



男人四十

假如生命是一座山，我们就像是登至半山腰上。向下看，已经走过了不算短的路，往上看，更艰巨的旅程仍然遥远。我们已经成熟，更加注重友情的珍贵、亲情的温暖、爱情的甘甜。我们依然要不停奋斗、勇敢登攀。

Nanren sishi

子 鸣 黄远高 编著



3

B848.4

Z953.1

男界 十人

子 鸣 黄远高 编著

企业管理出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

男人 40/子鸣, 黄远高编著. —北京: 企业管理出版社,
2006. 2

ISBN 7 - 80197 - 383 - 6

I. 男… II. ①子… ②黄… III. ①男性—成功心
理学 ②男性—保健—基本知识 IV. ①B848.4 ②R161

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 011266 号

书 名: 男人四十

作 者: 子 鸣 黄远高

责任编辑: 吴太刚

技术编辑: 躬 行

书 号: ISBN 7 - 80197 - 383 - 6

出版发行: 企业管理出版社

地 址: 北京市海淀区紫竹院南路 17 号 邮 编: 100044

网 址: <http://www.emph.cn>

电 话: 出版部 68414643 发行部 68414644 编辑部 68701408

电子信箱: 80147@sina.com zbs@emph.cn

印 刷: 北京智力达印刷有限公司

经 销: 新华书店

规 格: 155 毫米×225 毫米 16 开本 19.5 印张 230 千字

版 次: 2006 年 4 月第 1 版 2006 年 4 月第 1 版印刷

印 数: 5000 册

定 价: 38.00 元

序 四十感悟

……

20 岁时我们也曾玩世轻狂，
转眼之间来到了人生中场；
有多少宏图壮志未曾实现，
有几许美好憧憬依然渺茫；
40 岁我们已跨进人生中场……

不觉间，我们又步入夕阳……

40 岁，我们依然要学习、要读书、要进修、要考试、要跳槽、
要小心翼翼、要夹起尾巴做人！

40 岁，我们依然要犯错、依然要去学不懂的知识、依然有一大堆的事要做。

40 岁，我们依然有斗志、有梦境、有理想。

40 岁，我们依然有困惑、有苦恼、有眼泪、有激情、有浪漫。

40 岁，我们依然熬夜、睡懒觉、骂人、找借口脱岗。

40 岁，我们依然渴望自己经历更丰富、阅历更复杂、知识更多、
人生更完美。

40 岁，我们依然朝气、快乐、拼搏，更珍惜时光。

40 岁，我们还年轻！

40 岁，我们仍成长！

40 岁的男人已经走向成熟，稳重中更有责任感。

40 岁，人生、事业的颠峰期，要牢牢把握再创辉煌！

40 岁的男人担子依然很重，父母已老需照料，孩子尚小要引导，
晋不完的职称，写不完的材料，上挤下压，逢人还要面带微笑，因为已经 40 岁了，不可能还有人原谅你的毛躁。

40 岁男人的心依然有点浮躁，几经风雨的婚姻，虽然牢靠，但很少还有激情，有时还想溜号，即使不敢在生活中找，也会想法在网络上泡，亦欢亦笑滋润着心态不老。

40岁男人的情感早已成熟，不会因激动而喊“我爱你！”喊过以后不负责任地溜掉。

有人说，男人20是毛坯，30是成品；40是精品……

人们也说，男人40一朵花，更能品出味道；

还有人，说，男人40一棵草，更要注意保护好。

有一则印度寓言说，两人面对一杯喝了一半的水，其中一个人说：“我已经喝掉了半杯水。”另一个人则说：“我还有半杯水没喝。”可见前者的无奈和苦涩，后者却满怀希望憧憬。人到40岁恰似那喝掉的半杯水。

如今40岁的男人被称为幸运的一代，因为他们经历了太多人生的第一次。他们敢作敢为，信奉机会至上。但不可避免的是40岁的男人也最脆弱，他们在家是支柱，在单位是骨干，更容易产生危机感，尤其是方向性危机最为普遍。

