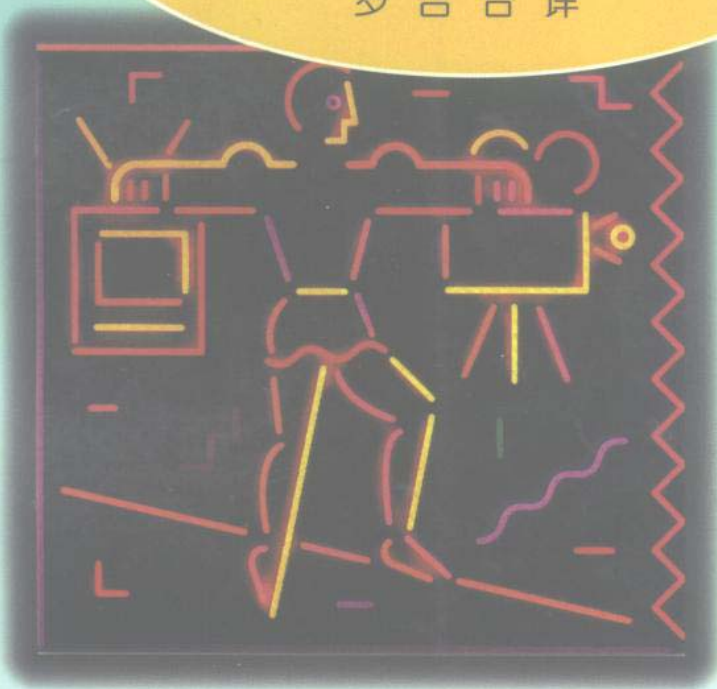


Thomas Armstrong

托马思·阿姆斯壮著

人生的七大智慧

罗吉台译



中国计划出版社

人生的七大智慧

(美) Thomas Armstrong 著

(台) 罗吉台 译

中国计划出版社

一九九七 北京

图书在版编目(CIP)数据

人生的七大智慧/(美)阿姆斯壮(Armstrong, T.)著;罗吉台译.-北京:中国计划出版社,1997.7

ISBN 7-80058-560-3

I. 人… II. ①阿… ②罗… III. 能力-通俗读物 N. B848.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(97)第 06438 号

Thomas Armstrong 7 Kinds of Smart Copyright © 1993 Thomas Armstrong Chinese language publishing rights arranged with Penguin U. S. A. © Chinese language copyright © 1997 China Planning Press

(本书通过美国企鹅出版公司取得中文简体字版授权,北京市版权局著作权合同登记章图字:01-97-1114号)

人生的七大智慧

(美)Thomas Armstrong 著 罗吉台译



中国计划出版社出版

(地址:北京市西城区月坛北小街2号3号楼)

(邮政编码:100837 电话:68580048)

新华书店北京发行所发行

北京二二零七工厂印刷

850×1168毫米 1/32 6.5印张 150千字

1997年8月第一版 1997年8月第一次印刷

印数1 6000册



ISBN 7-80058-560-3/F·343

定价:10.00元

前 言

你有多聪明？你很可能会以与考试或读书有关的各种能力为标准，来回答这个问题；也许你做过大众化杂志里的十分钟小测验，曾试着解答类似“X 和 Y 的关系等于 B 和 □ 的关系”这样的题目，或是解释一些罕用字或难字的字义；也许你在学校或找工作时，做过智力测验。

许多人对智商或智力这些字眼都敬畏有加。一个人若是智商低，很可能被冠上“智能不足”或更糟的名号。而许多不雅且含有羞辱性的用词，诸如“低能”、“白痴”、“智障”，则曾经一度被公认为是对智商低的人所做的科学化正确描述。相反地，一个人若被封为“资优”或“天才”（智商一百四十以上），就能享有社会为那些出类拔萃的人所提供的奖赏：明星学校、高深学位、优厚待遇等等。因此，难怪仍有许多人会夜不成寐地思索，自己的智商究竟是多少？

然而，阅读本书，既不会使你的智商总分提高——至少我希望不会，而且也无法协助你准备升学考试，或任何其他社会上重视的考试。虽然本书中有些项目的确是模

仿智力测验的内容,但市面上,那些教你如何考好智力测验或升学考试的书,都比本书高明。

其次,这也不是一本教你速成的书。本书所透露的,反而是慢工出细活的道理。请记住,米开朗基罗花了好几年的时间,才完成西斯汀教堂的壁画。而歌德更是用了将近六十年的功夫,才写成他的杰作《浮士德》。

