

灵敏头脑

思考

记忆力观察力

强的脑力激励术



中国经济出版社

思考力、记忆力、观察力增强的脑力激荡术

灵敏头脑秘诀

廖玉山

中国经济出版社出版

灵 敏 头 脑 秘 诀

廖 玉 山

中国经济出版社出版发行（北京西皇城根南街9号）

石家庄市中原印刷厂印刷 新华书店经销

787×1092毫米 1/32 5.75印张100千字 1990年5月第1版

1990年5月第一次印刷 印数：1—15000册 定价：2.30元

ISBN 7-5017-0280-2 / Z · 86

序 文

下面短文是在某个吃茶店中，二个职员的一段对话——

A: “怎么样，那家伙，干得还不错吧！”

B: “嗯！他啊！现在正做得有声有色哩！你是什么时候和他连络上的呢？”

A: “哦！是他结婚典礼那时候，如今都已有六年了啊！”

B: “哦！对了！他现在已经是在科长了也！这是公司首次破格起用新手担大任的头一遭呀！还轰动一时。”

A: “咦！他在学生时代时并没有那么优秀吧！倒是你的成绩不一直都比他好吗？”

B: “哦不！不！公司方面对他的评价是‘他头脑敏捷’，而且，我也是这么认为。”

A: “你…怎么也…”

B: “唉！脑筋早就生锈了！再怎么也转不快了。”

A: “……”

B: “看来，从他进入公司后，着实也是下过一番努力吧！”

*

*

*

上面二人对话中所谓的“头脑敏捷”，实际是指什么呢？简单地说，那是指一个人在处理新发生的问题时，能够抛弃主观、习惯，而试着从各种角度来探索解决之道。这种具有柔软性的思考理念，拥有丰富幻想力，点子一大堆，而且思考灵敏，对于问题或事情的变化都很敏感的人，就是所谓“头脑灵敏”的人。

如果能够拥有一个“灵敏的头脑”，那么再困难的问题、工作、或考试，都可迎刃而解了。

然而，我们如何才能拥有这样的“头脑”呢？——这正是本书所要探索的问题。

目 录

序 文	(3)
-----------	-----

第一章 为什么他的脑筋特别好呢?

“头脑灵敏者”的思考秘诀!	(14)
头脑灵敏的第一个理由	(16)
处理理论性和创造性问题的能力	(19)
“头脑”是世界最大的财富	(21)
如何激荡脑力呢?	(22)
永保头脑灵敏的秘诀	(24)

第二章 阁下的头脑如何呢?

‘以您现在的“能力”能答对所有 的问题吗?’	(28)
---------------------------------	------

1. 眼球转得快的人是否就聪明呢? (29)
2. 要如何视破伪装呢? (31)
3. 依您对事物的看法与做法来判断您的
脑力! (37)
4. 从什么角度观察问题, 也是大有学问
的! (39)
5. 革命性、创造性的思考 (41)
6. 能让脑筋活性化的立体思考 (43)
7. 豆腐的脑力激荡! (45)
8. 你是否“见山是山”呢? (46)
9. 如何训练对事物的观察力? (49)
10. 如何抛弃固定观念? (51)
11. 用固定观念无法分割金棒 (53)
12. 识别膺品的方法 (55)
13. 要如射箭穿石般专心 (57)
14. 顿悟只属于有心人 (59)
15. 围棋的黑子和白子 (60)
16. 火柴棒的启示 (62)

17.唯有精神镇定，头脑才会清晰	(65)
‘对难题的耐力训练’	(67)

第三章 你也可以像他那样聪明

‘脑筋灵活的秘密’	(74)
1.证明脑筋好的“顿悟”的秘密	(75)
2.考虑事物的时间和地点要固定	(79)
3.联想的作用	(81)
4.要永保好奇之心	(84)
5.猜谜会快速地增进你的思考能力	(87)
6.提高集中力的方法	(89)
7.幻想和顿悟的原点	(92)
8.让你的情绪尽量地发泄	(95)
‘他们都在想些什么？’	(99)
Q1.爱因斯坦也爱“猜谜”	(99)
Q2.游戏如何与创造结合呢？	(100)
Q3.创造风趣的构想力	(101)

- Q4.你喜欢构图复杂的图画吗? (102)
- Q5.你敢大胆地下赌注吗? (103)
- Q6.你喜欢阅读什么样的书呢? (104)
- Q7.如何观察周围的状况 (105)
- Q8.对于别人的异议,你的反应为何?..... (107)
- Q9.你能永保赤子之心吗? (108)
- Q10.对自己应该抱有多大的自信? (110)
- Q11.对陌生事物的反应如何? (111)
- Q12.你认为散步有益吗? (112)
- Q13.会议要怎么进行才会有效果呢? ... (113)
- Q14.你怎样预定计划? (115)
-
- Q15.你对每天做相同的动作会感到奇怪吗?..... (116)
- Q16.你如何化解眼前的“不满”? (117)
- ‘探究前述问题都解答的人共通能力’ ... (119)
- 对问题的感受性 (120)
- 能顺畅地思考的能力 (122)

