

# زندگی به روش قانون

۸۰/۲۰

ریسار کج

مترجم: زهرا غلامرضا



انتشارات نگاه فرجام

|                     |                                                                                                           |               |
|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| سرشناسه             | کاج، ریچارد، ۱۹۵۰ م                                                                                       | Koch, Richard |
| عنوان و نام پدیدآور | زندگی به روش ۸۰/۲۰ چگونه با تلاش کمتر به چیزهای بیشتری در زندگی برسیم/ ریچارد کُچ: ترجمه زهرا غلامرضانژاد |               |
| مشخصات نشر          | تهران: نیک فرجام، ۱۳۹۹                                                                                    |               |
| مشخصات ظاهری        | ۲۸۷ ص.                                                                                                    |               |
| شابک                | ۹۷۸-۶۲۲-۲۵۸-۰۰۶-۳                                                                                         |               |
| وضعیت فهرستنویسی    | فیا                                                                                                       |               |
| یادداشت             | عنوان اصلی: Living the 80/20 way: work less, worry less, succeed more, enjoy more, 2004                   |               |
| موضوع               | موفقیت - جنبه‌های روان‌شناسی                                                                              |               |
| موضوع               | تلاش و تقلا                                                                                               |               |
| شناسه افزوده        | غلامرضانژاد، زهرا، ۱۳۷۱ - مترجم.                                                                          |               |
| رده‌بندی کنگره      | BF۶۳۷                                                                                                     |               |
| رده‌بندی دیویی      | ۱۵۸/۱                                                                                                     |               |
| شماره کتبی          | ۶۱۲۸۲۳۰                                                                                                   |               |



نیک فرجام

## زندگی به روش ۸۰/۲۰ ریچارد کُچ

مترجم: زهرا غلامرضانژاد

ناشر: انتشارات نیک فرجام

طرح جلد و صفحه‌آرایی: میروحید ذنوبی

نوبت چاپ اول ۱۳۹۹

تیراژ ۱۰۰۰ نسخه

شابک ۹۷۸ - ۶۲۲ - ۲۵۸ - ۰۰۶ - ۳

قیمت: ۵۸۰۰۰ تومان

مرکز پخش: میدان انقلاب، خیابان دانشگاه، کوچه رستمی، پلاک ۶

تلفن: ۶۶۴۹۵۸۸۷ - ۶۶۹۷۲۸۱۷ - ۶۶۹۵۲۳۱۵

## فهرست مطالب

|    |                                                                   |
|----|-------------------------------------------------------------------|
| ۱۱ | مقدمه                                                             |
| ۱۲ | کتابی درباره بار و تلاش برای تلاش کمتر و مفیدتر                   |
| ۱۳ | چگونه با قانون ۸۰/۲۰ زندگی را متحول کردم                          |
| ۱۶ | قانون ۸۰/۲۰ چگونه عمل می کند                                      |
| ۱۹ | بخش اول: مقدمه                                                    |
| ۲۱ | ۱: ایده‌ی بزرگ چیست؟                                              |
| ۲۹ | چه کسی قرارهای عاشقانه‌ی بیشتری می‌گذارد                          |
| ۳۴ | تمام زندگی                                                        |
| ۴۱ | ۲: خلق بیشترین‌ها از راه کمترین‌ها                                |
| ۴۵ | ما روش کسب بیشترین‌ها از کمترین‌ها را در زندگی خود پیاده نمی‌کنیم |
| ۴۷ | چطور می‌توان با کار و تلاش کمتر به خوشبختی بیشتری دست یافت        |
| ۵۴ | سختی‌ها آسان می‌شود                                               |
| ۵۸ | حصول بیشترین‌ها از کمترین‌ها: مرز نهایی                           |

- ۳: ما تمام زمان دنیا را در اختیار داریم ..... ۶۱
- جزایر خوشبختی شما کجاست ..... ۶۹
- جزایر دستاوردهای شما چیست ..... ۷۱
- منشی رؤیایپرداز بینوا ..... ۷۳
- سرنگون باد مدیریت زمان، زنده باد انقلاب در زمان ..... ۷۶
- تلاقی در زمان ..... ۷۹
- زندگی در زمان حال ..... ۸۱
- به یاد فکر در ای هم زندگی ..... ۸۲

- بخش دوم: مسیر درآمد و گذران زندگی ..... ۸۵
- ۴: تمرکز بیست درصد برتر خودتان ..... ۸۷
- شما چه کسی هستید؟ می‌خواهید به کجا برسید ..... ۸۹
- تمرکز و شخصیت، زندگی را آسان‌تر می‌کند ..... ۹۱
- تمرکز و شخصیت، ما را خوشحال می‌کنند ..... ۹۵
- قانون ۸۰/۲۰ برای تمرکز و پیشرفت ..... ۹۶
- مرحله‌ی اول: تمرکز بر اهداف ۸۰/۲۰ ..... ۹۷
- مرحله‌ی دوم: یافتن ریشه ۸۰/۲۰ ..... ۱۰۲
- مرحله‌ی سوم: عملکرد ۸۰/۲۰ داشته باشید ..... ۱۱۷

