# 读《人生没有橡皮擦》有感（范文大全）

来源：网络 作者：梦里寻梅 更新时间：2025-01-25

*第一篇：读《人生没有橡皮擦》有感阅读完《人生没有橡皮擦》后，我颇有感触，深受启发，所以，今天，在这个庄严而肃穆的场合，我愿意把我的体会讲给风华正茂的你们，望你们在人生之路上走得更稳、更踏实。 书中故事的内容很简单：作者年少的时候和同学一起...*

**第一篇：读《人生没有橡皮擦》有感**

阅读完《人生没有橡皮擦》后，我颇有感触，深受启发，所以，今天，在这个庄严而肃穆的场合，我愿意把我的体会讲给风华正茂的你们，望你们在人生之路上走得更稳、更踏实。

书中故事的内容很简单：作者年少的时候和同学一起，费尽心思捉弄嘲讽一个柔弱的女孩，甚至对这个女孩一家人都造成了伤害。结果，那个女孩心理压力特别大，以致得了神经衰弱，最后被迫转学。作者在文中表达了对年轻时错误行为的悔恨，同时，也给我们每个读者深刻的启迪。

文章中有这样一段话特别耐人寻味。

“我们每个人都会犯错误，有时如果幸运的话，一块橡皮可以解决问题。我们可以反复擦拭那张纸，然后轻轻拂去尘屑，漫不经心造成的后果就会消失，只留下一个微不足道的痕迹。但是，人生有些错误是永远也擦不掉的，无论你当时多么年轻。”

是啊，人生就像一张白纸，人走的每一步都是在这张白纸上写答案。有的人纸上可能都是正确答案，有的可能都是错误答案。但不论对错，只要你写到这张纸上，就无法反悔和修正，因为，人生没有橡皮擦。

亲爱的同学，当你清晨睁开眼时，你就应该想一想：今天，我该怎样度过?是庸庸碌碌、浑浑噩噩混日子，还是踏踏实实、端端正正求知识?是在我的人生白纸上留下一条黑黑的污迹，还是在上面描绘精彩的一笔?你应该首先对自己有明确的目标，然后对准目标去做。否则，当你迷迷蒙蒙睡过一节课后，当你急急忙忙抄完别人的作业后，当你用言语伤害别人之后，当你急躁冲动和同学动拳脚之后，当你以大欺小向小同学施威之后，当你不能自控参与赌博之后……同学，你就已经来不及后悔了。因为你的人生白纸上的污点就无法用橡皮擦抹去了。因为，人生没有橡皮擦。

人生真的没有橡皮擦。逝去的已经逝去，错过的已经错过，后悔的也只能后悔，但一切都无可改变，无法挽回。

我曾记得，作家路遥在他的小说《人生》扉而上写道：“人生的道路虽然漫长，但紧要处常常只有几步，特别是当人年轻的时候。”所以，各位同学，望你在年少的时候走好你的人生路，让它留下一路稳健踏实的脚印，留下一路馥郁可人的芬芳!

请记住：人生没有橡皮擦!

feisuxs范文网【www.feisuxs】

**第二篇：人生没有橡皮擦公益广告解说语**

从我们降临到这个世界开始，一步一个脚印的开始描绘属于我们自己的生活。

小时候没有烦恼，能随心所遇的快乐。随着渐渐成长，生活中可能会出现一些偏差。特别是缺乏父母关爱的小孩，更容易陷入泥沼。

是xxx呢，还是xxx仁者见仁智者见智。但是有一点是一样的——那就是：人生没有橡皮擦，就算是错了也不可能重来。

接下来这则公益广告就是从绘画的角度，描绘了一个小女孩的成长过程，是一支很安静的短片，却有很深远的力量~~你会感悟些什么。

伴随着《帕赫贝尔的卡农》的音乐缓缓响起，这则来自挪威的公益广告从婴儿时期的彩色颜料入手，进入青年时期的黑色涂鸦，而临近结尾处，广告情节逆转，借助一块橡皮擦重新改写了人们的童年。童年是多彩的，珍贵的，但它却又非常短暂，回看童年，当时的时光是那么令人向往和留恋。那时候年少轻狂，所以如初生的牛犊一样，横冲直撞，一往无前，但是，内心却又如水晶一样，晶莹澄澈，又敏感脆弱。

那么有哪些同学愿意向我们说说，那些让你很后悔的曾经呢？

是啊，我们每个人都会犯错误，有时如果幸运的话，一块橡皮可以解决问题。我们可以反复擦拭那张纸，然后轻轻拂去尘屑，漫不经心造成的后果就会消失，只留下一个微不足道的痕迹。但是，人生有些错误是永远也擦不掉的，无论你当时多么年轻。

人生就像一张白纸，人走的每一步都是在这张白纸上写答案。有的人纸上可能都是正确答案，有的可能都是错误答案。但不论对错，只要你写到这张纸上，就无法反悔和修正，因为，人生没有橡皮擦。

