

青少年正能量提升书系

思维力

给你的大脑来场思维风暴

兴趣在思考中激发 智慧在趣味中启迪
潜在在系统中拓展

思维能力需要训练，经过训练让思维能力
最大限度地得以发挥，
是每个杰出青少年成功的关键！

姜 越◎主编



T
GEINIDE DANAOLAI CHANGSIWEI FENGBAO
HINKING ABILITY



中央编译出版社
Central Compilation & Translation Press

青少年正能量提升书系

思维力

给你的大脑来场思维风暴

兴趣在思考中激发 智慧在趣味中启迪
潜在在系统中拓展

思维能力需要训练，经过训练让思维能力
最大限度地得以发挥，
是每个杰出青少年成功的关键！

姜 越◎主编

常州大学图书馆
藏书章



T GEINIDE DANAOLAI CHANGSIWEI FENGBAO
HINKING ABILITY



中央编译出版社
Central Compilation & Translation Press

图书在版编目 (CIP) 数据

思维力：给你的大脑来场思维风暴 / 姜越 主编. —北京：

中央编译出版社，2013.4

（青少年正能量提升书系）

ISBN 978-7-5117-1642-2

I. ①思…

II. ①姜…

III. ①思维能力—青年读物②思维能力—少年读物

IV. ①B842.5-49

中国版本图书馆CIP数据核字（2013）第068506号

思维力：给你的大脑来场思维风暴

出 版 人：刘明清

出版统筹：谭 洁

责任编辑：董 巍

责任印制：尹 珺

出版发行：中央编译出版社

地 址：北京西城区车公庄大街乙5号鸿儒大厦B座（100044）

电 话：（010）52612345（总编室） （010）52612363（编辑室）
（010）66161011（团购部） （010）52612332（网络营销部）
（010）66130345（发行部） （010）66509618（读者服务部）

h t t p: www.cctpbook.com

经 销：全国新华书店

印 刷：北京柯蓝博泰印务有限公司

开 本：710毫米×1000毫米 1/16

字 数：220千字

印 张：16.75

版 次：2013年6月第1版第1次印刷

定 价：33.00元

本社常年法律顾问：北京市吴栾赵阎律师事务所律师 闫军 梁勤

凡有印装质量问题，本社负责调换，电话：（010）66509618

前言



心理学家与哲学家认为，思维是人类最本质的一种资源，是一种复杂的心理过程。他们将思维定义为：人脑经过长期进化而形成的一种特有的机能，是人脑对客观事物的本质属性和事物之间内在联系的规律性所作出的概括与间接的反映。

众所周知，世界上没有两片相同的树叶，即使是人也是如此。大家可以回想一下，当你刚上学的时候，肯定有学习比你好的同学，也有跟你学习成绩差不多的同学，比你差的同学也不在少数，但多年之后，你们的境遇却有着很大的差距，有的取得了一定的成绩，有的过着困窘的生活。为什么会这样呢？当然，最关键的因素就是你们思维不同。

古今中外，凡取得重大成就的人，必定是在其职业领域摸爬滚打中留下了大量思考足迹的人，所有的计划、目标和成就，都是思考的产物，思路决定出路，思维是人生中一笔难能可贵的财富。由此，思维力被成功学大师拿破仑·希尔誉为是可以主宰成功的一项非常重要的因



素，同时，也被麦肯锡认为是优秀职业人士必备的一项关键能力。

一念之差，往往会错失一段精彩。思路决定出路，好思维造就美丽人生。美国著名地质学家华莱士在总结其一生成败经验的著作《找油的哲学》中写道：“找油的地方就在人的大脑中。”他提出一个著名的观点：人的大脑里蕴藏着丰富的宝藏，而思维方式，是其中最珍贵的资源。

爱因斯坦狭义相对论的建立共历经了10年的沉思，他说：“学习知识要善于思考、思考、再思考，我就是靠这个学习方法成为科学家的。”思想是行动的先导，你拥有怎样的思维方式，就会采取怎样的行动，这也就决定了你的命运之路。

思路决定出路，思维影响人生。改变命运，成就人生，不妨从改变思维开始。

本书向读者介绍了多种重要的思维方法，最主要的目的就是帮助读者发掘出头脑中的资源，使大家掌握开启智慧的钥匙。同时，也为读者打开了多扇洞察世界的窗口，每一种思维方法向读者提供了一种思考问题的方式和角度，而各种思维本身又是相互交融、相互渗透的，在运用逆向思维的时候，又会受到辩证思维的指引。这些思维方法的有机结合，为我们构建了全方位的视角，为各种问题的解决和思考度的延伸提供了行之有效的指导。

