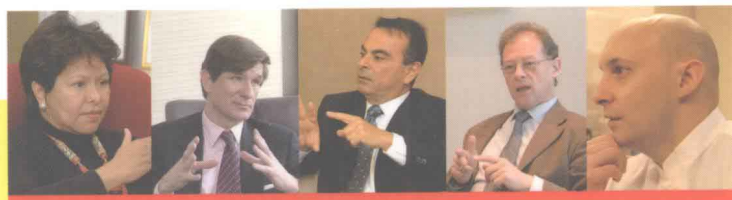


★ 他的每本书，都值得我们读！

——励志大师**杜博瓦** 与世界超级CEO们的对话

[法] 弗朗索瓦·杜博瓦 黎晨译



一本风靡日本，且正在风靡世界的超级畅销书！
作者首创的**职业生涯革新论**，
正在改变当代年轻人的工作和生活的方式。

的励志培训品牌；★ 他在日本开设的职业生涯规划课程，帮助无数年轻人找到
 样的人生想法和生命活法，告诉我们怎样实现人生价值的最大化；★
 成功者们的人生经验，分享他们的工作和生活乐趣；★ 他是杜博
 们去读！★ 他创立的杜博瓦方式学院，已经成为日本人
 了人生的方向和活着的意义；★ 他在这个迷茫时代告
 他被世界许多超级CEO们视为挚友和心灵对话的对象
 近，一个艺术家、心灵激励大师、职业生涯规划革新者；
 知名的励志培训品牌；★ 他在日本开设的职业生涯规划
 诉了我们不一样的人生想法和生命活法，告诉我们怎
 ★ 他为我们传递成功者们的人生经验，分享他们的
 他的每本书，都值得我们去读！★ 他创立的杜博瓦
 课程，帮助无数年轻人找到了人生的方向和活着的
 现人生价值的最大化
 和生活乐趣；★ 他是杜博瓦，一个艺术家、心灵
 式学院，已经成为日本人皆知的励志培训品牌；
 他在这个迷茫时代告诉了我们不一样的人生

新世界出版社
 NEW WORLD PRESS

——励志大师杜博瓦 与世界超级CEO们的对话

★ 他在日本开设的职业生涯规划课程，帮助无数年轻人找到了人生的方向；★ 他是杜博瓦，告诉我们怎样实现人生价值的最大化；★ 他是杜博瓦，分享他们的工作和生活乐趣；★ 他是杜博瓦，我们去读！★ 他创立的杜博瓦方式学院，已经成为日本人人皆知的励志培训品牌；★ 他在这个迷茫时代告诉了我们不一样的人生。

图书在版编目 (CIP) 数据

想法·活法 / (法) 杜博瓦著; 黎晨译. — 北京:
新世界出版社, 2012.2

ISBN 978-7-5104-2549-3

I. ①想… II. ①杜… ②黎… III. ①职业选择—青年读物
②人生哲学—青年读物 IV. ①C913.2-49②B821-49
中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第009732 号

日本人には教えなかった外国人トップの「すごい仕事術」

©François Du Bois 2007, Printed in Japan

発行所 株式会社講談社

本书中文简体字版专有翻译出版权由杜博瓦方式学院经北京博中阳文化发展有限公司授权给新世界出版社。该专有出版权受法律保护。

著作权合同登记 图字 01-2011-6031 号

想法·活法

作 者: (法) 杜博瓦 著

责任编辑: 董晶晶

责任印制: 李一鸣 黄厚清

出版发行: 新世界出版社

社 址: 北京西城区百万庄大街 24 号 (100037)

发 行 部: (010) 68995968 (010) 68998733 (传真)

总 编 室: (010) 68995424 (010) 68326679 (传真)

<http://www.nwp.cn>

<http://www.newworld-press.com>

版 权 部: +8610 6899 6306

版权部电子信箱: frank@nwp.com.cn

印 刷: 北京佳顺印务有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 710mm × 1000mm 1/16

