

N.L.P. 激發潛能系列

9 再造能力的指南

# 複製卓越

## 烙印技巧

成功絕非偶然，  
複製卓越—烙印技巧  
任何成功、卓越的影像  
均能烙印到潛意識裏，  
使你於日常生活中，  
自然展現卓越非凡的能力。  
由淺入深的方法，  
將你的潛力化爲實際的成果，  
是一種技能速成法，  
能挖掘出人類才能的無盡寶藏，  
並加以開拓運用。

國際知名NLP治療師  
導師、暢銷作家

拉司黎·班德勒  
大衛·喬登  
邁可·利比亞／著

陳威伸／總審訂

顏湘茹／譯



**N. L. P.**

激發潛能系列 9

---

# 複製卓越——烙印技巧

---

著者：拉司黎·班德勒、大衛·喬登、邁可·利比亞

總審訂：陳威伸

譯者：顏湘茹

編輯：黃敏華、羅煥耿、賴如雅

美術設計：陳麗真

發行人：林正中

出版者：世茂出版社

負責人：簡泰雄

登記證：行政院新聞局登記版台業字第3208號

地址：台北縣新店市民生路19號5樓

TEL：(02) 2183277(代表) • FAX：(02) 2183239

劃撥：07503007 • 世茂出版社帳戶

電腦排版：辰皓電腦排版公司

印刷：長紅印製企業有限公司

初版一刷：1996年（民85）六月

---

## 合法授權 • 翻印必究

The EMPRINT Method

Copyright © 1985. Chinese language edition arranged with  
Real People Press with Big Apple Tuttle - Mori Agency,  
Inc. All Rights Reserved.

---

• 本書如有破損、缺頁，敬請寄回更換 •

定價：350 元

# N.L.P.

作者簡介

**拉司黎·班德勒**

(Leslie Cameron-Bandler)



**大衛·喬登**

(David Gordon)



**邁可·利比亞**

(Michael Lebeau)

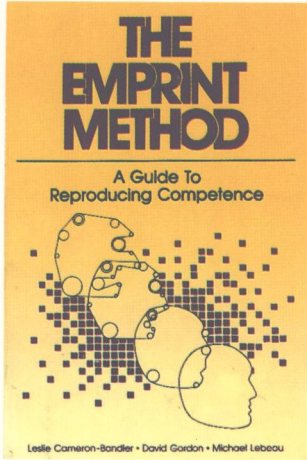
拉司黎·班德勒，為初期NLP創立前的小組成員之一，也是理查·班德勒的前妻。

她同時是國際知名的NLP治療師、暢銷作家、導師及NLP的早期共同發展者之一。也是心理態度模式化的創造者。曾幫助過成千上萬的人，讓他們達到更圓滿的性經驗及更豐富的親密關係。

她並夥同兩位早期的NLP發展小組成員—大衛·喬登、邁可·利比亞，他們共同著作了以下幾本膾炙人口、洛陽紙貴的NLP應用書籍，包括本書及《強化愛·性別和親密關係的解答》《複製卓越(一)—最佳未來的寫真》《紓解情緒》等書。

# N.L.P.

英文原書封面



## NLP激發潛能系列 特別推薦

- |                 |           |
|-----------------|-----------|
| ① 啟動潛能之鑰——西瓦心靈術 | N.T.\$180 |
| ② 催眠自我療法        | N.T.\$180 |
| ③ 心靈改造          | N.T.\$350 |
| ④ 改變你的未來        | N.T.\$250 |
| ⑤ 喚醒內在天才        | N.T.\$280 |
| ⑥ 瞬間親和力         | N.T.\$280 |
| ⑦ 你的身體相信你說的每句話  | N.T.\$290 |
| ⑧ 出神入化——催眠的最高境界 | N.T.\$340 |
| ⑨ 複製卓越——烙印技巧    | N.T.\$350 |
| ⑩ 改變未來續集        | N.T.\$290 |

## 讀者諮詢中心

自NLP激發潛能系列叢書出書以來，即引起國內外讀者的好評與迴響，本社為感謝讀者的支持，並秉持本社的出版宗旨——尊重讀者、出版好書，故特設讀者諮詢中心，由本系列叢書總審訂者——陳威伸老師義務為讀者服務。

