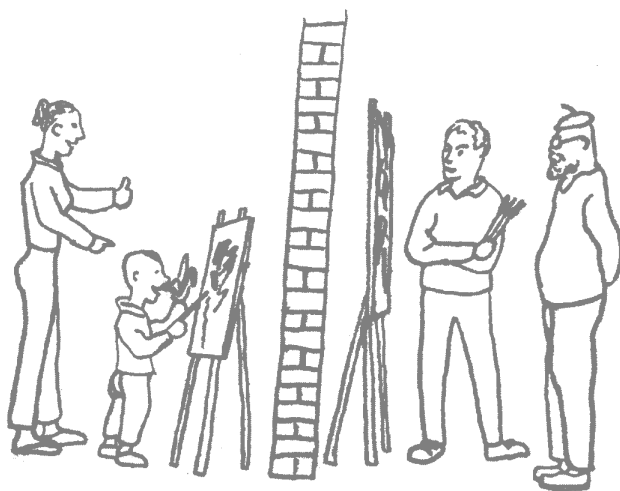


关于思维训练

第一章

1

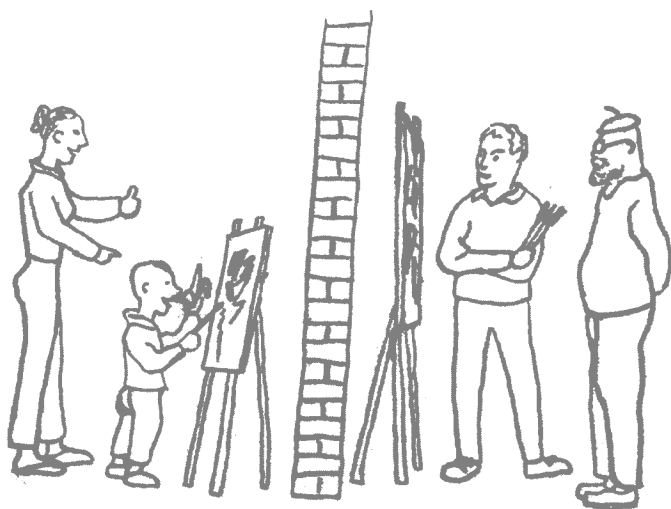


1. 智与知

在很久以前，某位学子不远千里四处访师求学，为的是能学到真才实学，可是让他感到苦恼的是，他学到的知识越多，却越觉得自己无知和浅薄。有一次他遇到一位高僧，便向他倾诉了自己的苦恼，并请求高僧想一个办法让自己从苦恼中解脱出来，高僧听完了他所诉说的苦恼后，静静地想了一会，然后慢慢地问道：“你求学的目的是为了求知还是求智慧？”那位学子听后大为惊诧，不解地问道：“求知和求智慧有什么不同吗？”那位高僧听了笑道：“这两者当然有所不同了。求知是求诸于外，当你对外在世界了解得越广、越深，你所遇到的问题也就越多越难，这样你自然会感到学到的越多就越无知和浅薄；而求智慧则不然，求智慧是求诸于内，当你对自己的内在世界了解得越多越深时，你的心智就越圆融无缺，你就会感到一股来自于内在的智性和力量，也就不会有这么多的烦恼了。”学子听后还是不明白，继续问道：“大师的话我还是不明白，请您讲得更简单一点好吗？”高僧就打了一个比喻：“有两个人要上山去打柴，一个早早地就出发了，来到山上后却发现自己忘记磨砍柴刀，只好用钝刀劈柴。另一个人则没有急于上山，而是先在家磨快刀后才上山，你说这两个人谁打的柴更多呢？”学子听后恍然大悟，对高僧说：“大师的意思是，我就是那个只顾砍柴忘记磨刀的人吧！”那位高僧笑而不答。

