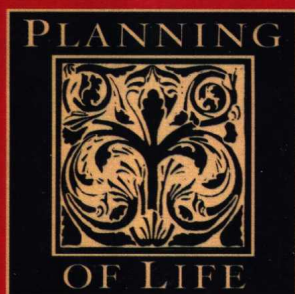


布兰德方法是最简单和效率最高的个人生涯规划方法

Planning of Life



如何卓有成效地树立目标和制定计划

一生的计划

[美]
格莱恩·布兰德 著
Glenn Bland

全球销量超过1,000,000册

一生的计划

——如何卓有成效地树立目标和制定计划

作者 (美)格莱恩·布兰德

翻译 理子 罗鯤

审校 罗坚

新华出版社

图书在版编目(CIP)数据

一生的计划:如何卓有成效地树立目标和制定计划 / 格莱恩·布兰德著;理子,罗巍译; - 北京:新华出版社,2002.3

ISBN 7 - 5011 - 5645 - X

I . 一… II . ①布… ②理… III . 人生观 - 成材
目标选择 - 普及读物 IV . B821 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 014887 号

一 生 的 计 划

——如何卓有成效地树立目标和制定计划

[美]格莱恩·布兰德 著

*

新华出版社出版发行

(北京宣武门西大街 57 号 邮编:100803)

新 华 书 店 经 销

北方工业大学印刷厂印刷

*

880 × 1230 毫米 1/32 开本 6.25 印张 100 千字

2002 年 4 月第一版 2002 年 4 月北京第一次印刷

ISBN 7 - 5011 - 5645 - X/G·2062 定价:20.00 元(精装)

— 成功的定义 —

成功就是事先树立的、有价值的目标被循序渐进地变为现实的过程。这一过程因平衡而得以坚固，因信念而具有意义。

— 成功的根基 —

方向、平衡和信念

“了不起的书，格莱恩·布兰德眼光深远，写得却如此简明易懂。”

——非凡的查理·琼斯



写在前面的话

五年以前，当我第一次遇见格莱恩·布兰德的时候，他告诉我一个雄心勃勃的计划：他要白手起家，建立美国规模最大而且也最成功的人寿保险销售组织。在五年之前这还只是一个梦想，而现在已经成为了现实。

就我所知，在人寿保险业这一行的历史上，布兰德非凡的成功是史无前例的。他的公司每年度的销售额超过了许多其他人寿保险公司，而这些公司已经在这行业里经营半个世纪以上了。

为什么布兰德能如此成功？因为他知道并且运用着宇宙万事万物运转背后所潜藏的黄金法则，而这些法则大多数人并不知道。他知道如何树立远大的目标，以及怎样制定去实现它们的计划。他的世界是一个“行动的世界”，在这样一个世界里，他使美好的事情得以发生，并且使人们得以从中获益。

在这本充满活力的书里，你将有机会发现使一个人成功的秘密。你，通过学习如何把他的方法在你的生活中加以应用，也有机会实现你自己的梦想。这本书是根据个人的经验写成的，作者是那个真正“做到了”这一切的人。任何人，如果真正想要成功，只要让自己遵循布兰德方法，就能够美梦成真。

作者有信心造就人，并且投入了很大一部分时间进行这项事业。他写这本书，目的在于帮助男人或者女人们获取快乐富足的生活，帮助人们摆脱笨拙和平庸的束缚并成为成功人士。

不管你是谁，不管你从事什么职业。只要你阅读并且相信这本书，它就能够帮助你找到一个更好的人生！

查尔斯·A·贝克

首席副总裁

美国林肯国民人寿保险公司

目录 CONTENTS

第一部分 如何获得一种快乐成功的人生

第一章	有这样一种方法	3
第二章	每个人的梦想	18
第三章	建立你自己的成功体系	26
第四章	为了成功你需要一幅蓝图	38
第五章	生活的杂技钢丝：精神和 理财上的平衡	51
第六章	生活的杂技钢丝：教育和 娱乐的平衡	73
第七章	黄金半小时	84
第八章	无价之宝——人际关系大师	101
第九章	你和机会	121
第十章	时不我待	135
第十一章	那就是方向	148

