

[日] 中岛聪/著
王宇新/译



任务就要 按时完成

中信出版集团

なぜ、あなたの仕事は

終わらないのか

スピードは最強の武器である



任务就要 按时完成

「日」中岛聪 / 著
王宇新 / 译

图书在版编目 (CIP) 数据

任务就要按时完成 / (日) 中岛聪著 ; 王宇新译

. -- 北京 : 中信出版社 , 2018.12

ISBN 978-7-5086-9384-2

I. ①任… II. ①中… ②王… III. ①时间 - 管理

IV. ① C935

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 196281 号

NAZE ANATANO SHIGOTOHA OWARANAINOKA

Copyright © 2016 Satoshi Nakajima

Chinese translation rights in simplified characters arranged with BUNKYOSHA CO., LTD.

through Japan UNI Agency, Inc., Tokyo

Simplified Chinese translation rights © 2018 by CITIC Press Corporation

本书仅限中国大陆地区发行销售

任务就要按时完成

著 者 : [日] 中岛聪

译 者 : 王宇新

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)

承 印 者 : 三河市西华印务有限公司

开 本 : 880mm × 1230mm 1/32

印 张 : 6.25 字 数 : 93 千字

版 次 : 2018 年 12 月第 1 版

印 次 : 2018 年 12 月第 1 次印刷

京权图字 : 01-2018-5965

广告经营许可证 : 京朝工商广字第 8087 号

书 号 : ISBN 978-7-5086-9384-2

定 价 : 46.00 元

版权所有 · 侵权必究

如有印刷、装订问题, 本公司负责调换。

服务热线: 400-600-8099

投稿邮箱: author@citicpub.com

题 记

今天又加班了，
工作堆积如山，
不断拖延滞后，
真正想做的事情无暇问津。
有没有高效处理工作的方法呢？

如果你正在为这些问题烦恼，那么这本书就是为你而写的。

本书将介绍高效管理、利用时间的技巧，目的就是帮助读者“畅享
闲暇，做自己喜欢的事情”。

如果你因俗务所累，不能尽情享受人生，那么，请一定将这本书读完。

随着明日朝阳的升起，你的人生，也将迎来一个全新的开始。

序 言

各位读者朋友：

你们好！

我是本书的作者——中岛聪。

我是一名程序工程师，曾参与开发美国微软公司的 Windows95 操作系统。

简单来说，我的贡献就是：将“鼠标拖放”功能在全球推行开来，并奠定了鼠标右键操作功能的基础。

也许有的读者会认为，“这样的业绩对于一个普通人来说，太遥不可及了”。

但是，毫不夸张地说，所有人都有可能做出这些“改变世界的发明”——只要能够合理地掌控时间。

下面，我想以自身的经历，来说明这一点。

我 29 岁被微软日本公司派往美国总部工作。到达总部当天，我就体会到了一种前所未有的危机感——美国的程序员确实像传说中那样出色。

他们从清晨开始就精神抖擞地勤奋工作，直到黄昏才潇洒坦然地踏上归途。令我望尘莫及的优秀程序员比比皆是，我感到自己完全没有用武之地。更何况，我的英语还很差。

于是，我开始认真思考“如何利用时间”的问题。

首先我意识到，我们每个人拥有的时间都是相同的、平等的，而个人的能力也不可能瞬间提高，那么我们能做的，便只有高效利用时间了。可以说，懂得掌控时间的人，便能够掌控世界。

我认为，这是全世界所有成功人士的真正利器。我有幸近距离接触的原微软总裁比尔·盖茨先生，亦不例外。

在这一信念的支撑下，我在 32 岁那年终于获得了在比尔·盖茨总裁面前进行宣讲的机会，我的设想获得了认可，那就是 Windows95 系统。

因为这些工作积累，加上开始步入不惑之年，我决定自主创业。听说我要辞职，时任微软公司总裁的史蒂夫·鲍尔默先生，在我离开公司当天的早上 7 点，亲自到我的办公室挽留我。

而美国的投资公司，竟然为我这个毫无经验的创业者提供了 150 万美元的资金。

这一切，都是令我受之有愧的情谊，我感激不尽。

当然，我也并非一切顺利，我参与的程序设计，成功率也只有 30%。

我废寝忘食地设计程序，几乎是家常便饭。有时候，我也会为了清除一个顽固的系统缺陷（bug）而烦恼不堪。一旦市场上出现了新的编程语言和开发环境，就会要求我们在短时间内迅速熟悉、掌握相关知识。我的体力和脑力经常处于透支状态。

