

起跑點—30

● 30歲是人生 成功的開始

30歲是人生的尖峯年齡，放遠眼光，
展望未來，一步一步踏上成功大道。

聞薇薇●編著



鈴木健二◎原著

聞 薇 薇◎譯著

世茂出版社



起跑點

—30—





著 者：鈴木健二
譯 者：聞 薇 薇
編 輯：郭智德
發 行 人：林正中

起跑點

負 責 人：簡泰雄
地 址：台北市潮州街59巷5號
電 話：(02)3972757-8
郵政劃撥：0750300—7世茂出版社

定 價：110 元整
新聞局登記證版台業字第3208號
1987年5月2版
(本書如有缺頁破損請寄回本社更換)



—
30

出 版 者：世茂出版社
印 刷 者：東雅彩色印刷公司
法律顧問：謝新平 律師
地 址：台北市廈門街99巷8號



目錄

序章 何謂三十歲代



真正的成人.....3

「自0出發」的時候.....5

如何建立「男性的毅力」.....7

1 工作



尚不能做選擇.....13

由小事情培養「洞察力」.....18

在工作中養成人格.....21

「冷淡的人」才能得到四十歲代的通行證.....26

2 出人頭地



假如你是很早出人頭地的勝利者..... 33

工作才能並不一定是升遷的唯一條件..... 37

了解自我的可能性..... 41

升遷——可以由此看出一個人的「為人」..... 45

升遷欲乃是男人的證明..... 48

3 企畫力



身為上司所需的能力..... 53

產生企畫力的前提條件..... 57

讓事業具有附加價值的「秘訣」..... 63

企畫力的開發——兩種方法..... 66

4 行動力



決定自我評價的行動力.....	73
熟悉工作現場.....	78
不會輕易的得到肯定.....	82
企業需要你的行動力.....	85

5 自營・轉職



何謂「最後的機會」.....	93
辭職後成功的人，可獲得高評價.....	98
轉職的成功・失敗.....	101
辭職的方法.....	105

6 人際關係



- 三十歲代的人際關係會影響將來.....111
- 注意縱橫關係.....115
- 創造良好的人際關係.....117
- 不要把權力和權威混為一談.....121
- 小心陷阱.....123

7 健康和時間的管理



- 我的三十歲代.....131
- 沒有時間觀念「游手好閒的人」.....133
- 假如意外地生病.....137
- 能真正保持身心平衡的年歲.....140

8 購屋



購屋的意義·····

定計劃時應注意的事·····

購屋就是創造家庭·····

居住與生活·····

155 153 151 147

9 三十歲代男人的妻子



妻子和母親之間的大差異·····

夫妻之間的瞭解由「聽」開始·····

讓妻子確保「教養的必要時間」·····

丈夫的協力有助於妻子就業·····

173 169 165 161

10 孩子的教育



傳達給孩子以父親的男性氣質和母親的女性氣質……………179

「育」重於「教」……………182

父親應奪回家長權……………185

孩子的舞台是二十一世紀……………188

11 照顧年老的父母親



設定最壞的情況……………193

何時、與何人、對何問題、做何溝通……………197

12 紳士的條件



紳士的三個條件.....203

至少要學會一種外語.....206

單獨到外國遊歷.....207

書籍要經過選擇.....209

叩門.....212

終章 開花的四十歲代



決定勝敗的時刻來臨了.....217

安逸的三十歲代不能讓四十歲代開花.....222

序言

何謂三十歲代



如果以音樂作為比擬，三十幾歲時便是一首未完成的交響樂。

雖然尚未有什麼成果，但是當此一演奏結束，邁向四十歲時，就會產生對將來頗具效率的成果。
最重要的是，不斷的演奏。

真正的成人

三十幾歲——那是一個混沌的時代，雖然自己相當的努力，但又似乎不熱中於什麼事、不知道到底要做些什麼？不論如何，總是會被要求，今天該跑那一條路、明天要慢慢的走另外一條路。到頭來為的只是家人、別人或工作，而四處奔波，卻不知道自己位置所在。