目录 CONTENTS

第二部分 你的行动计划

第十二章 怎样制订你的个人行动计划 153

列表：

我关于人格的个人宣言	171
我现今的处境如何？	172
我的精神生活目标	173
我的财务目标	174
我的教育目标	175
我的娱乐目标	176
我的每月行事历	177
卷尾语	189

第一部分

如何获得一种快乐成功的人生

第一章

有这样一种方法

如果我为你描绘出一条路线，并且告诉你，你只要简简单单地一步步依照着它去做，就能够把你的生活改变得更好，你会迈出这一步吗？

毫无疑问你会的。而且，如果你了解到迈出这一步将会保证你获得财富、快乐和健康的身体以及内心的安宁，你一秒钟也不会犹豫。

在你接下来阅读这本书的时候，你将有一个机会迈出这一步——直接迈进一个快乐并且成功的人生。

遵循这条路线是确有成效的。我就是沿着这一条路线进入一个快乐而成功的人生的。我曾经把我的经验和我的亲密朋友们，我的生意伙伴们还有那些我偶尔认识的人分享。凡是遵循这条路线，按照这样一种方法去做的人，都获得了令人吃惊的成果。

我曾经看到行为放纵、不合规矩的人转变成行

为体面的人，看到负债累累的人获得经济上的成功，看到误入歧途的心灵重新焕发出智慧的光芒，看到肉体上或者精神上患有残疾的人转变成健康和能创造价值的公民。

我亲眼看到这些奇迹就在我的面前发生，而且我相信，奇迹还会随时随地发生在那些遵循本书教导的人身上。

在休斯敦，有一个年轻人，在没有找到这条线路，没有认识这样一种方法之前，他的生活一团糟：失业，被胃溃疡困扰着，被债务纠缠着。而如今，他已经是他所属的那家公司里最出色的销售人员之一。

在得克萨斯州的卢波克，另一个年轻人郁郁寡欢，因他几乎陷入破产境地，在他遵循了这一方法之后，他很快成为那个城市里数一数二的商界英雄。

在田纳西州的孟斐斯，有一个男人在每一项事业上都遭到了彻底的失败，直到他遵循了这一方法，并采纳了本书所勾画出的原则，事业才发生了根本的转机。如今他已经获得了生意上的成功，并且相当富有。

上面所有这些转变的核心秘密，我将在这里告诉给你们。如果这本书能如同一束引路的光，引导你们进入一个快乐而成功的生活，那么我就非常满足了。

发现一种新的生活

但是，首先让我告诉你这本书是如何形成的。在经过了许多年的潜心思考和努力学习，经过无数日日夜夜的工作之后，才发展出这套布兰德成功计划方法。

发展出这套方法并不是一件容易的事，它要求一个人有不可动摇的执著精神，不会被削弱的坚定意志，以及排除一切可能障碍的勇气和决心。

在我的方法里包含着的原则并不是从我这里才开始存在的。它们一直隐藏在万事万物运转的背后。历史上伟大的君主曾发现并运用这些原则建立了帝国或创造出巨大财富。并且，也正是这些原则让运用它的人同时得到了内心的宁静。

我庆幸也发现了这个秘密，并且把它在我自己的生活里加以运用，而如今我希望和尽可能多的人分享它。

关于目标树立和计划制定的方法开始于许多年之前，那是在我刚刚开始有成功欲望的时候。

那时，我最珍爱的梦想总是包括快乐和成功，我尝试着研究并且寻找能够引导我去实现这些梦想的智慧 and 真理。

我向成功迈出的一大步是从圣安东尼奥国际机场的一家书店里开始的。当时，我正在书店里随便

翻看书，突然我被一本有着绿色和黄色的色彩缤纷的封面和一个有吸引力的名字的书吸引住了，那是什么书呢？《思考和成功》，作者是我以前从来没有听说过的一个人，叫做拿破仑·希尔*。

