



成功思维训练

主编：梁建国 任边疆 梁超

红旗出版社

成功思维训练

梁建国 任边疆 梁超 主编

红旗出版社

图书在版编目(CIP)数据

成功思维训练/梁建国,任边疆,梁超主编.

—北京:红旗出版社,2007.8

ISBN 978-7-5051-1527-9

I. 成…

II. ①梁… ②任… ③梁…

III. 思维方法—训练

IV. B804

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 110832 号

成 功 思 维 训 练

梁建国 任边疆 梁超 主编

责任编辑:李跃辉 封面设计:李俊

红旗出版社出版发行

邮政编码:100727 地址:北京市沙滩北街2号

E-mail: hqchs@publica.bj.cninfo.net

编辑部:84017570 发行部:64037154

印刷:洛阳豫西印刷厂

2007年9月北京第1版 2007年9月河南省第1次印刷
开本:850毫米×1168毫米 1/32 印张:12.125 字数:316千字

ISBN 978-7-5051-1527-9

定价:33.00元

序

李燕杰

梁建国等同志的《成功思维训练》即将出版了。我十分高兴。这是一本立意高远,目标明确,信念坚定,论述周严的好书,希望有更多年轻的人读读这本书。我自从1977年开始注意研究青年成功学以来,迄今三十年,起初收到青年人来信,主要是突出一个“失”字,如“李老师,我们十年文革,失学、失业、失意、失望、失败、失恋、失身、失魂。”

近些年青年来信,又多为一个“求”字。

“李老师,我们在改革开放大潮中,求真、求善、求美、求爱、求发财、求致富、求出国、求读MBA……”

青年有所失就要希望有所补,青年有所求就要有所得,成功学研究就要从失与得中找到诀窍。

从“失”字到“求”字中,折光式地反映出在青年人心目中,体现了《易经》中突现的两个基本观念,一个是忧患意识,另一个是追求吉祥。

人生在世,谁又不愿意追求吉祥与幸福,谁又不心存忧患呢?

梁建国同志的《成功思维训练》,应运而生,他从理论与实践相结合的角度积极研究如何避免忧患,引导人们走向成功,这无疑功德无量的。这本书的价值在于研究人们走向成功过程中,如何开发人类大脑,使人由低智到高智,由小智到大智;如何形成德识才学,又积极地研究明道、取势、优求、树人等走上成功

的思辨,特别值得推介的是,他不仅讲魂与道,而且重与术,他把魂道器求结合起来,熔于一炉,使读者既能从根本上明确成功之道,又能学到走向成功之术,逐步培养自己成功之才。这本书不仅可作为年轻人走上成功的自学教材,并且可以帮助企业家有所突破,求得更大发展,还可作为培训中的教材,是一本切实可行,行之有效的教材。

为此,我愿向大家推介。

最后,我想送给读者四句锦囊妙计:

大本大元求大智,

大爱大美利大成。

求真求善又求美,

立德立言又立功。

这四句话是所有走向成功的人必须思考的大课题。

最后,送上一些成功哲思,供大家参考。

人生,是一种较量,“生如逆风船,誓死不落帆。”强者要勇于较量,善于较量。

较量,需要智慧、机遇与能力。

抓了一把好牌,在较量中取胜不算高明。

抓了一把坏牌,在较量中取胜堪算伟大。

用自己的长处去和别人短处相比,战胜别人,不算英雄。

用自己的短处,去和别人相较,使自己的短处都能高于对手的长处,战胜对手,才算好汉。

较量,是较量智,不单纯是较量力。

有了智与力的结合,才能创造令人感佩的奇迹。

较量的结果,也许是喜剧,也许是悲剧,关键在于心与力。

心与力的结合,方成伟力。

事业的成功经常来自坚韧,败于鲁莽。

真正的勇者,在较量时,既不莽撞行事,也不委曲求全,而是把荣辱置之度外,用心灵和灵魂的力量去征服对手。

把普通事做得不普通。

把平凡的事做得不平凡。

把艰难事做得不艰难。

这是较量之义。

一些人,当他成为动物时,他会比动物更坏,使人变成鬼,善于较量的人,要使鬼变成人。

信念与信心,是可贵的,然而,它们只有在繁复的磨难中较量,才能体现它的价值。

一个人最可悲的是没有信念、信心,最可怕的是在激烈的竞争中退缩,不能持久地较量。

智慧,往往来自磨难中的较量。

智慧的第一含义,应当是在艰难险阻面前的创新欲、创造力。

大智大慧是人生诸多较量时经验的综合。

磨砺开启人的智慧,在较量中形成前进的动力。

讲道德是第一智慧,是在较量中永葆美德。

讲智慧是为了防范自己遭到无道的侵害。

无畏者,到处有路可寻。

无私者,到处有路可去。

勇于较量的人,有取胜之路。

较量于对手之前。

既不要懦弱,又不要鲁莽。

要转败为胜,使无助,变为有助;使无能,变为有能;使无望变为成功。

记住鲁迅先生的名言:

