

<<决不找借口>>

图书基本信息

书名：<<决不找借口>>

13位ISBN编号：9787800845598

10位ISBN编号：7800845591

出版时间：2008-5

出版时间：金城出版社

作者：甄·瑞菲柏雷

页数：242

译者：郑闯琦

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<决不找借口>>

前言

在这本书中所包含的原则让我懂得了，我的人生可以达到一个从没有梦想到的高度。这些原则也同样会让你的人生达到惊人的高度，只要你恰当地理解了它们，并把它们应用于你的生活和事业。

这些原则会成为一些工具，使你可以登上任何一座高峰。

起初，它们会像一个在冒险行动开始时遇见的激动人心的新伙伴一样帮助你。

随着行动的进行和时间的推移，它们就会成为你可以信赖的亲密朋友，随时准备着帮助你迎接各种挑战。

这些原则将使你获得真正的财富，这种财富的价值远远大于金钱的价值。

这些原则会把你的内心的抱负变为成功的现实。

“决不找借口！”

”这个理念中包含的各种原则都来自于我的真实经历。

尤其是在西点军校和空中巡逻队的经历，对形成这些原则至关重要。

同时，我作为一名军官、一名公司经理、一个公司老板、一名演讲家和一名具有感召力的发言人，以及作为一个丈夫和父亲的经历，在形成“决不找借口！”

”这个理念的过程中具有难以估价的作用。

同时，形成这个理念的巨大基础，则是这样的人们——他们为了使自己生活得更好，也为了使其他人生活得更好而工作着，并为这种工作感到光荣和骄傲。

B.C.福布斯是闻名全球的《福布斯杂志》创建者，他认为：“不管我们在工作中感到快乐还是感到厌烦，其实都取决于我们对这个工作的态度，而不取决于这个工作本身。

”任何时候，只要我们在工作中注入了爱，真正的成功就会随之而来。

这也是“决不找借口！”

”这个理念的最基本含义。

它能引导你更智慧地去过一种你喜欢的生活。

我们在做任何事情的时候，都要防止自己感到过度辛劳和泄气失望。

为了做到这一点，我们需要懂得，我们辛苦的工作，是为了我们自己的幸福，也是为了其他人的幸福。

明白这一点，对于一个人的成长和事业发展，有着非常重要的作用。

“决不找借口！”

”是为那些希望自己的生活更好，也希望他人生活更好的人准备的。

接受这个理念的人不仅需要谦虚的心态去接受它的引导，而且要有勇气去实践它。

“决不找借口！”

”是为那些想过一种充实生活的人准备的。

这些人明白，把自己带向成功道路的责任，只能由自己来承担；帮助其他人走向成功，也是自己的责任。

“决不找借口！”

”是为这样的人准备的，他们已经渐渐地懂得和接受了这样的看法，即成功和失败都是一个人所作所为的结果。

失败会给我们必要的教训，让我们更好地走向成功。

失败是成功的阶梯。

有意思的是，许多人总是看不到自己的成功。

在他们的眼里，成功总是属于其他人。

这种情形会产生严重的后果，让他们变得冷漠，充满了挫败感。

如果我们不幸掉进了消极性的思维之网中，就会很难认识到自己的成功之处。

“决不找借口！”

”意味着我们需要接受积极的思维方式。

<<决不找借口>>

陷入消极性思维之中会阻碍我们取得本来会很好的结果。

一旦我们从失败和错误中吸取了教训，我们就会把那些消极的东西抛到九霄云外。

“决不找借口！”

”就是为那些愿意改变消极思维方式的人准备的，因为消极思维会阻碍他们的努力，加重他们的心理负担。

“决不找借口！”

”这个理念会使你充分肯定自己、明确工作目的，帮助你实现自己的梦想和目标。

这本书里提供的训练，目的在于挑战你的固有思维，让你去挖掘自己潜能、感情和洞察力。

其中尤其重要的是激发你的潜能，以便你能真正认识到自己的智慧、力量和善良的品质。

这样，你就可以在取得成功后，把更多的力量用于帮助他人。

这种挑战性训练的回报是什么呢？

怎样才能摆脱阻力和失败带来的恐惧感，以便你能继续前进？

我们之中的大多数人背负着过多的思想包袱，充满了各种自我原谅的借口。

当你害怕困难和失败的时候，就会永远处于看起来“安全”其实很失败的境地。

只要你开始过一种“决不找借口！”