最后,这也不是一本为你增强脑力的书;我认为,你的脑力不但毋须增强,反而值得你为它庆贺一番,因为你已经拥有足够的、有活力的脑细胞为你效命,使你能完成一生中的许多大事。

我希望这是一本能帮助你肯定自己的学习能力,并在学习方面重新再出发的书。纵使别人一直对你说:“你不聪明”,可是你会在本书中找到实证,证明你是个资赋优异的人。我希望这本书能使你相信,你一点也不比一个天才差。在古代,一般人相信,每个人其实都有天份;天份像是个守护神,终生伴随着一个人,帮助他克服人生的难关,并使他的潜力得以充分发挥。然而,当我们一心关注智力测验或其他类似的无稽之谈时,我们却完全忘了“天才”的原义(在英文的字源学里,“天才”一词与阿拉伯神话“阿拉丁神灯”里的精灵有关)。不过,现在是我们找回这项原义的时候了,而这也才是本书的原旨。本书要将那些使你聪明的方法,一一呈现在你眼前。这些方法包括:

一、提供背景知识,使你了解你的各种智慧如何运作。

二、以列举的方式,一一核对,使你确知自己最强及

最弱的智慧。

三、以作业练习，协助你探索各种不同的思考方法。

四、以实际可行的建议，指点你各种开发智慧的方法。

五、教你如何将多种智慧理论融入实际生活中。

此外，本书将以世界各地各个民族实际谋生的技能做为例证，解释那些充满智慧的生活方式。你可以学习南非卡拉哈利沙漠区的布希人，揣摩他们的敏锐观察力；学习纽约曼哈顿的社交高手，研究他们的人际手腕；练习佛教高僧的静坐功力；或是学习欧洲作曲家以音乐创造意象的本领……等等。我保证，当你读完本书后，会对世界各地奉行数千年的生活智慧，有一番新领略。

本书将以介绍多种智慧理论作为开始。第一章介绍哈佛大学对多种智慧理论的研究成果，即人类至少具备七种智慧的学说。第二至第八章分别解说每一种智慧：语文的智慧（第二章）、感受空间的智慧（第三章）、音乐的智慧（第四章）、动作灵敏的智慧（第五章）、数理逻辑的智慧（第六章）、人际交往的智慧（第七章），和认识自我的智慧（第八章）。最后四章教你如何在生活中实际运用此一理论：发掘自己尚未绽放的潜力（第九章）、如何克服学习障碍（第十章）、如何使工作更上层楼（第十一章），和如何增强人际关系。本书结语将探讨各种智慧的重要性，及在未来的消长趋势。

如果你真的想要拓展自己的天赋，本书就是为你而写。如果下述各种情况适用于你，则本书对你更有助益：

- 你参加过智力测验,或其他类似的能力测验,而认为测验结果不能反应你的真实智力。
- 你想要更了解自己的性向,以便选择新职业,或是调整目前的工作。
- 你希望探索自己潜在的创意,以提升自我。
- 你是学生,你想了解自己的思考和学习情况。
- 你想知道,自己和配偶、子女、亲友及同事之间的关系,是否会受到自己思考模式的影响。
- 你是艺术家、运动员、音乐家,或是具有其他创造力的人,并正在寻找一种智慧理论,以肯定自己所从

象的本领……等等。我保证,当你读完本书后,会对世界各地奉行数千年的生活智慧,有一番新领略。

本书将以介绍多种智慧理论作为开始。第一章介绍哈佛大学对多种智慧理论的研究成果,即人类至少具备七种智慧的学说。第二至第八章分别解说每一种智慧:语文的智慧(第二章)、感受空间的智慧(第三章)、音乐的智慧(第四章)、动作灵敏的智慧(第五章)、数理逻辑的智慧(第六章)、人际交往的智慧(第七章),和认识自我的智慧(第八章)。最后四章教你如何在生活中实际运用此一理论:发掘自己尚未绽放的潜力(第九章)、如何克服学习障碍(第十章)、如何使工作更上层楼(第十一章),和如何增强人际关系。本书结语将探讨各种智慧的重要性,及在未来的消长趋势。

如果你真的想要拓展自己的天赋,本书就是为你而写。如果下述各种情况适用于你,则本书对你更有助益:

能力,本来就是为了让我们使用它,日晷若是老放在阴影中,还有何用呢?”

