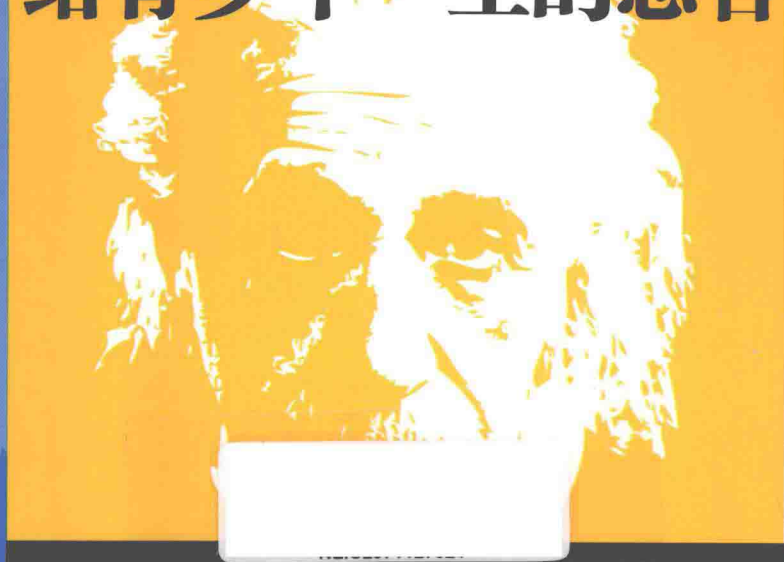


★ 听听名人这样说 ★

爱因斯坦

给青少年一生的忠告



武敬敏 主编

$$E=mc^2$$

全国百佳出版社

江西美术出版社

听听名人这样说

爱因斯坦

给青少年一生的忠告



武敬敏 主编

$$E=mc^2$$

全国百佳出版社

 江西美术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

爱因斯坦给青少年一生的忠告/武敬敏主编. —南昌: 江西美术出版社, 2014. 1

(听听名人这样说)

ISBN 978-7-5480-2332-6

I. ①爱… II. ①武… III. ①人生哲学—青年读物②人生哲学—少年读物 IV. ①B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 183528 号

出品人: 陈 政

责任编辑: 刘 滢

企 划: 北京江美长风文化传播有限公司

听听名人这样说

爱因斯坦给青少年一生的忠告

主 编: 武敬敏

出版发行: 江西美术出版社

地 址: 江西省南昌市子安路 66 号江美大厦

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京昌平新兴胶印厂

开 本: 889mm×1194mm 1/16

印 张: 15

版 次: 2014 年 1 月第 1 版

印 次: 2014 年 1 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5480-2332-6

定 价: 29.80 元

本书由江西美术出版社出版, 未经出版者书面许可, 不得以任何方式抄袭、复制或节录本书的任何部分

版权所有, 侵权必究

本书法律顾问: 江西豫章律师事务所 晏辉律师

赣版权登字—06—2013—402



前言

爱因斯坦是谁？他的伟大从何而来？来自他敏锐的判断力还是强大的推理能力？来自他幽默睿智的语言表达能力和过人的观察能力还是超凡的创造力和想象力？或者是他过目不忘的记忆力？那他的平凡又如何解释？例如对孩子、数学和小动物的热爱？……

在美国《时代》杂志的评选中，他当之无愧地被评为 20 世纪“世纪之人”。爱因斯坦生前曾被请求写信给五千年后的人类子孙，去世之后，漫画家把他作为地球的标签在宇宙星系中标示“爱因斯坦曾寓居于此”；他的大脑被科学界保留下来以研究其生理结构与超常智力的关系，因此，他也是智慧与高智商的代言人。但他还有更加宝贵的一面，他是不折不扣的人文科学家、思想家，他反思科学的利弊，关心人类和平、自由与幸福，提倡个性与自我发展对人的重要性，因此，他也被誉为“人类的良心”。

爱因斯坦只有一个，如果我们对脑力训练给以足够的重视，我们的思维必会得到一日千里的提升。

根据科学家的研究，人脑中有 2 千亿个脑细胞，可储存 1 千亿条信息，思想每小时游走三百多里，拥有超过一百兆的交错线路，平均每 24 小时产生 4 千种思想，是世界上最精密、最灵敏的器官。人脑中蕴藏无数待开发的资源，而一般人对脑力的运用不到 5%，剩余未开发部分是脑力与潜能表现优劣与否的关键。

