

不争辩的智慧

〔日〕田村耕太郎 / 著

胡南夫 / 译

BU ZHENGBIAN DE ZHIHUI



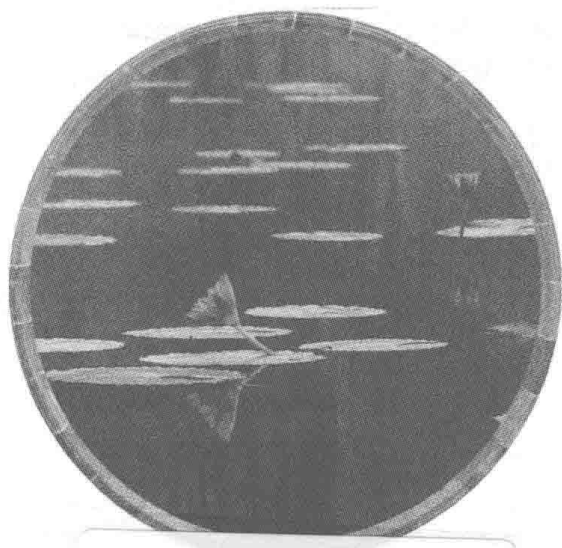
北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS

不争辩的智慧

〔日〕田村耕太郎 著

胡南夫 译

BUZHENGBIAN DE ZHIHUI



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS

著作权合同登记号 图字:01-2015-6661

图书在版编目(CIP)数据

不争辩的智慧/(日)田村耕太郎著;胡南夫译. —北京:北京大学出版社,2017.6

ISBN 978-7-301-28354-7

I. ①不… II. ①田… ②胡… III. ①心理交往—通俗读物
IV. ①C912.11-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 116230 号

ATAMANIKITEMO AHOTOWA TATAKAWUNA

Copyright © 2014 Kotaro Tamura

All rights reserved

Original Japanese edition Published by Asahi Shimbun Publications Inc., Tokyo.

Chinese translation rights in simplified characters arranged with

Asahi Shimbun Publications Inc., Tokyo.

through Japan UNI Agency, Inc., Tokyo

书 名 不争辩的智慧

Bu Zhengbian de Zhihui

著作责任者 [日] 田村耕太郎 著 胡南夫 译

责任编辑 魏冬峰

标准书号 ISBN 978-7-301-28354-7

出版发行 北京大学出版社

地 址 北京市海淀区成府路 205 号 100871

网 址 <http://www.pup.cn>

电子信箱 weidf02@sina.com

新浪微博 @北京大学出版社

电 话 邮购部 62752015 发行部 62750672 编辑部 62750673

印刷者 北京大学印刷厂

经 销 者 新华书店

880 毫米×1230 毫米 A5 6 印张 88 千字

2017 年 6 月第 1 版 2017 年 6 月第 1 次印刷

定 价 36.00 元

未经许可,不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权所有,侵权必究

举报电话:010-62752024 电子信箱:fd@pup.pku.edu.cn

图书如有印装质量问题,请与出版部联系,电话:010-62756370

扪心自问，

你是否因愤怒或苦恼而虚度光阴？

是否过于在乎旁人的目光？

是否在真正该做的事情上倾尽全力？

序 言

我想通过这本书传递的信息与经营策略相似，即“切忌浪费有限的资源”。

无论时间、精力还是时机，在仅此一次的人生当中都是有限的财产。要想尽情歌颂人生，这些资源都是必不可少的。希望大家不要把这些宝贵的资源用在“跟小人较劲”这种负面的事情上。天真（naive，孩子气的意思）、纯粹、直率的人往往会跟小人发生冲突并为之神伤。对此，我的建议是不要在得不到积极结果的行为上浪费时间和精力，而是要用有限的时间和精力来让自己的人生发光发热。

在此意义上，这本书是一本“反战的书”。我认为世间最佳的反战著作就是《孙子兵法》。2500年后的今天，本书就是现代社会版的《孙子兵法》。《孙子兵法》中最著名

的一节就是“百战百胜，非善之善者也。不战而屈人之兵，善之善者也（即使百战百胜，也并非最佳的战斗方法。不战斗就能使敌人屈服才是最好的方法）”。本书将进一步升华孙子的这一观点，阐释如何“不仅不战斗就让敌人屈服，而且还要用这种力量来实现自己的目的”。

时至今日，全世界的经营管理者仍然爱读《孙子兵法》就是因为它传达的“切忌浪费有限的资源”这一信息与经营策略十分契合。

说起“小人”，大家多少都有自己的想法。总而言之，就是那种胡搅蛮缠拖你后腿的人。你在会议上发言，他们会莫名其妙地专找你的茬；尽管在同一团队，他们却对你抱有明显的敌意，一副绝不合作的嘴脸；明明你的意见才是正确的，但他们卖弄权力企图击溃你的观点……