亲爱的同学，当你清晨睁开眼时，你就应该想一想：今天，我该怎样度过？是庸庸碌碌、浑浑噩噩混日子，还是踏踏实实、端端正正求知识？是在我的人生白纸上留下一条黑黑的污迹，还是在上面描绘精彩的一笔？你应该首先对自己有明确的目标，然后对准目标去做。否则，当你迷迷蒙蒙睡过一节课后，当你急急忙忙抄完别人的作业后，当你用言语伤害别人之后，当你急躁冲动和同学动拳脚之后，当你以大欺小向小同学施威之后，当你不能自控参与赌博之后„„同学，你就已经来不及后悔了。因为你的人生白纸上的污点就无法用橡皮擦抹去了。因为，人生没有橡皮擦。

人生真的没有橡皮擦。逝去的已经逝去，错过的已经错过，后悔的也只能后悔，但一切都无可改变，无法挽回。

我曾记得，作家路遥在他的小说《人生》扉而上写道：“人生的道路虽然漫长，但紧要处常常只有几步，特别是当人年轻的时候。”所以，各位同学，望你在年少的时候走好你的人生路，让它留下一路稳健踏实的脚印，留下一路馥郁可人的芬芳！

请记住：人生没有橡皮擦！

**第三篇：人生没橡皮擦心得**

读《人生没有橡皮擦》有感

阅读完《人生没有橡皮擦》后，我颇有感触，深受启发。书中故事的内容很简单：作者年少的时候和同学一起，费尽心思捉弄嘲讽一个柔弱的女孩，甚至对这个女孩一家人都造成了伤害。结果，那个女孩心理压力特别大，以致得了神经衰弱，最后被迫转学。作者在文中表达了对年轻时错误行为的悔恨，同时，也给我们每个读者深刻的启迪。

文章中有这样一段话特别耐人寻味。

“我们每个人都会犯错误，有时如果幸运的话，一块橡皮可以解决问题。我们可以反复擦拭那张纸，然后轻轻拂去尘屑，漫不经心造成的后果就会消失，只留下一个微不足道的痕迹。但是，人生有些错误是永远也擦不掉的，无论你当时多么年轻。” 是啊，人生就像一张白纸，人走的每一步都是在这张白纸上写答案。有的人纸上可能都是正确答案，有的可能都是错误答案。但不论对错，只要你写到这张纸上，就无法反悔和修正，因为，人生没有橡皮擦。

当你清晨睁开眼时，我们就应该想一想：今天，我该怎样度过?是庸庸碌碌、浑浑噩噩混日子，还是踏踏实实工作、端端正正求知识?是在我的人生白纸上留下一条黑黑的污迹，还是在上面描绘精彩的一笔?你应该首先对自己有明确的目标，然后对准目标去做。否则，当你浑浑噩噩过晚一天之后，你就已经来不及后悔了。

因为你的人生白纸上的污点就无法用橡皮擦抹去了。因为，人生没有橡皮擦。

人生真的没有橡皮擦。逝去的已经逝去，错过的已经错过，后悔的也只能后悔，但一切都无可改变，无法挽回。

我曾记得，作家路遥在他的小说《人生》扉而上写道：“人生的道路虽然漫长，但紧要处常常只有几步，特别是当人年轻的时候。”所以，各位同学，望你在年少的时候走好你的人生路，让它留下一路稳健踏实的脚印，留下一路馥郁可人的芬芳!

紫 云 镇 大 学 生 村 干 部 姓 名：

职读 书 心 得 体 会

**第四篇：读没有任何借口有感**

读没有任何借口有感

当阅读完一本名著后，相信大家一定领会了不少东西，不能光会读哦，写一篇读后感吧。那要怎么写好读后感呢？以下是小编为大家收集的读没有任何借口有感，欢迎阅读，希望大家能够喜欢。

读没有任何借口有感1

人这一生中总要经历些挫折才会成长。人非圣贤，孰能无过？特别是我们这样初入社会毫无经验的职场

最近，读了《没有任何借口》一书中的部分内容，也着实为自己“充了电”，“没有任何借口”是西点军校奉行的最重要的行为准则，它强化的是每一位学员想尽办法完成一项任务，而不是为没有完成任务去寻找任何借口，哪怕是看似合理的借口。

巴顿将军送信的故事让我感悟颇深，巴顿将军在送信的过程中，遇到了四支队伍的“忠告”，阻止他前进，但是巴顿将军并未因其中的任何一次劝告而退缩，最终完成了本次送信任务。

