

图书在版编目(CIP)数据

世界上最伟大的成功书 / (美) L.罗恩·贺伯特著. —北京:
中国和平出版社, 2006.9
ISBN 7-80201-501-4

I.世… II.贺… 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 (2006) 第 113585 号

The Scientology Handbook By L.Ron Hubbard

Copyright © 2004 L.Ron Hubbard Library

Simple Chinese copyright © 2006 by Beijing Zhongzhibowen Book Publishing Co.,Ltd.

Simple Chinese language edition arranged through Beijing International Rights Agency Co.,Ltd.

ALL RIGHTS RESERVED

著 者: (美) L.罗恩·贺伯特

编 译: 陈荣赋 王 焰

责任编辑: 黄建祖

装帧设计: 施凌云

美术编辑: 刘增权

设计总监: 子 木

世界上最伟大的成功书

出版发行: **中国和平出版社**

地 址: 北京市西城区鼓楼西大街 154 号

邮政编码: 100009

发 行 部: (010) 84026161 84026019

网 址: www.hpbook.com

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京中印联印务有限公司

开 本: 720mm × 980mm 1/16

印 张: 27.25

字 数: 268 千字

版 次: 2006 年 10 月第 1 版

印 次: 2006 年 10 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 7-80201-501-4/G · 378

定 价: 38.00 元

版权所有 侵犯必究

(本书如有印装质量问题, 请与我社发行部联系退换)



前 言

成功,是每个人都梦寐以求的,然而,多少人在不断地努力甚至付出高昂代价后却仍然与成功失之交臂,于是他们常陷入极度的迷惘和困惑,慨叹命运的残酷、上天的不公,开始愤世嫉俗,怨天尤人,结果是“刘郎已恨蓬山远,更隔蓬山一万重”,更与成功无缘……成功固然离不开勤奋,但还有更深层、复杂的因素在里头,如心态、机遇、人际关系等。读过本书你就会有所领悟,找到自己真正的问题所在,及时完善不足,长风破浪,到达成功的彼岸。

本书脱壳于美国思想家罗恩·贺伯特的山达基哲学,山达基哲学产生于20世纪60年代,是贺伯特先生通过对世界的长期细致观察,直击人类生活的内核,分析社会弊病,在此基础上总结出的一套人生处世哲学。短短50年里,山达基哲学已在世界各大洲广为流行。全球现有800万山达基成员,有企业家、艺术家、学者、国际名人,还有军人、医师、警察、家庭主妇、学生、劳工以及其他各行各业的人士,每一个角落都有山达基人。全球共有数千个机构、中心与团体,分布在全世界154个国家,每天都在接触数百万慕名而来的人们。

作为一门应用哲学,山达基包括了所有生活问题的解决之道,帮助人们改善生活、改善环境以至改善整个世界,它为人们走向人生成功和事业辉煌开辟出一条循序渐进的精确道路。因为山达基所提供的,是数百万人生活所

不可或缺的技术，这更确保了他们存在于社会的价值。也因为山达基，数百万的人们了解到生命是可以很有价值的，人们可以和谐地与他人相处，过着充实的人生，而地球也可以成为更快乐的地方。可以说山达基哲学是一套经世致用技术，是人们走出一个美丽人生、建立一个美好世界的实用指南。

本书呈现给读者的不是象牙塔式的单纯理论，而是罗恩·贺伯特立足实践，在透视和研究人类心灵及灵魂之后总结出的一套有利于人们改观生活、博取成功的实用知识，从自身学习、人际沟通、疾病援助、药物应用、人格修缮、心理健康、环境安全、婚姻情感、子女教育、职场公关等诸多方面作了分析，提供给我们一些快乐生活和成功人生的基本法则，让我们在现实生活中提高修养、完善性格、与人为善、提高效率，更充分地实现自己的社会价值和自我价值。

在当今“构筑和谐社会”的宏伟蓝图感召下，在人类向更文明更高尚发展的必然趋势下，许多人都想帮助别人让他更快乐，团结他人让自己更成功。你掌握了这些知识，就拥有了改变现状的利器，你就可以用它来真正帮助自己和他人，用这些行之有效的方法来改善周遭的状况，解决生活和事业上的瓶颈，化解人与人之间的矛盾与冲突。让你生活的社会更秩序井然、朝气蓬勃，让你所在的世界更热情洋溢、欣欣向荣。

