

你是自身命运的主宰 你能创造并改变世界

TNT: THE POWER
WITHIN YOU

引爆你心中的 TNT

[美] 克劳德·布里斯托◎著 庞中辉◎编译

全新实用版 Practical version of the new

从摩西到甘地，从亚历山大到林肯，
从莎士比亚到爱迪生

全世界所有成功人士都在运用的力量
让梦想成为现实的终极密码

引爆你心中的TNT

TNT: THE POWER WITHIN YOU

[美] 克劳德·布里斯托◎著 庞中辉◎编译

图书在版编目 (CIP) 数据

引爆你心中的TNT / (美) 布里斯托著 ; 庞忠辉编译. --北京:
新世界出版社, 2012.12

ISBN 978-7-5104-3347-4

I. ①引… II. ①布… ②庞… 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250141号

引爆你心中的TNT

作 者: (美) 布里斯托著 庞忠辉编译

责任编辑: 于海英 杨艳丽

责任印制: 李一鸣 黄厚清

出版发行: 新世界出版社

社 址: 北京市西城区百万庄大街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: +86 10 6899 6306

版权部电子信箱: frank@nwp.com.cn

印刷: 三河市骏杰印刷厂

经销: 新华书店

开本: 710×1000 1/16

字数: 330千字 印张: 18.25

版次: 2013年1月第1版 2013年1月第1次印刷

书号: ISBN 978-7-5104-3347-4

定价: 29.80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

译者序

众所周知，有一种叫做TNT的烈性炸药，其威力可谓是强大无比。然而很少有人知道，我们每个人的内在世界里，同样隐藏着一种如TNT烈性炸药般具有无限威力的神奇力量——心中的TNT。只要你懂得如何运用它，并且将它用在好的方面，它就会帮助你炸开一切障碍，将所有你想要的东西吸引到你身边。

著名成功学大师克劳德·布里斯托花了将近30年的时间才发现这个秘密。他运用这个秘密使自己走上了成功的人生大道。听说朋友们在运用这种能力都有很大进步以后，布里斯托决定将这个最神奇的秘密公开，告诉每一位渴望拥有成功、健康和幸福生活的人，希望他们同样能够运用这种力量改变世界。于是，我们的手中就有了这本充满智慧与力量的《引爆你心中的TNT》。

本书自从问世以来始终位居畅销书行列，并已经成功激励和改变了数百万人的人生。引爆TNT，它就会像曾经、正在或者即将为他人创造奇迹一样为你创造奇迹，震撼你的整个世界，彻底改变你的生活。

在阅读各类成功学书籍、哲学以及心理学作品时，布里斯托发现了一个历代成功人士都在强调却并不为世人所熟知的成功法则——同性相吸法则。即无论你内心想要什么，只要你在脑海里描绘它已经成为现实，并对这些抱有坚定不移的信念，孜孜践行，TNT就会将你所想要的一切或者所需要的一切吸引到你的身边，帮助你将美好的愿景变为现实。

相信有些人可能对此仍有所怀疑：这个世界上渴望成功并且相信自己能够成功的人那么多，为什么最终获得成功的人那么少呢？解答这个问题并不困难，我们可以从一则故事中获得启发。

有个小镇很久没有下雨了，于是，当地的牧师召集大家到教堂做祷告。

来做祷告的人很多，大家都很虔诚，在人群中有一个不起眼的小女孩，也在那里虔诚地祷告。

牧师并没有注意其他人，唯独把目光集中在小女孩身上。他用手指着小女孩的方向，对大家说：“今天大家做祷告求雨，都很虔诚。但最虔诚的是这位小女孩，因为唯有她带来了一把伞。”

小女孩的行为值得我们深思：当我们一直相信自己能够获得成功时，是否就像它马上就要成为现实那样相信呢？《引爆你心中的TNT》告诉我们，渴望与坚定不移的信念，并不是我们期待着某件事情的发生，而是等待着某件事情发生，就像某件事情真的成为现实一样。

布里斯托还在书中告诫我们要利用敲、敲、敲的力量，就是不断在内心重复描绘自己想要的东西，这样TNT所具有的磁性将会加强，使我们更容易获得成功。

《引爆你心中的TNT》将会带你随着大师的脚步认识TNT，了解TNT，掌握TNT，最终引爆TNT。它会为你提供解决所有问题的方法，帮助你克服前进中所有需要克服的困难，为你吸引任何你想要的东西，把你的所有梦想变成现实。

