

<<钝感力>>

图书基本信息

书名：<<钝感力>>

13位ISBN编号：9787208077966

10位ISBN编号：7208077967

出版时间：2008-4

出版时间：上海人民出版社

作者：渡边淳一

页数：160

译者：李迎跃

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>

<<钝感力>>

前言

我们的社会是靠人与人之间的关系来维系的。不管你的头脑多么聪明，学习多么优秀，如果不能很好地处理人际关系的话，就无法享受愉快而有意义的人生。

在人际关系方面，最为重要的就是钝感力。当受到领导批评，或者朋友之间意见不和，还有恋人或夫妻之间产生矛盾的时候，不要因为一些琐碎小事郁郁寡欢，而应该以积极开朗、从容淡定的态度对待生活。

钝感力不仅限于精神方面，在身体方面也同样如是，要想不因些许感冒或伤痛等就败下阵来，就必须拥有这种能力。

一个人谨小慎微，凡事看得过重的自寻烦恼的时代，应该宣告终结了。

钝感虽然有时给人以迟钝、木讷的负面印象，但钝感力却是我们赢得美好生活的手段和智慧。

2007年4月 渡边淳一

<<钝感力>>

内容概要

“钝感力”,作为一种为人处世的态度及人生智慧,相比激进、张扬、刚硬而言,更易在目前竞争激烈、节奏飞快、错综复杂的现代社会中生存,也更易取得成功,并同时求得自身内心的平衡及与他人和社会的和谐相处。

作者据此分章论述了在男女爱情、婚姻、事业、人生、家庭等诸多方面的表现和作用,并从医学角度出发(作者为医学博士),阐述其合理性。

作为一种独特的人生智慧,对当代社会中的人们都有全新的启发。

<<钝感力>>

作者简介

渡边淳一，日本当代著名作家。

生于日本北海道，1958年毕业于札幌医科大学，医学博士。

在母校担任整形外科讲师，授课行医多年。

后弃医从文，开始文学创作。

1970年以小说《光和影》获第63届直木文学奖。

1980年以小说《遥远的落日》获第14届吉川英治文学奖。

2003年获日本出版大奖菊池宽奖。

1997年2月出版的《失乐园》，在《日本经济新闻》连载时引起极大反响，在日本已发行260万册

。小说的书名还获得了日本1997年流行语大奖。

作者初期的作品以医疗题材为中心，逐渐扩展到历史、传记小说，特别是其以医学知识和生活经验为基础，丰富多彩、深入男性和女性本质的恋爱小说，深受广大日本读者的喜爱。

作为日本现代浪漫小说的著名作家，现在仍活跃于文坛第一线，至今已出版了130多部作品。

1980年日本文艺春秋出版社出版渡边淳一作品集，共23册；1995年日本角川书店出版渡边淳一作品集，共24册。

2004年5月，主题随笔集《丈夫这东西》在中日两国同步出版。

2005年，长篇小说《幻觉》中译本在中国出版。

2007年，长篇小说《爱的流放地》中译本在中国出版。

<<钝感力>>

书籍目录

第一章 我们丧失了某种才能第二章 在斥责声中成长的名医第三章 血液因此畅流第四章 迟钝的
五官第五章 睡眠良好的能人第六章 得寸进尺的才能第七章 肠胃钝感的男人第八章 被爱的女神
射中第九章 为了维系婚姻生活第十章 为了战胜癌症第十一章 女性的强大之一第十二章 女性的
强大之二第十三章 感谢嫉妒与讽刺第十四章 恋爱的能力第十五章 为了更好的生存第十六章 适
应环境的能力第十七章 伟大的母爱

