

最新爱自己感悟句子 做最好的自己心得体会(汇总9篇)

从某件事情上得到收获以后，写一篇心得体会，记录下来，这么做可以让我们不断思考不断进步。我们如何才能写得一篇优质的心得感悟呢？那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看看吧。

爱自己感悟句子篇一

老师的读后感世界本来就是一个矛盾的集合体，每个人在生活中，都会遇到各种各样的抉择，但不需要为压力过重而苦恼，更不需要为了失败而哭泣，也不要让事情来主宰我们，而是要用积极的态度来主导、推动事情往更好的方向进展。

最后李开复博士认为：成功就是不断超越自己，就是“做最好的自己”。对此我的理解就是每个人都有成功的机会，形式不同，成功的意义也不同，不要去在乎世俗的模式，只要自己努力去实现理想，并且每天都在向理想靠近，就是成功。成功的标准并不是单一的，社会给每个人提供了不同的舞台，只要在自己的舞台上将自己的价值发挥到极限，无论是令人瞩目还是平凡普通，都是成功。当然，在现实社会中或许我们每个人都有自己无法实现的梦想，我们的理想和现实永远存在着差距。而许多事情是我们无法改变的，我们所能做到的就是改变心态，调节情绪，改变思考方式，不断超越自己，努力让自己的生命充分燃烧，做最好的自己。

读完《做最好的自己》，感到其实做好自己并不难。作为一名教师，工作经常陷入一种疲劳的状态，经常会被学生的问题搞得自己觉得很累，我知道这不应该是老师应有的心态，但是总是控制不住自己的情绪，总是会被学生不如意的表现所影响，开始经常抱怨这，抱怨那，甚至开始怀疑自己到底适不适合教师这个职业，受李老师的影响，“既然只能当老

师，那么悲悲戚戚是当，高高兴兴也是当，我当然选择后者！”

多么简单多么朴素的道理，为什么我当初就没想到呢，想想我们在工作学习中难免会与人产生摩擦，如果我们只盯着别人的错误，那么只能让矛盾越来越激化，但是我们如果想别人的优点，就会使我们很快的冰释前嫌，问什么同样的问题发生在学生与老师的身上就这么不可调和呢？其实还是缘于“爱”，如果我们给学生多点，再多点的爱，对于他们的错误我们都用理解之心，包容之心，责任之心看待，而不去苛求他们像成年人那么懂事，师生关系会不会更和谐一点呢？在众多的压力与竞争下，要保持积极的心态，不论遇上什么困难都不要气馁，积极心态战胜一切困难，一样可以做到优秀。

事实证明，我们每个人都可以做一个最好的自己，都可以做到优秀。我们更不必为自己赶不上别人而太过自责，也不必因为境遇不好而太过感伤，怨天忧人。我们所需要的，是追随自己心灵的选择，不求其他，但求做最好的自己。我们就会变成一个更美好、更大度、更成功的人！

爱自己感悟句子篇二

在我小的时候，画画是我最喜欢的的事情之一。无论是在学校的美术课上还是在家中的空闲时间里，我总是会拿起画笔和纸张，享受着画画所带来的无尽乐趣。几年过去了，我仍然喜欢画画，不过我的画技和理解也随着时间的推移不断提高着。在这篇文章中，我想分享一些我自己画画的心得体会，希望能够对感兴趣的读者们有所启发。

第二段：学习画画的意义

学习画画可以使人更加敏锐地观察周围的世界，更好地理解 and 表现周围所见的一切。通过画画，我不仅可以把视觉上的

印象留存在自己的内心深处，也可以将这些印象通过绘画重新呈现出来，使自己和其他人都能更好地了解世界的形态和颜色。同时，画画也可以帮助我更好地表达自己的情感和想法，成为我自己传递内心感受的一种手段。