很多时候，我需要逼迫自己强忍困意坐在电脑前面。但是，我相信，如果我能够掌控自己的时间，最大限度地高效利用时间，那么我就有可能赶超那些优秀的同行——哪怕他的能力是我的能力的几倍，甚至更多。失败并不可怕，可怕的是不能为自己的理想真诚付出。

时至今日，我成就了幸福的人生。

只要我们坚持努力去做自己“想做的事”，一定会有收获。

我总结了自己长期践行的实现目标的时间管理方法，将其命名为“火箭发射式时间管理术”。为了让各位读者迅速掌握这种方法，并牢记于心，受益终身，本书将依照下面的话题线索进行论述说明。

第1章 分析“为什么你的工作总是做不完”，请你回顾自己的过去。只有做到知己知彼，才能百战不殆。

第2章 解释说明掌握“火箭发射式时间管理术”对你有什么帮助，让你体会到高效利用时间的快乐。

第3章 讲述“火箭发射式时间管理术”的产生过程。谈谈我在小学、初中、高中、大学期间，以及就职之后，直到创业，各个人生阶段都是如何利用、管理时间的。

第4~6章 呈现核心内容，解说具体的训练步骤与方法。

本书的内容是讲解管理时间的技巧。

但是，我并不想把所有篇幅都用来向读者传授具体的训练方法。在呈现方法的同时，我将通过大量的例子、比喻以及概念，探讨时间的本质。因此，提示具体训练方法之前的3个章节都是铺垫，有的读者可能会感到有些啰唆。但是我想，在你通读全书之后，你一定能够理解前3章内容的真正价值。

德国著名文学家歌德说过：“只有知识是不够的，我们还须应用知识；只有意志是不够的，我们还须付诸行动。”我愿意通过此书，帮助各位读者以行动践行“火箭发射式时间管理术”。

