

★一生必读的经典励志丛书★

ZUOZUI HAODEZIJ



没有人比你更优秀，没有人比你更成功，不要戴上“完美”的枷锁，我们只做最好的自己。

做最好的自己

最好的人生，就是做最真实的自己。

孟丽◎编著

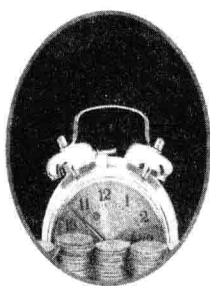
黄金
典藏版

生活不一定完美，但是我们却可以
尽力做到最好，活出快乐的自己。

陕西出版集团
三秦出版社

做最好的自己

孟 丽◎编著



陕西出版集团
三秦出版社

图书在版编目(CIP)数据
做最好的自己 / 孟丽编著. — 西安 : 三秦出版社,
2012. 6
(影响一生的成功励志经典)
ISBN 978-7-5518-0110-2

I. ①做… II. ①孟… 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 038508 号

做最好的自己

孟 丽 编著

出版发行 陕西出版集团 三秦出版社
陕西新华发行集团有限责任公司
社 址 西安市北大街 147 号
电 话 (029)87205121
邮政编码 710003
印 刷 北京龙跃印务有限公司
开 本 787×1092 1/10
印 张 30
字 数 250 千字
版 次 2012 年 6 月第 1 版
2012 年 6 月第 2 次印刷
印 数 8000
标准书号 ISBN 978-7-5518-0110-2
定 价 38.80 元

网 址 <http://www.sqchs.com>

前言

人生的道路,忽明忽暗。坚持做最好的自己,才会有到达成功彼岸的一天。没有人比你更优秀,没有人比你更成功,我们只做最好的自己。生活不一定完美,但是我们却可以尽力做到最好。活出真实、快乐的自己,人生就是精彩的。

每个人的内心都潜藏着一个决定我们成功与否的巨人,成功者与平凡人的根本差别在于:前者已唤醒这一巨人,并且学会驾驭;而后者一直使之沉睡,未加利用。因而二者的人生会截然不同。

本书从三个方面阐述如何做最好的自己:第一篇立身处世篇,主要讲述的是一个人要想在社会上站稳脚,需要不仅是外表,还有做人、做事,知道如何说话,如何交友,这些都是立足社会的基本条件。第二篇成功之路篇主要是讲成就一番事业所具备的条件。在社会上站稳了脚,也成就了一番事业,不要忘了给心灵加一点儿料。这便是第三篇心灵成熟篇所要讲述的内容,让心灵更加轻松、愉快的秘诀。

本书语言流畅、实用性强,是你走向成功的枕边必备之书。如果您能从而得到一点启发和收获,感受到一丝慰藉,使您的思想得以升华、心灵得以充实,那就是本书最大的成功。

愿这本书能常伴你左右,让你的人生旅途不再孤单。

目 录

立身处世篇

我们生活在竞争激烈的社会中,无论是在生活中,还是在事业中,要想在社会中生存,必须要有一定的资本,给人留下好的印象,会做事,会做人,还要有完善的人际关系,这些对于立身在社会上的人来说非常重要。因此,要想让自己的人生取得真正意义上的胜利,就要懂得在生活中积聚做人处事的经验,尤其注重人脉的积累。



最
好

做最好的自己——形象好	2
永远让自己笑靥如花	2
自信是塑造良好气质的首要因素	4
苦中作乐笑一笑	6
提高自己的修养水平	8
保持自己的个性美	10
保持自我本色	14
做最好的自己——做人强	16
做经得起考验的强者	16
抛弃你的依赖,做自己的主人	17
要有敏锐的判断力	19
靠自己解决问题	22
要有独立性	25



做人要有独立的见解	26
机智和幽默	29

做最好的自己——做事多

32

天道酬勤,勤能补拙	32
执著地去敲成功之门	34
敢作敢为最聪明	36
做事要留有余地	38
做人做事要学会变通	40
实干的精神会让你很快冒尖	43

做最好的自己——说话巧

45

说话要有分寸、讲场合	45
逢人减岁,遇货添钱	46
说话要过“筛”	48
争论要掌握技巧	50
说话谨慎少灾祸	52
他人面前要懂得赞美对方	55

做最好的自己——交际活

58

借用外脑,趋炎附势	58
借助外力,共创大业	59
乐观大度交朋友	61
与人交谈千万不要抬杠	63
顺着对方的脾气走	64
用一双慧眼交朋友	66
通过互相合作完成目标	68
巧拒对方,避伤和气	69

