

زندگی به روش ۲۰-۸۰

ریچارد کی

www.ketab.ir

انتشارات
آتیسنا

سرشناسه : کاج، ریچارد، ۱۹۵۰ - م.

Koch, Richard

عنوان و نام پدیدآور : زندگی به روش ۲۰ - ۸۰: چگونه با تلاش کمتر به چیزهای بیشتری در زندگی برسیم / ریچارد کاج: ترجمه‌ی مهشید آزادروح کلور.

مشخصات نشر : تهران: انتشارات آتیس، ۱۳۹۹.

مشخصات ظاهری : ۱۸۲ ص.: مصور، جدول، نمودار.

شابک : 978-622-718219-4

وضعیت فهرست نویسی : فیبا

یادداشت : عنوان اصلی: Living the 80/20 way : work less, worry less, succeed more, enjoy more,c2004.

یادداشت : کتاب حاضر نخستین بار با عنوان "زندگی با روش ۲۰/۸۰: کار کمتر، نگرانی کمتر، موفقیت بیشتر، لذت بیشتر" با ترجمه‌ی نوشین بزرگی‌نامی توسط انتشارات آناس در سال ۱۳۹۶ منتشر شده است.

عنوان دیگر : چگونه با تلاش کمتر به چیزهای بیشتری در زندگی برسیم.

عنوان دیگر : بی. یا روش ۲۰/۸۰: کار کمتر، نگرانی کمتر، موفقیت بیشتر، لذت بیشتر.

موضوع : موفقیت

موضوع : ucc د.

موضوع : خودشناسی

موضوع : Self-actualization (Psychology)

شناسه افزوده : آزادروح، مهشید، ۱۳۹۶ - م. ترجم

رده بندی کنگره : ۶۳۷BF

رده بندی دیویی : ۱/۱۵۸

شماره کتابشناسی ملی : ۶۱۲۰۵۲۲

انتشارات
آتیس

دفتر انتشارات و فروش: خیابان فلسطین خیابان لبافی زند ترسیده به خیابان
دانشگاه پلاک ۱۱۵- طبقه اول تلفن: ۶۶۴۴۵۸۸۱-۰۲۱-۸۳۰۰

زندگی به روش ۲۰-۸۰

- ◆ مترجم: مهشید آزادروح کلور
- ◆ مولف: ریچارد کخ
- ◆ صفحه‌آرا: زهرا بیات
- ◆ ویراستار: لیلا اسکندری
- ◆ طراح جلد: تکتم سلمانی
- ◆ ناشر: آتیس
- ◆ چاپ و صحافی: گنج شایگان
- ◆ شمارگان: ۳۰۰۰ نسخه
- ◆ شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۱۸۲-۱۹-۴
- ◆ نوبت چاپ: یکم ۱۳۹۹

فهرست

۷ پیشگفتار
۱۵ بخش اول: مقدمه
۱۶ ۱: ایده اصلی روش ۱ - ۱۰ چیست؟
۲۶ ۲: با کمتر بیشتر خلق کنید
۳۷ ۳: ما به اندازه تمام دنیا وقت داریم
۵۳ بخش دوم: چگونه زندگی خود را بسرانیم از آن لذت ببریم
۵۴ ۴: روی بهترین ۲۰٪ خود تمرکز کنید
۷۵ ۵: از کار و موفقیت خود لذت ببرید
۹۵ ۶: معمای پول را حل کنید
۱۱۵ ۷: روابط به روش ۲۰ - ۸۰
۱۳۶ ۸: یک زندگی خوب و ساده
۱۵۳ بخش سوم: عملی کردن روش ۲۰ - ۸۰
۱۵۴ ۹: قدرت اقدام مثبت و به صرفه
۱۶۰ ۱۰: نقشه خوشبختی شما به روش ۲۰ - ۸۰
۱۷۹ سخن آخر

پیشگفتار

چند حقیقت جالب:

- همیشه می‌توانید با تلاش و هزینه کمتر، تجربه‌های بهتری را در زندگی کسب کنید.
- می‌توانید به‌جای یک هفته کامل، فقط دو روز در هفته کار کنید، اما با نتیجه و درآمد بیشتر.

- می‌توانید با پیروی از یک اصل کلی، راه‌حلی ساده برای تمام مشکلات‌تان پیدا کنید. پیروی از این اصل نه‌تنها در امور مالی، رشد فردی و موفقیت، بلکه در بخش‌های مهم‌تری از زندگی مانند آرزوها و رؤیاهایتان نیز، به‌کارتان می‌آید.

بله! تمامی آنچه گفته شد حقیقتی محض است؛ شما قادر هستید تحول بزرگی در زندگی خود ایجاد کنید، کافی است از قانون ۲۰-۸۰ پیروی کنید. روش ۲۰-۸۰ دیدگاه ما به زندگی و عملکردمان در آن را به‌طور همیشگی تغییر می‌دهد. به یاد داشته باشید که پیروی از این قانون از آنچه تصور می‌کنید آسان‌تر است.

می‌پرسید چگونه؟ کافی است ببینیم دنیا چگونه پیش می‌رود. اگرچه ممکن است این برخلاف تصورمان باشد، ما هم می‌توانیم خود را با روش دنیا هماهنگ کنیم و با اتلاف کمتر انرژی، موفقیت‌های بیشتری در زندگی به دست آوریم؛ یعنی با کمترین میزان کار، درآمد بیشتری کسب کنیم و از زندگی بیشتر لذت ببریم.

در این کتاب «کمتر» کار کردن را می‌آموزید، نه «اصلاً» کار کردن

در واقع این کتاب بسیار کاربردی و درعین‌حال، استثنایی است. تفاوتش با کتاب‌های دیگر در این است که به‌جای پیشنهاد برای بیشتر کار کردن، از کم‌تر کار کردن حرف می‌زند. بدیهی است که ما انسان‌ها زمانی می‌توانیم زندگی‌مان را بهبود ببخشیم که متفاوت از گذشته عمل کنیم. روش ۲۰-۸۰ نکته دیگری را به این حقیقت می‌افزاید و آن هم کمتر کار کردن است. در روش ۲۰-۸۰ کارهایی را بیشتر انجام می‌دهیم که موجب خوشحالی ما می‌شوند، اما از آنجایی که تعداد این دسته از کارها کم هستند؛ بنابراین در مجموع کارهای کمتری انجام می‌دهیم و با این حال، زندگی‌مان را دگرگون می‌کنیم.