为此，我想请你与我一起，在阅读此书的同时，进行一场“时间探索之旅”，以期在对于时间的理解以及利用等问题上，有全新的认识与领悟。

让我们暂且停下匆忙前行的脚步，重新认真思考时间的利用方法。

如果你希望掌握真正高效的工作方法，从繁杂忙乱中解脱出来，那么请你现在——就在这里拿出勇气，停下脚步。

本书即将介绍的“火箭发射式时间管理术”，能够从根本上消除你的困惑与烦恼。

我衷心希望，这本书能够帮你抓住“掌控时间的缰绳”，从此，人生由你主宰，世界尽在掌握。

中岛聪

阅读本书的效果

1
因工作过多而感到绝望的人，也能很好地掌控时间

2
仅用计划的一半时间，就能完成大部分工作

3
能够确保每天拥有学习、写作的时间

5
白天不会再感到疲惫困倦

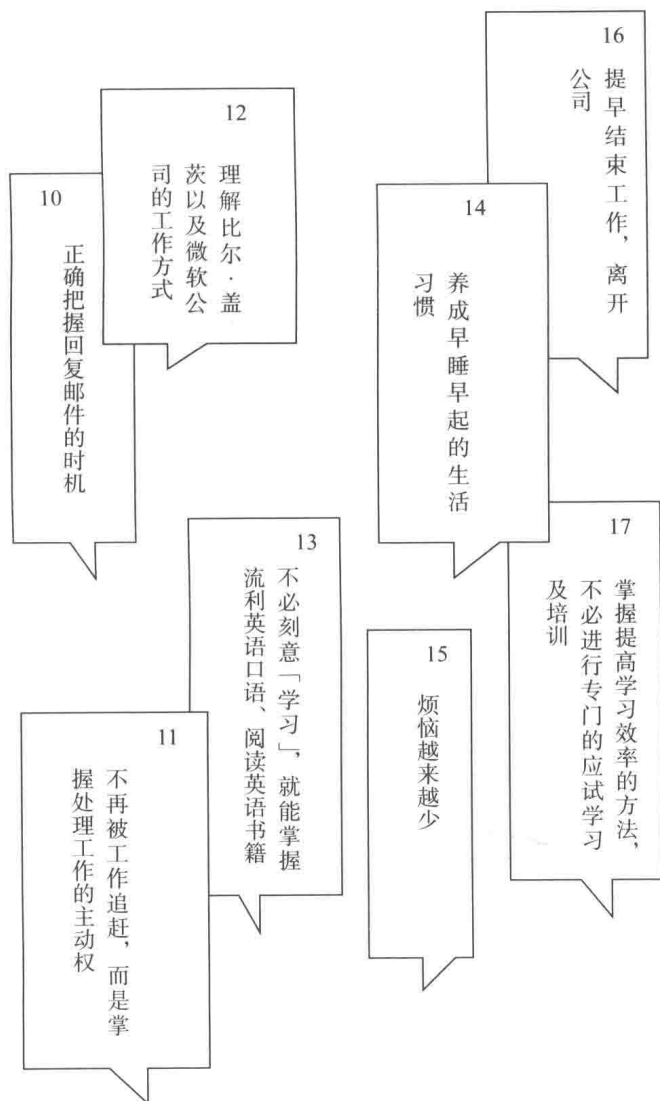
4
赴约时不再迟到

7
掌握多任务平行推进的方法

6
能够战胜能力超过自己两倍的人

8
不必再熬夜

9
专注力得到提高



目 录

VII 序 言

第1章

为什么你的工作总是做不完?

- 003 “做不完的工作”案例分析
- 007 不能按时完成工作，天才也会被淘汰
- 009 要正确评估工作难度
- 011 起跑就拼搏还是最后再冲刺?
- 013 摒弃含糊指示，明确时间表
- 015 拥有“余闲”的经济学理念
- 018 完不成工作的根本原因
- 021 善于利用时间的人，能赶超能力超过自己两倍的同行

第2章

↘ 掌控时间者，掌控世界

- 025 要有风险意识：时间真的够用吗？
- 026 不要为了追求完美而拖延
- 028 即使有 3500 个漏洞，世界还是因之而改变
- 030 所有的工作都难免返工
- 032 雕刻石膏雕像，不会从“眉毛”落刀
- 034 在截止日期之前，再设定另一个时间节点
- 035 工作要的是结果，而不是一个步骤
- 037 比尔·盖茨的复杂问题分解法
- 038 尽量避免“决策疲劳”
- 041 比尔·盖茨的决策速度可谓“光速”
- 045 掌控时间者，掌控世界

第3章

↘ 火箭发射式时间管理术

- 051 无论如何都要完成作业，我想去看海
- 054 做好预习能够最大限度地节省时间
- 057 应试备考也可以实现高效
- 058 只做那些非做不可的事

- 059 用节省下来的时间，做自己喜欢的事
- 062 如果不想做不喜欢的事，就只能提高效率
- 064 如果难以言表，就先做出雏形
- 066 “先做出雏形”——世界因这一理念而改变
- 069 机会属于尽早将计划付诸实施的人
- 072 互联网概念带来的冲击
- 074 所有人都能掌握的时间管理术

第4章

↘ 应用火箭发射式时间管理术

- 081 只有不到 1% 的人能够做到的一件事
- 082 “最终冲刺型”思维方式是万恶之源
- 085 要有“绝对守时”的决心
- 086 全速起跑，一鼓作气
- 088 动手做，是预估工作的关键
- 089 工作进展一帆风顺时，反而可以考虑熬夜
- 091 工作不能速战速决
- 093 提高专注力的秘密武器
- 095 提高专注力，避免一心多用
- 098 在工作中坚决贯彻 2 : 8 的原则
- 100 最高效的午睡时间为“18 分钟”

- 101 下午的时间，可以轻松“顺势而行”
- 103 清晨工作效率最高的3个原因
- 104 “火箭发射式时间管理术”的实质

第5章

↘ 量身打造自己的高效时间管理术

- 111 耗时较长的工作，要纵向分割
- 115 多任务平行推进时，将一天横向分割
- 120 大型任务和小型任务平行处理的工作方法
- 122 还是难以按时完成工作？
- 125 想尽一切方法实现工作目标
- 127 即使同伴没有按时完工，你也要千方百计推进工作
- 130 工作来了，请你从容应对

第6章

↘ 掌控时间者，掌控人生

- 135 只要目的明确，学习就不再是负担
- 138 从悬崖上跳落的同时，组装飞机
- 140 英语口语无师自通的方法
- 143 找到你真正热爱的工作，全情投入

146	什么才是“适合自己的工作”？
147	运气不可求，态度更重要
149	想做的事情，放手去搏
152	养成持续改进的思维习惯
156	在现有条件下接近梦想的方法
158	找不到目标时，询问前辈
160	在商学院学不到的重要事情
164	掌控时间者，掌控人生
167	你的任务是完成你的工作
168	睡前一定要列出明天的任务清单
175	后 记

第 1 章

为什么你的工作总是做不完？