




人人都有爆发力

【美】克劳德·布里斯托 著 杜颖达 译

T.N.T.: The Power Within You



你的心中蕴藏着无限能量
引爆它，你就能无往而不利

 江苏人民出版社

人人都有爆发力



【美】克劳德·布里斯托 著
杜颖达 译



T.N.T. The Power Within You

 江苏人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

人人都有爆发力 / (美) 布里斯托 (Bristol, C.) 著; 杜颖达译.
— 南京: 江苏人民出版社, 2014.3
ISBN 978-7-214-08472-9

I. ①人… II. ①布… ②杜… III. ①下意识-通俗
读物 IV. ① B842.7-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 046290 号



书 名 人人都有爆发力
著 者 [美] 布里斯托
译 者 杜颖达
责任编辑 朱超 石路
装帧设计 田晗
出版发行 凤凰出版传媒股份有限公司
江苏人民出版社
出版社地址 南京市湖南路1号A楼, 邮编: 210009
出版社网址 <http://www.book-wind.com>
<http://jsrmcbs.tmall.com>
经 销 凤凰出版传媒股份有限公司
版式设计 张文艺
印 刷 北京中印联印务有限公司
开 本 652 毫米 × 960 毫米 1/16
印 张 12
字 数 167 千字
版 次 2014 年 6 月第 1 版 2014 年 6 月第 1 次印刷
标准书号 ISBN 978-7-214-08472-9
定 价 24.00 元

*TNT: The Power
Within You*

目 录 人人都有爆发力

CONTENTS



第01章 引爆你内心的力量.....	001
第02章 神奇的TNT法则.....	011
第03章 如何唤醒内心的力量.....	021
第04章 思维的爆炸性力量.....	033
第05章 精神画面法：唤醒你的创造力.....	045
第06章 梦想的实现有赖于坚持.....	055
第07章 重复法：唤醒你的潜意识.....	065
第08章 倾听来自内心的“天启”.....	071
第09章 真实的渴望是力量的基点.....	081
第10章 卡片法：将愿望植入脑海.....	091
第11章 相信你行，你就行.....	099
第12章 改变内心就能改变世界.....	107
第13章 如何赶走恐惧.....	115

III

*TNT: The Power
Within You*

第14章 进入你的潜意识	123
第15章 思考能够致富	131
第16章 积极暗示法：让生命洒满阳光	143
第17章 正确运用内心的力量	153
第18章 做内心力量的主人	159
第19章 善于分享才能更加成功	173
第20章 行动吧！成功就在眼前	179

A decorative border with intricate floral and scrollwork patterns surrounds the text. At the top center, there is a small crown-like emblem within a circular frame.

第 01 章

引爆你内心的力量

警告信号已经发出，那么就从现在开始吧！你要一步一步地向下进行，小心翼翼，如履薄冰，在潜意识里为自己第一次的爆炸做好充分准备。这将是一次伟大的爆炸，它将把你思想里的全部错误一并轰走，它将为你打开一条改变人生的通道，而你的整个生命历程也会因此更加完善。

*TNT: The Power
Within You*

请你一定要牢记：TNT 是一种极其危险的烈性炸药。假如你想接近它、捧起它的话，那就要注意了。几个世纪以来，TNT 已经无数次地证明了它的威力足以让那些企图滥用它的人走向灭亡。你要使用它的话，一定要慎之又慎，因为它只能被用来做好事。

它的威力已经在《圣经》教义及一些由来已久的物理定律和普通的常识中得到了证明。虽然我把常识放到了最后一位，然而这并不意味着它不重要。读者朋友们，请耐心地读下去吧，看看我所提供的这些证据是否能够自圆其说。

或许我们中的一部分人只能领悟到精神的层面，或许其他的一部分人极为信服科学真理，当然，还有少数一些人只把科学真理当成是指引他们迈向成功之路的一种可行性手段。然而，不管我们的观点有何差异，都没有关系，因为绝大多数的人都能明白这个浅显易懂的道理，可对于那些具有远见卓识的人来讲，温暖的阳光会伴随着耀眼的光芒照进他们的心灵。

我有一位在 X 射线和电子高频仪方面堪称专家的老朋友，多年以来我一直对他心存感激。当我还是个孩子的时候，有一次我们一起做电学实验，他提醒我要注意口袋里那一小把威力巨大的 TNT。虽然我那时还不知道 TNT 是什么东西，也不知道它的威力到底有多大，但值得庆幸的是，它始终都安静地躺在我的口袋里。