古人说三十而立，四十而不惑。不惑之年其实是人生定局之年，所以作为一个男人应该顺应自己的人生轨迹，因为你已经到了会过日子的年纪啦！

当两鬓间霜花泛起，额头幻化出时光的足迹，才发现岁月已把风华一点点蚀去，心头不由暗叹：青春不再，人到四十。

40岁的男人，宛如大漠上的旅行者，抬眼观望天边的云，心中存着一份浪漫和幻想；低头看眼前的路，脚踏几多无奈。无暇去欣赏崖缝中艳丽花朵，无暇去介意高耸的尖石，就是受到伤害、遇到挫折，也无暇叹息，无暇辩解，无暇理睬，无暇埋怨。

40岁的男人知道必须用稳健的步履去实践那经过三思的行程，不管身上担子有多么沉重，也要在日落前到达下一个人生落脚点。

40岁的男人，在世事的磨炼中褪去了浮躁，不再为出人头地而制造美丽的风景，却能在努力向上中葆有几分激情，并且用理性去释然痛苦和不公。40岁男人的心就像一潭湖水，深邃而宁静，但只要有人投进一粒小小的石子，依然可以看到被击起的涟漪，在轻波中展现微澜的浪花，那浪花正是40岁男人的激情。

40岁的男人，如成熟的秋季，遗弃了春的幼稚，淡化了夏的冲动，拒绝了冬的寂寥，尽情地在田野中、山坡上收获着丰硕的秋实。

40的男人，因成熟而稳重，因稳重而深刻，因深刻而淡泊，因淡泊

而忘我，于是又有了另一个金黄的时空。

40岁的男人，懂得用行动去代替诺言，不轻易许愿，懂得珍惜时间，不浪费分分秒秒，懂得借花儿的多情赞美女人的灿烂，懂得用流水的轻柔环绕挺拔的高山。没有了轻歌曼舞的亮丽，没有了一揽春色的霸气，于举手投足间有的却是沁人心脾的睿智和灵气，有的是潇洒儒雅的风度胸怀。

.....

曾经有人说，40岁的男人很潇洒。因为在感情上已经有了一个温暖的家，事业上取得了一定的果，经济或许也有了够用的钱，事业、经济和家庭都很满意，每天无忧无虑，真的很潇洒。也有人说，40岁的男人很辛苦。因为上有老、下有小，老人年纪大了需照料，小的还没成家立业要操劳，工作上多数人并没有轰轰烈烈的业绩，经济上养家糊口积蓄也不多，自己的身子骨也大不如前，思前想后，难于安寝，真的很苦、很累。

其实，人与人是不一样的，几人潇洒几人愁。40岁，对于很多人，道路依然坎坷，但前途同样光明。40岁的男人应该找准自己的人生坐标，理顺思路，放下包袱，轻装前行，顺利进入志向成功的跑道。

40岁的男人，意志与信心不能懈怠，目标和责任不能模糊，仍需奋斗、拼搏。常听人说，人生如一面镜子，也如一部连续剧，它既可以照出人间百态，也是个多变的舞台，如万花筒般丰富而多彩，磕磕碰碰都有戏，故事里仍然蕴含着故事，有时还非常精彩。

40岁的男人，有很多值得回忆的东西，有喜悦、有幻想、有渴望，也有痛苦、有忧愁、有哀伤。

在现代，40岁以前，大部分人走过的路是相同的，升学——读书——升学——读书……，一直在为自己奠定着基础。在父母、亲友、老师、同学、价值信仰和观念等的影响下为完成学业而奔忙。选择读书，应该一鼓作气，在你尚未进入社会时，能多读就要尽量多读，毕竟无论何时进入社会、参加工作，你都是新人。虽然等你有些工作经验后再去进修学习，渠道仍然很多，但相对的竞争也就更复杂了。

处于不同年龄阶段的人，对生活有不同的要求，对工作有不同

的展望，对人生有不同的憧憬，对未来有不同的期待，即使对以往也会有不同的感受，对责任有不同的理解。比如：

25 岁时，你要学会规划自己的未来，要确定想达成的目标，从此你就走上了一条无悔的人生路。刚得到法律赋予你的种种权力，你就要尽你的义务及承担责任。这时候，你就会在喜悦、矛盾与痛苦中接受洗礼，你会因有权自主而喜悦，还会因割舍不断与父母的关系而矛盾，更会因要开始尝试错误而痛苦。你要为自己的未来规划，升学、就业、感情……统统都要自己去安排，要拿回自己对人生的主控权，再不要受人左右和影响而摇摆属于自己的未来。