这些思维方法可以帮助我们解决生活中的各种问题，使我们从容面对遭遇到的各种困境，无论是学习、工作、人际交往、经营管理，还是解决生活中的困惑，都离不开这些思维方法的运用，它们就像一位位忠实的智者，时刻陪伴在我们身边，在我们最需要它们的时候各自大显神通。



目 录



前言.....	001
---------	-----

第一章 擅用头脑，世界由我掌控

在现实生活中，当你面对这样的现象时，你肯定也会感觉奇怪：虽说努力是成功的必要因素，但你会发现生活中有很多人学习认真刻苦，工作勤奋努力，做事情有条不紊，但就是学习成绩不会进步，一事无成……至于为什么会这样，当然有各种各样的原因，但最为关键的原因就是他们缺乏正确的思考方式。

会思考的人容易成功.....	002
正确思考是一种能力.....	005
要养成正面思考的习惯.....	008
在改变思路中找出路.....	010
生命的财富在于开拓.....	014



脑袋决定口袋·····	019
善用智慧，轻松成功·····	022
穷人与富人只有0.1%的差距·····	024
大脑的思维潜力·····	028

第二章 创新思维催生智慧

人生的路千条万条，条条大路通罗马。重复别人也许可以少犯错误，但不会成为第一个拥抱胜利的人；因循守旧只能是安慰自己“平平淡淡才是真”，但无法创造自己的人生。创新就是敢冒天下之大不韪，天马行空，横空出世，平地起高楼，凭空想象创造奇迹。让凡人皆为之疯狂，让俗人皆向其模仿，让世人皆惊叹而悔之晚矣。

创新是不是很难·····	034
挖掘你的创新潜能·····	036
站在巨人的肩上创新·····	039
用学习去拥抱创新·····	042
用“心”才能创“新”·····	045
从众心理是创新思维的腐蚀剂·····	047
书本知识不等于创新能力·····	049
创新来自于不懈地行动·····	053



第三章 走出思维的夹角

思维让我们从生动的感性认识开始，达到对客观世界的理性认识。依靠思维，我们才可能更精确地描述和把握这个世界；依靠思维，人们才能总结规律，运用规律，了解那些并没有直接感受的东西；依靠思维人们才能预测未来，很好地规划自己的行动。所以在生活中我们要灵活利用自己的头脑，走出习惯性的思维方式。

灵活思维，无往不利·····	060
别陷入惯性思维误区·····	062
“无限”思维：别给你的思维设限·····	064
打破制约成功的瓶颈·····	068
“借机生蛋”，学会变通·····	071
运用积极的幻想·····	076
保持旺盛的想象力·····	079
把思考和行动结合起来·····	081
从危机中寻找“生机”·····	083
睿智思维：跳出原有的圈子·····	086
走出创新思维的困境·····	089
用健康实现思维转变·····	091



第四章 众观古今，跟着名人学习思维之道

在日常生活中，一个人的思想和行动都是由思维控制的。同时，思维也决定了一个人的视野、事业和成就。在不同思维的控制之下，人们就会产生不同的观念和态度，从而引导人们做出不同的行动，当然，不同的行动也必然带来不一样的结果。所以，在做事情的时候，一定要考虑好自己想要的结果，然后用与其相应的方式进行思考，只有这样才能解决困难，达到自己的目的。否则就会引自己走上“歧途”。下面我们一起领略名人的思维之道，从中可以学习并领悟他们的思考方法，从而成就自己，走向成功。

徐达：指挥皆上将，谈笑半儒生·····	098
包拯：黑面无情，迂回断案·····	100
罗斯福：巧言惊世·····	102
希尔顿：同样的危机，不同的思路·····	104
袁隆平：杂交的思想·····	106
李彦宏：开拓与奋进·····	108
创造学之父：奥斯本的“头脑风暴法”·····	110
比尔·盖茨：用超前思维捕捉机遇·····	112
牛根生：很“牛”的一个人·····	114
张艺谋：夏威夷不是句点是起点·····	115
乔布斯：“简单”的一个苹果·····	117
莫言：不一样的诺贝尔奖·····	120

思维力

给你的大脑来场思维风暴

004



第五章 另类思维，引领美好未来

思维让我们从生动的感性认识开始，达到对客观世界的理性认识。依靠思维，我们才可能更精确地描述和把握这个世界；依靠思维，我们才能总结规律，运用规律，了解那些并没有直接感受的东西；依靠思维，人们才能预测未来，并很好地规划自己的行动。下面就介绍几种另类的思维方法。

