

大道 Less Is More

至简

经济学限制原则

中国盲文出版社





商业新闻出版公司和轻松读文化事业有限公司提供内容支持

大道/ Less Is More

至简

经济学限制原则

轻松读大师项目部 编

中国盲文出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

大道至简：经济学限制原则：大字版/轻松读大师项目部编. —北京：中国盲文出版社，2017.3

ISBN 978-7-5002-7778-1

I. ①大… II. ①轻… III. ①经济学—通俗读物
IV. ①F0-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 051644 号

本书由轻松读文化事业有限公司授权出版

大道至简：经济学限制原则

编 者：轻松读大师项目部

出版发行：中国盲文出版社

社 址：北京市西城区太平街甲 6 号

邮政编码：100050

印 刷：北京汇林印务有限公司

经 销：新华书店

开 本：789×1092 1/16

字 数：85 千字

印 张：13.25

版 次：2017 年 3 月第 1 版 2017 年 3 月第 1 次印刷

书 号：ISBN 978-7-5002-7778-1/F·132

定 价：45.00

销售热线：(010) 83190289 83190292 83190297

版权所有 侵权必究

印装错误可随时退换

出版前言

数字文明为我们求知问道、拓展格局带来空前便利，同时也使我们深受信息过剩、知识爆炸的困扰。面对海量信息，闭目塞听、望洋兴叹固非良策，不分主次、照单全收更无可能。时代快速变化，竞争不断升级，要想克服本领恐慌，防止无知而盲、少知而迷，需尽可能将主流社会的最新智力成果内化于心、外化于行，如此才能更好地顺应时代，提高成功概率。为使读者精准快速地把握分散在万千书卷中的新理念、新策略、新创意、新方法，我们组织编写了这套《好书精读丛书》。

这套书旨在帮助读者提高阅读质量和效率。我们依托海内外相关知识服务机构十多年的持续积累，博观约取，从经济管理、创业创新、投资理财、营销创意、人际沟通、名企分析等方面选

取数百种与时俱进又经世致用的好书分类整合，凝练出版。它们或传播现代经管新知，或讲授实用营销技巧，或聚焦创新创业，或分析成功者要素组合，真知云集，灼见荟萃。期待这些凝聚着当代经济社会管理创新创意亮点的好书，能为提升您的学识见解和能力建设提供优质有效便捷的阅读资源。

聚焦对最新知识的深度加工和闪光点提炼是这套书的突出特点。每本书集中解读4种主题相关的代表性好书，以“要点整理”“5分钟摘要”“主题看板”“关键词解读”“轻松读大师”等栏目精炼呈现各书核心观点，崇真尚实，化繁为简，您可利用各种碎片化时间在赏心悦目中取其精髓。常读常新，明辨笃行，您一定会悟得更深更透，做得更好更快。

好书不厌百回读，熟读深思子自知。作为精准知识服务的一次尝试，我们期待能帮您开启高效率的阅读。让我们一起成长和超越！



目 录

一分耕耘 四分收获	1
-----------------	---

在人类所有为之努力的领域里，有 80% 的价值来自 20% 的事物。用 80/20 法则来改变生活，少做一点，把最大的努力放在影响力强大的关键活动上，其实可以成就更多。要想提高个人生产力并效果显著，你可以把 80/20 法则应用在生活中五个主要的层面：自我、工作与成功、金钱、人际关系、简单而美好的生活。



光是整理还不够 47

当生涯或人生需要重新定位，启动除旧布新流程能够拨开迷雾。不同于普通的清理杂乱，除旧布新是一个进化过程，能在抛开过去的同时实现自我成长，可以让你有更明确的目标朝前迈进，可以让生涯和人生腾出空间以针对性地“纳新”，从而到达真心向往的人生。除旧布新流程分为四个步骤：分辨宝藏、抛开敝屣、自我认同和鞭策自己前进。



简练风潮	105
------------	-----

简练绝非表面上的这样简单，它聚焦重点，直指问题的关键。它看似少些什么，却能发挥出无限的威力，不存在的部分跟存在的部分一样重要，甚至更重要。当以最少的投入达到最大的效果，即是简练；当增添任何事物只会减损而非加强预期效果时，即是简练境界。完美状态不是加无可加，而是减无可减。



少做一点比较好 159

少做一点比较好的精髓是“做得更少”，但“收获颇多”，关键就在于有所取舍，排除多余的杂物，找出生命中真正重要的事，从小处着手，努力逐渐养成更有效率的新习惯。你会发现，少做一点会带你脱离日益喧嚣、成效不彰的生活，引领你放慢步伐，从容快乐且有成效地完成一项又一项的生活转变，朝健康而强有力的人生迈进。