第三段：画画的方法和技巧

画画需要不断地实践和发掘。虽然我不是专业的画家，但我得出了一些个人的画画技巧。首先，我喜欢用铅笔打底，在画稿的初期用轻柔的线条勾勒出主要的轮廓和形态，然后再逐渐加深线条和增加阴影效果，使整张画面更具强烈的视觉冲击力。其次，我也喜欢尝试不同类型的画材，对画笔和画纸的选择也很关键。不同的画材有着不同的质感和呈现方式，需要根据画面的需要选择最适合的工具。此外，我还喜欢研究其他画家的作品，在他们的作品中可以发现很多独特的画法和技巧，可以向他们学习并将其融入到自己的作品中。

第四段：画画的乐趣

画画是一件很有趣的事情。通过画画，我能够像孩子一样纯真地享受世界，忘却一切与嘈杂的现实和无尽的压力。画画使我感到非常的自由和冥想。当我在画画的时候，往往会得到全神贯注的状态，自然而然地抛开所有的烦恼和杂念。我被画面所吸引，落入到自己的内心中，享受着一种美妙的精神氛围。

第五段：结语

总之，画画是一种很有意义的活动，能够给我带来很多的乐趣和享受。通过画画，我能够更好地表达自我和感受周围的世界，也能够从中寻找到内心的安宁和深刻的生命体验。我希望更多的人能够尝试画画，享受这种非常美好的事情带来的一切快乐。

爱自己感悟句子篇三

自己心得体会是一种重要的思想和情感体验，它可以帮助人们更好地认识自我、理解生活、把握未来。在我的成长过程中，也经常会有各种各样的心得体会。下面我将分享一些我曾经得到的启示和反思，希望能够给大家带来一些启示和思考。

第一段：认识自我是我人生中最重要任务

第二段：积极主动的态度可以让我成功

我深信一件事情，就是积极主动的态度是成功的关键。很多时候，不是条件不够好，而是我们自己缺乏足够的自信和勇气去承担挑战。而积极主动的态度可以帮助我们更快地适应不断变化的环境，更好地发现机会和解决问题。比如说，在工作中，我会主动承担一些任务，不怕犯错误，勇于尝试，然后从失败中找到经验和教训，这样的心态让我在工作中取得了很多人满意的业绩。

第三段：专注于做自己喜欢的事情是真正的成功

人生中真正的成功不是别人看你如何，而是你自己对自己做过的事情的评价。因此，我认为，在做事情的过程中保持快乐和热情是至关重要的。只有喜欢自己做的事情，才能够获得真正的成就和满足感。比如说，我曾经在一个工作机会上面，虽然待遇很好，但是我没有发现自己真正的兴趣点和天赋，所以我很快就离开了这个机会，然后找到了一份更适合我的工作机会。现在我感到非常满足和自豪，因为我能够做自己热爱的工作，也有了更好的发展路径。

第四段：学习和成长需要不断地努力

生活中没有什么会轻松得到的，学习和成长也需要不断地努

力和付出。我认为：“学海无涯，回头是岸”是一个人不断成长的关键。只有不停地学习和思考，才能获得新的认识和洞见，掌握新的技能和能力。比如说，在我工作过程中，我会时常参加培训和学习班，不断地提高自己的专业水平和技术能力。这些学习不仅让我需要不断地更新自己的知识体系，而且也为我创造了很多新的机会和挑战。

第五段：勇于面对人生中的挑战并自我超越

最后，我认为人生有很多的挑战和难关，但是只有勇敢面对并超越自己的局限，才能够真正地成长和进步。在我自己的成长历程中，我也经常会遇到一些打击和挫折。但是我从来不会轻言放弃，因为我知道只有不停地修正自己的错误，才能够走向自己所希望的未来。通过这样的思考和行动，我相信我可以突破自己的局限，成为真正意义上的成功者。

总之，以上是我对自己的心得体会的一些认识和思考，这些体会一定程度上也适用于其他人，希望这些想法可以让大家有所收获和启发。

爱自己感悟句子篇四

心得体会是一种通过对自身经历和感悟的总结，从而得到一定的启示和收获的过程。每个人都有自己独特的经历和感受，因此每个人的心得体会也都不尽相同。在我过去的日子里，我也通过不断的思考和总结，得到了一些个人的心得体会。下面我将以五段式的形式，分享一下我对于“谈自己的心得体会”这一主题的思考与感受。

