

SO

没有人
为你的梦想埋单

GOOD

THEY CAN'T

IGNORE

正确地工作
胜过正确的工作

YOU

工匠思维
胜过激情思维

优秀到不能被忽视

[美] 卡尔·纽波特 (Cal Newport) 著

张宝译



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

**SO
GOOD
THEY CAN'T
IGNORE
YOU**

优秀到不能被忽视

[美]卡尔·纽波特 (Cal Newport) ©著

张宝◎译



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

图书在版编目 (CIP) 数据

优秀到不能被忽视 / (美) 纽波特著; 张宝译. —北京: 北京联合出版公司, 2016.4

ISBN 978-7-5502-7514-0

I. ①优… II. ①纽… ②张… III. ①企业管理 IV. ①F270

中国版本图书馆CIP数据核字 (2016) 第069354号

著作权合同登记号

图字: 01-2016-1957

上架指导: 畅销书 / 职场励志

版权所有, 侵权必究


本书法律顾问 北京市盈科律师事务所 崔爽律师

张雅琴律师

优秀到不能被忽视

作者: [美] 卡尔·纽波特

译者: 张宝

选题策划:  中国

责任编辑: 侯娅南

封面设计:  李新泉

版式设计:  蒋碧君

北京联合出版公司出版

(北京市西城区德外大街 83 号楼 9 层 100088)

北京鹏润伟业印刷有限公司印刷 新华书店经销

字数 186 千字 720 毫米 × 965 毫米 1/16 15 印张 1 插页

2016 年 5 月第 1 版 2017 年 3 月第 4 次印刷

ISBN 978-7-5502-7514-0

定价: 45.90 元

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容

版权所有, 侵权必究

本书若有质量问题, 请与本公司图书销售中心联系调换。电话: 010-56676356

SO GOOD THEY CAN'T IGNORE YOU

测试题



扫描二维码
获取测试题及答案

本测试题由脑力工程师孙路弘特别编制

1. 作者在引言中讲了托马斯的故事。这个故事覆盖了如下的 4 个意思，其中哪个意思才是作者试图表达的重点：
 - A. 托马斯禅修这条路很艰难
 - B. 托马斯如愿成为了名副其实的禅修者
 - C. 托马斯是凭借激情和梦想开始的禅修之路
 - D. 托马斯成为禅修者后认识到人生没有变好
2. 在第 1 章中，作者简短地提炼出乔布斯人生中的一些事件。通过这一章中有关乔布斯的内容，作者实际上要强调的是：
 - A. 乔布斯的激情从一开始就推动着他的事业
 - B. 乔布斯的激情是后来才渐渐出现的
 - C. 乔布斯的激情并不是他热爱工作的原因
 - D. 乔布斯更大的激情所在实际上是禅修
3. 在第 2 章中，作者对自己的观点进行了梳理，并用一个小标题表示：激情是精通的副产品。那么，这句话的具体意思是：
 - A. 有了足够的激情，就能够精通任何事情
 - B. 足够精通一件事，就会对这件事产生激情
 - C. 精通的主要产品是人生的核心目的和价值
 - D. 精通的主要产品是胜任与自主
4. 在第 3 章中，作者引用了一些研究资料，并提供了数据，以及不同时间阶段的数据对比，并进一步突出明确了自己的全书观点，你认为全书的观点是哪一个：
 - A. 激情在人生阶段是存在的
 - B. 激情是时代发展过程中一个阶段的主题
 - C. 追随激情有成功的例子，不过太少
 - D. 追随激情不该被当作人生道路的指导性思想

