

世界首创幽默学 人类文明新成就

全国青少年亲子心灵互动活动组委会强力推荐

激活心灵 拓展智慧

完善性格 再造生命

# 全脑幽默风暴

## ——超能才智训练

原客座研究员  
哈佛大学 博士后研究 王华斌 编著  
HHI (哈华国际)教育总监

QUANNAO  
YOUMOR  
FENGBAO



◎ 华文出版社

# 全脑幽漫风暴

## ——超能才智训练

王华斌 著

华文出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

全脑幽漫风暴:超能才智训练/王华斌编著,一北京:  
华文出版社,2004.1  
ISBN 7-5075-1632-6

I.全... II.王... III.①个人-修养-青少年读物②智力开发-青少年读物 IV.B825-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 121167 号

华文出版社出版

(邮编 100800 北京西城区府右街 135 号)

网址:<http://www.hwcbcs.com.cn>

网络实名名称:华文出版社

电子信箱:[hwcbcs@263.net](mailto:hwcbcs@263.net)

发行部电话:66531802 66531803

总编室电话:83086663

责任编辑电话:83086726

新华书店经销

三河市东方印刷厂印刷

880×1230 开本 11.625 印张 260 千字

2004 年 1 月第 1 版 2004 年 1 月第 1 次印刷

\*

印数:00001-10000 册

定价:20.00 元



共青团中央、中国科学院、全国少工委联合成立的全国“青少年走进科学世界”科普活动指导委员会办公室和中国青少年发展服务中心、中国少年科学院共同成立的全国青少年亲子心灵互动活动组委会，任命王华斌教授为“全国青少年亲子心灵互动活动教育大使”，在全国大力开展青少年亲子心灵互动情感素质教育知识普及推广活动。

图为组委会办公室杨秀宏副主任向中国首位教育大使王华斌教授颁发证书。



在大西洋中畅游



在草原上驾御烈马



在纽约航空母舰博物馆前



在海轮上



著名画家韩美林赠作者“栋梁之魂”



驾车横穿美国



在加拿大乘直升飞机



在自由女神像皇冠中

# 内容简介

一位名叫金鸡的年轻人，因失恋而工作受挫，陷入全面的精神危机和生存危机……一个偶然的机，他进入了神秘的幽漫王国，接受了古今中外十一位幽漫大师的教诲与驯化，终于脱胎换骨，回到了健康、自信、乐观、积极的人生轨道上来。本书正是在这个背景下，讲述了幽漫人生的训练方案与实施步骤。

幽漫，是一种全新的积极上进、超脱放达的人类精神的高度概括。其字面意义来自“幽默”与“浪漫”这两个词汇，但绝非是两者的叠加与总和，而是一位风情万种、威力劲射的混血儿——一种新的完善性格、再造生命、激活心灵、拓展智慧的美好体现和人格魅力、人生价值、人生本位、人情资质的至高境界！其本质则倡导把生命中被束缚的活泼能量无拘无束地从内向外释放、推展、扩张出来，以使生活处处洋溢着和谐、圆融、超然与通达。

为了实现上述目的，该书充分运用了生命科学、大脑科学、人才学、生理学、心理学、语言学、教育学、社会学、医学、美学、哲学等多学科的原理，系统地介绍了人如何通过具体的方法进入幽漫境界。为此本书将整个训练体系分为“幽漫素质训练”、

“幽漫能力训练”、“幽漫技法训练”、“幽漫入世金点子”四大阶段，每个阶段又细分为多种实用、有效的操作步骤与技巧。

为使整个训练过程充满活泼的意趣，作者精心把各种训练原理、技巧与幽漫名人的轶闻趣事相结合，在生动的故事中渗透深刻的哲理，并用具体的操作技巧实践这种哲理及挥洒自由的幽漫精神。这些代表人物依次包括幽漫园主（虚拟）、庄子、喜剧大师卓别林、厚黑教主李宗吾、一休和尚、哲人苏格拉底、阿凡提、唐老鸭、笑佛弥勒、萧伯纳、马克·吐温共 11 位。每一章均结合其具体特征展开、放大、安排操作方法。

国际比较文化研究著名学者、教育家王华斌教授在清华大学、哈佛大学教学与研究时，在世界上首创幽漫学。他的这本《全脑才智风暴——超能幽漫心灵商数》共 15 章，28 万多字。融知识性、实用性、趣味性、可读性、创造性等特点于一炉，既深入浅出、通俗易懂、情趣盎然，又暗含了圆融互补的东、西方哲学原理，使人们在阅读中超越，在娱乐中受益，是一种对豁达品性自我培养与训练的捷径！