《世界上最伟大的成功书》帮助我们认识自我，挖掘本真，构建理性化的社会人格，它让我们明白：社会上的每一个人都是一个精神实体，有能力去选择，并且有权利去渴望较高的智慧。当前竞争如此激烈，畏缩悲观只会被社会所淘汰，成功就是与世界同步，与时代齐驱，就是成为这个世界最真挚的朋友。那么，从这本开启你智慧、发掘你潜力的成功书中汲取营养，在成为这个世界最真挚的朋友前先成为你自己的朋友。



Content

目 录

第一章 学习技术 1

在学习技术中，若缺乏了实体物，学习对学生而言便十分艰困。

为什么要学习	2
学习障碍	4
清字	11
清字法	13
应用学习技术	21

第二章 生存的动力 27

生存的全部就是动力，是唯一的动力。一个人可以从他参与各种动力的程度中看出他的能力和缺点。

人类的目标	28
生存的动力	29

第三章 了解的构成要素 37

了解是由亲和力、真实性和沟通组成。这三个因素被称为 ARC 三角形。这三角形是生活上人际关系的基础，是所有生命活动的共通点。

亲和力、真实性与沟通	38
------------------	----

ARC 三角形	43
如何使用 ARC 三角形	45

第四章 情绪等级表 49

情绪度等级表用来显示一个人会经历的各种情绪状态。熟练地运用此情绪度等级表，可以让你从各种蛛丝马迹中预测及了解人类的行为。

情绪度等级	50
贺伯特人类评估表	59

第五章 沟通 69

沟通就是从来源点发出一个意念或粒子，越过一段距离抵达接受点的想法和行动，并有意图地让接受点复制和了解从来源点发出的意念或粒子。

什么是沟通	70
沟通的要素	71
双向沟通	75
沟通训练演练	79
当教练	92
沟通就是生命	98

第六章 如何化解冲突 101

一般人相信争斗需要两个人才可能造成，但让冲突真正爆发的却是存在的第三者。隐藏在台面下的第三者，有时候表面上看起来是某一方的支持者，但实际上却是真正的煽动者。

第三者定律	102
-------------	-----

第七章 压抑的来源 111

由于人们天性既不勇敢也不镇静，因而在某种程度上，会对危险人物保持警觉的倾向，所以猎捕女巫的行为就可能产生了。社会人格者有大多数的社会人格属性。

社会人格者	112
基本术语与定义	113
处理潜在麻烦来源者	116
关于PTS处理的进一步资料	120

第八章 面对危险环境的解决方法 125

在环境中总会有些事情是让人能够面对的，我们可以轻易面对而不退缩。对很多被环境压迫的人而言，这是一个基本解决方法。

危险的环境	126
混乱狂	128
减少威胁的方法	129
面对	133

第九章 疾病与受伤之援助法 139

援助法的主要功能是协助一个人自救，治愈他自己，或藉由被另一个人的帮助，来排除其加速产生或延长他的不良状况的原因，以及减低未来伤害到自己或维持在一个无法容忍的状况中的倾向。

帮助一个人治愈他自己	140
接触援助法	142
触摸援助法	144

神经援助法	148
身体沟通听析程序	150
定位听析援助法	151
如何让一个人清醒	152
无意识者援助法	153
援助法及其环境	156

第十章 药物毒品问题的解决之道 161

我们有一种很有效的方法来清除人体内的有毒物质，它就称为净化程序，它能使生活在充满毒性物质或化学物质环境下的人受惠。

隐藏在药物问题背后的原因	162
药物及其在心灵上的影响	164
帮助人去除药瘾	169
完全的解决办法	178

第十一章 人格的完美与诚实 185

人类的社会病态现象，最主要是由他个人的种种困难所组合而成。有效的处理方式，就是帮助这个人去处理他个人的种种困难，以改善他自己，并有改善他身为其中一分子的这个社会。

道德守则	186
辩解	188
不告而别	190
越轨行为—促犯动机序列	192
你可以是对的	194

越轨行为和隐瞒行为的书写	197
--------------------	-----

第十二章 品格与状况 205

品格是一个人与生俱有的,当它显露出来时,他会知道他有一个品格的盲点。在这个时刻,他开始试着让自己有品格。即使他缺乏真正的品格技术,但只要他能洞察并了解到长期生存的概念,他是可以成功的。