第一段：引言

自从我意识到心得体会对于个人成长的重要性后，我开始有意识地留心并总结自己的经验与感悟。通过这个过程，我发现了许多有趣且有益的事物。下面我将谈一谈我个人得到的

一些心得体会。

第二段：认识自我

首先，我认识到了自我意识的重要性。通过不断反思和观察，我了解到自己的优点和不足之处。这让我更加清楚地认识到自己的能力和局限性，从而更好地规划自己的目标和努力方向。在日常生活和工作中，我经常对自己进行评估和反思，调整自己的思维方式和行为习惯。这一认识让我更加自信和坚定地面对生活中的各种挑战。

第三段：与他人相处

其次，我意识到了与他人相处的重要性。人是社会的动物，与人交往、合作是我们生存和发展的必要条件。通过与他人交流与合作，我学会了尊重和接纳他人的不同意见和观点。这样不仅能够增进我们之间的理解和沟通，还能够促进我们共同解决问题，达到更好的结果。在工作和生活中，我深感一个人无法独立完成所有的事情，与他人合作才能更高效地完成任务，实现共同的目标。

第四段：持续学习

另外，我还深刻地明白了持续学习的重要性。在这个信息爆炸的时代，知识更新速度极快，只有保持学习的态度才能与时俱进，不被淘汰。我每天都会抽出一些时间进行阅读、学习和思考，积累各个方面的知识和经验。通过不断学习，我不仅能够提升自己的专业技能，还能够丰富自己的思维方式和解决问题的能力。在工作和生活中，不断学习和进步让我能够更好地适应环境变化和应对各种挑战。

第五段：坚持与回顾

最后，我发现坚持和回顾是取得成功的关键。毅力和耐力是

实现目标的重要品质，只有坚持下去，克服困难，才能最终取得成功。同时，我也明白在前进的道路上，定期回顾自己的经历和成果是不可或缺的。只有通过回顾，我才能发现自己的弱点和不足，并努力改进。回顾还能够让我更好地认识自己的成长和进步，为未来的发展提供更加明确的方向和动力。

总结：

通过对自己的经历和感悟的总结，我获得了一些宝贵的经验和心得。这些心得体会让我更加清晰地认识到自己的能力和潜力，明确自己的目标和方向。与他人相处的经验让我更加理解和尊重他人，提升了我的团队合作和沟通能力。持续学习的习惯让我紧跟时代的脚步，提升了我的专业知识和解决问题的能力。最后，持之以恒的坚持和回顾让我不断进步，不断向前。这些心得体会成为了我成长和发展的主要动力，我相信它们也会对其他人的生活产生积极的影响。

爱自己感悟句子篇五

xx年3月11日开始公司各部门负责人亲临xx项目部，组织全体员工进行了系统化、全面化的培训教育，首先在公司各级领导的带领下我们xx项目全体员工对李强老师的《为自己工作》进行了认真的学习，通过学习我懂的了不少以前未听过的道理，同时对自己的人身观、价值观有了更明确的认识，并且为今后一段时间的发展指明了道路，现在对我的心得体会做如下阐述。

演讲中首先从一个故事“三个老人砸石头”开始说起，心理学家问三个砸石头的老人为谁而砸石头，第一个老人怨气冲天，用重的要命的锤子杂快要死去的石头，一声不坑，在为别人而工作；第二位老人无可奈何地说正在为一家老小的温饱而砸石头，这位老人是在为薪水而工作；第三位老人则是自己在设想建筑一座宏伟的殿堂，他很快乐的砸石头，砸的

又快、又好、又美观，他在为自己而工作。面对同样的工作砸石头，看法不一，结果也不同。从一个故事切入主体，进行了说明，为什么说我们是为自己工作。使我更加理解了人们常说的一句话，工作是为自己做的，不是为别人做的。

