我自己的歌	惠特曼·67
重要的是要能出类拔萃	西巫拉帕·68
优点单	海伦·P.莫尔斯拉·69
吉利钱	艾琳·维拉吉·72
汽车站上的新起点	梅里莎·达奇·75
抬头挺胸好处多	朱利皮尔森·78
建立自信	杰克·韦尔奇·81
在电车上画像	铃木优子·83
无价的珍珠	马西娅·埃文斯·85
我坚信,我是自己的救世主	格雷格·里怀特·史密斯·87
相信自己,即使没有人相信你	哈维·麦凯·91
谁说行家总正确	乔·库德尔特·92
我谁也不模仿	索菲亚·罗兰·95
心中的太阳	T.史蒂根·98
我觉得我赢了	埃尔顿·约翰·99

目 录



通往广场的路不止一条	伊尔莎·斯奇培尔利·102
就此有了先例	尼娜·威利克斯·105
我的编辑师傅	琼·弗兰克林·107
假如我们原谅上帝	帕特·柯林斯·111
盲人运动家麦克法兰	安德鲁·琼斯·113
脸上的疤痕	乔安娜·斯莱恩·118
信心缩短距离	雷因·121
圣诞心愿	约翰·泰勒·123
一个低智商的孩子	F.奥斯勒·127
那天,我真想放下教鞭	派垂克·129
“钻石”就在你身上	鲍勃·摩尔·132
你就是你	陶乐丝·卡耐基·134
水手	泰戈尔·136
体察入微	阿·巴切沃尔德·137
教练的秘密	佚名·139
荡秋千	佚名·141
恢复自信的武士	约翰·格雷·143

CONTENT



大家哲思

相信自己吧	爱默生·146
掌握你的人生	奥里森·马登·148
信心的力量	安东尼·罗宾·151
人是自身的设计师	弗朗西斯·培根·153
没有自信等于失去力量	奥格·曼狄诺·155
精神胜过物质	巴克莱·157
自信	巴克莱·158
骄傲的品德	叔本华·159
快乐掌握在你自己手中	鲍利斯·比莱·160
相信就会实现	爱德华·163
挑战自卑	阿德勒·164
我就是最大的奇迹	奥格·曼狄诺·167
你认为你行你就行	奥格·曼狄诺·169
自信的力量	罗伯特·T.清崎·171
我的人生思考	詹姆士·艾伦·173

目 录



从囚徒到明星	鲍勃·摩尔·176
机会在敲门	魏特利薇特·178
神奇的自信力量	拿破仑·希尔·180
拿破仑·希尔的自信公式	拿破仑·希尔·181
信心	安东尼·罗宾·182
只要有信心,就能干出一番事业	安东尼·罗宾·183
你的误区	韦恩·W.戴埃·187
不要听从世俗的喧嚣	爱默生·192
天生我材必有用	奥里森·马登·194
太阳每天都不辞辛劳地升起	池田大作·201
你的人生由自己决定	佚名·202



传世童话

THE
BOOK
OF VIRTUES

大山和小松鼠



每个人都应该知道自己是不可或缺的角色。

很久很久以前，一座巍峨的大山与一只渺小的松鼠发生了一次激烈的争吵。

盛气凌人的大山带着一种嘲弄的口吻对小松鼠叫道：“你这个自以为是的小家伙！”

小松鼠不卑不亢地对大山说：“谁也不会怀疑你确实是一个庞大的物体，”小松鼠停顿了一下，话锋一转，“但世界是由万物构成的，而且每一个事物哪怕再渺小也有它存在的理由。

“我不会因为我仅仅占有一席之地而无地自容，我就是我，谁也无法取代我的位置。

“如果说我没有你那么大，那么你也远远没有我这么小，而且你远比不上我的轻盈与灵巧。”

松鼠的这一席话使得大山一时无话可说，聪明的松鼠又趁机继续说，“这个世界上的一草一木都有着自己的用处，你也一样。

“我不否认你能容纳一条条能让松鼠步行的小径，但是世界万物的天分与才能各不相同，我相信天生我材必有用。

“最后，我要告诉你的是，诚然我不能背负整个森林，但你也永远无法撬开一颗小小的核桃。”

佚名



我就是喜欢我

我们必须自信，接受上苍为我们安排的位置，并去找到它。

“我好幸运啊！”青蛙一边欣赏着自己在水中的倒影一边说，“我漂亮、会游泳，跳水又比其他人跳得好。我是绿色的，而绿色是我最喜欢的颜色。这世上最好的事就是做一只青蛙。”

“那我呢？”小鸭问，“我是白色的。难道你不觉得我也很漂亮吗？”“才不呢！”青蛙说，“你身上没有绿色。”“但是我会飞，”小鸭说，“而你不会。”

“哦，是吗？”青蛙说，“我从没有看你飞过。”“我是有点儿懒。”小鸭说，“但是我可以飞。你看！”她跑了几步，大声地拍动着翅膀。然后，小鸭突然从地面升起，优雅地飞向天空。她飞了几圈之后，降落在青蛙面前的草地上。

