

顶
极
C
M
O
教
你
商
业
思
维

Leverage Time Management

杠杆 时间 术

无风险、高报酬的时间投资法则

【日】本田直之 著
赵韵毅 译



日本亚马逊畅销书排行榜**第一名**

日经BUSINESS杂志评选年度**50**大畅销书

日本GQ年度必读书

日本纪伊国屋畅销书排行榜**第一名**

“杠杆系列”畅销日本**70**万册

杠杆 时间术

无风险、高报酬的时间投资法则

【日】本田直之 著
赵韵毅 译



天津教育出版社
TIANJIN EDUCATION PRESS

图书在版编目(CIP)数据

杠杆时间术/(日)本田直之著;赵韵毅译,—天津:
天津教育出版社,2009.12
ISBN 978-7-5309-5868-1

I. ①杠… II. ①本…②赵… III. ①企业管理-
时间学-通俗读物 IV. ①F270-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 219596 号

杠杆时间术

出版人 肖占鹏

作 者	[日]本田直之
译 者	赵韵毅
策 划	天下遠見
责任编辑	匡 威
特约编辑	李俊萍
装帧设计	引文馆·马顾本
版式设计	引文馆·马顾本

出版发行	天津教育出版社 天津市和平区西康路 35 号 邮政编码 300051
经 销	全国新华书店
印 刷	北京温林源印刷有限公司
版 次	2010 年 1 月第 1 版
印 次	2010 年 1 月第 1 次印刷
规 格	32 开
字 数	100 千字
印 张	7
书 号	ISBN 978-7-5309-5868-1
定 价	26.80 元

前言

Leverage Time Management 总是忙得不可开交 的理由

总是嚷着自己“很忙很忙”的人

总是觉得“工作量太大”的人

拼命工作却没办法做出成果的人

没办法辛勤工作的人

怕麻烦的人

习惯偷懒的人

没有持续力的人

……尤其是上述这些人，

由衷地希望大家仔细阅读这本书。

“忙碌”才会让自己有魅力？

“每天都忙的焦头烂额，工作量真的超负荷”——每天被工作压得喘不过气来，有这种感觉的人应该不在少数。不仅常规的加班被认为是理所当然，甚至连节假日也无法休息。然而在付出这样的辛苦之后，却还是无法达到自己预定的目标。我想有很多人希望一天最好有 48 小时，或者想拥有比较充裕的时间享受生活。

然而，有些人每天都能准时下班，周末和假日也能够放下工作尽情休闲娱乐，但他们的工作业绩却依然出类拔萃。两者的差别，究竟在哪里？难道是他们与生俱来的“才能”所造成的结果？

其实，后者有共同的特征。据我所知，这些共同点跟个人的才能或能力没有关系，而是由他们对时间的思考方式决定的。如果从结果来说的话，他们不是在“消费”时间，而是在“投资”时间。通过“投资”的方式建立“时间资产”，以“不劳而获”的方式获

取额外的时间。

老实说，过去我也曾经被时间追得上气不接下气。尤其是大学毕业进入社会工作之后，日复一日“忙得焦头烂额”。当时觉得忙碌的生活就是“优秀业务员”的证明，就是魅力的象征。话说回来，环视周围的同事和上司，大部分人都是这样认为的。

但是，我进公司三年后决定去美国念 MBA，在美国念书的时候我才发现我过去的想法是错误的。在美国留学的短短两年的时间里，我重新学习到了各种各样的管理知识。在美国求学的时候，该念的书、该做的专题，该交的作业等等多得吓人。回想起当年在公司上班的日子，才发现那时的忙碌根本不及在美国时的 1%。

但是，当时身边的同学，每个人都能按要求完成该交的作业。不管是他们还是我，拥有的时间都是一样的。直到那时，我才知道自己以前是多么依赖“忙碌”这个借口，也才体会到过去的自己真的很讨厌。

从学生时代开始，我就对做生意很感兴趣，因此很喜欢听那些经营管理者的经验分享。在分享过程中，有些拥有数十年经验的管理者，总是不厌其烦地强调时间成本的重要性。这点在我的心中留下了深刻的印象。

比如说，丢掉 1000 万，总是有办法再赚回来，但是，浪费掉的时间，虽然只是一个小时，却没有机会重新找回来。因此有效的使用时间，找到达到目标的最短途径，才是成功的关键。

当时我为了提高时间效率，还试着去阅读了许多介绍这方面诀

窍的书，希望能找到合适的方法。但是，状况却一直未能得到改善。一直到某个时间点，我从根本上改变了思考的方式，也随着这样的改变逐渐看到了效果。而这个转折点也就是我所强调的，从“消费”时间转换成“投资”时间。

以前要花 1 小时的工作，现在只要 5 分钟

市面上有关时间术的书籍，多半是以如何节约时间的技巧为中心。然而，如果没有从根本上改变对时间的想法，就算学会了种种节约的技巧，也不会产生太大的效果。可能只是将原来 1 小时完成的工作，加快在 55 分钟或是 50 分钟内完成。当然，这种时间上的缩短在某种程度上也算是成果，不过却没有大幅度增加时间。