品格的基础知识	206
状况:运作的状态	207
生存的衡量:统计曲线	208
统计曲线——它们是什么	209
阅读统计曲线	211
统计曲线趋势及其解读	212
状况公式	217
完成状况公式	230
低于不存在的状况	231

第十三章 婚姻 237

婚姻是一种念力设定的关系。当人们对婚姻停止念力设定时,婚姻便不复存在,而不是当婚姻不复存在,人们便对婚姻停止念力设定。

何谓婚姻	238
婚姻中的沟通	242
夫妻争执援助法	244
维系婚姻	245

第十四章 儿童 249

教养孩子首先要考虑的问题是，如何在不伤害他们的情形下教导他们。不要用控制约束的方法来养育他，这样他才能拥有完全的自我。孩子良好的行为、健康和理性就是建立在这种教养方式上。

如何与小孩相处	250
配合孩子的意愿	255
处理孩子的沮丧与悲伤	258
健康宝宝	266

第十五章 职场的利器 271

任何知识都源自于一个资料。那就是它的稳定资料。一个稳定资料不见得要是一个正确的资料，它很简单，就是一个使事情不再困惑，并使其他事情互相协调的资料。

处理职场上的困惑	272
触及和离开	278
处理职场里的精疲力竭	280

第十六章 组织的基本原理 291

一个组织良好的团体所能够完成的工作是一个人所能完成工作的许多倍。因为它是被组织过的，使得一个团体比个人更不容易被打败。

组织	292
基本组织	293
组织与帽子	301
组织图	312

第十七章 标的与理想目标 321

不同的标的若没有设时间或没被鼎力完成或半途而废，计划案会因此而延长或过期。而败因仅仅是因为各种类型的标的没有被执行或维持。

管理等级表	322
实现计划	324
规划与计划案	327
撰写计划案的标的	330
计划和标的	333
战略计划	334
作战计划	338
规划计划案的格言	344

第十八章 调查 349

调查是仔细地去发现事实与事实的分类。在调查中，一个人会搜索和检查某件事情的细节，并企图确认事实，特别是企图去发现导因。适当的调查可以彻底查明一个人所面临的事件的真相。

调查与其应用	350
逻辑	354
数据与情况分析	364
熟悉感	367
调查行动	370
真正原因	372
进行一项调查	374
成功的调查	376

第十九章 公共关系的基本原理 381

公共关系基本上是利用某种想法来接近人们或取得人们的认同。一个人是否能成功地与他人打交道，在于他能否有效地运用他要他们怎么去想的想法去影响他们。

公共关系	382
遗失的组成元素	383
群众	384
问卷调查	387
如何处理谣言与造谣活动	392
缓和人际关系	398
公共关系的应用	402

附录 406

建立一个更美好的世界	406
字汇表	410

第一章

学习技术

花几分钟想想这个问题：在你的学校生涯中，有人真正教你如何学习吗？

现在很多学校的毕业生，在阅读或书写上无法达到一定的水平，以至于不能保有一份工作或处理自己的生活。这是个很大的问题，并不是他们无法学会这些事情，而是没有人教他们如何去学习。在所有教育体系中我们都忽略了这一步。

L. 罗恩·贺伯特提供了第一个、也是唯一的学习技术来弥补这个缺口。他发现了学习的基本定律和适合任何人应用的行之有效的方法，他称之为“学习技术”。

这些技术让我们对学习定理有所了解，并提供在学习过程中克服所有障碍的方法。

“学习技术”不是速读或记忆的小伎俩。那些小伎俩没有受到证实能够增强我们在学习时的理解力，或提升阅读书写的程度。“学习技术”教我们如何学习融会贯通，所以我们能应用它。

以上所包含的只是贺伯特先生“学习技术”整体理论的一部分。然而，这些简短的概要说明提供了重要基础，能让你更有效地学习。一旦应用这些技术，任何人都能学会做任何事。



为什么要学习

我们的社会不断强调教育的重要，但却从未有真正的学习技术或教育方式出现，这听起来很不可思议，但却是事实。我们的确有学校制度，但它与教育并没有多大的关系，它包含了如何上学，如何得到教导并且如何考试的方式，但却没有真正的教育或学习技术。没有这类技术，人们便发现要达成他们的目标困难重重。因此对任何人来说，知道如何学习是非常重要的。

