

开发人的潜力

〔苏〕B·Д·佩克利斯 著

许德全 黄绍曾 译

北 京 出 版 社

Виктор Давыдович ПЕКЕЛИС
ТВОИ ВОЗМОЖНОСТИ, ЧЕЛОВЕК!

Изд. «Знание»

Москва 1984

开发人的潜力

Kāi fā Rén Dè Qián lì

〔苏〕В·Д·佩克利斯 著

许德全 黄绍曾 译

*

北 京 出 版 社 出 版

(北京北三环中路6号)

新华书店北京发行所发行

北京第二新华印刷厂印刷

*

787×1092毫米 32开本 9.25印张 201,000字

1988年8月第1版 1988年8月第1次印刷

印数 1—11,000

ISBN 7-200-00449-9/G·121

定 价: 2.55 元

作者介绍

维克多·达维多维奇·佩克利斯是苏联作家协会和苏联新闻工作者协会会员。他在苏联率先开始普及控制论知识，随后出了几部专著，以及一些由他编辑的苏联和其他国家著名学者的著作汇编。他写的《小百科全书·大控制论》和《控制论趣谈》几年内就在苏联国内外一版再版达30多次。

B·佩克利斯研究的另一个课题是人的创造能力。他在这方面的著作《开发人的潜力》最初由《知识》出版社于1973年出版。另一部著作《怎样发挥自己的才能》已由苏联《儿童文学》出版社出版。

你了解自己的潜力吗？

——《开发人的潜力》中译本前言

张 南

苏联作家佩克利斯《开发人的潜力》一书，用大量杰出人物的事迹和体会，用近些年来有关的科研成果，通俗生动地阐述了一个重要问题：人们怎样才能认识自己的潜力，以及如何通过坚持不懈的学习、锻炼和修养，进行自我完善，挖掘和发挥出自己的潜力，以期在事业上有所成就，为祖国和人民做更多有益的事。这本书面向广大读者，科技、教育、文艺、学术工作者读了它有用，工人、农民、青年学生读后也同样能得到启发，有所裨益。

作者提出一个很有意思的问题：你了解自己的潜力吗？乍一听很奇怪，谁还不了解自己！但若看一看本书，再仔细地想一想，就会发现，我们大多数人，对自己的身体、心理、智力的状况及其潜力，缺少系统的考察和科学的分析，其实是不很了解，甚至是很不了解的。在日常生活中，我们也经常可以看到，有些对客观世界有着广博知识和精深研究的人，对自身的有些方面，却不甚了了。这种状况的存在，既妨碍每个人去发现和挖掘自身的潜力，从而也使社会损失了一笔可观的资源。

人自身存在着巨大的潜力，这从近一二百年人类发展的

历史看得更清楚。在许多国家，几十年内人的平均寿命提高了一倍，许多在几十年前被人惊叹的运动纪录已被远远抛在后面。人们的发明创造、研究成果和传播的信息量，正在以几何级数的速度增加，一系列新学科建立了，还有一系列新学科正处于重大突破的前夕。人在心理、道德方面的潜力也很大，这从一些英雄模范人物身上明显地表现出来，一旦他们树立了崇高的理想和坚定的信念，身上就迸发出忘我的献身精神，不畏艰险的勇敢，百折不挠的毅力，才思洋溢的创造及开拓精神，做出了惊人的业绩。他们是从普通人起步的，他们所做到的，许许多多普通的人都可以做到。

人们要发现和开掘自身的潜力，首先要有了解自己和开掘自身潜力的强烈愿望。俄国戏剧大师斯坦尼斯拉夫斯基说：“情感是创造力第一位的和最重要的发动机。”当然，这种情感是由社会发展的需要所激励起来的。一个人有没有自我完善的愿望，这种愿望的强烈程度，是和他的世界观、人生观、价值观密切相关的。一个浑浑噩噩混日子的人，当然不会有自我完善的动力。只有不安于现状，总想有所创造，有所前进，把自己的工作当作事业来干的人，才会有不断完善自己、力求多办事情的愿望。一个一心只为个人打算的人，也可能有某种自我完善的愿望，但这种愿望往往是片面的，有限的，也经不住困难和挫折的考验。只有决心为祖国和人民做奉献的人，才能始终保持开掘自己潜力的强烈愿望，并能用巨大的精力将其付诸实践。

要认识和开掘自身的潜力，还必须扫除思想上的拦路虎。有不少同志在人的才能问题上过分强调天赋的作用，工作、学习不顺利，往往抱怨爹妈没有给一个“好脑袋”。这当然是错怪爹妈了。这本书用大量的事实说明，人的天才、才能、

