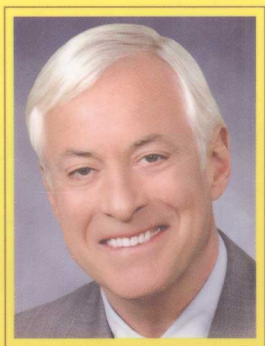


比尔·盖茨、杰克·韦尔奇、沃伦·巴菲特  
最为推崇的成功学大师全新力作



发掘你的  
无限潜能

FLIGHT PLAN  
博恩·崔西  
完美飞行  
成功人生导航

[美] 博恩·崔西 (Brian Tracy) 著 马晓棠 译



化学工业出版社

# 博恩·崔西完美飞行 成功人生导航

*Flight Plan*

*How to Achieve More, Faster Than You Ever Dreamed Possible*

[美]博恩·崔西 (Brian Tracy) ©著

马晓棠©译



化学工业出版社

· 北京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

博恩·崔西完美飞行：成功人生导航/[美]崔西 (Tracy, B.) 著；马晓棠译.—北京：化学工业出版社，2008.5

书名原文：Flight Plan

ISBN 978-7-122-02773-3

I. 博… II. ①崔…②马… III. 成功心理学—通俗读物  
IV. B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2008) 第056894号

Flight Plan by Brian Tracy

ISBN 978-1-57675-497-9

Copyright © 2008 by Brian Tracy All rights reserved.

Authorized translation from the English language edition published by Berrett-Koehler Publishers arranged with Andrew Nurnberg Associates International Limited.

本书中文简体字版由Berrett-Koehler Publishers通过安德鲁·纳伯格联合国际有限公司授权化学工业出版社独家出版发行。

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书的任何部分，违者必究。

北京市版权局著作权合同登记号：01-2008-2066

---

策 划：曾清燕

责任编辑：曾清燕 张焕强

文字编辑：张焕强 罗 琨

插 图：苑 蜜

---

出版发行：化学工业出版社（北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011）

印 装：化学工业出版社印刷厂

880mm×1230mm 1/32 印张6½ 字数112千字 2008年8月北京第1版第2次印刷

---

购书咨询：010-64518888（传真：010-64519686） 售后服务：010-64518899

网 址：<http://www.cip.com.cn>

凡购买本书，如有缺损质量问题，本社销售中心负责调换。

---

定 价：25.00元

版权所有 违者必究

---

本书献给我的女儿克里斯蒂娜 (Christina)，  
她是一位杰出的年轻女性，也是一位贤妻良母。  
在撰写此书时，她给了我很多灵感。她称得上是一位睿智的  
顾问和合作者，也是许多人的榜样。

---

## 中文版序

今天的中国在国际政治、经济与文化领域的地位变得越来越重要了。我相信在未来的日子里，中国将对世界产生更为重要的影响。

能向中国朋友介绍本书，我感到非常荣幸。过去，我曾与中国数以千计的商界人士一起分享过我在个人成功领域的心得，以及在工作中取得最好绩效的经验。现在，我期待可以将这些心得和经验通过本书介绍给中国的每一位职场人士。

《博恩·崔西完美飞行——成功人生导航》这本新书，包含了我用一生从世界各国成功人士那里学到的宝贵经验。在这个竞争日趋激烈的时代，每一个下定决心要赢得成功人生的人，都能够直接应用本书所阐述的方法并能取得实效。

过去，我曾经旅居亚洲各个国家。我对来自中国的商人是非常尊敬与钦佩的，他们在每一领域的国际市场中都占据着重要的地位。中国人天生具有洞察商机并善加利用的能力。他们

聪明、进取、自律、专注、具有创造性；不管生意是大是小，他们都能取得成功。

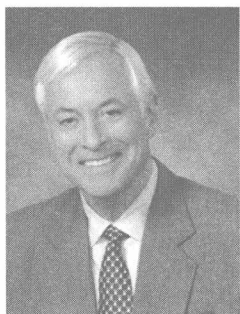
有机会将这本书呈献给中国，呈献给中国的读者，是我莫大的荣耀。希望每一位朋友都可以从中受益。

我期待下一次访问中国时，能与本书的读者们见面！

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Brian Tracy', with a horizontal line underneath.