在现实生活中许多人都会认为学习知识和学习智慧是同一回事，其实这是一个错误的观念，因为知识和智慧之间是不能画等号的。一个有广博知识的人不一定有很高的智慧，同样一个有很高智慧的人也不一定有很广博的知识，举个现实的例子来说，现代的中学生从知识拥有量上来说远远超过了孔子、牛顿，但是你能就此说他们的智慧比孔子、牛顿还高吗？显然不能。那么为什么孔子、牛顿的知识拥有量不如现代的中学生而我们却认为他们具有很高的智慧呢？这是因为评价一个人智慧高低的标准不是看他的知识拥有量，而要看他的思维能力如何，说得通俗一点，也就是要看他的脑力的强弱，脑力强的人善于学习知识、运用知识和创造新知识，脑力弱的人也许可能在知识的积累量上远远超过脑力强的人，但是在运用知识和创造新知识方面则远远落后于脑力强的人。

随着社会的不断发展，我们正在步入一个高智能的时代，其主要特征是需要人们有更强的学习知识的能力、运用知识的能力和创造知识的能力，也就是说要求有大脑更高的思维效率和思维能力。所谓“工欲善其事 必先利其器”我们想要在这个高智能的时代生存，就必须首先提高我们的脑力，即思维能力。那么如何才能提高我们的思维能力呢？首先，我们要改变传统的学习观念，要认识到提高思维能力和学习知识是两回事 前者是求诸于内 是培养智慧 后者是求诸于外 是积累知识。



广义的思维训练是孩子在母亲的帮助下学会涂鸦乱抹，而狭义的思维训练是学生在大师的指导下学习绘画创作。

2. 广与狭

在思维训练界有一个流传很广的笑话，一位总经理必恭必敬地将一张支票递给某位思维培训大师后，然后面带着涩地小声问思维培训大师：“先生我不太懂思维训练，请您先告诉我什么是思维训练好吗？免得我在员工面前丢丑。”这位思维训练大师想了一会，说：“思维训练不难理解，其实从某种角度来说，它与妈妈教小孩子吃饭很相似。”

思维训练并不像一般人想像的那样高深莫测，从广义上来看，它普遍存在于人们生活的方方面面，每个人可以说从一生下来就在接受着各种各样的思维训练，不论是母亲教孩子学吃饭走路，还是老师教学生写字画画；也不论是接受某种观念，还是养成某种习惯，从本质上说都是一种头脑的思维训练。所有的这些思维训练塑造了每个人的思想习惯和行为习惯，有什么样的思维训练就塑造出什么样的人。那么我们是不是就可以认为思维训练是一件简单容易的事情呢？不是的。因为通常的专业思维训练是指一种狭义的思维训练，或确切地讲它是指一种高级的思维训练，用一个通俗的比喻来说，广义的思维训练是孩子在母亲的帮助下学会涂鸦乱抹，而狭义的思维训练是学生在大师的指导下学习绘画创作。两者的本质虽然相同，但是层次却有很大差别。

如果说绘画是一门高深的艺术，那么思维就是一门更高深的艺术。因为思维是智力的核心，人类的一切智力活动都

是建立在思维活动基础之上的，没有思维活动的人无异于行尸走肉，也就更谈不上什么智力活动了。不仅如此，大脑思维的简单与复杂直接决定着一个人智力的高低，一个没有良好思维素质的人，他的智力水平不会太高。而专业思维训练的主要目的就是通过培养良好的思维素质，提高人们的智力水平。但是这有一个前提，即首先要知道什么样的思维是正确的思维，什么样的思维是高级的思维，什么样的思维是最佳的思维，只有弄清楚这一切我们才知道训练的方向。不过思维由于看不见摸不着而且深藏于大脑之中，自古以来就是一个难解之谜。人类不论是在宏观还是微观上对自然界都有着深入的研究，但是在对大脑思维方面的研究还处于萌芽状态，因此如何进行科学的思维训练，教人学会正确的思维方法，提高大脑的思维素质，长久以来也就成为一个难题。

