

40

几岁要完成的事

[日] 川北义则 著
罗路漫 译

40's To Be Completed

日本最畅销

上市3个月销量突破40万册!

人生黄金阶段中的指南针! 打破世俗概念, 塑造精彩人生!

40几岁还不是安心的时候, 要让自己的人生无憾无悔, 从当下开始!

40岁不要让自己后悔!

南海出版公司

40

步步为赢人生智慧集成之

几岁要完成的事

40's To Be Completed [日] 川北义则 著 罗路漫 译



南海出版公司

2013·海口

图书在版编目 (CIP) 数据

40几岁要完成的事 / (日) 川北义则著 ; 罗路漫译. -- 海口 : 南海出版公司, 2012.11

ISBN 978-7-5442-6374-0

I. ①4… II. ①川… ②罗… III. ①成功心理 - 通俗读物 IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2012) 第254229号

著作权合同登记号 图字: 30-2012-173

TITLE: [男が「40代」でやっておくべきこと]

BY: [川北 義則]

Copyright © Yoshinori Kawakita 2010

Original Japanese language edition published by Mikasa-Shobo Publishers Co., Ltd.

All rights reserved. No part of this book may be reproduced in any form without the written permission of the publisher.

Chinese translation rights arranged with Mikasa-Shobo Publishers Co., Ltd. through Nippon Shuppan Hanbai Inc

本书由日本株式会社三笠书房授权北京书中缘图书有限公司出品并由南海出版公司在中国范围内独家出版本书中文简体字版本。

SISHIJISUI YAO WANCHENG DE SHI

40几岁要完成的事



策划制作 北京书锦缘咨询有限公司 (www.booklink.com.cn)

总 策 划 陈 庆

策 划 李 伟

编 著 [日] 川北义则

译 者 罗路漫

责任编辑 张 媛 雷珊珊

装帧设计 季传亮

出版发行 南海出版公司 电话 (0898) 66568508 (出版) 65350227 (发行)

社 址 海南省海口市海秀中路51号星华大厦五楼 邮编570206

电子信箱 nanhaicbs@yahoo.com.cn

经 销 新华书店

印 刷 北京凯鑫彩色印刷有限公司

开 本 787毫米×1092毫米 1/16

印 张 11

字 数 121千

版 次 2013年2月第1版 2013年2月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5442-6374-0

定 价 29.00元

南海版图书 版权所有 盗版必究

『前言』

小事，成就四十岁之后的你！

现代人的平均寿命为八十岁左右，因此，四十到五十岁是人生中最充实的时期。如果在这个阶段充分利用二三十岁时积累的知识及信息，那么五十岁之后，你的生活将会精彩纷呈。

四十岁被称为不惑之年，但四十到五十岁也是一个烦恼颇多的年龄段。

放眼职场，我们不难发现，四十多岁的人一般都身居中间管理层：既有顶头上司，也有平辈同事，更有年轻下属。这样一来，人际关系也变得越来越复杂。

现在的年轻人处理人际关系的意识淡薄，如果对他们只是一味地发号施令，他们可不会真的听命于你。话虽如此，但如果不能搞好上下人际关系，那么工作也很难顺利展开。不管在哪个时代，要想在职场上游刃有余，关键就在于与人的沟通交流。最理想的状态当然是与上级下属相处融洽，但在这之前，首先得让自己变成一个有魅力的人。

从这个意义上来说，自我完善变得越来越重要。

一个人越是气度不凡，那么他与人的沟通就越如鱼得水。如果你斥

责下属是为了帮助他成长，那么下属也会从中感受到你对他的关爱，并学习到为人处事的方法。

近来，能够以自己为范本，亲自教导培养下属的上司已经越来越少了，这不禁让人感到惋惜。孩童在从父母身上学习知识经验的基础上不断成长，同样的，在职场上，年轻的新人也希望有一位能从他身上不断学习职场本领的前辈，希望你正是那样一位年轻人所期待的上司。