”的生活，就会让各种借口没有安身之地。

通过把“决不找借口！”

”的原则用于你的生活之中，终有一天你会发现自己是彻底的“没有借口”了，因为那时的你已经没有了寻找借口的必要。

你将改变那些可怕的坏习惯，将有机会学会怎样去定义对自己有意义的成功。

从你自己的经历里，你将懂得确实没有什么借口去妨碍你追求成功的。

当我致力于思考和阐述“决不找借口！”

”这个理念时，我做出了一个关于我个人、也关于我的事业的重大决定——我决定走出我以前所认为的“安全”的领域。

如果我失败了，就会面对所有的危险，并且不能责怪任何人，甚至我自己。

我不得不认识到，责怪自己其实意味着用另一种方式去打败自己。

这使我记起了自己对“决不找借口”的最初感受。

我于1976年7月进入了西点军校。

这是一个“没问题，长官”这个句子被军校学生每天都重复着的地方。

这是老兵给新兵训话时传授的四个给长官的答语中的一个。

另几个答语是“是，长官”“不，长官”“长官，我不明白”。

在1976年，我19岁，“没问题，长官”这句话对我来说仅仅意味着，可以用它来结束一次不愉快的长官训话。

我当时处于过度恐惧和被威压的状态，因此无法理解这样严厉的要求竟然是军事训练的一部分。

13年后，也就是1989年的一个晚上，我忽然领悟到：“没问题，先生”是一句把自己所有的退路都砍断，让所有借口都无处可藏的承诺。

在我自己作为一名思想者和行动者的成长过程中，这个承诺扮演着一个非常关键的角色。

“决不找借口！”

”的思维方式是一种很基础的训练。

它要求的是101%的成功。

在每一次的反应中，“决不找借口！”