<<钝感力>>

章节摘录

第一章 我们失了某种才能： 在各行各业中取得成功的人们，当然拥有才能，但在他们的才能背后，一定隐藏着有益的钝感力。

钝感就是一种才能，一种能让人们的才华开花结果、发扬光大的力量。

一般来说，提起“迟钝”这个词，人们头脑中联想到的都不是好事。

实际上，“那个人好迟钝”和“那个人很敏锐”这两种评价，可谓是天差地别，如果听到别人议论自己反应迟钝，一定会气得火冒三丈。

同时，人们口中有关钝感一类的言词，也都带有明显的贬义和否定的成分。

然而，如果把迟钝这个词的理解范围稍稍扩大一些，扩展到对人体的各个部位进行考虑，那么反应迟钝在人们心目中的印象，就会发生很大的变化。

譬如，眼下大家都在外面乘凉，露在外面的胳膊被蚊子叮了。

此时小A慌忙进行拍打，赶走了蚊子。

由于被叮的地方非常痒，于是他开始抓挠，那里很快就变得红肿起来，然而他还不停手，接着皮肤就会变得溃烂，转成湿疹。

与之相反，小B只是轻轻地拍打一下，把蚊子赶走也就算了，被叮的地方好像并不怎么痒，他一脸毫不在乎的表情。

如此情况下，很明显敏感的是小A，钝感的是小B。

不用说，从被蚊子叮咬皮肤瘙痒的程度上，就能得知小B的皮肤相对健康一些。

而小A皮肤的过于敏感、脆弱、容易受伤，也是一目了然。

由此看来，敏感和迟钝相比，有时反应迟钝的皮肤为佳，我们自然就明白了钝感的优越之处。

即使挨骂，也不气馁 下面，我们再从人的心灵，或者称之为精神的这一方面，讨论一下关于愚钝的种种意义。

首先，以一个暂且称为小K的男人为例，他在一家公司工作。

作为一个白领，小K在公司既谈不上优秀，也不算差，属于表现平平的职员，有一次由于一时疏忽，他在工作上出了个差错。

更加倒霉的是，恰好碰上上司心情不爽，所以小K在众人面前被上司狠狠地责骂了一顿。

当时周围在场的同事，都对上司的怒骂感到非常震惊，他们十分同情小K：“唉，刚才那顿臭骂，是否有些太过分了。”

甚至有人担心说，“这样一来，小K肯定情绪低落，明天他会不会不来上班？”

可是和同事们预料的正好相反，第二天早上，小K和往常一样，按时出现在大家的面前，并且满面笑容地向众人道声：“早上好”！

似乎昨天挨骂的事他已经忘得一干二净。

此情此景，使同事们都觉得白白替他担心了一场。

面对这样一个小K，你会怎么看呢？

往好处讲，被上司如此劈头盖脸臭骂一顿，小K却毫发无损，依然精神抖擞，他可以算得上结实的佼佼者吧。

可话又说回来了，上司那么严厉的斥责，对小K都毫不起作用，他也真称得上是个“迟钝的家伙”。

与小K相比，另一个小N，同样被上司怒骂了一顿，他却不能像小K那样迅速改换心情，回到家之后，仍旧没完没了地沉浸在个人的烦恼和思虑之中。

“我真没用，真是无可救药的家伙。”

他责备自己，然后开始钻牛角尖，“到了这种地步，我怎么可能像什么都没发生一样，再出现在公司。”

第二天，小N也许就不去上班了。

接下来，他一直摆脱不了这件事的阴影，一而再、再而三地休息，这样拖延下去的结果，恐怕最后就会辞职。

把钝感的小K和敏感的小N放在一起比较一下，占绝对优势、值得信赖的还是钝感的一方。

<<钝感力>>

今后无论发生什么事情，若是小K的话，他都可以十分顽强地闯过难关，说不定将来还会成为公司的骨干。

可是敏感的小N，在以后的生活中，就会接连不断地遇到挫折，他的朋友们也将渐渐地和他疏远起来。

敏感的O先生 这样的钝感力，不仅是在公司的上下级关系中显示作用。一般工作中的人际交往就不用说了，而在朋友关系乃至男女关系中，钝感力也相当重要。

下面是我亲身经历过的一件事情，距今约有四十年了，那时我还是一个初出茅庐的新作家，加入了已故的有马赖义先生创办的一个名为“石之会”的文艺沙龙。

这个文学沙龙聚集了一批年龄在三十岁到四十岁之间，曾经获得过主流文学新人奖，或曾为直木文学奖或芥川文学奖候选人，但最终落选的尚未功成名就的作家。

若是依照相扑级别来算，则属于刚刚上榜的一级力士的那一档。

该沙龙有近三十名成员，每月一次的聚会通常在二十人左右，大家聚在有马先生的府邸，一边就着有马夫人亲自烹制的料理喝酒，一边随心所欲地交流彼此的创作心得，之后大家都作鸟兽散，所以是一个十分轻松的沙龙。