3. 虚与实

老子的智慧高远深广，名动四方，经常有人从远方赶来向他求教。但是在乡里，熟悉老子的乡邻却并不觉得老子有什么特殊之处，在他们眼里老子只不过是儿时的一个玩伴，现在的一个看管书库的小吏，一个和蔼平易的老者。有一天，老子的一位邻居遇到老子正在散步，不禁好奇地问他：“老先生，我常常看到许多有名望的人到你家来拜访，他们来做什么？”老子和蔼地看着这位年轻人说：“他们是来求道的。”年轻人疑

惑不解地问：“道是什么？”老子笑着说：“道就是虚无。”年轻人听罢不禁大笑：“虚无有什么好请教的，既看不见又摸不着，虚无的东西，与其这样还不如学点务农经商的本领更实用一些。”老子听后并不反驳，只是指着街道旁边的房子对年轻人说：“年轻人你告诉我，房子是用来做什么的？”年轻人奇怪地望着老子说：“房子当然是用来住人的，这是三岁小孩都知道的事情。”老子又问道：“那你告诉我，如果房子中间是实的而不是空的，它能住人吗？”年轻人说：“那当然不能住人。”老子笑道：“这样看来，‘空’并不是一无是处，它还是有用的。”年轻人听后若有所思，忙恭敬地向老子施礼：“老先生请恕我愚钝，刚才您所讲的道理我有些明白，但是不完全懂，请您再详细地解释一下好吗？”老子接着说：“在常人看来，‘虚无’似乎是什么也没有，空空荡荡，看不见，摸不着，没有一点用处。但是你知道吗？没有‘虚’就没有‘实’，没有‘无’就没有‘有’，就拿这房子来说，如果房子没有‘空’，它就一点用处也没有，就不能住人。常人只看见‘实有’的用处，而不知‘虚无’的用处更大，‘虚无’其实是‘实有’的根本。要想真正把握‘实有’，就得先认清‘虚无’是什么。所谓求道，其实就是指学习认识‘虚无’的过程。”年轻人听后茅塞顿开，感叹道：“听您的一席话，让我有如梦初醒的感觉，直到今天我才明白‘虚’原来比‘实’更有用。”

许多人在初识思维训练的时候都觉得训练思维是一件很“虚”的事情，它既不像训练绘画打字那样有实用价值，又不像学习数学语文那样有可见的知识积累。思维隐藏在大脑深处，看不见，摸不着，况且有许多人连思维是什么都没搞清楚，这就更无法让他们理解思维是可以训练的这一事实，因此人

们将思维训练视为一件很虚的事情也就不足为奇。但是，如果我们因为思维看不见而将它视为虚，进而将思维训练视为无用，那就大错特错了。在我们这个世界里，虚的东西比比皆是 空气是虚的 电磁是虚的 抽象的公式定理是虚的 人的思想观念是虚的……所有这些虚的东西谁又能说它们是不存在的，是无用的呢？由此可见，人们之所以会把思维训练视为一件很“虚”的事情，是因为他们的思维缺乏深度，只看到事物“实”的一面 而看不到事物“虚”的一面 只理解视觉所见的东西，不能把握视觉所不能见的东西。

其实，每个人只要认真地想想就不难明白，思维训练看似很虚，实际上是实实在在的。首先从用途上来讲，不论哪一种实用技能训练归根到底都是一种思维的训练，绘画是实的吧，可是如果不掌握绘画的技法和艺术的创作规律等等这些虚的东西，能画出好的作品吗？而绘画技法和创作规律哪一项不是长期绘画思维活动的智慧结晶？当学生在学习和消化这些智慧结晶的时候，实际上也就是在接受着一种绘画思维训练，是在努力塑造自己的思维模式，使之向绘画大师们的思维模式靠拢。其次从层次上来看，越是智能水平高的训练就越是呈现虚多实少的特征，这也就是为什么社会越发展，越需要人们的抽象思维发达的原因。在农业时代学习种田也许不需要学多少虚的东西，但是在信息社会如果想生存就必须掌握许多“虚”的技能。可以说我们正在步入一个“虚”的时代 这个时代让人们首次真切地感受到“虚”比“实”更重要，也更有力量。