# 序

知识经济时代是知识英雄的时代。在这个充满机遇与挑战的时代，知识英雄之所以成为时代伟人，因为他们是这个时代的最有活力和能量的人，他们具有超群的智力。

超群的智力无疑来源于大脑对客观世界的反映。学习是连接客观与主观最重要的途径。智力靠学习赢得，学习以大脑为依托。学习，就是对大脑金矿的开掘。

智力是人们在认识过程中较为稳定、能够确保认知活动及发挥大脑认识功能的综合心理特征。其具体表现为注意力、记忆力、思维力、想像力、创造力等，它们有机地结合在一起。

从生理学方面来看，智力是大脑功能的表现。大脑有四个功能区域：接收外界信息的感受区；加工整理感觉的储存区；对储存信息评估的思维判断区；用新思维组合各种信息的想像区。这些功能在各种认知活动中发挥着独特的作用。一般来说，人们普遍拥有智力活动的 ability，同时，人人都拥有无限的潜力。

在生命科学与自然科学、社会科学并称为世界三大科学的 21 世纪，关于人的大脑研究必将具有前沿性与尖端性。世界各国都在激烈争夺，力图占领制高点。

国际比较文化研究著名学者、教育家王华斌教授多年潜心研



究中外学习方法与策略。他早在南开大学读书时，甚至早在读小学时，就意识到学习方法和策略的重要性，那是他从学习实践中“悟出”的道理。作为北京的中央机关挑选的进京人才，他在机关工作了5年时间，但他并不满足已有的知识，再度跨入大学校门，进入清华园，在中国最著名的学府边教书育人，边攻读学位。虽然他那时视野大为开阔，但更高的追求激发着他的心灵，他力求进入世界最高学术殿堂，终于带着无限的向往，他如愿以偿地进入美国哈佛大学。他接触了世界顶尖级学者，受到过一流大师的熏陶，其心胸更加豁亮，其视野更加开阔，他开始着手研究深入影响人类精神的心灵世界——幽漫学。

幽漫是一种生命的高层次的心灵智力，也就是深入人性的灵魂智力，是完善自我与激越自我的创造性智力，是发现与创造新价值的直达生命本质的智力，这项人类文明研究的重大成就是对脑能开发方面的突出贡献。幽漫作为全球首创的人类东西方文明的混血儿，具有明显的杂交优势——健康、活泼、洒脱、亮丽，充满生机、信心、希望与活力！所以幽漫也是一种人生智慧的升华，推动和促进人们的精神领域进入一种新境界！

有什么不如有幽漫，无什么不能无智慧。英国文豪莎士比亚有句至理名言：“性格即命运。”就是说一个人的命运取决于他的性格。幽漫能量无限。常常使人能够在纷纭复杂的世事中力挽狂澜，化险为夷。例如在人际交往中，往往一句话说得人跳，又一句话说得人笑。正所谓“四两拨千斤”！

就在王教授的研究获得重大建树之时，他归心似箭——根植于心灵深处的奉献精神是他神圣的使命——义无反顾地返回自己的祖国，但他没有直接回到他的母校，而是选择了一条充满个性魅力和人性活力的服务民众的道路。他一而再、再而三地从一个孩子王时代起步的知识追求者登上崇高的学术殿堂，又一而再、

再而三地作为知识的传播者走出了象牙之塔，走出一条民间王子之路，贴近百姓，直面生活——执意要帮助更多的人，把他的智慧和力量奉献给大家，反映出他超脱的价值观和世界观，从而进入了一种难能可贵的人生境界。由共青团中央、中国科学院、全国少工委联合组成的“全国青少年走进科学世界”科普活动指导委员会办公室和中国青少年发展服务中心、中国少年科学院共同组成的“全国青少年亲子心灵互动活动组委会”任命他为教育大使，在全国尚属首次，此乃实至名归。我坚信：他会出色地履行他的使命！

创造完整体系的幽漫学是一项心灵构架与改造的复杂的系统工程。就像人类的科学研究没有止境、人类对真理的追求没有止境一样，王教授所要走的路还很长。他一定会一如既往地走下去，正像他自己在《人生大动脉》史诗中所写的那句广为流传的散文诗句那样：“让灵魂始终和地平线保持着奋进中的垂直。”

黄 福 开

2003年10月



王华斌教授

全国青少年亲子心灵互动活动教育大使  
著名教育家           全脑学习创始人  
清华大学原社科系讲师       法学硕士  
哈佛大学原客座研究员       博士后研究  
H H I (哈华国际)           教育总监

著作出版《全脑学习》、《超能学习法》、《走出学习的误区——全脑学习纲要》、《成功学习》、《全脑学习风暴》、《全脑考试风暴》、《全脑英语风暴》、《全脑幽默风暴——超能才智训练》、《走进清华走进哈佛——全脑学习之路》、《人生大动脉——华斌文选》、《潜入美国》、《超越世纪》、《黄炎培传》等，主编《毛泽东著作辞典》等。