因而，如果你有任何疑惑即可透過此諮詢中心洽詢。

洽詢地址：台北市民權東路三段58巷5樓之1

電話：〇二—五—五〇五六二

傳真：〇二—五〇五五四八四

## N.L.P.激發潛能系列叢書

---

- ①**啟動潛能之鑰——西瓦心靈術** 泰格·鮑威爾博士 / 著 定價180元  
茱迪·鮑威爾博士

如果你想征服世界，你必須先征服自己的心靈，作者以其對西瓦心靈術的學習經歷，提供你突破自我的技巧，並開發90%未用來的腦細胞，使你達致心靈和諧快樂、成功及美夢成真。本書目前已被譯成18國文字，有80個國家以本書教授，全世界有超過800萬人曾受西瓦課程訓練，因而這是一本活用的參考書。

---

- ②**催眠自我療法** 羅勃·法格 / 著 定價180元

本書的主旨在於以簡單的催眠自我療法，幫助你克服人生七種致命的態度，進而改變你的人生，催眠自我療法不僅簡單有效，更讓你掌握自己的健康與幸福，作者的妙筆將提供你一個可靠、動人的方法，你不妨一試，它的效果會讓你出乎意料哦！

---

- ③**心靈改造** 康尼瑞兒·安祖博士 / 著 定價350元  
泰瑪拉·安祖碩士

人生不如意事十常八九，如何化阻力為助力呢？本書心靈改造即將內心的最低潮轉化成一股強而有力的助力，激勵你迎向嶄新的人生，使你改造心靈脫胎換骨。

---

- ④**改變你的未來** 理查·班德勒 / 著 定價250元

本書作者為N.L.P.創始人理查·班德勒，在本書中，他將開啓一道門，讓你可以有實用的新方法去了解你的心智是如何運作的。更重要的是，本書教給你一些很簡單的具體原則，你可以用它來「駕馭你自己的頭腦」。它教導你如何改變不喜歡的經驗，更進一步增進你對生命的感受。

---

- ⑤**喚醒內在天才** 派翠克·波特博士 / 著 定價280元

在日益競爭的強勢社會中，你是否也會有低潮、失敗、不如意時，本書獻給想改造自我、突破現狀的每一個人，這本派翠克·波特博士最暢銷的代表作，將喚醒你沈睡的潛能，使你擁有如愛因斯坦般的智慧，並展現天才的本能。

---

## N.L.P激發潛能系列叢書

---

⑥瞬間親和力 邁克·布魯克斯／著 定價280元

本書為美國財星雜誌前五百大主管中的數百名所使用的技巧，它呈現給你增進溝通的全新面貌——瞬間的魅力、瞬間的人緣、瞬間的親密、瞬間的親和感，使你擁有成功者所具有的特質並跨進別人的思考模式，是一本成功技術的經典作。

---

⑦你的身體——相信你說的每句話 芭芭拉·樂凡／著 定價290元

本書的最主要目的便是要告訴讀者，如何去避免那些會害得你身心失調的言語，如何去編排出一本能保持你身心健康的人生操作指南。它也讓你學到如何去把致病的想法潛移默化，重新規劃出一個更美好、更亮麗的人生。

---

⑧出神入化——催眠的最高境界 約翰·葛瑞德／著 定價340元  
理查·班德勒

假如你已看過一百本催眠的書，這將是你最需要的一本；假如你沒有看過任何一本催眠的書，這本將替代其它的一百本。本書融合了十個以催眠為主的研討會，加以精簡而成，內容大大不同於一般催眠著作，是探究催眠領域絕對的經典鉅作。

---

★以下為即將推出的新書原書名及暫定譯名：

特別推薦：N.L.P激發潛能系列

- |   |
|---|
| 1. Reframing: Neuro-linguistic Programming and the Transformation of Meaning.<br>重新建構：神經語言程式學和意義的轉化 |
| 2. Solutions-Enhancing Love, Sex and Relationship.<br>複製卓越(三)<br>——愛·性·親密關係的強化                      |
| 3. The Emprint Method-A Guide to Reproducing Competence.<br>複製卓越——烙印技巧                              |
| 4. The Emotional Hostage-Rescuing Your Emotional life.<br>紓解情緒——解救你的感情生活                            |
| 5. Know-How——Guided Programs for Inventing Your Own Best Future.<br>複製卓越(二)——最佳未來的寫真                |
| 6. Change Your Mind and Keep the Change.<br>改變未來續集  |
| 7. Frogs Into Princess-Neuro Linguistic Programming.<br>青蛙變公主——神經語言程式學                              |
| 8. Neuro-Linguistic Programming.<br>神經語言程式學概論   |
| 9. Beyond Therapy, Beyond Science.<br>超越治療與科學   |
| 10. Learning to Learn.<br>學習如何學習  |
| 11. The Silva Mind Control Method of Mental Dynamics.<br>心理動力——西瓦心靈術                                |
| 12. The Silva Mind Control Method for Getting Help from Your Other Side.<br>如何獲助於內在的另一半             |