4. 体与用

某位企业家在听了思维培训大师的课后问道：“我学到的这些思维方法能帮我提高公司的盈利率吗？”思维培训大师说：“不能。”这位企业家不禁有些生气地说：“那我有什么必要花时间和金钱来听你的课？”思维培训大师笑着反问道：“告诉我，你在小学学到的知识能帮助你提高公司的盈利率吗？”这位企业家考虑了一下，说：“不能。”思维培训大师又问：“那么你在中学和大学学到的知识能帮助你提高公司的盈利率吗？”企业家默然。思维培训大师接着问：“在你的学习生涯中，惟一的学习目标就是提高公司的盈利率吗？”这位企业家强辩道：“可我来这里学习的目的就是找到了提高公司盈利率的办法啊！”思维培训大师幽默地说：“看来你不是一个好学生，我明明已经把如何想办法提高盈利率的思维方法传授给你了，你怎么还问我要？”他见企业家还是不明白，就讲了一个笑话：“有一个人想去钓鱼，于是他就到一家渔具店买了钓鱼竿和鱼钩，付完钱后他问售货员：‘买了你的渔竿和鱼钩就一定能钓到鱼吗？’售货员说：‘不能。’听到这种回答，那个人气愤地喊道：‘既然不能钓到鱼那你为什么还把它们卖给我？’”听到这里，这位企业家也不好意思地笑了。

在思维培训过程中经常会遇到类似的事情，人们来接受培训总是抱着这样或那样的现实目的：有些人是想提高学习成绩，以便考上一个理想的大学；有些人是想改善经营困境，

提高公司的盈利；还有些人是为了找一份好工作，想来镀镀金。当他们听到思维培训不能帮助他们达到这些现实的目的时，第一个反应就是失望，显然这些人还没弄清思维培训究竟能给他们带来什么好处，就冒冒失失地来接受思维训练了。这种“先上车后补票”的人不在少数，这常常给思维培训带来许多麻烦。

那么，思维培训究竟有什么实用价值呢？又有哪些人需要接受思维培训呢？要弄清楚这些问题，我们首先要明确“体”与“用”的关系。大家都知道杯子可以用来盛水，也知道杯子的用途不仅可以盛水，也可以盛糖、盛酒、盛沙……如果说杯子是“体”，那盛水、盛糖、盛酒、盛沙等等都是杯子的用途，也就是“用”。而由此可见，没有“体”就没有“用”，“体”的优劣直接制约着用途的大小。思维训练的目的在于提高思维素质，完善“脑”这个“体”，为脑的用途打好一个坚实的基础。至于每个人要用“脑”来做什么，则不是思维训练的任务，那是个人的事情。你可以用一个聪明的大脑来分析推理，也可以用它来想像创造；可以用它来绘画写作，也可以用它来科研经商。可以说，有多少种职业就有多少种脑的用途，但是任何职业要想做好都离不开一个好的头脑，而思维训练的实用价值就在于它通过一系列的科学训练，培养出好的头脑，培养出一流的头脑。因此，那些希望优化自己头脑的人是最需要接受思维培训的。至于一个好的头脑用来做什么，这就是个人的问题了，这就像思维培训师把一件最好的工具交给学员，至于学员用这件工具来做什么，则不是思维培训师所关心和能关心的问题。

5. 源与流

委内瑞拉的第二大城市马拉开波准备建立一个新的医疗中心，为此邀请了政界、金融界和医务界的有关人士进行讨论。他们一直讨论了 3 个多小时尚无结果。此时，一个跟随妈妈来的年仅 10 岁的儿童，向会议主持人提出了思考问题必须遵守的四个法则：