现在仔细想想，其实我当时知道他为什么不强迫我去了解那是什么东西。他是信任我的，也是了解我的，他知道我一旦做好了接受它的充分准备，就会义无反顾地去行动。我做了将近 30 年的准备，在此期间，我不断追求着人生真谛，从不间断地观察、寻找和探索一个神秘之物，那就是我们内心之中的 TNT，因为它是人一生中最大的奥秘。

直到现在，我的口袋里也一直装着一些 TNT，但“只可远观而不可亵玩焉”。如今它的习性已经被我了解透彻了，我已经懂得怎样从容不迫地把它们分解开。同时，我也清楚地认识到只要

你能够合理地使用它们，它们就会为你炸掉所有的阻碍，使你昂首阔步地走上不断求索的人生大道。

多年以来，我一直从事着报业方面的工作，虽然大多数的时候都在幕后，但也采访过一些伟人，接触过不少的名人。当然，我会竭尽所能地学习他们的优点，并且会想方设法地去弄清他们身上到底有什么样的特质能够使其如此卓尔不群，遗憾的是，当时即使是我想破脑袋也无法弄清楚这其中的关键所在。

不久之后，第一次世界大战爆发了，这时的我又在思考为什么有些人可以奋发图强可自己却总是英雄无用武之地？现实中残酷的战争犹如醍醐灌顶一般使我警醒，甚至是当我睡在泥泞的草地里，当我啃着发霉的面包时，我依然能够乐观豁达、积极向上。这就是我身体内潜在的 TNT 发挥了作用，它帮助我给了人类那古老的恐惧一个迎头痛击，我也相信它也一定能帮助你。读者朋友们，请牢记并吸取我的这个经验吧。

我为了能够寻找到一条改变命运的捷径，不惜通读了几百本所谓的“成功”书籍，但它们却不能给我带来任何成就。我依然一事无成。与此同时，我还阅读了不少关于哲学和心理学方面的书籍，但我所希望探求到的那个伟大的奥秘却一直也没有出现。虽然我一直也没有接触到它，但我可以感觉出它离我仅有一步之遥。后来我又加入了秘密组织“兄弟会”，希望能够在那里寻找到自己渴望已久的东西。但是其实奥秘就如同我口袋里的那一小撮 TNT 一样，它可以存在于每一本书当中，可以存在于伟大的自然秩序当中。在任何地方你都能够轻而易举地找到它，它甚至会出现我们的眼皮底下，问题是，总有一种来源不明的力量在阻止我们去得到它。

假如你在自己的 TNT 中无法找到这个奥秘，那么，你就必须要搞清楚到底是什么东西把你们隔开了。实际上，它一直就待在那里。从书本的字里行间无法找到它，那么不妨运用你的心灵去细细体会，而我也会竭尽所能地将之尽量清晰地展示在读者面前。

第一次世界大战结束后不久，我便加入了海岸沿岸投资银行，在那里工作期间，我一直都怀着一个梦想，希望能够像其他各行

各业的人一样取得成就。令我万万没有想到的是，我自己所建造的空中楼阁根本就没有打下牢固的根基。

随后，又发生了一场翻天覆地的巨变，而这场巨变也从经济上将我彻底地击垮了，我曾经的梦想一时间化为乌有。从那以后，我开始觉得害怕，开始感到万分迷茫。不管我走向何方，总会有什么东西挡在我面前。

作为该组织的经理，我必然要担负起更多的责任。那场席卷全球的经济危机同样让我所在的行业面临着一场危机。这场危机让整个商业界都蒙受了沉重的打击，而使许许多多对这场灾难不了解的人处在生死攸关之中。对我来说，这一切让人忧心忡忡、心绪不宁，给我带来了无数个不眠之夜。我发现自己开始惧怕上班，我担心一不小心就会遇到飞来横祸。

时间就这样一天天地过去了，形势变得越来越糟。如此巨大的困难让我手足无措，有好几次我都想辞职不干。就在1931年6月下旬的一天，我终于下定决心要离开这里。我把这个决定告诉了一位与我有多年业务往来的女士，可在她的目光中我看到的全是责备。

当天晚上，我尝试着让自己平静地入睡。可我发现自己根本就睡不着。于是，我在地板上来回踱着步子，就这样熬过了几个小时的时间，凌晨3点30分左右，我突然停下脚步，坐下来直视自己的心灵。当时，我想自己可以随意跳槽，别人怎么干都与我无关，当然我也可以选择留下来继续恪尽本职，可我此时清楚地知道，或许选择后者才是我的责任所在。