单纯为工作、为薪水而工作的人看不到自己的潜能有多大，做工作老是被动的，没有主观能动性，不会主动想一些问题，主动将工作完成，老是在任务的驱动下，在领导的督促下完成每一项工作，每天都觉的很累很累，这样一天下来没有收获，就像一台没有思想的机器一样。为自己工作、为薪水工作的人就如同机器一样，没有自己的思维，所以觉的很累。殊不知每个人都是为自己工作，应该以积极的心态去面对每一天的工作。如果你在为工作而工作，为他人而工作那么你会失去很多宝贵的机会，最终与成功失之交臂，改变为老板打工的错误心态，树立为自己工作的正确意识。如果我们认为每天是在为工作打工，那么我们大错特错，抱着这种态度工作永远不会成长和发展，将永无出头之日，更谈不上一番事业，所以我们每位员工要清醒地认识到自己在为谁工作。在工作中要有动力，有主见，有思想，有创新意识，有超前意识，这样才能把工作做好。努力做事只能把事情做对，用心做事才能把事情做好。“我们的每一份付出和努力都将得到或必将得到超值的回报，这是不变的真理”，我们应该认真理解领悟李强老师的这句话。社会是没有围墙的大学，而我们不能改变风的方向，但我们有能力改变自己帆的方向，不要抱怨这抱怨那的，请我们认真审视一下自己，我们能做什么，我们会做什么？与其像无思想的机器每天在做反复的重复的机械运动，还不如心存感激，快乐的工作，让工作成为我们价值观、人生观的载体，在工作中体会事物的各种美，感受过种美，我们再添加一些主动力，这样我们会渠成水到，而不是等水到渠成。当今社会竞争如此激烈，人才如此之多，我应该庆兴有如此好的工作机会，有如此好的工作平台，我们应该好好发挥自己的长处，全身心投入到工作当中，为自己而工作，不要等到水到你才挖渠，恐怕到那时为时晚已，你将与机会擦肩而过。

马云曾经说过“你不要总是认为老板给你多少薪水你干多少活，而老板还在想你干多少活我就给你多少钱”，现实生活中不少人有这样的想法，我认为公司给我多少钱我就干多少活，我对得起自己的工作就行了，没必要想太多，做太多。但如果我们每天在干工作前总认为公司给我多少钱我就干多少活，那么就相当于给别人工作一样，最后将失去宝贵的机会，成为一个退役的机器一样，成为废铁一堆，没有价值可言，因此我们还是为自己工作，把握好每一天。

爱自己感悟句子篇六

在人生的旅途中，我们总是不断地前行，不断地学习。在这个过程中，我们会遇到各种各样的人和事，经历各种不同的情感和体验。这些经历会让我们成长，也让我们有了自己的心得体会。在这篇文章中，我想谈谈我自己的心得体会。

第二段：积极面对困难

人生中难免会遇到各种各样的困难，这些困难可能会让我们感到无助和恐惧。但是，我认为，积极地面对困难是解决问题的第一步。我们不应该把困难看成终点，而是应该把它看成跨越的第一步。正是在面对困难的过程中，我们才会不断成长、进步。

第三段：学会调节自己的情绪

情绪是我们心理健康的重要组成部分。我们在生活中，难免会遇到让我们感到愤怒、焦虑、悲伤等负面情绪，这些情绪可能会对我们的生活和工作产生不良影响。因此，学会调节自己的情绪是非常重要的。我通过自我调节和反省，学会了控制自己的情绪。当我遭遇挫折和不开心的时候，我会去采取一些放松的方式来缓解情绪，比如听音乐、散步等。

第四段：保持良好的人际关系

人是社会的动物，人际关系对于我们的生活和工作至关重要。我们需要与身边的人建立良好的人际关系，才能在工作和生活中取得更好的效果。我认为，要保持良好的人际关系，首先要学会倾听和理解别人的观点，其次要学会分享自己的经历和知识，这样才能与别人建立起真正的互相理解和信任的关系。