字 数: 240 千字 印张: 16

版 次: 2012 年 3 月第 1 版 2012 年 3 月北京第 1 次印刷

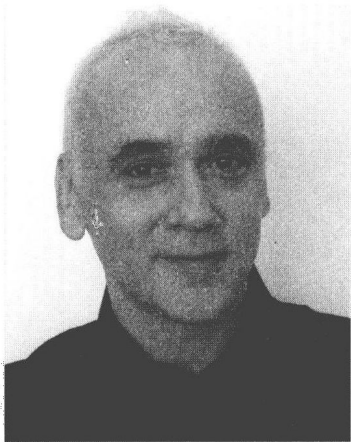
书 号: ISBN 978-7-5104-2549-3

定 价: 29.80 元

版权所有, 侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页等印装错误, 可随时退换。

客服电话: (010) 68998638



想法·活法

——励志大师杜博瓦

与世界超级 CEO 们的对话

弗朗索瓦·杜博瓦，法国作曲家、马林巴琴独奏家、职业生涯革新者，拥有“Légion Violette 勋章(音乐部门)金奖史上最年轻获得者”等等令人称美的获奖史。他是法国文学家学会会员，曾经发行过 8 张 CD。

弗朗索瓦·杜博瓦除了是专业演奏家和作曲家之外，还是一名优秀的老师，他 17 岁就开始登上讲台，开始了长期的教师生涯。1998 年来到日本，担任庆应义塾大学综合政策专业教师。从 2002 年开始在庆应义塾大学开设职业生涯设计课程以来，同卡洛斯·戈恩先生、理查德·科拉斯先生、玛利亚·梅赛德斯·M.克拉莱斯女士、安东尼·圣多斯先生、泰瑞·波提先生等嘉宾有过积极的交流，对建立学生职业生涯意识有过巨大贡献。

现在，在 D-project 公司，展开面向个人以及企业法人的杜博瓦理论的职业生涯规划讲座，对许多学生（大学生、MBA）以及社会各界人士进行近距离指导，并在日本东京著名的六本木一座大厦开设关于职业生涯规划的讲座，得到了大家的一致认可。其著作有《拥有 4 条琴锤的马林巴琴》（共三册）（I.M.D 学术出版社）、《你可以有更出色的活法！》（日本三笠书房）、《怎样找到恋人》（日本 Graph 社）、《可以让自己改头换面的书》（日本 WAVE 出版社）。参演过电影《迷失东京》（奥斯卡最佳影片）。

序 言

亲爱的读者：

我很荣幸向你们——中国的读者推荐此书。

我写这本书最初的动机是我非常想了解那些来自不同国家、不同企业的CEO们的管理智慧和人生体验。在这里通过深度对话，你会发现他们具有独特的思维取向、人生哲学以及企业管理方面的一些不为人知的秘诀。

这些头顶耀眼光环的CEO们之所以获得社会的关注，是因为他们拥有让人瞩目的头衔和所领导企业的规模，以及企业所获取的巨大的利润。

我想知道在这些CEO们的眼中，是否认为成功只是建立在单纯的物质之上。这就意味着，当他们获得物质（或技术）的成功时，他们的目标将达到某种高度。抑或他们有某种更深刻的人生哲学，他们在物质（或技术）上所获得的成功才是他们人生经验的最大体现。

我想知道他们的企业是如何发展到今天，并达到他们今天所拥有的高度，以及他们自己所特有的方法是如何酝酿成熟的，并期待发现一些我闻所未闻的秘密和诀窍。

我想倾听他们诉说他们辉煌成功背后那些令人难以忘怀的失败经历——那些失败给予了他们经验教训和巨大的推动力，甚至在不可预知的未来目标中成为一个转折的关键点。

所有这些问题都会在此书中一一展现，对于那些想了解这些杰出的 CEO 们是如何在各自领域里进行思考并取得成功的人们，他们不仅诠释了自己伟大的职业生涯，同时也表述了丰富的人生脉络。你会发现他们具有超乎寻常的智慧、爱、热情、能量以及幽默感，尤其是每个 CEO 的身心都能达到一种良好的平衡。

这些具有魅力的 CEO 们的人性化的故事，将会帮助中国的年轻一代去构建他们自己的、原始的“道”，并让中年人的“道”得以巩固。

在此我愿意同中国的读者们分享我自己的“道”。我在年轻的时候便已经非常亲近中国的“道”了，尤其道教以及老子的思想给我留下了深刻的印象，从那时起，我的思考方式一直以它为基础。现在，我经常到中国修习武当武术并且获得了更接近人类自身的直觉体验，我对“道”有了更深层次的领悟。我已经得到了师父赐予我的道号——“悟无”，以此启发和遵循我自己的“道”。