想要开启学习之门，第一步就是要有求知的意愿。若做不到这一点，一个人就可能完全地陷入死记硬背、逐字学习的教育体系中，而无法从中获得任何知识。在这种体系下毕业的学生，只会像鹦鹉般呆板背诵，而无法融会贯通，或没有能力应用所学。

那么，学习的目的是什么呢？除非你认清这一点，否则你无法做出任何明智的行动。

有些学生为考试而学习。他告诉自己：“我应该把哪一段背下来才能回答这个问题”或“我如何才能通过考试”。这非常荒唐，但很不幸，许多大学生都这么做。

假设一个人盖房子盖了许多年，有一天来了一位助手，他在大学里受过建筑教育。他气炸了！受过几年学术式训练的学生竟对建筑一无所知，而有实际经验的人不知道为什么会这样子。

原因是这个人在大学研读所有的资料只是为了通过考试，而不是为了要真正盖房子。有多年盖屋经验的这个人就长远来说不一定比这个学生优秀，但无疑他懂得盖房子，因为他的学习是基于“我该如何把所学应用在盖房子上”这

一点。每当他拿到一张广告传单或文件或其他东西时，他在阅读的时候总是自问：“我该如何把它们应用在我的工作上？”

这就是学术派和实用派之间最主要也最基本的学习差异。

这就是实际上为什么有些人在毕业之后会失败的原因。

与其在读数据时想着：“这会考吗？”不如换个方式问自己：“我如何能运用这个数据？”或：“我如何真正应用它们？”这会使学习更有效果。

若一个人这么做，便能够从所学中获得更多收获，并能真正学以致用。

◎ 万事通学生

对学习这主题而言，首先要学的，并且是第一个要克服的障碍就是：“如果你一开始就认为你已经全都知道了，那么你就无法学习一个科目。”

自以为对一个主题什么都知道的学生，是不能从中学到任何知识的。

一个人可能因先前在某领域的成功经验，而对此领域感到熟悉并自以为什么都懂了。若他接触此领域的课程时，他只会透过“这些我全都知道了”这个框框来学习。

若一个人有这种障碍，那在学习过程中他只会停滞不前，无法有任何进步。

对任何领域的学生来说，都是如此。

若一个人明白在他学习的领域中，他尚未知道所有的事情，然后告诉自己：“这里有些东西可以学习，开始学吧！”他便能克服这个障碍并且有能力学习。

对于任何想学习的学生来说，这一点非常非常重要。假如他知道这点，并且应用它，知识的大门就为他敞开着。



学习障碍

然而，想成为成功的学生，单靠学习意愿是不够的。学习过程中障碍频生，学生必须了解如何有效地学习才能克服这些障碍。

我们已发现有三种明确的障碍，会阻碍人的学习能力，并因此而阻碍他受教育的能力。事实上这些障碍会制造生理及心理反应。

如果一个人知道并了解这些障碍是什么，以及如何去处理，他研读及学习的能力将能大大提升。

◎ 第一种障碍：缺乏实体物

在学习技术中，我们强调某件事的实体物和意义。实体物是指生活中具体的物体，意义则是指某事的理论或概念。

若缺乏实体物，学习对学生而言便十分艰困。

假设你在学习有关曳引机的技能，实体物就是指曳引机。你可以在一本教科书中学习到曳引机的知识、如何操作和不同的配备。就是说，你能学到所有的书本知识。但你能想像若你从未看过一台真正的曳引机，你的了解会多么有限吗？

这种缺乏实体物的学习，实际上会使学生有压迫感，可能使他觉得腰酸背痛、头晕目眩、死气沉沉、无聊以及烦躁易怒。

照片或影片会有帮助，因为它们代表了实体物的迹象。但若一个人在研读曳引机的资料，任何曳引机的纸上说明或再多的描述都无法取代一台真正的曳引机。

在无法获得实体物的情况下教导一个人，会造成他身体上的不适和分心的反应。

如果你尝试教导某人有关曳引机的一切，但不给他看曳引机，或是不让他体验曳引机的实体物，他的脸部表情就会像是被压扁了，同时感到头痛、肚子怪怪的。他会时常感到头晕及眼睛痛。

任何年龄的学生都可能遇到这种障碍。比方说：小强很不喜欢学校的算术课，你发现是因为他的算术题中需要计算苹果，但是他桌上没有苹果让他数。现在给他几颗苹果并一一标上数字。他面前有了一堆苹果，他便不用再凭空数苹果了。

