

///

(美) 甄·瑞菲柏雷 著 郑闯琦 译

决不找借口

NO EXCUSE!

平衡生活和事业成功的关键

众多大公司的领导、著名企业家、营销专家、管理专家鼎力推荐
一本迄今为止世界上最具活力的个人成功阶梯计划书

“决不找借口”这个理念将帮你跨越任何一个你希望跨越的障碍。“决不找借口”将给你的生活带来一个全新的意义。“决不找借口”能帮助你走向成功，获得幸福，让你的生活变得更加充实。“决不找借口”会帮助你最终成为一个能产生重大影响的人。你会感到你是和别人不一样的，是有重要价值的……因为那时你已经确实是一个独特而杰出的人了。

金城出版社

No
Excuse!

决不找借口

平衡生活和事业成功的关键原则

[美] 甄·瑞柏雷 著

JAY RIFENBARY

郑闯琦 译

北京市版权局著作权合同登记

图字:01-2003-6533

图书在版编目(CIP)数据

决不找借口/(美)瑞菲柏雷(Jay Rifkenbary)著;
郑闯琦译 一北京:金城出版社,2004.1

书名原文:No Excuse!

ISBN7-80084-559-1

I.决… II.①瑞… ②郑… III.成功心理学—通
俗读物 IV.B848.4—49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 122241 号

Copyright©2002 Jay Rifkenbary

Original edition published in English by *Possibility Press* under the title of Blank
Page to No Excuse!

本书所有文稿和插图的版权属于 *Possibility Press*

中文简体字版有金城出版社独家出版,版权专有,违者必究

金城出版社出版发行

(北京市朝阳区和平街 11 区 37 号楼 10013)

电话:(发行部)8425 4364 (总编室)6421 0080

北京市京宇印刷厂印刷

787×1092 毫米 1/16 21.75 印张 350 千字

2004 年 1 月第 1 版 2004 年 2 月第 2 次印刷

印数:5501—10500 册

ISBN7-80084-559-1/B·74

定价:28.00 元

下面这些热情洋溢的赞扬,来自大公司的领导者、畅销书作家、著名企业家、销售专家、营销专家、管理专家、教育家和其他领域的领袖……

我们喜欢你的新书《决不找借口!》。我们把你的新理念在全公司范围内推广,结果销售额增加了30%。你可以带着这本书突破任何底线。今天,人们‘没有任何借口’不读这本书。

——小肯尼思·J·伯盖斯
摩根·希尔有限责任公司总裁

我被《决不找借口!》这本书深深打动了!你搜集到了丰富的知识,并把它们简洁、清晰地编进一本书里。我希望这些知识能得到广泛传播。

——罗伯特·A·罗姆博士
个性公司总裁
《肯定性个性特征》作者

过度的管理和官僚化的领导已经把许多员工和市民变成了管理的牺牲品,他们因此渴求着一种公正的管理。如果我们的年轻一代、我们的新经理和新领导者能按照甄·瑞菲柏雷提出的理念去做事,那么他们将会重新找到一种合理的管理规则,将会使我们的社会更加公正。

——查尔斯·汤普森
创造性管理集团总裁
《一个多么好的注意!可是……》一书作者

《决不找借口!》提供了一种关于我们生活的有效而考虑周全的观点。读者应该很好地阅读和应用书中的原则。我全心全意地推荐这本书。

——拉里·威尔逊
佩科斯河学习中心的创建者和 CEO
《停止销售,开始合作》作者
《一分钟售出的销售者》作者之一

甄·瑞菲柏雷给这个世界送来了一份天才的礼物。任何读过这本书、并且每天把“决不找借口”这一理念应用于自己的生活的人,都将创造出自己想要的生活,并且使自己变得与众不同。

——杰克·坎费尔德
自尊自信研究机构总裁
畅销书《心灵鸡汤》作者

构成《决不找借口!》这本书的理念和那些策略,恰恰是正在从学校的课程中消失的东西。《决不找借口!》这本书需要强制性地要求学校委员会成员、学校管理者、教师、高中生、大学生以及家长们进行阅读。这本书是吹进教育界的一股新鲜空气。

