

王 丽◎编著

人生 容不得 找借口

放下卑微的借口
经营昂贵的人生

RENSHENG RONGBUDE
ZHAOJIEKOU



企业管理出版社

ENTERPRISE MANAGEMENT PUBLISHING HOUSE

王 丽◎编著

13843.4-4

310

人生 容不得 找借口

放下卑微的借口
经营昂贵的人生

RENSHENG RONGBUDE
ZHAOJIEKOU



图书在版编目(CIP)数据

人生容不得找借口 / 王丽编著. — 北京: 企业管理出版社, 2014.2

ISBN 978-7-5164-0650-2

I. ①人… II. ①王… 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(2013)第300701号

书 名: 人生容不得找借口

作 者: 王 丽

责任编辑: 张 羿

书 号: ISBN 978-7-5164-0650-2

出版发行: 企业管理出版社

地 址: 北京市海淀区紫竹院南路17号 邮 编: 100048

网 址: <http://www.emph.cn>

电 话: 编辑部(010) 68453201 发行部(010) 68701638

电子信箱: emph003@sina.cn

印 刷: 北京潮河印刷有限公司

经 销: 新华书店

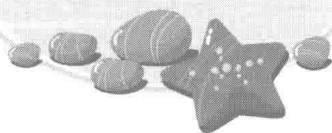
规 格: 170毫米×240毫米 16开本 17印张 165千字

版 次: 2014年2月第1版 2014年2月第1次印刷

定 价: 33.80元

版权所有 翻印必究·印装错误 负责调换

前言



一个人要成就一番事业，就必须毫不松懈，不找任何借口。然而，我们周围总有一些人在做事之前先找借口；在做事的过程中，因各种借口造成的消极心态，就像瘟疫一样毒害着他们的灵魂，并且相互感染和影响，极大地阻碍着他们正常潜能的发挥，使他们丧失斗志。像这样的人，借口已经“吃掉”了他们做事的希望。

现实生活中，我们还常常听到一些抱怨，比如“我没有受过良好教育”、“没有资金”、“没有关系”等，这都是一些冠冕堂皇的借口。殊不知，能够成就一番事业的人，往往不给自己找借口。日本松下幸之助只上了4年的小学；美国钢铁大王安德鲁·卡内基13岁时开始工作，几乎没有受过什么正规教育；中国香港长江实业公司董事长李嘉诚只上了2年初中……他们虽没有上过正规的大学，但他们通过自学和不懈的努力成就了一番事业。美国前总统富兰克林·罗斯福因患小儿麻痹症下身瘫痪，按理说他是最有理由找借口的，可是他从不找借口，而是以信心、勇气和顽强的意志向一切困难挑战，连任了四届美国总统。他以病残之躯，在人类历史上写下了光辉的篇章。

当然，找借口解释失败是大多数人本能的一种习惯。我们不能

要求每个人在面对人生的时候，都作出一样的选择。从古到今，凡成大事者，没有不受尽磨难并在磨难中完成自我教育的。如果一个人敢于直面困境，积极主动寻求解决问题的办法，能在任何不利的环境中始终充满热情，坚定对生活的信念，那么他迟早会成功。

行走于人生丛林中的每个人都应该记住，如果你正在遭受困苦，这并不完全是件坏事，“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为。所以动心忍性，增益其所不能”。

倘若你和一般失败者面谈，你就会发现，他们之所以失败，是因为他们从来不曾走进足以激发人、鼓励人的环境中，总是沉浸在自己找出的各种借口中，催眠自我。

成功最重要的一点就是：无论什么时候，都不要为自己寻找借口。只有尽职尽责、勇往直前、不找借口，才能实现理想目标，创造辉煌人生。

因此，一个人要想成就事业，必须毫不留情，不找任何借口，像鹰隼一样盯住猎物——唯一的目的是擒住它。按照自己的行动计划，去填满每天的行动表格，让借口彻底地走开。

目录

第一章

别再沉睡于麻痹斗志的借口温床

借口是失败的温床，成功的大敌。它能够瓦解一个人成功的意念，削弱胜利的欲望，削减人的耐心。在成功的道路上，缺乏耐性的人总会为自己找到借口：“这件事肯定不可能，对我来说它太漫长了。”正是这种借口让人心安理得地放弃了努力去做的想法。

