

# 最重要的事 只有一件

[美] 加里·凯勒 (Gary Keller) 著  
杰伊·帕帕森 (Jay Papasan) 著  
张宝文 译

# THE ONE THING

THE SURPRISINGLY  
SIMPLE TRUTH BEHIND

**EXTRAORDINARY  
RESULTS**

GARY KELLER  
WITH JAY PAPASAN



# 最重要的事 只有一件

[美] | 加里·凯勒 (Gary Keller) | 著  
杰伊·帕帕森 (Jay Papasan) |  
张宝文 译

The ONE Thing  
The Surprisingly Simple Truth Behind  
Extraordinary Results

## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

最重要的事, 只有一件 / (美) 凯勒, (美) 帕帕森著; 张宝文译. —北京: 中信出版社, 2015.11  
书名原文: The ONE Thing: The Surprisingly Simple Truth Behind Extraordinary Results  
ISBN 978-7-5086-5305-1

I. ①最… II. ①凯… ②帕… ③张… III. ①成功心理—通俗读物 IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 143457 号

The ONE Thing: The Surprisingly Simple Truth Behind Extraordinary Results

by Gary Keller with Jay Papasan

Copyright © 2012 by Rellek Publishing Partners, Ltd.

Simplified Chinese translation copyright © 2015 by China CITIC Press Corporation

Published by arrangement with author c/o Levine Greenberg Rostan Literary Agency  
through Bardon-Chinese Media Agency

ALL RIGHTS RESERVED.

本书仅限中国大陆地区发行销售

### 最重要的事, 只有一件

著 者: [美] 加里·凯勒 [美] 杰伊·帕帕森

译 者: 张宝文

策划推广: 中信出版社 (China CITIC Press)

出版发行: 中信出版集团股份有限公司

(北京市朝阳区惠新东街甲 4 号富盛大厦 2 座 邮编 100029)

(CITIC Publishing Group)

承印者: 北京通州皇家印刷厂

开本: 880mm×1230mm 1/32

印张: 7 字数: 150 千字

版次: 2015 年 11 月第 1 版

印次: 2015 年 11 月第 1 次印刷

京权图字: 01-2013-6742

广告经营许可证: 京朝工商广字第 8087 号

书号: ISBN 978-7-5086-5305-1/B·180

定 价: 35.00 元

版权所有·侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页, 由发行公司负责退换。

服务热线: 010-84849555 服务传真: 010-84849000

投稿邮箱: author@citicpub.com

# 目录

- 1 只做一件事 008
- 2 多米诺效应 014
- 3 成功有迹可循 019

PART

## 1

第一部分

**谎言**

**误导并阻碍成功 029**

- 4 每件事都很重要 033
- 5 你可以同时处理多件事 043
- 6 过上有规律的生活 053
- 7 意志力触手可及 060
- 8 平衡工作与生活 071
- 9 大即不佳 083

PART

# 2

第二部分

**真理**

**提高效率的极简之道 095**

- 10 关键问题 100
- 11 成功的习惯 110
- 12 如何找到正确答案 117

PART

# 3

第三部分

**成就卓越**

**释放你内在的潜力 129**

- 13 找到生活目标 133
- 14 确定优先事务 145
- 15 高效的生活 153
- 16 三个承诺 170
- 17 四个小偷 184
- 18 生命的旅程 200

后记 在工作中，只做一件事 209

研究过程 215

致谢 217

最重要的事  
只有一件

[美] | 加里·凯勒 (Gary Keller) | 著  
杰伊·帕帕森 (Jay Papasan) |  
张宝文 译

The ONE Thing  
The Surprisingly Simple Truth Behind  
Extraordinary Results

## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

最重要的事, 只有一件 / (美) 凯勒, (美) 帕帕森著; 张宝文译. —北京: 中信出版社, 2015.11  
书名原文: The ONE Thing: The Surprisingly Simple Truth Behind Extraordinary Results  
ISBN 978-7-5086-5305-1

I. ①最… II. ①凯… ②帕… ③张… III. ①成功心理-通俗读物 IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 143457 号

The ONE Thing: The Surprisingly Simple Truth Behind Extraordinary Results

by Gary Keller with Jay Papasan

Copyright © 2012 by Rellek Publishing Partners, Ltd.

Simplified Chinese translation copyright © 2015 by China CITIC Press Corporation

Published by arrangement with author c/o Levine Greenberg Rostan Literary Agency  
through Bardon-Chinese Media Agency

ALL RIGHTS RESERVED.