——爱德华·普兰克
北卡罗尼地区中心学校
学生服务中心董事

你没有任何借口不去阅读《决不找借口!》……或者为了实现所有那些你有可能实现的目标,你也应该阅读它!甄·瑞菲柏雷的“决不找借口”行动计划肯定能改变你的生活。

——米歇尔·P·麦金利
美国国家演讲协会总裁

借口是一堆不值钱的东西,因为如果允许一个借口存在的话,那么相应地,就会有一大堆借口支持它。《决不找借口!》让你集中精力于一个真正的理由而不是一大堆借口。这是一本神奇的书,你不仅会从书里得到许多,而且还会从你自己那里得到许多。今天就去买,今天晚上就开始阅读。

——莫里斯·E·古德曼
塑造奇人公司总裁
《奇人》作者

由于书中的信息非常重要,我一下子就记住了《决不找借口!》这本书。我现在能做的就是衷心祝愿你更长久地保持畅销书作者的位置,祝愿你能将读者100%地转化过来。这种转化将使我们的世界变得更加美好,也更加朴素。

——罗伯特·A·麦考密克
Trustco 银行总裁和 CEO

《决不找借口》一书是简明的。甄·瑞菲柏雷为你提供了一种理念,可以使你为自己的生活负起全部的责任。当你把“决不找借口”这种理念变成行动的时候,你将会在生活的所有方面体会到一种自由和内在的安宁。”

——米里亚姆·伯卡特
麦克格伦研究所前所长

这本书把“决不找借口”这种生活方式送给了你。阅读它,在生活中应用它提出的原则,并且和你的朋友、你的商业伙伴一起分享它吧。

——安迪·安德鲁
幽默家和激动人心的演讲家
畅销书《完美风暴》作者

在我七十多年的人生旅程中，我一直在寻找着能满足我好奇心的事情。我得出的结论是，借口这个词应该从我们的词汇中彻底清除掉。我相信这本书将引导我们更加接近这个结论。应用本书的原则去克服困难的人将会发现这本书的巨大价值。有这本书做伴，你将会做得更好，好到超出所有人的预料。我希望用这本书来指导自己的生活，也建议其他人这样做。

——伊达·克罗福特·斯图尔特
劳厄公司前副总裁

“决不找借口”为人们提供了必要的哲学，让人们可以获得成长，成为更优秀的人。作为一名第二课堂的教师，我认为“决不找借口”的哲学是对于那些在接受教育过程中牢骚满腹、不能主宰自己的青少年是非常好的选择。这是多么伟大的生活哲学啊！

——查尔斯·昆塞
萨拉托加教师协会前副主席

每个企业家都会欢迎本书中提供的原则和训练。人们除了对这些原则和训练的效果表示惊讶之外没有什么可以说的。

——格雷格·萨特里夫
萨特里夫·雪佛莱/萨特里夫·森特有限公司的主人

在他亲切易懂、朴实严谨的叙述中，甄·瑞菲柏雷证明了那些会让你的事业和个人都获得成功的原则和方法。他鼓励你为自己的人生负起责任，做出健康而现实的选择。《决不找借口》会极大地激发出你的热情和乐观主义精神。

——伯纳德·J·萨利文博士
临床心理学家

这是一本教你为自己负责的充满热情、积极乐观的好书！瑞菲柏雷先生似乎把自己的许多经历和感受投入了本书之中。他的个性和雄辩在每一页里都可以明显地看出来。这本书里充满了鼓舞人心的成功故事。他对自我责任感的具体分析和描述对读者是很有帮助的。对成功阶梯的具体而形象的表现，让读者很容易理解并牢记在心。这本书并不简单地告诉你如何去做，而是通过许多人的成功经历来告诉人们，该怎样为自己负起责任以便去过充实的生活。这对我很有启发性，我相信也会对其他人产生很大的帮助。

——爱德华·B·卡森卡顿
前宾夕法尼亚州公共福利部部长顾问

《决不找借口》为你实现自己的梦想提供了一个目的性很强的计划和实践机会。这本书反映了这样一个观念：“让你所做的事情具有价值……同时去做你认为有价值的事情，这是非常重要的。”《决不找借口》会引导你掌握成功的十二个技巧，同时会增强你的反应能力。