好,准备迈向阳光吧,看看你究竟有多聪明!

目 录

前 言

1. 智慧不止一种/1

七种智慧解析/理论根据/综合的理论体系/找出你的七种智慧/多种智慧调查表/如何使用本书

2. 语文的智慧/17

词汇的运用/口语表达的根源/探取你记意中潜藏的篇章/作家的声音/语言的形象/字汇的河流/阅读的境界/你一生中所读的书/自娱式的阅读/字汇的奥秘/文字考古之旅/25种增进语文智慧的方法

3. 感受空间的智慧/33

亲眼目睹方始相信/以猎人的眼睛观看/美的感受/美术馆巡视/培养你内心中的艺术家/以上下颠倒的方式练习绘画/想像中的图画/想像中的风景卡片/做白日梦/第三只眼/透过想像思考/心理地图/想像图速写簿/社会的近视/25种增进空间智慧的方法

4. 音乐的智慧/49

我们的歌/音乐的河流/音乐化的采购单/神奇音乐课/心灵之耳/声音的回忆/音乐的爱因斯坦/用音乐孕育思考/被斫丧的音乐天份/聆赏者之耳/25种增进音乐智慧的方法

5. 动作灵敏的智慧/62

有氧运动之外/体能测验/身体的智慧/内在的感应/完美的姿态/坐得有智慧/奔放的思想/走出来的智慧/心理肌肉/幻想式健身操/身体动作训练/25种使你动作灵敏的方法

6. 数理逻辑的智慧/76

数理的头脑/头脑体操/推理的高峰/理智的摆荡/用数字思考/猜猜看/数学文盲的危险/数学小考/具有科学感/科学动脑时间/25种增进数理逻辑智慧的方法

7. 人际交往的智慧/90

刻板印象的形成/人际地图/入境随俗/慧眼识人/沟通圣手/学做社会动物/人际支援同心圆/“我们”文化/联系志同道合者/通往人际交流之网的核心/25种增进人际交往智慧的方法

8. 认识自我的智慧/108

概念性的自我/自我拼贴画/向目标迈进/善加照管你的目标/如何认识你自己/写日记/静坐冥思/探

测心灵的园地/梦境分析/尚未露面的自我/自行规划退隐生活/25种增进认识自我智慧的方法

9. 唤醒迟开的智慧之花/126

回到童年寻找各种智慧的端倪/童年各项智慧调查表/早夭的智慧/培育被忽略的智慧/学习的热情/大器晚成者自传

10. 加强你最弱的一环/144

脑部受伤导致的智力受损/无学习能力还是隐藏的潜能?/各项学习困难调查表/避开你的弱点/运用科技助你一臂之力/七种智慧并用学习法/遮掩学习障碍的假面具/如何面对你最弱的一环

11. 工作得更有智慧/160

工作——是牢狱,还是天堂?/流畅自如的工作满足感/七种工作智慧/使你的特长与工作相搭配/重新考量你的工作/改变你目前的工作/另觅新职

12. 如何调和人际间不同的智慧型态/178

智慧各异,多么有趣!/集体差异不代表个别差异/确定你的伴侣所拥有的各种智慧/灵犀相通/用对方的智慧语言交谈/互相研商共同的休闲活动/做一天学徒/日常生活习惯的调配/利用多种智慧理论解决问题

13. 未来的智慧形式/192

与时迁移的智慧趋向/七种智慧之外——道德智慧

1 智慧不止一种

一个人有无智慧,要看他如何解决生活中所面临的各种情况、各种考验和各种需求,而非智商高低、大学文凭和有无声誉所能决定的。

请你暂且假想自己生活在史前时代,深更半夜,你被一阵轰雷巨响吵醒了,你发觉一群巨象正冲向你栖身的草棚。为了便于讨论,假如你现在可以任意向二十世纪调兵遣将,找人来帮你挣脱困境的话,你会找谁?

