

735
日译者:

渡边 茂

中译者:

顾 盘 明

头脑战略

创 造 型 人 才 的

思 维 技 法

科学技术出版社

头 脑 战 略

——创造型人才的思维技法

顾益明 译

出 版：江苏科学技术出版社

发 行：江苏省新华书店

印 刷：南通县印刷总厂

开本787×1092毫米 1/32 印张4.625 字数94,000

1987年11月第1版 1987年11月第1次印刷

印数 1-8,410册

ISBN 7-5345-0184-9/G·21

统一书号：13196·241 定价：1.23元

创造奇迹——简单的刺激能使大脑功能增强

1 脑子越用越灵

当你着手某项新的工作，培养新的爱好或探索新的学问时，你有没有绝望地叹息过：“唉，可惜脑子已经不行了！”

许多人常常会对自己的大脑产生误解，总是低估了自己大脑的实际能力。

“我生下来脑子就笨。”

“记性差，我对自己的记忆力没有信心。”

“已经上了年纪，再也学不进新东西了。”

倘若你说过或心里这样抱怨过，那就说明你对自己所具有的能力没有作出正确的评价。

成绩差的学生常把自己落后的原因归结于遗传因素，不热心于教学的老师也想用学生天资不好为借口来为自己开脱。但是科学的事实告诉我们：“不对！人的大脑好比是一台精密而灵巧的电子计算机。”

譬如，人的大脑具有储存几十亿信息的容量，它铭刻着出生以来所有的记忆，大至风云变幻的历史事件，小至鸡毛蒜皮的日常琐事。但是要将人脑中储存的信息再现出来，就必须给予适当的刺激。也就是说，就记忆力而论，头脑并无

优劣之分，而在于储存的方式和提取的方法不同。

人的记忆能力、学习能力和推理能力是随着天长日久的训练而不断提高的。否则，现代人的大脑就会跟青铜器时代的祖先一样，也就不可能变得如此善于进行十分复杂而抽象的思维了。

脑子越用机能越灵，工作的速度、正确性与可靠性也就会提高。正如下面要叙述的那样，我们通过实践可以确认这一事实。

“老来能学吹鼓手”

俗话说：“老来学不了吹鼓手。”但我们要说：“老来能学吹鼓手。”

“人的脑子会随着年龄的增长而衰退。”世上再也没有比这更大的误解了。产生这一误解的原因在于脑细胞要随着年龄的增长逐渐死去，而新细胞又没诞生出来这个事实。

但是，美国加利福尼亚州的神经解剖学家玛丽安·达亚蒙特根据一系列的动物实验认为：“动物在长大成熟以前的一段时间里会减少一部分脑细胞，但从那以后这种减少就会停留在最小的限度。因此倒不如说，上了年纪的人思维活动衰退是因为他从事了墨守成规、缺乏创新的工作。这一点在研究人员之间是众所周知的。

人的大脑跟其他器官一样，如不经常使用，那么面对严酷的环境就会失去应变能力。一味绕开难题，或在复杂的情况下优柔寡断，脑子的功能就会马上减退。在这里，我们想对持有“已经老了”这样一种悲观态度的人，介绍一个绝妙的鼓舞人心的事例：

在澳大利亚的一所古茵莱德大学里，有人对老年班的学习情况进行了调查，结论是，跟年青人相比，高龄者的学习能力毫不逊色。调查对象是德语班的全体学员，他们虽都是年过花甲的老者，但他们坚持了从不习惯的外语学习，仅半年时间就达到了普通高中教授两年方能达到的程度。

这个班的全体学员充分发挥了自己大脑固有的潜力。

激发潜在智能的训练

如果你感到自己蕴藏的潜力不能充分得到发挥，该怎么办呢？

出于对这一问题的关注，我们在伦敦创办了“潜在智能开发中心”，由教师、心理学家、精神科医生、电子计算机科学工作者和数学家等组成，也有实业界和工业界的人士参加。

在该开发中心创办的同时，我们又建立了供实验使用的训练室，按照学员们所期望开发的智力范畴，进行针对性的训练，并对其效果进行探讨，结果建立了一套不论何时、不分对象、与年龄无关的激发大脑活动的速效训练法。

这就是本书将在下面向你介绍的一种训练法。

2 提高大脑功能思考法

你是否想建立这样一种信心，即“无论面临什么问题，自己都能用与此问题相应的方法迅速作出正确判断”，如果想这样，则请你首先回答以下问题：

抢答题① 正确率100%的推理法

一位顾客想购买一辆颜色可心合意的轿车。店主取出了几张货物目录，让这位顾客从中挑选，于是这位顾客回答说：

“白的不如红的讨人喜欢，
蓝的不象绿的那样讨厌，
蓝跟白比宁可要白的，
红的不象黑的招人喜欢。”

