

坚守和创新，知足和外延——40岁曾经成功和失败的您，



准备好了吗?



打开这本书，我们一起明明白白品味进退的荣辱。

人到40 「能做的事 和该做的事」

[日] 国司义彦 著

東方出版社

人到40

「能做的事 和该做的事」

[日] 国司义彦 著
李晴 译

東 方 出 版 社

责任编辑：吴玉萍 胡 媛

图书在版编目(CIP)数据

人到40——能做的事和该做的事

[日]国司义彦著 李晴译. 北京：东方出版社, 04-8

ISBN 7-5060-2014-9

I. 人... II. ①国...②李... III. 成人心理学—通俗读物 IV. B844.3-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 090201 号

Copyright © 1991 by Yoshihiko Kunishi

Published by arrangement with Japan Management Association

Simplified Chinese translation copyright © 2004 by Oriental Press

All rights reserved

本书版权由西川印刷株式会社代理

中文简体字版专有权属东方出版社

著作权合同登记号 图字：01-2004-0786 号

人到40——能做的事和该做的事

[日]国司义彦著

李晴译

东方出版社 出版发行

(100706 北京朝阳门内大街 166 号)

北京智力达印刷有限公司印刷 新华书店经销

2004 年 9 月第一版 2004 年 9 月第一次印刷

开本：880 毫米 × 1230 毫米 1/32 印张：6.875

ISBN 7-5060-2014-9 定价：15.80 元

发行部电话：65230553

作者的话

40岁，对我们的人生来说意味着什么呢？

40岁无疑是人生的一个节日。同时，它是又一段新的人生的开始。但是，我们周围有不少人觉得，40岁就能定前途了。我想提醒读者，这是一个极大的误解！

为什么这样说？因为到今天，我们周围的环境已经发生了极大的变化。第一个就是人的一生已经扩展到了八十年，40岁不过是刚走到人生的中点。另外，以前人到40，就必须重新去评估自己，接着，55到60岁便迎来了退休的年龄。但今后，50岁前后只不过是人生的一个新的考验。40岁的生活方式很大程度地左右着你的后半生。

本文所论就是这方面的内容。这里我想先做个结论性的引子：40岁，我们不能想自己人生已定，要主动抓住机会、迎接挑战，使40岁人生过得更有意义，为50岁的人生考验做好前奏。

在此之前，最重要的一项工作就是回顾自己的前半段人生。

从我们走入社会到40岁的这20年左右的时间，可以称作第一人生。其间一定有许多意想不到的事情发生，因为我们对社会还不熟悉，还没有形成应对社会的各种技巧。而到了40岁，情况便为之一变。

我们熟谙了社会和工作岗位，具备了相当的职业经历、知识、技能，也成立了家庭，有了子女，或许也还在还贷款，经济上还有着约束。这时，我们对自己要进行某种程度的评估，并认真地考虑一下夫妇二人的生活。

从现在开始，就来规划真正属于自己的人生吧，着手去实现它，让自己不再后悔。我们前半生的生活方式从此告一个段落，今后将迎来我们最充实的全新人生了——第二人生！40岁是展望、准备并去实施的最佳时期。

对此,可能会有来自各个方面的不同观点甚至反对意见,但我想读者不妨先放一放,我们可以在文中进一步去讨论,我想你会同意我的观点的。

无论如何,我觉得第二人生和第一人生有着本质的不同。人生本没有也不该有优劣胜败之分,但是,人的前半生,总会不自觉地受制于人生胜负的观念。只有到了第二人生,我们才有理由有基础选择属于自己的人生,去过最符合本性的生活。

由于我们的工作和社会的关系不同,我想还是对此分出几个类型和道路来,以方便我们论述。

因此,本书第一部分将列出所有道路的共同课题,在第二部分,讲述各个道路的其他内涵。

那么,本书的特色是什么呢?只有一句话——作者自身的深刻体验。

书中的观点都是我实实在在的感受,因此我希望此书能够对读者有所帮助。

我曾经作为经营顾问，接触了各种各样的晋升、委派调任的人，了解了这些公司商务人员方方面面的生活；关于调动和独立经营，我有自身丰富的体验。也正因为如此，我可以很自负地说，这本书是任何一个博学的人仅凭知识和理论写不出来的。

我真切地希望更多的到了 40 岁的人，以本书所提供的信息为线索，去关注你崭新的第二人生，并且去充实它。

担当本书策划编辑的是日本能率协会出版信息事业部的殿村奉文先生，同时，本书的出版也得到了以本田研吾先生、竹下听先生为首的许多编辑者的大力支持和帮助，在此一并对他们表示深深的谢意！

国司义彦

目 录

作者的话.....1

第一部分 基础篇.....1

- 1、你看得到前途吗/2
- 2、检查你的“满足度”/6
- 3、对收入不满只有自己解决/10
- 4、工作真的是人生的意义吗/15
- 5、重新审视“以往的生活方式”/19
- 6、五个共同的课题/23
- 7、中小企业中通用的能力/27
- 8、生活设计和金钱计划/31
- 9、维持和增进健康/35
- 10、人际交往/40
- 11、精神支柱/44
- 12、你认为最重要的东西是什么/49

- 13、你"能做什么"是另一个决定性的标准/54
- 14、集中关注前进的道路/59
- 15、晋升之路/65
- 16、维持现状与专业职位/70
- 17、委派调任和调动的道路/74
- 18、独立经营的道路/77
- 19、悠然自适和志愿者之路/82
- 20、总结/86