”这种思维方式都强调的是“擦干净黑板”，继续寻找解决方案的好处，而决不浪费一点时间去寻找对解决问题没有任何建设性的借口。

盛大的庆祝宴会结束了，这是专门为我的新公司开业而举办的，我一个人站在空荡荡的办公室里，感到安静而孤独。

眼前的一切是我多年以来的梦想，我抓住了这个梦想，如今它变成了现实。

为了取得这样的成功，我放弃了稳定而前程似锦的职位——在那种职业生涯中，我只要一直干下去，

<<决不找借口>>

就可以衣食无忧。

做出这个决定对我来说是非常艰难的，就像当年如果不去做一名军人一样让我感到难受。

可是，要去过一种不一样的生活，这个愿望又是如此强烈地驱使着我。

幸运的是，在我在两种选择上犹豫不决的时候，我的妻子鼓励我、支持我去实现自己的梦想，并祝愿我取得成功。

这样，我终于下定了决心。

通过不懈的努力和辛勤的经营，我终于取得了让许多人羡慕的成就。

今天晚上盛大的庆祝宴会，就是这个成就的辉煌展现。

对此，我感到非常幸福。

可是，当宴会结束、几百位朋友离开后，为什么我站在那里，却感到如此的孤独和恐惧呢？

当我终于开始了自己的事业，把梦想(那也是许多人都有梦想)变为现实的时候，为什么我并没有感到应有的成就感，为什么还感到不幸福呢？

我忽然有了一种强烈的冲动，我是这样的思念我的爸爸。

我从来没有这样的想念他，从来没有像现在这样渴望着他的拥抱和赞扬。

这种渴望在我的内心深处汹涌澎湃，那一刻我就如同一个在悬崖边上摇摇欲坠的人。

我就那样一直站着，站在空荡荡的大厅里，直到慢慢恢复平静，因为我终于伤心地面对父亲已经去世的现实。

现在，到了放弃对父亲的精神依赖、轻装上阵的时候了。

从此以后，这种依赖再也不会成为一个理由或者借口，妨碍我做出面向未来的决定。

也不再会是一个借口，妨碍我去实现自己的各种目标。

父亲的赞扬再也不会是我走向成功的激励因素。

他的赞扬甚至在他生前都不应该是我走向成功的主要动力。

我认识到现在自己已经是一个成年人了，有责任不断地为自己和家人创造新的更好的生活。

我所取得的成就是用我的忠诚、真诚和奉献换来的，也是通过与那些我尊敬和热爱着的人们的精诚合作得到的。

在这个特殊的时刻，我将作为一个自我负责的人开始一种全新的人生。

在这种时刻，在我们开始通向实现自我的漫长旅途时，放弃对任何肯定和赞扬的依赖心理是非常重要的。

我有生以来第一次认识到，去创造一种建立在自己的美好未来之上的生活是多么的重要。

一般说来，其他人的或现实或被想象出的美好生活对我们来说是无关紧要的。

当然，如果你在一个工作岗位上，就需要把自己的某些人生设想和老板的设想进行必要的协调。

还有，在实现你的设想的过程中，也应该让你的行动符合你的价值观和伦理道德准则。

当我切实地感到父亲去世所带来的巨大空虚后，终于明白，开始过一种“决不找借口！”

”的生活意味着什么。

我只有自尊、自我负责、自我认同，才能去过一种完全成年人真正的生活。

“决不找借口！”

”这个理念就诞生在那个晚上。

它意味着在掌握自己的命运方面，我可以拥有比我以前知道的多得多的自由和力量。

按照这样的思路，我目前取得的所有成就本来就是属于我的，现在只不过是最终实现了它们罢了。

这样，我也就从奋斗旅程中获得了更多有价值的经验。

我把自己交给了远方。

面对自己的创造力，我有了一种安全感。

我相信这样一条黄金法则，即：我为人人，人人为我。

我也相信自己的生存能力一定会让我的生活变得更加美好。

我要感谢那些在生活中给我爱和支持的人。

我要特别感谢娜妮，她不仅是我亲爱的妻子，也是我最好的朋友和事业上的战友。

一旦我做出了去过一种“决不找借口！”

<<决不找借口>>

”的生活的决定，那种在我生活中一直起着巨大作用的依赖感就消失了，我感到难以言说的轻松和振奋。

我从来没有体验过这种伴随着成长所带来的力量感，我跨越了那道高高的门槛，进入了成年人的世界，具有了成年人的自我意识。

在开始“决不找借口”！

”的旅程、以取得更大的成就、实现更多的自我价值之前，让我们先来看看一个故事。

你的生活就在你的手里在可以俯瞰一座美丽城市的山顶上，住着一位智慧的老人。

孩子们从小就听大人说，一定要听从这位智慧老人的教导，要尊敬他，爱戴他。

一天，两个孩子设计了一个圈套，想挑战一下这位老人的智慧。

他们抓到了一只小鸟，然后向山上爬去。

当他们来到山上时，老人正坐在那里，一个孩子于是就把小鸟攥在自己的手里。

“智慧老人，”这个孩子问，“你能不能告诉我，我手里的这只小鸟是活的还是死的？”

”老人默默地凝视着两个孩子，然后说：“如果我告诉你，你手里的鸟是活着的，你就会捏死它。

如果我说这只鸟是死的，你就会松开手，让它自由地飞走。

“孩子，你的手现在掌握着能决定生死的权力。

你可以选择毁灭它、结束它的生命，也可以选择给这只鸟自由，你当然会明智地在生和死之间做出选择。

“如果你让我的回答来决定这只鸟的命运，你就会失去本来属于你的权力。

同时你也就放弃了去做出正确选择的责任，放弃了展现自己的决定和智慧时的欢乐。

”两个孩子满意地回到了山下，他们变得更聪明了。

这位老人尊重了这两个孩子挑战权威的愿望，也尊重他们对自己的智慧和能力的测试，因此确实是一位合格的人生向导和老师。

老人洞察到，两个孩子反叛的行为下面，其实有着放弃自我责任的潜在心理。

因此，他有意不配合孩子的提问，这样就唤起了他们的自我责任感，有助于他们的成长。

我们自己就是那个决策者你和我都需要成为自己生活和事业的决策者。

你和我同样也要允许和鼓励其他人成为他们生活和事业的决策者。

我们都有权利去做出选择，这些选择综合在一起，其实就决定了我们的生活。

承认我们拥有选择权是迈向自我责任感的第一步。

通过做出选择这种方式来训练自己的能力，本身就是一种挑战，也是一种快乐。

孩子们每天都感受到各种各样的社会影响，这些影响来自他们的父母或者家里的其他成员、来自教会和教堂、来自他们的伙伴和学校、来自电影、电视书本和音乐等可以对他们产生影响的一切。