此外，不少在公司上班的人都有这样一个烦恼，他们不知道到底是一直在公司干到退休好呢，还是为了实现多年以来的梦想，离开公司自己创业好。

我本人在四十出头的时候，开始独立创业。独立创业有很大的风险，例如不再有稳定的收入等，此外还有来自家庭的各种问题。因此创业必须要有周全的考虑和相当的心理准备，比如你要清楚除了原来所在的公司外，你有多少人脉资源等。

在当今时代，到了四十岁想换别的工作，就必须掌握有相当高水平的技能。与二三十岁的时候不同，在四五十岁这个阶段，不管是独立创业还是跳槽换工作，你都需要有丰富的知识作为后盾。

在古印度，有一种叫做“四行期”的思想。这种思想指的是人的一生被分为四个时期，每个时期为二十五年，其中四十到五十岁这个阶段就相当于“家居期”。在这个阶段的人要辛劳工作、构建家庭、养育儿女，因此“家居期”是人生中非常忙碌的时期。

在这个忙忙碌碌、应接不暇的年龄段最该做的事就是“审视自己”，好好审视一下自己的能力、在单位里的职务以及自己的家庭等等。如果只顾着眼前的事，那么你将一事无成。还是那句话，在这个阶段充分利用年轻时积累的知识和经验，充分发挥实力，那么你的晚

年也将多姿多彩。

40岁还为时不晚，此时不行动更待何时。

重新审视自己，你会发现维持男人风度也很重要。有人说四十岁这个年龄段是决定人生成败的重要阶段，我觉得一点也不为过。

川北义则

『目录』

第1章 步入四十，不要安于现状，不要自暴自弃！

四十岁男人应思考的事	003
工作不就是为了混口饭吃吗？	005
四十岁更要争当“出头鸟”	007
认真准备的人才能抓住好运！	009
怀疑“现有的常识”	011
在工作中“玩乐”！	013
当“快”比“准”更重要时	015
当个有工作能力的“齿轮”也不赖	017
要有一双能预见公司前景的慧眼	019
家居期——怎样度过这十年？	021

第2章 “活出自我”的人际关系，你构建好了吗？

你有“领导能力”吗？	027
比如何与人相处更重要的事	030
不要当个“人见人爱”的上司	032
不受女人欢迎的男人是没有前途的！	034

年过四十，立志“凡事靠自己”	036
有了部下，请融入他们的圈子	038
越顾全别人，人际关系就越糟！	040
与厌恶之人也能良好相处的“人际关系五原则”	042
推脱责任，百害无一利	045

第3章 什么是男女公认的“成熟男人的魅力”？

不惑男人是否从容不迫，取决于“能用的钱有多少”	049
勿失童心	052
“喜新”激发男性魅力	054
能够让自己重生的人	056
七分认真，三分随性	058
没有比脸更诚实的招牌了	060
如何变成出色的成熟男人	062
服装展现了一个男人的生活方式！	064
不要失去对异性的兴趣	066
轮到“肉食大叔”上场了	068

第4章 打造四十岁以后的生活

有知识没文化的男人很不幸	073
不要以为只要努力就能成功	075
有个词叫做“情报分析”	077
年过四十，要敢于尝试“逆向行为”	079
越是忙碌，越要有工作质量	081

过了四十岁，请舍弃你的完美主义	083
不要满足于半调子的安稳	085
不可忽视小事	087
成为有所专长的人	089
你有新的爱好和娱乐活动吗？	091
你正在预测将来的形势吗？	093
要不断向年长者学习	095
你能全身心投入到每件事当中吗？	097
你有一生都不会做的事吗？	099

第5章 寻找“自己专属位置和时间”的方法

在单位里守住位置的秘诀	103
家庭是自己“人生的起点”	105
重新审视与妻子的关系	107
你有跟家人一起吃饭吗？	109
趁没退休前，应完成的另一件事	111
现在就开始考虑赡养父母的事吧	113
学会享受独处的快乐	115
男人应寻找的“三个位置”	117

第6章 做一个“乐呵呵”的强人！

牢骚是心的“延伸”	121
远离抑郁症的窍门	123
一定要多走动	125

把生活风格调成“早起型”	127
保持好心情	129
学会对自己说“这样挺好的”	131
找到自己的放松法	133
不要与病魔斗争	135
男人应工作到死	138