**N. L. P.**

激發潛能系列

期限表

國際中文版獨家授權

複

下列最后之日期本书必须归还

2007年4月25日

技巧

再造能力的指南

國際知名NLP導師

拉司黎·班德勒

大衛·喬登／合著

邁可·利比亞

陳威伸／總審訂

顏湘茹／譯

## 出版緣起

回顧台灣這近五十年來的生聚教訓，成果是豐碩而傲人。展望台灣未來五十年的可能發展，機會是深廣而引人。但環視現況，無論從環保、教育到經濟突破、兩岸互動，在在充滿了煙霧，甚至硝煙瀰漫——使人不知何去何從。

實際上，就像燒一爐炭火，爐中已釋放出熱量的炭，形將熄滅，勢必再添加新炭才能延續燃燒釋熱、添加初期，新炭未燃，煙霧瀰漫，爐火驟減，只有耐心等待，或適當煽火，才能使爐火再熾、熱力再放。

台灣現在需要的就是這些。耐心等待與適當煽火。換句話說，就是智慧與熱情。過去五十年，我們累積了無數的技術（KNOW—HOW），使我們在各方面能長足進步，現在我們更需要智慧（KNOW—WHY），讓我們知其然也知其所以然，知所進也知所退。

(KNOW—WHY) 智慧，其實就是信仰或價值觀的釐清與堅固所產生的。熱情與煽火更是內在的清淨與潛能的發揮。這在在涉及心理面的改造與發展。也難怪這些年來，台灣在潛能開發、個人成長、心靈療養、甚至宗教卜卦……等等蓬勃發展。市面上，隨著個人的需求，充滿了各教各派，各種理論學說與教法。從量的角度，可說是百花齊放，百家爭鳴，一方面顯示需求殷切，市場廣大；另一方面，卻也呈現良莠不齊，真假莫辨之慮。從質的角度，常常可見短期的，激情式的工作坊或技術性，片斷性的訓練課程，而少見持續成長，熱情不減的訓練計劃，或理論完備，系統森明的書籍介紹。徒使整個進程延緩。

本社基於這樣的關切與出版者的使命感，特別去注意國內外，比較新的相關發展，而發現了神經語言程式學（NLP）這門實用的臨床心理學。其雖創立才二十餘年，但理論嚴謹而應用廣泛，架構明確而深具發展性。其應用不只個人可獲益，亦可於團體或組織上應用，除了用於治療過去之不足，更可發揮於未來的繁榮，實在是現階段最佳的選擇。在知悉此種學說之效用與益世，並與專家研討之後，於焉有此叢書系列策劃出版之舉。

雖然神經語言程式學（NLP）起步較晚，但因其效果顯著、應用廣泛，引起了許

多醫療界、工商界及教育界精英的投入，因而其在國外現有的理論專著約有三十餘本，而應用發展著作已有將近二百本，每月皆還有新書問市。書籍除理論專著外，應用者分佈在個人成長類、醫療健康類、教育類、商業類、催眠類、人際關係類、人格及個性類、兒童成長類等。

實際上，國內現市面上已有數本相關應用之書出版，但皆同一作者，其性質相近，未能博徵。又以出書太少，無法旁引，故未能造成學習風潮，真正影響人心而產生廣大的效益。

鑑於此，我們經慎重挑選與策劃，準備在一年內先陸續推出二十本應用類及五本理論類之書。並視讀者消化及吸收情況，在二年內再推出三十本應用類及十本理論類之書。期間並擬視讀者反應，敦聘國內外NLP專家，舉辦讀友會或甚至正式的訓練工作坊。期以將此特殊的學說與技術，真正地引入國內，並落地生根，而對國人在面對未來的挑戰裏，能擁有一強而有力的武器，既能達到個人的整合，又可為組織、為國家建立追求卓越的信念。

當我們為台灣、為中國，這益五千年歷史的火爐，挑選添加炭火的同時，你也挑選了一些，加入你的爐內，現在就讓我們耐下心，等著火焰再起吧！

導讀

## 什麼是神經語言程式學（NLP）

一九七〇年代，有兩位因不滿於傳統心理學派的治療過程冗長，及其效果反覆不定，而集合各家所長及他們獨特的創見，在美國加州大學學院內，經三年多的實驗與練習，終於逐漸形成神經語言程式學（NLP）的基礎架構。

在後來的五、六年裏，因更多的專業人士加入（心理科系或心理醫師），而更確立完備了其理論架構與可靠性。之後迄今，又有更多各行各業專家的投入發展，而擴展其應用範圍，只要與人有關，無論是個人或團體，從受虐兒童的重建到間諜的培育，從減肥、戒毒到更改個人歷史、前世今生解碼，無所不包。