从小强的例子中我们可以明白，问题是出在缺乏实体物，提供实体物加以补救，也可以提供一个合理的替代品。

这种学习障碍——学习一件事情而没有实体物在旁，将产生显而易辨的反应。

实体物缺乏的补救

既然并非每个人学习时都有实体物在手边，便发展出了用工具来弥补这个缺失的办法。此即为示范模拟。

“示范模拟”（Demonstration）这个字来自拉丁文，意指“指出、表现和证明”。

《坎伯斯 20 世纪大辞典》（Chambers 20th Century Dictionary）对示范模拟的定义为“以实际的方式来教授、说明或展示”。

一个人为了要有实体物，可以做示范模拟。其中一个方式就是用“示范模拟工具”。一个“示范工具”包含各种不同的物件，像是软木塞、瓶盖、回形针、笔套、橡皮筋等等。一个学生可以利用这种示范工具来呈现他所学的事物，并帮助从概念上了解。

如果学生遇到了不能理解的事物，示范模拟可以帮助他了解。

对任何事都可用示范工具来示范模拟，即使是想法、目标、人际关系或事情的运作方式。一个人只要使用这些小东西，来呈现他所学的事物的各个部分即可。根据彼此间的关系来移动这些物体，表现出一个特定概念的机制和行动。

另一种示范模拟的方式是绘图。

一个人坐在办公桌前要理清一件事情的头绪，可以拿一支笔和一张纸，画出那件事情的图或做出图表，以便获得概念。

有条规则是这样的，如果你无法在二度空间中示范模拟出某事，那你对它的了解就是错的。这是一个基于判断或谨慎的主观原则，但却非常有用。

此原则用于工程学及建筑学。假如不能简单明了地在二度空间中理出头绪，那当中必然有问题，也就造不出东西来。

绘图和二度空间的表现都是示范模拟的一部分，以及理清事情的方法。

第三个应用实体物来理清原理的方式，是用黏土来做黏土示范模拟（或称“黏土示模”），以表示一个概念或原则。

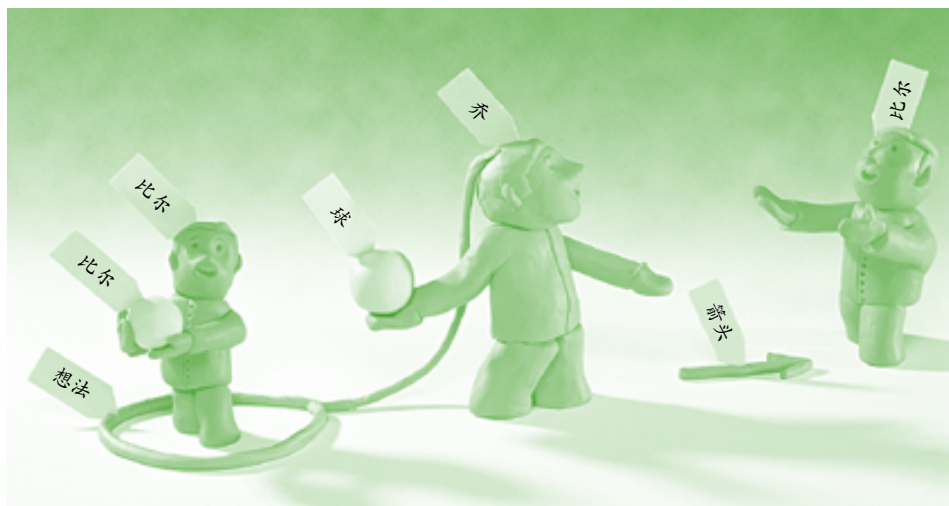
黏土示范模拟的目的是：

1. 使学生对正在研读的教材有真实感。
2. 在实体物与其意义间取得适当的平衡。
3. 教导学生应用。

黏土示范模拟整个理论，也就是增加了实体物。

学生都需要实体物来理解所学的事。若没有实体物，他只是有一些想法或概念，但若有了实体物，他则能真正了解，因为他有了质量与空间感，能将所学的东西具体化。

示范工具也具有同样的原理，但采用黏土示范模拟可更精确地表现事物，并提供更多实体物。



用黏土可示范模拟出物体、动作、想法、理念以及人际关系或任何其他等等。