“伟大的胸怀,应该表现出这样的气概——用笑脸来迎接悲惨的厄运,用百倍的勇气来应付一切不幸。”

希望与生命并存!

每朵乌云后面都是阳光。

于北京海淀寓所
2007年6月20日

前 言

这是一本研究人的书。

这是一本开启左脑与右脑思维的工具。

这是一本挖掘人类潜能的方法论,这是促使人类由量变到质变飞跃发展的助跑器。

它纠正了一种观点,方法只是表现的一种手段过程,不等于思维方式。

它揭开了人类产生灵感的一个奥秘,当逻辑思维与形象思维遵循一定规律即辩证思维,进行合理碰撞时,就像阴极与阳极相撞,会产生出火花;就像男女结合一样,诞生新的生命;就像八卦图中黑白运转,遵循轨道自由发挥;就像天地万物一样,四季交替,万象更新……

这是一本实用性的训练手册,按图索骥、按方循进,无论是对企业管理者、追求成功者、自我潜能开发者、望子成龙的家长……都会大有益处。

二十多年前,当中科院院长钱学森在国内提出“思维”科学这一概念时,理论还未能系统化,框架还未能确定。逻辑思维者和形象思维者,争论不休经过近三十年的探索,老人家想些什么呢?“我想的是现在的学校为什么培养不出天才,希望搞科学的学一点文学艺术,搞文学艺术的学一点科学,”他特别语重心长地说,“一个有科学创新能力的人不但要有科学知识,还要有文化修养。”(2000年11月13日温家宝总理在中国文联、中国作协会议上的发言)科学(钱学森所讲的科学是指自然科学)是需要逻辑思维,文学艺术是需要形象思维,这二者之间的结合就能有天才出现。

怎样结合,笔者二十四年前拜读了钱老主编的《关于思维科学》一书后,很受启发,不断探索,特别是在近十年弃儒经商,在商海搏斗中,在患脑溢血倒向大地的刹那间豁然开朗。只有逻

辑思维与形象思维遵循一定的规律,产生碰撞,发出灵感,就能产生天才。

二十年的思维探索,商海中的领悟,断断续续完成了此部书稿。

这些年中,父亲患病,我不能尽孝,他在盼望我回家的期待中,离开人间……

每想此处,深感内疚,无颜面对母亲、小弟、小妹、妻儿。

这些年来,特别是我患病的这几年,我的大学同学梁遂、宋金贵和洛阳市委组织部干部培训中心的于坚,以及洛阳市新华书店的领导、洛阳市新天颜专业文刺护肤中心的吴素文、张妍和她们的伙伴们给我以极大的关爱和支持。还有曾经为此书打印、编排,辛勤工作过的崔飞乐、刘立楠、曹莹、马艳、施亚博,特别是我的儿子梁超,几年间往返于学校、家庭与图书馆之间,为我搜集资料,查找信息……每天为我康复按摩,更应感谢的是与我朝夕相处的妻子缪敏,她以极大的博爱精神,日夜照顾着我的饮食起居,虽然艰难,但我也倍感开心。

更让我激动的是,首都师范学院教授青年教育专家、著名演讲家,我的恩师李燕杰教授,答应为此书做序,给我增添了无穷的力量和信心,一个我多少年来跟随的偶像、一个将国事、校事、社会之事集于一身的忙人,能在有限的时间里阅读此稿,让我不知说什么好。此序,为画龙点睛之笔,使我深感万分荣幸。

我深深地感谢每一位曾经帮助、支持、关心我的人,对于我这样一个残疾的人来说,哪怕是一句轻声问候我都深感力重千钧。

准确地说,这本书是一粒铺路石,但愿无数有志于思维研究的探索者从上平稳地走过,争取更大的收获,为人类贡献出一颗颗宝石,照耀炎黄子孙,产生一个个天才,我的目的就达到了。