(1) 先确定目标；(2) 再选择可能性；(3) 接着提出优先考虑的问题；(4) 最后再考虑他人的观点。

会议主持人并不因人废言，欣然接受了这位儿童的建议，不久，讨论会就得出了令各方都满意的结果。

那位提建议的儿童并不是思维天才，只不过他在学校里接受了科学的思维训练，因而能给成年人做思维向导。在委内瑞拉，政府用法律的形式明文规定，每个小学生每周必须用 2 个小时的时间来学习和训练自己的思维技能。各级各类学校都有“思维训练”一类的课程以提高学生的思维素质。

思维训练是目前世界上最流行也是最有效的智力开发方法，不过它并不是现代独有的专利，目前的思维训练是建立在最新的思维科学成果和古代的头脑训练术基础上的。早在古希腊时期，著名的哲学家苏格拉底就创造了有名的“头脑助产术”。

据史料记载，苏格拉底相貌丑陋，不修边幅，整日在市场上闲逛。古希腊的市场不仅卖物品，也卖思想。经常有人站

在市场中面对观众发表演讲。有一天苏格拉底遇到一位年轻人，正在宣讲美德。

苏格拉底装做无知的模样，向年轻人请教说：“请问，什么是美德呢？”那位年轻人不屑地答道：“这么简单的问题你都不懂，告诉你吧，不偷盗、不欺骗之类的品行都是美德。”

苏格拉底仍然装做不解地问：“不偷盗就是美德吗？”

年轻人肯定地答道：“那当然啦，偷盗肯定是一种恶德。”

苏格拉底不紧不慢地说：“我记得在军队当兵的时候，有一次接到指挥官的命令，让我深夜潜入敌人的营地，把他们的兵力部署图偷出来了。请问，我这种行为是美德呢？还是恶德呢？”

年轻人犹豫了一下，辩解说：“偷盗敌人的东西当然是美德。我刚才说不偷盗，是指不偷盗朋友的东西：偷盗朋友的东西肯定是恶德。”

苏格拉底依然不紧不慢地说：“还有一次，我的一位好朋友遭到天灾人祸的双重打击，他对生活绝望了，于是买来一把尖刀藏在枕头底下，准备夜深人静的时候用它结束自己的生命。我得知了这个消息，便在傍晚时分偷偷溜进了他的卧室，把那把尖刀偷了出来，使他免于死。请问我这种行为究竟是美德呢，还是恶德？”

那位年轻人终于惶惶然，承认自己无知，拱手向苏格拉底请教：“什么是美德？”

苏格拉底把自己的这种思维训练法称为“头脑助产术”。意思是说，正确的观念本来就在你自己的头脑中，但是你在挖掘的时候不得要领。苏格拉底不过采用了一些正确方法，使它们得以顺利地分娩。

在现代社会中，思维训练之所以受到人们的普遍欢迎，其中商业因素的推动力功不可没。由于企业始终处于市场竞争的最前列，因此所感受到的压力也特别大，要想在商海的急流险滩中生存，就必须有一流的头脑和创造力。在西方发达国家，大公司一般都比较重视对员工的培训工作，尤其是创造思维的培训几乎是总经理和高级主管们的必修课，因为他们实际工作中切实感受到接受过思维培训和没有接受过思维培训的效果是大不一样的。

1985 年 1 月世界著名的《时代周刊》评选出了一年一度的“世界名人”，1984 年度的当选者就是彼特·尤伯罗斯，他成功地组织了当年的洛杉矶奥运会。在尤伯罗斯之前，举办现代奥运会简直是一场经济灾难。比如 1976 年的蒙特利尔奥运会亏损了 10 亿美元，1980 年莫斯科奥运会，耗资竟达 90 亿美元，而尤伯罗斯组织的第 23 届奥运会，在洛杉矶市政府不提供任何资金的情况下，竟获得纯利 1.5 亿美元，令全世界为之惊叹。