在实际工作与生活中，我们也该有巴顿将军的精神与觉悟，不因任何人的言论、任何事的阻挠而退却。

不讲如果，只讲结果。

记得看过《冲出亚马逊》这部电影，影片中某些情节和书中所提内容亦有相似之处，例如，军官下达的任务，你只有三个选项：服从、绝对服从、完全服从！

而无论多么艰巨的任务，都要接受它，努力去做。正如我们，对于一项工作从陌生到熟悉可能需要许多时间，但是给你一个明确的任务，去达到目标，是可以通过努力短时间完成的。我们要知道，领导要的是结果，不是你喋喋不休、长篇大论的辩解。结果不好，就是不好。

不为失败找借口，只为成功找方法。小白，在完成一项工作任务时会觉得自己没有经验啊，所以，如果做的不好也是有原因的。实则不然，遇到问题，就该想尽一切办法去解决问题，而不是为自己的不付出找出一堆冠冕堂皇的理由来博得自己内心的心安。要记住，命，是失败者的借口；运，是成功者的谦词。

拒绝平庸，选择完美。

别把平庸当成“平凡”。平庸，是一种涣散，是一种拖延，是自我放弃。平庸，可以将人深深的埋在谷底。平庸的人，没有创造，没有发展，如墙头草一般，永远随风飘摇。

无论是工作，还是做人，我们都应该拒绝平庸，选择完美。坚定自己的信念与决心，努力完成一项工作并尽自己所能做到极致！正如我们领导所言：你不要当一天和尚撞一天钟！是的，不要自甘堕落，做有态度的自己。

一切责任的第一条：不要成为懦夫。

失败了，就甘心如此；做错了，就置之不理；不会做，就破罐破摔……都是怯懦的表现，而一切的怯懦，都是因为没有责任感。

认真努力地完成手中的工作，就意味着责任。居里夫人说过：我们应该不虚度此生，应该能够说：“我已经做了我所有能够做的事。”我们要将责任根植于心，让它成为脑海中一种强烈的意识，在日常生活和工作中，这种意识会让我们表现的更加卓越。这对于我们的工作，特别是初入职场的小白来说，是非常有必要的。

《没有任何借口》一书，让我懂得了颇多道理以及如何面对一项工作任务。我将努力提升自身素养，提高执行力和责任感，努力寻找解决问题的方法，不为自己找借口。在工作与生活中，我们要走的路还很长，我该坚定信念，顽强、积极、乐观，遇到困难不退却、不怯懦，要努力培养“越挫越勇”的精神。

或者，就要冒着死去的风险；心怀希望就要冒着忍受绝望的痛苦；努力尝试却有可能会失败，但我们需要去冒这些风险，因为人生中最大的风险就是不冒任何风险。——后记

读没有任何借口有感2

“没有任何借口”，是一本书，一种方式，甚至可以说是一个目标，可能我们终其一生都在想办法达到这个标准，这种行为。“没有任何借口”，是西点军校奉行的最重要的行为准则，它强化的是每一位学员想尽办法去完成任何一项任务，而不是为没有完成的任务去寻找任何可能借口，哪怕看似合理的借口。在他们身上，体现出一种服从、诚实的态度，一种负责、敬业的精神，一种完美的执行能力。

“没有任何借口”，乍一听到这句话的时候，觉得很稀松平常，一笑置之，但是在翻阅了书中内容之后，发觉并不是想象中的那么容易。我们在工作最开始时可能能不找任何借口的去做领导布置的任务，但是要想一直保持住这种习惯，却是难于登天。我们都是刚刚从象牙塔出来的职场小菜鸟，周围的人一直在说：上班了，就不跟上学一个样了，什么事都得靠自己，都得去学，都得去做。那时候听到只是觉得他们在小题大做，工作中做事的时候还是按照以前的方式来，但是遭遇的却是完全相反的两种情况。上学的时候，做任何事，感觉都有人在教，没有老师还有室友，没有室友还有同学，基本不会自已一个人去做事，但是上了班就大相径庭了。没有人说，没有人教，周围同事都在忙的时候，给你一个任务，全都要自己去弄，即使你去问别人，他们可能都因为忙而没空搭理你，所以最后的结果可能就是没做好，挨领导一顿骂。

现在的我们都是初入职场，对一切还都懵懵懂懂，毫无经验。我们最开始需要学的就是明白细节决定成败：少了一根铁钉，掉了一只马掌；掉了一只马掌，丢了一匹战马；丢了一匹战马，败了一场战役；败了一场战役，失了一个国家。最开始看到这一块内容的时候真的吓了一跳，从来没想过造成最终这种惨败的局面的原因居然是因为少了一个小小的马掌钉。这看似很小的一个细节，掌握的却是全部的所有。而我们现在缺乏的就是细心、细致，抱着侥幸的心理，得过且过。在大学四年的学习中也是，为了考试而背书，平时不好好学，只等着最后考试的时候才开始背，所以最后的结果可想而知。我们需要为我们的所作所为负责。

“没有任何借口”体现出的是一种完美的执行能力。做事拖拖拉拉，行为散漫，导致事情无法按时完成。而这个时候，我们可能会找各种托辞，这个没学过，那个没见过，但是可能就是这些以后会波及到我们的茁壮成长。