1. 借口挂嘴上，失败没商量 2
2. 借口是向失败妥协的征兆 4
3. 赢得胜利才有傲人资本 7
4. 人生，要以成败论英雄 10
5. 借口让人变得更加平庸 12
6. 借口是害人的慢性毒药 15
7. 借口会蚕食成功的信念 18

8. 不要把“不知道”挂在嘴边 20
9. 别拿小错误不当回事 22
10. 借口会导致拖延的恶习 24
11. 不要为自制力差找借口 27

第二章

有借口浅尝辄止，有思路事半功倍

在工作与生活中，人人都希望能用最快、最有效的方法来解决问题以获得成功。然而有的人能做到，但有的人却做不到。这其中原因有很多，而是否有思路，是否懂得抓要点、抓根本，则是能否成功的关键。尤为重要的是，要杜绝借口的出现，因为一旦出现了借口，别说事半功倍，最多不过是浅尝辄止的结果。

1. 选准了目标才能有的放矢 32
2. 分解目标，实现大未来 35
3. 创新往往可以出奇制胜 40
4. 在他人的经验中寻找机遇 44
5. 换位思考是获得成功的诀窍 48
6. 以退为进比激进更有效 52
7. 打破思维定式，寻求最佳方法 56
8. 合作是获得成功的捷径 60

第三章

遇事不找借口，办法无中生有

日常工作中常常有这样两种人：一种是碰见困难避而远之的人；另一种则是迎难而上，主动去寻求方法的人。可以说，主动去寻找方法解决问题的人，是职场中的稀有资源，更是经济社会的珍宝。

1. 借口只能敷衍，办法才是关键 66
2. 学会找方法，成功有办法 69
3. 任何问题都有其解决方法 72
4. 好员工一定是智慧型的 75
5. 主动找方法，做最受欢迎的人 79
6. 方法正确才能接近成功 82
7. 紧扼关键点，问题迎刃而解 84
8. 转换切入点，曲线解决问题 86
9. 时时多留意，发现新天地 90

第四章

抱怨是恶性借口，现实要欣然接受

喜欢抱怨的人很多，人们因为抱怨而徒增的烦恼、造成的不利则更多。永远不要抱怨，如果能够改变就努力地

改变，如果不能改变就欣然地接受。否则，我们越是不愿忍受就往往越难以忍受，越难以忍受也就越不愿忍受，如此恶性循环，极易导致心理或者行为的出轨。

1. 抱怨一而再，问题依旧在 94
2. 抱怨如果不休止，日子一日不如一日 97
3. 抱怨于人于己都无益 99
4. 抱怨于事无补，别给自己添堵 101
5. 抱怨容易让人失去机会 103
6. 抱怨并不能如愿，路不通时要变通 105
7. 理智生活不抱怨，拒绝情绪化处事 108
8. 要想快乐，就不要抱怨 111
9. 乐观生活，化解抱怨 114
10. 不要对身边的幸福视而不见 116
11. 把困难当成人生的财富 119

第五章

情绪滋生借口，随时进行调控

人是是有感情的，有情绪是正常的。不过，有情绪不等于一定要宣泄，而应该学会控制。否则，一旦被情绪控制，就极易失去理性，从而滋生出各种在冷静下来之后才发觉是可笑、荒谬、于事无补的借口，徒增烦恼。

1. 做一个冷静稳重的智者 124

2. 要改变命运，先改变心态	126
3. 别被想象中的困难吓倒	129
4. 冲动是一切悲剧的根源	133
5. 良好性格是成功的基石	136
6. 人生仅一次，怯懦难成事	138
7. 挣脱依赖，独立起来	141
8. 犹豫浪费机会，果敢更有机会	143
9. 舍弃不是无能而是智慧	146
10. 量力而行，不做不可为之事	148
11. 攀比的只是炫耀心而不是幸福感	151