写作拍摄《坚守阵地》（清华大学电教部摄）、《新加坡掠影》（中央新闻电影制片厂摄）、《中华世纪美食大宴》（中央新闻电影制片厂摄）等电视片。

在美国、加拿大等地以及中国内地和香港地区讲学，大力推广已成为教育品牌的全脑学习法。

《人民日报》、《中国日报》、《世界日报》、北京电视台等国内外中、英文媒体发表介绍和评论他的文章。

全国青少年亲子心灵互动活动组委会强力推荐

责任编辑：谭笑  
责任校对：吴素莲  
封面设计：武晓强

# 目 录

引子

幽漫奇遇：来自幽漫王国的启示

幽漫园主的启蒙

## 第一阶段 幽漫素质训练

### 第一章 唤醒幽漫源：身心协调素质培养

#### ——卓别林的心平气和术

☺从卓别林的太极收式开始

- 一、被缚的幽漫之源 ..... (27)
- 二、从矫正生理偏颇入手 ..... (29)
- 三、平衡你的三个维度 ..... (31)
- 四、有序的松紧律动 ..... (35)
- 五、简化内寻的方式 ..... (39)
- 六、润泽滋生情感的土壤 ..... (41)
- 七、回婴忆望：启动幽漫源的身心联结 ..... (43)
- 八、卓别林后话：你心平气和吗 ..... (45)

## 第二章 重塑幽漫心：心理素质完善 ——厚黑教主的教外别传

### ◎厚黑时代终结的最初记录

- 一、把窗子变成门：开放第一通道 ..... (52)
- 二、不一样就是不一样：独立清心 ..... (60)
- 三、冲突与挫折的常规化解途径 ..... (67)
- 四、“想得开”的策略 ..... (74)
- 五、你的情绪指针指在何处 ..... (79)

## 第三章 悟透幽漫玄机：应变素质强化 ——一休大师的智者公案

### ◎在一休的提问中脱胎换骨

- 一、应变法宝：八种机智思维 ..... (87)
- 二、I级玄机：突破时空框架 ..... (94)
- 三、II级玄机：突破符号框架 ..... (98)
- 四、III级玄机：突破语境框架 ..... (100)
- 五、IV级玄机：突破情理框架 ..... (104)
- 六、V级玄机：突破经验框架 ..... (107)
- 七、到这里，就到这里吧 ..... (111)

## 第二阶段 幽默能力训练

### 第四章 幽默载体的切入能力 ——苏格拉底的 12 条至简法则

☺ 大哲人在悍妇的“恶咒”中觉醒

- 一、文字：一维切入点 ..... (121)
- 二、词汇：二维线性切入 ..... (123)
- 三、语句：三维方体切入 ..... (126)
- 四、情理：四维时空切入 ..... (128)
- 五、常识：加一维智慧再切入 ..... (129)

### 第五章 幽默素材的驾驭能力 ——阿凡提的四种魔筒

☺ 听阿凡提神侃骑驴之道

- 一、一种材料反复使用——重复魔筒 ..... (140)
- 二、转移材料内涵——分化魔筒 ..... (144)
- 三、逆转材料性质——变幻魔筒 ..... (148)
- 四、两种材料合二为一——聚合魔筒 ..... (150)

## 第六章 幽漫心理的表达能力

### ——唐大叔真传《不正经》四卷

◎ 颠倒在唐大叔的学园里

卷一 颠倒篇 .....	(160)
卷二 正误篇 .....	(164)
卷三 情感表错篇 .....	(168)
卷四 理性偏激篇 .....	(172)

## 第七章 幽默语境的控制能力

### ——弥勒笑佛的五种神通

◎ 笑佛的大肚兆示着什么

——幽漫园主教我用“腹脑”了悟

神通之一：TPO 迁移法 .....	(180)
神通之二：随机分身法 .....	(184)
神通之三：渐修顿悟法 .....	(186)
神通之四：倾城倾国法 .....	(190)



## 第三阶段 幽默技法训练

### 第八章 萧大侠实战秘笈：逆式八法

◎ 萧大侠示范三机九势

- 一、反求因果：善于从反方向钻空子 ..... (203)
- 二、指桑骂槐：含蓄活泼地反击 ..... (204)
- 三、旁敲侧击：拐弯抹角地敲山震虎 ..... (206)
- 四、以正导反：在期待的落差中进入自由之境 ..... (207)
- 五、指鹿为马：名不符实的演绎 ..... (209)
- 六、返还其身：以其人之道还治其人之身 ..... (211)
- 七、欲擒故纵：先纵后纵都是擒 ..... (213)
- 八、谬上加谬：扩展对方的误区 ..... (215)

### 第九章 马克·吐温：源于童心的变式八法

◎ 汤姆、哈克与江鱼儿的真善美际遇——马克·吐温纵论天下童心

- 一、同枝异花：在变化中择优而用 ..... (224)
- 二、活用类比：用比较揭示差异 ..... (225)
- 三、借语作桥：巧用对方的话柄 ..... (227)
- 四、巧用拟人：让动物也过过做人的瘾 ..... (229)
- 五、故弄玄虚：将悬念设下再解开 ..... (231)