“没有任何借口”，看似很不近人情，但是它却是我们大多数人都很难办到的一件小事。对于我们这些新入职场的小菜鸟来说，服从、忠诚、诚信、负责都是我们需要一点点学习的内容，这些内容学习的完成可能需要的是我们的一生或终其一生都在追求，都未能完成。我们现在就需要脚踏实地，一步一个脚印，以学习为目标的进行工作。

读没有任何借口有感3

通过学习《没有任何借口》，让我对“没有任何借口”这一理念有了更深刻、更全面的把握。

借口是一种不好的习惯，一旦养成了找借口的习惯，就会让我们的工作变得拖沓而没有效率，会让我们的人生变得消极而最终一事无成。有时我抱怨工作量大，业务繁多，因而对工作积极性不高。如果我们能够以精益求精的态度，火焰般的热忱，充分发挥自己的特长，充分调动我们的智慧，那无论工作再复杂繁多、工作再辛苦艰难，我们也能够从容应对。这就是自动自发的魅力所在。我们在抱怨的时候，其实就是在逃避，就是在寻找借口，不愿意承担艰巨的任务。我们在抱怨、逃避的同时，也正在丧失机会，因为艰苦复杂的工作是对我们的锻炼和考验，只有经历了艰难困苦的磨炼，我们才能从实践中积累经验，不断走向成熟，不断提高自身能力，不断创造辉煌。

这本书教会了我无论接到什么样的工作任务，遇到怎样的困难，都要想尽办法去完成，而不是遇到难题就退缩和推诿，不但要迎难而上，而且为了完成任务还要具有开拓创新的精神，坚强的毅力和必胜的信念。它使我学会了如何适应压力，并把压力变成动力，而不是去为完不成任务而寻找借口。所有的工作都是由一件件的小事组成，一个对小事不负责的人，也承担不起大事业。就像书中说的“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。不吵闹、不抱怨、不指责，担起责任，立刻去做。执行命令时，不仅执行表面意思，还要执行内在精神”。

机会来自于苦干。机会不会垂青于那些浪费时间、懒惰的人。伟大的成功永远属于那些富有奋斗精神的人。

读没有任何借口有感4

何谓没有任何借口？这是我们部长一直强调的一句话，以下是我个人的几点拙见。

首先这是心态问题，更是一种自我负责的精神。只有对自我负责的人才能对工作、对家庭、对社会负责。没有任何借口对于任何领域都是没有界限而言，无论是生活中还是工作中，大事还是小事，只要是你自己做的其后果好与坏都要你自己去承担。这句话尤其适用于工作之中，领导委派给我们工作是对我们的`信赖，我们没有任何借口推脱，事情没有做好更没有任何借口逃避责任。只有我们对待事情、任务没有任何借口的去执行，同时在完成过程中做到保质保量，才会避免不好的结果发生。

从小到大，我们的学习、生活、工作无不存在于困难与矛盾当中，比如上学的时候，每次成绩考不好，就会找各种理由来逃避家长老师的责罚，“我忘了背这道题；我复习的题目这次都没考；这套题出得老师说比较难；老师卷子判错了”还有我们熟知的典故“明天我再去做”等等。说到底还是自己没有把功课做到位，拖延找借口不做或者被逼的不行了再着手去做。其实自己对自己负责，自然就不会找这么多理由了也不会这么痛苦了。

其实世界本身就是矛盾的，没有什么事物是不包含矛盾的，没有矛盾就没有世界，所以我们要正视它们。遇到困难很正常不应该选择逃避，制造和接受借口本身也不易于我们的身心健康，会产生一系列问题，从抱怨、推诿、卸责的消极情绪，到拖延发展成为部分或全部失败的恶性循环。这样不但对自身不好，对与领导、身边同事来说对你这个人的信任也会大打折扣。长此以往，便会意识不到自己正在找借口，因为这已经成为一种无知的、下意识的习惯，这是件非常可怕的事，最终只会被别人贴上“常有理”的标签。从表面看起来找个借口给自己找了个台阶下，听起来并不是很糟糕，但这些个借口正不知不觉的吞噬着我们的激情和斗志，渐渐地使自己变成一个得过且过的人，对工作学习不再抱有积极性，工作损失、领导责罚是一部分，最重要的是毒害了自己。年轻人嘛，就应自带正能量，做事情主动积极一些。

我想只要我们做到态度认真，自我负责、勤学肯干、脚踏实地，没有什么事情完成不了的。领导也不会给我们出难题，即使做的不十分出彩，至少我们尽力了，平平淡淡也是真嘛~这和找借口不做，糊弄蒙人是不能比拟的。