30 岁时，你像一块海绵，努力吸收也甘心被挤压，目的只是促进自我成长。这时候，你对工作取向、薪水待遇、升迁调职就可能斤斤计较。社会新鲜人的动力鼓励你冲出自己的一片天，同时也会因为缺乏经验，经受挫折；因为资源有限，只好尽人事、听天命。这时候你领取别人发的薪水，学习别人取得的经验，付出自己的青春年华，建构自己的未来梦想。

35 岁时，你学习判断机会、掌握机会，不再有尝试错误的心态。此时，你努力的重点应是事业和家庭，工作从体力转换为脑力。你看到远景，而非现状，面对的是宽广的人生，而非局限于自我。结婚是你面临的人生第一次重大抉择，面对婚姻，你会觉得结婚就是一个责任的结束，殊不知正是学习的开始。就像一些刚上市的公司，以为目标达成了，却忘了自己的企业责任，忽略了本业，这反而成了一个恶梦的开始。人的本业不就是经营自己的家庭？赚钱的目的不就是希望让家人生活得更好吗？但这并不能成为你忽略家人的借口。一个连家庭都经营不好的人，纵使赚到全世界、赚得锅满盆满，得到的也只不过是表面的掌声，而人生的这个圆，永远会留下一个缺口。家应该是你最大的精神支柱、动力来源和坚强后盾！

40 岁的男人，开始享受给人希望、建立功德。这时候，你是企业取向，工作可转化为对他人的责任。如果你专注于研究，你应该不只穷毕生之力，24 小时不眠不休地做苦力，你应该有开创研究课题，带领一群人做更多研发的雄心壮志。如果你是企业主管，则不应该停留在汲汲营营、斤斤计较的层面上，而要有能力担负主导周遭员工、家人，带领他们享受更美好的生活。格局的大小，会影响

你成就的多少，所以你要做一个有影响力的人，而非被别人影响的人。

静心思考！我们现在所有努力的目的不就是为了父母、另一半、孩子……？工作，不应该与人生对等，更不应该是需要经营一辈子的事。试问健康、财富、自我成长、人际关系和时间、自由，什么是你努力的本源？相信不会有人放弃任何一个方面。而这些，恰是促使40岁的男人继续前进的推力。

在我们周遭，有太多比我们优秀的朋友，只可惜终日汲汲营营，投入很多的时间、精力、资源，却没有享受到应得的报酬，其原因就是错失了方向，机会不对。姚明的篮球打得一流，但又有谁见过他打排球、羽毛球、乒乓球；李小双是体操冠军，但下围棋，他肯定不如聂卫平。

要知道，自己获得成功，只能享受到一个人的快乐！懂得分享与付出，才会有真正的快乐：亲友们因你的成功而提升了精神品位和物质生活水平；同事们因你的成功，而获得积极向上的力量。这种成功给人希望，功德无量。我们不可能都去做慈善事业，也没有能力普渡众生，但是，我们可以一己之力，对亲友，对那些有缘相遇的陌生朋友，在他们需要帮助的时候，伸出双手！世上有太多人在等待生命中的贵人，你如果聪明，何不先从帮助他人开始？

如果将生命比喻为一座山，40岁的生命就像是登至半山腰上。向下看，已经走过了不算短的路途，往上看，更艰巨的旅程还在等着你去登攀。

就亲情来说，20岁时，你可能没有什么明晰的概念，你会认为父母整日操劳理所应当，兄弟姐妹互相帮助天经地义，只要不让父母操心就是好儿女，就是爱父母。至于父母吃得好坏、穿得冷暖似乎与你无关。

30岁时，兄弟姐妹各奔前程，亲情的标志仅限于偶尔有事才相见一面。觉得自己只要不给父母丢脸就是好儿女，就是爱父母。至于父母所需，没想，也不去想，因为没能力满足，想也白搭。于是故意忽略这个问题，想当然地认为父母过得还不错，以此心安理得地忍受自己的无助。

40岁时，能够对父母尽一点孝心了。这时候所理解的对父母的

爱是让父母幸福，是以父母喜欢的方式让父母快乐，并将之视为自己幸福的组成部分。亲情在40岁的男人眼中是无限温柔的。这时候的你不再把兄弟姐妹、父母对自己的爱视为理所当然，而是充满感恩之情。把对亲友的救助视为自己生活的一部分，在与亲友相处时，少了许多虚荣与傲慢，多了些许谦虚与平和。由过去在乎自己在亲友眼中的形象转而在意亲友的感觉与需求。能够给亲友一些帮助与关爱使自己由衷地感到快乐。

