

21世纪  
职业精神培训  
首选读本

团队战斗力之根 个人发展力之本  
NO EXCUSE

王志强 王素芬 著

# 没有任何借口

世界成功企业奉为圭臬的理念和行为准则  
合理的要求是训练，不合理的要求是磨炼。永远没有失败，只有暂时停止成功。



西点军校200年最核心价值观

消灭所有借口，  
打造职场一流员工！

 中国致公出版社

团队战斗力之根 个人发展力之本

# NO EXCUSE 没有任何借口

21世纪  
职业精神培训  
首选读本

王志强 王素芬 著



中国致公出版社

## 图书在版编目（CIP）数据

没有任何借口 / 王志强, 王素芬著. —北京: 中国致公出版社, 2011.1  
ISBN 978-7-5145-0031-8

I. ①没… II. ①王… ②王… III. ①成功心理学—通俗读物 IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字（2010）第240492号

---

## 没有任何借口

---

著 者：王志强 王素芬

责任编辑：章 纫

封面设计：润和佳艺

---

出版发行：中国致公出版社

（北京市西城区德胜门东滨河路11号西门 电话66168543 邮编100120）

经 销：全国新华书店

印 刷：北京华戈印务有限公司

---

开 本：710毫米×1000毫米 1 / 16

印 张：12

印 数：00001-10000册

字 数：150千字

版 次：2011年6月第1版 2011年6月第1次印刷

---

ISBN 978-7-5145-0031-8

定 价：26.80元

---

版权所有 翻印必究

# 序言

## PREFACE

现代职场中流行一种通病——找借口。在日常的生活和工作中，我们会听到各式各样的借口：

“本来我不会迟到的，如果不是堵车。”

“那个客户太难缠了，我很难使他满意。”

“我要下班了，明天再说吧。”

“我已经尽力了，最后没做好不能怪我一个人。”

“经理没说清楚……”

……

这些台词对你来说并不陌生吧？借口，背后隐藏着的潜台词就是逃避责任、推卸责任。借口是不负责任的员工拿来为自己的失误辩解的“万能器”，是获得心理上暂时安慰的精神鸦片。它侵蚀着人的进取心，使人的责任感渐渐萎顿，使人变得懒惰起来，做事拖沓，没有效率，甚至消极怠工，无所事事，最终一事无成，一生就此荒废。

一家报社招聘了一位刚毕业的新闻专业女大学生，她学历高，学识好，形象也不错，就是有一个毛病：不管做什么事情都要给自己找借口。

有一回，主编安排她到国际贸易中心的周年庆典活动进行采访，结果她出去没多久，就跑了回来。主编问她怎么回事，她解释说：“您不知道，路上太堵了，等我赶到的时候，庆典活动都快结束了，而且那儿已经有好几家报社的记者在采访了，我看那儿也没什么重要新闻价值了，就回来了。”

主编生气地说：“这里的交通是出了名的堵，这谁不知道，你就不能

想想别的办法么？你不是说那儿还有别的报社的记者么，他们是怎么去的呢？”她的脸一下子就红了，但还在争辩：“路上真的是很堵，再说，我对那儿的环境也不熟，身上还背着这么重的采访器材……”

一旁的一位同事接过了话头说：“你可以从建国路那边过去，打个车，在第三个路口左拐，再直行400米，就到贸易中心后门了。”但她却一点不领情，反而气鼓鼓地说：“我不是说了吗，我对那儿不熟——反正我已经尽力了……”

就在这一瞬间，主编下定了辞退她的决心：“我不想看到我手底下的人不但没有完成任务，还满口的借口和理由，请你另谋高就吧。”

就这样，还不到半个月时间，她就被辞退了，失去了这个令人羡慕不已的好工作。这样的例子在现实生活中并不少见，我们总是能够看到那种遇到一些问题，不是努力想办法克服困难，而是给自己找借口推卸责任的人。