“太棒了！”青蛙大叫，崇拜地说，“我也想要飞！”“你不行！”小鸭说，“你没有翅膀。”然后很得意地回家了。

于是青蛙一个人开始练习飞行。他向前跑了几步，然后张开手臂，上下拍打。但是不论他怎样努力，都没办法飞离地面。

青蛙变得很灰心。我是一只没用的青蛙。他想，我连飞都不会。真希望自己也能有翅膀。突然青蛙想出了一个聪明的办法。他相信只要是小鸭能做的，他也能做。

青蛙花了一个星期的时间，用一块旧床单和一些细绳做了一对翅膀。他终于可以做一次试飞了。

他爬上河边的山丘，像小鸭一样，跑了几步，然后张开手臂，跳向

天空。

开始，他像鸟儿一样在天空中盘旋了一会儿。但是不久，翅膀断了。他就像石头一样落下来，“啪”的一声，掉进了河里。这至少还算是安全降落。

老鼠看到青蛙狼狈地从水里爬出来。“你要知道青蛙是不会飞的！”他说。“那你呢？”青蛙问。“当然不会！”老鼠说，“我又没有翅膀，但是我很会做东西。”

青蛙在回家的路上一直想着这件事，他打算去问问小猪。青蛙到的时候，小猪正从烤箱里拿出一个蛋糕。“小猪，你会不会飞？”青蛙问。“当然不会了！”小猪说，“我想我在天上可能会想吐。”

“那你会什么呢？”青蛙问。“很多东西啊！”小猪骄傲地回答，“我能做世界上最好吃的蛋糕，而且我很漂亮。我全身是粉红色的，粉红色是我最喜欢的颜色。”青蛙不得不承认这是事实。

我打赌我一定也可以做蛋糕。青蛙回到家后想着。他将所有他能找到的东西都丢进碗里，像小猪一样进行搅拌。

青蛙再把搅拌的东西丢进平底锅里，放到炉子上。看吧！青蛙心想，我的蛋糕一定很好吃。

但是没过多久，浓烟从锅里冒了出来，有一股很难闻的味道。蛋糕烤焦了。“我连蛋糕都不会做。”青蛙觉得很伤心。

他跑去找野兔。

“我可不可以跟你借一本书？”青蛙问。

“你会认字吗？”野兔惊讶地问。

“不会！”青蛙说，“或许你可以教教我。”

“你看！”野兔说，“这是字母 O，这是字母 A，这是字母 K，还有这……”“好了，知道了。”青蛙没耐心听完，就夹着书跑回家了。

青蛙舒舒服服地坐下来，打开书。但是书上充满了陌生的符号，青蛙一个字也不认得。一小时以后，他一点也没有变聪明。“我再也不要看这本书了！”青蛙说，“这太难了。我只是一只既普通又愚蠢的青蛙。”

青蛙沮丧地将书还给野兔。“怎么样？”野兔问，“你喜欢吗？”青蛙遗憾地摇摇头，“我不认识字、不会烤蛋糕、不会做东西，又不会飞。你们都比我聪明。我什么都不会。我只是一只普通的绿青蛙。”青蛙哭着说。

“可是，青蛙啊！”野兔说，“我也不会飞呀！也不会烤蛋糕或做东西。我没办法像你那样游泳和跳跃……因为我是一只野兔，而你是一只青蛙。但是我们大家都爱你。”

青蛙陷入了沉思，他走到河边望着水中自己的倒影。这就是我！他想，一只穿着条纹泳裤的绿色青蛙。

突然间，青蛙感到非常愉快。野兔说得对，他想，我很幸运是一只青蛙。然后他快乐地一跳——一个很大的青蛙跳，这可是只有青蛙才能做得到的啊。他感觉自己像在飞。

佚名



石榴

要得到别人的承认，自己首先必须足够自信。

从前有个人，他的果园里有许多石榴树。每年秋天他一定把石榴盛在银盘里放在屋外。为了表明他的意图，他还在盘子上写着：“任选一个，欢迎自取。”

人们来来往往，可是没有一个人动手。

经过很长时间的考虑后，有一个秋天，他没有在屋外的盘子里放

石榴，只用大字在屋外写了一块牌子：“我们地里有最好的石榴，售价高于其他任何品种。”

现在看吧，左邻右舍的男男女女都抢着来买了。

纪伯伦



磨坊主、儿子和驴

今后无论做什么事情，我都要自己拿主意，不要被别人的意见所左右。

有个磨坊主和他 15 岁的儿子，想在赶集的时间将驴子卖掉。为了使驴子积蓄精神，卖个好价钱，父子俩把驴腿扎起抬了起来，就像抬吊灯一样。两人抬着驴子在路上走，一个路人看见后笑出声来：“真是一对白痴，比那驴子还要愚蠢！”

磨坊主听到过路人的嘲讽后，也觉得自己的举动有些滑稽，于是就将牲口放了下来。驴子刚尝到被抬着走的甜头，还没过足瘾又被放了下来，边走边打着响鼻抱怨着。磨坊主让儿子骑上驴，自己紧随其后。

这时刚好有三个商人路过，见此情景，年岁大的商人朝着孩子嚷道：“年轻人，你真好意思，你以为你是走不动路的老人吗？你应该下来，赶紧让老人骑上去！”

磨坊主忙陪着不是说：“好好，好的，先生们，我就坐上去。”说着让孩子下来，自己骑了上去。

又走了一段路，他们遇见了三个姑娘，其中一个指着老人数落开了：“真是没有人性啊！眼睁睁地看着自己的孩子瘸着腿走路，而这个