就友谊来说，20岁时，朋友就是另一个自我，他必须处处和自己喜欢同样的颜色，同样的事物，同样的游戏。如果他心中有一个秘密没告诉你，你就会觉得受到了伤害，并理解成是朋友对自己不信任。没有把自己心中的秘密告诉朋友，会觉得自己卑鄙、虚伪，但如果朋友把你告诉他的秘密外传给别人，则认为那是背叛，会有锥心之痛。

30岁时，认为朋友是实现目标的阶梯，从而不加选择，多多益善。因为朋友就是生产力，朋友就是财富，朋友就是一个随时可以支取的存折。由此，交朋友完全出于己之所需。在与朋友交往中，更在乎自己需要的感觉，偶尔在乎朋友的感觉也只是因为怕失掉朋友，而少了一棵自己需要时的救命稻草。

40岁时，朋友成了生命的一部分。这时候你已经认识到做为精神上的自我，就是在生命深处存留所有记忆的综合，而朋友是其中最为重要的一个组成部分。一旦某个人成为自己的朋友，这个人就在自己的生命里刻下了永远磨不掉的印迹。正是这种对生命的感悟，才懂得了珍惜朋友、珍惜友情、珍惜人与人之间的机缘。凡把自己当作朋友的人，均善待之，而能被自己视为朋友的人则是择善而从之。在交朋友时，少了一份功利，多了一份人情；少了无谓的批评、挑剔、苛责，多了真心的赞扬、宽容、鼓励。在与朋友交往时，更在乎朋友的感觉；不再强求朋友与己是否相同，而为彼此间存在差异而高兴，从而体会到纯粹洁净的友谊所带来的欢乐与安慰。心中常常充溢着对朋友的感激，感谢命运让这些朋友出现在自己的生命里，成为自己生命的要素。

对于爱情，20岁时，分不清需要与爱的区别，自以为对异性的原始冲动就是爱，爱的实现就是原始冲动的自我满足，爱情的浪漫，

只是无穷尽的幻想动画。

30岁时，爱情寄存在幻想中，爱是为逃避现实痛苦而编造的神话，是不敢正视现实而不愿醒来的梦。眼中的爱情就像澎湃的大海退潮后裸露的沙滩——荒凉、粗陋，爱情蜕变成满足自我欲望的方式。为鸡毛小事争吵不休，为了本不存在的自尊心大骂出口，为蝇头小利互相伤害，在潜意识中把对方当做终生与之对垒的敌人。仿佛两个生命走到一起就是为了互相折磨。不相信男女之间存在真爱，双方只不过是各自的需要、满足而无休止地进行着功利算计和互相利用。

40岁时，爱情成为生命中最重要的组成部分，是真实的生活，而不再是幻想与梦境。走过40年的风雨之后，体会到男女之间不仅存在真爱，而且其深度是没有上限的。两个真心相爱的人会创造出无尽的欢乐，会在两情相悦中升华灵魂，会让人在温柔乡中萌发出再次出征的雄心。40岁的男人，已经不再沉迷于女色，而把爱从情欲的母体中剥离出来，体会到她的纯粹精神意义上的内涵。从而感悟到爱就是不求回报的给予，就是对另一个生命无私的关怀，就是从心底希望对方幸福快乐的心态。当对方也以同样的爱回馈时，幸运之神就降临了，心灵碰撞出来的爱情火花会驱走生命里的寒夜，人生从此步入温暖与光明。爱情唤醒了人们麻木的心灵，爱情激起了人们奋斗的雄心，爱情让人以善良与宽容待人，爱情让人原谅一切不可原谅的人与事，爱情让人相信灵魂能够永生。

对于家，20岁时，家，是指父母的家，那个给了自己生命的地方，那座居住十几年，现在依然眷恋着的老房子。至于自己的家，那是脑海中闪过的无数幻想画面的随意组合，是一幅远景镜头的模糊景象——没有确定的形状，没有具体的内容。

