



★
**人类潜能
极限法则**

**实用智学运用
丛书**

每一个人，即使是创造了辉煌成就的巨人，在他的一生中，利用自己大脑的潜能还不到百分之一。

——著名成功学家 拿破仑·希尔博士

心理潜能

★ 人脑是一种比原子弹更具威力的心理炸弹，能在每个人封闭的力量内部引起分裂，相应地释放出巨大的心理能量。

——加拿大心理学家汉斯·塞耶尔

★ 一盎司自己的智慧抵得上一吨别人的智慧

——犹太古谚

★ 任何一个大脑健康的人与一个伟大科学家之间，并没有不可跨越的鸿沟，他们的差别只是用脑程度与方式的不同，而这个鸿沟不但可以填平，甚至可以超越，因为从理论上讲，人脑的潜能几乎是无穷无尽的……

——《美国心理学会年度报告》

★ 超越智力的情绪商数(EQ)在某种程度上决定了一个人、一个企业、甚至一个国家的命运。

——《时代周刊》

中国城市出版社



心理潜能

王晓萍 胡世发 编著
毛明川 梁 丰

中国城市出版社

(京)新登字 171 号

图书在版编目 (CIP) 数据

心理潜能/王晓萍等编著. —北京:中国城市出版社,
1997.6

ISBN 7-5074-0898-1

I. 心… II. 王… III. 智力开发 IV. B848.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (97) 第 05616 号

中国城市出版社出版发行

(北京朝阳区和平西街 21 号) 邮编:100013

电话:64235833 传真:6438264

责任编辑:李青

封面设计:阿乐 责任印制:王质麒

北京市通县电子外文印刷厂印刷 新华书店经销

1997 年 6 月第 1 版 1998 年 1 月第 3 次印刷

开本:850×1168 毫米 印张:20.5

字数:520 千字 印数:10001—16000 册

定价:32.80 元

编著者语

在特尔斐阿波罗神殿的墙壁上，刻有这样的壁文：“了解你自己”。昭示前去膜拜的芸芸众生。

然而，千百年来，人类对自身的认识依然是个迷，没有任何人清楚地知道他的潜能极限。

加拿大心理学大师汉斯·塞耶尔认为：人的潜能所包容的智力能量犹如原子核的物理能量一样巨大。最新的脑科学研究表明，人的信息记忆潜能是计算机的几千倍，相当于美国国会图书馆（藏书 1000 万册）的 50 倍。

大自然赐给每个人以巨大的潜能，但由于没有进行各种智力训练，每个人的潜能从没有得到淋漓尽致的发挥；并非大多数人命里注定不能成为爱因斯坦式的人物，任何一个平凡的人都可以成就一番惊天动地的伟业。人人都是天才，至少天才身上的东西都可以在普通人身上找到萌芽。

时至今日，有关脑力风暴、心智革命、智商（IQ）、情商（EQ）、心理分析和心理健康等人类学研究课题风靡全球，与此相关的书籍在世界各地畅销不衰。

拥有近 13 亿人口的泱泱大国，面对信息浪潮的冲击，多少有识之士感悟到中国超越世界的唯一出路在于：国民素质大跃进。

《心理潜能》是一本反映世纪之交科学前沿问题的学术著作。本书从心理学的角度，结合国内外最新研究成果，对人类的大脑

潜能、心理潜能、创造潜能、洞察与社交潜能以及儿童潜能开发等诸方面进行了广泛深入地探讨并对人工智能进行了展望，同时附录了若干潜能训练法则。本书语言生动，通俗易懂，适合家长、教师和广大青年朋友阅读，是一本精辟的科普读物。

最后，谨向为我们提供资料的美国、加拿大、俄罗斯、香港、等地的朋友以及大量在编撰过程中曾参考、借鉴的相关著作的作者，表示最真诚的谢意！

目 录

第一篇 脑力核聚变

第一章 脑力冲击波 (3)

- 万物之灵：人类神秘的大脑
- 99 % 的大脑潜能白白浪费掉了
- 黑箱：脑力革命禁区
- 附 人类极限法则：信息狂潮

第二章 超越物质的脑力 (15)