TNT，这种隐藏在每个人内心中具有强大威力的力量，它将像曾经震撼无数人的世界一样震撼你的世界，它将带给你内心长久的激荡，让你从普普通通的生活跃升到成功的巅峰。不要再让TNT闲置在你的心中了，翻开这本书，马上行动吧！

记住：你不仅仅是阅读这本书，而是要研究这本书，实践这本书！

第一章 TNT：内心的伟大力量

每个人的内心深处都有一种伟大的力量，你却没有发现它。从现在开始，不要让恐惧限制你的思维，开始了解自己内心中的TNT吧。你要为引爆它做好准备，它的剧烈爆炸不仅会改变你的想法，还会改变你的整个世界。

寻找你的TNT /2	你在害怕什么 /2
打开精神之窗 /3	集中你的精神 /4
正确的永远是正确的 /5	找准自己的定位 /5
视觉化你的力量 /7	
【延伸阅读】TNT存在于每个人心中 /9	

第二章 TNT正在改变世界

很久很久之前，很多伟大的人物就已经知道“同性相吸”的真理，并且有无数人已经运用这一原则极大地改变了自己的生活。你要了解这一真理，牢牢地记在心里，在现实生活中使用它，因为它具有改变一个人命运的能力。

集中精神去思考 /13	人是最高贵的生命体 /14
描绘你的精神图景 /15	描绘的神奇力量 /16
吸引积极想法，击退消极想法 /18	
【延伸阅读】灵活运用TNT的力量 /19	

第三章 唤醒你心中的TNT

TNT已经做好准备，随时会像曾经为其他人服务一样为你服务。唤醒你心中的TNT，它会帮助你克服眼前的一切困难，帮助你走出生命的低谷，帮助你重新树立强大的信念。不过，你还需要明白，永远都不要只是去浏览这本书，而是要一字一句地研究这本书。

克服一切困难 /22

如何树立信念 /23

勇往直前地奋斗 /24

激励自己重新振作 /25

研究而非阅读 /28

【延伸阅读】始终关注你的TNT /29

第四章 停下→思考→自我分析

无论在什么地方，“同性相吸”的原则都能使用。好的永远吸引好的，坏的永远吸引坏的。在使用这一原则之前，你首先要知道自己究竟想要什么，不要让自己的思维受到错误的想法或者陈旧的思想的限制，否则，你很难运用自己的思维吸引到自己真正想要的东西。

唤醒沉睡的自我 /34

认清你的错误 /35

不要再流眼泪 /36

为可能发生的事做好准备 /38

超越思维的限制 /38

真诚地面对自己 /39

【延伸阅读】认识你自己 /40

第五章 描绘成功的精神图景

详细而具体地描绘自己想要的东西——那是一幅美丽的精神图景！只要这幅精神图景与内在的创造力联系起来，无论你描绘的是自己喜欢的东西还是自己恐惧的东西，内在的创造力都会为你吸引与之类似或者相关联的所有东西。你在头脑中、心里描绘什么，就会得到什么。

创造力犹如磁石 /43

随时保持警惕 /44

学会放松 /45

展现你的思维图景 /46

当机遇来敲门 /48

【延伸阅读】做自己喜欢的事情 /50

第六章 梦想成真的秘密

永远都不要怀疑梦想的力量。当你拥有一个愿意为之付出努力的梦想时，内在的创造力已经准备为你吸引与实现梦想有关的所有东西。这时如果你放弃了梦想，你的所有设想就白白浪费了。树立坚定不移的信念，相信任何梦想都会变成现实。

开启思维之门 /53

必须拥有坚定不移的信念 /54

梦想决定你能走多远 /57

【延伸阅读】不要让别人偷走你的梦想 /59

第七章 敲——敲——敲

敲——敲——敲，集中自己的精神力量，不断反复地敲击，无论什么阻碍都会被你敲破。只要你能够不断向内在的创造力敲击、传递、灌输自己的精神图景，内在的创造力所形成磁场的力量就会越强，你实现自己目标的可能性就会越大。

集中精神的方法 /63

坚定内心的信念 /63

【延伸阅读】专注的力量 /65

第八章 倾听内在的声音

如果你能够让自己的身心安静下来，你就有可能听到“来自内心的声音”。这些声音会给你最准确的指示，帮助你在迷茫的时候寻找到前进的方向，在陷入困境的时候找到解决问题的方法。跟随来自内心的声音，你会找到你想要的一切。

