



别让借口 “吃掉”你的希望

失败的人找借口，成功的人找方法

只为成功找方法
不为失败找借口



Bie Rang Jiekou
“Chidiao” Ni de Xiwang

用最少的悔恨去面对过去
用最少的浪费去面对现在
用最少的借口去面对未来

马银文◎编著



中国致公出版社

马银文◎编著



别让借口 “吃掉”你的希望



中国致公出版社

图书在版编目(CIP)数据

别让借口“吃掉”你的希望/马银文编著. —北京:
中国致公出版社, 2011. 4
ISBN 978-7-5145-0048-6

I. ①别… II. ①马… 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(2011)第 038358 号

别让借口“吃掉”你的希望

编 著 马银文
责任编辑 李娟娟

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 三河市灵山装订厂
印 数 1—5000 册

开 本 710×1000 1/16 开
印 张 19

字 数 272 千字

版 次 2011 年 6 月第 1 版 2011 年 6 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5145-0048-6 定 价 32.80 元

版权所有 翻印必究

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。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：什么“我没有受过良好教育”、“没有资金”、“没有关系”等等到一系列看似冠冕堂皇的理由和借口。殊不知，能够成就一番事业的人，往往不给自己找借口。日本松下之助只上了4年的小学；美国钢铁大王安德鲁·卡耐基13岁时开始工作，几乎没有受过什么正规教育；香港李嘉诚只上了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下身瘫痪，按理说他最有理由找借口的，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，居然冲破美国传统束缚，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。请记住，也许借口会帮你开脱责任、掩饰失误，使你从失败挫折中得到暂时的慰藉；但各种借



别让借口“吃掉”你的希望

口造成的消极心态，就像瘟疫一样毒害人们的心灵，并且互相感染和影响，极大地阻碍着人们正常潜能的发挥，使人未老先衰，丧失斗志，消极处世。

从古到今，凡成大事者，没有不受尽磨难，在磨难中完成自我教育的。困境可以检验一个人的品质。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，这并不是完全是件坏事，“天将大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为”。

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，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，而像鹰隼一样盯住猎物——唯一的目的是擒住它。按照自己行动计划，去填满每天的行动表格，让借口彻底地走开。

编者

目 录

第一章 借口是失败的酵母

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志，削弱胜利的欲望，消减人的耐心。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。

- 借口会助长失败的气焰 /3
- 赢得胜利才有傲人资本 /5
- 避开失误才能做到完美 /8
- 不要把不知道挂在嘴边 /11
- 别以为小错误就不是错误 /13
- 借口是失败妥协的征兆 /15
- 借口会瓦解成功的信念 /17
- 借口会导致拖延的恶习 /20
- 不要为自制力差找借口 /22
- 人生，要以成败论英雄 /26
- 对自己的选择负起责任 /27

第二章 完美手段逃离借口

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以获得成功。然而有的人能做到这一点，但有的人却做不到。这其中有很多原因，是否懂得抓要点、抓根本，则是能否成功的关键。

- 对目标要做到有的放矢 /33
- 你的态度就是竞争优势 /37
- 只有合作才能获得成功 /39
- 分解目标，实现大未来 /43
- 创新才能把握成功机会 /47
- 借鉴他人经验寻找机遇 /51
- 换位思考获得成功经验 /55
- 换一种方法去面对困难 /59
- 任何事都有另一种办法 /63
- 遇到问题要紧扼关键点 /67
- 巧妙转换问题的切入点 /70
- 高效利用时间完成任务 /74
- 舍弃不是无能而是智慧 /77

第三章 末流借口一流方法

日常工作中常常有这样两种人：一种是遇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。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。

- 任何问题都有其解决方法 /83
- 学会找方法的人易成功 /86
- 主动出击让你脱颖而出 /89

好员工一定是智慧型的	/91
遇事找借口，治标不治本	/95
借口让人变得更加平庸	/99
怎样成为最受欢迎的人	/102
方法正确才能接近成功	/105
成功需要行动拒绝借口	/107
在残酷竞争中独树一帜	/108

第四章 与其抱怨，不如反省

喜欢抱怨的人很多，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。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。

抱怨无法解决任何问题	/113
无休止的抱怨让人颓丧	/115
把困难当成人生的财富	/118
做一个冷静稳重的智者	/120
留得青山在，不怕没柴烧	/123
越挫越勇才会获得荣耀	/125
喜欢抱怨就成不了大事	/127
抱怨容易让人失去机会	/129
面对困难保持乐观天性	/131
抱怨会使人们失去理智	/134
总是抱怨容易变得消极	/137
对幸福视而不见的祸首	/140
冲动是一切悲剧的根源	/143

第五章 不良情绪滋生借口

在现实生活中，人们总会发现抱怨的人远比乐观快乐的人多。没有多少人愿意与经常抱怨的人做朋友，因为这些人是在抱怨的同时，也在伤害着身边的人，为他人招惹麻烦。这个世界上，没有人会因为抱怨而得到快乐。

停止抱怨，快乐地生活 /149

要停止抱怨，付诸行动 /152

微笑生活才会收获快乐 /154

良好性格是成功的基石 /156

性格怯懦的人不能成事 /158

此路不通，就换条路走 /160

依赖别人容易丧失独立 /163

果断决定才能减少错过 /165

改变心态就是改变命运 /167

第六章 高效生活没有借口

“你的心态决定你的成败，心态的高度决定你成功的高度。”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，用积极的心态去做每一件事，那么你一定能够取得想要的好结果、好人生。