第五段：勇于尝试

在人生的旅途中，我们也要不断地尝试新的事物，才能不断地增长自己的见识和智慧。如果不去尝试，那么我们会一直停留在原地。我认为，勇于尝试和突破自己的舒适区，是非常重要的。因为只有尝试过，我们才会知道自己的真正能力和潜力。同时，在尝试的过程中，我们也会遇到各种各样的挑战和困难，但是正是这些挑战和困难，让我们变得更加坚强和勇敢。

结语：

以上就是我对人生的心得体会。在我走过的路上，我感受到了生活的美好和意义，也遇到了不少的困难和挑战。但是我始终相信，人生中最重要的是保持积极的态度，学会面对困难和挑战，掌控自己的情绪，保持良好的人际关系，勇于尝试和突破自己的舒适区。相信这些经验也可以帮助到更多的人。

爱自己感悟句子篇七

“一滴水只有放进大海中才永远不会干涸，一个人只有当他把自己和集体事业融合在一起的时候才能最有力量”。这是我读完《善待你所在的单位》一文后想起的一句话。单位就是一个集体，只有将自己置于单位中才能最有力量，才能实现个人的价值，离开单位，等待的只有“干涸”。

有一些人，他们虽在单位工作，却人浮于事，不认真工作，但对单位却有诸多抱怨：“那么多人，这件事为什么安排我去干？”“凭什么别人干的事情跟我差不多，拿的钱比我多？”“某某单位比我们单位强多了，每年都能拿多少多少钱，而且工作也轻松”等等。他们所想的只是单位为什么不给我这些东西，而不去思考自己为单位作出过什么贡献，单位到底给予过自己哪些？归结起来就是心态浮躁，对工作和利益锱铢必较。

浮躁的心态必然对单位产生不了归属感，对工作和利益锱铢必较当然也不会有心思将工作做好。有浮躁心态的人把单位当成一个“暂住地”，对工作的态度也只是敷衍了事，得过且过，不愿意单位投入情感，发生一点点不如意，就会弃单位于不顾，对单位指东道西，满腹抱怨。对工作和利益锱铢必较的人，只会破坏单位的稳定团结，让同事渐渐远离。这些人不仅对单位毫无感情，而且内心是极度空虚和迷茫。因为无归属感，让他们找不到可以依靠的后盾。他们不会明白当把工作推给别人的时候，推掉的是领导的信任，以及展现自己能力和才华的机会；当对领导和同事时常抱怨时，你也在渐渐远离这个集体，游离于单位集体之外。当你不愿意融入这个单位集体，社会也会将你从单位中割裂开看你，你就不再是他们眼中高高在上、手握执法权力的检察官，只是一个混吃等死的单位蛀虫，厌恶和看不起也许不会表现在他们的脸上，但是却印在他们的心里。

作为检察院这个单位的一员，怎么才能融入单位集体之中，对单位产生强烈的归属感呢？答案就是你要热爱这个单位，把单位当成自己的家去爱它，当成自己一生为之奋斗、展现自己的才华、实现自己的人生价值的地方。

要珍惜当下拥有的。你现在身处在检察院中，也许工作比别人辛苦，金钱却没有别人获得的多，但你在这个单位中“有吃有喝”、“家居安泰”、“许多人尊重你”。因为你在检察院这个单位中，单位不仅给予了你一定的物质财富，也给予了一定的社会地位。别人尊重你，并不仅仅是尊重你这个人的品格，

更是尊重你所处的这个单位所赋予你的权力和地位。离开单位后，你还能稳稳的拥有这一切吗？比你有才华的人有很多，比你有能力的也有很多，在离开单位之后，还能不能获得比现在更好的物质生活和社会地位？答案显而易见。当年你积极争取进入检察院这个单位，当年你通过千军万马过独木桥的考录进入检察院，当时心中必然是认为这个单位能够给你带来所想要的物质生活和精神感受，对辛苦得来的机会是万分珍惜的。所以，请保持初心，不要好高骛远，珍惜当下拥有的。