“对的就是对的，它永远是对的，对的东西永远也不会错。”虽然这句话早在我还是个孩子时就已经学会了，但我几乎是喊着把它说出的。就在这一刹那，我的眼前呈现出了一片光明的景象！

似乎天空中有一个声音在问我：“这些年来你一直在追求什么？你受到了什么样的教诲？你学到了什么东西？你一直在哪里？你要到哪里去？”我兴奋得几乎要跳起来了，我大声地说道：“我知道了，我现在终于明白了，原来这就是奥秘。这就是它们想让我学会的东西，这就是能够让人们奋发向上的秘诀！”

其实，这个道理在一本我多年前就曾读过却怎么也读不懂的书中就出现过，只是我毫不在意地把它搁置在一旁了。是的，在那本书里可以找到与上述意思完全相同的话。而那本书的作者是一位伟大的人物，他就是艾尔伯特·派克，一位杰出的神秘主义者、诗人和学者。我无法抑制自己内心的激动，立即把那本书从书架上拿了下来，匆匆忙忙地重新翻看起来。那些话果然写在上面，而我也立即就明白了其中的含义。

现如今，我终于拥有了一把打开奥秘之锁的钥匙。一条宽阔而平坦的大道展现在我面前，在大道的尽头，一行行金字闪烁着耀眼的光芒。上面写道：“这是你正在走的路。为什么你要一直那样傻！它们想给你教诲，它们想给你帮助，可你却始终将心扉紧锁，你一直以为仅凭自己的能量就可以找到康庄大道并且在上面驻足停留。”

我似乎一下子就被疯狂的喜悦所淹没了，恐惧和忧愁转眼间烟消云散。手里捧着这本书，我会心地笑了，我清楚地知道自己的所作所为是正确的，清楚地知道从那以后一切都会变得美好起来。我终于又拥有了婴儿般的睡眠。

转过天来，我的办公室里开始弥漫着一种不同的气氛，原本笼罩在我们头顶的乌云也开始逐渐散去。我把自己的最终决定告诉了那位女士，这次，她向我报以一个会心的微笑，眼神中不再带着责备。可以说是她帮助我重新走上了正轨，可我却终生无以为报。

这就如同一位知名学者所说的那样：“任何人天生就能区分对与错，天生就能实现自己的目标，但人在真正地掌握其中的奥秘之前，有些人却必须先结结实实地碰壁，把自己撞得头破血流。”

确实如此，我在障碍物面前几乎碰得粉身碎骨，但我却要说，那是我所遇到过的最伟大和最美妙的事。

周围的很多人都注意到了我的变化，在他们看来我就像是变了个人，他们向我问其中的缘由。我把奥秘告诉了最好的几位朋友。因为我相信它在帮助我的同时，一样可以给其他人带来益处。

假如你一次只敲下一丁点儿，那 TNT 就像是一小滴的水。假

如你不停地敲下去，它就会在你的敲击中消除让你由来已久的恐惧、疑虑和偏见，为新思想、新观念和新道理在你头脑中的萌发生腾出足够的空间。

不停地敲吧，这是你叩开心灵之门最佳的时机。把你的心扉尽情地敞开吧，让各种感悟充满你的心灵。

从我决定把自己的 TNT 传递给大家的时候起，它就开始被许多的个人、公司和组织所应用。除此之外，我还经常通过个人方式或是借助广播的力量来向很多人发表演讲和讲话。现如今，我可以十分自豪地告诉大家，那些领会并运用这种原则和方法的人，无一例外都取得了显著的成就。

你肯定希望能够一直拥有这种力量并且可以尽心尽心地发挥出它的作用，或许你一下子就能够完全领悟；或许你需要花点时间才能为敞开心灵做好充足准备。不过，你既不能太贪婪也不能太猛烈，更不能因焦急而牵强。你要时刻相信它的威力无处不在，而你有足够的能力学会并运用它。

当我从沉睡中觉醒后，整个组织的士气仍然处于最低潮。所有人都垂头丧气，担惊受怕。迫于形势需要，我们必须要实现一次惊天动地的大逆转。

尽心尽力的去帮助别人是我最主要的任务，因为我知道自己这样做是完全正确的。刚开始时我还不知道应该如何帮助他人，我按照自己的方式唤醒了自己的潜意识，因为我的心里总有一个声音在对自己说：“必须要告诉他们。”