梁建国,于苦心宅
2006年12月1日

目 录

序	李燕杰 (1)
前 言	(1)
一、什么是成功	(1)
二、认识人类	(4)
三、认识大脑	(8)
(一) 中枢神经系统概述	(8)
(二) 中枢神经系统的解剖与生理	(9)
1. 大脑	(9)
2. 间脑	(13)
3. 脑干	(14)
4. 小脑	(15)
5. 脊髓	(16)
6. 重要神经传导束	(16)
四、认识成功	(18)
(一) 拿破仑反败为胜	(19)
(二) 死里逃生的囚徒	(20)
(三) 王冠的秘密	(21)
(四) 天兵天将	(23)
五、认识自我	(25)
六、认识思维	(27)
七、思维运动训练	(31)

(一)感性训练	(33)
1. 健脑十二动式	(33)
2. 呼吸与思维	(34)
3. 发音与思维训练	(36)
4. 耳聪训练	(39)
5. 目明训练	(40)
6. 肢体训练	(40)
7. 观察力训练	(59)
8. 观察方法	(63)
(二)左脑训练(逻辑思维训练)	(63)
1. 记忆力训练	(64)
2. 判断力训练	(98)
3. 演绎思维训练	(112)
4. 归纳思维训练	(121)
5. 求同思维训练	(139)
6. 求异思维训练	(141)
7. 正负思维训练	(142)
8. 共变思维训练	(143)
9. 剩余思维训练	(144)
10. 因果方法综合思维训练	(146)
11. 类比思维训练	(151)
(三)右脑思维训练	(158)
1. 肢体训练	(160)
2. 基础想象思维训练五法	(162)
3. 联想思维训练四法	(177)

4. 如何展开想象的翅膀	(189)
5. 情感性思维训练十法	(193)
(四)辩证思维训练	(204)
1. 对立统一规律思维训练	(208)
2. 质量互变规律思维训练	(218)
3. 否定之否定规律思维训练	(221)
(五)创造性思维训练	(225)
1. 读书法	(228)
2. 搜集法	(231)
3. 想象法	(238)
4. 奥斯本团队风暴	(314)
5. 戈登法	(316)
6. 卡片法	(317)
7. 荷花盛开法	(321)
8. 笔记法	(322)
9. 色彩法	(327)
10. 水平法	(330)
11. 和田法	(335)
12. 导图法	(339)
13. 语言法	(345)
参考资料	(354)
(一)脑部按摩操	(354)
(二)把思考和观察结合起来	(355)
(三)如何张开想象的翅膀	(359)
(四)罪犯、脑出血、画家	(361)

(五)具有创造性的人的特点	(365)
(六)日本女人热衷“锻炼大脑”	(368)
(七)怎样保持脑力不衰	(370)
(八)健脑养生数法	(371)
(九)科学养脑十三说	(373)
 主要参考书目	 (376)
后 记	(377)

一、什么是成功

大浪淘沙,英雄辈出,时代交替,伟人流芳,斗转星移,才子永传……同是父母所养,同是衣食儿女,为何有人能光宗耀祖,尽显本色;为什么有人能改变世界扭转乾坤;为什么有人能创造发明,推动历史发展;为什么有人能墨香千古,传于后人……无论任何时代,无论何种职业,我们统称他们为成功者。

何为成功?现代汉语词典如此解释:获得预期的结果。

21世纪著名成功学演讲家陈安之说:“成功=70%的人脉+30%的知识。”

爱因斯坦说:“成功=X+Y+Z,X=知识,Y=下苦功,Z=机遇。”

世界著名的营销大师、年轻的百万富翁交替生活在加拿大和美国之间的马克费金尔说:“创造成功的秘密就是为社会服务。”

有人说成功要靠自己。

有人说成功要站在巨人的肩膀之上。

美国约翰·伍顿这样诠释成功:成功就是心态平和,就是在得知你做出最大努力并取得最好成绩后的自我满足的直接结果。

何能成功?这一改革的时代真是风起云涌,万家论争,各种观点,层出不穷。

美国头号励志大师尤尔根·许勒说:“成功其实就是把事先树立的,有价值于个人和社会的目标循序渐进地变为现实的过程。”

《基督教先驱报》资深编辑桑德逊说:“成功是对优秀品质的

回报。”

