



发现幸福的八堂课

8つの実話が教えてくれた「最幸の法則」

【日】西田文郎 著

陈通友 译

在人生中，存在着这样一种「成功」。它与现在社会上普遍认同的成功相反。为什么？因为这种成功不是要战胜他人，而是接受、包容他人。所以对这种成功来说，优先排在第一位的不是「自己」，而是「他人」。

阅 览

B82-49

201211

发现 幸福 的八堂课



[日] 西田文郎 著

陈通友 译

山东文艺出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

发现幸福的八堂课 / (日) 西田文郎著; 陈通友译,

—济南: 山东文艺出版社, 2012.4

ISBN 978-7-5329-3616-8

I. ①发… II. ①西…②陈… III. ①幸福—通俗读物

IV. ①B82-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 218262 号

图字: 15-2011-094

Yattsu no Jitsuwa ga Oshietekureta Saikou no Housoku by Fumio Nishida

Copyright © 2009 Fumio Nishida

Simplified Chinese translation copyright © 2012 by Shanghai 99 Culture Consulting Co.Ltd.

All rights reserved.

Original Japanese language edition published by Diamond, Inc.

Simplified Chinese translation rights arranged with Diamond, Inc.

through Beijing GW Culture Communications Co., Ltd.

发现幸福的八堂课

【日】西田文郎 著 陈通友 译

主管部门: 山东出版集团

集团网址: www.sdpress.com.cn

出版发行: 山东文艺出版社

社 址: 山东省济南市英雄山路 189 号

邮 编: 250002

网 址: www.sdwypress.com

读者服务: 0531-82098776 (总编室)

0531-82098775 (发行部)

电子邮箱: sdwy@sdpress.com.cn

印 刷: 山东临沂新华印刷物流集团有限责任公司

开 本: 787*1092 毫米 32 开

印 张: 4

字 数: 100 千字

版 次: 2012 年 4 月第 1 版

印 次: 2012 年 4 月第 1 次印刷

书 号: 978-7-5329-3616-8

定 价: 22.00 元

版权所有, 侵权必究。如有图书质量问题, 请与出版社联系调换。

引言

当今，最需要的一种能力——“他喜力”

通过心理训练这个工作，我和许许多多其他的人生发生了关系，这些人分布在从体育界到商界的广泛领域。

这些人中，既有大企业的企业家，也有奥运会的金牌得主，也有拉面馆的老板。

而且，他们中的许多人成了我的朋友，现在我们仍保持着亲密的交往，这真是非常难得的。

那么，我想在这里说说其中一位的故事，他是第一代



自己白手起家的企业经营者，不管你从哪一方面去衡量，他都是属于那种在社会上令人钦羡的成功人士。

他得了重病住院治疗了。

我去医院看望他。他躺在病床上看着我，说出了下面的这句话，那一刻他心底的孤寂全都写在了脸上。

“我为了什么这么拼命呢？西田先生，我真的不明白啊！”

他有太太也有孩子，但是听说他们一次都没有来看过他。

实际上，他是一个根本不顾家的丈夫和父亲。

正因为这样，他的太太和孩子也对他没有爱意，眼看着他就要在悔恨和孤独中结束他的人生。

这样的人生算“成功”吗？

即使你是一个不那么优秀的人，在社会上取得所谓的

成功，也是可能的。

只要有赚钱的才智，谁都可以成为按照一般社会标准来衡量的成功人士。

说起这种拥有赚钱才智的人，他们都是把“自己”按优先顺序排在第一位的。因为要想获得成功，首先就必须做到战胜别人。

但是在人生中，还存在着另一种“成功”。

这种成功与现在社会上普遍认同的成功相反。为什么？因为这种成功不是要战胜他人，而是接受、包容他人。

所以对这种成功来说，优先排在第一位的不是“自己”，而是“他人”。

我认为只有同时达到社会性的成功与人性的成功这两种成功，才能算真正意义上的成功，才能算理想的成功。

然而，也许那是非常困难的。

似乎能达到那种完美境界的成功人士一个也没有。



但你先别急着这样说，环顾一下你的周围，我确信你的身边就有这种达到真正成功的人士。

只是你没有注意到罢了。

我将能够同时达到社会性的和人性的两种成功的能力，称作“他喜力”。

就像你从字面上读到的那样，一种能够让他人幸福的能力。

最容易理解的一个例子，就是父母对子女的爱。

用无条件的、绝对的爱去养育自己的孩子，如果可能的话，还会保护他们不遭受这个世界上所有的痛苦，我们常说的“可怜天下父母心”，就是“他喜力”的典型。

我想，如果说为自己而奋斗是通向社会性成功的必由之路，那么为了他人而努力的“他喜力”，就是将人性的成功和社会性成功联结起来的一条纽带。

闻名遐迩的近江商人就信奉一桩买卖要达到“卖主好，买主好，世间也要好”的“三好”标准，用现在时髦的话

来说就是“多赢”。

也可以说，这就是“他喜力”在商业上的应用实例。

我将在本书里，讲述八个发生在我朋友身上的故事。

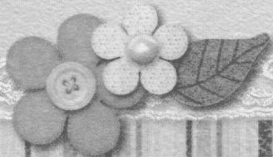
全都是我亲耳闻听，亲眼目睹的真实故事。

读完这八个故事，你也许就能明白“他喜力”是一种什么能力了。

而且，我希望你能发现，为他人而努力奋斗，是与自身的幸福密切相连的“幸福的最高法则”。

西田文郎

为了他人而努力的“他喜力”，是将人性的成功和社会性成功联结起来的一条纽带。作者在本书里，讲述了八个发生在他朋友身上的故事。读完这八个故事，你也许就能明白“他喜力”是一种什么能力了。而且，你会发现，为他人努力奋斗，是与自身的幸福密切相连的“幸福的最高法则”。