——朱尔·古德曼博士

幽默计划公司董事

《为你的生活和工作增添幽默的 1001 个办法》一书作者

《决不找借口》是一本让人震惊的书。我对书中鼓舞人心的思想和迷人的例证印象深刻。这本书能帮助所有读过它的人。我强烈地推荐它。

——潘特·威廉

奥兰多魔力公司总经理

《决不找借口》将为每个读者填补个人和职业发展中的不足。通过书中展现的甄·瑞非柏雷的深刻思想和关于成功的原则，《决不找借口》为培养更有效的领导者和提高组织管理能力做出了很重要的贡献。《决不找借口》将对人们的家庭和工作产生持久而积极的影响。

——约翰·布莱克

明尼阿波利斯市

布莱克国际咨询公司总裁

“甄·瑞非柏雷的著作《决不找借口！》是一个循序渐进的方案，它能够帮助家长和学生日常生活中不断取得进步。学校生活和工作世界的差距是如此巨大，以致于如果没有一种共同的理念，家长和学生不可避免地发生冲突。《决不找借口！》就是这样一种共同的理念。它阐明了诸如正直、诚实、奉献精神 and 责任感等所具有的价值。这本书非常好读，它充满了日常生活中生动的事例。甄·瑞非柏雷这本书为我们年轻一代的教育做出了贡献。这本书将会使每一个人的个性得到发展，事业取得进步。我毫无保留地向商界、教育界和家庭推荐这本书。”

——米歇尔·麦卡锡，基础教学法硕士

高级中学校长

乔治·华盛顿大学教育专家

献 词

此书献给我挚爱的妻子娜妮,感谢她对自己喜欢冒险的丈夫的关心、爱和无微不至的体贴;此书也献给我的两个孩子——尼可和珍瑞德,感谢他们对自己喜欢冒险的父亲的关心、热爱和支持。

献给我的母亲多萝西夫人,感谢她对我奉献终生的爱和关心,感谢她永远在努力着,要让自己成为世界上最好的母亲——这个愿望她已经实现了。

献给我的姐姐黛勃拉,她作为语言和生活方面的专家给了我很大的帮助。

献给我的叔叔 T.J. 瑞菲柏雷先生,在我的人生道路上所有需要努力的地方,他都给了我无私的关爱和支持。

献给我的父亲乔治·瑞菲柏雷先生,感谢他顽强进取的精神,感谢他把这种精神力量也送给了我。

献给所有那些以他们的知识、希望、常识和爱给予我帮助的人,献给所有那些正努力使自己变得更优秀的人。

给父亲的信

亲爱的爸爸：

这是我有生以来第一次给你写信。当我十一岁的时候，你就已经去世了，我从来没有给你写过信。现在我在给你写信，现在，我已经三十八岁了。这些年里，我经历了许多事；相信你会为这些事而感到自豪。

现在，我只想告诉你我是多么的想你，多么渴望你能对我说话或者写信给我，鼓励我、安慰我。有多少次你出现在我的生命里，就像整个世界出现在我的面前。那种时刻，我就觉得生活的航道变得更容易把握了。

我再也不能感受到父亲的拥抱了，可是现在我拥有上帝赐给我的机会，让我去拥抱自己的孩子。经过了许多年之后，我才渐渐地对自己和需要自己帮助的人感到满意起来。我深深地懂得，如果是你的话，你也一定会发自内心的把自己认为是最好的一切给予我。

爸爸，我是多么的爱你，多么渴望得到你的祝福！我祈求你的精神和力量将永远流传给我和我的家庭。感谢你帮助我在自己的心灵深处发现了安宁，感谢你让我在帮助别人时感到了喜悦。

你疼爱的儿子：甄

1995年1月1日

欢迎你,亲爱的朋友

亲爱的朋友:

欢迎你来阅读这本书——这本书里包含了我所有的努力,它是至今为止开发出来的最有活力的个人成功计划。《决不找借口!》是这些年里我自己的经验和智慧高度结合的结晶。我相信它将对你产生极大的鼓舞,使你在自己的个人成长和职业生涯中成功地迈上一个新的台阶。你将懂得一些人类至今为止所发现的最精华的关于成功的规律。宽恕、自尊自信 and 态度等因素,仅仅是走向成功原则中的一部分。

“决不找借口”这个理念能帮助你把自身蕴藏着的雄心和才能解放出来,并且能教会你怎样把这种雄心和才能用于有益于你自己的地方,用于你可以帮助别人的地方。“决不找借口”这个理念,是围绕着自己负责这个概念建立起来的。不管是不是意识到这一点,我们每一个人都是自己人生和事业的决策者和管理者。一旦你懂得自己就是那个主管自己生活的人,就没有任何借口不去追求你想要的成功了。