聪明，主要来源于后天的教育，来源于勤奋和不屈不挠的毅力。除了极少数生来痴呆、弱智的病儿以外，一般人生来的脑子结构，足够应付学习和工作的需要。书中提供了一个有说服力的事实，即研究一些天才的脑结构，发现其大脑重量大大低于平均的标准。我们在日常生活中也常常看到这种现象：有的人原来显得比较“迟钝”，但经过勤奋的学习、工作，取得了比较突出的成绩，人也变得聪明和有才华了；也有的人开始显得聪明伶俐，但懒散怠惰，或好高骛远，过一段时间，成绩还不如前一类人。所以，千万不要以“脑子不好”来为自己开脱，从而堵塞了自己进步的路。

另一只拦路虎是过分强调客观条件的作用，工作、学习不顺利，就埋怨客观环境不好。应当承认，客观条件对人的成才有着极为重要的作用，但是，人在客观环境面前并不是消极的。我们的社会制度，为千百万普通人开辟了成才的广阔道路。各单位的领导干部，要努力为提高人们的素质，使他们能够充分发挥聪明才智创造条件。当然，各个地方、各个单位情况不同，条件不同，这也是一个客观存在的事实。作为一个有志气的人，也不能等待各种条件都很理想才起步。与其束手慨叹环境不理想，不如在现实条件下，努力提高自己，努力开创事业，同时致力于改变条件。许多人正是发扬拼搏精神，战胜重重困难而打开成才之路的大门的。

要认识和开掘自己的潜力，还需要掌握科学的方法。《开发人的潜力》一书，不仅讲了这方面的道理，还介绍了不少认识和开掘人的潜力的科学方法，比如锻炼身体、提高记忆力、就业指导、组织集体工作等。当然，在一本通俗的著作里，要把各有关方面都论述得很精深，很周到，也是不可能的。何况，每个人情况千差万别，也不能开出一个万应的

药方。我们希望这本书能成为有志者的一个向导，从中得到启发，去探寻开掘自身潜力的路子，然后按照每个人的实际情况，选择恰当的目标和方法，一步步切实去做，定能不断提高自己，并为社会主义现代化建设的宏伟事业做出贡献。

献给朋友
——大將和士兵
亚历山大·马约罗夫，
他的生活方式
与本书思想一脉相承。

第四版序言

在提出再版问题时，作者陷入了二者择一的窘境。一方面，你感觉到作者在尽力保持本书的原貌：你的著作拥有广泛的读者，说明出版这本书的必要性和现实性。另一方面，须知生活并非在原地踏步，因此总得增加些新内容。

怎样摆脱这种困境，怎样满足如此矛盾的要求呢？每个作者每次解决问题的方式会有所不同。但是谁也不能无视这样一个重要事实：你的著作的生命力，读者对它的关注程度和批评意见，他们的愿望和建议。

你手中这本书的命运是引人注目的，更确切地说，不太寻常。一开始（为了检验作者对选题的构思），本书以单篇形式在报刊上发表。后来于1971和1972年以《怎样成为天才》为题，在捷克斯洛伐克《社会主义世界》杂志上全文连载，接着由莫斯科《知识》出版社于1973、1974和1975年以《开发人的潜力》作书名出版了数十万册。1975和1977年以《生活的战略与策略》为书名，两次在布拉迪斯拉发用斯洛伐克语出版。1976年本书被译成哈萨克文和摩尔达维亚文，1977年被译成法文和德文，1978年被译成爱沙尼亚文和格鲁吉亚文，1979

年被译成亚美尼亚文。

这样，在10年多一点的时间内，本书用10种文字出版了13次，目前总印数已达100万册。

作为作者，我认为本书如此受欢迎的原因首先在于选题本身。人是什么？这个问题自古以来就为人们所关注。我们今天的生活充满着人类用智慧和双手创造出来的令人瞩目的成就，这一现实从哲学上和日常生活方面反复、尖锐地提出这一问题，并促使很多很多人去思考有关个人健康和个人才能的问题。

非凡的智力，正确而有科学根据的职业定向，能力和才干的充分发挥——这就是对在新条件下用新技术工作的人的要求。

因此，对人的研究已经进入一个新阶段。现在大家关心的首要问题是——人向什么方向发展，而每个人最关心的是——怎样发挥自己的聪明才智。不仅科学家对这些问题感兴趣，几乎所有人的目光都注视着智者的潜力，注视着发挥创造型人材的潜力。

还要指出的是，不应当狭隘理解“创造型人材”的概念，不应当认为它只与脑力劳动职业有关。创作、创造不仅发生在精神方面，而且发生在物质方面。

对本书感兴趣的另一个原因是这本书在某种程度上帮助填补了教育中的一个空白。对于教学过程中要掌握和记忆大量材料这一极其沉重的负担问题，不知为什么很早以来就一直不被我们所重视。