做最好的自己——人脉广

72

交友可“多”勿“滥”	72
多结交比自己优秀的人	74
人缘的层次越高越好	76

朋友多了路好走	78
你的敌人也能成为你的朋友	79
扩大自己的社交圈	82
一个好汉还需三个帮	84
做最好的自己——人缘旺	86
养成善于与人结交的习惯	86
真诚地对待每一个人	89
巧说奉承话,让你人缘更好	91
让关爱为你再加一分	93
如何和朋友长久相处	94
多给别人一些关怀	96
交朋友要懂得包容	98
要懂得尊重别人	101



成功之路篇

成功的人生,必定要选择自己的方向,活出一个真正的自我——创造另一个自己!创造自己的前途!创造最好的自己!要做最好的自己,最终要升华超越自己。我们每个人都由自己主宰着走向成功,并且都有一种超越自身的力量,这就是“你自己”。一个人的成功并非取决于我们与别人相比做的如何,而是取决于我们所做的与我们所能够做到的相比如何,这就要从梦想、知识、行为、习惯等方便对自己改善,从而成就最好的自己。

做最好的自己——立志高	104
人生当志存高远	104
挑战自我超越别人	106
制定合理的目标	108



攀上最险要的高峰	111
梦想真的是可以实现的	113
设计一个伟大的理想	114
大胆追求梦想	116
做最好的自己——思路扩	119
养成探索的习惯	119
打破思维的枷锁	121
开发自己的思维	124
学会聪明的思考方式	126
凡事多思考	128
换种思维去做事	129
给自己留下思考的时间	133
做最好的自己——方法活	135
暂时妥协是策略	135
敢于与众不同	137
藏锋露拙,待时而动	138
在反思中走向成功	140
提升胆略,发挥战略	143
创新才有出路	146
“毛遂自荐”要有合适的机会	149
做最好的自己——行动快	152
快速出击是智慧	152
现在就做	153
节约交际时间的妙招	156
避免淹没于琐事中	159
快速抓住灵感	162
决不优柔寡断	164
做最好的自己——学问多	166
勤学苦练,方能有所成	166

多才多艺莫如独精一门	168
厚积薄发的孙膑	170
不断进取	172
虚心是制胜的法宝	174
做最好的自己——习惯好	177
习惯将会改变你的人生	177
做一个信守承诺的人	179
相信自己的判断	182
直面错误,积极改正	184
拥抱勤奋	186
培养节俭的习惯	189



心灵成熟篇

人生在世,不如意之事十之八九,若是对于每件事我们都一条路走到黑,那么,我们的人生将永远处于黑暗之中;所以,做人要能屈能伸,放开自己的心胸,减轻心中的负担,让心态处于平衡状态,每天都有好心情,享受每一次小小的幸福,让你的人生更轻松。别人认为你是哪一种人,并不重要,重要的是你要首肯自己,认定自己是最好的,这样才能有信心做最好的自己。

做最好的自己——心情好	192
学会赞美自己	192
转嫁怒气,快乐自己	194
微笑着面对明天	196
忘记烦恼,快乐生活	197
快乐是自己的事情	199
心灵的力量	201

最
好



今天你快乐了吗	203
不要对自己太严苛	205

做最好的自己——心态平

207

要有积极的人生态度	207
比天空更宽广的心态	209
学会欣赏不完美的自己	211
把不幸当作快乐的起点	213
拥有平和心态	215
成功源自积极心态	217
积极乐观的心态	218

做最好的自己——内心静

222

淡泊名利,放宽心境	222
万事让它顺其自然	224
内心微笑是人生最大的健康	225
不可一味追求完美	228
锁住浮躁	231
保持低调的本色	233
保持心灵平静	234
以平常的心境看世界	237

做最好的自己——胸怀宽

240

做个“大肚”之人	240
宽容是利人利己的良药	241
心宽路更宽	243
让宽容找回快乐	245
包容别人的误解	246
以宽容之心净化心灵污垢	248
退一步海阔天空	250
做豁达大方的人	252