对于我所说的话，有些人仍然是将信将疑，可我却告诫自己：“我可以证明这没有错！”随后的那个星期里，除了睡觉之外，我把其他的时间都用在翻阅多年以来潜心研究的那些书籍上了。不用说，我肯定首先翻看了《圣经》，然后又学习了瑜伽教义及古希腊、古罗马的大师和时下一些教授、学者们的哲学。我深入地研究了马可·奥勒留的《沉思录》，重温了托马斯·杰伊·哈德逊的《精神现象法则》和学识渊博的物理学家海登·罗彻斯特的名作《它的要点》。书架上那些与物理学、电学及光学振动有关的书籍我也同样没有放过。在此之后，我惊奇地发现，不仅我自己是正确的（对

于这一点，我一直深信不疑)，而且所有这些书中所蕴涵的基本原则也具有普遍相同性。我又重新阅读了许多心理学方面的书籍，发现同样的描述比比皆是。后来，我摘用了其中的一些话，您看，情况开始有所进展了！

当我在剖析自己的时候，我总是会首先仔细观察一下周围，然后发现很多明星能够运用这种力量，或者用我们报界工作者的话来说，他们都是风云人物，即那些经常会出现在头版头条的人物。确实存在着某种东西让他们把遮蔽在自己头上的罩子彻底甩掉，让他们从芸芸众生中脱颖而出。

然而，我的意思并不是要让每一个人都成为大明星，有一点你必须承认，那些能够把这种内在力量发挥到极致的人最终都成了明星；否则的话，他们也绝对不可能在世界名人的殿堂里占有一席之地。然而，这并不意味着他们都是一些爱出风头的人，相反，他们之中的许多人都习惯于沉默寡言。或许正是因为沉默寡言才使得他们成了举世瞩目的风云人物。而另外的一些人则是由于具有某种独有的特质或运用了某种特定的技巧才使得他们在自己的同胞中鹤立鸡群。有些人面露富有感染力的微笑（比如德怀特·D. 艾森豪威尔），有些人则脸色阴沉（比如约翰·L. 刘易斯），另一些人会通过猛烈地抨击别人的陈规陋习来引起人们的注意（比如萧伯纳），还有一些人则具有某种迷人的举止（比如埃莉诺·罗斯福）、长发（比如列奥波德·斯托科夫斯基）、胡须和鬓角（比如史密斯兄弟）、单片眼镜（比如查尔斯·科伯恩），而这一切都发挥出了它们各自的作用。有些人穿着平滑的长袍和另类的服装（比如马克·吐温），有些人借助红领带来吸引别人的眼球，另外的一些人则依靠争吵或富有感染力的风度来彰显自己的特立独行，甚至有一些人会通过自己结婚和离婚的次数来表现自己（比如托米·曼维尔）！

那些非正统、非传统和狂放不羁的人总会引起世人的关注，而大多数的风云人物则皆属此类。你总能够在他们身上发现一种或多种特殊之处，而他们也正是因此才显得与众不同。有的人总是喜欢招摇过市，有的人总是喜欢渲染自己的不同点，当然，也

有一些人从来不去考虑别人是如何看待自己的。但是他们会刻意地去展示自己的独特之处，他们会去做自己想做的事，无论如何他们都会正确运用自己 TNT 的威力。

有很多人对言谈艺术、战争科学、银行业务、政治才能、政治策略以及人文科学都很精通。作为风云人物的他们，总会在众目睽睽之下显得那么耀眼。这样的人不胜枚举。

每一个名人都可以让我们想到一种人。不管他是依然健在还是已经去世，他们都拥有独特的表现和令人瞩目的成就。他们始终存在于社会的各行各业之中，直到如今仍然如此。由于这样的人总是能够把自身的力量利用起来，所以他们永远都不难发现那份属于自己的 TNT，而他们也可以借此攀上自己事业的顶峰。

有一点我可以准确无误地肯定，那就是甘地一定运用了此种力量。我觉得他或许是 20 世纪上半叶最伟大的领袖人物之一。时至今日，你也可以在很多人的文化服饰上看到他的肖像——晚年时一直留着平头，腰上也仅仅缠着一条简朴的布带，当然还有那副醒目而硕大的眼镜。虽然我根本就没有资格去评论甘地这身独特的装扮有什么特别之处，但我却始终相信，他如此穿着的时候肯定会明白这样的一个道理：这样的装扮会把全世界的目光都吸引到自己身上，从而会给印度伟大的解放事业带来帮助。

我完全没有必要解释为什么能够运用这种力量的人都可以成为风云人物。假如你能够把这种力量运用到自己的生活中去，你就会惊奇地发现，这样的力量会让你在亲朋好友中显得卓尔不群。你的朋友们会敏锐地发现，你的自我意识和言谈举止都显得与众不同。这并不意味着你会四处卖弄，也不意味着你会试图吸引别人的注意，只会代表着你会开始展现真正的自己，代表着你将利用属于自己的一切机遇，代表着你将不再墨守成规和妄自菲薄，代表着你将开始取回本应属于你的一切。假如你能够早一点懂得如何释放生活中的 TNT，这一切早就应该为你所有。