当代的主要问题不是要把越来越多的知识装进头脑，而是要教会人们创造性地工作，用控制论的语言说，就是要嫁接某种原始程序，以解决任何工作中都会遇到的难题。

哲学家们现在越来越经常地问道：“对人怎么办？”在我看来，更重要的是要使每个人都能提出问题：“我对自己怎么办？”这不是抽象的修辞问题，而是对我们周围世界发生的变化，生活方式和意识水平的变化，能力（即与每个人相关的各种因素的总和）的发挥，我自己该怎么办的具体问题。须知我们大家在各方面都是多维、多样、多值的，是从物质到精神的。

因此，《开发人的潜力》不仅是指人的智慧潜力和职业训练，而且是指开发人的总和：人的情感和意志，人的道德和社会责任感，即人在生活中的各种表现。

我在书中试图建立一个简单的立论：人自己创造了自己。因此本书的重点总是放在提高和完善那些能最大限度地充分发挥自己能力的个人素质方面。这一作法使某些读者产生一种错觉，认为可以轻而易举地解决非常复杂的问题。但是我提及这一问题，不是为了给那些羡慕“智者”创造性成就的人泼冷水，而只是想使每个人都能注意观察自己，了解自己，评价自己，深入研究自己。

本书每次再版都会收到读者的大量来信，信中表达了很多愿望。作者部分采纳了他们的建议，对全书作了较大的修订和补充，增加了“工作入门”、“信息爆炸”、“教学与新技术”，“工作能力与年龄”这样一些章节，探讨了将来普遍采用人工智能后，如何发挥人的才能的有关问题。

此外有人提出，书中应增加提高能力的详尽建议，我的回答是：《开发人的潜力》这本书不是实践指南，而是一次引导思想的尝试，其目的不仅要使你思想上能够接受，而且要引起你心声的共鸣，激励你去行动。

再者，我真诚地建议每个人在自己的生活中施展自己的

才能。作者希望,读者在看完本书后扪心自问该怎样生活时,
能够回答说:“应当象生活对你所要求的那样去生活!”

维克多·佩克利斯

1983年9月

目 录

第四版序言	1
作者致读者的话	1
一、什么是天才?	1
(1) 人的潜力	1
1. 天才问题的五种见解	1
2. 神童与智叟	9
3. 非凡的记忆力	19
4. 神奇的心算者	25
二、你的能力在你手中	35
(1) 自我了解	35
1. 能力的范围与才能的谐波	35
2. 谈谈就业指导	41
3. 兴趣调查表	50
4. 目的反射	58
(2) 自我完善	61
1. 学会控制自己	61
2. 提高注意力的方法	71
3. 怎样提高记忆力	80
(3) 自我学习	94
1. 在信息海洋里	95
2. 一目十行	102
3. 怎样通晓多种语言	108
4. 西塞罗的桂冠	116
5. 教学与技术	122
三、行动指南	128

(1) 明知故犯	128
1. 应当合理进食	128
2. 空气是健身的良药	135
3. 百炼成钢	140
4. 年老不可怕	144
(2) 创造力的维生素	152
1. 运动与思维	152
2. 生命节律	159
3. 向失眠进攻	166
4. 不良情绪要不得!	176
(3) 生活的战略与策略	182
1. 既“取决于上帝”，又“取决于自己”	182
2. 极限负荷理论	190
3. 需要反省吗?	199
4. 虚荣心有用吗?	206
四、探索创造潜力	212
(1) 工作入门	212
1. 工作环境	212
2. 科学地组织你的劳动	219
3. 怎样寻求最佳答案	223
(2) 沿着能力的阶梯攀登	229
1. “人——人工智能”系统	229
2. 发明的定律	235
3. 脑力冲锋	240
(3) 天才集体的公式	245
1. 问题维议	245
2. 集体是控制系统吗?	251
3. 谁能成为领导者?	257
4. 集体与个人	265

一、什么是天才？

天才就是
巨大忍耐的才能。

——布封

(1) 人的潜力

天才
主要取决于毅力。

——阿诺德

1. 天才问题的五种见解

天才是百分之一的灵感，
百分之九十九的汗水。

——爱迪生

谁可以算作天才？这个问题乍一看起来好象很简单，其实不然。围绕很多人的名字，争论至今没有停息——辩论还在继续。

对这个问题的看法，的确有一个很有趣的统计结果。这项工作是本世纪初进行的，距今还不算太久。以下是统计中的重大发现。

当之无愧的“天才”不超过四百人。这对五千年的文明史来说并不密集——十年中全人类还出不了一个公认的天才。你瞧，天才真可谓凤毛麟角了！

天才，这种文明社会独特的“生长点”，自古以来就吸引、搅动着人们的心，甚至使人们产生恐慌之感。然而，有关天才和天才人物的论述在科学上站得住脚的却寥寥无几。

也许研究人员看不清这种最复杂现象的本质？

那么，天才自己呢？难道他们也说不清自己的情况，自己创造的原理吗？或者过去和现在他们都不想说？有一种见解认为，天才就象中世纪的能工巧匠，是在有意藏匿自己的秘密。

有一次，亚历山大·格林不无道理地说：“普希金很清楚他是个天才。但是他有足够的理智和谨慎态度，不向任何人表露这一点。人们当时也还没有成熟到能平心静气地接受这种表达方式的程度”。