博思·崔西 (Brian Tracy)

## 作者简介



博恩·崔西是美国首屈一指的励志成功学大师，是当今世界个人职业发展方面最成功的演说家和咨询师之一。

博恩·崔西演讲的主题涉及个人成功和领导能力、管理效率、创造力以及销售等，每年约数十万人参加他的讲座。他还是畅销书作家，出版的图书已经达到三十多本，其中很多已经被翻译成其他语言，目前在五十多个国家销售。很多人通过阅读他的著作、参加他的研讨会和培训掌握了一系列的技巧和策略，随后，他们迅速将这些技巧和策略运用到生活和工作中并取得了成功。

博恩·崔西还是 1000 多家公司的顾问，其中包括 IBM 公司、福特公司、惠普公司、联邦快递等众多世界 500 强企业。

## 作者简介

### 引言 成功的真正秘诀 /001

### 第1章 选择目的地 /009

一个人想要取得成功，必须有明确的前进方向。当你完全清楚自己是谁、想要什么以及想向哪个方向发展时，你迈向成功的速度就会大大加快，取得的成就可能是一般人的10倍！所以我们向成功迈进第一步就是：从自己的愿望、能力和兴趣出发，确定清晰、具体并且可测量的目标。

### 第2章 审查飞行路线 /029

确定了目的地，接下来的一步就应该是仔细考察能够到达目的地的不同路线。在出发之前，我们必须考虑到出发之后的各种可能性，要准备多条备用路线。对于这些路线，我们要进行审查并慎重地做出选择。

### 第3章 制订飞行计划 /043

确定好目标并对飞行路线进行审查虽然很重要，但这只是一个开始，接下来必须进入实际准备阶段。除非我们付诸实际行动，认真地做好计划，走好出发前的每一步，否则我们将难以到达目的地。



## 第4章 做好出发前准备 /059

良好的开始是成功的一半。最有效的准备方式是核对“检查表”。此外，还要时刻为可能出现的最糟糕情况做好准备。如果真的遇到麻烦，不要处于被动状态，更不要生气、沮丧，而应积极主动，行动起来，快速找到解决方法。

## 第5章 全速起飞 /073

做好了一切准备后，就要勇敢地迈出第一步。平庸的人之所以不能成功，一个重要原因就是他们虽有梦想和追求，却害怕失败，无法跨越内心的障碍，所以始终没有勇气迈出第一步。成功人士不仅会坚定地迈出第一步，并且会认真地走好每一步，对每一步都全力以赴。

## 第6章 应对飞行中的颠簸 /083

在前进的道路上，我们难免遇到一些挫折和失败。这会让我们变得消沉，有时甚至会令我们失去信心。俗话说：失败乃成功之母。挫折和失败可以让我们积累成功所需的知识和技能，磨炼我们的意志，使我们更有力量。面对“颠簸”，我们要转换思维角度，积极应对，在解决问题过程中不断提高自己的能力。

## 第7章 不断修正前进方向 /101

对我们的生活和事业而言，遇到各种困难和挫折是正常而自然的事情。实际上这些都算不上什么，真正考验人的是那些无法避免的危机。虽然解决问题的能力很重要，但一个人成功与否主要还是取决于他处理危机的能力。当危机发生时，我们一定要及时采取有效的方式进行应对，寻求转机。

## 第8章 加速前进的步伐 /121

在前进的过程中，我们需要及时补充动力。这就要求我们不断学习，增长自己各方面的能力，总结经验教训，并随时为机会做好准备。只有这样我们才能进入成功的快行道。值得一提的是，我们要有意识地提高自己创造财富以及社交的能力。