第六章

处处行事积极，借口销声匿迹

正如一句话说的：你的心态决定你的成败。不管是在工作中还是生活中，只要把自己的心态摆正了、摆好了，用积极的心态去迎接每一件事情，那么一定能取得你想要的好结果、好人生。如此一来，收获足以证明自己，再也用不着以借口掩饰什么了。

1. 生活需要力量，激情尽情释放	156
2. 你的态度决定你的高度	159
3. 积极态度就是竞争优势	163
4. 成功需要的是行动而不是借口	165
5. 行动起来才有杀伤力	167

6. 主动出击让你脱颖而出 169
7. 有所学，便有所成 172
8. 不留退路，抓紧时间做事 175
9. 一着不慎的失误会导致满盘皆输的败局 ... 179
10. 持之以恒的准备是走向成功的阶梯 182
11. 言而有信受青睐，骗人只会受其害 186

第七章

借口是一时慰藉，方法乃一针见血

为问题找借口，便错过了在解决问题的过程中提升自己的机会，所以不要为问题找借口，而要积极地开动自己的脑筋，努力寻找解决问题的方法，从而使自己在磨炼中不断成长。

1. 不要掩饰错误，承认才表示接受 190
2. 远离借口才能靠近成功 192
3. 为失败找原因而不是找借口 194
4. 敢于正视自己的弱点 197
5. 凡事没有什么不可能的 200
6. 竭尽全力，做足100分 203
7. 不要让借口压抑了自身的潜能 207
8. 潜能需要发现，更要积极表现 209
9. 翻过困难的山，前路一马平川 211

第八章

找最好的借口，不如做最棒的自己

世界上无数的失败者之所以没有成功，主要不是因为他们才干不够，而是因为他们不能集中精力、不能全力以赴地去做擅长的工作。他们浪费掉了大量的精力，而自己却从未觉悟，最后只得用借口堂而皇之地推脱。与其如此，不如全面地评估自己，调整自我，做最好的自己。

1. 选择适合自己的目标 214
2. 演好自己的角色，为世界增添亮色 216
3. 要想取得成功，准备多下苦功 219
4. 为理想赋予使命，为成功注满自信 221
5. 避免走进自我定位的盲区 224
6. 利用长处，使自身价值最大化 226
7. 不谋于众，认为对的就去做 232
8. 做事情要讲究方法和技巧 235
9. 在激烈竞争中独树一帜 237

第九章

最可怕的借口是绝望，活着就有希望

绝望是最奢侈的借口，因为人生宝贵，绝望等于放

弃了人生。绝望也是最可怕的借口，因为一旦绝望下去，人生将暗淡无光，一边要忍受着自己的碌碌无为，一边还会受到他人成功的刺激，无聊的岁月在煎熬中显得更加漫长。其实，大可不必如此，活着就有希望，关键在于是否有一颗寻找希望的心。

1. 不是没办法，只是没想到 242
2. 方法总比困难多，不要停止思索 245
3. 把口中的“怎么可能”
 变成心中的“怎样才能” 248
4. 尝试失败是成功的序曲，不是放弃的理由 250
5. 面对挫折不要轻言放弃 252
6. 忍痛放弃，不如用成功犒赏付出的诸多努力 ... 255
7. 把梦想的热情落实到工作中 257

第一章



别再沉睡于麻痹斗志的借口温床

借口是失败的温床，成功的大敌。它能够瓦解一个人成功的意念，削弱胜利的欲望，削减人的耐心。在成功的道路上，缺乏耐性的人总会为自己找到借口：“这件事肯定不可能，对我来说它太漫长了。”正是这种借口让人心安理得地放弃了努力去做的想法。

1. 借口挂嘴上，失败没商量

在工作中，每个人应该做的就是充分发挥自己的主观能动性去努力地工作以获得成功，而不是浪费时间去为失败寻找借口以博取别人的同情和理解。因为公司为你安排职位，是为了解决工作中的问题，为公司谋求利益，而不是来听你对困难连篇累牍的分析的。

借口是失败的温床，而习惯性的拖延者通常是制造借口与托词的专家。他们经常会为没有做成某些事而去想方设法寻找借口，或想出各种各样的理由为任务未能按计划完成而辩解。“这项工作太困难了。”“我不是故意的。”“我太忙了，忘了还有这样一件事。”“老板规定的时间太紧。”“本来不会是这样的，都怪……”等等。

