

<<男人四十全集>>

图书基本信息

书名：<<男人四十全集>>

13位ISBN编号：9787504467850

10位ISBN编号：7504467855

出版时间：2010-5

出版时间：中国商业出版社

作者：方舟 著

页数：382

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;男人四十全集&gt;&gt;

## 前言

我读过好多“40抒怀”的文章。一些是感叹，40岁没觉得太大，但若说40年则显得很长，另一些“抒怀”的文字，则是对40岁感到惊愕：啊！

竟然40岁了，真是岂有此理。

这种恼怒宛如商品陡然涨价那般。

男人在40岁时“惊愕”一下的好处是：到50岁时不再惊愕，可以顺入老境。

在“惊愕派”之外，又有“悔恨派”。

这一派恨自己辜负平生，年届40岁，还没有这样那样的成就。

这种感触比惊愕更令人不安。

所谓“悔恨”大多数是与同龄人比较而产生的。

人的特点之一是爱与同龄人较量，而不是与婴儿、老人、古人以及外国人比，人是在与自己同龄人的比较中成长起来的。

7岁时，邻居阿三有一条短裤，我有两条，大胜！

上学后，同窗阿四物理考了80分，我考90分，幸福！

结婚时，友人小狗子置酒席5桌，我多他一倍，痛快！

但人到中年已不可相互比较，生活至此显示出无限的复杂性，性格、学历、时运、背景、地域或健康，甚至一些神秘不可知的因素一起构成比桥牌还要复杂的阵局来操纵人们的进退荣辱。

逢其时者头角峥嵘，所获之物何止高官、厚禄、豪宅与华车？

在这场耗时40年的比赛中，你与赢家较量胜负，就是往已经跳了40年并有些疲惫的心脏上泼了一杯毒酒。

事实上，人到50岁时，同辈中有可能出一位市长；60岁，小时候你看不上的流鼻涕的小瘪三成了一幢湖畔别墅的主人，没法比。

我所以对“四十抒怀”发出这些议论，是因为在下亦跻身其中，并且仍希望今后能有一个精彩的人生。

西方有句名言：人生从40岁开始。

的确，40岁都算是一个多姿多彩的年龄。

40岁的男人已到了人生的收获阶段。

成熟代替了幼稚，理智压倒了浪漫，稳重代替了激情，惟一不变的是男人的责任、男人的追求、男人的勇气、男人的自信、男人的骄傲，还有男人一直梦想的美好生活。

尽管人生给了40岁的男人太多的体验和磨难，尽管40多岁的男人的冲动与激情逐渐消退，尽管冷漠与冷峻、无助与无奈随着鬓间的白发，随着年过40岁而陡然增多，然而一种发自内心的声音呼唤并驱策着男人：真正的人生从40岁以后开始，精彩的生活在40岁以后慢慢展开。

应该承认的是，40岁的确为男人一生中至关重要的转折点，从这个点开始，你必须对你的人生负责，对家人负责，正确取舍，该选择的不要错过，该放弃的不要紧握，这样你就会因成熟而稳重，因稳重而深刻，因深刻而收获到一片灿烂、一片辉煌。

走进40岁后，无论你现在的境遇如何，都应该对过去进行反思，为未来做好准备。

1. 准确定位，对自己要有一个清醒的认识 人到中年，对自身以及环境的把握会更理性，这为如何给自己的定位提供了可贵的经验。

虽然说40岁的男人的负担重、责任大，当他们经过了相当长的一段工作历练之后，基本上已没有生存上的危机，而是处在一种进可攻、退可守的有利时期。

在保证已有成果的前提下进取，并获得更大的收益固然可喜，但要以这些成果作为筹码去进行冒险则应谨慎从事。

40岁的男人渴望成功，因此他们会想尽一切办法，以获得梦想中的财富和荣耀，可他们往往忽略了对自身天赋、能力、资源的认识，去做一些力所难及的事情，最后惨遭失败。

因此，可以说能够准确定位自己的人，也就成功了一半。

## <<男人四十全集>>

### 2.战胜自我。

挖掘中年男人的人生潜能 也许有人说，都40多岁了，快半个老头子了，还折腾什么呀？此言差矣，40岁以后的男人，有了家庭，有了孩子，有了丰富的经验，有了成熟的心智，有了稳定的个性，只要敢于超越自我，发挥优势，积极行动，人生的境界就会有另一番风景。