引言

当今，最需要的一种能力—— {P1}
“他喜力”

{P1}

为时仅两个月的妹妹
一个拉面店老板的故事



第 1 话



第 2 话

850 个免费“梦想蛋糕”
伊那一家蛋糕店店主的故事

{P19}

{P33}

生活在垃圾山的孩子们
环游亚洲的摄影师的故事



第 3 话



第 4 话

想活到 100 岁的梦想日记
和歌山一家小公司的故事

{P47}



第 5 话

离宇宙最近的男人的真正梦想
小工厂专务董事的故事

{P63}

{P79}

最大的相遇是交通事故
轮椅代表团团长的故事

第 6 话

第 7 话

一颗由寂寞培育的他喜力之心
终于带领公司成功上市的总经理的故事

{P87}

{P95}

一个可以让 70 位残障人士愉快工作
的地方
一对年轻兄弟经营一家干洗工厂的故事

第 8 话

后记

用“他喜力”改变人生！
好运自然来！
这就是能在北京摘取女子垒球金牌的原因

{P109}





第1话

为时仅两个月的妹妹

一个拉面店老板的故事

石崎道裕先生在北海道千岁市经营一家名为“MINORI”的拉面店，他是我的朋友，五十多岁，有个外号叫做“大将”。他这个大将，不是那种看上去盛气凌人、非常了不得的“大将”，而是那种总是想着要用他那颗火热的心来呵护大家的“大将”。

那是2007年5月的事。

在千岁市，一个名叫杉浦贵之的歌词作者以“大将”的故事为中心，制作了一场脱口秀节目。

杉浦贵之先生是一位年轻人，1999年，在他28岁的时候，因为罹患肾癌被医生宣告只能活半年时间，然而他并没有就此屈服，历经了几多苦难之后，他竟然能跑完檀香山马拉松赛，这种康复结果不禁令人瞠目结舌。他觉得自己应该将康复经验与人分享，让其他癌症患者鼓起勇气，所以自那以后他就一直坚持用歌声来鼓励大家。



大将的太太以前因为患乳癌而完全切除了右乳房，所以他一直沉浸于对癌症及人生无常的思索，由此大将也有缘结识了杉浦先生。

话说那个活动举办约一个星期后的一天，杉浦贵之先生给大将捎来了一个口信。

“在千岁市，有一个患癌症的女士想见一见大将您。如果可以的话，能不能请您到医院去看看她？”

据说那位女士是通过互联网认识杉浦先生的，但她为什么想要见大将呢？大将自己也觉得有点奇怪。但是，不管怎么说这也是杉浦先生的一个愿望，所以，大将就抽了一天的空特意去那位女士所住的医院探望她。

躺在病床上的女士名叫伊藤辰代，年龄约 40 岁。

虽然是初次见面，但是她也就草草地和大将打了招呼之后，就断断续续地一直说一些语带怨恨的话。

“我只有两个月的活头了。”

听她这么一说，大将觉得她又要闹情绪了，不过在谈话中他了解到她没有兄弟姐妹，母亲也已经亡故，父亲也弃她不管了，不禁一阵感叹。

“是吗？是吗？我也是独生子，这样的话，我们结成兄妹怎么样？”

大将故作轻松地这样说。

这时，只见她的瞳仁闪现出了喜悦的光芒，脸颊上顿时泛起了笑容。

于是大将认真地说：

“好啊，好啊，我就做你的哥哥吧！”



从那天开始，大将每周都要去医院两三次，探望这个“妹妹”。

最初，她还是有点不好意思，不久，她就管大将叫“哥哥”了。

她的梦想是生活在南方的海岛上，所以她非常用心地保留了许多热带海岛的影集。

她不满足只是翻看那些影集。

“哥哥，等我病好了，我要去那里。”她指着影集上的照片说。

据她所言，她是在几年前的一次酪农的活动上认识大将的。

那是一次帮助收获玉蜀黍的活动，她见到了同样参加活动的大将，对他印象深刻。

“大将简直是魅力四射，只要大将在，会场的气氛就

会格外轻松。”这是她的原话。

后来大将找出那次活动的照片看了看，照片上确实有她的身影。

说话间，自大将第一次来医院看她那天算起，时间已经过去了一个月，到了7月份。

她说自己也想参加脱口秀，也想向观众诉说病痛的苦楚和辛酸。无亲无故、孑然一人的她是不是也希望把自己生命的足迹，在其他人的心中刻下印记呢？哪怕只是一点微弱的痕迹也好。

“明白，我明白，哥哥一定帮你实现这个愿望。”

大将，就这样对她许下了承诺。

于是大将立即付诸行动。

为她举办的活动定在了9月7日，日期一定下来，大将就去借了杉浦贵之先生举办现场活动的场地，也就是经



常举行婚礼的基督教礼拜堂。

向她报告这件事的时候，大将突然想到，“基督教礼拜堂”这个词会不会在她的心中引起什么别的联想呢？大将开始在心里纠结了。

“哥哥，到那天，我想要穿上婚纱，在活着的时候，一次也好，我想穿一穿婚纱。”

“明白了，交给哥哥我来办好了。”

非常不可思议的是，从那天之后，她的病体眼看着一天天好起来了。

此前她连上厕所都一定要有人搀扶，但现在一个人就能如厕了，不久，医生也允许她外出购物了，她去选购了婚纱，甚至来大将的拉面馆帮着做起拉面了。

大将想：

也许发生奇迹了？