后来，这个沙龙之中产生了五六位获得直木文学奖或芥川文学奖的功成名就的作家，此外，还有一位我认为最有才华的名叫O的男作家也是沙龙的成员之一。

他那时就已在文学杂志上发表小说了，只要读了他的作品，其才华便一目了然。

然而，因为当时大家都是刚刚入行的作家，所以不可能有多少稿约。

多数人都是按照编辑们“写出好的作品来了，请拿给我们”的吩咐，创作一完，就送往出版社。

对于这些“毛遂自荐的稿件”，编辑每次几乎都是“那么，我读一下”这句话，然后就杳无音信了。

我们等得不耐烦了，就主动打电话问编辑，得到的回答还是老一套，不是“这篇稿子还不能马上刊登”，就是“这里、那里需要修改”。

尤其是当自己呕心沥血创作的作品遭遇退稿的时候，那种打击之大，常会令人变得非常消沉。

当然我也有过同样的遭遇，在那种时刻，只能靠说“那个编辑根本不懂小说”、“发现不了我的才能，真是一个糟糕的家伙”等等来安慰自己，同时跑到新宿便宜的酒吧，埋头喝起闷酒。

说实话，花了两个星期或一个月的时间，费尽心血创作出来的作品，就这样被原封不动地退了回来，不靠自说自话或借酒消愁，根本无法来排遣心中的郁闷。

就这样埋头喝上它三天三夜，酒醒之后摆脱了郁闷。

“好啦，我要重整旗鼓”，这种愿望再次涌向心头。

说起来，那位天赋不错的O先生，也有过被退稿的经历。

“那个对小说一窍不通的臭编辑……”我那时以为他也会如此装模作样地抱怨一番，然后借酒消愁一阵子，不久便会重新燃起创作的欲望。

然而，O先生高于他人的才华，以及极强的自尊心，使他受到的伤害更深，于是便没有那么容易振作起来。

我和他曾有一些交往，可就算我打电话招呼他：“你在忙什么呢？”

他也只是无精打采地回答一句“哦……”，根本不知道他想说些什么。

“你不用在意那些”，我劝解道。

“嗯……”他仍然只是有气无力地应了一声，我这才明白了他所受打击之大。

新人作家的遭遇，我想现在依然一样，当时像我们这种无名作家，几乎没有编辑会主动打电话过来。

因此偶尔接到编辑打电话来的时候，我们多少都会有些夸大其词，“眼下，我正在着手写一部全新的作品。

”“这次的作品，我觉得有相当的卖点啊！”