做最好的自己——幸福享

254

欲望越高,幸福越远	254
-----------------	-----

幸福三部曲	256
经营好自己的家庭	258
让“另一半”了解自己	259
不让幸福悄悄溜走	262
别跟自己过不去	264
把握现在的幸福	266
得而不喜,失之不忧	268
学会知足,拒绝诱惑	269
做最好的自己——生活美	271
做一个善于幽默生活的智者	271
不要过度劳累	274
生活中的“蝴蝶效应”	276
拥抱生活	277
积极的人生观,让你快乐生活	279
永葆快乐的秘诀	281
心往好处想	282
活得简单就潇洒	285
选择乐观的生活态度	287

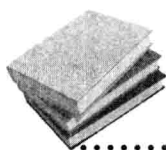


最 好

立身处世篇



我们生活在竞争激烈的社会中，无论是在生活中，还是在事业中，要想在社会中生存，必须要有一定的资本，给人留下好的印象，会做事，会做人，还要有完善的人际关系，这些对于立身在社会上的人来说非常重要。因此，要想让自己的人生取得真正意义上的胜利，就要懂得在生活中积聚做人处事的经验，尤其注重人脉的积累。



永远让自己笑靥如花

生活中,总会遇到困难,有时甚至还要面对挫折或是死亡的威胁,但是一个人只要具备了淡然如云、微笑如花的人生态度,任何困境和不幸都能被锤炼成通向平安的阶梯。

有一个年近 50 的妇女,她的头发已经开始花白,她每天都会在一个小书摊位前卖一些旧书。虽然她看上去满脸疲倦,但面容上却始终挂着温暖而平和的微笑。她原本有着一个清贫而又温暖的家,不幸的是,她的丈夫遭遇了车祸,躺在床上需要别人照顾,孩子还要上学。原本就清贫的生活,便一下子跌入贫困的深渊。

为了支付丈夫的医疗费,她几乎变卖了家中所有值钱的东西,本来不大的小屋现在却显得冷冷清清,虽然生活更加惨淡,但是她仍然每天微笑着面对丈夫。她的丈夫虽然受了伤,但脸上的微笑和她的微笑一样温暖而平和,外人根本看不到那种重伤在身、贫困交加的人所表现出来的厌世、焦躁、淡漠与敌视的神情。那张脸虽清瘦苍白,但洋溢出来的微笑却如花般灿烂、美丽。这又给自己的妻子多么大的鼓励啊!

那时,她的一个女儿正在读高中,正是花钱的时候。面对人生的不幸,她没有低头,而是想尽一切办法来增加家中的收入,后来又弄点儿旧书来卖。成本不高,周期短,能赚多少算多少,只求能把这个家支撑下去。有时她也会对别人讲自己生活中一些颇使人心忧的事,不过在她讲述那些常人也许无法承受的不幸时,她的脸



上仍带着淡淡的笑容。

有微笑的地方就有希望,有微笑的地方就有力量。如果你在遇到挫折或不幸时,请你也像他们那样微笑如花。这家人的生活很不幸,却能示人以如花的微笑,使人无时无刻不在感受到那种蕴含在微笑后面坚实的、无可比拟的力量——那是一种高格调的真诚与豁达,一种直面人生的成熟与智慧,这才是支撑起希望的基石。

在日本东京的一家百货商店里,一个满脸严肃的中年男子和一个四岁左右的小男孩在转悠,从他们已经褪色的衣着上看,他们是比较穷苦的阶层。当他们走到一架快照摄影机旁边时,孩子拉住了父亲的手说:“爸爸,请给我照一张相吧。”爸爸弯下腰,在孩子的额头上亲了一下,把孩子额前头发拢在一块儿,很认真地说:“不要照了,你的衣服太旧了。”孩子沉默了片刻,抬起头来说:“可是,爸爸,我仍会面带微笑的。”父亲紧紧地抱住了儿子。

中年男子下定决心改变他的态度,他决心展现开朗的、快乐的微笑。于是,在第二天早上洗脸时,他对着镜子中满面愁容的自己下令说:“你得微笑,把脸上的愁容一扫而光,现在立刻开始微笑。”