试问这位顾客最喜欢哪种颜色？

回答这个问题有下面两种推理法：一种方法是在脑子里浮现出各种颜色轿车的形象，然后按喜欢的颜色依次排列；另一种方法是将语言表达简单化，比如把“白的不如红的讨人喜欢”简化为“白不如红”。

如果问题不太复杂，则用哪种方法都是可以的。但是，如果遇到十分复杂的难题，这样的推理就很难进行下去了。于是，我们建立了一种用本推理法使任何类型的问题都可得到正确解答的程序。

五步解题法处理问题

本方法由下列五个步骤组成：

① 从第一句话中得出临时答案。因为说的是“白的不如红的讨人喜欢”，所以本句答案应该是“红”，然后将它记在脑子里。

② 看第二句话，如果本句没有包含①句中对“红”的答案，那么就跳过这句进入第③句。

③ 按照上面的方法依次往下推，如果哪一句都没有提到“红”，那么最终的答案就是“红”。

④ 如果后面的句子涉及到临时答案“红”，那么就探讨这一句。前面的例题中最后一句说“红的不象黑的招人喜欢”。因此答案就应该由“红”变成“黑”。

⑤ 根据新的答案“黑”，重新检查前面跳过的句子，例题中没有任何一句提到“黑”，所以正确的答案就是“黑”。

思考方法不同，大脑工作效率迥异

使用本程序，一开始会觉得有些繁琐，但问题越复杂，你就越会体会到它的妙处。这时，你才明白它是一种最迅速、最简便的思维方法。

我们把一定的人数分成两个小组，就用上述猜颜色的问题来观察一下不同的推理方法所产生的差异。

实验结果表明，用通常推理方法的那个小组，到交出答案为止平均化了90秒钟，正确率为60%，而采用了新程序的小组，则到交出答案为止平均只化了11秒钟，正确率却达100%。

这决不是第二小组里“脑子好”的人多，而仅仅是因为第二小组的人运用了有效的思考方法。

如若不信，可以再进行考证，请你自己来做做第二道题，用新的方法即我们编制的程序与你原来使用的老方法相比，看究竟哪一种速度快而且正确率高。

抢答题② 向你的推理能力提出挑战。

乔治正在为今晚怎么度过犯愁：

电视节目有足球比赛，

有朋友邀请参加舞会，

口袋里有一张芭蕾舞票，

电影院在放映一直想看的影片，

正在读的侦探小说已到节骨眼上，马上就要看到凶手的庐山真面目了，

乔治举棋不定：

“舞会没有电影那样引人入胜，

看小说不象看球赛那样风味，

欣赏芭蕾舞倒不如去参加舞会，

看小说又比看芭蕾舞来得讨厌。”

试问，乔治最终选择了什么？

他最不想选的又是什么？

（答案在本章末）

3 激发大脑的系统方法

上面两个例子乍一看似乎平淡无奇，但实际上却非同小可，其奥妙就在于上述推理方法也可以用来解决实际生活中需要作出果断抉择的难题。我们编制的“五步思考法”就是便于在现实中应用的系列化的产物。

下面让我们借用著名的精神科专家、伦敦大学的 J.E.

杨格教授的一段话吧。他说：“人的生活受无数的程序支配，一种称作实用性或生理性程序，用于呼吸、饮食、睡眠等方面。其他的称作社会性程序，支配语言，以及其他一切交流、赞同、爱憎等活动。其中最重要的是用于思考、想象、愿望、信赖和信仰等思考活动范畴的程序。”