亲爱的朋友们，请你一定要记住，在这个世界上，永远不要甘当一枝枯萎的紫罗兰，而应该尽可能地为自己赢取人们的认可和尊敬。

有一句谚语说：“建在山顶上的城市，人们是不会看不见的。而点燃蜡烛却不露锋芒的人，迟早会有出人头地的那一天。”

还有一句是这样说的：“生活的真谛仅仅为那些准备接受它们的人所知。”

把内心的力量用于作恶的人，往往只能给自己带来厄运。假如你仔细地观察一下历史，你就不难从中找出那些人。

给予多少就能收获多少，并且分毫不差，不多不少。这话是一句古训，却还强调得不够。如果我们能够时刻心怀善念、锐意进取、尽力行善的话，我们就同样可以得到那样的回报，因为“人种下什么，就会收获什么”。

TNT 是我们体内的一种可以震撼世界的东西，可是，它到底是什么东西呢？它就是存在于每个人内心中的力量。假如你想在这个世界上有所作为的话，就必须学会运用它！

现在你明白了吗？在你的“自我”之外还存在着一个“高我”，换句话说，在你的内心深处始终存在着一种潜在的力量，如果你能够在有意的控制下把这些能量释放出来，那么，不管你所面对的困难是来自经济上、身体上、精神上还是灵魂上的，它都会帮助你从容面对，突破一切障碍，帮助你在任何条件下战胜所有的困难。

假如你已经有了一个既定的目标，那你就应该首先为自己描绘出一幅精神的图画。这样的图画来源于你對自己潜意识的指挥，如果能够用对自己的信心和对上帝的虔诚来把它引爆，那么，它就会产生出一种从未有过的猛烈力量。

对这种内在的力量拥有着足够的信心，那么，不管你所描绘的是什么样的景象，只要是合情合理的，都能够在生活中把它们变为现实！

现在你了解了吧，这便是你内心中的 TNT，它是你对所追求的既定目标的精神画面，以及相信自己最终能够得到它、实现它的信心！

这一过程是如此的简单，简单得甚至让无数少男少女都不敢去相信它，不愿意花费自己的时间去了解它，他们宁愿保持错误

的思想，宁愿固执地用脑袋去撞击蒙昧无知的“石墙”，宁愿一如既往地为自己制造形形色色的悲剧，宁愿承受经济上的损失和身体上的伤害。

同时，请你们千万不要忘记，整整 30 年，我的口袋里一直装着那一小把 TNT，它始终伴随着我在人生的道路上不断前行。我知道这是一种可以把自己从不理想的世界中拯救出来的力量，而我所需要做的就是尽自己的全力去抓住它、支配它。我比周围那些幸福和成功的人们知道得更早且更多。其实，他们也想让自己成功地运用这种力量，甚至还恳求我能够分给他们一点。但我却始终以为，仅凭借着自己的力量就能得到它了；你想得到它，不仅要靠信念的作用和某种神奇力量，而且还需要极佳的运气。要知道我曾经一次次地与真理失之交臂，这让我曾怀疑过，曾冷笑过，而正是这种态度让它对我拒而远之。

你不要像我以前一样，不要像我那样厌倦生活，不要像我那样悲观失望。亲爱的朋友们啊，请把你那装满思维的口袋好好整理一下吧，努力地去寻找 TNT，它就在那里等待着你。

你说什么？你已经找到了一根雷管？好极了！警告信号已经发出，就从现在开始吧！你要一步一步地向下进行，小心翼翼，如履薄冰，在潜意识里为自己的第一次爆炸做好充分准备。这将是一次伟大的爆炸，它将把你思想里的全部错误一并轰走，它将为你打开一条改变你人生的通道，而你的整个生命历程也会因此而更加完善。



第 02 章

神奇的 TNT 法则

它可以使你赖以存在的基础摇摇欲坠，它可以把你错误的旧观念彻底摧毁，而代之以全新的观念，它将从你的生活中把恐惧和忧愁彻底消除，而且会把你由来已久的紧张压力也一并除之。它会抚慰你那烦躁不安的神经，让你重拾自信，它会让你拥有一种更加积极的人生态度，让你能够正视多年以来避之唯恐不及的事！

*TNT: The Power
Within You*