### 3.享受生活，别让事业偷走快乐 我们都知道，要生存就必须工作。

然而，事业不是男人全部的生活，40岁以后，假如男人的生活充斥着紧张的工作，那就再也不会得到快乐。

假若男人想让自己的生活充满欢声笑语，那就另q让事业偷走快乐。

### 4.学会选择。

懂得放弃 人生就像是一场盛宴，过得愈充实愈好，但是你需要懂得一点一点地品味。

人生的盛宴是上帝请客，他把“天地的菜单”全放在你眼前，任你点。

你可以有野心，点个意大利全套大餐。

但是，如果你不知道如何选择，不知道舍弃，在这人生大餐上菜的过程中，见一样吞一样，你必定会愈吃愈累，早早告别这场盛宴。

看看这世上多少功成名就的人，晚年仍然坐在他的人生盛宴面前，品尝最后一道甜点和餐后美酒。

当你羡慕他们的时候，要知道：他们能吃遍人生的盛宴，必定因为他们知道取舍。

他们知道少吃一点儿，而不是样样狼吞虎咽。

### 5.健康至上。

中年男人务须防备 40岁的男人是最忙碌的一群，他们忙工作、忙应酬、忙赚钱，但却往往忽略了自己的健康。

人生的事业、家庭、健康，犹如三足鼎立，都很重要，如果不能三者兼顾的话，就要学会正确取舍，要知道，当身心透支过多时，健康就必然受到损害。

当生命承载过度，必然就要付出代价，对40多岁的男人而言，透支健康都是一笔得不偿失的亏本生意。

### 6.善待自己。

用减法而不是加法 40岁的男人宜消闲，不宜激进；宜缓泻，不宜进补；宜藏锋，不宜露势；宜煲汤，不宜啖肉；宜口讷，不宜激辩；宜淡出，不宜雄起。

善待自己的最好方式就是一切顺其自然，不苛求自己。

总之，40岁该用减法而不是加法。

### 7.家庭情感。

男人永远的避风港 40岁男人是父母的儿子、太太的先生、子女的爸爸，家庭既是男人进取的动力，又是他们必须担负的责任。

因此，面对着这花花绿绿、充满诱惑的世界，你走的每一步都要慎之又慎。

走过人生中场的你应该清楚，只有处理好家庭中各种矛盾和关系，你的事业和人生之路才能顺达幸福。

总之，40岁不应是男人的一道坎，而应是男人的加油站。

40多岁的男人，应努力发挥自我优势，塑造自己的魅力风度；积极运用已经积累的人生资本，创造人生事业的佳绩；努力营造美满的家庭生活，满足家人的情感需要。

同时，更应积极地保持身心健康，喜迎人生的第二个春天。

## <<男人四十全集>>

### 内容概要

40岁的男人已到了人生的收获阶段。

成熟取代了幼稚，理智压倒了浪漫，稳重代替了激情，惟一不变的是男人的责任、男人的追求、男人的勇气、男人的自信、男人的骄傲，还有男人一直梦想的美好生活。

走进40岁以后，无论你现在的境遇如何，都应对过去进行反思，并为来来积极做好准备——勇于创业，这个年龄还不是坐事其成的时候 准确定位，对自己要有一个清醒的认识 战胜自我，挖掘中年男人的人生潜能 享受生活，别让事业偷走7日常生活的快乐 学会选择，同时更应当懂得放弃 健康至上，中年男人务必警觉身体“机器”的老化 善待自己，用减法而不是用加法对待一切 家庭情感，男人永远的避风港和快乐源

<<男人四十全集>>

作者简介

方舟，笔名方州、方圆，华夏成功学研究中心创始人之一，毕业于中国人民大学，改革开放之初便进入成功学研究领域，作为交流学者先后赴美国拿破仑·希尔成功学研究中心和日本早稻田成功学研究所进行深入学习和研究，尤其对男性成功规律的独到探索，成果显著，著有《四十岁男人的取舍之道》、《日本著名企业家成功的共性》、《他为什么比你成功》、《成功男人八条定律》等。

## &lt;&lt;男人四十全集&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 男人四十守业之道 四十岁，男人输不起的年龄 四十岁的饭碗不能丢 四十岁跳槽，三思而后行 职场危机，四十岁以上的男人好困惑 努力适应新职业、新环境