## 第9章 激发内心的巨大潜能 /139

在飞机的飞行过程中，电子导航系统起着重要的作用。对于人来说，我们内心具有强大的潜能，潜意识等的力量就像是我们的电子导航系统，可以带给我们成功所需的许多元素和巨大力量。

## 第10章 不要对捷径抱有幻想 /151

人类最大的奢望之一就是不费吹灰之力或者尽可能少地付出努力而获得成功。有这种想法的人往往会遭遇失败。实际上每一次成功都是建立在大量努力的基础之上。成功需要全力以赴，根本不存在所谓的“终南捷径”。

## 第11章 克服内心的恐惧 /163

恐惧是人类与生俱来的最大敌人。人生最大的挑战之一就是克服恐惧。为了应对人生道路上无法避开的坎坷和障碍，我们需要不断面对并克服恐惧心理，增强自己的勇气。当我们战胜了恐惧，我们的自信就会得到很大的提升，我们离成功也就更进了一步。

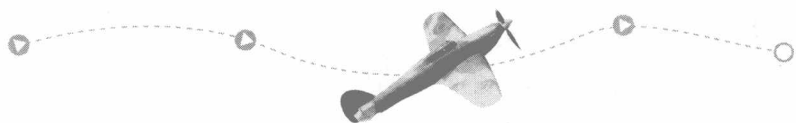
## 第12章 坚持，再坚持，直至胜利 /177

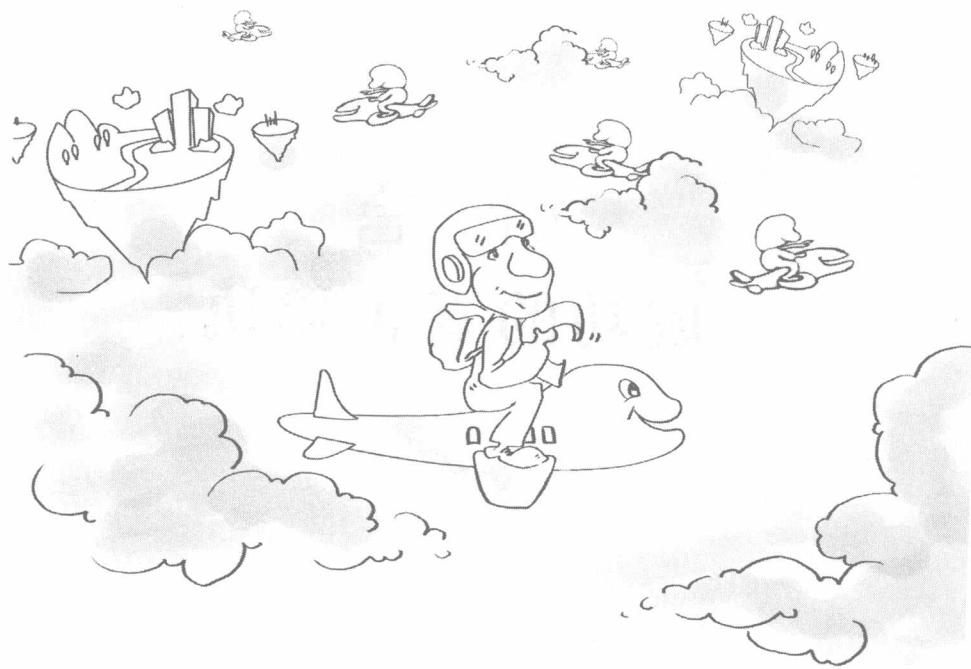
自律是成功所必需的重要品质，自律在行动中表现为坚持。人类历史上许许多多成功人士的故事，实际上都是在讲坚持的精神。最伟大的成功和最伟大的失败之间仅有一步之遥，这一步就是坚持。

## 后记 成功绝非偶然 /191

# 引言

## 成功的真正秘诀





人生就像一次飞行。

千里之行，始于足下。

——老子

当今社会，我们有着越来越多施展才能的机会，也因此实现了越来越多的目标。随着时间的推移，未来一定会变得越来越好，而我们要做的就是全身心地投入到这个被经济学家们称为“辉煌时代”的大潮中。