本方法之目的在于激发这种人人都无意识地使用着的程序，并通过训练使这种程序变成完善的系统。

确定最佳方案的程序

日常生活中我们无意识地使用着不计其数的程序。举个驾驶员常遇到的超车例子来说吧。

一天清晨，你驾驶着车子奔驰在公路上，不久便来到一辆卡车的后面，这时你就会按照下列程序考虑超车：

“悄悄逼近超车道，仔细注视前方，

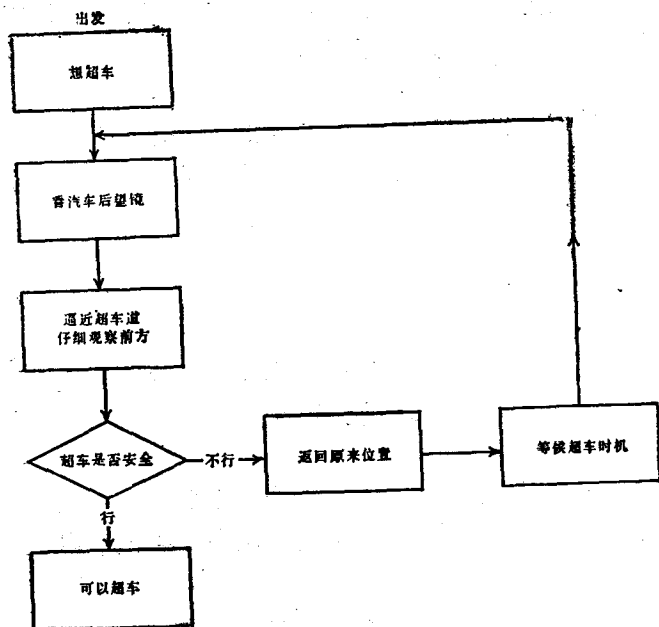
觉得超车危险，于是返回原来位置，过一会再超吧！

好！现在前方无障碍。”

此时此刻，你的思考顺序是按以上程序进行的。按照这个程序，你就能安全迅速地到达目的地。但如果程序中必需的指令缺了一个，或者获得的指令迟了一步，那么你就永远超不成车，有时甚至会丢性命也丢掉。

一旦掌握更好的程序，人生就会发生巨大的变化。

想出“上策”的思考程序



通过实施我们下面将要进行的练习，会在短时间内使你脑子的思维活动变得敏捷，使你的记忆力和想象力大大增强。其结果，在发挥你思考类型长处的同时，会使你学会正确地捕捉信息，迅速无误地作出判断，因而使你的创造能力不断得到提高。

解 答

答 题②

看电影。看来他最不喜欢选择的是看电视足球比赛。

快刀斩乱麻——使思维敏锐的训练法

1 毫芒俱察——训练提高大脑的敏锐度

本章要练习的项目，名曰“IQ测验”（智商测验）。进行IQ测验之目的，是为了在理论上探索人脑能否迅速地进行推理的基本功能。需要指出的是由此而作出的评价，不代表被测验者所具有知识的水平和数量，而是一种面临信息时的“处理”能力。

为此，在测验题目里，也列入了一些相当单纯简易的问题，这些问题乍一看似乎觉得复杂难解，但只要思考得当，就能在短时间内得出正确的答案。通过本项测验，可以弄清什么叫IQ（智商），从而证实前面所述的，所谓先天决定“智商”的想法是错误的。

事实胜于雄辩。一个人的IQ通过训练是能够提高的。下面列举的练习，就是一例。

日理万机——快速处理信息的能力

用本方法训练头脑，有如下优点：

- ① IQ测验可以为就业、晋升、大学入学考试和干部

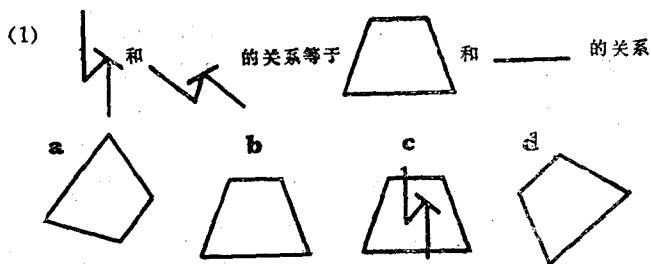
考核等提供题目，并能在这一方面取得良好的成绩。

② 学会快速思维方法，提高大脑的敏捷度。

③ 可以高效率地分析信息，或有系统地进行训练，有利于现实生活。

让我们按照下列三十五道题，首先从测试你现有的IQ——信息处理能力——开始吧。时间为三十分钟，准备好钢笔、铅笔和计算用纸，注意要在没有外界干扰的场所进行。三十分钟后即使问题没有答完也要搁笔，提前答完了也不要紧。本书设计的这些题目，对大部分人来说，在三十分钟内是做不完的。