一分耕耘 四分收获

Living the 80/20 Way

**Work Less, Worry Less, Succeed More,
Enjoy More**

·❁❁原著作者简介❁❁·

理查德·科克(Richard Koch)，已出版 13 部著作，包括《80/20 法则》《用 20% 就成功》等。科克热切地实践自己的 80/20 理念——在好几家公司做兼职工作的同时还做他自己最喜欢的事情。科克拥有多家公司的股份，包括一家顾问公司、一家笔记本电脑发展公司、几家餐厅、一家高级杜松子酒蒸馏厂以及一家全球顶尖的网络投注站，并且还在伦敦、开普敦和西班牙南部等地工作。

本文编译：黄麒芬

·❧ 主要内容 ❧·

要点整理	80/20 法则/5
5 分钟摘要	“偷懒”有理/8
轻松读大师	一 80/20 法则的基本原理/10 二 运用 80/20 法则创造生活与 生计/21 三 发展你个人的 80/20 计划/40

80/20 法则

80/20 法则由意大利经济学家兼社会学家帕累托在 1897 年提出，又被称为帕累托法则或帕累托定律。帕累托发现，在许多不同的状况下，造成较大影响的都是少数几个因素，而大多数的因素却只造成比较小的影响，多数因素与少数因素之间还存在着一定比例的数学关系。帕累托进一步指出，社会总人口可以分成两个群体：占人口 20% 的“重要少数”与占人口 80% 的“不重要多数”。重要少数拥有全社会 80% 的财富与影响力，而不重要多数只拥有 20% 的财富与影响力。100 多年来，这个违反一般人认知的理论，在经济学、社会学、投资理财等方面都一再地被验证和运用，甚至可以应用在个人的生活中。

在动物的行为中，也可以观察到 80/20 法



则。日本北海道大学的进化生物研究小组曾经对 3 个分别由 30 只日本黑蚁组成的蚁群活动进行观察。结果发现，大约有 80% 的蚂蚁从事如清理蚁穴或收集食物等基础工作，而其他被小组成员称为“懒蚂蚁”的工蚁则几乎整日无所事事。有趣的是，当生物学家断绝了蚂蚁的食物来源之后，那些平时勤快的蚂蚁开始无所适从，反倒是懒蚂蚁挺身而出，带领其他蚂蚁找到新的食物来源。生物学家后来又把 3 组中的懒蚂蚁集中放在一起，结果其中有 80% 的懒蚂蚁变成了勤劳蚂蚁，20% 的懒蚂蚁则继续保持“懒惰”。而在被抓走懒蚂蚁的剩余蚁群中，所有的蚂蚁都乱成一团，停止工作，直到把懒蚂蚁放回去以后，整个蚁群才又恢复有秩序的工作。

少就是多

“少就是多”出自英国诗人罗伯特·勃朗宁在 1885 年发表的赞叹文艺复兴时期佛罗伦萨画家萨尔托的诗作。这句话后来成为现代主义建筑



大师密斯·凡·德·罗的经典名言。密斯于 20 世纪 30 年代在德国魏玛的包豪斯学院提出这句著名的现代主义宣言，掀起了“极简主义”的设计风潮。密斯的设计风格强调“简洁”，认为在建筑设计上不可能考虑到每个细节，必须要把握重点。也就是说不要用过多的装饰，而应该通过简单的设计来凸显建筑材料的特性、颜色、质感和纹理。

“少就是多”同样可以应用在企业经营上。被誉为世界最顶尖 25 位专题演讲家之一的贾森·詹宁斯就曾经说过：“我在横跨全美、走遍全球各地，找出举世最具生产力公司的过程中发现，高生产力公司的共有铁律就是‘以少做多’。”詹宁斯认为，宜家家居、新西兰航空等最具生产力的企业，成功的关键就在于努力保持一切简单、明了的“少就是多”经营哲学。

“偷懒”有理

少做一点，你其实可以成就更多。

重点是，你必须少做一些没有什么价值的事情（那些大概占了你目前 80% 工作量的事项），而专注于那些能产生最大价值的事情（其余 20% 的工作）。要找时间做效益高的事，舍弃其他效益低的事情；要集中心力在最重要的工作上，甚至完全放下其他工作。

实践中，要达成这个目标的最好方法就是从你想达成的结果反推回来：

1 80/20目标

2 80/20途径

3 80/20行动

首先，描述你的目标——能够自我激励的事物。排除所有不相干的事物，明确指出你想要达到的目标，包括个人发展、事业、金钱、人际关