天才创造者们曾试图搞清，在处于创造高潮和恍然大悟的神奇时刻，他们内心世界所发生的事情，但是他们在著作中公开承认，这种尝试毫无结果。

无论哲学家、作家、心理学家、还是医生，在其工作中一次又一次地探索着这个问题。遗憾的是，直到今天我们的见解仍然是众说纷纭。

不管多么奇怪，今天仍然有人认为天才是一种降神者，在其授意下，某个高级生物会把自己独特思考的结果告诉我们凡人。

另一种人则与叔本华一起坚定地认为，天才是孩子（“……任何孩子在一定程度上都是天才，而天才在一定程度上也是孩子。两者的不同之处表现在幼稚和过分天真”）。

顺便说一句，科尔涅伊·丘科夫斯基——一位儿童心理

学家的权威也在《从两岁到五岁》这本书中写道：“任何孩子，从两岁开始便在短期内变成了天才的语言学家……实际上，孩子是我们星球上最伟大的脑力劳动者，好在连他们自己也没有料到这一点。”

儿童的创造力隐藏着极大的奥秘——每个孩子都有无与伦比的创造力和不可遏止的想象力，这种潜力一旦迸发出来便势不可挡和永无止境。只要看一看孩子们画的画就足以相信他们的发现是多种多样的。

丘科夫斯基说：“如果我们童年时期对周围世界强烈的好奇心未随着对我们最需要的基础知识的积累而减弱的话，我们大家在20岁以前本来都可以成为伟大的化学家、数学家、植物学家、动物学家的。”

很多人支持天才遗传学说。这一理论的拥护者们断言，天才就象某种神秘的力量，一代传一代。应该说，有不少事实似乎能证实这种思想。例如，约翰·塞巴斯蒂安·巴赫系谱表上有56位音乐家，其中最出名的有20位。瑞士的别尔努利家族中，二百年内出了14名大科学家。提香、范戴克、达尔文、施特劳斯、居里家族的天才“密度”也都很大。

当然，也有相反的事实。例如，有些天才出身于凡人之家，起码在这以前的三、四代中没有出现过杰出的人物（遗憾的是，普通家庭的家谱一般无法查清。而这一点又极其重要，因为根据我们后面还要讲到的天才本性遗传学说，“神才”只有在家谱的个别阶段才能意外地猝发出来，而在其他阶段则完全不“工作”。）

“天才病态”论认为，稀世之才出于偶然，即由于偶然，某个命运的宠儿得到了在有用的方面遭到破坏的机体。

根据这一理论，心理失调有利于产生天才。例如，歌德

和拜伦把他们埋头于诗歌创作时的心理状态比作梦游症患者的梦幻。

意大利精神病学家龙勃罗梭为此甚至创立了一整套当时很流行的学说。他在《天才与精神病》一书中阐述了这一理论。

按照龙勃罗梭的见解，天才创作时的狂热状态与狂躁兴奋相似。他认为，偏执狂的特点，如：自我中心主义、过分的自尊心、对自己任何行为的执着性和固执性，过分自信，热中于一种思想，傲慢以及对目标的渴求心理，是“一般”天才的典型特点。

在天才病态论拥护者的行列中，有些人认为，大脑中物质参数偏离常规最为重要。为此，他们称了大脑的重量，量了大脑的体积，算出大脑皮层中脑回的数量。他们感到困惑不解的是，天才大脑的重量大大低于平均标准，于是科学家们对这方面的研究失去了兴趣。

法国十八世纪的哲学家爱尔维修是另一种天才论的创立者。他在《论智力》的著名论文中断言，才能及其最高形式——天才——与遗传毫无关系：人变成什么样子，这完全取决于他在社会生活过程中所受到的培养和教育。

爱尔维修理论具有明显的反贵族性质。根据这一理论，所有人都具有相同的天资，一样的遗传条件，因而都是贵人的“纯血统”后裔。这一思想在欧洲流传甚广，因为它无疑是进步的，符合当时的进步观点，锋芒直指不平等的封建等级制度，体现了知识分子的强烈愿望和处于上升时期的资产阶级的勇气。

上面讲了五种观点，但是任何一种观点也没有向我们作出明确的解释。