智力测验①

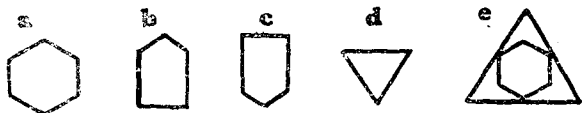


(2) 买和卖的关系等于授和 _____ 的关系。

a. 雇佣 b. 救 c. 受 d. 迟 e. 购买

(3) 5, 9, 13, _____, 21。

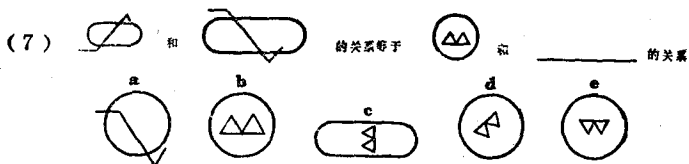
(4)  和  的关系等于  和 _____ 的关系



(5) 满意和喜欢的关系等于不担心和 _____ 的关系。

a. 贵重品 b. 无牵挂 c. 保存 d. 度日 e. 想要

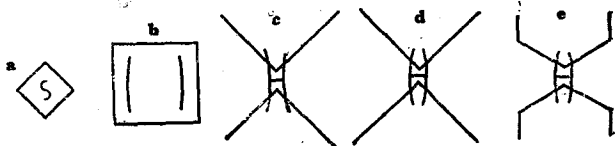
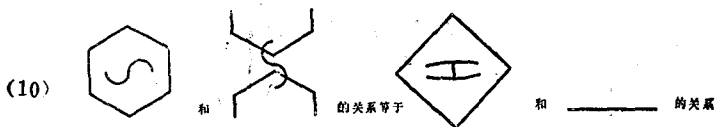
(6) 33, 26, 19, 12 _____。



(8) 时刻和时间的关系等于英寸和 _____ 的关系。

a. 尺 b. 分 c. 急忙 d. 搬运 e. 长度

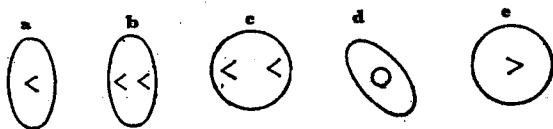
(9) 4, 8 _____, 32, 64。



(11) 种子和植物的关系等于孩子和____的关系。

a. 少年 b. 玩耍 c. 动物 d. 成人 e. 玩具

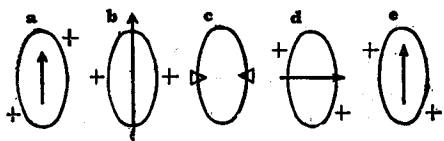
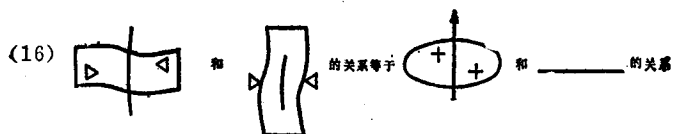
(12) 1, ____, 9, 27, 81。



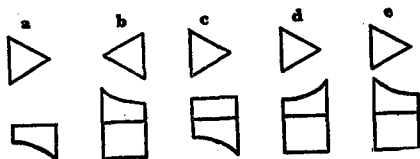
(14) 海洋和池塘的关系等于大公寓和____的关系。

a. 家庭 b. 小屋 c. 水坑 d. 砖 e. 住

(15) 2, 4, 7, 11, ____, 22。



(17) 3, 5, 9, 15, ____, 33。



(19) 红和绿的关系等于白柠檬和 ____ 的关系。

a. 苹果 b. 树 c. 茎 d. 吃 e. 水果

(20) 0, 3, 9, ____, 30, 45.



(22) 清鼻涕和手帕的关系等于发冷和 ____ 的关系。

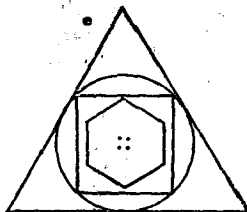
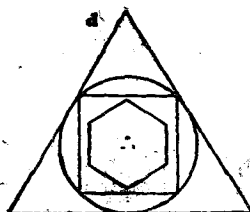
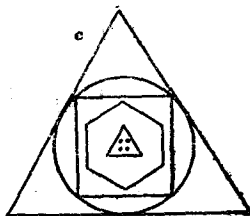
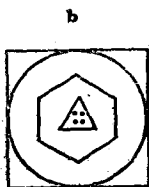
a. 寒冷 b. 哆嗦 c. 抽鼻涕 d. 暖器 e. 省略

(23) 4, 7, 11, 17, ____, 39.

(24) 从a—c中选择一个填入4。



4. _____

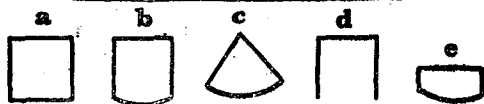
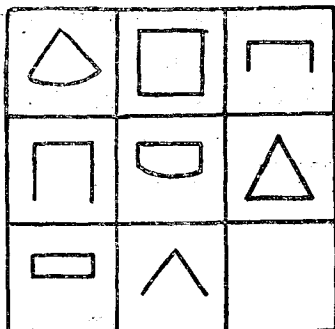


(25) 轻微和过度的关系等于宽容和_____的关系。

- a. 容易 b. 无用的 c. 投降 d. 发现 e. 不客气

(26) 58, 36, ____, 11, 6, 3。

(27) 从a—e中选择适当的图形填入空栏内。



(28) 4, 7, 12, 21, ____, 71。

(29) 从a—e中选择适当的图形填入空栏内。