自此,这位父亲改变了整天板着的面孔,总是面带着微笑。结果,微笑改变了他的生活,他的家所得到的幸福比以往每年还要多。

心灵如花的微笑,能使自己得到幸福,也能感动别人。

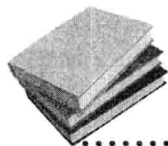
一个寒冷的冬天,在美国纽约一条繁华的大街上,有一个双目失明的乞丐,他的脖子上挂着一块牌子,上面写着:“自幼失明。”有一天,一个诗人走近他身旁,他便向诗人乞讨。诗人说:“我也很穷,不过我可以给你点儿别的。”说完,他便随手在乞丐的牌子上写了一句话。

那一天,乞丐得到很多人的同情和施舍。后来,他又碰到那个诗人,很奇怪地问:“你给我写了什么呢?”那诗人笑一笑,念牌子上他所写的句子:“春天就要来了,我在内心里微笑着迎接它。”

不同的表达方式,换来完全不同的结果,诗人的妙处在于他激发了人们强烈的感情。

悲观者比乐观者经历更多的失望,这是不足为奇的。当然,一般地,悲观者自找失败;而乐观的人是聪明的,他们总是微笑着面对人生,相信凡事都会有好起来的时候。

感悟箴言



自信是塑造良好气质的首要因素

我们常说,人的外部容貌是短暂的,只有内在气质才能光华永驻。

很多朋友都问我:“我的女朋友漂不漂亮?”奇怪,他们的女朋友漂不漂亮,应该由他们判定,为什么要问我呢?细想之下,的确,任何娇美的容颜久看之下都会麻木,自己分不清美丑,要借别人的评判来取得心灵安慰。别人说好看,他内心便会产生自豪感;别人说难看,他就陷入深深的失望。更何况鲜花也有凋谢时!所以,只有气质因素才能产生持久的魅力;而自信,正是塑造良好气质的重要因素。

记得去拜会深圳大众传媒有限公司总经理的事。这个公司在国际金融大厦21楼,租了整层楼。我去到公司,发现里面全部是进口设备,布置得豪华气派,公司职员个个西装革履,看上去气宇轩昂。这时一位小姐迎上前来,我告诉她找总经理,小姐就领我去经理室,可是经理不在,小姐请我坐下,倒杯茶给我,然后就去找总经理。

经理办公桌后面是一张大班椅,我坐在桌前的小麻绒椅上,就在我四处打量,观赏经理室时,进来了一个年轻人,看上去不过二十四五岁,穿着也很随便。我想这样一个大公司,总经理起码也有三十多岁,以为他只是一个打工仔,也没怎么在意。谁知他却一屁股坐到经理的大班椅上去了。这下我发现不对头了,一般打工仔是不敢随便坐总经理位的。

这时他主动问我贵姓,然后说他姓陈。我突然明白过来,原来他就是陈总经理,霎时我感到了一种难以名状的压抑,在他面前紧张起来。我的语言开始变得苍白无力,举止失措。他发现了我的紧张,就微笑着,这令我想起了长辈对后生表示宽容的微笑,我一下受到了刺激。平时总是我宽容地对别人笑,今天居然要别人宽容地对我笑。我对自己生起气来:他有什么了不起,他办这么大的公司绝不是凭他自己的力量,是他爹,还是他妈有钱,帮他办的,我的公司虽小,但是我一刀一枪自己打出来的。这样一想我顿觉腰杆也直了,说话又恢复了往昔的镇定与自若。那天的谈话,我终于谈得很成功,表现了自己的水平。

在某些人面前,你感觉处于劣势,就发挥不出应有水平,而真的处于劣势,在某些人面前,你觉得自己有优势,表现自然,往往就能充分发挥水平,而真的处于优势。自信正能为你产生一种慑人的气势,使你的气质焕发光彩。



男士们都关心的一个问题是如何赢得小姐的欢心。我有一个同事特别能赢得小姐的欢心,是公认的在小姐面前,有魅力的男士。那么他的魅力从何而来呢?经过认真观察、研究,我发现他的魅力在于坚定的自信。在小姐面前他总是表现得信心十足,巧妙地让你觉得他是一个强者,仿佛有他在这个世界上就没有解决不了的问题。有次我听他打电话语气就显得格外不同。“有我在,你放心,绝对没问题!”