正向思维·····	126
横向思维·····	128
增值思维·····	130
U形思维·····	132
变换思维·····	136
减法思维·····	138
加法思维·····	139
孙子思维·····	142
拿破仑思维·····	143
拉哥尼亚思维·····	144
费米思维·····	146
多米诺思维·····	148
洛克菲勒思维·····	150
“懒人思维”·····	152
共赢思维·····	154
方式换位思维·····	157



第六章 自我训练，给脑袋来场风暴革命

在思维训练中，简单的问题不是用来解决的，训练的目的也不是为了寻找到答案，而是要使思维模式由简单向复杂转化，即培养多角度、多层次、多方式观察问题、分析问题、解决问题的思维习惯。复杂的思维模式训练是为了使我们的头脑在遇到复杂问题时能快捷有效地处理。从司空见惯中发现规律，思维能力达到这种水平才算是拥有了一流敏锐的头脑。

联想思维练习·····	162
演绎思维训练·····	164
质疑思维训练·····	168
归纳思维训练·····	172
理性思维训练·····	176
应变思维练习·····	180
博弈思维训练·····	183
系统思维训练·····	186
假说思维训练·····	191
试错思维训练·····	195
智力激励思维训练·····	198
移植思维训练·····	203
集体思维训练·····	209
发散思维练习·····	212
思维训练场·····	216



第七章 自我检测，熟悉你的思维方式

思维方式对人类的幸福至关重要。有知识的人可能是有智慧的人，但未必是成功的人。如果思路不对，再有智慧也是徒劳，这时候他脑筋转得越快，往往也败得越早。而好的思维，会使人生旅途充满光亮。你了解自己的思维方式吗？你想知道自己有不凡的思维吗？那么赶快一起来测试吧！

你有联想思维能力吗·····	232
创新智力测试·····	235
你是一个直觉感很强的人吗·····	238
你有抽象思维能力吗·····	240
你有逆向思维能力吗·····	244
你有创造性思维能力吗·····	248



第一章

擅用头脑，世界由我掌控

在现实生活中，当你面对这样的现象时，你肯定也会感觉奇怪：虽说努力是成功的必要因素，但你会发现生活中有很多人学习认真刻苦，工作勤奋努力，做事有条不紊，但就是学习成绩不会进步，一事无成……至于为什么会这样，当然有各种各样的原因，但最为关键的原因就是他们缺乏正确的思考方式。



会思考的人容易成功

积极思考有一种巨大的能量，能把悲伤变为快乐，把消极变成积极，把失败变为成功。

无数历史事实证明，会思考的人更容易取得成功。然而，如果想拥有独立思考的能力，那么你应该多读书。人类社会的进步离不开会思考的人的努力，正是因为他们的存在，后代的人才能生活得更加幸福。

所以，对世界做出的贡献最大、最能实现自己价值的人往往是那些有独立思考能力的人。独立的思考者都会树立远大的生活目标，尽量把自己的所学贡献给人类的发展。

美国著名的成功学大师拿破仑·希尔曾经说过：“思考能够拯救一个人的命运。”当你处于困境、不想有任何作为的时候，那就转变一种思考方式，改变关注点。这样就能帮助你脱离困境，从而找到前进的方向。从而有利于你的个人成长。所以，那些善于思考的人更容易成为做大事的人。

在哈佛大学，有一句名言是非常受老师和学生推崇的，那就是：一天的思考，胜过一周的蛮干。任何一种思维都能对人的行动产生影响。善于思考是一种积极的思维模式，它可以帮助处于困境中的你找到



解决问题的办法，从而取得好的结果。在人生的旅途中，它会帮助你重拾信心。也就是说，在面对困难的时候，即使感觉自己绝望了，也要努力找到使自己重拾信心的办法。只要你努力、认真地思考了，你就一定会做出最好的选择。积极思考是一种人生态度，是对任何人、情况或环境所持的正确、诚恳而且具有建设性的想法。积极思考能充实你的梦想，给予你希望，并克服所有消极思考。它给你实现你欲望的精神力量、感情和信心。

很多人认为只有艺术家、音乐家和诗人才需要思考，而一般的人不需要思考。但事实证明，凡是工作中的精英都是善于思考的人。影响一个人成功的因素有很多，但最关键的还是思考能力。它会促使一个人即使处于绝望的处境中也能找到希望。