你的态度决定你的高度 /173

转换思维，突破新天地 /176

努力付出，跟蚂蚁学习 /179

个人离不开团队，与团队一起成功 /182

活到老学到老的大智慧 /185

用正确的方法成就大事业 /189

不要做偷盗时间的窃贼 /191

借口是害人的慢性毒药	/195
言而有信的人易获青睐	/198
自信，与人沟通的秘诀	/200
拿好与人沟通的金钥匙	/202
积极主动才能获得成功	/203

第七章 杜绝借口，健康生活

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。不要为问题找借口，要积极地开动自己的脑筋，努力寻找解决问题的方法，从而使自己在磨炼之中不断成长。

要勇于承认自己的错误	/209
借口是导致失败的根源	/211
凡事没有什么不可能的	/213
竭尽全力解决焦点问题	/215
做事情讲究方法和技巧	/219
不要让自己的潜能沉睡	/221
世上没有天生的成功者	/223
面对挫折不要轻言放弃	/226
不要总是为失败找借口	/229

第八章 准确定位，主动改变

世界上无数的失败者之所以没有成功，不是因为他们能力不够，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。他们浪费掉了自己大量的精力，而他们自己却从未觉悟。

要选择适合自己的目标	/235
要敢于正视自己的弱点	/237
演好自己的每一个角色	/240

- 要摸索探求自己的长处 /242
- 成大事者往往不谋于众 /248
- 做一个认真负责的智者 /250
- 适合自己的才是最好的 /253
- 奋斗的路上别忘了充电 /256
- 攀比的幸福不是真幸福 /259
- 要卓越就要多下苦功 /261
- 避免走进自我定位盲区 /264

第九章 积极心态走向成功

成功始于“零”，即是要放下成功带来的光芒，迎接新一轮的挑战。归零心态，就意味着从今天开始自己只是一个零，以新的起点、新的希望，等待着新的收获。心态归零，并不意味着结束，而是更新的开始，让自己以轻松快乐的心情来生活，勇敢地迎接新一轮的挑战。

- 用心思考就会发现方法 /269
- 事情总有第 1001 个办法 /272
- 你是否做到了竭尽全力 /274
- 主动热情地做好每件事 /276
- 世界上没有绝对不可能 /279
- 成功就在下一个路口处 /281
- 要掌握时间，主动出击 /283
- 成功，始于零的起跑线 /286
- 卓越者比其他人更用心 /289
- 怨天尤人不如努力解决 /290

参考书目 /293

第一章

借口是失败的酵母

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志，削弱胜利的欲望，消减人的耐心。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想法。

借口会助长失败的气焰

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。”“老板规定的完成期限太紧。”“本来不会是这样的，都怪……”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方法加以解决，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，在公司中不可能是非常称职的好员工，也绝不可能是公司信任的好员工，也由此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“我是不是可以再等会儿……”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，想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。

赢得胜利才有傲人资本

只有获胜，才能赢得生存所需的资源；只有持续获胜，才能得到拓宽并发展自己的空间和领地，才能从竞争的包围圈中脱颖而出。

正如比尔·盖茨所说：“这个世界不会在乎你的自尊，这个世界期望你先做出成绩，再去强调自己的感受。”

中国改革开放的总设计师邓小平同志曾有句名言：“不管白猫还是黑猫，只要能抓到老鼠就是好猫。”在现代市场经济中，任何个人、企业、团队在市场竞争中如果没能获胜或保持领先优势，要想实现基业长青或获得成功是不可能的，最终的结果自然是被市场和社会淘汰。那么存在的意义，也就无从谈起！

以美国硅谷为例，在这块弹丸之地分布着数千家科技公司，均从事IT技术的研发、生产和销售，竞争异常激烈。不仅于此，每年还有数百家新公司诞生，与此同时又有几百家公司如过眼烟云般消逝。正是这种残酷无情的竞争环境，逼迫硅谷人不断拼搏、不断奋进、不断创新，

从而使一些极具竞争意识和竞争优势的企业快速崛起，并推动了 IT 产业的迅猛发展。

可以说一场无法获胜的战役，一次无法胜出的比赛，一项不能获得利润的投资，不仅是一次蹩脚的作秀和消耗体能的运动，而且还可能是一次难以复生、全军覆没的重创。

只有获胜，才能赢得生存所需的资源；只有持续获胜，才能得到拓宽并发展自己的空间和领地，才能从竞争的包围圈中脱颖而出。一个总是打败仗的团队，它的命运只能是被他人整编、变卖或并购，或者在竞争的挤压下，失去生存空间，破产直至消亡。

如今，百年老店为数不多，而一些存活了两三百年仍保持旺盛生命力，并不断赢得佳绩的企业就更是寥寥无几。大多企业仅是三五年的存活期，随即光华尽失，“香消玉殒”了。生命力之脆弱，生命周期之短暂，无不令人扼腕痛惜。这些企业的“死因”或许有多种，但有一点是共同的，那就是都忽视了每一项投资、每一次并购、每一个计划、每一步行动所要达成的结果。许多企业管理者热衷于行动，却无视结果；迷恋于行动的过程，却忽视了结果才是行动的根本；本末倒置，只能导致无人关心结果，无人对结果负责。

结果是什么？结果是行动的落实、目标的实现、任务的完成，是赢得胜利、取得成功的标志。一次没有结果的行动是无效的，是没有价值的；而一次与目标结果相反的结果，则是具有破坏性和毁灭性的，会毁掉一个企业。以结果为导向，才能确保每一次任务、每一个行动，都具有实际效用和价值。

有些企业管理者雄心勃勃，制订了一些非常宏伟的战略计划，却在实际运作中屡屡受挫，不仅战略计划无法实现，员工的自信心大受打击，企业也陷入市场和财务双重窘境，难以自拔。究其原因，就是他们将行动与结果分离，甚至将结果抛至一边，一味地为了行动而行动。