30岁时，在脑海中，家的概念是一个吃饭睡觉的房间，是下班后不得不回去的“窝”，是负担，也是烦恼与痛苦的据点，是一个麻烦层出不穷、为安宁而建却不得安宁的地方。你曾不止一次地怀疑自己为什么要成家？更不理解祖先们为何会把家看得那么神圣，从而怀疑他们神智是否清醒。因为除了物种的繁衍，你看不出家的存在还有别的什么理由。

40岁时，家是爱的巢穴，是灵魂的港湾，是修养生息的宝地。

在这里可以摘下所有的面具，脱去所有的伪装，赤裸地面对真实的自我；家把你与喧嚣的尘世隔开，给了一份属于自己的宁静。在这里，身体是放松的，心灵是和谐的，灵魂是自由的。幸福像空气一样环绕在周围，多么惬意啊！

在对待金钱方面，20岁的人大多视金钱如粪土。当有人对金钱津津乐道时，就会嗤之以鼻，并投去鄙视的目光。因为他们把事业、理想、友情、爱情、国家、民族等词汇所承载的价值与金钱的价值放在同一天平上，用简单的逻辑推论出金钱不是什么值得追求的东西。人生有那么多值得追求，觉得充满了希望与挑战。从而心安理得地忍受清苦，同时故意忽略父母为养育自己而付出的艰辛，以求得心理上的暂时平衡。

30岁时，突然发现没钱是万万不能的，从而视金钱为一切。经过几年独立的现实生活，认识到十年前的天真与无知。在现实中，尊严要靠金钱维护，善心要用金钱表达，甚至人格也要借助金钱的力量才能彰显……意识到金钱对于自己的重大意义。再一次把金钱与其他价值放在同一平面上比较，最后推论出金钱决定一切，金钱就是一切。于是乎投入到对金钱你争我夺的战斗之中。

40岁时，金钱在眼中是最重要的工具。金钱在获得事业成功、家庭幸福、自我价值实现的过程中不可或缺。金钱与爱情、友谊、亲情、幸福、地位、事业等等不是同一个层面的问题，因此不能用横向比较的方法来评价其价值。在人的生命里，爱情、友谊、亲情、幸福、事业、成就等价值是生命目的，而金钱则是实现目的的手段。因此，40岁的人，高度重视金钱的作用与功效，而不因此看轻其他对于生命来说属于目的的那些根本价值。金钱像情人一样，稍不留心，它就会跑到别人的怀抱，必须精心呵护、照料。

对生命意义的认识，20岁时，生命有着无穷的内涵，从解放全人类，到实现四个现代化，再到为事业献身，都曾唤起过人的高度热情。每当听到国家、民族、社会等字眼，就会本能地与自己生命的意义联系在一起，觉得生命存在着客观的真实的意义。至于爱情、幸福这些词所表达的都是私事，过分强调这些就是自私。而追求快乐就等于道德沦丧，是罪恶，是应该被诅咒的行为。

30岁时，生命好像走进了迷雾，失去了坐标，不知置身何处。

从哪里来，到何处去，成了没有答案的问号。生命的意义则变成一个连问号都没有的虚无。那些诸如国家富强、民族兴旺等空泛的词汇失去了往日的光环。看到有人高喊高尚的口号，实际上把喊口号当做实现个人私利的手段，感到非常滑稽，同时又无比愤怒，大有上当受骗、被愚弄之感。搞不懂为什么社会上的人们公开喊一套，暗地里做一套。如果你将暗地里的游戏规则拿到公开场合去运用，人们会觉得你俗气、蠢笨甚至会触及人们并不真心尊重的神圣的法网；而你倘若将公开的游戏规则用于私下场合，人们又会认为你是傻子，愚不可及，从而你只能永远在你目前的岗位上做一个永不生锈的螺丝钉，固定在那里，别再有什么升迁的幻想了。就心境而言，已厌倦了那种把国家民族命运以空洞口号的方式与自己生命意义牵强地联系在一起的生活，更不愿意在公开场合认认真真地做戏、豪情万丈地说谎、勤勤恳恳地做无意义的事、兢兢业业地为使老百姓越来越富而尽自己之力。更厌恶私下里的暗箱操作，不愿同流合污。既不与前者为伍，又不与后者同谋，成了名副其实的边缘人，游离于社会生活之外，在痛苦、迷茫中独自徘徊、探索。