会是爱因斯坦吗?不可能,个头太小又手无缚鸡之力。詹姆士乔伊斯如何?抱歉,近视太深了。罗斯福呢?可别坐在轮椅里。这些二十世纪最“绝顶聪明”的人,在你急难求助的时刻,丝毫派不上用场。事实上,在这种环境中,他们当中有许多人可能早就无法生存了。相反地,如果我建议你去找麦可乔登或是阿诺史瓦辛格之类的人,也许还比较能帮你解危呢!其实要在那种环境里求生存,关键在于你是否身手矫健、方向清楚、行动快捷、孔武有力和动作灵巧;却无关乎爱因斯坦的相对论,乔伊斯的《芬尼根的觉醒》,或是罗斯福的新政。

我们二十世纪的人,一向把聪明智慧和会读书、会做学问的人联想在一起。然而就定义而言,智慧是指对新状况能应付裕如,和不重蹈覆辙的能力。如果你的车子在公路上抛锚了,谁会

是最聪明、而且能解决这问题的人？会是个从著名大学毕业、拥有博士学位的人？还是一个国立中学毕业程度的修车技工？如果你在大城市中迷路了，谁最能帮你忙？会是一个正在思考问题而心不在焉的大学教授？还是一个很有方向感的小孩？一个人有无智慧，要看他如何解决生活中所面临的各种情况、各种考验和各种需求，而非智商高低、大学文凭和有无声誉所能决定的。

一些有关智力测验预估性方面的研究，可以证明上述的说法。因为，虽然智力测验可以用来预测学业成绩的好坏，但却无法显示学生毕业后进入社会的成败。在一项对功成名就的专业人士所做的调查中可看出，这些人士之中，整整有三分之一的人智商并不高。很明显地，智力测验所能测试的，很可能是某种应称之为“在校学习的资赋”，而真正的智慧，却必须包含范围更广的各项能力。

本书将探讨各式各样的聪明智慧。智慧，不是某种神奇的、可用智力测验测量出的脑内物质；智慧也不是一种稀有贵重的染色体，由上天赋予少数的幸运者。本书将探讨的智慧，是存在于生活中各个层面的“多种智慧”。运动员、艺术家、音乐家、企业主管、神学家、心理辅导人员、销售人员、小学教师、焊接工、机械技工、建筑师等等，他们的智慧都在本书探讨之列。此外，我们也将研究世界各地各个文化、不同民族所蕴涵的智慧，包括：玻里尼西亚人的航海本领，南斯拉夫史诗歌咏乐手的说书才华，日本企业大亨的社交手腕。

阅读本书，你会对这一愈来愈受科学界与一般社会大众重视的革命性思想有所认识。由心理学家豪尔葛德纳，以十五年心血研究发展出的“多种智慧”理论，向传统的聪明智慧定义提出了挑战。葛德纳认为，我们一直太注重语文表达能力和逻辑思考能力，也就是典型的由智力测验所测试的能力，而忽略了其他方

面的智能。他觉得至少有七种智慧,值得我们认真探讨。

七种智慧解析

第一种聪明,是语文的智慧。这是新闻记者、说书人、诗人和律师所具备的智慧。这样的才华为我们带来了莎士比亚的《李尔王》、荷马的《奥德赛》和阿拉伯《天方夜谭》的故事。在这方面展露才华的人,都能透过语言雄辩滔滔,或是据理说服,精于演艺或是擅长教导。他们也喜爱利用语音玩些双关语、文字游戏或是绕口令。因为他们记性好,能记得许多事情,所以也经常是常识问答游戏的高手。他们都能读会写。阅读时,如饥似渴;写作时,清晰流畅,而且还能从文字中推敲弦外之音。

第二种聪明,是数理逻辑的智慧。科学家、会计人员和电脑程式设计人员便是具备这一类智慧的人。牛顿发明微积分、爱因斯坦发表相对论,都是靠这一种智慧。生性具有数理逻辑倾向的人,擅长推理,思考时注重因果分析,会提出假设,寻求观念上或数字上的模式,而且抱持着较理性化的人生观。

第三种聪明,是属于感受空间的能力。这类人在思考时,常透过图像思考。对于视觉空间的感受性很强,能变换、重塑各个层面的空间。悠游于这一空间世界的人有:建筑师、摄影师、画家、飞行员和机械工程师。设计埃及金字塔的人就颇具这一类智慧,爱迪生、毕加索和亚当斯也是同属这一类型。空间感受性强的人通常都能明察秋毫,且能将脑中思索的概念以图像画出,对于三度空间可充分掌握运用,应付裕如。