而一个普通人，由平庸变成伟大一点也不出人意料。他只不过是别人尚不觉察和思考时及时调整了自己的思考角度，改变了自己的思考和行为方式，而且实事求是地及时采取了行动而已。

因此，一个人如果有能力从烦恼、痛苦、困难的环境，挪移到愉快、舒适、甜蜜的境地，那么，这种能力就是真正的无价之宝。

著名歌唱家帕瓦罗蒂曾经接受邀请到法国参加一个演唱会。为了使自己达到最佳状态，所以晚上早早地就睡觉了。但没想到隔壁房间的一个婴儿一直在哭个不停。他被吵醒了。当时，他也没放在心上，只是蒙着被子继续睡觉，觉得孩子哭一会儿就会睡着的。谁知那孩子一直在哭，那哭声具有极强的穿透力，帕瓦罗蒂的耳边“余音缭绕”，使他根本无法继续睡觉。当时，他感觉真的是心烦意乱，简直要崩溃了，只有披着被子在房间里来回走路，一边走一遍祈祷：“那个婴儿快点睡着吧……”

但是，那个小孩儿好像就是在跟帕瓦罗蒂作对，无论他怎么祈祷



都无济于事，而且小孩儿的哭声越来越大。当感到脑袋快炸开的时候，他意识到，其实小孩儿的哭声跟自己唱歌的道理是一样的。所以，他劝自己听孩子的哭声就像欣赏他唱歌一样。渐渐地，他感觉这个孩子比自己厉害，自己唱歌的时候一会儿就累了，可他却可以持续更久。

所以，此时的帕瓦罗蒂已经化烦躁为喜欢了，他把耳朵紧贴墙壁，认真地倾听起孩子的哭声。在听的过程中，他发现了一个问题，那就是在孩子哭到快到临界点的时候，就会把声音拉回来，这样做，声音可以不被破裂。他得出的结论是孩子用丹田发声，而不是用喉咙。因此，他也开始学着用丹田发音，发现效果真的不错。这样一个不眠之夜，他不断反复地试验，与隔壁的婴儿形成了对应。结果在第二天的演唱会上，他以饱满洪亮的声音征服了在场的所有观众，赢得了大家的阵阵掌声。

如果在那天晚上，在帕瓦罗蒂实在忍受不了孩子哭声的情况下，去找孩子的父母进行抱怨，那么他肯定不会发现这种好的发声方法，事业也不会取得很大的成功。所以，在遇到任何问题的时候，一定保持乐观积极的心态，换种方式思考问题，那就可以化逆境为顺境，最终走向成功。

任何一个人，在生活中、学习中、工作中都可能遇到各种各样的烦恼和问题，有的人选择了抱怨，有的人选择了逃避，有的人选择了“倾诉和求助”，有的人选择了看书或者参加体育活动，也有的人通过自己的“积极价值观”进行积极思考，从而“转危为安”，从“困境中”走了出来，就像帕瓦罗蒂。

不过，仅有思考还是不够的，有了思考，同时还须有实践的坚强毅力和决心。如果徒有思考，而不能拿出力量来实现愿望，这也是不足取的。只有在积极思考的同时辅之以艰苦的劳作、不断的努力，思考才有巨大的价值。



正确思考是一种能力

纳克博士是美国的大教育家、哲学家、心理学家、科学家和发明家，一生中在艺术和科学上有许多发明。纳克博士的个人经历证实，他锻炼脑力和体力的方法可以培养健康的身体并促进心智的发展。

一天，奥里森·马登曾带着介绍信前往纳克博士的实验室去造访他。

当奥里森·马登到达时，纳克博士的秘书对他说：“很抱歉，这个时候不能打扰纳克博士。”

奥里森·马登问：“要过多久才能见到他呢？”

秘书回答：“我不知道，恐怕要3小时。”

奥里森·马登继续问：“请你告诉我为什么不能打扰他，好吗？”

秘书迟疑了一下，然后说：“他正在静坐冥想。”

奥里森·马登忍不住笑了：“静坐冥想？——那是怎么回事！”

秘书笑了一下说：“最好还是请纳克博士自己来解释吧！我真的不知道要多久，如果你愿意等，我们很欢迎；如果你想以后再来，我可以留意，看看能不能帮你约一个时间。”奥里森·马登决定继续等待。

当纳克博士走出实验室时，他的秘书给他们作了介绍。奥里森·马登开玩笑似地把秘书说的话告诉他。在看过介绍信以后，纳克博士高兴