美国成功学家格兰特纳说过这样一句话：“如果你有自己系鞋带的力量，你就有上天摘星的机会！”无论是在工作还是在生活中，人们都难免遇到一些困难或是犯一些错误。面对这些困难与错误时，我们要记住：**没有任何借口，成功只属于敢于担当的人。**

“没有任何借口”体现的是一种完美的执行能力，一种服从诚实的态度，一种负责敬业的精神。拿破仑曾说过：“在我的字典里没有‘不可能’这三个字。”其实，这种敢于负责、不找借口的精神正是现代人缺少的。

当今职场中，如果抛弃寻找借口的不良习惯，不断进取，积极努力地工作，成功就会离我们越来越近，人生就会更加完美。因为工作没有借口，人生没有借口，失败没有借口，成功也不属于那些寻找借口的人！让我们改变对借口的态度，把寻找借口的时间和精力用到努力工作中来吧！

王志强 王素芬

2011年5月于上海

# 目录

## CONTENTS

### 第一章 | 没有任何借口

- 没有任何借口 / 002
- 借口是拖延的温床 / 005
- 借口的实质是推卸责任 / 008
- 找借口，不如说“我不知道” / 011
- 不要让借口成为习惯 / 014
- 执行，不找任何借口 / 017

### 第二章 | 为自己的选择负责

- 选择工作就是选择责任 / 020
- 拒绝借口，勇于担当责任 / 023
- 明确责任，让借口无处藏身 / 026
- 不要为自己的错误辩解和开脱 / 028
- 拥抱责任就是拥抱机会 / 032
- 认真负责会让你更受益 / 035

### 第三章 | 服从，行动的第一步

服从是一种美德 / 038

借口是执行的天敌 / 040

说谎是最大的罪恶 / 043

对立情绪要不得 / 046

现在就干，立即行动 / 049

去接受工作的全部 / 052

### 第四章 | 用积极的态度工作

积极主动的态度就是你的竞争力 / 056

自动自发地工作 / 059

将压力转为工作动力 / 062

成功者找方法，失败者找借口 / 065

与其找借口抱怨，不如改变自己 / 068

找对方法，凡事都能解决 / 070

### 第五章 | 忠诚是无价之宝

忠诚是员工的立身之本 / 074

忠诚是公司的命脉 / 077

忠诚是崇高的义务 / 080

忠诚不是愚忠 / 083

保护自己的舌头 / 086

用忠诚雕琢自己的品牌 / 089

## 第六章 | 做不可替代的员工

- 不能只为薪水工作 / 094
- 用业绩证明自己的价值 / 097
- 将创新思想融入工作中 / 100
- 为公司节约每一分钱 / 103
- 用心去做好每一件事 / 106
- 做一个追求结果的人 / 108

## 第七章 | 超越简单雇佣关系

- 工作是要用生命去做的事 / 112
- 我们都是为自己工作 / 114
- 把工作当做自己的事业 / 117
- 做公司需要做的事情 / 120
- 努力工作，优劣自有评说 / 123
- 做一个德才兼备的职业人 / 126

## 第八章 | 懂得感恩与宽容

- 每个人都需要感恩 / 130
- 感恩是多赢的哲学 / 133
- 感恩是根治抱怨的良药 / 136
- 抱怨会把感恩越抛越远 / 138
- 原谅失败过的自己 / 141
- 原谅伤害过你的人 / 143



## 第九章 | 与公司一起成长

团队是最佳生存之道 / 146

个人因团队而强大 / 148

让荣誉成为工作动力 / 151

成为所在领域的专家 / 154

永不停止学习的脚步 / 157

培养永不放弃的精神 / 160

## 附录 | 消灭工作中的九大借口

1. 消灭不完成任务的借口——“太难了” / 164
2. 消灭不负责任的借口——“不关我的事” / 166
3. 消灭不找方法的借口——“条件不够” / 168
4. 消灭不努力的借口——“我已经尽力了” / 170
5. 消灭拖延的借口——“不着急” / 172
6. 消灭不专业的借口——“差不多” / 174
7. 消灭不超越的借口——“到顶了” / 176
8. 消灭效率低下的借口——“太忙了” / 178
9. 消灭不学习的借口——“我够明白了” / 180