也许，爱因斯坦与普通人所不同的只是他的勤奋，以及敢于独立地用大脑进行思考。基于此，我们针对青少年朋友编写了这本《爱因斯坦给青少年一生的忠告》，在本书中，编者将奉献给广大读者爱因斯坦的忠告，希望通过休闲的笔调、有趣的内容、益智多多的游戏，让读者在轻松愉悦的训练中达到激荡脑力、激发思维潜能的训练效果，找到认识世界、勘探世界的捷径。全书分观察力训练、判断力训练、推理力训练、计算力训练、语言力训练、创造力训练、想象力训练、记忆力训练八个部分，把青少年从枯燥的知识灌输中彻底解脱出来。

“以最有效的方式开发青少年的潜能，以最轻松的训练开启智慧的法门”，学习的革命就从此开始——翻开此书，没有填鸭式的教程，你依然能触类旁通，一一化解学习、生活中碰到的棘手问题；翻开此书，让我们一起来见识这位科学巨人的思维方法，分享他创造科学奇迹的喜悦。我们也许成不了爱因斯坦，但我们可以像爱因斯坦那样思考，他能做到的，你也可以！



目 录

忠告一：培养观察力——敏锐地观察生活

提高观察力的忠告 / 2

观察力训练 / 5

一、比较观察 / 5

二、顺序观察 / 6

三、多感官参与观察 / 16

参考答案 / 24

一、比较观察 / 24

二、顺序观察 / 25

忠告二：培养判断力——做出正确的判断

提高判断力的忠告 / 38

判断力训练 / 41

一、空间判断 / 41

二、概念判断 / 45

三、快速判断 / 49

参考答案 / 56

一、空间判断 / 56

二、概念判断 / 59

三、快速判断 / 62

忠告三：培养推理力——转动思维的车轮

提高推理力的忠告 / 68

推理力训练 / 71

一、演绎推理 / 71

二、归纳推理 / 73

三、类比推理 / 81

四、回溯推理 / 85

参考答案 / 88

一、演绎推理 / 88

二、归纳推理 / 91

三、类比推理 / 97

四、回溯推理 / 100

忠告四：培养数学能力——人生的另一种表达方式

提高数学能力的忠告 / 104

数学能力训练 / 106

一、快速计算 / 106

二、趣味算术 / 112

参考答案 / 122

一、快速计算 / 122

二、趣味算术 / 128

忠告五：培养语言力——尽情展示自己

提高语言力的忠告 / 138

语言力训练 / 141

一、读读写写 / 141

二、看看填填 / 146

三、趣味字谜 / 154

参考答案 / 159

一、读读写写 / 159

二、看看填填 / 161

三、趣味字谜 / 165

忠告六：培养创造力——无尽的新事物

提高创造力的忠告 / 168

创造力训练 / 170

一、打破定势 / 170

二、大胆构想 / 176

三、动手做一做 / 180

参考答案 / 184

一、打破定势 / 184

二、大胆构想 / 188

三、动手做一做 / 191

忠告七：培养想象力——打开奇幻世界的大门

提高想象力的忠告 / 196

想象力训练 / 199

一、空间想象 / 199

二、异想天开 / 203

参考答案 / 206

一、空间想象 / 206

二、异想天开 / 207

忠告八：培养记忆力——思维的深度魅力

提高记忆力的忠告 / 212

记忆力训练 / 214

一、图像记忆 / 214

二、理解记忆 / 218

三、联想记忆 / 227

忠告一：培养观察力

——敏锐地观察生活

科学研究能破除迷信，因为它鼓励人们根据因果关系来思考和观察事物。

——爱因斯坦



提高观察力的忠告

人类历史上，尤其是科学发展史上的成功人物都具备优秀的观察力品质，爱因斯坦也不例外。

爱因斯坦是20世纪最伟大的物理学家。他从小就喜欢观察生活，被称为“善于观察的小爱因斯坦”。

他在五岁时和家人去郊游，当走进一片茂密的树林时，他却不见了，母亲到处找他，焦急地喊他，他却一个人在林间轻轻地穿行，一会儿摘下一片树叶，细心观察树叶的脉纹，一会儿观看阳光从树叶间透出的光斑。到了湖边，他就蹲下身来，一动也不动地望着湖面上起伏的微波。当母亲好不容易找到他时，他正坐在地上，凝望着一队队忙忙碌碌来回穿梭的蚂蚁。妈妈一把拉起小爱因斯坦的手，发现他待的地方离她叫喊的地方很近。“你干吗不答应妈妈，让妈妈来回地跑？”“妈妈，我没听见。”小爱因斯坦说。妈妈只好微微地叹了一口气。