我始终相信没有比人更高的山没有比脚更长的路，关键在于——走心就对了。

读没有任何借口有感5

听到“没有任何借口”，联想到高一时班主任说的两句话：一是我说的就是对的；第二条是如有疑问，请遵从上一条。话末，当时当一个玩笑就过去了。或许是由于当时年轻，心智还不太健全，没有明白其中的深层含义。而随着年龄的不断的增长，阅历的不断丰富，慢慢悟出了其中的道理。

没有任何借口，我首先想到的是“服从”。只有先学会服从，才能开展接下来的工作。其次是“执行”。工作讲究的是及时性和有效性。当领导交代给你工作的时候，不要总是尝试去找借口，更多的是如何避开不利条件，同时也应去创造完成任务的有利条件。当领导交代给你的任务你不能保证能够完成，不要先去进行推脱，不要在心理上给自己打下一个深深的烙印，我完成不了这个任务。此时你要做的是你要逾越自己畏惧困难的鸿沟。同时，给自己建立强大的自信心，学会自己去鼓励自己。因为有可能领导交代给你的任务是你职业生涯中的转折点。只有在不断的实践过程中，我们才会不断提升自身的能力，更好地做好自己本职的工作。但是，没有任何借口并不意味着一味的盲从，(本文来自于范-文-先-生-网)记住你不是一台被人操纵的机器，要善于分辨好与坏，有一定的判断意识，不断地去润色才能出类拔萃，不断地充实自己。

唯物主义辩证法认为；物质决定意识，意识反作用于物质。所以一个人的心态和思维方式在自己的职业生涯中有着至关重要的影响。一个人工作的执行力是受其思想而支配的，如果喜欢自己的本职工作，就会全身心的投入；反之，对这份工作充满了厌倦，则会效率低下，影响整体的工作进程。如果一个人是积极向上的精神状态，在面对困难得时候选择“逆流而上”，努力的去克服困难，度过难关，这说明这个员工有足够的抗压能力，有着一颗不屈服的心；而在面对困难时选择逃避，生怕殃及池鱼，这种员工则会平平庸庸。所以我们在工作中应以饱满的精神状态去对待每一份工作，对于新入职的我们更应该对工作投入极大的热情，主动地去做一些力所能及的事情，以一种求知的心态去工作，在工作中总结经验，从而更好地融入工作，提高工作的效率。还有不可忽视的一点是员工的执行力与领导的个人魅力、企业文化息息相关，这种影响是潜移默化的。如果领导是一个行动派，我相信员工的执行力也会特别高，反之亦然。因此，营造一个良好的氛围是必要的。现在的人们越来越追求精神满足，所以员工加入公司在一定程度上与公司的经营理念和企业文化是存在一定的关系的。

效率与公平是一对矛盾体。要想做到公平，应去提高效率。只有不断地提高办事效率，自己的收获也会越来越多。如果一个员工只在乎自己的回报，却不努力付出，这种人必然会在激烈的竞争环境中被淘汰。

因此，对于领导下发的任务要及时的、保质保量的完成，保持积极向上的心态和一颗不断求知的心，人只有不断的进步，才会收获胜利的果实。在服务行业中，我们更应以礼待人，以一颗谦卑的心去对待周边的人、事、物。喜欢一句话：今天种下助人的种子，总有一天会结出甜美的果实，最终受益的还是你自己。

读没有任何借口有感6

《没有任何借口》当时手里捧起这本书的时候就爱上了。

No Excuse!应该成为最犀利，最锋利的做事方法，人生态度！

想起十八九岁初出茅庐时的那股闯劲，天不怕地不怕的气势。每天骑自行车五六十公里只为成就客户的决心，想起了客户那欣喜的笑容……

随着年龄的增长，发现借口让我们逃避了困难与责任。“拖延”开始普遍蔓延……

我要改变，必须改变！！

“天赋责任，不容推卸”一个令我佩服的姐姐这样来诠释——本月份一迪姐姐去到青岛的某训练营进行学习提升。营里分配了各项任务，姐姐在晚上发生了意外，头磕在地板边沿……姐姐为了完成任务带到天亮后才匆匆赶到医院缝合了六针，没有任何休息姐姐又傲战了十个昼夜。是的，她坚持了下来，冒着三十八九度的高温，坚持了下来！！姐姐就是我的榜样！

在今后的工作、学习、生活中，我将把“没有任何借口”作为自己的座右铭，诠释这份独一无二的定义。

读没有任何借口有感7

“没有任何借口”是美国西点军校200年来奉行的最重要的行为准则。它强化的是每一个学员想尽办法去完成任何一项任务，而不是为没有完成任务去寻找借口，哪怕是看似合理的借口。它体现的是一种负责、敬业的精神，一种服从、诚实的态度，一种完美的执行能力。而这些优秀品质，正是我们所缺少的东西。认认真真地秉承这一理念，践行这一理念，当作“立身之本”，不仅对于自己的工作，甚至对于自己的整个人生，都是最宝贵的诤言。