尤伯罗斯采用了什么魔法呢？

在接受《华盛顿邮报》记者采访时，尤伯罗斯透露，在组织这次奥运会的过程中，他运用了许多行之有效的新观念和新创意，这些新观念和新创意的获得，很大程度上要归功于“横向思维法”。这种思维方法是国际思维训练大师德波诺创立的，在数年前德波诺所开设的“年轻总裁训练班”中，尤伯罗斯是其中的学员之一。

6. 生与死

在美国通用汽车公司的一次董事会议上，有位董事提出了一项决策议案，立即得到大多数董事的附和。有人说，这项决策能够大幅度提高利润；有人说，它还有助于打败我们的竞争对手；还有人说，应该组织力量，尽快付诸实施。

但是，会议主持人则保持了冷静的头脑。他说：“我不赞同刚才那种团体思考方式。它把我们的头脑封闭在一个狭小的空间里，这会导致十分危险的后果。我建议把这项议案搁置一个月后再来表决，请每位董事各自独立地想一想。”

一个月后，重新讨论那项议案，结果它被否决了。

用生或死来形容思维的重要性绝不是耸人听闻，在当今这个高速度、快节奏、瞬息万变的信息时代，一个人如果没有良好的思维素质是很难跟上社会发展步伐的。高智能、高强度的竞争要求人们不断提高自己的脑力，即提高思维效率和思维能力，只有这样才能在激烈的社会竞争中占据一席之地，不被时代所淘汰。尤其是那些雄心勃勃想成为社会竞争中的成功者和佼佼者的人，更是需要有高人一筹的智慧头脑，否则一个瞬间的决策失误或错误判断，就可能损失数亿美金和断送自己的一世英名。因此，那些有头脑的领导者无不重视提高自己的思维修养，因为他们清醒地认识到，他们是高级思维工作者，头脑是他们的职业资本，也是他们的最大财富。

伯利恒钢铁公司总经理西韦伯曾为自己和公司效率极低



西韦伯认为这套思维很有用，不久就填了一张 25000 美元的支票给艾维·李。

而忧虑，于是他找到艾维·李，提出一个不同寻常的要求——卖给他一套思维，告诉他如何在最短的时间里完成最多的工作。李回答：“好！我 10 分钟内就教你一套至少可以提高效率 50% 的方法。”李给了西韦伯一张纸说：“把你明天必须做的最重要的工作记下来，按重要程度依次编上号码。早上一上班，马上从第一项工作做起，一直做到完成为止。再检查一下你的排列次序，然后开始做第二项。有一项工作要做一整天也没关系，只要它是重要的一项工作就坚持做下去。如果你不建立某种制度，恐怕连哪项工作最为重要你也难以决断。请你把这个办法作为每个工作日的习惯做法。你愿意试用多长时间都行。然后送张支票给我，你认为这个办法值多少钱就给我多少钱。”

西韦伯认为这个思维方法很有用，不久就填了一张 25000 美元的支票给艾维·李。后来西韦伯坚持使用这套思维方法，在 5 年时间里伯利恒钢铁公司成了世界上最大的不受外援的钢铁生产企业。

事后西韦伯的朋友问他为什么给这样一个简单的思维方法支付这么高的报酬。西韦伯提醒他的朋友注意，正是这个简单的思维方法使他和整个班子第一次拣最重要的事情先做，他认为这是他的公司多年来最宝贵的一笔投资。

现在不仅是领导者认识到思维的重要性，越来越多的普通人也意识到思维训练对他们的个人职业生涯起着至关重要的作用。一个人只有接受更好、更多的思维训练，才能有更高的思维效率，更强的思维能力，才能在这个头脑型社会中脱颖而出。古人云：“天变 道亦变。”在信息时代，物质和金钱的价值大大贬值，头脑成为每个人的最大的财富，也是惟一的财富。