本书仅限中国大陆地区发行销售

### 最重要的事, 只有一件

著 者: [美] 加里·凯勒 [美] 杰伊·帕帕森

译 者: 张宝文

策划推广: 中信出版社 (China CITIC Press)

出版发行: 中信出版集团股份有限公司

(北京市朝阳区惠新东街甲 4 号富盛大厦 2 座 邮编 100029)

(CITIC Publishing Group)

承印者: 北京通州皇家印刷厂

开 本: 880mm×1230mm 1/32

印 张: 7 字 数: 150 千字

版 次: 2015 年 11 月第 1 版

印 次: 2015 年 11 月第 1 次印刷

京权图字: 01-2013-6742

广告经营许可证: 京朝工商广字第 8087 号

书 号: ISBN 978-7-5086-5305-1/B·180

定 价: 35.00 元

版权所有·侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页, 由发行公司负责退换。

服务热线: 010-84849555 服务传真: 010-84849000

投稿邮箱: author@citicpub.com

# 目录

- 1 只做一件事 008
- 2 多米诺效应 014
- 3 成功有迹可循 019

PART



第一部分

**谎言**

**误导并阻碍成功 029**

- 4 每件事都很重要 033
- 5 你可以同时处理多件事 043
- 6 过上有规律的生活 053
- 7 意志力触手可及 060
- 8 平衡工作与生活 071
- 9 大即不佳 083



PART

# 2

第二部分

**真理**

**提高效率的极简之道 095**

- 10 关键问题 100
- 11 成功的习惯 110
- 12 如何找到正确答案 117

PART

# 3

第三部分

**成就卓越**

**释放你内在的潜力 129**

- 13 找到生活目标 133
- 14 确定优先事务 145
- 15 高效的生活 153
- 16 三个承诺 170
- 17 四个小偷 184
- 18 生命的旅程 200

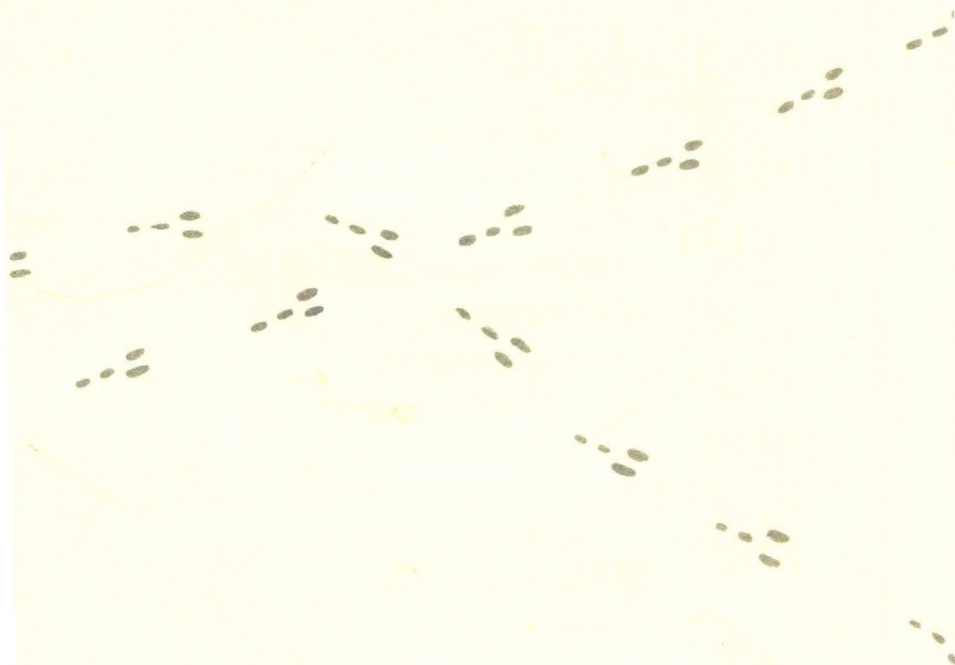
后记 在工作中，只做一件事 209

研究过程 215

致谢 217

若同时追**两只**兔子……







……你一只也抓不到。

——俄罗斯谚语

# 1

## 只做一件事

只做一件事，就像

用邮票黏住信封，不达  
目的不放松。

——乔希·比林斯

1991年6月7日。那天，我所在的世界快进了112分钟。

这当然不是真的，这只是我从一部时长112分钟的电影中得到的感受。那天，我去看热门喜剧电影《城市乡巴佬》，影院的观众被剧情逗得哈哈大笑。可是，对我来说，这不仅是一部史上最搞笑的电影，更是一部能在生活智慧和人生洞察上给人以启迪的电影。其中有一幕场景令人印象深刻：坚韧不拔的牛仔领队老柯与城

市乡巴佬米契一起离开队伍去寻找走失的牛群。尽管他俩平时冲突不断，但在这次共同寻找走失牛群的过程中，他们对生命这个话题展开了一段平静的对话。电影中，老柯勒停下马儿面向米契。

老柯说：“你知道人生的秘密是什么吗？就是这个。”（说着，他伸出一个手指。）

米契不解地问：“人生的秘密就是手指？”

老柯说：“人生的秘密就是只做一件事，就一件。只做一件事，其他的事都不值一提。”