●能从各方面去思考的能力	(125)
●能够有创新地、与众不同的思考能力	(127)
●再组合的能力	(128)
●完成的能力	(130)

第四章 让头脑变好的方法

‘一种好构想产生的步骤’	(132)
第1练习项目——情绪要放松	(135)
第2练习项目——做腹式的呼吸	(135)
第3练习项目——开始思考	(135)
‘训练产生新构想的方法’	(139)
第1练习项目——放松全身的“脚部按摩法”	(139)
第2练习项目——放松头部的的方法	(141)
第3练习项目——完全消除紧张的自我暗示法	(143)

第4练习项目——让所有肌肉放松的方 法	(144)
第5练习项目——印象呼吸及数息呼吸 法	(146)
第6练习项目——舍弃常识的幻想法 ..	(149)

第五章 让思路更敏捷的秘诀

‘习得秘诀前的练习’	(152)
1.开发想像力的第一步骤——列举法 ..	(155)
2.最适合让联想大幅度发展的——焦 点法	(157)
3.与全然无关之物结合后的探讨—— 一对连关法	(160)
4.突破思路阻塞的——检查表法	(161)
5.改良事物最具效果的——SAAM 法	(165)
6.从构想中找寻解决方法的——BS	

法	(168)
7.用抽象的题目来刺激思考的——戈	
登法	(172)
8.利用感觉和卡片的——KJ 法	(173)
9.利用外物启发思考的——类比思考	
法	(178)

第一章

为什么他的脑筋特别好呢？

“头脑灵敏者”的思考秘诀!

在我们的生活中，“哇！那个人的头脑真好”，“头脑灵敏”或者是“脑筋不好”等，这些都是常被挂在口头上的话语，其含意似乎与学校学业成绩的好坏有点不同。

当然，这并不就是说，它与学业成绩无所关连，而是它所意味的是指综合思考力的宽窄、学习事物的能力、对于新环境的适应能力、处理复杂而且抽象事务的能力及观察力，上述各项能力的多寡而言的。

我们试举一例，来说明：

有二个人：一个是贸易公司的 A 经理；一个是铜铁公司的 B 营业员。A 的智商是一二三而 B 的智商是一四一。

在此，向他们提出下列的问题。

“在一次高尔夫球比赛中，你击出一记漂亮的球，球直直地飞了二五〇码。可是，很不幸地，球即正好落在一个纸袋内。若把球从袋子里拿出来，就会

受罚无法获胜；而且本身也没有连袋子一起打的自信。假如你是打者的话，要怎么办呢？”（时间限制三分钟）

在规定时间内提出解答的是 A 经理。他的答案是“把纸袋燃烧掉”。

接着，再对他们提出第二问：如果要对这个问题下定义，该如何定义呢？”

A 经理的回答是：“要怎么办才能使第二次的打击能顺利的进行呢？”

B 营业员的答案是：“要如何做才能把球从纸袋中取出来呢？”

由此可知，A 经理之所以能够提出解决问题的方案，那是因为，他所考虑的是“要怎么办才能使第二次的打击顺利地进行呢？”——因此他的思考回路是①要使打击顺利进行，该怎么办？②首先，必须要在不犯规的情况下去除障碍。③纸袋是障碍物。④如何才能使纸袋消失呢？⑤把它烧掉不就可以了吗！因此，从容地掏出打火机，先点一根香烟，然后顺手也把纸袋点上火，所以……。

袋子烧成灰尽，球也终于再现，这时，那大快人

心的第二击不就可以顺利地进行了吗？

而由于 B 营业员的考虑方向是“要如何才能把球从纸袋中拿出来呢？”因此始终找不出好的方法。

不可否认地，幻想力丰富的人，大都具有高出常人一等的智力，因此，幻想力与智能，确实是有某些程度的关连。然而，从上述 A、B 二人的例子中，我们也可略微了解到：智商高的人，也不一定就是幻想力丰富的人。

在我们的实际生活中，智商指数高而幻想力贫乏的也是大有人在。

头脑灵敏的第一个理由

所谓“脑筋灵敏”、“头脑好”、“头脑反应快”等从医学的观点而言，不外乎是指构成大脑的一四〇亿多个脑细胞都被管理得很好，而且每个细胞也都能有效率地活动。而从外在的思考行为来看，这又是指遇事不会有先人为主或呆板而一成不变的固定观念，思考的回路不受习惯的拘泥，会尝试着改变看法，能从各种角度来考量。