”试图以此显示我们的积极进取，给对方留下好的印象。

但是，O先生却从不这样，他的回答肯定是翻来覆去、死气沉沉的几句。

说实话，我去他的住处看他，他不是挠头就是叹气，一副阴郁暗淡的神情，根本没有创作新作品的欲望和斗志。

<<钝感力>>

那时我深深体会到没有比那种多少有些才华，但自尊心过强的家伙，更令人担忧的了。

正是由于以上情况，就算编辑打电话过去，也得不到想要的信息；由于创作没有进展，编辑便难以再打电话询问，这样就逐渐形成了一种恶性循环。

如此一来，O作家慢慢失去了发表作品的机会，几年后，在文坛的主流杂志上，再也看不到他的名字，他在文坛上消失了。

钝感的力量 后来我常常回想起O先生的事来。

像他那样有才华的作家，为什么会在文坛上消失？

每当我想到这个问题的时候，各种思绪就会涌入我的脑海，不过最后都会归结到钝感力这个词上。

说句心里话，O先生性格天真、敏感，容易受伤，又因才华出众，故十分自信，所以一旦遇到挫折，其所受伤害也很大，会因消沉而难以东山再起。

也就是说，他恐怕是一个“文学路上的少爷”。

的确，像他那种性格的男人，如果一切进展顺利，处于周围掌声不断的境遇中，他的才华也许能够得到最大限度的发挥。

一路顺风的话，O先生没准已经成为大作家了。

相反，风向一旦发生变化，O先生恐怕就难以及时调整好心态，从打击中恢复过来的时间太过漫长，结果失去了重整旗鼓的机会。

在此，我重新认识到的是，人们能否成功，不完全取决于才能。

也就是说有才能的人并不一定就能成功。

在文坛上，非要举出什么是成功的必要条件的话，那就是有益的钝感力。

无用赘言，其前提是需要有一定的才华，而能让才华经过磨炼熠熠生辉的，正是坚韧的钝感力。

假如O先生那时富有钝感力的话，不知他能成为一名多么优秀的作家。

其实，这种事情不仅仅限于文学的世界，在演艺界、体育界，还有在各种各样的企业和公司工作的白领也同样如此。

钝感就是一种才能，一种能让人们的才华开花结果、发扬光大的力量。

第二章 在斥责声中成长的名医：对健康而言，最为重要的就是让自己全身的血液总是能够顺畅地流淌。

因此，做事不要总是思前想后，即使别人说些不中听的话，听完后马上就能抛到脑后。

这种有益的钝感，是保证血液畅通无阻的重要原因。

在上一章中，谈到了即使被斥责也不气馁，能够保持开朗的心情，很快复原，这是一种才能，本章我再谈一个与之类似的事例。

故事中的主角是个医生，与其说他性格开朗能够迅速复原，不如说他原本对斥责就有些无所谓，在他身上潜藏着一种有益的钝感。

提起医生，多数人可能认为医生的职业性格敏感、细腻，其实事情并非如此。

相反，像医生那种压力很大的职业，需要的正是钝感。

以“唯唯诺诺”对“嘟嘟囔囔” 以前，我曾在札幌大学附属医院当过多年的整形外科医生。

从医学院毕业后将近十年的时间里，在札幌大学附属医院，我就是在各式各样前辈们的斥责声中，一边对自己的无能感到无奈，一边点点滴滴地积累起作为一个医生应有的医术。

当时，指导我的主任教授是一位后起之秀，医术高明，要说他有什么缺点或令人不满的地方，只有一样，就是在手术当中，他总是不断地指责医疗部那些协助他的部下。

然而，他也并不是出于什么恶意或是想要惩戒谁，那只是他的一个毛病，喋喋不休地指责别人，例如“手脚太慢！”

“快点儿，拿牢靠些。”

“你眼睛往哪儿看呢？”

”等等，都是些无关紧要的指责。

说来那些指责就像小言幸兵卫的单口相声一般，甚至还有暗合手术节奏的地方，所以若不放在心上的话，也没有多大的事情。

<<钝感力>>

而且，当大血管被切断的时候，教授的抱怨就会戛然而止。

所以把他抱怨连天的时候，当作是他心情良好、手术进展顺利的表现，也就对了。

不过，话讲起来虽然简单，可一旦轮到自己被指责的时候，还是会感到有些沮丧和畏缩的。

总而言之，在大学附属医院的医疗部，是严格按照毕业时间的前后顺序论资排辈的，而且在手术室里要绝对服从上司的命令，所以被上司提点、申斥便是家常便饭了。

虽说大家都有充分的心理准备，但和自己喜欢的护士、机械助手等同处一间手术室的时候，如果一直被上司喋喋不休地训斥，在自己喜欢的女孩面前，显示不出一处长处，有时也会难过得想要哭上一场。

因此，每当被安排做教授主刀的手术助手时，一想到第二天会受到多少训斥，心中就会感到十分腻烦。

即便如此，刚开始的时候，我只是排在第三、四位的助手，被教授训斥也理所当然，这样一想我也就认命了，可是比我高三届的S医生，也许正因为是教授的第一助手，所以他被教授训斥得最多。

我觉得在各种各样的团体中都有S医生那样的人，他身材修长，略稍有点儿驼背，戴了一副好似蜻蜓一般的圆黑框眼镜，给人一种没什么出息的感觉，一看就是那种容易挨骂的类型。

任何上司看到他，大概都会觉得他属于那种易于呵斥的下级。

每当S医生被教授斥责，我都偷偷地在心里表示同情，觉得他是一位十分可怜的医生，可是我发现每当被教授训斥的时候，S医生的回答都很独特，必定为“是，是”、“是，是”，把“是”轻轻重复两次。