第四种聪明,是属于音乐性的。这一种智慧最主要的特征,是对于节奏和旋律的感受、欣赏和创作能力。巴赫、贝多芬、勃拉姆斯之类的人具有这样的智慧;巴厘岛的民谣乐手和南斯拉夫

的史诗歌咏乐手，也都有这样的智慧。任何人，只要听觉敏锐，唱歌时不荒腔走板，而且颇能辨别不同的乐曲，也就都具备了这类智慧。

第五种聪明，是动作灵敏，属于“身体”型的智慧，举手投足灵巧敏捷。运动员、手工艺匠、机械技工、外科医生大多有这样的智慧。卓别林也是靠这种肢体动作的灵巧扮演“小流浪汉”的角色。身手灵敏的人擅于缝纫、木工和模型制作，这类人也喜爱体能方面的活动，像是健行、跳舞、慢跑、露营、游泳、泛舟等等。他们是“动手型”的人，触觉灵敏，需要经常活动身体，遇事也较冲动。

第六种智慧是属于人际交往方面的能力；能善体人意并能与人融洽相处。此外，更需要有察言观色的本领，对别人的情绪、脾气、心意和期盼都反应灵敏。在豪华游轮上负责联谊的工作人员，就得要有这样的本事。大公司的行政主管也应有这样的能力。一个在人际交往方面有智慧的人，可能会像印度圣雄甘地那样充满热情、关注社会，或者也可能如同意大利佛罗伦萨的政客马基亚维利那样擅弄权术、老奸巨猾。不过，他们都能熟探他人的心思，能从别人的着眼点观看世事。正因如此，他们都是沟通、谈判的高手，也是优秀的老师。

最后一种智慧，是认识自我的智慧。在这方面有能力的人，很能进入自己的感觉，分辨自己各式各样不同的心理状态，并能运用这种自我了解来引导自己的人生更臻胜境。心理咨询人员、神职人员和自营商人都是具有这种智慧的人。他们是十分内省型的人，喜好沉思、默想、探索自己的心灵世界。然而他们也可能非常独立、责任感强，而且自律甚严。但是无论在任何情况下，他们都是自成一格，宁愿独自任事而不愿与人共事。

请记住，虽然你可能认为自己只具备了前述的一种或两种

智慧,但事实上,你拥有所有七种智慧。其实,还不止于此,任何正常人都可将每一种智慧发挥到相当的水准。因这七种智慧在我们各人身上显现的方式不同,我们每个人也就各具特色,与他人不同。能在六种或七种智慧上都出类拔萃的人,是较罕见的,二十世纪初期的德国思想家鲁道夫斯坦那可算是一个例子。他是哲学家、作家和科学家,同时他也发明了一套舞蹈、一套色彩理论和一套园艺方法,他又是雕刻家、社会学家和建筑师。

而在另一方面,也有少数人,他们仅在一种智慧上登峰造极,其余的智慧都远落在后。这样的人,是一种专才。譬如荣获奥斯卡金像奖影片“雨人”中的雷蒙,他计算的速度快若闪电,却无法将自己料理好。或者有的人专擅雕刻,却目不识丁;也有的人歌喉嘹亮,却动作笨拙,连系鞋带都有问题。

我们大多数人都是落在“全才”和“专才”之间的某一点上。我们会有几样比较突显的智慧,另有几方面表现平平,还有几方面则困难重重。但重要的是,我们知道,在这一新创的智慧理论中,每个人都能崭露头角。农民、为人父母者、画家、机械技工和商人,就和心理医生、脑外科医生以及法学教授一样,都有权使用“智慧”这一辞汇。多种智慧的理论,将人类才智的辽阔领域纳入七种体系之中,使得每一个人都成为人生的赢家。

理论根据

“多种智慧理论”并非是第一个提出这种看法的理论,在过去两百年间,已有许许多多的理论大力提倡此说,他们认为智慧非仅一种,有的甚至主张,不同的智慧可达一百五十种之多。而葛德纳的理论之所以高明,是因为他能以许多不同学术领域内的研究结果来支持他的说法,这些领域包括人类学、认知心理