要沉下心来努力工作。单位发展的越好，对单位里的人回馈的也就越多。我们想从单位获得更多，就必须对单位付出更多。好的单位离不开沉下心、俯下身、兢兢业业、勤勤恳恳工作的人，他们在单位中的份量是最重的。当面对领导安排的各种工作任务，不拈轻怕重、不推三阻四，不折不扣的完成好；当在利益面前，不争不抢，平常心对待；当你与同事坦诚相待、关系融洽，这样的单位没有理由会发展不好，在社会的地位没有理由不会提升。你将从这样的单位获得更多的物质回报，也会在社会赞许中而感到面有荣光。所以，请克制那颗浮躁的心，沉下心来努力工作，你必将拥有的更多。

单位给你提供了施展才华的舞台，给予了你物质和精神财富，所以请停下抱怨、放下计较，用心的善待你的单位，珍惜当下拥有的，沉下心来努力工作，为你的单位作出更多的奉献，因为爱它就等于爱自己。

爱自己感悟句子篇八

这个寒假里，我心血来潮，看了李开复写的这本书，真的是让我受益匪浅。简直是大开眼界。所以我来说说对它的印象。

《做最好的自己》一书是李开复博士结合自己人生的经历和事业成功的经验，写给中国的青少年，为中国的青少年指明

了成功的方向。书中写到：真诚坦白的人，才是值得信任的人，这句话给我留下非常深刻的印象。如果得到他人的信任，就必须让他人看到，自己是一个非常真诚和坦白的人。一个人如果愿意把自己隐藏在内心深处的东西坦白地暴露给对方，就能很容易地走进对方的心灵深处。书中告诉我们，表现真诚的最好方法就是做一个真诚的人，没有什么可以掩饰真心和诚意。一个虚伪的人假装真诚，很容易就会被看穿，因为没有诚意的人不可能做到言行如一。

这本书分成功、价值观、积极主动、同理心、自信、自省、勇气、胸怀、追寻理想、发现兴趣、有效执行、努力学习、人际交流、合作沟通、最后是完整于均衡15章节，很完整的讲述了该如何做才能获得成功，树立正确的价值观，不断引导我们追寻自己的理想。就比如在学习音乐方面，我该如何去均衡的利用时间，给自己一个计划，一天练多少时间的琴，抽出一节或两节自修课的时间，预习或复习功课。当然，在空余之际，还可以听听对自己有益的音乐。既可以放松心情，更可以在音乐中获得很多知识。

心有多大，世界就有多大。我，终于明白。做最好的自己，这么傻的书名，却成为我读完全书时真正的信念！做一个真实的自己，一个成功的自己，一个最好的的自己。我感谢这本书，让我明白了那么多。这个暑假也总算是没有荒度。

爱自己感悟句子篇九

高尔基曾说过：“书是人类的进步阶梯。”书是我们的好朋友，通过它可以“看”到广阔的世界，“看”到银河里的星星，“看”到中华瑰丽的五千年，“看”到风土人情和世间万象……对我们扩大视野、增长见识、丰富积累、提高素质，有着十分积极的意义。

我国伟大诗人杜甫说过：“读书破万卷，下笔如有神。”在人人拥有一好书，人人读一本好书的读书工程的号召下，我

买了一本李开复先生的《做最好的自己》。

首先吸引我的是书名，当书到手时我怀着好奇的心情去读这本书。读完后不禁觉得神清气爽，以前也曾读过一些书，读后似乎感觉都是一些空话，仅仅留给我一些无谓的说教，没什么实质性的帮助。看了这本书后，感觉与众不同，如何才能做最好的自己？这需要每个人进行思考。是的，更多的时候，大家都在审评对方，研究对手，却很少有时间静下心来了解自己。李博士用平实的语言为我打开了一扇了解自己、重新审视自己的心门。他告诉人们：做人不是只有自省才能更完美，但是不时的自省却能让自己更加的清醒；做人不是简单的树立理想就可以轻松实现，但是没有理想的人却一定无所适从；做人一定要有广阔的胸怀，真正做到严于律己，宽以待人才有容天下之大量的非凡气度；做人要有勇气，真正敢于追逐自己梦想的人才能让更多的机会停留在自己身边……他不仅提出了浅显易懂的“成功同心圆”说，而且运用了发生在他身边的大量故事来阐述成功的秘诀。这些故事很值得我学习和品味，从中吸取经验和教训，指导我走向成功之路。