丨第一章丨

**没有任何借口**

## 没有任何借口

无论遇到多大的困难，都想尽一切办法，竭力去完成，而不找任何借口。记住：没有任何借口，没有任何抱怨，职责就是一切行动的准则。

在美国西点军校，有一个悠久传统，学员遇到军官问话时，只能有四种回答：“报告长官，是”，“报告长官，不是”，“报告长官，不知道”，“报告长官，没有任何借口”。除此以外，不能多说一个字。“没有任何借口”是西点军校奉行的最重要的行为准则，其目的是为了让学生学会适应压力，培养他们不达目的不罢休的毅力。它让每一个学员懂得：工作中是没有任何借口的，失败是没有任何借口的，人生也没有任何借口。

1916年，作为美国墨西哥远征军总司令潘兴将军副官的巴顿，有过这样一次送信经历。巴顿将军在他的日记中写道：

“有一天，潘兴将军派我去给豪兹将军送信。但我们所了解的关于豪兹将军的情报只是说他已通过普罗维登西区牧场。天黑前我赶到了牧场，碰到第七骑兵团的骡马运输队。我要了两名士兵和三匹马，顺着这个连队的车辙前进。走了不多远，又碰到了第十骑兵团的一支侦察巡逻兵。他们告诉我们不要再往前走了，因为前面的树林里到处都是维利斯塔人。我没有听，沿着峡谷继续前进。途中遇到了费切特将军（当时是少校）指挥的第七骑兵团的一支巡逻队。他们劝我们不要再往前走了，因为峡谷里到处都是维利斯塔人。他们也不知道豪兹将军在哪里。但是我们继续前进，最后终于找到了豪兹将军。”

巴顿将军在危机重重的情况下，仍然坚持把信送到，不找任何借口，给

我们很大的启示。但是，不幸的是，在生活和工作中，我们经常听到这样或那样的借口。

上班迟到了，会有“路上堵车”、“手表停了”、“今天家里事太多”等等借口；业务拓展不开、工作无业绩，会有“制度不行”、“政策不好”或“我已经尽力了”等等借口；事情做砸了有借口，任务没完成有借口。只要用心去找，借口无处不在。做不好一件事情，完不成一项任务，有成千上万条借口在那儿响应你、声援你、支持你，抱怨、推诿、迁怒、愤世嫉俗成了最好的解脱。

寻找借口唯一的好处，就是把属于自己的过失掩饰掉，把应该自己承担的责任转嫁给社会或他人。这样的人，在企业中不会成为称职的职工，也不会是企业可以期待和信任的员工；在社会上，不是大家可信赖和尊重的人。这样的人，注定只能是一事无成的失败者。

工作中不找任何借口的员工才是企业所需要的员工。“没有任何借口”不是冷漠或缺乏人情。打一个极端的比喻，假设迟到一分钟，你就要被枪毙，这时你还会让借口发生吗？而这样的情况，在战场上，在商场上，随时都有可能发生。

当你为自己寻找借口的时候，你也许会愿意听听这个故事：

时间是一个漆黑、凉爽的夜晚，地点是墨西哥市，坦桑尼亚的奥运马拉松选手阿克瓦里吃力地跑进了奥运体育场。他是最后一名抵达终点的选手。

这场比赛的优胜者早就领了奖杯，庆祝胜利的典礼也早就结束，因此阿克瓦里一个人孤零零地站在体育场时，整个体育场已经几乎空无一人。阿克瓦里的双腿沾满血污，绑着绷带，他努力地绕完体育场一圈，跑到终点。在体育场的一个角落，享誉国际的纪录片制作人格林斯潘远远看着这一切。接着，在好奇心的驱使下，格林斯潘走了过去，问阿克瓦里，为什么这么吃力地跑至终点。