善于观察的小爱因斯坦长大后，成为一名伟大的物理学家，他对天文学最大的贡献莫过于他的宇宙学理论，其大大推动了现代天文学的发展。

观察力是指大脑对事物的观察能力，如通过观察发现新奇的事物等，在观察过程中对声音、气味、温度等有一个新的认识。其实，观察力就是人们通过眼、耳、鼻、舌、身感知客观事物的能力；有没有能力发现问题，对周围的事物有没有兴趣观察是智力品质的重要表现。在爱因斯坦看来，知识不能单从经验中得出，而主要是从理智的发现



与观察到的事实两者的比较中得出。

正是这种观察力品质，成为成就爱因斯坦巨大成绩的重要因素之一。青少年应从小培养自己善于观察的习惯。善于对周围的各种事物进行仔细的观察，并尝试透过现象看到问题本质，通过不断的观察，把不懂的地方彻底弄明白。

对青少年来说，学习知识需要从观察开始，许多孩子学习成绩不好的原因之一就是观察力差，从而导致思考能力和判断能力低下。人的观察力虽然受先天生理、心理因素的影响与制约，但主要是在后天实践中形成和发展起来的。因此观察力是可以培养和训练的。这可以从如下几个方面入手。

1. 确立观察的目标，提高观察责任心。人的行为是有目的的。只有带着目的和任务进行观察，提高责任心，才会对自己的观察力提出较高的要求，从而提高观察力。

2. 明确观察对象，制订观察计划。这样就可以将观察力指向并集中到要观察的对象上，并按部就班从容观察，从而有助于提高观察力。

3. 掌握良好的观察方法。如要坚持观察的客观性，要注意被观察对象的典型性，等等。

4. 培养浓厚的兴趣和好奇心。兴趣和好奇心是提高观察力的重要条件。一个人具有好奇心，对其观察的对象有浓厚的兴趣，他就会坚持长期持久的观察而不感到厌倦，从而提高观察力。

5. 观察时要全神贯注，聚精会神。注意力是观察力的重要品格之一。只有提高注意力，对观察对象全神贯注，才能做到观察全面具体，才能收集观察对象活动的细节。

6. 要有丰富的知识和经验储备。只有这样才能在观察中善于捕捉机遇。科学家巴斯德说过：“在观察的领域里，机遇只偏爱那种有准备的头脑。”

人从诞生之日起就与探究这个世界结缘，人生下来就走出了探究这个世界的第一步，然而，世界总是扑朔迷离，如果没有一双慧眼，



我们的努力只能与世界的本质背道而驰，所以茫茫宇宙中总回响着一个声音：用你的眼睛来发现我，来认识我吧！

现在，就让我们踏上发现之旅，看看有什么意外的惊喜等着你呢……



二、顺序观察

3. 叠放的波斯地毯

一块边长 2 米的地毯覆盖了一块边长 1 米的地毯的一角。大地毯的一个顶点放在小地毯的中心。不考虑周围的流苏，小地毯有百分之几被大地毯遮住了？

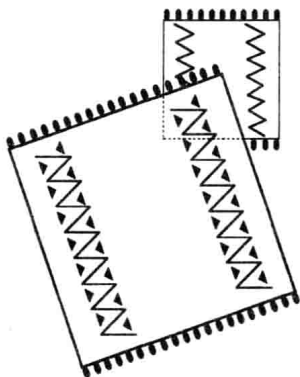


图 1-3

4. 金字塔的碎片

年久失修的金字塔裂缝多多，巧的是其中有两块碎片形状是一模一样的，你看是哪两块碎片？

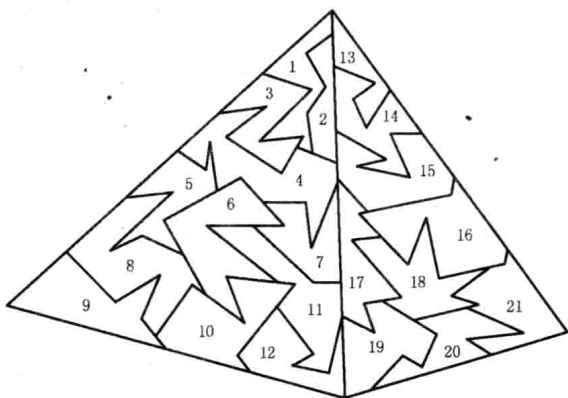


图 1-4



5. 看出来的规律

如图 1-5 所示，下边的正三角形中已排列了♂或♀的符号，其排列是遵循一定规律的。这个规律是：只要沿三角形的一个边画上 6 个♂或♀的符号，其他的就按这个规律来填，直至填满为止。你能看出所遵循的是什么规律吗？并请按同样的规律填满右边的正三角形中的♂或♀符号。

