

# 80/20生活法则



[80/20生活法则\\_下载链接1](#)

著者:[美]科克

出版者:电子工业出版社

出版时间:2016-5

装帧:平装

isbn:9787121251580

作者将80/20法则的应用延伸到个人生活层面，个人生活满意度也是由少数的关键事件造成的，只要能专注于这些关键的事件，自然能轻松地达成较为快乐和满意的生活。首先，要找出自己最重视的目标，这个目标能给你最多快乐，快乐报酬率最高，然后将生命能量专注在这个目标上，摒弃其他杂乱的目标。其次，放轻松，寻找“懒人”的解决办法，用最少的努力，创造最大的价值。最后，勇敢地迈出第一步。

作者介绍:

理查德·科克是一位非常成功的作家、投资者和企业家。他是贝恩咨询公司的前合伙人，LEK咨询公司的共同创始人。理查德在40岁时就“退休”了，继续从多样化到像Betfair和Plymouth Gin这样的企业中获得丰厚的回报。他现在以80/20的方式生活在直布罗陀、西班牙、葡萄牙和南非。

## 目录: 第1部分 引言

### 1 主要思想

#### 生活的各个方面

### 2 以少求多

#### 我们没有在生活中应用以少求多

#### 如何以更少的辛劳获得更多的快乐

#### 困难的事变成容易的事

#### 以少求多：最后的边界

### 3 我们拥有世界上所有的时间

#### 你的快乐岛屿是什么

#### 你的成就岛屿是什么

#### 做白日梦的可怜职员

#### 不要时间管理，要时间革命

#### 时间革命

#### 活在当下

#### 改善生活的关键元素

## 第2部分 谋生和创造生命

### 4 专注你最好的20%

#### 你是什么样的人，你想成为什么样的人

#### 专注和个性让生活更多彩

#### 专注和个性让我们快乐

#### 80/20的专注和改善方式

### 5 享受工作和成功

#### 成功者有何不同

#### 享受工作和成功的80/20方式

### 6 揭开金钱的神秘面纱

#### 为什么20%的人拥有84%的金钱

#### 以少求多：更少金钱，更多生命能量

#### 从金钱上获益的80/20生活方式

### 7 关系的80/20方式

#### 更多关系能带来更多快乐吗

#### 质量与数量

#### 我们爱

#### 幸福的家庭

#### 朋友

#### 寻求更伟大的爱的80/20方式

### 8 简单优质的生活

#### 什么是优质的生活

#### 如何脱离以多求多的单调工作

#### 通往简单优质生活的80/20方式

## 第3部分 行动

### 9 节省的积极行动的力量

### 10 你的80/20快乐计划

#### 结束语

#### 参考文献

• • • • • ([收起](#))

## 标签

时间管理

效率

学习方法

## 评论

大道理差的总是付诸行动

-----  
微博鸡汤合集？

-----  
今天在机场买的书。最近经常加班，原本业务的健身计划和学习计划只能被冲掉。要彻底思考该怎么调整了。这本书给了一些指导，有些观点和GTD一样。

-----  
比较简单，80/20法则应用于生活

-----  
读了前两章，已经觉得想放弃。所以~

-----  
堆砌了一堆文字，洋洋洒洒。估计坐着也不知道自己在写些什么吧

-----  
集中精力做含金量高的事情，抓大放小。

-----  
核心思想很简单 不如行动起来！

-----  
很有用的一本书 听过很多道理但依然过不好这一生的原因在于我们会不会遵守法则

-----  
2018.3.24图书馆借的

-----  
为自己 化繁为简 以少求多

-----  
好像没什么特别的，道理许久之前就明白了，再来看书是为了仔细理解，记住了快乐计划。做过的事都有他的意义。

-----  
想法有用，需要实践

-----  
[80/20生活法则\\_下载链接1](#)

## 书评

时间，每天得到的都是二十四小时，可是一天的时间给勤勉的人带来智慧和力量，给懒散的人只留下一片悔恨——鲁迅。  
时间对于每个人都是公平的，所以时间对你的回报取决于你怎么对待它。人生短暂，要实现自我价值自然需要艰苦努力，那么首先你要找到擅长并喜欢的领域。与其花很...

-----