读完《没有任何借口》一书，心里不由得多了几分感慨，更多的是惭愧。多少任务和时间都在放纵与不经意的小借口下拖延流逝，我们应该懂得的是责任，并且做好每一件看似微不足道的小事，才会赢得更大的成功！

在生活、工作和学习中，我们经常会有一些借口，甚至已经习以为常，且耳熟能详，或许我们已经习惯了这种类似的“借口”，而且也习惯了别人向我们用“借口”来解释。我们习惯了用这些借口来解释我们在学习、工作、生活中所遇到的困难。也许这种方式已被认为是一种正常，甚至是一种积极的心态，其实这就是一种逃避困难的借口。

通过对“没有任何借口”一书的学习，使我深深体会到，不能让借口成为自己的习惯，不管在什么条件下，对待工作我们要无条件的执行，把工作看作是自己的一份责任，而不是义务，只为成功想办法，不为失败找借口。因为没有什么不可能的事情，只要我们不把借口放在我们的面前，就能够做好一切，就能完全的尽职尽责。

尤其是作为一名青年律师的我，更应该认真做好手中的每一件事，每一起案件，认真负责的对待和完成领导交办的每一件工作，不管事务再繁杂，工作量再大，都应尽最大的努力完成各项工作任务，没有任何借口。以高度的责任感、使命感和工作热情，积极负责地为客户和当事人服务，从身边事做起，以身作则。在工作中要勤学苦练、甘于奉献、爱岗敬业，尽心尽职的做好业务工作和所务工作，以专业高效的态度服务客户和当事人，以自身的专业技能维护客户和当事人的合法权益。

就像书中所说，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！

读没有任何借口有感8

最近我一直在读《没有任何借口》一书。这本书体现的是一种完美的执行能力，一种服从诚实态度，一种负责的敬业精神。

很多时候我们常常抱怨外在的条件，其实在你抱怨的时候，实际就是在为自己找借口了，而找借口的唯一好处就是安慰自己。但这种安慰是致命的，它对你的现存状态无动于衷，在这种心理的暗示引导下，你不去思考克服困难，完成任务的方法，哪怕是只要改变一下角度就可以轻易达以目的。

“没有任何借口”体现了一个人的敬业精神。选择了教师这个职业，就必须接受它的全部，而不是仅仅只享受它给你带来的益处。教师的工作是烦琐的，当我面对着这些琐事时，当我看着一个学生学习上敷衍了事时，当我一次又一次指责学生时，我越来越习惯于告诉自己，这个学生我管不了，我没有办法了。但是闪过这个念头之后，我又会有很强的罪恶感。因为“没有任何借口”代表着一种的强烈的“责任感”。我决定：只要我在这个岗位上一天，那么我就要做到无愧于这份工作，无愧于学生，无愧于自己。

成功归根究底只属于那些不寻找借口的人！我会牢记：工作中没有借口，人生中更没有借口！

读没有任何借口有感9

3月5日下午，学校的多功能室里座无虚席，老师们围坐一起，正在起劲地进行着读书沙龙活动。

原来早在寒假前，学校为了继续深入开展 “创先争优”活动；为了进一步扎实创建“书香校园”；为了建设一支思想素质强、业务水平高的教师队伍；为了引导教师养成崇尚读书、终身读书的习惯，使教师们在碰撞、交流中分享智慧，收获成长，享受幸福的教育人生。校长就对老师们提出了要求：阅读《没有任何借口》一书，写出读后感，开学交流。

开学两周，交流活动如期开始，活动中，老师们各抒己见、畅所欲言，纷纷发表着自己的观点。二年级组的老师们更绝，她们把这次看似简单、枯燥的读书交流设想成了一次别开生面的招聘会。只见她们把自己的组员设为了应聘者，而当这些胸佩应聘标志的老师们鱼贯走上讲台时，台下的老师们恍然大悟：怪不得，几天前看到他们在做什么呢，原来是这样。同时，大家也为她们如此重视读书交流活动感到佩服。待应聘者坐定，组长便根据《没有任何借口》一书的观点，联系教学中的相关问题向组员们提出了问题，如：作为班主任，你是如何理解书中：“工作无小事”这一观点的？作为数学老师你是如何理解没有责任感的老师不是合格的老师呢？请结合实际说说你是如何理解“带着热情去工作”这个观点？等等。

在老师们热烈的交流中，活动结束了，正如王校长的总结：水韵悠悠，成万道清泉，浇灌祖国希望的花朵；书香脉脉，成一派正气，涵养国师俊俏少年。酷爱钻研，醉心读书，喜看国师教师“人追名优”；改革创新，家园文化，展望国师校园“校竞一流”。