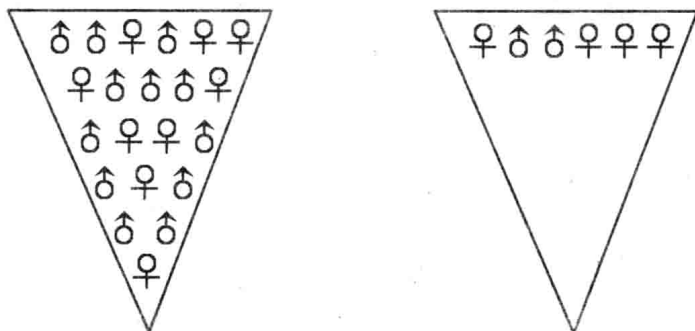


图 1-5

6. 破碎的心

图 1-6 中 A~H 共 8 块碎片，只要找出其中 3 块碎片，就可把碎“心”重整。是哪 3 片？

7. 天上落西红柿汁

在澳大利亚的一个农场里，有一位马虎先生，他家里自制了很多西红柿汁。有一天，他的小儿子约翰站在窗下，可是淘气的哥哥汤姆

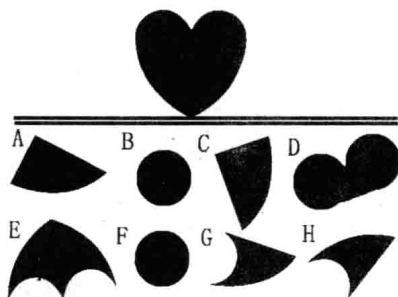


图 1-6

把西红柿汁朝弟弟的头上倒下去了。西红柿汁正好成一条线，落到约翰的头上。马虎先生急忙赶到窗户边一看，真奇怪！约翰的头上一滴西红柿汁也没有，地上也没有痕迹。请问这是为什么？

8. 取代问号的图形

问号的位置应是 A、B、C、D 中的哪一个图形？

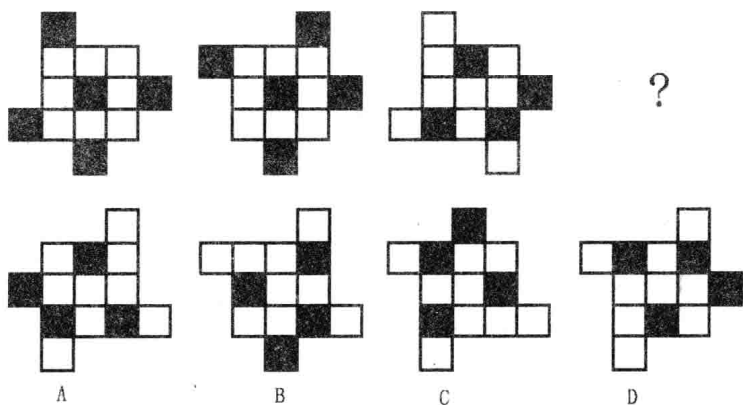


图 1-7

9. 哪个不相称

下面哪个图与其他的图不相称？

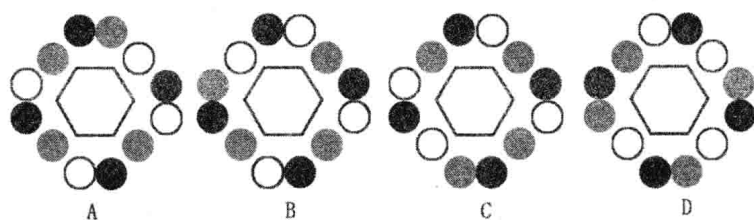


图 1-8

10. 完全吻合

下面哪个图与带问号的图完全吻合？

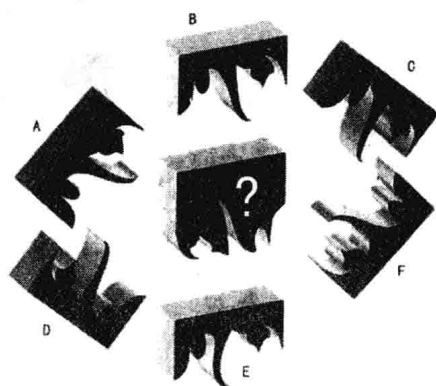


图 1-9