第7章 一生只此一次，现在必须得考虑

按照自己的想法生活！	143
如果只能活到明天，你会怎么做？	145
过了四十岁，对自己的生活负责	147
明确去留与进退的方向	149
不要因为眼前的不平、不满而辞职	151
被降职时要这样想	153
找工作时应该思考“自己能做什么”	155
独立创业的期限截止到四十几岁	157
不要什么事都拖到以后	159
无论何时，“放弃”都还言之过早	161

第 1 章

**步入四十，不要安于现状，
不要自暴自弃！**

四十岁男人应思考的事

常言道，男人四十一朵花。

我从大学毕业进入职场到四十二岁，正好度过二十年的职业生涯。在这个阶段，我积累多年的经验结出了丰硕的果实，事业一帆风顺，既有美满幸福的家庭，也有了一定的人脉资源，闲暇时还可以发展一下爱好或放松玩乐一番。

“我的人生过得还挺完美的。”

如果你心里有这样的念头，那么你可得当心了。因为你一旦有了安于现状的念头，那么你的人生就有可能斗转直下。而人生一旦坠入低谷，要想再重拾昔日光芒，可就没那么容易了。

另外，还有一群这样看待人生的人：

“我都四十岁了，再怎么拼搏也没什么前途了。”

他们早早放弃了自己的人生。在这个岁数，如果你也有这种想法的话，那么等着你的只有越来越暗淡的人生。

四十岁正是拉开人与人之间差距的阶段，上进的人会越过越好，反之则越来越糟糕。

如果用龟兔赛跑这个故事来打比方的话，那么这个时期就是“乌龟开始有危机感并拼命追赶，兔子想休息一会儿”的时刻。但是，此时绝不能安于现状也不能自暴自弃，因为不管对于兔子还是乌龟，前面都还有一段未完成的距离。因此，大家应该将这一点铭记在心：哪怕只能比

现在好一点，也应努力向前，切记不能丢失了上进心。

此外，四十至五十岁的人，一般都积累了充足的知识丰富的阅历，人生来到了一个高峰点，这个说法在历史上是有据可循的。达尔文四十岁至五十岁这个时期，一直潜心研究，五十岁时出版了《物种起源》；列宁四十七岁取得俄国革命胜利；乔治·F·肯尼迪四十三岁当选美国总统，成为美国史上最年轻的总统；牛顿四十四岁出版古典力学著作《自然哲学的数学原理》；安藤百福发明了家喻户晓的方便面，四十八岁时，还在自家庭院中搭建的临时窝棚里完成了方便面的商品化。

虽然没有具体的统计数字，但纵观古今中外，我们不难发现，绝大多数名留史册的人都是在四十岁到五十岁这个阶段成就大业的。既然如此，我们就应当保持警惕，受挫时不气馁，继续努力。

那么，年过四十后要想进一步完善自己，应该做些什么呢？那就是“每天重新确认”自己的决心和心理准备。

知识、信息、技能、生活方式等这样的东西，一旦用脑或身体感觉记住了的话，就会以记忆或习惯的形式留存下来。但“决心”、“心理准备”这类理念形式的东西，则很难被留存下来。如果不能每天提醒自己的话，那么你的决心及心理准备很快就会消失得无影无踪，像“我要戒烟”这样的决心就是一个典型的例子。

现在就让我们来再一次明确自己的决心和心理准备吧，并且不要忘了每天提醒自己，每天重复才能有新的突破，不断成长。

工作不就是为了混口饭吃吗？

曾经有报纸就“收入与工作价值哪个更重要”这个问题，对大众进行过问卷调查。其中选择“收入”（包括选择“不确定”）的人数约占49%，选择“工作价值”的约占51%，两者基本各占一半。