不仅仅是老子，自古以来中国产生了许多哲学家和思想家，在他们之后的千百年间，他们的思想一直在影响和指导后人，使今天的我们继续受益于其恢弘的智慧和理性。

在 21 世纪的今天，中国已经成为一个令全世界瞩目的重要国家，其经济持续高速增长，对世界经济发展的影响举足轻重。基于此，对于中国商业领域的 CEO 们而言，是分享、吸收这些前辈的人生目标和管理哲学的时候了；并通过他们独创的理论，去激发年轻一代商业精英借鉴和学习。

希望本书能引领更多中国读者迈向成功之门，为更多读者提供前辈的创作灵感和思路！

请尽情享受阅读！

弗朗索瓦·杜博瓦

2011.10.1

前 言

我是一名音乐教师，在庆应义塾大学教授音乐课程。在一次与学生讨论问题的时候，突然发现学生对“职业生涯规划”缺乏有效的认知，而我对这个问题却非常感兴趣，并开始认真地思考相关的问题。当然这次讨论不仅仅是一场单纯的谈论，它关系到“人生到底应该怎么安排”这一根本性的问题，换句话说，这是一场关于人生的谈话。而且，所谈论的内容并不是一两件简单的小事，而是在转瞬之间就谈论到不计其数的令人出乎意料的问题。

起初，日本的学生愿意与我这样的外国人谈论这么严肃的话题，使我感到非常奇怪，甚至不可思议。然而，作为一名教师，我有责任和义务与学生们谈论这些问题，并解答他们心中的困惑。我告诉自己的学生，在他们最初的阶段一定要明确自己的人生方向，并且拥有远大的目标和志向，继而才能够突飞猛进，我想自己的这些话对于他们来说是有益处的。关于日本，我还有很多地方不是很了解，需要仔细地聆听他们内心的声音。也正因为此，我才意外地发现了日本社会中所谓的“真实”的一面。

身为一名对日本文化情有独钟的音乐家，我很早就开始有意识地通过许多社会活动来了解日本这个国家。我不仅对日本的音乐有非常多的了解，还从日本的其他领域感受到了充满文化性的刺激。通过在日本积极有效的工作，我认识了许多认真、谦逊且诚实的日本朋友，从他们身上，我深入接触

到日本的文化。

对于日本文化，特别是在绘画、电影以及建筑等方面所持有的好奇，可以追溯到我还 在巴黎生活的时候。比如我看见一盆漂亮的日本盆栽，就会想到能够创造出如此美丽艺术的日本民族，一定拥有饱满的精神、宽松的心态，遇到问题能够深思熟虑，且深谋远虑，对此我深信不疑。

但是仔细聆听了学生们的想法之后，我渐渐明白了，事实并不是我想象的那样。首先，在与他们的谈话中，对于我反复提出的问题，比如“为什么会选择这所学校就读”、“为什么会选择这个专业”、“为什么想从事自己所喜欢的工作”……不论是哪一个问题，能够毫不犹豫地给出圆满回答的学生可谓少之又少。

我又发现这种情况不仅仅存在于学生当中，整个日本社会也存在对这些问题的未知。在与学生谈论之后，我在六本木一座大厦中举行了学术讲座，很多出席此次讲座的社会人士也与那些学生们的情况完全一样。现在的情况给我留下了这样的印象：许多日本年轻人仅仅考虑眼前的状况，没有长远的规划，并且他们被日本特有的“固定观念”牢牢地束缚着。

应该选择怎样的学校？应该从事怎样的工作？现在做的这份工作该不该继续下去？下一次跳槽应该怎么做？……由这些问题而产生的某种理论存在于现实的社会中。也就是说，在我们的身边有许多问题，整个社会也存在着许多问题，然而从自身角度去考虑，社会问题完全可以忽略，不去考虑最好。