可以说，找借口是世界上最容易办到的事情之一，只要你存心拖延、逃避，你总能找出足够多的理由。因为把“事情太困难、太复杂、太花时间”等种种理由合理化，要比相信“只要我们更努力、更聪明，信心更强，就能完成任何事情”，进而通过努力去获得成功要容易得多。

找借口是一种不好的习惯。遇到问题后不是积极主动地去想办法加以解决，而是千方百计地寻找借口，你的工作就会变得越来越拖沓，更不用说什么高效率。借口变成了一块挡箭牌。一旦事情

办砸了，你总能找出一些看似合理的借口来安慰自己，同时也以此去换得他人的理解和原谅。找到借口只是为了把自己的失败或过失掩盖掉，暂时人为制造一个安全的角落。但长期这样下去，借口就会变成一种习惯，就会成为失败的温床，人就会疏于努力，不再想方设法争取成功了。

现实工作中，不知有多少人把自己宝贵的时间和精力放在了如何寻找一个合适的借口上，而忘记了自己应尽的职责！可以这么说，喜欢为自己的失败找借口的员工肯定是不努力工作的员工，至少，他没有端正他的工作态度。他找出种种借口来掩饰失败，欺骗公司。他不是一个诚实的人，也不是一个负责任的人。这样的人，在公司中不可能是称职的好员工，也绝不可能是公司信任的好员工，也很难得到大家的信赖和尊重。无数人就是因为养成了轻视工作、马虎拖延、惯于找借口的习惯，终致一生处于社会或公司的底层，不能出人头地，获得成功。

借口是对惰性的纵容。每当要准备工作时，或要作出抉择时，总要找出一些适当的借口来安慰自己，总想让自己轻松些、舒服些。也许很多人都有这样的经历：当清晨闹铃将你从睡梦中惊醒后，心里想着该起床上班了，但同时却又享受着被窝的温暖，所以常常会一边不断地对自己说该起床了，同时一边又不断地给自己寻找借口：“没关系，今天不急，再躺一会儿。”于是又躺了5分钟，10分钟……

其实对付惰性最好的办法就是根本不让惰性出现，如果惰性一旦浮现，即使是摆出与惰性开战的架势也常常会于事无补。在事情开始的时候，一定要有积极的想法在先，否则当头脑中冒出“我不是可以再等会儿……”这样的问题时，惰性就出现了，“战争”也就开始了。一旦“开战”，结果就很难说了。所以，要在积极的

想法一出现就马上行动，让惰性没有乘虚而入的任何机会。所以，千万不要在工作中找借口，不要把过多的时间和精力花费在寻找借口上。失败也罢，做错了也罢，再美妙的借口对事情的改变没有任何作用，还不如再仔细去想一想下一步究竟该怎样去做。

在实际的工作中，我们每一个人都应当贯彻这种“没有任何借口”的思想。对于任何问题，只要多花时间去寻找解决方案，反复试验，调整平和的心态，多做实事，相信总可以找到解决的方法。让我们拒绝借口，勇于承担责任，勤勤恳恳地干好每一件事情吧。

那些把“没有任何借口”作为自己行为准则的人，他们拥有毫不畏惧的决心、坚强的毅力、完美的执行力及在限定时间内把握每一分每一秒去完成任何一项任务的信心和信念。

借口只是失败的温床，工作中没有借口，人生中没有借口，失败没有借口，成功也不属于那些寻找借口的人。所以我们要学会给自己加码，始终以行动为见证，而不是编一些花言巧语为自己开脱。哪里有困难，哪里有需要，我们就要义无反顾地努力拼搏，直到成功。

2. 借口是向失败妥协的征兆

一个成功的人士，决不会向失败和困难投降，更不会给自己的失败找任何的借口。没有打击和困难的人生是不存在的。任何人面对困难和逆境，都可以伤心、悔恨，但唯独不能用“我不行”作为借口，丧失继续前进的勇气和决心。成功者在遇到困难时定会抛弃