不管教授说些什么，S医生的回答永远一成不变，一次我听着听着，甚至觉得教授的呵斥对S医生本人毫无影响，仿佛在对牛弹琴似的。

反正，无论教授如何训斥，那位S医生都像准备好了似的，一律以“是，是”作答。

也许就是这种忠厚的回答，才使得教授的“嘟嘟囔囔”也来得十分坦然。

想到这里，我发现教授的“嘟嘟囔囔”和S医生的“唯唯诺诺”之间的一唱一和富有节奏，好像捣年糕的人和捣年糕的棒槌一样，配合得非常默契。

我甚至觉得正是托S医生那句轻轻的“是，是”的福，教授的手术才得以顺利进行。

手术进步最快 这位S医生即使遭到训斥，也丝毫不受影响。

相反，还能使现场的气氛得到缓和，甚至使整个团队的力量凝聚到了一起。

这不能不说是一种十分出色的才能。

不仅如此，这位医生更为了得的地方在于，在手术中被教授那样斥责，一旦手术结束，他立刻忘得一干二净，舒舒服服地泡在洗澡水里。

完事以后回到医疗部，他一边喝着啤酒、日本酒，一边和同事们谈笑风生地聊起刚刚结束的手术以及其他各种事情。

S医生以惊人的速度把一切不快统统丢到了脑后。

与这位开朗的S医生相比，也有那种稍稍受到斥责就备受打击的男人。

尤其是那些出身良好、在溺爱中长大，没有习惯被人斥责的男人，仅仅被上司训过一两次，马上就变得失魂落魄，一脸阴沉的表情。

还有喝了闷酒之后在外面闹事的，更可笑的是，一位力气多余的家伙，居然把沉重的公共汽车站牌标志也给移走了，这些幼稚的举动，根本没有任何意义。

那些经不起训斥的家伙，真应该好好学学S医生那轻轻的“是，是”，学会那种心胸开朗、不屈不挠向前看的精神。

此外，S医生的出色之处不只是开朗豁达地面对自己所受的责骂。

而且还在每次一边回答“是，是”，一边完成助手工作的过程中，不断近距离地掌握教授手术中的要点，他后来成为医疗部最为出色的外科医生。

从上面的事例中我们也可以明白，是个男人的话，都要成为像S医生一样钝感、经得住打击的人。

特别是男孩子，必须有这种顽强的精神。

假如有一个小男孩，母亲对他歇斯底里地大喊大叫，“大介，快点儿，这里还有那里，不收拾好

<<钝感力>>

不行啊，听明白没有？

”孩子却毫不理会，只是嘴上回答“是，是”。

“反正妈妈总会累的，累了就不作声了吧。

”我希望能够把孩子教育成有这样素质的孩子。

如今仍很健康 后来，S医生当上了一家位于札幌郊外的大医院的院长，现在担任名誉董事长

。 两年以前，在一次同门聚会上，我见到了好久不见的S医生。

虽然年纪长了不少，可无论外表还是说话方式他都和以前别无两样。

我们双方都觉得十分亲切，聊了许久，不管我说些什么，S医生还是老样子，“是，是”点头而已。

那种轻声细气、没有什么响动的样子，和过去如出一辙。

到那时我才恍然大悟，S医生原来根本就没什么认真听人讲话，对方说的事情，他并没有一字一句去听。

所以不管教授怎样“嘟嘟囔囔”地抱怨，对他几乎没有影响。

因此，S医生现今七十五岁高龄，却无病无灾，十分健康，一副神采飘逸的样子。

我想大家或许已经发现，那些高龄而健硕的人，基本上都不听别人讲话。

偶尔听上几句，也是听听就过去了，这种情形可称为自我中心主义者，也可以说是孤芳自赏。

往坏的方面讲，也可以称之为我行我素，以自我为中心，不过正是这种不太计较他人言语、不听别人讲话的做法，才是保持健康的秘诀。

也就是说，做事不要总是思前想后，即使别人说些不中听的话，听完就马上抛到脑后。

这种有益的钝感，与精神上的安定和保持心情愉快密不可分。

现在，各式各样防治疾病的报道不绝于耳，其实没有必要想得过于复杂。

对健康最为重要的，就是让自己全身的血液总是能够顺畅地流淌。

为此，需要让全身的血管一直处于舒张状态，控制血管的神经叫做自律神经。

尽量避免刺激自律神经，让其总是保持一种放松的状态。

这对促使全身的血液循环畅通无阻极为关键，S医生不管遭到怎样的训斥，都能保持绝妙的钝感，所以他的血液循环肯定一直非常通畅。

这是他常葆健康的根源所在。

关于这方面的问题，将在下一章进行详细的阐述。

<<钝感力>>

编辑推荐

钝感虽然有时给人以迟钝、木讷的负面印象，但钝感力却是我们赢得美好生活的手段和智慧。

——渡边淳一 本书为日本著名作家渡边淳一的最新主题杂文集。

他以“钝感力”作为一种为人处世的态度及人生智慧，分章论述了这种观念在男女爱情、婚姻、事业、人生、家庭等诸多方面的运用，作为医学博士，他还从医学角度出发分析其合理性。

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>