然而在这样的观点之中，如果作为自己人生中长期的目标，是具有欠缺性的：在人生前进的方向上缺乏自我认可。所以，学生也好，社会人士也罢，存在这样的问题确实是很让人头疼的。

转过头来，回想先前那个话题，为什么日本学生会向我这个外国人询问那些事情？那是因为在日本这个国家，“职业生涯规划”这一思考方式并不是基于“职业生涯”原来的本意存在的。一提到职业生涯，在日本只是看重学历的高低以及工作经验的多少，但实际中我们并不是仅仅由工作这一个方面来树立我们的人生。考虑职业生涯，就是考虑人生，可是日本的职业生涯规划却不是如此，即使他们考虑到了职业生涯的问题，也只是以人生究竟

该走怎样的方向来作为自己思考的基点，可从这一观点出发，本身就是错误的。

最让人感到吃惊的是，对于日本社会中普遍认可的“成功”，并没有一个具体性的定义。比如说，一个人进入了一所优秀的大学学习，毕业之后又进入了一家优秀的公司工作，这样他就可以变得很幸福，便被视为是成功的。没有任何一个人把这一观点教给他们，而他们却认为这是正确的。但是，真正的“优秀的大学”、“优秀的公司”，究竟是怎样的呢？这其中具体的内涵却被忽视了，只凭借印象而认为的“真实”其实早已与其原本的模样背道而驰。当我这样指出来的时候，许多人会觉得惊讶，仔细想来却发现事实确实如此。

实际上，“对所有人而言的好学校”，以及“对所有人而言的好公司”都是不存在的，因为每个人都是不同的个体，是独自生存在这个世界上的。尽管如此，我认为日本人仍然将这种看上去理所当然的“无本质理论”当做每个人前行所遵循的套路。所以我在大学举办了“面向青年人的职业生涯规划教育”的讲座。

我一直认为庆应义塾大学是一座优秀的学校，因为他们郑重地接受了我的意见，并且立刻开设了有关职业生涯规划的课程。那些学习过职业生涯规划课程的学生以惊人的速度成长，继而自信满满地奔赴社会。

我的职业生涯规划教育最终是以学术峰会、面向社会人士举行的职业生涯规划讲座，以及自己开办的学校等方式扩展开来的。现在我除了音乐老师这个职业外，还有了一份新的职业，那就是为了使日本人拥有更加丰富的人生阅历而传授职业生涯规划理论，并产生了本书中即将介绍到的“杜博瓦理论”。

这个理论大致上分为三点。

- (1) 请不要只凭你的印象待人处事，请看见“真实”。
- (2) 请认真地看清自我。
- (3) 请客观理解自身所处的状况和环境。

这三点请大家身体力行。不要依赖他人的帮助，不要借助某物的力量，通过自我身体力行，察觉并抓住自我内心的“回答”。如果你在人生中面临

僵局以及直面困难时，全力以赴仍连续落败，那就说明你还没有做到这三点。

假如你在工作中遇到烦恼，或者考虑到现今许多人就业难的问题，这都是因为你没有看透第一点中所提到的“真实”。自我渴望的职场或者说自己梦想的职位这些都只是抓住了表象，并没有看见内在暗藏的真实。在公司的介绍会上，因为对某位工作人员的发言留下了良好的印象，就来决定他是否可在此公司任职。对于这种现象，我是非常不赞同的。

在庆应义塾大学的讲课中，我首先提出的建议就是从学生看到的“真实”点出发。对于憧憬已久的公司以及崇拜已久的人，无论是公司的经理，还是经验丰富的前辈，我一定会让学生去和他们见面，因为最重要的是通过自己的眼睛去证实，并做出自己的判断。比如，一些学生以经营管理为目标而努力着，但在现实中常被自己的所见所闻震惊。因为无论自己在脑海中将这份工作描绘得多么美好，不久之后仍然会有严酷的现实等待着自己去面对。与此同时，通过这段时间自己的亲身体验，将想象中的场景与现实对比起来，把所得到的“觉悟”、“期待感”都巧妙地连接起来，会收获更多以前所得不到的东西。