当你遇到这些情况，是否会因为咽不下这口气而无法专心工作？

是否耿耿于怀他们为什么偏偏针对自己？

是否怒不可遏以至于下班回家后仍然灭不掉心中那股怒火？

不过，我由衷希望大家不要有“我要报复”的念头，尽

管自己也知道那是不对的。

实际上报复是最危险的想法。

2013年风靡一时的流行语“加倍偿还”以及松坂大辅成为职业选手之后流行起来的“报仇(revenge)”都受到了全国人民的追捧。日本不愧是有着复仇文化的国家。我也是个不折不扣的日本人,所以也会对这些词产生共鸣。

但与此同时,我也意识到“接受了这些词语的日本很危险”。生气、愤怒,甚至报复,这些都是无谓的、消极的行为。这些行为会让自己纠结于已经结束的事情而陷入恶性循环。

无法饶恕小人的那种责任感与正义感从某种意义上来说是好的,但也可以说过于天真。

正义感与责任感的背后,隐藏着贯穿于日本电视节目以及教育深处的惩恶扬善这样一种天真的观念,存在着“最后水户黄门^①、大冈越前^②会前来相助。会有人来收拾

① 水户黄门是水户光国的别称,“黄门”是水户光国的官职。电视剧《水户黄门》中隐居的黄门水户光国带着自己的下属,为纠正各藩地政策陋习而周游列国。如果遇到行为恶劣的官员,他就会以自己的排号“水隐梅里”投书对方校正其恶习。——译者注

② 大冈越前是江户中期的幕臣,以审判公正而闻名。——译者注

坏人”这样一种信仰。但遗憾的是，惩恶扬善等行为实属罕见。无所谓好与坏，这就是人生，这就是现实世界。

越是小人越能得志。看来真理与善恶不能划等号。至少据我所知，成功人士追求的不是善恶而是真理。追求理想人生，能判别善恶是好事，但不能拘泥于善恶，进一步说就是不能拘泥于惩恶扬善。你应该追求的是“真理”，而不能对人生抱有惩恶扬善的期待，这就是真理之一。

你会选择沉湎于令人懊恼的过去而牺牲掉自己的未来，还是选择为了成功而专注于真理？不要让过去成为绊脚石，过去的就让它过去，这样伤痕会更浅。然而，人们往往会为了洗刷不甘心的情绪而变本加厉地对过去的事情投入时间和精力。

非常遗憾，在日本这样一个充满嫉妒的社会，小人更容易得志。因为在日本社会，有能力有品格的人很可能遭到众多小人的阻碍和暗算而无法得志。而且小人会顺理成章地为同类捧场。这样的事例我已在政界和商界看过太多太多。

由此可见，掌权者中小人不在少数。也就是说，小人

是棘手的敌人。如果多了这样的敌人，其代价就不是调整调整心态那么简单的事了。人生仅此一次，不要把宝贵的时间浪费在小人身上。

在日本社会，应冷静而为之的议论无法成立，议论容易被理解为对个人的人身攻击。因此，有的情况下损失的还不仅是时间和精力。成功人士不会进行无谓的争斗。他们会选择应该争斗的时机与对象。可以说他们的成功正是因为他们彻底明白了跟小人较劲毫无意义。

你要意识到应该较劲的对象其实是因人际关系而“苦恼不已”“愤怒的自己”。为防止劳损心智，第一要点就是要更关注自己。

说到底，日本人对旁人的关心过了度。有时候你甚至会觉得自己活在一个相互监视的社会中。一个人如果一味地关注别人，就会失去自省的时间。

从现在起，你要思考自己究竟想做什么，为此需要准备什么，专注于此对自己会更有利。如果理解了这一点，你就会明白根本没有闲工夫去在意旁人。

只想着“跟小人较劲”此等蠢事的自己才是应该较劲的对象。正因为我自己犯过傻，浪费过大量时间和精力去

跟小人较劲，我才敢如此断言。

选择不跟小人较劲的人生之路，你才能活出真我，才能更加靠近自己的目标。要想让自己宝贵的人生熠熠生辉，就不能跟小人一般见识。那些人完全可以置之不理。如果跟蠢货进行无谓的争斗，你就成了不珍惜自己人生的愚昧之人。