相反，如果能够针对时间的思考模式进行根本上的改变，原本要花 1 小时的工作，只要 5 分钟就能做完，这也不是不可能的事。如果能在这样的基础上，再加上各种节约的技巧，绝对可以收到很好的效果。

时间是很公平的，每个人每天都有 24 小时。跟财富不一样，时间是没有办法储存的，但是，我们仍然可以通过投资让时间增加。也就是说在完成事情的同时，还可以有充裕的时间。这样的结果，是可以帮助大家在职场取得升职、加薪的入场券的。

虽然这么说，但要做到这点绝对不是一件困难的事。说得更详细一点，就是要彻底追求基本概念所蕴含的最单纯的原理、原则。而这点，不管是谁都可以很容易上手，马上就可以开始。

世间有很多事，如果真正去探究其基本原理、原则，往往会发现出乎意料的结果，那就是：其实这些事是很容易解决的。但是，大家都把事情搞得很复杂，不但要花费很多时间去处理，还找不到圆满的解决之道。因此，我在这里呼吁大家，希望大家从今天开始，相信本书所介绍的方法，并能够加以实践。

“消费”时间与懂得“投资”时间的差别

无法好好运用时间的人，往往都有一个共同的特点。如果用一句话来形容就是：他们都会要求立即得到回报。

比如说，有些人会用“要珍惜自己的时间”或“想要拥有跟家人相处的时间”等理由，确定自己的工作时间是从早上9点到晚上5点，绝不加班。如果这样的决定，是根据时间投资所产生的工作模式做出的，倒也无可厚非，但如果不能提高时间效率，只是单纯地缩短工作时间，则是无法达到增加时间资产的目标的。

换句话说，这种单纯地缩短工时，只会使每天的工作都只做一半，等待要完成的工作则越积越多。因为没有完成工作，自然也就无法得到评价。的确，从表面上来看，属于自己的时间似乎真的增加了，但是那些没有做完的事持续累积，到某种程度后就会变得不可收拾。

这就是我前面所提到的要求立即得到回报的行动。就好像去向

银行贷款购买高级房车或昂贵的商品，在购买的瞬间也许会觉得很开心，但是贷款越多要付的利息也就越多，自己所拥有的资产就会越来越少。说得极端一点，以后的生活就会变成了偿还银行贷款和利息而不得不拼命工作的状态。

另外，拥有财务观念懂得如何理财的人，只会运用投资获利的一小部分来慰劳自己享受奢华。比如说，他们购买不动产然后出租，再把租金拿去购买高级房车或昂贵的商品等等，这样，他们原来拥有的资产就不会有任何的减少。也就是说在自己休闲享乐的同时，手上的资金仍然在钱滚钱，资产在自动地持续增加。这就是“不劳而获”的最佳写照。

被钱压得喘不过气来的生活、靠钱滚钱轻松愉快的生活，究竟哪一种才是大家心目中的理想生活？相信这是不需要多加说明的。

同样，这个理论也可以套用在时间上。浪费时间的人，不但收入不会增加，也无法拥有自己的时间。相反，如果是投资时间的人，不仅可以在工作上获得出类拔萃的成绩，还可以利用不劳而获得的额外时间，安排旅行或与家人共享家庭生活。

在投资领域这也许是理所当然的道理，就好像是常识，但是针对时间的思考模式，还是有很多人无法做到根本改变。

我再重复一次，如果只是利用节约时间的技巧，不会取得任何突破性的进展。而且，只着眼于当下的回报和享受，不断重复着时间的“浪费”，很快就会出现“破绽”，这点是显而易见的。

职场环境所产生的两大变化

对于用同样的思考模式来讨论投资金钱的方式和时间的运用，或许有些人会觉得怪怪的。但是，如果将职场环境所产生的两大变化作为前提条件，我相信就会有很多人同意这种模式。

第一个变化是，工作者已经从劳力工作者转变成脑力工作者。

对于劳力工作者来说，大部分情况都是以时间作为计算标准。工作时间从早上 9:00 到下午 5:00，只要在这段时间做好自己的工作就可以了。当然，他们的工作也有完成期限或业绩目标，在无法达到目标的时候，就只能靠延长工作时间来完成。同样的道理，在旺季的时候，工厂在节假日都要加班，以增加生产线的工作时间。

但是在脑力工作者的世界里，是没办法用时间来测量工作成果的。因为，究竟要做到什么程度才算完成工作，是没有统一的标准，换句话说，也就是没有做完的一天。不管时间是多还是少，如何完成超过预期的工作才是最重要的事。也就是说，要在有限的时间

间里，将资源做最合适的配置并提高工作效率。当然，自己对时间的感觉也必须视情况而改变。

另外还有一个变化，就是终身雇用制和年资叙薪制已经逐渐从日本传统的经营体制中消失。在过去的体制中，只要按照公司规定的时间正常上下班，薪水就会自动增加，随着年资的累积步步高升而且没有后顾之忧。但是，现在的制度已经不一样了。不管工作时间的长短，只要没有做出成果就不会得到任何好的评价。如果只是单纯的没有得到好的评价，也许还算是幸运的，要是再惨一点，搞不好还会成为被裁的对象。