好书自然经久不衰，书是人类的精神粮食，书，让我们学到很多知识，让我们懂得许多道理，还让我们知道了自己的不足，并及时改正。一本好书就是一个好社会，它能够陶冶人的感情与气质，使人高尚。

在这季节里，阳光雨露，绿遍枝头陌上，欣欣生意，漾溢金色年华。一座校园，沐浴春风，清景无限；一群学子，荷着梦想，走在路上，一角一落的深情，一日一夕的成长，展成卷卷诗图，安静欣赏。所以当我们想放松一下自己的时候，何不可以手捧一本好书来陪自己度过呢？好书能让我们调整心态，净化灵魂。在一个人的成长岁月中，不可能永远的一帆风顺，不可能总是激情满怀，此时，一本好书就如同一位人生导师，我们可以手捧《做最好的自己》来给我们人生之帆导航。

《做最好的自己》这本书是由google公司全球副总裁兼中国区总裁李开复博士创作的。他曾是美国苹果公司、微软公司的全球副总裁，创建过微软亚洲研究院，曾是比尔盖茨的七个高层智囊之一。20xx年7月，跳槽到google公司。读完李博士的——《做最好的自己》这本书，回味悠久，感慨颇深。他在书中倡导一种自信积极的人生态度“做最好的自己”就是成功。他认为，真正的成功应该是多元化的，每个人的成功都是独一无二的。人的一生总是在做两样事情，一是追逐快乐，另一个是在逃避痛苦，只有改变自己的心态，改变自己的情绪，尽最大的努力，做最好的自己……李博士在书中写到“用勇气来改变可以改变的事情，用胸怀来接受不可改变的事情，用智慧来分辨两者的不同”。其实每个人都是一座山，世界上最难翻过的山就是自己，但是当你翻过这座山的时候，你将会看到更美的风景……想想也是，上天赋予每个人的社会背景、才智资本和机遇是不均等的，成功不可能以统一的标准来衡量。真正意义上的成功不是一窝蜂地追逐别人锁定的目标，而是根据自己的职业特点和需要，发挥自己的兴趣和特长，从而发掘出全部的潜力，一次次的超越自我，奉献社会，并因此使内心获得快乐。

做最好的自己，无论是谁，若把这句话当作自己的人生目标，他一定会很充实，很快乐，很成功。做最好的自己，说的很简单，但要做到这点，其实也是件不容易的事情。

第一，要做你自己。首先要了解自己，明白自己是个怎样的人，有哪些独特的地方，有哪些优点和缺点，有什么兴趣和爱好，有什么理想和志向。

第二，要不断完善自己，做最好的自己。最好不要和别人比，天外有天，人外有人，和别人比较，你永远都成不了最好的一个，你也永远享受不到成功的喜悦。最好，是和自己比较，和过去的自己，和昨天的自己比较，让自己成为今天最好的自己，努力让自己的每一天都有收获，有进步。做最好的自己不在乎你昨天是怎样一个人，不在乎你底子有多薄，基

基础有多差，只要努力，你就可以比不努力的你更好，只要你坚持努力，你完全可以成为最好的自己。完善自己不是盲目的完善，比如一个学生，压缩休息和运动的时间来努力学习，精神固然可嘉，但这样永远做不到最好。一天只有24小时，你不可能24小时不停的努力。人的精力是有限的，你首先要保证在课堂上的效率，保证自习课的效率，在精力允许的情况下不断进取。那么晚上当你躺在床上时候你就能够坦然的对自己说今天你做到了最好。做最好的自己也便是做最快乐的自己！

让我们行动起来吧！做最好的自己，努力使自己更全面、更优秀、更出色，为我们特殊教育事业的辉煌做出更大的贡献！