这位来自坦桑尼亚的年轻人轻声地回答说：“我的国家从两万多公里之外送我来到这里，不是叫我在这场比赛中起跑的，而是派我来完成这场比赛的。”

没有任何借口，没有任何抱怨，职责就是他一切行动的准则。

每个企业都需要具有阿克瓦里这样精神的员工，无论遇到多大的困难，都想尽一切办法，竭力去完成，而不找任何借口。在现实中，我们千万不要因为害怕承担责任或是因为遇到一点困难就找借口。满口都是借口的人到哪都不会受到欢迎的。

## 借口是拖延的温床

保持一颗积极的、绝不轻易放弃的心，把失败视为向目标前进的垫脚石，而不要让借口成为我们成功路上的绊脚石！

借口是拖延的温床，习惯性的拖延者通常也是制造借口与托词的专家。这类人无法作出承诺，只想找借口。他们总是经常为了没做某些事而制造借口，或想出千百个理由为事情未能按计划实施而辩解。这样的人是不可能成为好员工的，他们也不可能有完美成功的人生。

要成功，就要“保持一颗积极的、绝不轻易放弃的心，尽量发掘出周围人或事物最好的一面，从中寻求正面的看法，让自己能有向前走的力量。即使终究还是失败了，也能汲取教训，把失败视为向目标前进的垫脚石，而不要让借口成为我们成功路上的绊脚石！”所以，千万不要找借口！要把寻找借口的时间和精力用到努力工作中来，因为工作中没有借口，人生中没有借口，失败没有借口。

休斯·查姆斯在担任国家收银机公司销售经理期间，曾面临着一种最为尴尬的情况：该公司的财政发生了困难。这件事被负责推销的销售人员知道了，并因此失去了工作的热忱，销售量开始下跌。到后来，情况更为严重，销售部门不得不召集全体销售员开一次大会，全美各地的销售员皆被召去参加这次会议。查姆斯先生主持了这次会议。

首先，他请手下最优秀的几位销售员站起来，要他们说明销售量为何会下跌。这些被点到名字的销售员一站起来以后，大家有一个共同的理由：商业不景气，资金缺少，人们都希望等到总统大选揭晓后再买东西等等。

当第五个销售员开始列举使他无法完成销售配额的种种困难时，查姆斯先生突然跳到一张桌子上，高举双手，要求大家肃静。然后，他说道：“停止，我命令大会暂停10分钟，让我把我的皮鞋擦亮。”然后，他命令坐在附近的一名黑人小工友把他的擦鞋工具箱拿来，并要求这名工友把他的皮鞋擦亮，而他就站在桌子上不动。在场的销售员都惊呆了。他们有些人以为查姆斯先生发疯了，人们开始窃窃私语。就在这时，那位黑人小工友先擦亮他的第一只鞋子，然后又擦另一只鞋子，不慌不忙地擦着，表现出一流的擦鞋技巧。

皮鞋擦亮之后，查姆斯先生给了小工友1元钱，然后发表他的演说。他说：“我希望你们每个人，好好看看这个小工友。他拥有在我们整个工厂及办公室内擦鞋的特权。他的前任是位白人小男孩，年纪比他大得多。尽管公司每周补贴他5元的薪水，而且工厂里有数千名员工，但他仍然无法从这个公司赚取足以维持他生活的费用。

“可是现在这位黑人小男孩不仅可以赚到相当不错的收入，既不需要公司补贴薪水，每周还可以存下一点钱来。他和他的前任的工作环境完全相同，也在同一家工厂内，工作的对象也完全相同。

“现在我问你们一个问题，那个白人小男孩没有得到更多的生意，是谁的错？是他的错，还是顾客的错？”

那些推销员不约而同地大声说：“当然了，是那个小男孩的错。”