40岁，已到了孔子说的不惑之年。可能有一天会突然顿悟，也可能像潜艇浮出水面一样渐渐明朗，从而有一个念头不知不觉地出现在脑海中：原来人们苦苦追求的生命意义是主观的，是自己赋予的。这对于自己的意义就如哥伦布发现新大陆对于整个世界的意义一样，豁然开朗。顿觉走出了生命的迷雾，呈现在眼前的是明媚的阳光、开阔的原野。

就事业而言，20岁时，事业是一个莫名其妙地让人激动却又不解其意的词，而它到底是什么、在哪里，没有明确的概念。能把所有高尚伟大的意义联系在事业这个词上，却根本不知道事业到底为何物。能干啥，干啥适合，全然不晓。在现实生活的滚滚洪流中，当事业演变成听领导的话、干上级安排的工作，就千方百计地从理论的高度把自己肩负的工作解释出伟大的意义来，用以证明自己也是伟大的。

30岁时，事业成了升官发财的手段之一。只要有助于得到自己想要的，只要不伤天害理，都会想方设法去尝试。事业在心中没有固定内容，也没有固定方式。面对事业，能提出的问题就是：“我能

得到什么？”并因此将视野投向能给自己想要的东西的那些事上，而不管这事是什么，是否适合自己。

40岁时，虚华散去始露真，几番风雨，几经沉浮，终始狂躁卑微的心灵平静下来。往日缠绕在事业上的光环与迷雾渐渐散去，急功近利的浮躁心理渐渐平息。在平静中找回了真实的自我，找回了本应高贵的灵魂。事业恢复了其至真至纯的面孔。40岁时面对世界，面对生活，应该提出的问题就变成了：“我能带给世界什么？”当找到了能够提供给世人的独特产品与服务，并且将其奉献出来并为世人所接受时，就可以说事业成功了。

就自我认知来讲，40岁，是人生命的分水岭。将向青年时代告别而走进中年阶段，将宣布人生准备阶段的完成，就像远行的巨轮正在鸣笛启航。在个人的生命里，意味着一个时代的结束和另一个篇章的开启。站在人生新的起点上，重新审度自己的生命，会感慨万千。回首匆匆来时途，往事虽然如烟，却已随风逝去，然而查点果实却所获无几；展望未来天涯路，心中仍有企盼，依然充满希冀与憧憬。与以往不同，对生命、对人生、对社会、对事业、对世事，已有所了解，对未来也会觉得能够掌控和把握。相信会有众多人生知己同行，此生不再孤独，此生不会虚度，此生必会取得成功！

40岁了，不再热衷于说，而会专注于做；不会只强调效率，而会更重视人情；不会再去挑剔苛责别人，而会严于律己、宽以待人，以开阔的心胸接纳不同的观点和不同的人。工作中严肃认真，与人相处时随意平和。会更注意别人的需要，对人抱以深切的理解、同情与宽容。到了40岁，你终于明白，有些事不是不可为，而是不能为。从而会把精力有选择地放在做好自认为可为而值得努力为之的事业上。

.....

斗转星移，四季轮回。

生日快乐！这一声祝福就把你送进了另一个年龄的房间。一年一个生日，一年一个创意。就这样，日子一页页翻过，翻过的每一页都有风雨……翻不尽的酸甜苦辣的日子在轮回！在不眠的岁月里，叩开一扇扇圣洁之窗，点燃你生命中最灿烂的光，那是生命为之奋斗的血汗凝聚成的累累硕果。给不惑的人生染上了一抹重彩，装

点得更加绚丽多姿！

40岁，犹如一杯陈酿，四溢芳香。没有经历过大富大贵，却有过的不凡的足迹。回首身后路，印着或深或浅的足痕。

40岁，是一个经历过风雨、富有内涵又多姿多彩的年龄。可是，多少人又开始抱怨激情的淡漠，多少人在轻笑海誓山盟的诺言，多少人背离了自筑的爱巢，去寻觅婚外的刺激。

40岁的男人会逐渐走向成熟。为了家，你会不惜一切地去奋斗、去努力。你会面对明媚的阳光，面对负重的枝头，风雨自挑、沟壑自跨、绮梦不言、愁绪深锁。在身心疲惫时，你也会觉得人生的无奈，生活中更多的感受是一种沉重，还有一番说不出的辛酸和劳苦。但你却想把内心深处的孤独掩饰得不露痕迹。你也一样向往天边那飘动的彩云，憧憬那宁静而清澈的港湾。风平浪静时，你好想踏进五彩缤纷的世界中，去享受心灵放飞的沉醉。