這兩位美國人就是約翰·葛瑞德（John Grinder）與理查·班德勒（Richard Bandler），前者原為語言學家，並在加州大學實習；而後者為遍覽心理叢書，但正修為電腦科學之嬉皮。兩人因緣湊合而相處，這也難怪這門新興的實用心理學，取名為

(Neuro linguistic Programming, N.L.P.) 神經語言程式學。因兩人將所學背景都加進入了。實際上，它是包含了傳統的神經學、生理學、心理學及語言學與人腦控制學。

但臨床上，更具體地說，他們私淑了當時美國的四位溝通及治療大師，所以在 NLP 的應用上，你可以經常看到他們的慣用手法，加上其獨創的心法而相得益彰。這四位大師就是溝通大師葛瑞利·貝特森 (Gregory Bateson)，催眠治療大師也是艾瑞克森催眠學派創始人米爾頓·艾瑞克森 (Milton Erickson)，家庭診療大師維吉尼亞·薩提耳 (Virginia Satir)，及完形治療創始人弗烈茲·珍珠 (Fritz Pearls)。當時，他們兩人有幸能一方面運用 NLP 的技巧之一——模仿，親自向上述四位大師學習，另一方面也將四位大師的心法，適當修正與發展，擴充堅實了當時初生的 NLP 內涵。這也是 NLP 神秘有趣的一面——透過策略導引與模仿，能快速學習任何事物並取精用華，更勝於藍。

那 NLP 的具體應用是什麼，及對我們的好處在那裏？一般而言，它可用於心理治療、健康維護、商業上及教育上。更具體地說，如個人心靈創傷、受虐、受暴力、無自信心、懼高症、家庭問題……等的心理治療，或減肥、戒毒、消除壓力、身心不適症狀等的治療、或如何銷售、如何談判、如何領導、如何增加創造力、如何溝通……等商業

上的應用及改善或加強小孩、職員、組織或自己的有效學習與終生學習能力……等。

一樣的應用範圍，在各家各派也有，而NLP的好處是什麼？由於NLP獨特的假設前題，如1.人的每一個行為背後，都有其更高的善意存在。2.地圖不是實際疆域。3.世上的每一件事都有至少一種以上的不同見解。4.有用比真實重要。5.沒有所謂失敗，只有回饋。6.每一個人都擁有他要改變所需的資源。7.身心是在同一大系統下的兩個小系統，改變其一，就能運動另一。8.生態是追求平衡的，所以有一時的定，也有一世的動。……所以NLP的應用與其他各家的差別，相對上，第一、過程快而效果持續。第二、肯定善意因而無副作用。第三、有效引發潛能、擴張成果至無限。第四、終生學習，永續成長。

現在世界上，各主要國家都有成立NLP協會，以倡導推廣。有的國家如美國、加拿大、英國、德國……等有數個協會同時並存，互不隸屬，但經常交流發表新發展。原有一國際NLP協會，創立初期相當活躍，也制定了一些專業NLP執行人員授證資格規範，為許多協會所遵照。但或許因NLP學派本身非常尊重個人的獨特性，所以這有大一統意味的協會，漸漸消聲匿跡，而各獨立協會或獨立訓練中心，以其自身的聲譽與特色而繼續活躍。並每年定期舉辦專業的授證課程，或個案的應用課程。

台灣近兩年已有機構引進國外師資，開辦初階授證課程，唯知名度尚待持續擴張。倒也有少數個人以NLP技術應用於銷售人員訓練，成效還在評估中，但屬可喜的現象。另亦有一相關協會在籌備申辦中，期望類似組織或活動能更活躍，屆時使此新發展的實用心理學派能在台灣生根發展，對邁入二十一世紀的泛太平洋時代，能確保再創各項奇蹟之效。

陳 威 伸

一九九五年十月謹致於台北

總審訂

簡介

陳威伸係目前國內極少數受完NLP完整訓練，並領有高階執  
行師證照資格者。以其近二十年之工商實務經驗，對人力資源開  
發，領導力，創造力及溝通技巧具有獨到研究。

陳君前曾服務於宏碁電腦公司十餘年，擔任行政總管理處副總  
經理負責高度競爭的科技人才之培育與發展。並於民國七十八年榮  
獲全國十大傑出經理人——人事類獎。現任赫威思(股)總經理。



# 目 錄

序  
16

## 第一篇 緒論

第一章 攝影機式的處理 25

外延的模式 33

技能 36

經驗、結構與可轉移性 42

入門步驟 46

第二章 組織的原則 51

時間框架 57

過去 63

現在 72

未來 75