幸福、健康和富有，是大多数人的愿望，如果能很快且不费力气地实现这些愿望简直就完美了。为此，很多机构和个人站出来向人们提供各种所谓的获得成功和幸福的“终南捷径”，比如某种独特的模式、专门的技巧、深奥的策略和秘诀等，来满足人们对这种“完美”的需求。

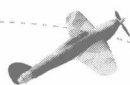
每年，都会有阐述成功秘诀的各种新书上市，它们往往宣扬获得幸福和财富存在“秘密和捷径”这样的理念。也就是说，只要保持积极乐观的态度，你想要的一切美好事物就会出现在你的生活中。懒惰的人对这种秘诀很感兴趣，他们期望可以利用它来轻松获得自己所梦想的一切。

然而，真的有这样的秘诀么？实际上，真正的秘密就是：成功没有捷径。长期以来，具有普遍性的原则和不变的真理一次又一次被展现在人们面前——幸福、健康和富有不会与你不期而遇，它们的实现需要你努力经营。如果你付出了努力，总会有相应的结果。即使你暂时失败了，这个结果也有它积极的一面——你为自己下一次取得成功做了更好的准备。正如经书上所说：“种什么就会收获什么。”对此，英国著名科学家牛顿提出的法则是：“每个作用力都对应着一个等同的反作用力。”

实际上，成功也遵循着因果关系原理。世上存在着这样一条简单原理：如果你沿着他人的成功之路，不畏艰难地走下去，最终，你也有机会取得和他们一样的成就；相反，如果你不这么做，成功永远只是梦想。成功不是偶然的，它需要精心的计划，一心只凭运气绝不可能成功。

## 积极思考的力量

我们的思想和心理状态对自己的行动有非常重要的影响。我们眼中的世界带着自己思想的印记，在一定程度上反映出自己的内心世界。如果积极思考，乐观向上，我们可以站得更高，看得更远，做得更好！



积极思考的力量是强大的，从长期来看，如果一个人内心没有准备获得某物，那么他在外在世界也不会获得并拥有它。

你可能听过这样一句话：要想成功，就必须具备必要的条件。而这必要条件就包括在实现目标之前从思想上做好准备。

一个人打算改变外在的世界，那么必须要先改变自己的内心世界。正如德国诗人歌德所讲：“一个人要想拥有更多，首先要做更多的准备。”

如果你要想创造不一样的生活，你首先必须改变自己。你必须不断了解并亲身经历一些必要的过程，从中获得必需的智慧 and 洞察力，进而指导自己去争取美好生活，除此之外没有其他便捷之路。





这使我想到一个有关成功的比喻，很多年来我一直与成千上万的人分享。每当我向成功人士描述这个比喻时，他们都表示赞同，并说：“那正是我们今天取得成功的原因。”这个比喻就是——

## 人生就像一次飞行

多年来，我一直在国内和世界各地飞来飞去。有一天，我开始注意到这样一个事实：当我乘飞机从一个地方到另一个地方，实际上飞机在99%的时间里都处在既定的准确航线之外，这是因为飞行途中会出现很多不可避免的意外，如遇到上升气流、下降气流、侧风、大气湍流、暴风雨、闪电等。

然而，即使飞行途中有这么多的情况出现，使得飞机大部分时间离开了原定路线，通常飞机最终还是能够准确无误地到达目的地。每当从洛杉矶到纽约的飞机起飞后，飞行员都会通过广播告诉我们：“女士们、先生们，感谢您乘坐我们的航班。我们今天的飞行时间大约是5个小时20分钟，将在下午5:40抵达拉瓜地亚机场。祝您旅途愉快。”5个小时20分钟之后，飞机往往正如之前预报的那样在拉瓜地亚机场降落。



博恩·崔西完美飞行