我相信世界上所有的人都会对不负责任的行为感到厌恶,对平庸的人生感到厌倦。我也相信人们比任何时候都认识到和睦的家庭和和谐的人际关系的重要性。是时候了,让我们大家都不要去谴责别人,不要去无休止地抱怨,也不要再痛苦的嗥叫或者哀怨的呻吟,让我们开始采取行动,首先要做一个奉献者。没有人可以不受约束、为所欲为地生活在这个世界上,我们都需要开始一种具有更多自我责任感的生活。

如同各种党派团体、公司和政府部门迫切地需要自己的领导者一样,这个世界从来没有像今天一样迫切地需要可以引导家人成长的人。我相信“决不找借口”这个理念的传播将帮助无数的人,最大限度地解放自己的潜力,成长为一个优秀的人。我确信《决不找借口!》是一本在正确的时候出现的正确的书。这是一本为 21 世纪的领导者准备的书,也是一本为所有人准备的书!

一旦我把“决不找借口”这个理念作为生活和事业的指导原则,我

的生活就开始变得更有意义,生活目标也更加明确、更加集中。通过把这些理念和原则应用于我的生活,我就开始成为自己生活的主人,就可以按照自己希望的方式建设自己的生活。尤其重要的是,这样的生活并不是建立在牺牲他人利益的基础上,而是建立在帮助他人的基础上的。我相信你一定会发现,能够对其他人、对他们的成功产生积极的影响是一种多么美好的感受。毕竟,真正意义上的成功不就包含着这样的意思吗?

“决不找借口”这个理念会为你建立一个坚实的基础,在这个基础上你会更好地提高你的各种技能——这些技能将使你走向渴望已久的成功,也使你想帮助的人走向成功。对我来说,能够和你分享这个理念真是一件快乐的事情。衷心地希望那些对我的成功产生重大影响的东西,能够给你带来更大的成功。

一定要记住,在你的生活中,“绝对没有任何借口”可以使你不去追求自己的成功。

祝愿你取得无止境的成功!

甄·瑞菲柏雷

致 谢

单靠自己是绝对不能走向成功的。完成任何有价值的事情都需要人们之间互相合作、互相依靠。

这本书也一样,是许多优秀的人一起完成的。它集合了那些向着更好的世界迈进的人们的思想、梦想、生活经验和不熄的希望。这本书也反映了、表达了许多通过他们自身创造的奇迹,而给予我深远影响的人们的思想、经验和梦想。

在这里我要衷心地感谢在动机激励和成功学领域耕耘的伟大教师,感谢他们的灵感和智慧。我也要感谢我的许多朋友、亲戚、老同学,感谢我的同事、教练、老师、教授,感谢我的战友、空军巡逻队的指挥官,感谢许多经理和大学同学,感谢他们在我的各种努力中,所给予我的积极支持和指导。我还要衷心地感谢位于新泽西州的劳瑞中学和位于纽约州西点地区的美国军事学院。这两所学校都使我懂得了如何在竞争中不断的成长和学习,使我发现了那些让我成为我自己的东西。

我要衷心感谢 Pfizer 公司和 HMSS 公司,在那里我获得了企业的销售和管理经验。这两家公司都使我大开眼界,把我带进了一个不同的世界,让我明白怎样去管理公司的业务和怎样与其他人合作共事。我也要衷心感谢我经营的培训和发展中心、中心的销售部和其他部门的许多客户和业务伙伴。感谢你们的支持,感谢你们和我一起分享帮助他人的梦想,我们会让其他人变得更成功、更具有个人责任感、更加幸福。

对我来说,在这里提到几个具体的人是非常重要的。他们把自己的爱、智慧、理解和指导作为礼物送给我,最终使这本书从一个梦想变成了现实。我深深地把感激送给他们。

要感激我的妻子娜妮。感谢她在这么多年来各种艰难时刻、甚至我犯了错误时对我不变的爱、持久的信任和支持。当你的终生伴侣把爱、热情、耐心和激情结合在一起,作为自己的准则时,你会感到走向成功会更加容易。她是我最好的朋友,给予了我最大价值的帮助。

要感谢我的孩子,尼可和珍瑞德。感谢他们对我无条件的热爱和他们的天真无邪,他们的所作所为总是让我感到惊讶和欣喜。祝愿你们每一天都欢乐开心!