- 大脑：智力的物质基础
- 营养：脑力维生素
- 健康：智力守护神
- 大脑休息与智力
- 附 人类极限法则：大脑的信息记忆潜力

第三章 学习与脑功能定位 (33)

●脑功能定位的早期研究

●低级部位与高级部位

●人类学习的皮层定位

附 人类极限法则：快速阅读潜力

第二篇 儿童的潜能

第一章 优生原理 (47)

●优生学的诞生：100 年历史

●预防性优生学与进取性优生学

●生命的接吻：个体生命的诞生

●恋爱与优生：个体生命的遗传

●最佳生育年龄：灿烂的花季

●夏末秋初：播种爱情种子

●血缘关系：人的远近亲疏

附 人类极限法则：狼孩启示录

第二章 优育原理 (70)

●影响胎儿正常发育的因素

●中国：世界胎教的策源地

●中国古代六大胎教观

●现代胎教的探索

●胎教的三个阶段：美丽期、聪明期、健康期

附 人类极限法则：优美的音乐——胎教的魔力

第三章 神秘的婴儿世界..... (92)

●第一声啼哭：向世界挑战

●童心：从混沌到开放

●零岁方案：开发幼儿的潜能

附 人类极限法则：斯基尔斯实验——两个令人
注目的小女孩

第四章 儿童潜能开发..... (108)

●幼儿心理发展潜能

●幼儿感觉的潜力

●幼儿注意力发展

●幼儿记忆潜力

●幼儿想象潜力

●幼儿情感体验

●儿童的独特世界：游戏与自我表现

●儿童游戏：成人世界的缩影

●游戏：心理恐惧与宣泄

●攻击性与角斗游戏

●儿童的焦虑与游戏

●儿童创造力与内在动力

附 人类极限法则：儿童绘画潜能

第三篇 通往天才之路

第一章 人类的困惑：天才的描述 (167)

●非正常人与超常儿童

●非凡的天赋：家谱树之根

●天才：心理紊乱的疯子

●天才：人的一般潜能的图解模式

附 人类极限法则：天才的特殊教育模式

第二章 人类的探索：天才的鉴别 (184)

●天才的性质

●天才的识别

●天才四大能力结构

●天才的形成因素

●天才儿童的特征

●高尔顿与《遗传的天才》

附 人类极限法则：十大精制学习策略

第三章 人类的遗憾：天才的误区 (216)

- 将来症：理想—挫折—消沉的恶性循环
- 告别过去：步入阳光地带
- 日本茶道、禅与无我
- 幸存者：死亡营中的生活剖析
- 正常人：无我体验情景
- 置身：分娩情景的启示
- 非此即彼观：潜能的毒瘤
- 误区视角 1：男性与女性
- 误区视角 2：强与弱
- 误区视角 3：幼稚与成熟
- 误区视角 4：文明与野蛮
- 误区视角 5：爱与恨
- 误区视角 6：好与坏
- 权力主义者：潜能的天敌

附 人类极限法则：权力主义者的人格特征

第四章 人类的希望：人人是天才 (250)

- 神圣的天赋
- 内心倾向与就业咨询
- 兴趣金字塔
- 人类与嫡

附 人类极限法则：最大负荷理论

第四篇

情绪商数与健康心理

第一章 情商：超越人类智力的参数 (269)

- 情商：一个全新的心理学概念
- 詹姆斯的情绪理论
- 兰格的情绪机制说
- 动物的情绪活动与进化
- 坎农——巴德情绪理论
- 冯特的情感三度说
- 巴甫洛夫的情绪理论
- 情绪转移的途径
- 对付情绪转移的方法
- 情商教育与成功人生
- 附 人类极限法则：情商实验

第二章 心理健康 (291)

- 四种心理健康状况
- 心理治疗：矫正人生
- 心理地位与性别
- 心理地位的认定
- 生活脚本与心理脚本

附 人类极限法则：著名的心理健康度量方法

第五篇

气质潜能开发

第一章 气质 (317)