爱迪生是如何做到的 /68

识别内心真正的声音 /69

跟随内心的声音 /71

内心的声音不是语言文字的表达 /72

【延伸阅读】在独处时倾听“来自内心的声音” /73

第九章 确定自己的目标

确定自己究竟想要什么，然后就勇敢地行动吧。盲目等待以及优柔寡断只会为你带来更多的麻烦。内在的创造力就像一块磁铁，唯有你的目标能够赋予这块磁铁磁性，从而吸引有利于自己实现目标的事物。否则内在的创造力就会随意吸引任何你可能想要的东西。

决定后就要行动 /77

不要抱怨命运 /78

决定最有吸引力 /79

优柔寡断的恶果 /80

现在就做出积极的决定 /80

【延伸阅读】确立值得超越的目标 /82

第十章 记下你所想要的

用笔记下你所想要的，然后不断地反复阅读，直到这些深深刻在你的脑海里。一次又一次地在内心描绘这些精神图景，直到它们变成现实为止。在这个过程中，你还要保护自己的精神图景不受到错误想法的侵害，始终让积极的、正确的想法引领内在的创造力。

植入你的精神图景 /85

守护你的精神图景 /88

【延伸阅读】生命清单 /89

第十一章 信念的魔力

如果你很客气地对待别人，给别人一个微笑，对方同样会客气地对待你，给你一个微笑。内在的创造力同样如此。如果你愿意相信内在的创造力，它就会为你回馈你所想要的一切。如果你放弃了对内在

的创造力的信任，你也只会一无所得。

激发信念的巨大威力 /93

信念创造的奇迹 /95

【延伸阅读】拥有属于自己的信念 /97

第十二章 “我一定能做到”

积极的想法会为你吸引积极的结果，消极的想法会为你吸引消极的结果。永远不要让自己的意识中既存在积极的想法，又存在消极的想法。统一你的精神力量，坚信自己能够做到某件事情，这件事情就会成功。

统一精神力量 /101

注入“我能”的力量 /103

【延伸阅读】你可以改变命运 /105

第十三章 战胜恐惧与焦虑

想要战胜恐惧与焦虑，最好的方法就是不再描绘与恐惧和焦虑有关的任何精神图景。因为内在的创造力会将精神图景里的任何事情都吸引过来。不要去恐惧任何事情，也不要为任何事情焦虑，这样你才能够保持积极的精神图景，并且拥有健康、幸福的生活。

驱除恐惧的精神图景 /108

一定要坚持下去 /110

光明与疾病 /111

战胜内心的恐惧 /112

【延伸阅读】唯一值得我们恐惧的就是“恐惧”本身 /113

第十四章 潜意识的力量

潜意识是你最忠实的仆人，它会全心全意地为你工作，忠实地执行你的每一项指示，并且帮助你维护身体的正常运行。潜意识中的超感知能力还能够帮助我们与他人建立更为紧密的联系，让彼此的关系更加亲密。

潜意识影响人的身体 /117 了解超感知能力 /118

你也能拥有这种力量 /119

【延伸阅读】提升潜意识的能量 /121

第十五章 用精神疗愈一切

精神与身体之间的联系非常紧密，错误的想法和消极的情绪是身体状况欠佳的根源。我们可以通过积极的想法，描绘健康的精神图景来帮助我们治愈身体的疾病，还可以通过将这些想法、精神图景传递给其他人来帮助他们治愈身体疾病。

爱的疗愈力量 /125 精神为你疗伤 /126

相信，就会实现 /128 精神疗愈的奇迹 /129

【延伸阅读】用自信的精神疗愈自己 /131

第十六章 用暗示导引一切

暗示的力量可以轻易影响我们，即使在睡梦中也依然如此。暗示能够点燃内心的激情，让我们成为自己想做的人，也会在无形中影响到周围的人。我们要正确看待暗示的作用，避免消极的暗示破坏我们的生活。

暗示的强大力量 /134 点燃热情的火焰 /137

暗示对孩子的影响 /137 暗示正在睡觉的人 /139

做你想做的人 /140

【延伸阅读】创造力的心理暗示 /141

第十七章 滥用TNT的危害

任何时候，我们都应该小心地使用TNT的能量，滥用TNT会给我们带来破坏性的结果。想要用TNT的能量去破坏其他人，那么，这种影

响最终也会回到你的身上。因为根据同性相吸的原则，你相信什么，什么就会被吸引到你的身边。

走好前进的每一步 /144

自私的想法导致灾难 /145

请合理运用TNT /146

【延伸阅读】克服不断重复的错误 /147

第十八章 运用TNT的疑惑与解答

很多渴望了解并使用TNT的人心中可能还存在着一些问题，其中的一些问题是很多人都会遇到、都渴望获得解答的。具有代表性的一些问题会在这一章中统一作出解答，希望能够增进你对TNT的了解，帮助你更好地运用TNT的能量，改变自己的生活。