通过这样的体验，学生们理解了非想象下真实的工作应有的状态。他们对理论做了更深层的挖掘，在看清现实的同时，设定长远的目标，一步一步向前方的成功迈进。找到适合自己的，更进一步说，找到符合自己人生的职业，是走向成功的关键。通过这样的过程选定职业，学生们就职后就不会因与期待中的不同而感到烦恼，因为他们已经清楚地看到了什么才是“真实”，也会应对自如地对这些“真实”做出应有的举措。

在这些学生当中，有些人会成为公司的总经理。作为经营者，能在险情频发时抓住公司生机的每一步，这是他们从学生时代就开始积累起来的经验。

另一方面，来到日本已将近十年的时间，我认识了许多朋友。在这些朋友当中，企业经营者数不胜数，但最令我感到有趣的是他们中大多数人对于“艺术”都很关心，并且不乏曾经以钢琴家以及小号手为目标而努力过的人。

“企业经营者所拥有的感性和艺术家的感性可能有所相似。”——这是我

在遇到日本最有名的经营者之一松下幸之助先生的时候所感受到的，以下是松下幸之助先生说过的话。

“我认为经营者在广义上来说也是一名艺术家。之所以这么说，是因为我觉得经营也是一种综合艺术。”（《松下幸之助经营语录》）

我深深被这句话所感动，因此才产生了一定要听听现在职坛上仍然活跃的经营者的想法。如我预感的那样，如果经营者的感性同艺术家的感性相似的话，那么工作就不仅仅是工作，迸发出的无限想象力和创造力会成为他们工作中的重点，也是他们走向成功的必要因素。当今日本的年轻人，如果能从拥有这种生活方式的人身上，了解到他们的职业规划并以此作为参考，汲取大量的经验，这对构建年轻人未来的职业生涯大有裨益。

在本书中登场的经营者，全部都取得过巨大的成就。毋庸置疑，在他们的职业生涯规划中，他们都依靠自己的力量掌控自己的人生。他们的思考方式以及行动方法，对于那些想更好地做职业规划的日本年轻人而言是一份宝贵的经验财富。特别是对于容易造成短视性的日本社会而言，我确信在不同环境里经历过不同人生的人，对于日本社会建立长远目标、完善人生职业生涯规划是有一定帮助的。

当然，要做到这些，并不是只凭印象而是要通过了解这些企业经营者的“真实”形态，让大家知道他们到底是怎样的人。他们虽然现在功成名就，可是背后也经历过许许多多的苦难。作为一名高高在上的领导，一边同其他领导者们奋力作战，一边又背负着巨大的责任走在最前面。在这个过程中，他们获取了人生中不可或缺的经验，这是值得我们去学习和借鉴的。

对于阅读这本书的读者，我只有一个请求：大家不要认为在这本书中出现的经营者们是世界上“特别的存在”。同时，他们也不是被赋予了“天生之才”，才取得如此巨大的成功。假使你抱有这样的想法，那么我认为这是你對自己的一种贬低，就好像是自己任性地认为自己永远低人一等，永远把自己关在狭小的范围里面。希望大家与其把他们想象成为万能的“超人”，不如把自己的目光锁定在他们普通的那一部分——充满人情味的那一部分，因为那才是你需要关注并且学习的地方。



1

卡洛斯·戈恩 (Carlos Ghosn)

日本日产汽车股份有限公司董事长兼总经理。

关于未来，不必惧怕挫折与失败 /002

孤独是领导者的附属物 /010

工作与家庭中，我们都要扮演好自己的角色 /013

正确地培养孩子们的价值观 /017

提前做好面临抉择的准备 /021

敢于担当的日本年轻一代 /024

学会放松，才能走得更远 /027

认真做好每一件小事 /031

工作和业余时间的的生活都很重要 /034

把握好方向，你就能做得更好 /036

学会在小村庄中享受孤独 /040

对戈恩先生的访后录 /043

2

理查德·科拉斯 (Richard Collasse)

香奈儿股份有限公司 (日本) 董事长和法人代表。

从未想过可以做到企业的最高层 /046

偶然与机遇对于人生来说同等重要 /050

人类创建的体系并不是可以任意套用的无敌公式 /056

拥有梦想，你的生活才更具有意义 /060

每个国家表达爱的习惯都不同 /063

做家务是一种很好的调节方式 /067

不要害怕，做做看吧 /070

艺术可以丰富内心，也能充实工作 /075

要让孩子拥有更多可选择的机会 /077

给孩子自主空间 /080

保持恒久的创造力 /084

不要抱怨，做好自己最重要 /085

对科拉斯先生的访后录 /089

3

玛利亚·梅赛德斯·M. 克拉莱斯 (Maria Mercedes M. Corrales)