要感谢我的母亲,多萝西夫人。感谢她为家人所做的贡献,感谢她对自己从不认输、也鼓励她的家人、她的朋友永不认输的精神。她总是对我说:“你一定能够做好!”

感谢我的姐姐黛勃拉,感谢她在人生方面的远见卓识,感谢她在我面临逆境时给我的巨大鼓舞,使我重新燃起了对生活的希望之火!

感谢我记忆中的父亲,他给我树立了一个可以学习的光辉榜样。

感谢这本书的出版者和发行者们。没有他们的文字润色、出版发行以及每个人具有个性的天赋和才华,这个世界将永远不会知道“决不找借口”这个理念所具有的力量,也就不会因此而长久地从这个理念中得到好处。他们不仅仅是出版和发行人员,在把这个世界变得更美好的过程中,他们还是伙伴和朋友。在那个更美好的世界中,人们将充分认识到责任对于他们自己、对于他人和社会的价值和意义。

感谢 Ed 先生和唐·蒲拉克先生,感谢他们对我的全家人持久的友谊和关爱。

感谢支持我创办的第一个公司的员工们,特别是西奥多·陶伯斯、米歇尔·伊波里特、特蕾西·康特耐里、蒂莫西·甘勒哲、沙伦·兰道尔和理查德·西波,感谢他们的共同努力,使我的事业取得了惊人的成功。

感谢 WMHT 远程教育公司的员工们,特别是戴夫·波佛和保罗·郝葛兰德,感谢他们在公众电视系列产品中的出色努力。

感谢安·玛德里、斯蒂法妮和梅·斯堪兰,他们的文字润色为这本书的出版立下了功劳。

感谢南汀—考南特公司的特里·古德女士,感谢她信中对我的鼓励,对我的梦想的支持。

最后,感谢仁慈的上帝赐予我的珍贵礼物——上帝给了我一个和睦的家庭、给了我健康的身体、给了我表达的天赋;感谢上帝给我这个机会,让我能给这个世界带来积极的影响。

甄·瑞菲柏雷

优秀还是平庸,由自己负责

靠着生命的生生不熄我来到这个世界上，
经历过的所有酸甜苦辣，就是我的人生和生活。
而我，就是先天遗传和后天经验的总和。
这些遗传和经验，有一些是好的，有一些是坏的，
可全都是我自己的。
我现在所有的一切，都是我梦想、奋斗后的结果。
我的生活、我的声誉和影响，
都对应着我曾经的汗水和努力。
如果我在别人眼里一钱不值，
那只能是因为我没有把杰出作为自己的选择。
我注定不能生活在无法改变的过去，
也不能浪费时光，沉浸在没有保证的将来。
我只能生活在触手可及的现在，
那就是我所能有的一切。
我不能去做所有的事情，但是可以去做一些事情。
我肯定不能做好所有的事情，但是我肯定能做好一些事情。
我不能保证一定会赢得更多，
但是我要保证决不能失去应该拥有的一切。
那样，即使我失败了，也将不会是因为怯懦和意志软弱。
因此我要站得更高，感受得更深，思考得更加广阔，
以及比别人更加努力。
我的成功可能不会改变人类历史，但是我的梦想和奋斗
必将改变我自己的历史。
为了把这一切变为美好的现实，
我要去做能够做的一切！

——约翰·康派尔

JOHN COMPERE

序 言

“我的降落伞绳缠住了。”

我现在离地面有 1255 英尺高。我的降落伞在我向下落的时候没有拉住我。我没有机会检查到底出了什么差错。我的头部被裹在一些缠在一起的绳子里,下巴被死死地按在胸部。本能和记忆中训练录像里的镜头告诉我,我的降落伞没有张开,而是像一条带子一样拖在我上面。这时候,我感到周围的一切非常混乱,和我目前的困境没有任何关系。头顶上飞机的嗡嗡声已经消失了。随着我颠簸着往下坠落,风的声音和我对地球和天空的意识也消失了。我只能听到我在思考着,感到心脏在砰砰地跳动着。