“正是如此，”查姆斯回答说，“现在我要告诉你们，你们现在推销收银机和一年前的情况完全相同：同样的地区、同样的对象以及同样的商业条件。但是，你们的销售业绩却比不上一年前。这是谁的错？是你们的错，还是顾客的错？”

同样又传来如雷般的回答：“当然，是我们的错。”

“我很高兴，你们能坦率承认自己的错，”查姆斯继续说，“我现在要告诉你们。你们的错误在于，你们听到了有关本公司财务发生困难的谣言，这影响了你们的工作热忱，因此，你们不像以前那般努力了。只要你们回到自己的销售地区，并保证在以后30天内，每人卖出5台收银机，那么，本公司就不会再发生什么财务危机了。你们愿意这样做吗？”

大家都说“愿意”，后来果然办到了。那些他们曾强调的种种借口，仿佛根本不存在似的，统统消失了。

这个例子告诉我们，借口是可以克服的。只有不断朝着卓越的工作目标迈进，才能让你找到成就感。

无论干什么工作，都不能找借口，借口是拖延的温床，寻找借口就是想进行某种开脱，开脱就是对工作不负责任。确实想找借口，那也看是什么借口。真正的出发点是为工作的话，寻找借口还情有可原；如果是为了掩盖自己工作的失职，或者为了某些个人目的，那是万万不该的。那样做只能助长自己的懒惰思想，只能为自己的工作拖后腿，到头来不仅害了自己也害了别人。

曾有这样一个故事：

某公司原本规定9点上班，可是老板发现经常有人迟到。考虑到上班高峰路况拥堵，老板说以后9点30分上班。没想到，还是有人不断迟到。这又是什么原因呢？这无疑又是“借口”在作怪。这个公司老板首先就为员工的迟到寻找了一个所谓的合情合理的借口，那么作为员工更是有借口为自己开脱了。迟到的原因不是时间早晚的问题，而是观念问题。这就是所说的没有规矩不成方圆，没有压力就没有动力的道理。

借口，拖延的理由、失败的温床、无能的标点。无论做什么事情，都要记住自己的责任；无论在什么工作岗位，都要对自己的工作负责。工作就是不找任何借口地去执行。最好的执行者都是自动自发的人，他们不是一时冲动做事，也不是为了称赞；而是自动自发的，不断追求完美，视工作为快乐，并拥有一颗感恩的心！



## 借口的实质是推卸责任

任何借口都是推卸责任，在责任和借口之间，选择责任还是选择借口，体现了一个人的工作态度。永远不放弃，永远不为自己找借口，是解决一切问题的准则。

美国成功学家格兰特纳说过这样一段话：如果你有自己系鞋带的能力，你就有上天摘星的机会！一个人对待生活、工作的态度是决定他能否做好事情的关键。首先改变一下自己的心态，这是最重要的。很多人在工作中寻找各种各样的借口来为遇到的问题开脱，这是很危险的。

在日常生活中，经常会听到这样的一些借口：上班晚了，会说“路上塞车”或“手表停了”；考试不合格，会说“题目太偏”或“题量太大”；做生意赔了有借口；工作、学习落伍了也有借口。总之，只要用心去找，总不会缺少借口。

其实，在每一个借口的背后，都隐藏着丰富的潜台词，那就是在为自己推卸责任。虽然借口可以让我们暂时逃避困难和责任，获得些许的心理安慰。可是，久而久之，就会形成这样一种局面，每个人都努力寻找借口来掩盖自己的过失，推卸自己本应承担的责任。这样的做法是非常错误的。一个优秀的员工无论遇到什么困难都会知难而进，而不是找各种借口来推卸责任。

我们来看一个案例：

西点军校的马科斯在第一次赴外地服役的时候，有一天连长派他到营部去，交代给他7项任务：要去见一些人，要请示上级一些事，还有些东西要申请，包括地图和醋酸盐（当时醋酸盐严重缺乏）等。马科斯下定决心把7