

Fuel

THE ENERGY YOU NEED
TO SUCCEED

成功 的 燃料

〔美〕维斯·比维斯 Wes Beavis © 著
游兵 赖伟雄 © 译

成功，胜在一路上燃料充足，而非阻力不再！
什么是成功所需的燃料？如何

Fuel

THE ENERGY YOU NEED
TO SUCCEED



【美】~~韦斯·比维斯~~ Wes Beavis © 著
~~游兵~~ 赖伟雄 © 译

 新世界出版社
NEW WORLD PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

成功的燃料 / (美) 比维斯著; 游兵, 赖伟雄译.
— 北京: 新世界出版社, 2012.12
ISBN 978-7-5104-3619-2

I. ①成… II. ①比… ②游… ③赖… III. ①成功心理—通俗读物 IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2012) 第277649号

Fuel: The Energy You Need to Succeed by Wes Beavis
Copyright © 2009 W.J. Beavis
Published by arrangement with POWERBORN
Chinese Edition Copyright by 2012 Beijing Green Olive
Culture & Art Ltd
All Rights Reserved

成功的燃料

作 者: (美) 比维斯 著
责任编辑: 程 军
责任印制: 李一鸣 黄厚清
出版发行: 新世界出版社
社 址: 北京西城区百万庄大街24号 (100037)
发 行 部: (010) 6899 5968 (010) 6899 8733 (传真)
总 编 室: (010) 6899 5424 (010) 6832 6679 (传真)
<http://www.nwp.cn>
<http://www.newworld-press.com>
版 权 部: (8610) 6899 6306
版权电邮: frank@nwp.com.cn
印 刷: 环球印刷 (北京) 有限公司
经 销: 新华书店
开 本: 880 × 1230 1/32
字 数: 70千字
印 张: 5
版 次: 2012年12月第1版 2012年12月第1次印刷
书 号: ISBN 978-7-5104-3619-2
定 价: 23.00元

版权所有, 侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页等印装错误, 可随时退换。
客服电话: (010) 6899 8638

此书献给

“巨人” 查理·琼斯

他的燃料惊人，

照亮着我的人生旅途。

导 言

INTRODUCTION

成功，并不需要某些所谓正确的条件，只需要正确的燃料。也不在乎时机是好是坏，而在于你是否有足够让你达成成功的能量。

写本书时，似乎每一个经济指数均每况愈下。根据传言所说，我们已经直接驶入经济危机风暴中，其严峻程度仅次于20世纪30年代的大萧条。正当我们与经济危机抗衡时，很多人却将它拿来，作为完美的借口，让自己停滞努力，坐待良机，而心安理得。

几年后，经济危机也许会缓解，或者消退。那时，人们也许无法再以经济条件不适合发展作为借口，但他们可能会找新的理由，说市场太过拥挤、竞争太激烈等等。本书依然有效，因为事实是，成功只在于一个人的内在因素，而不在于环境和外

FUEL: THE ENERGY YOU NEED to SUCCEED

在因素。成功者明白这一点。无论顺境或逆境，人生任何境遇都不能决定一个人成功与否。成功是由一个人的内在决定的。

地心引力是阻挡火箭离开地面的巨大力量。唯一的问题是，火箭是否有足够燃料，推动它摆脱巨大的地心引力。火箭里面的燃料，比外部地心引力更为重要。

从火箭升天的例子来看，很多人想等地球引力消失，才发射他们的火箭。或者他们抱怨地心引力阻止他们成长。“唉，要不是那该死的地心引力，我现在都在外太空了！”

难怪他们无法离开地面。阻碍你前进的力量永远不会消失。无论顺境还是逆境，阻碍你的力量都不会减退，而总是来势汹汹，压得你透不过气来。你只需问自己一个问题：

“我是否有足够的燃料，推动自己穿越和战胜阻碍我成功的力量呢？”

人们失败的原因是，他们畏缩退后，走一条容易走的路。而成功者则学会获取足够燃料，冲破阻碍他们前进的任何力量。他们最终成功，原因是一路上保持燃料充足，而不是因为没有阻力。

这里指的燃料到底是什么呢？如何得到它？在接下来的几章，我会展开探讨，帮助你们找到和添加成功所需要的燃料。

添加燃料

我刚买了一辆新车，还沉浸在开新车的新鲜感之中，出乎我意料的一件事情发生了。车开到半路，仪表板发出警告：“请添加燃料！”警示语一直在我眼前闪烁。我一看，果然，我的新车此时油量确实不足，需要加油。

几年前，我遭遇另外一个情形，完全可以以此为教训。那时，我开着一辆租来的车去机场。租车时，我已经向租车公司预付了满油箱的钱，所以我当时的想法是，把油用光再把车交还给他们。我想，既然我已经预付了油钱，我干嘛要剩下大半箱油给他们呢，如果把油箱的油用得只剩几滴，那就有意思了。如果当时我能想象自己在离机场两英里时把油全部耗尽，车子熄火，却无处找加油站的窘境，那该多好啊！我的车果真在路上熄火了。你能再想象一下，本书作者维斯先生费力推着一辆租来的汽车，看着自己要误航班的沮丧心情吗？

也许车子应该在此时发出一系列的警告。第一次是：“司机，建议你方便的时候尽快加油。”一段路程以后，警告升级为：“司机，强烈建议你尽快加油！”如果司机还是置之不理，警告就升到三级：“老兄，现在立刻去加油，否则你随时只能推车走路。”幸运的是，自从那次半途熄火后，我后来开