- 气质：一个古老的概念
- 弗洛伊德：本我、自我、超我
- 气质的机能作用
- 气质的职业机能
- 气质的教育机能
- 气质的身体机能

附 人类极限法则：精神分裂样人格分析

第二章 性格 (338)

- 性格：三种概念解释
- 性格的社会制约
- 性格的情绪反应
- 斯金纳的人格理论
- 多拉德和米勒的人格理论
- 马斯洛的人格理论

附 人类极限法则：塑造自由人格

第三章 成功气质与失败气质 (370)

●胜利者的气质

●失败者的气质

附 人类极限法则：战胜人性的弱点——自卑
情结与超越

第六篇

洞察力与社交潜能

第一章 由姿态洞察对方的深层心理 (383)

●姿态洞察：非言辞沟通

●从眼睛语言中读懂整个世界

●双脚的信息传递

●握手：心与心的接触

●开放与防卫姿态

●服装：自我的延长

附 人类极限法则：姿态心理洞察实例精选

第二章 由谈话了解对方的深层心理 (406)

●话题以别人为主是支配欲的表现

●谈论车子与性有关

●过分的恭敬语表示怀有警戒心

- 说话的节奏中洞察心理
- 热衷嗜好乃是逃避现实
- 从爱用品洞察对方的心理
- 人类都有追求另一半的心理

附 人类极限法则：谈话心理洞察实例精选

第三章 由行动洞察对方的深层心理 (421)

- 废寝忘食者心理复杂
- 胜负乃是深层心理的实验场
- 根据笔迹突破对方的性格类别

附 人类极限法则：行动心理洞察实例精选

第七篇 创意思维潜能

第一章 思维概述 (433)

- 古今中外的思维理论
- 概念：思维的细胞
- 理解：思维过程的基石
- 语言：思维的符号载体
- 思维的生理机能与特征

附 人类极限法则：创意思维的广度与深度

第二章 创意思维 (463)

- 发散思维
- 聚合思维
- 创造性思维
- 创意思维的三大因素
- 创意思维的速度与精度

附 人类极限法则：创意思维潜能训练

第八篇

创造心理与创造潜能

第一章 创造心理 (491)

- 创造潜能
- 创造的时间心理
- 创造的空间心理
- 创造心境：创造角色自我体验
- 创造的需要与动机

附 人类极限法则：创造工程——孕育创造人格

第二章 西方创造学说 (509)

- 奥斯本脑力冲击创造论
- 柏格森等人的直觉创造论
- 柏拉图等人的联想创造论
- 戈登的模仿创造论

附 人类极限法则：东方阴阳思维学说与创造

第三章 灵感：创造之神..... (522)

- 灵感概念在西方的历史嬗变
- 灵感：美妙的物质之花
- 灵感：人脑中的潜在世界
- 灵感与潜能的激发
- 灵感与潜在的逻辑
- 灵感与潜意识

附 人类极限法则：激发创造智能的途径

第九篇

走向无限度的人

第一章 再度做个孩子..... (553)

- 重返童年岁月
- 内心孩子的角色体验
- 孩子——成人双重人格
- 超越正规教育

附 人类权限法则：通向青春之泉的七条途径

第二章 相信你的内在信号 (572)

- 做个合格的动物
- 从外在信号走向内在信号

● 临界的一英寸

● 成为百分之百的成功者

附 人类极限法则：走向自我真诚的九个问题

第十篇

人工智能

第一章 人与工作 (595)

● 人类工程心理学：挑战人工智能极限

● 人的管理工程：越过深谷，达于顶峰

附 人类极限法则：人工天才——智力扩大器

第二章 人与计算机 (611)

● 能做到的，不能做到的

● 人与计算机对话：计算机语言

● 计算机的能力极限：作为助手的计算机

附 人类极限法则：发明的规则

第三章 集体天才的公式 (627)

● 集体：一个控制系统

● 谁是未来的领导者

附 人类极限法则：头脑风暴