第二章 男人四十创业之道 男人四十，不能只幻想不行动 创业，男人一辈子的事情 男人四十，创业并不晚 四十创业，稳扎稳打最重要 为开店创业寻找“黄金宝地” 找准项目很关键 四十岁创业要学会借鸡生蛋

第三章 男人四十取舍之道 男人四十，懂得放弃必有收获 多多思考，寻找最适合的方法和策略 减一分欲望加一分自在 不惑之年不能再平庸 中年男人，别做“过劳一族” 失之东隅，收之桑榆 人到中年，没有过不去的坎儿 吃得亏才能打得堆

第四章 男人四十平衡之道 相信自己，处低也可高成 宽胸襟，能容人才能容天下 大愚中有大智，木讷中有聪明 做人不能太较真，认死理 不要独享荣耀 在上司面前要放低姿态 感谢别人的批评和攻击 若即若离，与上司保持适度的距离

第五章 男人四十情爱之道 四十岁，跟你的孩子一起孝敬老人 责任，男人的另一名字 家庭，始终应该摆在第一位 时刻注意尊重妻子 做丈夫的要学会“哄”妻子 努力调节好父母与妻子之间的关系 平淡着，也要性福着 多一些宽容，多一些幸福 不离不弃，一生相伴手牵手 及时沟通，恩爱生活善调节 洁身自好，远离桃色新闻

第六章 男人四十养生之道 人到中年，要钱更要命 重新认识自己的身体 中年“猝死”，警钟长鸣 定期检查身体，防患于未然 中年，前列腺的多事之秋 记住，“福相”不是福气 不能和运动说“拜拜” 四十岁，不是熬夜的年龄 自我调节，享受“慢生活” 中年男性，以补代食要慎重

第七章 男人四十理财之道 四十岁，理财一点都不晚 根据自身条件，确定投资领域 不把鸡蛋放在一个篮子里 四十岁理财，别让机缘擦肩而过 事业有成，男人投资要谨慎 用别人的钱赚钱 投资时要警惕群体心理 宏观规划好你的资金 四十岁投资，以稳为主 以小博大，善用小钱赚大钱 精打细算，才是省钱的最高境界

## &lt;&lt;男人四十全集&gt;&gt;

## 章节摘录

现代社会跳槽已经不是年轻人的专利，越来越多的中年男人也加入到了“跳槽”大军中。然而40岁的男人想跳槽毕竟不同于年轻人，年轻人可以随心所欲，想跳就跳，而40岁的男人不仅有“后顾之忧”，还要考虑年龄因素。

因此，40岁的男人在跳槽时一定要慎重，这样才能在事业上取得更好的发展。

【现象传真】袁毅是一个有理想有抱负的青年，但如今已年过四十，仍然事业无成，目前仍处在不停地找工作——不断地跳槽——再不断地找工作的怪圈之中。

袁毅在大学里学的是美术专业，从事的是广告公司的设计制作工作，他也一直很少转行，只是不停地从一个公司转到另一个公司。

袁毅就职最长的公司是一家中等规模的广告公司，那是一家民营公司，虽然规模不是很大，但是由于经营有方，公司的效益一直不错，袁毅也从一个最初的小职员升到了部门经理的职位，薪水也从最初的不过千元上涨到七八千元。

但袁毅有一个毛病，就是眼高手低，他也并不是对自己的薪水不满意，更不是老板对他不好，那又是什么促使袁毅决定要跳出这个公司另谋高就呢？

说起来也是可笑，促使袁毅辞职的原因就是公司在一次招聘活动中新引进了几个刚从大学毕业的美术设计师，刚开始的时候，这批设计师的工资也就1500元左右，和袁毅当初进公司时的底薪相差无几。

可是，不到两三个月，由于这几个大学生的设计很有创意，得到了客户的广泛好评，老板为了留住这几个人才，便决定给这几个大学生加薪，而且加薪的幅度也非常惊人，到了第四个月的时候，这几个大学生的平均工资就达到四五千元。

于是袁毅开始心理不平衡起来，心想，自己经过十多年的奋斗，才拿到目前八九千元的薪水，而这些刚从学校毕业的大学生，还没有多少实际的工作经验，在这么短的时间内就拿这么高的薪水，那岂不是老板认为自己十多年的努力只及得上这些人三四个月的努力？