是的，我们可以相信，国师这座有着古老历史的学校，一定会在这浓郁的书香氛围中茁壮成长，结出累累硕果！

读没有任何借口有感10

在新华书店偶尔看到《没有任何借口》这本书，当我对这本书感觉有些好奇的时候，又被它的序言所深深吸引住了，这几天认真品味了一番，确实感受很深。《没有任何借口》讲述的是：“‘没有任何借口’是美国著名的西点军校200年来奉行的最重要的行为准则，是西点军校传授给每位新生的第一个理念。它强化的是每一位学员想尽办法去完成任何一项任务，而不是为没有完成任务去寻找借口，哪怕是看似合理的借口。秉承这一理念，无数西点毕业生在人生的各个领域取得了非凡的成就。”这本书将这种理念很好的与我们现实生活学习相结合，给予我们在工作学习中以很好的指导性作用。下面谈谈我读了这本书的体会：

一、不要让借口成为一种习惯：

在现实生活工作当中，我们都能寻找各种借口来应付和安慰自己或老师，并且都已经习以为常了，所我们的学习成绩一直上。老师昨天布置的家庭作业，今天早上检查，明明是他没有做，可他偏偏说忘到家里了。老师说他字写得差，他说作业太多等等借口是我们的家常便饭常。借口只是让我们暂时逃避了当时不挨批评，获得了些许心理上的慰籍，但现实并没有改变什么？它给我们带来的危害一点也不比其他任何恶习少。借口是拖延的温床，在学习上拖延是会严重影响成绩的，对于我们以后的成长，拖延的后果是无法让人想象的。今天该做的作业拖到明天完成，现在该做的事情等到一两个小时后才做，我们也常能找到借口来解释，其实我们不论用多少方法来逃避责任，该做的事情，还是得做。找借口拖延只会说明我们是在蒙混他人是不负责任的人，没有谁天生就能力非凡，正确的态度是正视现实，我们要以一种积极的心态去努力学习、不断进取。我们要把寻找借口的时间和精力努力用到学习中来。让我们远离借口，不要让借口成为一种习惯。

二、这是我们的工作：

我们的学习就是我们的工作，由很多我们认为的小事组成的，比如对一节课的态度、一道练习题、一个英语单词等。课堂上无小事，很多时候，一个单词你没有记住，它会影响你整个英语的成绩。《怎样给猎狗分骨头》一书里讲了一个故事：在一次狩猎中，猎狗追赶一只野兔。它跑了半天也没有结果，猎狗便停下来放弃了。牧童见猎狗失败了，就嘲笑它说：“你比野兔大得多，却是小的跑得快”。猎狗的解释是：“那是因为我们奔跑的目的不同，我只是为了一顿饱餐，而兔子却是为了活命哩。”很多时候，成功与否并不在技术与资金，而是在于态度，在于你的决心是否足够。要坚信，在这个神奇的世界，一切皆有可能

三、用心地做最优秀的学生：

美国著名营销专家布鲁金斯说：“不是因为有些事情难以做到，我们才失去自信；而是因为我们失去了自信，有些事情才显得难以做到。”我认为，成功取决于态度，如果我们觉得自己学习成绩不好，那么学习态度有可能是最主要的原因。培养自信乐观的态度是学习的前提。有个医生做过一个实验：用水和糖加上某种颜色配制了一种安慰剂让患者服用，如果患者相信药力并持乐观态度，疗效就非常好。其实，安慰剂并无疗效，是医生夸大了它的作用，结果有90%的人服过安慰剂后，病情大大减轻，有的甚至痊愈。这说明心态在起作用，学习首先是一个态度的问题，是一种发自内心的；一种对学习的真爱。学习需要热热心肠；学习需要努力和勤奋；学习需要一种积极主动、自发的精神。只有以这样的态度对待学习，我们才会取得成功。成功者和失败者的分水岭在于成功者无论做什么，都力求达到最佳境界，丝毫不会放松；成功者无论做什么职业，都不会轻率疏忽。

四、永远怀抱一颗感恩的心。

我们好多同学都认为：学习是给老师学的。一对老师有意见就说不给你学了，更有甚者不愿意上这个老师的课，然而他不知道：老师对他的严格批评是对他好！如果一个学生，多考虑老师的难处，多给老师一些同情和理解；如果是老师的话，则需要考虑学生的心里承受能力，对学生们多一些表扬和鼓励。感恩是人类最重要的美德。那些永远怀抱一颗感恩的心的人都是努力学习不找任何借口的学生。在自己学习好以外，还积极地帮助其他同学，知道尽心尽力作好每一件力所能及的事情。羔羊跪乳，乌鸦反哺，动物尚且感恩，何况我们。人可以为一个陌路人点滴帮助而感激不尽，却无视朝夕相处的爷爷奶奶、爸爸妈妈、老师和同学们的种种恩惠。将一切视之为理所当然，从情感的角度，也许有一份亲情和友谊。感恩并不仅仅有利于家庭的和睦；同学间的团结、师生关系的融洽，对于个人来说感恩是丰富的人生。它是一种深刻的感受，能够增强个人的魅力，发掘出无穷的智能。我们如果每天都能带着一颗感恩的心去学习，相信学习时的心情自然是愉快和积极的。我们每一个人都获得过别人的帮助和支持，应该时刻感谢这些帮助你的人。一个人的成长，要感谢父母的恩惠，感谢国家的恩惠，感谢师长的恩惠，感谢同学们的恩惠。没有父母的养育，没有老师的教诲，没有国家的爱护，没有同学们的帮助，我们能有今天的成绩吗？所以感恩不仅仅是一种美德，还是一个人之所以为人的最基本的条件！