40岁，红颜消去，心中感伤。40岁的人生，风风雨雨几十年，没有如花的美丽，没有如蜜的甘甜，没有浪漫的抒情，没有童话的梦境，每一天都是彼此真诚地相知相守。岁月将所有年少时的棱角都几经打磨而呈光滑。但你的情怀却像一杯香茶，味道隽永。不惑的40岁，默默地履行着人生的使命。

40岁的男人更加注重友情的珍贵、亲情的温暖、爱情的甘甜，情感变得成熟而更加厚重。也许，这就是男人的生活，这就是男人的本色。

一片叶子能有多重，但它却可以压弯一树的春天，一声鸟鸣能有多响，却能让一树的血液沸腾。流逝的生命中，都有不同的风景。

40岁的男人已经走过人生的一半，但他们斗志依然不减，精力旺健；他们仍然对事业、对生活、对人生有着无尽的遐想和高层次的渴望；他们虽然在生理上已步入下坡路，但毅力则在支持着他们拼搏向上，勇往直前；他们渴望父母身心健康，安享晚年；他们希望儿女成才，作为不凡；他们渴望自己事业发达，赚更多金钱；他们希望朋友遍天下，友谊地久天长，如流水不断。他们更希望妻子容颜不老、常伴身边……为了这些渴望、希望和梦想，他们必须继续拼搏，还要苦干，为了这些渴望、希冀和梦想，他们正在继续拼搏、正在苦干。

男人四十

序

四十感悟

40 岁的男人已经走过人生的一半，但这一半人生只能算做前序，而后的路程却依然漫长。40 岁的男人在潇洒的同时不能放纵，更不能迷失自我而失去奋进的勇气和方向。在各种新事物面前，要开扩胸怀，包万物于心、观事态于眼，用平和的心境踏上以后的征程，用自己的真实写出一个个精彩片断，不求流芳千古，今生无悔足矣。

作 者

2006 年 1 月

目 录

序 四十感悟	(1)
--------------	-----

乐观人生

一、迎接中年	(3)
二、做生活中的强者	(4)
三、保持心理平衡	(5)
四、善待失败	(7)
五、培养乐观情绪	(8)

挑战职场

一、40 岁男人的归宿	(13)
二、职务可能不会使人愉快	(17)
三、有心者事竟成	(18)
四、勇于竞争	(19)
五、审慎跳槽	(24)
六、勇敢面对再就业	(37)

更上层楼

一、迈出第一步	(57)
二、创业：从四十岁开始	(59)
三、危机是机遇的“产婆”	(64)
四、人才不会被时代淘汰	(66)
五、排除后顾之忧	(67)
六、更上一层楼	(69)
七、成功给家庭造成的负面影响	(70)

开创事业

- 一、当家应知柴米贵 (75)
- 二、别忘了办理“通行证” (76)
- 三、将目标锁定在新兴热门行业 (79)
- 四、“短平快”的项目 (85)
- 五、创业新点子 (88)
- 六、站直了，别趴下 (90)
- 七、幻想离失败并不遥远 (91)
- 八、道路曲折者前途光明 (92)

家庭和睦

- 一、共同营造家庭的温馨 (97)
- 二、夫妻携手 天长地久 (98)
- 三、家和万事兴 (101)
- 四、重新认识家庭 (102)
- 五、夫妻情结 (105)
- 六、解决家庭危机 (108)
- 七、教育下一代 (116)
- 八、处理工作和家庭的矛盾 (122)
- 九、摆正时间、金钱和财富的位置 (124)
- 十、夫妻独处的艺术 (125)

投资理财

- 一、投资理财 (133)
- 二、勤俭持家 (136)
- 三、科学理财 (137)
- 四、找到“生钱之钱” (143)
- 五、从“力量型”理财到“智慧型”理财 (146)
- 六、理财规划 (152)
- 七、房地产投资 (177)
- 八、邮票投资 (181)
- 九、名利兼保的艺术投资 (187)