星巴克咖啡日本股份公司董事代表、最高经营责任人兼最高执行责任人。

带着乐趣去工作 /092

牺牲家庭是绝对不可以的 /097

让孩子树立正确的价值观 /102

碰到好人你就嫁了吧 /107
拥有理性的家庭式服务观 /110
调整好心态，用实力去证明自己 /112
坚持自己认为正确的决断 /120
开拓视野，抱着梦想投入工作 /123
饱满的热情，创造出日本的伟大 /127
对克拉莱斯女士的访后录 /131

4

泰瑞·波提 (Thierry Porte)

日本新生银行股份有限公司 CEO。

与众不同的工作经历 /134
因为意外的机会而开拓更宽广的道路 /138
把每件事都当成第一次来做 /141
日本的经济复苏有必要经历一个消极的过程 /144
在日本经济萧条时期扩大业务容量 /147
能感知到的困难就不是困难 /150
从 500 名到 2000 名员工 /154
积极雇佣女职员，对银行来说是有效战略 /156
出色的下属，就是能承担责任的人 /159
事情都是自己想复杂的 /163
了解自己就是了解他人的最好方式 /166
学习能力是日本无可替代的社会推动力 /167
对泰瑞·波提先生的访后录 /169

5 安托尼·圣多斯 (Antoine Santos)

库里欧罗流派公司代表董事长。

- 实现少年时的梦想 /172
- 做饭对男人而言是种享受 /175
- 远渡日本 /178
- 初到日本，与其格格不入 /181
- 为了被他人接受，只能重新审视自己 /183
- 静下心来，告诉自己要坚持 /187
- 找对爱你的人 /190
- 一次意外的大事故 /194
- 因为事故而在日本取得了很大的成功 /196
- 最大的难题是招聘人才 /199
- 年轻人就不会享受人生吗 /201
- 学会在工作中享受生活 /203
- 最终的成功是可以左右的吗 /207
- 明确了方向，将带来改变 /210
- 选择自己想做的事情 /213
- 对圣多斯先生的访后录 /217

附 录 /219



卡洛斯·戈恩

(Carlos Ghosn)

日本日产汽车股份有限公司董事长兼总经理。1954 年生于巴西。1972 年，进入法国国立高等综合理工学院学习工程学，后考入法国国立巴黎高等矿物学院研究生院继续深造，并以优异成绩毕业。1978 年加入米其林集团公司，1985 年任米其林巴西分公司 CEO，1989 年任米其林北美分部 CEO，1996 年任雷诺汽车公司副总裁，之后于 1999 年去日本担任日产汽车股份公司 COO。2001 年 6 月升任日产汽车股份公司 CEO。自 2005 年 5 月兼任雷诺汽车公司董事会主席兼 CEO。



关于未来，不必惧怕挫折与失败

杜博瓦：

在日本，当使用到“职业生涯”这个词汇的时候，几乎都是在描述一般性的工作生涯，或者其他比较专业的工作。但是，我觉得关于“职业生涯”的这种定义似乎太过于狭隘了，并且，当用职业生涯这样的词来描述某个人的工作经历的时候，并不能让人感到放松，反而会给人们带来一种紧张的氛围。对于“职业生涯”这个词，我想要表达的内容非常广泛，因为它紧紧地扣住了人生中包含着的丰富的微妙之处。

实际上，稍稍查阅一下英语词典关于“职业生涯”这个词的定义，你就会发现原本它是从中世纪佛教用语“Carriere”中发展而来的。而“Carriere”又是从古普罗旺斯当地方言“Carriera”中演化而来的，然而更进一步，你会发现这些词的词源却是拉丁语中的“Carraria”，这个词的意思是“路”。那么，戈恩先生您对“职业生涯”这个词本身有什么独到的见解吗？

戈恩：

关于“职业生涯”这个词，从语源的角度试着去追溯，是一件非常有趣