**第五篇：读《没有任何借口》有感**

文章标题：读《没有任何借口》有感

诚实敬业认真负责做一名合格的qy员工

《没有任何借口》一书，以精湛客观的理论为中心，以真实易懂的事例为论据，精辟地论述了一名有责任感、诚实敬业的员工所必须具备的行为准则和理念，“没有任何借口”从思想上、行为上阐述了负责敬业的精神、服从诚实的态度和完美的执行能力，是我们发展电力事业，振兴电力事业所必须具备的。“没有任何借口”督导我们在日常工作中要想尽办法去完成任务，而不是去寻找任何借口，哪怕看似合理的借口。只有没有任何借口的去出色的完成工作任务才能体现电业员工的诚实、敬业、负责、服从。

只有诚实敬业，以企业的振兴为己业，才有创新发展的企业未来。作为一名企业员工只有爱岗敬业，勤奋工作，无怨无悔，精益求精的要求自己，用生命、用信心、用理念去做好工作，把工作作为自己的信念，视工作为快乐，并要全身心的投入，要始终保持对工作的激情，才能成为出色的员工。任何借口都是怠工的表现，玩忽职守的表现，是推卸责任的表现。爱岗敬业，实事求是，求真务实，诚实守信是一种宝贵的品德和为人做事的准则。不找任何借口，就是对说谎和欺骗的否定和排斥。说谎的人是不诚实的人，不诚实的人是很危险的。任何借口都是说谎的表现。

切实服从工作安排，树立工作责任感、荣誉感。令行禁止，不折不扣，政令畅通是一个普普通通的员工所必备的素质，只有做到一切行动听指挥，上下同欲，从大局出发，全局一盘棋来做事业。首先服从是贯彻实施的前提，只有服从才能使政令贯彻到底。否则，各行其是，就会形成一盘散沙的局面。任何借口都是在拖延、在违抗指令。树立责任意识，就是要勇于承担责任，恪尽职守，尽职尽责。无论做什么事情，都要把握自己的言行，无论在什么样的工作岗位，都要对自己的言行工作负责。做任何事情都要想到企业的荣誉，时刻想着为企业争取荣誉的信念工作，以敬业、服责任、为企业取得荣誉而努力工作，无论是在本职岗位还是参加其他的一些活动，作为企业的一名员工要时刻记住自己的言行代表一个企业，企业的荣誉就是你的荣誉，你要为企业的荣誉保持自己的良好品德，不找任何借口地去推卸责任，去做有损企业形象的事情，而是用我们的责任感、敬业精神、为企业争得荣誉得团队精神去创造，用自信、毅力去体现我们企业的文化和勃勃生机。

诚实敬业、全力以赴、尽职尽责的做好自己的工作，在自己平凡的工作中体现自己的价值，那就是要用尽所有的办法把自己的工作做的更好、更具体、更完美。我们要记住本书作者费拉尔·凯普的一句话：“保持一颗积极、绝不轻易放弃的心，尽量发掘你周遭人或事物最美好的一面，从中寻找正面的看法，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，把这次的失败视为朝向目标前进的踏脚石，而不要让借口成为你成功路上的绊脚石!”

读了《没有任何借口》这本书给了我深深的启迪和触动，《没有任何借口》教会了我无论接到什么样的工作任务，遇到怎样的困难，都要想尽办法去完成，而不是遇到难题就退缩和推委，不但要迎难而上，而且为了完成任务还要具有开拓创新的精神，坚强的毅力和必胜的信念。它使我学会了如何适应压力，并把压力变成动力，而不是去为完不成任务而寻找借口。它能让我在想办法完成工作任务的过程中积累丰富的经验，并能体会到圆满完成工作任务后的成就感。它能激发了自己的内在价值和潜能，而且还使得这种价值和潜能在不断的得到锻炼和提升，从而能更出色完成下一次的工作任务。这使我更加的坚信自己的工作信念，用生命去做事，用积极向上的态度去工作，用忠诚和责任心去服从，做一个忠于企业，忠于工作，忠于自己的合格的员工，把自己真正的融入企业中，满怀激情、有质有量的做好本职工作，以自己的工作为荣，以企业为荣，真正成为一名合格的员工。

《读《没有任何借口》有感》来源于feisuxs，欢迎阅读读《没有任何借口》有感。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！