如何远离外界的干扰 /149

想象力改变生活 /151

回归精神的原乡 /156

【延伸阅读】不要自我设限 /160

第十九章 与别人分享你的好运

与别人分享关于TNT的一切，可以让你们形成一个团体，对自己想要的东西拥有更大的吸引力，也可以让其他人指出你的缺陷，使你取得更大的进步。更重要的是你给予别人好处，往往会收获几倍的回报。

团队协作增强吸引力 /163

与朋友一起收获成功 /165

【延伸阅读】分享收获成功 /166

第二十章 现在就去行动吧

你还在犹豫什么，赶快开始行动吧！你心中的TNT已经等待这一刻很久了。你已经掌握了最神奇的秘密，现在就去开启通向成功、健康和幸福的大门吧！

不要再犹豫了 /169

改变整个世界 /170

【延伸阅读】马上行动起来 /171

附录 《引爆你心中的TNT》英文原文 /173

第一章 TNT：内心的伟大力量

我会把这本书放在像你这样想要成功的人面前。我并不会担心这么做有什么不好，因为只要你能够理解并且愿意接受它，这本书会完全改变你的生活——给你带来健康、财富、成功和幸福。

TNT是一种危险的烈性炸药。无论是靠近它、捧起它，你都需要特别小心。几个世纪以来，这种烈性炸药的威力已经使那些企图滥用它的人受到了惩罚。我们只能正当地使用它，并且只能用它来做好事。

这种威力可以从《圣经》、某些物理学定律以及一些普通的常识中得到证明。如果你的内心里依旧有些怀疑，那么，请亲自阅读这本书，看我是否能够证明我的观点。

我们身边的一些人可能只会看到精神层面的东西，另一些人则能够从中发现科学真理，还有一些人可能只是把这本书当做帮助自己通向成功的捷径。你同样可以按照自己的心意来阅读这本书。多数人会掌握其中的道理，而你将敞开胸怀让耀眼的光芒照进心里。

我非常感谢我的一位忘年之交，他是X射线以及电子高频仪方面的专家。有一次做电学实验时，他叫上了当时还是孩子的我，告诉我注意观察口袋里一小块威力巨大的TNT。那时的我还不知道TNT是什么，更不知道它有多大的威力，幸运的是，那一小块炸药许多年来一直都在我的口袋里。当时，他并没有告诉我那是什么，因为他知道当我准备好时我就会去接受它。接受它花费了我将近30年的时间。在这期间，我一直在探索着这个秘密——TNT。

我的口袋里始终有一小块TNT，然而，现在我紧紧抓住它，试图把它分成更小块。如果能够合理利用TNT，它将为我们的炸开前进路上的一切障碍，帮助我们铺平那条自己盼望已久的道路——让自己不断求索的人生大道。

寻找你的TNT

很多年来，我一直都是一名报纸记者，在幕后默默工作。我见过伟人，采访过名人。当然，我总是在研究他们，试图从他们身上找到让他们出类拔萃的特别品质。然而，我从来没有找到我想要的答案。

第一次世界大战爆发以后，我又在思考为什么别人都在进步，而我似乎停留在某个阶段不再前进。在这场战争中，我学会了很多，我已经可以睡在泥淖里，啃着发霉的面包，还能积极追求进步。这就是TNT发挥的作用，请记住我所得到的教训。TNT帮助我击败所有人都拥有过的恐惧，而我相信它也同样会帮助你。

由于渴望寻找一条通往未来的光明大道，我阅读了上百本所谓“教你如何成功”的书籍，结果一无所获。同时，我还读了很多哲学以及心理学方面的书籍，可是依然无法触及那个伟大的秘密。我曾经加入神秘的“兄弟会”，同样空手而归。可是，就像我口袋中的那一小块TNT一样，成功的秘诀无处不在，它甚至就在我的眼前，只是有什么东西阻止我找到它而已。

如果你没能找到它，你就必须搞清楚是什么东西将你与它隔开。成功的秘诀始终都在那里，如果你没能从印刷的文字中找到它，你不妨去一行行文字的中间寻找，而我会竭尽全力帮助你。

你在害怕什么

第一次世界大战结束以后，我加入了海岸投资银行组织。这些年来，我像无数其他行业的人一样拥有自己的梦想。然而，我忽然发现内心深处的那个梦想实际上并没有扎实的根基。梦想的空中楼阁随着现实中翻天覆地的变化被彻底毁灭了，于是我害怕了，迷茫了。无论走向何方，我都害怕有什么东西会从上天掉下来砸到自己。