FUEL: THE ENERGY YOU NEED to SUCCEED

车从来没有出现没油的状况。我的新车在没油之前，都会不断提醒我“加油”，这让我倍感欣慰。

我也时刻不忘给自己的精神添加燃料，因为每天我们朝着目标奋力打拼的时候，我们思想的燃料不断被消耗着。太多人直等到自己的燃料几乎消耗殆尽，危机四伏，才承认燃料不足。如果你的目标相当大，你单凭现有的燃料是难以实现的，你需要一路上不断添加燃料。包括我自己在内的每个人，只有在路上熄火抛锚，才勉强汲取教训。再也不能发生这样的事情了。

等燃料几乎耗尽的时候再加油，是很难到达你想去的地方的。要想保持能量十足，迈向成功，关键在于管理好燃料，知道在哪里添加燃料，抓住每个时机，尽量获取最大燃料。

关于成功动力的研究繁琐复杂，使人不堪重负。过去几十年中，我致力投身于这方面的研究，并活在其中，我得以从巨量信息中提取精华，并将这些成功的基本要素归纳整理，形成框架，便于各位读者记忆。我把成功的关键要素列为七条。我希望你看完这七大要素后，能把它们清晰地储存在脑海里，需要时信手拈来。请把它们当成你的加油站，时刻为你的思维和精神添加燃料。

1. 始于基本点

2. 阅 读

3. 资 源

4. 顿 悟

5. 人际关系

6. 结 果

7. 休 整

目 录

CONTENTS

导 言 1

1. 始于基本点 001

A. 心 态 003

解剖心态 005

培养良好心态 006

如何培养良好心态 009

快速加油：心态 010

成功工作坊：心态 012

B. 信 念 014

解剖信念 015

信念的形成 016

FUEL:
THE ENERGY YOU NEED
to
SUCCEED

如何获得信念 019

快速加油：信念 019

成功工作坊：信念 021

C. 自信心 023

解剖自信心 025

信心的形成 025

如何获得自信心 035

快速加油：自信心 036

成功工作坊：自信心 038

D. 动力 041

解剖动力 043

动力的形成 044

如何获得动力 046

快速加油：动力 046

成功工作坊：动力 049

E. 热情 050

解剖热情 051

目 录 CONTENTS

热情的形成	051
让你的热情发挥最大效果	054
如何获得热情	056
快速加油：热情	056
成功工作坊：热情	058
F. 专 注	060
解剖专注	061
专注的形成	062
一个目标，一个专注	063
找到你想专注实现的目标	064
摆脱分心	065
如何专注	066
快速加油：专注	066
成功工作坊：专注	069
2. 阅 读	071
坚持每天阅读	073
读书让你更加专注	076

FUEL:
THE ENERGY YOU NEED
to
SUCCEED

通过写读后感，提升阅读价值 077

翻看以前的读书笔记，重写你的未来 078

如何阅读 079

快速加油：阅读 079

成功工作坊：阅读 081

3. 资源 083

制定财务计划 084

创造“收支盈余”效应 086

如何管理资源 089

快速加油：资源 090

成功工作坊：资源 092

4. 顿悟 094

要意识到，除非你停止抱怨，

否则环境永远不会改善 095

要意识到，你在低谷时期所做的事和

所说的话，决定了你能多快回到高峰 096

要意识到，你比你所认为的自己更好 097

目 录 CONTENTS

要意识到，不是每个人

都针对你，他们只是为了自己 098

要意识到，基本要素尤为重要 100

如何顿悟 101

快速加油：顿悟 102

成功工作坊：顿悟 104

5. 人际关系 106

长期和短期的人际关系 107

多交益友 108

高层次的人也有缺点 110

把自己造就为高层次的人 111

如何建立人际关系 111

快速加油：人际关系 112

成功工作坊：人际关系 114

6. 结 果 116

心理氧气 117

让失败扮演它的角色 118

FUEL:
THE ENERGY YOU NEED
to
SUCCEED

创造“结果动势” 119

如何得到结果 121

快速加油：结果 122

成功工作坊：结果 124

7. 休 整 126

如何对待休假期间的罪疚感 128

你的工作/休息节奏 130

6:1的比例 131

如何休整 132

快速加油：休整 132

成功工作坊：休整 134

结 语 136

1.

始于基本点

什么是基本点呢？

- A. 心态
- B. 信念
- C. 自信
- D. 动力
- E. 热情
- F. 专注

看完这张清单，你也许觉得没有什么新意。确实没有什么
是你以前不知道的。你也许会说：“这些我都试过了！”关键

FUEL: **THE ENERGY YOU NEED** **to** **SUCCEED**

不是知道，不是尝试过了，更不是同意它们有多么重要。你需要每天重新承诺于它们，才能获得每个词背后所蕴藏的能量。

每天起床后，将这张清单在你脑海中过一遍。想象一下，在你的思维仪表盘上，其中每一个要素都有一个计量表。正如每次起飞前，飞机师都会仔细检查仪表盘的每个仪表那样，每天清晨，我们也要查看一下自己的心态如何、，自我评价如何、我看起来怎样、我的自信如何、我是否有动力、人们能否看到我的热情、我是否专注。昨天的燃料也许不能让你迎接今天的挑战，昨天也许你充满着积极思维，今天你的燃料箱就枯竭了。也许你这一周开始时信心满满，到了周三，你可能因为应付了几天的拒绝而耗费了大量燃料。

成功者每天都会重新承诺于以上六大要素。这些基本点时刻都至关重要，它们不是让你练习练习，到了某个涅槃境界就无须继续下去。很多人取得一定的成功以后，突然发现自己遭遇失败，原因在于他们不再重视以上六要素。所以，请时刻检查你的燃料箱！

飞行员会开动一架油量不足的飞机吗？宇航员会不会在登上宇宙飞船的时候，说“燃料箱装满了四分之一，应该没问题”？如果你在“油量不足”的状态下，去认识新客户，联系和拜访