5. 作者在第4章中列举了3个例子，分别是乔丹·泰斯、史蒂夫·马丁和马克·卡斯蒂文斯，作者从这三个人身上提炼出一个共同点，以下哪个共同点是作者真正要突出的：
- A. 都是文艺领域的杰出人物
 - B. 都是长时间苦练出来的结果
 - C. 都是靠意志和激情拼出来的梦想
 - D. 都实际上达到了领域内技能的最高水平
6. 在第5章中，作者重新比较了激情思维和工匠思维。通过阅读，你认为作者的意图更接近哪一个：
- A. 激情能够塑造出稀缺的技能
 - B. 稀缺的技能才是职场的关键因素
 - C. 激情能够促使人长期坚持
 - D. 长期坚持就能使技能稀缺和宝贵
7. 在第6章中，作者再次将实际生活中的人物的具体经历当作实例，论述人在职场中取得成功的过程。通过三个人物的经历、发展过程、奋斗的路途，你认为，这三个成功的人生经历中，哪一个共同具备的因素对他们的成功影响最大：
- A. 都具备行业内特殊的技能
 - B. 都不断变换职位又保持核心要素不变
 - C. 都依靠阶段性不同的关键人提供的机会
 - D. 都充满激情，渴望成功，怀揣梦想
8. 在第7章中，作者提出了做好“工匠”的途径，有一条就是训练要严肃。严肃的训练的关键又是什么：
- A. 要有专人的指导
 - B. 要有及时的反馈
 - C. 训练时间要足够长
 - D. 要增加刻意练习的时长
9. 在第8章中，作者讲解了工作的自主性。当人对自己手头的工作有充分的自主性的时候，接下来的结果就是：
- A. 就会充满激情
 - B. 就会成为工匠
 - C. 自我满足感提升
 - D. 人生更加有意义
10. 在第12章中，作者讨论了使命感的话题，从作者的字里行间，你能够找到使命感的因吗：
- A. 具备统领的感觉能够促成使命感
 - B. 认识到人生应该做什么就有使命感
 - C. 能够把握行业的关键重心就有使命感
 - D. 能够解决古老遗留问题就是使命感

SO GOOD THEY CAN'T IGNORE YOU

目录

TOP1 “完美派”职场工薪族 80
TOP2 职场精英——快车道上的 80
TOP3 职场精英——快车道上的 01
TOP4 职场精英——快车道上的 11

又意求带融命册

TOP1 主人 测试题 / I

TOP2 引言 没有人为你的梦想埋单 / 001

TOP3 “粗心”要命命 11
TOP4 职场精英——快车道上的 21

规则一 1 不要追随自己的激情

- 01 除了激情，乔布斯还有什么没有告诉你 / 011
- 02 不要急于寻找，激情是精通的副产品 / 019
- 03 越陷越深的困扰，都是激情惹的祸 / 027

规则二 2 工匠思维胜过激情思维

- 04 工匠思维，没人欠你一份好工作 / 037
- 05 职场资本，技能胜过激情 / 049
- 06 脱颖而出，每个人都可以成为职场资本家 / 065
- 07 刻意练习，努力做一名好“工匠” / 078

规则三

3

幸福来自于自主力

- 08 理想工作的“万灵药” / 101
- 09 自主力陷阱 1: 资本薄弱 / 111
- 10 自主力陷阱 2: 关键障碍 / 117
- 11 要做有人愿意埋单的事情 / 127

规则四

4

使命感带来意义

- 12 有意义的使命与有价值的人生 / 137
- 13 在前沿地带找到使命感 / 145
- 14 使命需要“小赌” / 156
- 15 要么引人注目，要么默默无闻 / 169

结语 正确地工作胜过正确的工作 / 181

后记 我如何创建自己热爱的工作 / 185

附录 他们如何做到 / 207

致谢 / 215

译者后记 / 217

阅读指南 精读指路人：脑力工程师 孙路弘 / 221



你不是一个人在读书！
扫码进入湛庐“创新创业”读者群，
与小伙伴“同读共进”！

SO GOOD THEY CAN'T
IGNORE YOU

引言

没有人为你的梦想埋单

“‘追随自己的激情’这个建议很危险。”

托马斯(Thomas)是在一个令人意想不到的地方悟出了这一点。当时,他正行走在一条林间小道上,穿过特伦佩尔山(Tremper Mountain)南部盆地周围的橡树林。这片93万平方米的树林是禅山寺(Zen Mountain Monastery)的财产。寺院的僧人们自20世纪80年代以来便扎根于卡茨基尔山脉(Catskill Mountains)的这一角,而那条小道只是穿越其中的众多小道之一。托马斯是寺里的俗家弟子,正在进行为期两年的住寺修行,这段修行已完成了一半。一年前,正是出于自己多年以来对理想工作的幻想,他来到了这里。他追随着自己对禅宗的激情,躲进了与世隔绝的卡茨基尔山脉,希望借此得到幸福。然而,那个下午,在那片橡树林里,他却哭了起来——幻想在周围破灭。