- ۵: از کار و موفقیت لذت ببرید ..... ۱۱۷
- هوش و تنبلی ..... ۱۲۸
- افراد بسیار موفق و مشهور با دیگران چه تفاوتی دارند ..... ۱۳۱
- افراد مشهور به کار خود عشق می‌ورزند ..... ۱۳۲
- افراد مشهور نامتعال هستند ..... ۱۳۳
- افراد مشهور درباره‌ی کم، اطلاعات زیادی دارند ..... ۱۳۴

## زندگی به روش قانون ۸۰/۲۰ / ۷

- افراد مشهور تفکر و روابطی واضح دارند ..... ۱۳۴
- افراد مشهور فرمول موفقیت منحصر به فرد خود را دارند ..... ۱۳۵
- راه ۸۰/۲۰ برای لذت بردن از کار و رسیدن به موفقیت ..... ۱۳۵
- مرحله‌ی اول: تمرکز بر هدف ۸۰/۲۰ ..... ۱۳۵
- مرحله‌ی دوم: یافتن راه ۸۰/۲۰ ..... ۱۴۴
- مرحله‌ی سوم: عملکرد ۸۰/۲۰ داشته باشید ..... ۱۴۸
- فهرستی برخاسته از هیچ ..... ۱۵۱

- ۶: پراکندگی، برداشتن از راه جذب ثروت ..... ۱۵۵
- کشف سود کنندگان و افراد ..... ۱۵۷
- چرا ۲۰ درصد افراد صاحب ۸۴ درصد ثروت هستند ..... ۱۵۹
- چطور می‌توان میلیاردر شد ..... ۱۶۰
- آیا پول خوشبختی می‌آورد ..... ۱۶۳
- کسب بیشترین‌ها از کمترین‌ها ..... ۱۶۸
- راه ۸۰/۲۰ کسب منفعت از پول ..... ۱۷۱
- مرحله‌ی اول: بر روی هدف ۸۰/۲۰ خود تمرکز کنید ..... ۱۷۱
- مرحله‌ی دوم: راه ۸۰/۲۰ خود را بیابید ..... ۱۷۳
- روش پایه‌ای ۸۰/۲۰ برای کسب درآمد مطلوب و مورد نیاز ..... ۱۷۶
- آیا سود مرکب با سرمایه‌گذاری تفاوت دارد ..... ۱۸۱
- در واقعیت چه مقدار از سود سرمایه‌گذاری به ما بر می‌گردد ..... ۱۸۱
- مرحله‌ی سوم: عملکرد ۸۰/۲۰ داشته باشید همین حالا ..... ۱۸۴

- ۷: به کارگیری روش ۸۰/۲۰ در روابط ..... ۱۸۷
- آیا داشتن روابط متعدد خوشبختی می‌آورد ..... ۱۹۳
- کیفیت در مقابل کمیت ..... ۱۹۷

## ۸ / زندگی به روش قانون ۸۰/۲۰

- ۲۰۱ ..... همواره افراد به سه گروه تقسیم می‌شوند
- ۲۰۲ ..... خوش‌بین بودن
- ۲۰۳ ..... تفاهم بر سر ارزش‌ها و عقاید بنیادین
- ۲۰۶ ..... خانواده‌ی شاد
- ۲۱۰ ..... خانواده‌ی شاد، والدینی متحد و عاشق دارند
- ۲۱۴ ..... رستاق
- ۲۱۵ ..... ۸۰/۲۰ برای عشق بزرگ‌تر

- ۲۲۲ ..... ۸: زندگی خوب و ساده
- ۲۲۴ ..... زندگی خوب نیست
- ۲۳۵ ..... چطور رویکرد مثبت را بیشتر از بقیه را کنار بگذاریم
- ۲۴۳ ..... خلاص شدن از موارد بی‌اهمیت
- ۲۴۹ ..... بخش سوم: عملی کردن خواسته‌ها
- ۲۵۱ ..... ۹: قدرت صرفه‌جویی در عملکرد مثبت
- ۲۶۱ ..... ۱۰: برنامه‌ی خوشبختی ۸۰/۲۰ شما
- ۲۶۵ ..... چند یادآوری مهم برای تکمیل نمودار پیشرفت
- ۲۸۱ ..... سخن نهایی

## مقدمه

به گمانم اگر می‌دانستید که همیشه می‌توانیم با زحمت و بهایی کمتر، چیزهای بیشتر و بزرگ‌تر از آنچه زندگی بر سر راه ما قرار می‌دهد به دست آوریم، حتماً برایتان جالب بود، درست می‌گوییم؟

و یا اینکه می‌توانیم به جای یک هفته تلاش، تنها دو روز در هفته کار کنیم و نتیجه‌ای بهتر و درآمدی بیشتر کسب کنیم؟

آیا مشتاق یافتن راه‌حلی ساده و همواره مؤثر برای تمام مشکلات خود هستید؟

راه‌حلی که از طریق آن بتوانید امرارمعاش کنید، پول فراوان درآورید، به موفقیت برسید و از همه مهم‌تر، در کنار عزیزان و خانواده خود زندگی شادتر و مفیدتری داشته باشید؟