袁毅甚至还悲观地认为，自己的地位是否会在转瞬之间被他们其中的一位取代，出于自尊和莫名其妙的嫉妒，袁毅向老板提出了辞呈。

老板接到袁毅的辞呈不禁大吃一惊，问他究竟为什么要辞职。

平心而论，老板是舍不得袁毅离开的，因为袁毅对公司的一切业务都很熟悉，处理事情也井井有条，业务能力更是有目共睹的。

也正因为如此，老板才耐下性子，极力劝留袁毅，让他有什么要求和建议尽管提。

可是袁毅一言不发，一方面他觉得自己目前的待遇并不错，在公司的管理和制度方面也没有过多值得指责的地方，只是自己的嫉妒心理和不必要的担忧却不便向老板明说，以免让老板觉得自己是个小心眼的人，是个不能容忍别人的人。

因此，在老板的一再追问下，袁毅只是说在这个公司呆的时间太长，想要换一个环境。

老板见袁毅铁了心要走人，也不好再勉强，并再三强调，如果他在别的公司呆得不顺心，随时欢迎他回来。

袁毅就这样辞去了他为之奋斗了十几年的工作，他也曾有过想要自己创业的想法，但最终都没有付诸实施。

可既然不能创业，那也不能呆着坐吃山空啊。

袁毅也清楚，自己的最大专长就是广告的设计制作，他也没想着转行，凭着他多年的工作经验，找一个工作是相当容易的。

不久，袁毅就找到了一家规模很大的广告公司，这家广告公司的经理告诉他，不管他以前具有何种资历，都必须从头来过，鉴于袁毅对该行业有相当丰富的经验，经理最初答应给他的月薪是3000元，并承诺以后根据工作表现再提升他的工资水平。

袁毅想一想也对，没有哪一个公司愿意一开始就给一个他们不熟悉的人提供高薪的。

只要自己付出了努力，做出了实实在在的成绩，不愁工资提不上去。

于是，袁毅就在这家公司做了个普普通通的制作设计人员。



## &lt;&lt;男人四十全集&gt;&gt;

袁毅这一干就是三个月，他的顶头上司不过是个三十刚出头的小伙子，虽然这个小伙子也很优秀，但袁毅认为自己不输他。

袁毅在这三个月中尽心尽力，努力将自己的工作做到最好，但不幸的是，经理似乎忘了他之前对袁毅的承诺，既没有升他的职，也没有给他加薪，这让袁毅的心一下子就凉了下來。

于是，袁毅就去找经理谈话，经理不冷不热地接待了他：“我们知道你工作得不错，但其他职位比你高的人工作也很出色，我们这个公司是以责定岗，以岗定薪，我们现阶段给你的工资水平已经是同类员工中最高的，等以后有机会再调整你的职位。

”经理的一席话让袁毅的心一下凉了半截。

本来在这个公司工作就是“屈就”，在得到这样明确的答复后，袁毅就毅然决然地离开了这家公司。

之后的经历也与这次大同小异：别的公司都不愿意一开始就给他高薪，而且有的公司还缺乏科学的考评体系，于是袁毅只能不停地找工作，然后又不停地跳槽，除了在最初的公司供职十几年外，其他的公司他工作都不满半年。

期间，他也曾想过重回以前的公司，但是自尊心不允许他重回以前的公司，“好马不吃回头草”嘛。

一次偶然的机 会，袁毅碰到了之前曾是自己下属的廖某，当得知他现在已是公司的副总，月收入过万时，袁毅一时感慨万千，悔不该当初一时意气用事辞职。

要知道，那时候这个廖某还什么事都不懂，在袁毅的内心中，这个廖某除了好学和聪明，他对广告设计和制作根本就是一窍不通，然而经过几年的努力，人家也算是事业有成了。

再联想到自己还处在漂泊之中，默然无语。

廖某极力邀请袁毅重回公司，并说老板非常想念他，他回去了一定会有所作为。

袁毅委婉地拒绝了廖某的好意，请廖某向老板代为问好，并再三强调廖某要在公司好好干，不要轻易辞职，并以自己的亲身经历语重心长地对廖某说：“外面的世界很精彩，但外面的世界也很无奈

。”



<<男人四十全集>>

编辑推荐

四十岁，是男人一生中至关重要的转折点，人生的成与败往往从四十岁开始..... 男人四十守业之道，男人四十创业之道，男人四十取舍之道，男人四十平衡之道，男人四十情爱之道，男人四十养生之道，男人四十理财之道。  
男人四十分水岭 何去何从须谨慎。

<<男人四十全集>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>