一些影响是积极的，而另一些则是消极的。

对于一个要求或原则，孩子们是不是被教会首先去问：这个要求或原则对“我”自己来说是不是正确的？

如果是正确的，那么应该什么时候执行，什么时候停止呢？

有没有人曾经教你这样去想问题呢？

或者，你有没有像我们中的许多人那样，从小受到的教育就是，不经过自己的思考，只听信父母和其他人的说法？

这本书将帮助你去发现自己内在的力量——去做出选择和开始行动的力量。

这本书里的内容将触及你思考和感受的极限，触及你思想和灵魂的深处，把那些你没有明确意识到的内容呈现出来。

我希望“决不找借口”！

”将使你终生受益，就像那位智慧老人的话让两个孩子终生受益一样。

我希望你会发现自己的巨大潜力，并充分地利用这种潜力。

你知道吗，只要你不做坏事，你越是最大限度地取得成功，就越能最大限度地对其他人做出贡献！

我相信你一定会用书里告诉你的道理，去做出对自己和他人都有最大益处的选择。

你的选择可能会参考许多人的经验和教训，但是要记住，盲目地服从社会、听从其他人的话，与盲目

<<决不找借口>>

地反对他们一样，都会造成毁灭性的后果，也都是对自己不负责任的。

阅读这本书会使你最大限度地去做出自己的选择。

生活经验告诉我们，我们的生活基本上是由自己的选择和行动决定的。

我在那个晚上的经历让我明白了这个道理，此后我经历的每一天都在证实着这个道理。

建立在清晰的自我意识和自我责任感之上的行动，将彻底改变我们的命运。

当你开始过一种“决不找借口！”

”的生活，你就再也不会任由环境决定着，或者为其他人那些与你的利益不合的欲望所摆布。

你将清楚地知道，将在什么时候、什么地方有机会和责任去做出符合自己利益的决定。

你将清楚地知道，哪些行动将对你的成功或失败负有责任。

你将不再会让其他任何人为你的失败承担责任，也不会因为自己的成功而变得骄傲自满。

你将总是很清楚自己在失败和成功之间所扮演的角色。

你会为自己的成功而感到高兴，也会从失败中吸取教训。

当你开始过一种“决不找借口！”

”的生活，就会被推动着去实现自己的梦想。

成功的具体因素和成功的阶梯你在这本书里发现的做人做事原则，是从我大量的生活经验里挑选出来的宝藏，这个宝藏越是被开采，它的价值就越是不断增加。

它里面包含着如何去过一种幸福而充实的生活的真理。

当你应用这些原则的时候，就会增加对生活的理解，因此会发现更多的机会，在你努力的所有领域取得成就。

为什么要提出“决不找借口！”