第二部分 选择篇.....91

- 21、选择晋升之路的人 40 岁该做些什么/92
- 22、晋升之路的生活设计/96
- 23、晋升之路的健康管理/100
- 24、晋升之路的人际交往/104

- 25、晋升之路的精神支柱/108
- 26、选择专业职位的人 40 岁该做些什么/112
- 27、专业职位人的生活设计/116
- 28、选择调任道路的人 40 岁该做些什么/120
- 29、注意调任人的“大企业病”/124
- 30、调任人的生活设计/129
- 31、调任人的人际交往/134
- 32、选择调动的人 40 岁该做些什么/138
- 33、关于调动信息/142
- 34、调动的要点/146
- 35、从调动人的生活设计到人生意义的探/151
- 36、选择独立经营道路的人 40 岁该做些/156
- 37、独立经营者的各种方式/160
- 38、独立经营者的生活设计/164

- 39、独立经营与共同经营/169
- 40、独立经营过程中有必要熟悉的战略和经营哲学/173
- 41、选择悠然自适道路的人 40 岁该做些什么/177
- 42、悠然自适人的时间安排/182
- 43、悠然自适生活道路人的人际关系和健康管理/186
- 44、选择志愿者之路的人 40 岁该做些什么/190
- 45、我想对志愿者说的话/194
- 46、总结/198

第一部分 基础篇

1

你看得到前途吗

★在以前的延长线上能看到前途吗？

如果问到40岁的人，你“前途已定吗”，我想得到的不外乎两个答案：一个回答为肯定，另一个回答为否定。

此前的半生，也即处于“第一人生”当中，大体上可以预想和憧憬今后的前途，在这个意义上，我们可以说“看得到前途”吧。或许，换一种说法，说成“必须要看清自己的前途”更好。可是，关于其后开始的“第二人生”，就不能说“看到前途”了。今后的思考方式和行为方式，或许会意外地让你内心充实，生活过得丰富，或许也会一不留神出现意想不到的偏差，让你的后半生从此充满困顿和惨境。

「因此第二人生和第一人生的成功、显赫、荣耀、失败、挫折几乎没有关系。」

曾在第一人生中做得显赫、荣耀的人，第二人生有可能变得暗淡和孤寂。在我们周围就不乏这样的例子。

这里需要提醒读者注意：有很多人认为，我现在的的生活公事私事很多，很充实了，此时没有必要去打算自己晚年做什么。从 40 岁就开始考虑退休后的事情，去练习侍弄盆栽啊，打门球啊，这太可笑了吧。还有一部分人不愿现在就计划着被委派，调任或调动，为今后作打算，觉得那样会辜负了现在的工作、公司和同事。

当然，我也并没有在本书或其他著作中，说什么“为退休之后作打算，就得从 40 岁就勤奋地练习侍弄盆栽和打门球”之类的话。另外，我也不认为准备调任或调动、为今后作打算就是辜负现在的公司、工作和同事。当然，你也不能专门为了跳槽，而从 40 岁开始练本事。

我想说的是，即使你以前的生活（第一人生）很顺利，很满足，今后也并非会一成不变，同理，即使以前

第一部分 基础篇

很不得志,自己也不怎么满意,却可能在今后的人生中去重新构建自己的未来。

★维持现状是很难的

现在我所论述的内容,如果在以前,大概十人中会有九人认为,“好像正确”。在人生只有 50 年的时代,在 40 岁就说前途已定,也不过分,因为晚年实在过短,稍纵即逝。但是,现在人生有 80 年,我们迎来了高龄化社会,周围的情况完全变了。如果在 40 多岁的时候就确定了自己的前途,那怎么去过剩余的 50 岁、60 岁、70 岁呢?

过了前半生,平均说来,人生留给每个人的大概还有 30 年的岁月,这 30 年都是我们传统认识上的退休概念吗?当然不是!

你的第一人生很顺利,是人们眼中的“成功者”,你仍能在第二人生当中,理所当然地保持以前的成功吗?这个回答是否定的。

据我所知,只是知道勤勤恳恳一味埋头于眼前工作的人,一旦到退休年龄,便如蝉蜕下的皮,毫无生气,可能话说得严重了点,即使不是这样,一般也都会过早地呈现老态。

「由于近些年情况的发展,很多人五十岁要接受一次考验,而那个时候,显示出不知所措,茫然无助的人,确实多是在 40 岁的时候什么也不想,一头钻到工作中的类型的人。」

所谓 50 岁前后的考验,就是指在制造厂、商社、银行等大公司里,这个年龄的人往往被劝说向相关的公司调职或调任,留出他们的职位让给后辈。在今天,这种情况已相当普遍。所以,现在还想“维持现状等待退休”的人,恐怕减少了许多。

2

检查你的“满足度”

★工作、公司、岗位、人际关系

我们将要做的工作是,着手弄清前半生中你的工作、公司、职位、人际关系等诸方面,并展望今后的第二人生。

如果有人问你:你对此前的生活满足程度如何?你如何回答呢?这里有五个选项,请你选择一下:

- A 非常满足
- B 比较满足
- C 哪个都不是
- D 比较不满
- E 非常不满

突然被问到此类问题,一定有很多人都比较迷