米契又问：“那么，这件事到底是什么呢？”

老柯：“你必须自己找到它。”

老柯告诉我们的人生的秘密，其实也是成功的秘诀。也许这部电影的编剧已经发现了成功的秘诀，也许他们只是随便写写却歪打正着。无论怎样，的确如老柯所说，只做一件事就是成功的捷径。

我花了很长时间才领悟到这个道理。我曾经很成功，直到我的公司陷入危机，我才开始思考行为和结果之间的关系。我用了不到十年的时间创办了一家优秀的公司，并且信心十足地认为我们可以将业务拓展到全世界。可是，公司突然全盘陷入困境。尽管我做了所有的牺牲和努力，公司还是一团糟，这种毁灭性的打击让我觉得天都要塌下来了。

## 探索成功秘诀所付出的代价

当时的我好像置身陷阱，拼命地向四周寻求帮助，希望有人可以拉我出来。这时，我的导师向我伸出了援手。在一起散步的途中，他分析了我在个人状态和专业领域方面的困境以及我所面临的各种挑战，还重温了我所期望的生活目标和生活模式。在充分了解了相关细节之后，导师开始透彻地思考以寻找解决方案。等到我们散步回来的时候，他已经想出具体的解决方案了，并将其画在了墙上——这个方案非常周全，把整个公司所面临的困境都包含进去了。

于是，我们开始讨论这个方案的可行性。导师问我：“如果要扭转现状的话，你需要做些什么？”我不知道。

他认为，我只需要做一件事就可以扭转整个公司的尴尬处境，那就是将他标记出来的 14 个关键职位指派给真正能胜任的人，只有选对了这 14 个关键人，整个公司才可能向好的方面发展。我听后震惊了，我不相信解决方案居然这么简单，我问他这个解决方案是否应该稍微复杂一点儿，多做几件事来扭亏为盈。

他简短有力地答道：“不需要。耶稣需要 12 个门徒，而你只需要 14 个关键人。”

这真是我人生中转折性的一刻。我从来没有想过一条简单明了的解决方案居然有这么大的威力，能扭转整个公司的困境。同

样让我吃惊的是，我一直以为自己已经足够专注了，却没想到我根本不够专注，因为真正的专注是指只专注于一件事。毫无疑问，找出 14 个关键人是我当下最重要的事，其他的事都可以先放到一边。于是，和导师的讨论后，我就做了一个重大的决定——解雇了我自己。

我卸任了公司 CEO 的职位，开始专注于寻找 14 个关键人这一件事。

这一次，我所在的世界确实快进了。不到三年，公司便实现了持续赢利，而且利润连续 10 年以 40% 的速度增长着。我们从一个地区性公司迅速成长为一个全国性的公司。巨大的成功让我无暇回顾这十年间所走的路是否正确。

是的，这十年间一个又一个成功接踵而来，但是好像又有些情况隐隐出错了。我从未思考过，当我找到那 14 个关键人之后，需要坚守和专注的新目标又在哪里呢？

找到这 14 个关键人之后，我便按照以前的习惯和他们一对一地讨论工作。每次我都会简要地总结一下他们在当前阶段承诺完成的几项工作。让我头疼的是，这 14 个关键人虽然能完成他们所承诺的大部分工作，但有时最重要的工作却没有完成。这导致他们的工作陷入困境。于是，我试着和他们沟通，以简化并专注于那些重要的工作，从“本周需要做的几项工作”变成“本周最重要的三项工作”，再到“本周最重要的两项工作”。但这些举措都不见起色，我绝望透顶，打算最后试试“只做一件事”这个



方法。于是，我这样问他们：“本周最重要的一项工作是什么？只要完成这一项工作，其他工作都会变得简单或者不重要了。”虽然这个方法是出于绝望才想到的，但它又一次给我们带来了惊喜。

之后，这 14 个关键人的业绩直线上升。

通过这几次的困境经验，我开始总结成败与行为之间的关系，结果发现了一个非常有趣的现象：每次获得巨大成功的时候，都是我专注于一件事的时候；而且，我专注的点也应随着目标的变化而变化。

发现这个成功的秘诀后，我对未来的生活充满了信心。

## 聚焦你的目标

你想过没有，每个人每天的时间都是 24 小时，为什么有些人成功了，有些人却失败了？那些成功的人为什么能够完成更多的事情，达成更高的目标，赚更多的钱，拥有的也更多呢？如果把时间看作成功的原始资本，那么每个人的原始资本都是每天 24 小时。但是，成功的人是如何分配他们的原始资本，并且得到远远高过别人的收益呢？答案就是：成功人士的所有行为和精力都紧紧围绕着他们的目标，成功就在于聚焦目标。

如果你期望凡事都迈向成功，那么你就必须聚焦目标。

“聚焦目标”意味着你要摆脱所有可以做但不是必须做的事，