让我们摒弃无谓的争端，一起踏上歌颂人生的旅程吧！

目 录

第1章 与小人争,实属浪费人生/1

因明争暗斗而浪费了人生的自己/1

容易陷入无谓争斗的人有何特征/4

正义感强/5

充满自信/7

有责任感/8

自尊心强/10

爱管闲事/10

如何舍弃麻烦且无谓的自尊心/12

前途“一片黑暗”的人有何特征/12

冷静下来,用慧眼识“真我”/14

勿念往事,否则伤口更深/16

运用沉没成本来做断/16

考虑时间成本/17

第2章 胆小之人应如何有策略地与人沟通/19

胆小蟋蟀的强大/19

越是讨厌的人越要装作低他一等/21

实际利益高于面子/24

不要以为“狂妄自大就是精力旺盛的表现”/25

忍耐忍耐再忍耐,忍耐到底就是胜利/27

如何浇灭燃烧的怒火/30

首先探明对方的动机/30

切忌瞬间做出反应/31

怒不可遏时要学会灵魂出窍/34

工作中不需要假想敌/36

越是尴尬之时越要厚着脸皮去搭话/37

只纠缠对你有帮助的人/40

尽管如此也要和小人大战一回! /43

第3章 让各路强者成为伙伴的“骗人”之术/46

人生中最重要能力/46

哪些人才是真正聪明的人？/46

精英也会受挫的原因/49

一点小技巧助你看透他人心思/51

如何让他人的行动如你所愿/55

情胜于理/55

尊重每一个人/57

为何越谦逊的人越有能力？/59

即使不苦恼也要假装很苦恼/62

淡然处世之人才能笑到最后/66

得志淡然，失意泰然/66

“男人的嫉妒”是最大劲敌/68

两年来销售业绩为零的我能做到全公司第一的原因/70

业绩即人格/70

只为自己着想则会得不偿失/74

时刻保持乐观/76

胸怀大志才有前进动力/76

备受信赖的根源/78

学会用“嘲讽的眼光”看待事物/80

第4章 权力与评价的紧密关系/84

上司为何不关注你？/84

职场上受好评与不受好评的人/88

为什么得志的总是别人？/88

在高尔夫球场上和 KTV 里做一个讨喜的人/90

如何正确对待不得已的人事变动/92

控制期望值的技巧/92

意志消沉是对人生最大的浪费/95

如何让流于形式的会议变得有意义/96

不见成效的国会/96

避免参加会议的技巧/100

不擅长吵架的日本人/104

为什么在日本连亚马逊书评都要匿名？/104

前定和谐构筑的社会/105

日本企业喜欢搞权力斗争？/107

做生意离不开政治权力/107

推崇“调节型”人才的组织里常有的现象/109

倚仗权力是卑劣的做法吗/111

做不羁之人轻松但无益/111

利用“组织的力量”来实现自己的目的/112

成为掌权者的条件/114

如果卷入权力斗争/114

时刻把握形势/117

如何让喝酒聚会有意义/118

写给在恼人职场中苦不堪言的你/121

第5章 走自己的路让别人说去吧/124

人生应由自己主宰/124

你是否活得很不自在？/124

行将就木之际的憾事/126

想要成为受欢迎的人/128

不要盲目竞争，凡事为己所用/130

说服难以对付之人的技巧/133

从争取小的同意开始积累/133

迅速改善关系的方法/137

演讲打动人心之处不在于技术而在于“诚意”/139

自然又显自信的西服着装技巧/142

严重受挫时如何找回自信/143

切忌仇恨他人/145

最 6 章 跟自己较劲,别跟小人一般见识! /148

把花在网络上的空闲时间用来直面自我/148

成功人士为何不用 SNS/148

为自己呐喊助威/150

你需要一个周围都是能干之人的环境! /152

对自己的人生满意才是硬道理/155

如何应对充满风险的人生? /159

做好准备,对未来要有信心/159

视危机为机遇/160

为了充分利用有限的人生我所做的事/163

半途而逝的友人们/163

重视身体调节/165

能让人生丰富多彩的习惯/167

你的“目的”何在? /168

结 语/173

第1章 与小人争，实属浪费人生

因明争暗斗而浪费了人生的自己

本书所讲的小人到底是什么样的形象呢？简而言之就是那些完全没有必要去理会、去与之较劲、去为之烦恼的人。这些人荒谬、碍眼，有时还会无理取闹拖人后腿。他们故意跟你胡搅蛮缠，目的是为了提升自己的价值与存在感。

这些花招百出的小人最大的特点就是闲。除此之外你还必须知道的另一个特点就是他们对你颇有兴趣。他们对你纠缠不休，其实是因为对你有兴趣，希望你能多理