“我一直在问‘人生的意义何在？’”托马斯对我说。在马萨诸塞州坎布里奇市的一家咖啡馆里，我第一次见到了他。那时，距离他在卡茨基尔山里的“觉悟”已过去数年。但是，他仍清晰地记得自己的觉悟历程，并渴望与人谈起，似乎想用倾述来把萦绕在这段纠结往事里的梦魇驱走。

通往幸福的道路并不好走

托马斯是哲学和神学双学士，还拿到了比较宗教学的硕士学位。此后，他认定禅修是获取人生意义的关键。“我所研究的哲学和佛学之间有着如此多的交集，于是心想干脆直接去修行来解答人生吧。”他这样告诉我。

然而，毕业之后，迫于生计，托马斯从事了各种职业。他曾在韩国中部的工业城市龟尾市（Gumi）教了一年英语。对于很多人来说，在东亚生活可能听起来很有浪漫色彩，但对托马斯来说，异国的神秘色彩很快褪去。“每个周五晚上下班之后，男人们会聚在街上的大排档里，那些小店通常都在连着帐篷的大车里，”托马斯对我说，“他们聚在一起喝烧酒，一直喝到很晚。冬天的时候，还会有蒸汽从这些帐篷里、从这些喝酒的男人身上冒出来。不过，我记得最多的就是，第二天大街上到处都是风干的呕吐物。”

为了自己的追求，托马斯穿行了中国，并在南非待了一段时间，还到过其他一些地方，最后在伦敦做着相当无聊的数据录入工作。在此期间，托马斯一直呵护着自己的信念：佛学就是自己获得幸福的关键。慢慢地，这份梦想让他产生了出家的想法。“对于禅修和禅寺生活，我产生了奇妙的幻想，”他向我解释道，“对我来说，它甚至就代表着梦想成真。”与之相比，其他所有工作都黯然失色。于是，他决心追随自己的激情。

正是在伦敦期间，他第一次听说了禅山寺，并立即被它的庄严肃穆所吸引。“这些人真正是在热忱而虔诚地修禅。”他回忆道。内心的激情让他坚信：禅山寺就是他的归宿。

托马斯花了9个月时间才完成申请。在得到前往寺中生活、修行的许可之后，他来到肯尼迪机场，然后上了一辆大巴，前往卡茨基尔山的郊野。车开了三个小时。在脱离城市外围之后，大巴穿过一个又一个古朴的乡镇，而风景也变得“愈加美丽”。最后，大巴来到象征主义画作般的特伦佩尔山脚下，并在一个十字路口停下。托马斯下了车，然后从那儿沿路步行到寺院入口。入口由两扇铁门把守。铁门大开，等待新人的到来。

踏上空地，托马斯来到了主建筑前。这是一座由教堂改造而成的4层楼房，是用当地的青石和橡木建成的。“这便似大山奉献己身，化作容纳灵修之所。”该寺僧人在官方资料中如此描述这栋建筑。推开两扇橡木门，迎接托马斯的是一名僧人。他的任务就是接待新人。一番努力之后，托马斯终于能够向我描述出他当时的感受。他是这样描述的：“感觉就像一个饿汉知道自己就要吃上一顿大餐。那个时候，对我来说就是这样。”

托马斯的僧侣生活开始得相当顺利。他住的那间小木屋就在主建筑后面的林子里。刚来时，他曾问一名在同样的小木屋里住了超过15年的老僧，是不是走腻了住所和主建筑之间的那条小道。“我才刚开始注意到它。”老僧慎重答道。

在禅山寺，每天修行的开始时间随四季的变化而调整，最早为清晨4点半。僧人们在肃静中以40~80分钟的冥想来迎接早晨的到来。身下的坐垫在大堂里摆放得“如几何图形般齐整”。大堂前面，透过哥特式的窗户，可以看到外面壮观的景致。但是，坐垫上的冥想者们由于身子太低，根本看不到窗外。两名大堂巡视员坐在房间的后面，偶尔在坐垫间来回走动。托马斯解释道：“如果觉得自己要睡着了，你可以要求他们用棍子敲

你一下。那根棍子就是用来干这个的。”