”的理念，同时设计出走向成功的阶梯计划呢？

因为我希望把通往成功的原则整合在一起，使读者容易理解和应用。

我希望创造出一种可以操作的方法，这样任何人都可以通过这种方法变得更加优秀，也为其他人做出更多的贡献。

为什么通向成功的原则如此重要？

因为它们就如同汽车的汽油、润滑油和水。

你可能拥有速度最快的汽车，但如果没有这些重要的东西，你可能连比赛都不能进行到底。

因为像汽油、润滑油、水这些简单的东西，却是非常重要的东西。

同样，即使你已经处于通往成功的快车道上，但是如果你忽视了一些基本的东西，你依然会面临着失败的结局。

你需要弄清楚，自己是不是能做到诸如诚实、正直、有明确的目标、成功的愿望以及是不是能彻底放下过去的包袱等。

你是不是已经考虑过这些事情？

大多数人都密切关注着日常生活的挑战，因此他们从来没有停止对这些通往成功的基本因素的思考。

我想为“通往成功的阶梯”找到一个同义词，这个词的每个字母都是一个词组的第一个字母。

而每个词组的意思又都表示“通往成功的阶梯”中的一个阶梯。

我找到了thesaurus这个单词，我查了一下词典，发现这个单词的一个意思是“点子宝库”或“知识的宝藏”。

因此，我就用这个单词来表达“通向成功之路的思想宝库”这个意思，然后把这些思想和读者一起分享。

这样，通向成功之路的阶梯也就铺设成功了。

你只要记住thesaurus这个单词，然后把这个词拆开，每个字母都代表通向成功的一个阶梯和步骤。

比如，第一个字母是t，我们的第一个阶梯就是total|y forgive——彻底宽恕。

第二个字母是h，我们的第二个阶梯就是have selfesteem——自尊、自信。

其他的阶梯你可以到目录那里看一下，或者等我们讲到那里的时候，就自然明白了。

<<决不找借口>>

内容概要

《决不找借口：个人成功阶梯计划书》将帮助你挑战自己固有的思维，跨越思考和感知的极限。触及思想和灵魂的深处，抛弃堆积在骨髓里的文化垃圾，发现自己潜在的力量。

《决不找借口：个人成功阶梯计划书》作者结合许多成功人士做人做事的原则和理念，设计出个人走向成功的阶梯式计划，使读者更容易理解和应用。

任何人都可以通过这种方法变得更加优秀，在奋斗领域取得成就。

只要你正确地理解《决不找借口：个人成功阶梯计划书》提供的个人成功阶梯计划，并把它应用到生活和事业上，就会使你的抱负变成现实，人生达到惊人的高度。

<<决不找借口>>

作者简介

<<决不找借口>>

书籍目录

前言起点：走上成功阶梯的注意事项第1个阶梯：彻底宽恕第2个阶梯：永远尊重自己，永远相信自己
第3个阶梯：改善态度，激发热情第4个阶梯：培养自我控制力第5个阶梯：坚守诚实和正直的做人底线
第6个阶梯：把全部的精力集中在一个目标上第7个阶梯：随时更新你的知识第8个阶梯：学会正确了解别人
第9个阶梯：要成为家人和朋友的骄傲第10个阶梯：坚定自己的决心第11个阶梯：保持成功与生活之间的平衡

<<决不找借口>>

章节摘录

第1个阶梯：彻底宽恕不放下过去，你就无法前进。

当你的脚还在第一个台阶的时候，你就不可能站在第二个台阶上。

你在生活中心境祥和吗？

你是否知道有一种良药，吃下去就能把你从过去的创痛中拯救出来？

你是否知道有一个很有效的想法，接受它就可以帮助你在人生的路上继续向前？

这种良药和想法就是宽恕。

宽恕和成功之间有着什么样的关系呢？

它们之间的关系一定会让你感到惊讶。

宽恕和你的力量之间有着密切的关系。

当你对过去的伤痛和耻辱念念不忘的时候，你自己和你的力量就被过去紧紧地套牢了，而宽恕则可以把你从中拯救出来。

宽恕可以被当做“放弃”来理解，比如放弃仇恨和愤怒。

这中间的道理其实非常简单，如果不宽恕，你就会把自己的时间和精力浪费在对现在毫无意义的过去了。

宽恕是力量的源泉。

宽恕把你投入到过去的精力解放出来，把你现在的注意力集中起来，以便你可以全神贯注于创造未来、建设美好人生。

宽恕是一种智慧，宽恕的本质是爱。

“只有播种的人才有收获。

”这句圣经中的格言在过去的数千年里一直是人生的真理，现在也依然是真理。

宽恕他人，然后你也会被他人宽恕。

战争结束的时候，人们需要宽恕。

胜利者要宽恕那些被征服者和曾经的罪恶。

和平时期的长短在很大程度上取决于双方彼此宽恕的程度。

我们都需要宽恕，不管是我们，还是要我们宽恕的一方。

你是否意识到，当我们和自己的过去和平相处的时候，更有可能把日子越过越好？

只有当你懂得了这个道理的时候，才能认识到宽恕的力量到底有多大。

甚至当你还没有机会和被宽恕者一起合作，实现一个共同的目标的时候，宽恕对方都可以产生巨大的力量。

<<决不找借口>>

编辑推荐

这是一本教你为自己负责的充满热情、积极乐观的好书！

瑞菲柏雷先生把自己的许多经历和感受投入了《决不找借口:个人成功阶梯计划书》之中。

他的个性和雄辩在每一页里都可以明显地看出来。

《决不找借口:个人成功阶梯计划书》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描述，让读者很容易理解并牢记在心。

《决不找借口:个人成功阶梯计划书》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。

<<决不找借口>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>