当我所属的空降训练小组登上 C-130“大力神”运输机,进行第一次跳伞训练时,我所拥有的只有我自己和背上的降落伞包。我站在运输机里,感到非常孤单,仿佛这世界上只剩下我一个人。我所拥有的只有自己的身体和身体里的一切。忽然,我已经站在打开的舱门口了。我将第一次让自己的身体半渴望半勉强地在天空里飞翔。“跳!”——这是我听到跳伞指挥官说的最后一句话。风带着最尖利的呼啸猛然冲进来,仿佛要把我推出舱门一样。突然,你已经悬浮在空气中了——但那仅仅是一瞬间的事。当你开始降落的时候,大自然立即称量好了你的质量,根据自己的法则来决定你的命运了。

我的降落伞按照规定装好了……还是没有装好?按照常规,降落伞会一下子张开,保护着我安全降落,不至于被摔死。本能和受到的教育告诉我,在降落伞张开的过程中,空气动力学和物理学的规律是最重要的。这个过程必须运行得非常良好,否则我就会成为纠缠在一起的绳子的人质,直到我被摔死为止。

“决不找借口,长官!”我回想起在西点军校的训练。决不哭叫。决不抱怨。决不谴责别人。继续前进!负起责任!我想成为一名空降队

员,那是以前的事了。现在我只想着怎样才能安全的降落。我想要有一个生存的机会,以便去实现我所想要的一切。我想做一名成功的军人,然后做一名成功的商人;我想成为一名模范丈夫和慈祥的父亲;我想成为一个领导,能对其他人的生活产生重要影响。没想到我未来的这些梦想现在就经受着危险的考验。

我的生命处于危险之中。我现在只能依靠作为动物的本能和过去的经验……我昨天学习的跳伞前的预备工作说明……学术的、体格的、情感的和精神的严格训练使我进入了美国军事学院并顺利毕业……我在原子物理学方面的研究,选择它是因为它是最难学的一门课……九年级的时候选择游泳项目并获得了冠军,使我变成了一个心理健康、心态平衡、热爱运动和善于社交的人……我终于战胜了由于在七年级留级所造成的自卑心理……我母亲对自己的儿子从不轻视,她充满信心的认为:她的11岁时就失去了父亲的惟一的儿子,一定会成为一个优秀的人。最后,父亲给我留下了一个英雄的形象。当他还在世的时候,这个形象并不明显,他去世后,这个形象就非常强烈地呈现了出来。

“没有借口,长官!”决没有!“不过,这是谁的错?”“有人装降落伞包时出错了吗?”“其他人……还是我……在背降落伞包时犯了错误?”“到底谁将为这次事故承担责任?”

“决不找借口!”放下这些垃圾想法。“现在惟一重要的是我的降落伞绳子缠住了。”要立即采取行动!

“如果降落伞的绳子缠住了……就做轮番蹬踏动作!”突然,我的腿和大脑同时想起了这个应急办法。我的双脚穿着沉重的战斗皮靴,此前我从来没有想到这是不适合跳伞或者做轮番蹬踏动作的,可是现在必须开始行动。在我的行动中奇迹出现了,物理学的法则真是奇妙……绳子解开了。像一个刚从母亲的子宫来到人间的婴儿——他的肺充满了第一股新鲜的空气——降落伞爆炸一样张开了来,形成了一个美丽的悬浮伞盖。它把我已经变得自由的头部向上拉起来,让我去欣赏这个让人感动的奇迹。这个奇迹挽救了我的生命,让我可以在安全降落后去欣赏这个世界的荣耀。

如果当时我的各种想法挤成一团,甚至只要稍微去寻找一下借口或追究一下原因,就会给我造成致命的干扰,使我难以从困境和灾难中逃脱出来。我将没有机会再次做出反应,来挽救自己的危险处境。

这一切难道不是我们进入生活世界时想要的结果吗？你不是渴望着去全新的领域探险，并取得轰动社会的业绩，以便增加更多的社会和人生经验吗？你是不是希望能够驾驭那本来是控制你自己的力量？你是不是想拥有更大的生活空间，是不是想更深刻地了解自然界和其他人的世界？

像一个已经张开了的、正滑翔着的降落伞，“决不找借口”这个理念将帮你跨越任何一个你希望跨越的障碍。“决不找借口”将给你的生活带来一个全新的意义。“决不找借口”能帮助你走向成功，获得幸福，让你的生活变得更加充实。“决不找借口”会帮助你最终成为一个能产生重大影响的人。你会感到你是和别人不一样的，是有重要价值的……因为那时你已经确实是一个独特而杰出的人了。