小姐喜欢什么样的先生?自然喜欢那些充满男子汉气概的先生。即使是一个女强人,她也希望她的先生是一个强者。只有那些笨拙的先生才常在小姐面前愁眉苦脸:唉,将来还要买房子,还要买家用电器,太艰难了。这些话无济于事,只会小姐面前损害你的形象。聪明的先生虽然也有这一大堆的问题,但他在小姐面前却始终表现得信心十足:“买房子,没问题,买家用电器,也没问题!”有他在,一切都充满希望,这样的先生只要表现得真诚,自然充满魅力。

信心会为你带来活力,焕发光彩,使你的谈吐洒脱、大度,产生一种不知不觉中感染人的魅力;而丧失信心,会使你显得猥琐,不能充分发挥水平。

如果你自己都瞧不起自己,又怎能让别人瞧得起你呢?

实际上,自信简直就是男人的生命之魂。女人喜欢的男人,甚至男人崇拜的男人,都是心灵高贵,有坚强的自信精神的。

何谓自信?内心的自信才是真正的自信。我们的职业可以低下,地位可以卑微,但我们的心灵不可以低下。只要心灵高贵,我们的人也就高贵。有高贵的心灵就是自信!这种自信会令你的气质高贵。我们可以很现实,甚至可以为小事斤斤计较,但我们的思想上要永远有狂放之情。情感的奔放、精神的狂暴也就是自信!这种自信会使你的气质浪漫,富有魅力。

人的灵感来源于哪里?创造力来源于哪里?甚至魅力来源于哪里?我认为很大程度上来源于人高贵的心灵,奔放的情感。毛主席写起字来,气势磅礴,作出词来,气吞山河,干起事业,惊天动地。不正在于他内心奔放着火一般的情感吗?高贵的心灵,奔放的情感,如果再配以成熟的思想,老练的行为,那么这种人的魅力将是无法抵挡的。

激荡起你征服世界、征服同类的狂暴吧,让自信的旗帜高高飘扬在你的灵魂深处。这样你就自会气质优秀。

感悟箴言



最好



苦中作乐笑一笑

6

最好

做最好的自己

的自己

ZUO ZUI HAO DE ZI JI



生活的情调要自己去创造,与其苦苦抱怨现实,不如细心体会眼前实在的快乐。生活即使再苦,我们也要微笑着面对生活;能以苦为乐的人,才能发现希望。

梵高在成为画家之前,曾到一个矿区当牧师。他第一次和工人一起下井,要下到地下200米的深处,他待在升降机中,渐渐地陷入了巨大的恐惧之中,感到心都在蹦:一切都在颤颤巍巍,铁索轧轧作响,箱板左右摇晃,所有的人都默不作声,听凭机器把他们运进一个深不见底的黑洞。这是一种进地狱般的感觉。

事后,梵高问一个神态自若的老工人:“你们是否已经习惯了这一切,不会再感到恐惧了吗?”这位坐了几十年升降机的老工人答道:“不,我们永远不习惯,永远感到害怕,只不过我们学会了微笑着面对这一切。”梵高听后再也不感到害怕了,他感到自己的心也在笑着面对这一口黑黑的深井。

名人这样,普通人也该一样。成功人士能够再苦也要笑一笑,而我们普通人同样能够做到面对艰苦笑一笑,苦中作乐不是自我麻痹,不是消极退却,而是“以苦为乐”来达到积极的目的。

在美国的西雅图,有一个很特殊的鱼市场,人们都说在那里买鱼简直是一种享受。

在那个市场里免不了有鱼腥味,但是迎面而来的是鱼贩们欢快的笑声。他们面带笑容,就像是球场上合作的棒球队员,让冰冻的鱼像棒球一样,在空中飞来飞去,大家互相唱和:“啊,8条鳕鱼飞往佛罗里达去了,5只螃蟹飞到堪萨斯喽。”这是多么和谐的生活,充满着乐趣和欢笑。

有人问一位在这里卖鱼的人:“你们在这种环境下工作,为什么还能保持愉快的心情呢?”

对方回答说:“事实上,几年前的这个鱼市场本来也是一个没有生气的地方,大家整天抱怨条件差,生活太苦太累。但是后来,大家认为与其每天抱怨沉重的工作,不如改变工作的品质。于是,大家不再抱怨生活本身,而是把卖鱼当成一种艺术。再后来,一个创意接着一个创意,一串笑声接着另一串笑声,大家成为鱼市场