培养自信

　 知道吗? 林肯在初次登上政治舞台时，非常不自信，他甚至不敢在大庭广众之下开口。他第一次面对[公众演讲](https://www.baidu.com/s?wd=%E5%85%AC%E4%BC%97%E6%BC%94%E8%AE%B2&tn=44039180_cpr&fenlei=mv6quAkxTZn0IZRqIHckPjm4nH00T1d9njR3nWn1n1T3nyPhnyDz0ZwV5Hcvrjm3rH6sPfKWUMw85HfYnjn4nH6sgvPsT6KdThsqpZwYTjCEQLGCpyw9Uz4Bmy-bIi4WUvYETgN-TLwGUv3EnHc1rH0dnHcLnjmzPjnvrjmdrf)的时候，脸色发白，膝盖颤抖，仿佛随时都有昏倒的可能。

但他并没有被这种恐惧压倒。他似乎对自己的尴尬经历看得很淡，因为他知道自己不能仅仅靠紧咬牙关，就能讲完一个长篇演讲。聪明的他决定从逐步培养自信心人手。

他决定做第一次政治巡回演讲的时候，一开始只做一些简短的演说。这样，他就不至于太紧张，就能够尽量轻松地表达自己的想法。这一方法的确很管用。这些小小的成功积累起来便增强了他的自信心，到这次巡回讲演将近结束时，他已经可以连续讲半小时也不觉得很吃力了。后来，公共演讲成了林肯非常擅长的一种工作。

林肯的故事告诉我们，先从容易的事情做起，让一次次的小成功增强自己的自信，由此，我们就会把自信养成一种成功的习惯。