早餐也是在大堂吃的。之后，每个人都会领到任务。托马斯的任务是打扫房屋，包括扫厕所、挖水沟等，但也会被派去负责寺里印刷刊物的平面设计——有点穿越的感觉。通常，接下来是更多的冥想、与资深修行者的晤谈以及大都冗长而玄虚的佛法讲座（Dharma lectures）。每天晚饭前，僧人们都会有片刻的休息。托马斯通常利用这段喘息的时间去把他屋里的柴炉点着，为度过卡茨基尔山寒冷的夜晚做准备。

托马斯在修行中遇到的第一个困难是公案（koans）。在禅宗的传统中，公案是一种字谜，一般以一个故事或问题的形式呈现。它们注定没有理性的答案，从而迫使你通过一种更为直觉的方式来理解现实。在给我解释这个概念时，托马斯举了一个他在早期修行时遇到的例子：“给我找一棵在大风中纹丝不动的树来。”

“我根本就不知道该怎么回答。”我抗议道。

“在做晤谈时，”他解释道，“你必须立刻回答出来，不能思考。如果你像刚才那样停顿了，他们就把你踢出屋外。晤谈就结束了。”

“好吧，我可能就被踢出去了。”

“我给了这样一个答案，然后就过关了，”他说，“我像棵树那样站着，然后手轻轻地挥着，就像是在风里，对吧？我要表达的意思就是，这是一种只可意会而无法言传的概念。”

初级修行者刚开始会遇到几大难关，其中之一便是“无”字公案（Mu koan），而此关是禅宗佛教“八大法门”之首。没达到这层境界，你就不会被当成一名真正的修行弟子。托马斯似乎很不情愿给我讲解这个公案。这种情况我在之前研究禅宗时也遇到过：这些谜题无法用理性来思考，因此向非修行者描述起来会相当费劲。有鉴于此，我没有向托马斯逼问具

体的内容，而是上网搜索了一下。查到的内容如下：

僧问赵州：“狗子还有佛性也无？”

州云：“无。”

“无”即“没有”。根据我所查到的阐释，赵州并没有回答僧人的问题，而是反过来把问题推给了发问者。托马斯为此潜心研究了几个月，才艰难地在这则公案上过了关。“我在这则公案上参来参去，”他告诉我说，“甚至睡着时也想着它，我的整个身心都被它占据了。”

后来，他参透了。

“一天，我正走在林子里。走了一段时间后，我开始一直看着树叶，然后那个‘我’就消失了。我们都经历过这样的事情，但没把它想得有多重要。不过，当这个经历发生在我身上时，我已经有了准备，于是茅塞顿开。我悟到，这就是这则公案的全部奥义。”托马斯一眼看穿了世间万物本质上是统一的，而这种统一性构成了佛教对这个世界的核心理解。正是这个统一性回答了那个公案。托马斯很兴奋。当再一次跟一名老僧人进行晤谈时，他做了一个手势（“一个可能每天都会做的简单手势”）来表明他已经对公案的解答有了觉悟。靠着这个手势，他通过了第一道“法门”，正式成为一名真正的禅宗弟子。

过了“无”字公案这关后不久，托马斯便对激情产生了前面提到的“觉悟”。当时，他正行走在之前他参透公案的那片树林里。有了对“无”字的领悟，他开始慢慢理解以前懵懵懂懂的那些佛法讲座——大多数时候都是老僧们讲的。“走在那条小道上，我意识到这些讲座都是在讲和‘无’字公案一样的东西。”托马斯说。换句话说，这就是道。这就是做一名禅僧的人生意义：在这一点、这条核心领悟上进行逐渐深入的冥思。

他达到了激情的顶峰。现在，他可以称自己是名副其实的禅修者。然

而，他并没有感受到幻想中的那种纯净的平和与幸福。

“现实就是，什么都没改变。我还是和以前完全没什么两样，还是同样的不安和忧虑。那是一个周日下午，我突然悟出了这点，然后便哭起来了。”

追随着自己的激情，托马斯来到了禅山寺。和很多人一样，他相信：要获得幸福，关键在于找到真正感召自己的事业，然后投入所有的勇气去追随它。但是，正如托马斯在那个周日下午、在那片橡树林里的经历所说明的，这种信念极其幼稚。他当上了全职的禅修者，实现了自己的梦想，但这并没有奇迹般地让他的人生变得美好。