为了能在我的航班起飞之前消磨时光，我买了这本书并且开始翻着看这本书。在我阅读的时候，我意识到在我身上，有某种事情将要发生了。

在我人生中那个特别的阶段，我把自己的工作做得很好，但那只是我必须去做的一件事情，而不是我想做的事情。我实际上在随波逐流，没有真正的方向，没有目标也没有计划。

正因为我当时随波逐流，所以我听命于他人。我没有理解那条基本的法则：“拥有目标和计划的人向别人发号施令，而没有目标和计划的人被别人发号施令。”

在我阅读的时候，上面这条由希尔先生指示给我的原则变得对我来说越来越有意义。我对我自己说：“他已经发现能打开通往我生活中的快乐和成功之门的钥匙。”这就是我要找的！

我接着读下去，发现自己越来越认同于拿破仑·希尔所主张的那些东西。

在不知不觉之中，我已经身处离圣安东尼奥有200英里远的、我自己家中的起居室里，读着这本

* 拿破仑·希尔：美国当代最负盛名的成功激励师之一。

激动人心的书的最后一页。

我几乎无法回想起从圣安东尼奥到沃克的这次飞行的经过。时间从我身旁飞过，因为在那个晚上我的人生被改变了。我开始变得有“成功欲望”。一个全新的、充满意义和机会的世界向我敞开了。

每一个无论在什么领域取得了成功的人，都有在某个时刻突然开始觉察到一个新世界的经历。“成功欲望”是一切成就开始的地方。当你突然意识到存在着一种快乐和成功的生活方式，这就是你成功欲望开始的时刻。在这样一个时刻，一个人突然意识到他可以把他的生活改造得更好，他决定去改变生活，然后朝着这个目标去工作，并且实现他的目标。变得有“成功欲望”之后，这个人将发展出一种对智慧和真理的渴求，并且开始寻找能阅读和倾听的一切，以便满足这种渴求。

我阅读过大量书籍，花了许多个小时听唱片和磁带，这都是为了一个目标：让我的意念集中到幸福和成功上面。

在我学习和积累智慧的过程中，我触及了一个基本的真理，这条真理如同晴天霹雳一样震撼了我：

“成功的技术和方法在改变，但是原则从不改变！”

从那个时刻起我确切地知道了，我应当在何处去寻找我正在寻找的信息。原则从未改变。你我关

于幸福和成功所需要知道的每一件事情都包含在一本书里，那就是《圣经》。

没有什么理由到更远的别处去寻找，因为仅仅在《圣经》里面，你就可以找到经过了岁月精炼的智慧。

《圣经》中的原则，经受住了自有历史以来的一切考验，是其他那些经证实对我们有所帮助的全部书籍、唱片和磁带由之产生的源泉。

在《圣经》里面你可以找到对人生中全部机会和问题的回答。在它里面也包含着在其他任何书中可以找到的关于成功和快乐的那些原则。从造物主的井泉中喷涌出的充满活力的智慧之水，永远不会干涸。随着我们成长，我们的理解力变得越来越强，岁月的智慧也被越来越多地向我们揭开。我们对它的理解程度的惟一限制，只是我们自己遵照这些原则并且成长的愿望的强度。

我有谋略和真知识，
我乃聪明，我有能力。
帝王藉我坐国位，
君王藉我定公平。
王子和首领，
世上一切的审判官，都是藉我掌权。
爱我的，我也爱他；
恳切寻求我的，必寻得见。

丰富尊荣在我，
恒久的财产并公义也在我。
我的果实胜过黄金，强如精金；
我的出产超乎高银。
我在公义的道上走，
在公平的路中行，
使爱我的承受货财，
并充满他们的府库。
在耶和华造化的起头，
在太初创造万物之先，就有了我。
从亘古，从太初，
未有世界以前，我已被立。
没有深渊，
没有大水的泉源，我已生出。
大山未曾奠定，
小山未有之先，我已生出。
耶和华还没有创造大地和田野，
并世上的土质，我已生出。(箴 8:14-26)

毫无疑问，“成功的技术和方法在改变，但原则决不改变。”它们存在于久远的过去，并将存在于漫长的将来。今天一个人在他的生活中为了获取快乐和成功而使用的原则，也就是所罗门王在耶稣诞生 960 年以前，为了积聚他的巨大财富所运用的那些原则。这个名叫“地球”的天体，决不仅仅是