作为所在组织的经理，我肩负很多责任。席卷全球的经济危机同样使我所在的行业面临危机。这场灾难使整个商界受到沉重的打击。许多人并未认识到这场危机

究竟有多么严重。这一切所带来的忧心忡忡让我度过了很多个不眠之夜。我发现自己害怕工作，每天的工作只是让我感到更加痛苦。

时间一天一天过去了，我们的处境依旧没有任何好转。有好几次我都考虑到了跳槽离开。1931年6月的一天，我终于下定决心离开。我告诉了一位与我交往多年的女士，而我从她那里唯一得到的类似回复的东西只有她眼神中的责备。

那晚准备入睡时，我发现自己又一次失眠了。于是，我只好在地板上来回不停地踱步。几个小时以后——到了第二天凌晨三点半左右，我突然停下脚步，问自己的内心，我是否可以扔下其他人自顾自地离去，把所有的烦恼都留给我的同事们。或许我应该留下来，与他们共渡难关，这是我的责任。

我大声对自己说：“正确的就是正确的，永远都是正确的，永远都不会变成错误的。”这个道理从我还是一个孩子时便已经懂得了。

忽然，我又看到了光明。

打开精神之窗

一个声音从远处传来：

“这些年你一直在寻找什么？你被教会了什么？你都学到了什么？你从哪里来？你想到哪里去？”

我一下子站起来，哭喊道：“我现在明白了，这就是奥秘。这就是他们企图教给我的真理。这就是世界上最宝贵的秘密。”

我知道我可以从一本早年得到的书中知道这些话，当时我并没有读懂书中的道理，最后只好把这本书放到一边。这本书的作者是伟大的艾伯特·派克，他是一位神秘主义者，一位诗人，同时也是一位学者。我兴奋地从书架上找到这本书，激动地翻看起来。这些话就在书中，而且我马上就读懂了。

现在，我拥有了打开奥秘之锁的钥匙。在我眼前是一条宽阔平坦的大道，路的尽头，有一行行闪着耀眼金光的字：

“这是你正在走的路。你过去一直都很愚蠢！它们试图给你教诲，它们试图给你帮助，而你却始终紧闭自己的精神之窗，以为仅凭自己便能找到通往成功和幸福的道路。”

内心的喜悦几乎将我淹没，恐惧和担忧也随之消失了。我知道自己做得对，知

道从现在起一切都会变得越来越好。之后，我就像一个婴儿那样沉沉地睡去。

那天办公室里的气氛发生了很大的转变，一直在我们头顶盘旋的令人压抑的乌云逐渐散去。我把一切告诉了那位女性朋友，正如我预料到的那样，她给了我一个会心的微笑。她让我重新回到自己该在的位置，而我一直都没有回报她什么。

一位哲人曾经说过：“我们生来就具有辨别是非的能力，也都有能力获得成功。可是，我们如果是硬着头皮冲向前方的石墙，哪怕撞得头破血流，也未必能够真正懂得石墙的意义。”

正如哲人说的那样，我也曾经重重地撞上那堵墙，而这是一生中最值得庆幸的事情。

很多人注意到我的改变，询问我出现这种情况的原因。我将这个秘密告诉了几位亲密的好朋友。而在知道它对他人也有所帮助以后，我决定告诉你们每一个人。

集中你的精神

每次只做一点非常小的改变就可以。TNT就像一小滴水，集中落在一个地方，它便会在不断的击打中敲碎由恐惧、疑虑和偏见所形成的磐石，为新的想法、新的理念、新的道理腾出空间。

集中精神就是一次又一次不停地敲击。这是你敲击心灵之门的机会。打开你的内心，让这种感悟可以走进来。

从我决定将自己的TNT传递给每一个人起，它就开始被数以千计的个人、公司和组织所应用。此外，我还通过谈话和演讲的方式，面对面地或者通过广播向他人传递TNT的奥秘。现在我可以非常开心地说，那些领会并运用我所介绍的原则和方法的人，都取得了显著的成就。

你可能瞬间就能领悟，也可能要花一点儿时间。你要时刻为敞开心灵做好准备，以便这种你始终拥有的力量能够经常发挥作用。不过，你不能使用得太频繁或者试图逼迫它听从你。你要相信这样的道理：这种力量是无处不在的，而且任何人都可以掌握它。

当我觉醒的时候，整个组织的士气处在最低潮，所有人都感到莫名的恐惧。对于当时的形势，我们需要进行一次面对面的交流。