与托马斯一样，我们发现，通往幸福的道路（至少关系到你的谋生之道）并不好走，它并不是简单回答下面这个经典问题：“我的人生应当怎样度过？”

职业探求开始了

2010年夏天，一个简单的问题开始困扰着我：为什么有的人最终爱上了自己的事业，而有的人却做不到这一点？正是这个困扰让我接触到像托马斯这样的人。他们的经历帮助我夯实了自己长久以来认为是正确的一个想法：**在打造自己热爱的工作方面，追随激情的建议并不是特别有用。**

我之所以沿着这个方向开始研究，原因是在2010年夏天，也就是这个念头开始发酵的时候，我是麻省理工学院的一名博士后——一年前刚获得了该校计算机科学的博士学位。当时，我的打算是一名教授。在像麻省理工学院这类学校的研究生项目中，当教授被认为是唯一会受人尊敬的

出路。如果不出意外，教授一职会是终身职位。换句话说，2010年的我正在规划我的第一份、也许也是最后一份职业。如果说每个人都曾有段时间来搞明白自己在职业上的激情所在，那我的就是那段时间了。

在这期间，我更需要考虑的是一个非常现实的可能性，那就是，我可能最后根本成不了教授。就在与托马斯见面后不久，我和导师进行了一次会面，讨论我寻找教职的事情。“你愿意去多差的学校？”他上来就问。学术就业市场从来都很残酷，而在2010年，由于经济仍在衰退，就业形势尤其艰难。

更麻烦的是，我的研究方向这些年来并不总是那么热门。在我做博士论文的这个组里，最近毕业的两名学生都去了亚洲当教授，而上两个博士后出站的人分别去了瑞士的卢加诺（Lugano）和加拿大的温尼伯（Winnipeg）。“不得不说，我觉得整个过程相当艰难、压力大而且令人沮丧。”其中一名学生跟我说。我和妻子都想留在美国，而且最好是在东海岸。这样一来，我们的选择余地就大大减少了。因此，我不得不面临一个很现实的可能性：我寻找教职的结果也许会是一场空。这迫使我不得不从根本上重新思考要如何度过我的人生。

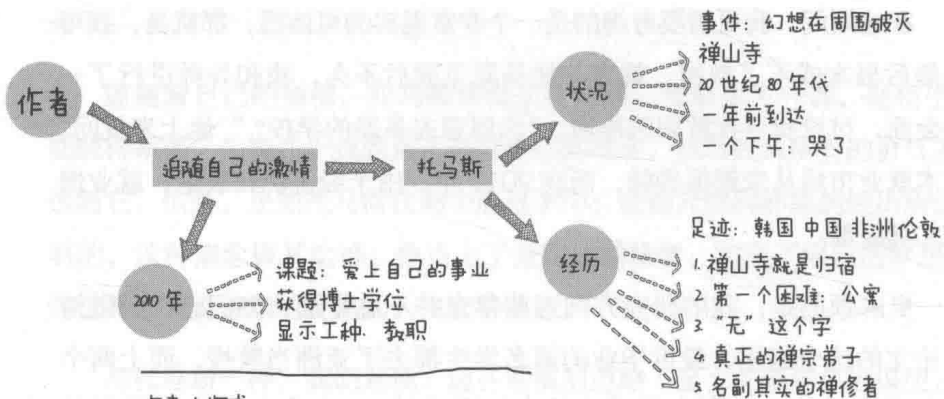
这就是我研究开始时的背景。我最后把这个研究过程称为“我的探求”。我的问题很清晰：人们如何才能最终爱上自己的事业？而我需要一个答案。

我希望这些见解能让你摆脱“追随自己的激情”、“做你爱做的事”这类简单口号的影响。如今，在这类口号的推波助澜下，很多人产生了职业困惑并深受其害。我还希望通过这些能给你指明一条现实的途径，帮助你打造一个有意义、有吸引力的职业生涯。

阅读手记

精读引路人：孙路弘

(此人资料太多，说法不同，请参考百度)



作者的探求……

做你爱做的事情，这是一个口号，这个口号影响了你吗？

职场资本笔记

规则一
不要追随自己的激情

**WHY
SKILLS TRUMP
PASSION
IN THE QUEST
FOR WORK
YOU LOVE**

**SO
GOOD
THEY
CAN'T
IGNORE
YOU**