無法用現在式，只能用過去式來描寫自己，真令人感懷！這
是十分悲傷的事，或說對於已經逝去者的懷舊之情。美好的三十
歲代已不復返，怎不令人感到絕望、著急！盼望的心是一片的空
白。

三十歲代是如許愉快的時代。時時為工作酷使著，異常的忙
碌，而且耳畔常會響起太太的催促、要培育子女、由於調職而不
得不携家帶眷遷居……在這種不知所然的動態中，內心卻依然
在期待著某事的發生。

二十歲代，尤其是單身的時候，都是為了個人能享受某一天
或某一夜而忙碌的。可是一到三十歲代，則是為了要負起一家人
生活的重擔或想出人頭地而忙碌奔波。此時，不論在精神方面或
生活上，會逐漸變成真正的成人。這種愉快並不是表面的而是內
在的。此時已漸漸能和其他人共同分享喜悅了，這也表示人生的幅
度愈廣泛了。

以音樂作比擬，三十歲代是未完成的交響樂。雖然還沒有什

麼成果，但是當此一演奏結束，邁向四十歲時，就會產生對將來頗具效率的成果。最重要的是，不斷的演奏。

「自0出發」的時候

不可否認，孩子年紀小，也是使男人產生幹勁的一大要素。等到孩子稍微長大，也就是自己進入了四十歲代後半期的時候，各方面的作爲都全變得較爲保守些，常會不惜犧牲自己來維繫家庭。三十歲代是好比親鳥會帶回食物餵飽張著口等待的雛鳥，即會積極保護家族的時代，而具有悲壯的義務感。

我有一位朋友也是如此。三十一歲時調回總公司，同時也生了長子，當時十分苦惱：這麼微薄的薪水怎麼能養育孩子？那有辦法買一間可以讓妻子安安穩穩過生活的房子呢？在過去，他們夫婦倆毫無積蓄。結婚的時候，十分貧困。我的朋友頭一次拿到存摺的時候是爲了紀念生了長子，所以和太太一起到附近的銀行

存了三千元。當時，他們拿著存摺看了又看，他一直很好奇的想：這種東西就稱作存摺嗎？

依照現在的一般情形，男子擁有第一個孩子的年紀大約是二十九歲，而女子則是二十六歲。所以對男人而言，有了孩子之後，自己便步入了三十歲代。男人平均在三十二點五歲時會生下第二個孩子。由此可見，三十歲代等於是「由0出發」的。在已逝去的三十年——土壤中，終於要開始萌芽了。

此一嫩芽在十年間就會生根萌芽。四十歲代是開花結果的時代、五十歲代便可以採擷果實了。所以三十歲代對人而言，是個快速的、善變的、高度成長的時代。除了要努力工作、維持家庭之外，更別在奔波忙碌中迷失了自己。

在三十歲時，心情平靜，但一到了三十一歲便失去了這種平靜、自三十二歲至五十歲的秋天，或因大病而臥床不起。其間你可能比他人還多工作了三倍至六倍的時間。平均每天睡眠只有五個半小時，實在不是能以「忙碌」二字來形容，簡直是晝夜不分。

我可以斷言的是，在三十歲代若從來沒有忙碌得不能照顧家人的男人，在人生中可真是個不及格的男人。不論就個人或就工作來看，凡是有成就的人都是如此辛苦而致的。在我們的社會中，忙碌在於創造出更忙碌。因此，如果有人問你：「忙不忙？」回以：「很忙。」的人都能獲得工作。如果希望能慢慢地做，把工作做好的話，就要把工作交給有時間的人，讓他能充份地做好。但是，如果很「閒」的人，就難以得到工作了。

根據一般說法，三十歲代是會被周圍的人肯定才幹的好時機。有些人雖然在工作方面沒有什麼成就，但是子女卻十分優秀。這種人將來會在孩子的面前抬不起頭來。在三十歲代時，你的孩子尚且年幼，而你根本不知道將來會變成什麼樣子，只有你的太太是懷有明確目標的人——好好的培育子女。

如何建立「男性的毅力」