这个调查结果其实是理所当然的，因为谁都希望“两全其美”。但现实往往事与愿违，仅有极少数的人能够找到既有价值又收入颇丰的工作。但有趣的是，虽然统计总数是两者平分秋色，但如果剔除选择“不确定”的人数，只看选择“收入”的人数的话，选择“工作价值”的人数竟是选择“收入”人数的1.5倍。也就是说，日本人对于工作，比起收入更重视工作价值。

统计结果固然很准确，但在这里，还有个问题需要大家想一想。二三十岁的时候还年轻，努力掌握工作技能对未来发展有帮助，因此把“工作价值”看得更重没有任何问题。但当到了四十岁，如果只是为了“工作价值”而工作的话，那么恐怕就会产生一些问题了。

“工作价值”是一种自我感觉，是会随着情况发生变化的。当感觉不到工作价值时，如果能够从“收入”找到工作的意义的话，那就没什么问题，不然的话就会失去支点，在这样的状态下继续工作是件很危险的事。

“工作”和“干活”这两个词，看似意思相仿，但实际上有着微妙的区别。工作是为了追求工作价值，而干活是为了得到“生活的粮

食”。因此，如果在衣食无缺的状态下，谁都会选择“工作价值”。

但事实上大多数人是为了得到“粮食”而工作，所以把“收入”和“工作价值”摆在面前，让人选其一，是个很残酷的事情。最后两种选择的人数差不多，可能也正是因为这个原因吧。

此外，在调查中选择“工作价值”的人认为“没有工作价值，这个工作就很难长久”，选择“收入”的人则认为“金钱是生活的基础”，且两者都认为“收入（工作价值）会在以后跟上来”。这两种说法都没有绝对的对与错，但都表明了“稳定的收入下才有工作价值”的观点，因为“后悔当初更重视工作价值”的人数是“后悔当初更优先考虑收入”的人数的两倍。只要是在拿钱干活的前提下工作，看重收入是人本能的想法。

对于工作的心态，日本近代著名的启蒙思想家福泽谕吉这样说道：

“既然卑微地与同类共同生活，共享着这世上的资源，那么在维持自家生计的同时，就难免要对同类负担义务。”（《福翁百话》金园社刊出版）

一个人工作不仅是为了自己和家庭，还是应承担的社会义务。因此看待工作时，若只是讨论选择“收入还是工作价值”，就显得有些缺乏社会性。

到了四十岁，就不要再嚷嚷着说“工作价值、工作价值”了，因为这实在太自私了。虽然为了生活口粮也是件自私的事情，但有的人一边嘴里说“我工作不过是为了混口饭吃”，一边提交傲人的业绩，相比之下，这样不是更帅吗？

四十岁更要争当“出头鸟”

俗话说：雄鹰藏其爪，真人不露相。

下面我们讲一个故事，你会怎样看待故事中的两个人呢？

有一天，皇帝正在看舞剑表演，护卫A和护卫B分别站在皇帝左右两侧。突然，不知从何处飞来一支暗箭，直射向皇帝。千钧一发之际，警觉的护卫A迅速拔出腰刀，将暗箭砍断。“太了不起了！”所有都对护卫A称赞不已，但护卫B却对其不屑一顾。大臣对在紧要关头没做出任何反应的护卫B非常不满，斥问道：“你刚才纹丝不动，难道没看到那支箭吗？”护卫B一副满不在乎的样子，回答道：“因为我知道那支箭根本不会射中任何人，所以才置之不理。”也就是说护卫B比护卫A的技艺更胜一筹。

那么，A和B你会更喜欢谁呢？我想大家会更喜欢B吧。大多数人都认为不论能力再强，也不应该炫耀自己，真正有本事的人是不会随意在众人面前显摆卖弄的。但是，有人却要跟大家唱反调，他就是本田宗一郎。本田先生对本节开头的那句俗语这样评论道：

“到了现代，人们还对这句俗语予以高度评价。对此，我是不能苟同的，这句话已经落伍了，我们不应被陈旧的想法所束缚，应该不畏失败，大胆地去磨炼你的利爪，尽情地展露你的能力。”

我也十分认同本田先生的想法。如果你有某方面的才能，那么就应该努力让别人知道。你也许会被人说谦虚，但不能因此而打退堂鼓。虽然