最近，大家对于是否要确立所谓的“免除白领阶层法定工时(White Collar Exemption)”制度议论纷纷。虽然这个法案被批评是“无加班费法案”，但是从根本上来说，这个法案是个转折点，也就是从按劳动时间支付薪资的模式转变为按成果支付酬劳的模式。

换句话说，现在的社会已经转变成如果在工作上没有贡献就无法得到报酬的社会。现在的时代，与其长时间工作，不如考虑怎样让时间运用的更有效率，这才是大家必须仔细思考的问题。

被逼到绝境的人才会有所表现

我想现在大家对金钱的感觉，应该已经产生相当大的改变。过去，许多人的理财方式是将大部分退休金拿来偿还房贷，然后靠老人的年金度日。这种模式对很多人来说是理所当然的。所以，不管是谁都会想尽办法贷款买房子，然后再将手边大部分资金存入银行，这样就可以按照既定模式生活。

然而，现在职场的状态是，没有人能保证自己可以在同一家公司做到退休，也因为这样，退休金就变得不可靠。此外，年金会逐年递减已经是不容置疑的事实（注：日本的公共年金制度是以强制性的社会保险方式为主，由国民年金、厚生年金以及共济组合年金三种年金制度组成，其中以共济组合年金制度的历史最为悠久），大家都必须有心理准备。更无奈的是，不管存多少钱在银行，利息都少得可怜。因此，大家开始面临必须想办法让自己的资产增加，或者是至少让资产不减少的问题。有关这一点，相信很

多人都有同感。

对于时间也是同样的。试着用这样的方式来思考金钱和时间的使用方式，两者环绕在这种职场环境变化的大时代潮流中，我认为就好像是一体两面的关系。

再者，对于金钱和时间的投资还有其他的共同点，也就是说如果没有危机意识和某种程度的经验为前提，是不可能成功的。已经有足够的金钱或不再需要金钱的人，就没有必要特别想办法去运用金钱。而如果没有充足的知识 and 经验就胡乱投资，只会让损失越来越大。

同样，对于时间来说，没有特别想做什么事或很闲的人，就没有必要去追求效率化。再者，如果是刚毕业进入社会的新人，没有目标只是一味地追求效率化，最后反而会变得一事无成。换句话说，一定是在具备某种程度的经验，再碰上被逼到绝境的状况后，才会认真地开始追求效率化。

首要法则：绝不轻言“自己很忙”

在进入主题之前，我希望每一个人都能给自己增加一条新的规范。也就是说，不管在什么样的情况下，绝对不可以随口说出“好忙”或是“工作量真的超负荷”等等的话。

本章一开始就曾提到，有不少人认为自己平常的工作“已经超负荷”。但是，越是这样抱怨的人，仔细观察他们的工作量，其实也不是真的很多，不过是每件事都看不到成效。

问题就出在，这些人的心里已经有先入为主的观念：“很忙”=“没办法再多做任何事”。换句话说，他们已经主动放弃让工作更有效率，只是一味地画地自限，降低自己的能力极限。这样一来，就不能创造时间资产。

这样的人，从公司角度来说，不可能再赋予他们任何新的任务，对他们的评价也会到此为止。如果真是这样的话，这些人在公司里就不可能再有任何发展。因此他们也没有必要再继续努力。如

此一来，公司对他们的评价就会越来越糟，而他们自己则陷入“有志难伸”的漩涡。

因此，如果讲到这里还是有人认为自己真的“很忙”，希望大家先冷静的扪心自问。跟那些成功的企业家相比，自己真的比他们更忙吗？再者，自己的行程比国家元首或首相更紧凑吗？

如果能够从这样的角度去思考，就会发现“自己真的是太纵容自己了”。

这个世界上的成功者，通常都是在有限的的时间里，想尽办法达到最好的效果。也因为这样，他们才能有突破性的进展。这也正说明了，他们对于时间不是“消费”而是“投资”。

如果就我自身的感觉而言，一个人感觉到自己“很忙”的时候，至少还可以再负担 10 倍以上的工作量。就好像过去我在美国攻读 MBA 的时候一样，教授交代的作业多得数不清，但是只要肯改变自己的想法，不管是谁都可以顺利完成。

简单来说，所谓的“忙”，从字面上来看就是“心亡”。从字面解释来看，这个字绝对不是好字。因此，我下定决心不管碰到怎样的状况，绝对不说自己“很忙”。当然，也有的时候会碰到所有的事情都卡在一起，面对这样的状况，我会换另一种说法，就是“很多事都卡在同一时间”。因为“很多事都卡在同一时间”只是陈述一个事实，没有包含任何个人情绪。虽然只是一件小事，但就是这种心理暗示是让我们懂得怎样更好地利用时间的第一步。

大文豪歌德曾经说过“只要懂得善用时间，永远都会有足够的时间”。