美国《成功》杂志创办人奥里森·马登博士阐释成功的原则：成功要建立在坚实的基础之上，有依靠诚实信用、勤劳苦干、积极思考、节俭克制、坚韧勇敢、珍惜精力、终身学习、慎择职业和养成良好的习惯，才能锻造一生的成功。

著名成功学理论大师拿破仑·希尔说：“成功的关键在于诚恳。”

美国人说：“要想成功就要敢于在别人面前出丑。”

中国人说：“失败是成功之母。”

世界著名成功学专家戴尔·卡耐基说：“具有识别能力和忍耐力，并且有热情的人，就是最成功的人。”

19世纪，英国著名的政治家、历史学家和道德学家埃米尔·赖希在《生命的成功》一书中指出成功的三要素：健康的身体、高尚的道德情操、健康的经济状况。

毕业于哈佛大学的史蒂芬·柯维，是美国乃至全球极受崇拜的学者，他提出成功应为双赢的模式。

丹尼斯·魏特里是国际知名的成功学家，他在《乐在工作》一书中提出价值观决定成功与否。

曾著有16部成功学著作的奥格曼狄若提出：成功需要巨大的付出。

19世纪，英国伟大的道德学家塞缪尔斯迈尔斯在《自己拯救自己》一书中写道：“自立自强者最伟大。”

纽约市马柏大教堂诺曼·文森特·皮尔篇在《获得成功的六大秘诀》中特别强调“积极思维”这种奇妙的力量。

哈罗德·强尼深有体会地说：“看待成功要比看待失败困难。”

哈维·S. 费斯通则说：“成功在于正确地选人。”

亨利·R. 卢斯则认为：“成功商人的特点是诚实。”

中国成功学者罗斌告诉人们：“借鉴是走进成功圈的唯一捷径。”

被人们誉为“从江湖中走出的成功学之父教别人印钞票的人”赵菊春，探索了9条成功法则。

美国约翰·钱斐讲：“决定成功有八种能力。”

台湾实践家某管理集团董事长曼陀罗，全球唯一 MONey·rouwinningFOFLife 华文讲师，洋洋万言阐述成功应有数条规律可循。

德国头号励志大师尤尔根·许勒，则号召人们“要想成功就要打破所谓成功的金科玉律”。

用学术之语可称谓：“仁者见仁，智者见智。”用时尚话语来说：“公说公有理，婆说婆有理，看看都有理，想想都无理。”

何以解释？尽管探讨者挖空心思，绞尽脑汁，但都给人以忽悠之感。举例再多，阐述再详都未能抓住根本之源，所以难以让人信服。

何以如此，就是这些千头万绪剪不断理还乱的答案，未能找到成功的源头在哪里，大都舍本求末，弃源寻流。

无论从何种角度解释，无论从哪个层次看问题，无论怎样高谈阔论。试问，此解从何来，此意从何出，此见哪产生，人们不约而同都会说“我总结出来的”或“我想出来的”。人的哪个部位可以总结又可以想呢？

能够总结的只有大脑，能够想的也只有大脑，老百姓常说心想，实质上是错误地把大脑的功用归功于心脏，真正想出来什么，仍然是大脑。

我们常把那些成功人士称为聪明，而把那些努力奋斗而未有所果的人称为笨。都是一个鼻子两个眼，从母体中脱胎而出生下来，都会哇哇乱哭。造成聪明与笨的根源又在哪里呢？

现代科学研究表明，人的脑神经细胞有140多亿个之多，人

与人之间几乎没有多大差别。

你是 140 多亿个,我也是 140 多亿个,那为什么在后来会有聪明与笨之分呢?

人的大脑是宇宙间最复杂的物体,每小时都以 250 公里的速度向你的大脑传送信号。科学考察表明,普通人运用还不到 10 个亿脑细胞,还有百分之八十未能运用,而科学家、政治家、文学家和那些风起云涌的人物,一般经常运用的应是脑细胞的百分之三十左右。

这就向人们准确地揭示了人的聪明与笨,人的成功与失败,关键问题是使用了多少脑细胞来决定,那么,调动人的大脑细胞并促使大脑细胞更多运动则是成功的关键所在。

能够调动起较多的细胞分析问题就会比只有少量脑细胞工作的效果好,对问题的分析就全面,有力度、有层次、有方向、有智慧、有策略。这就需要我们正确地认识人类、认识自我、认识大脑。

二、认识人类

科学研究表明,大约在三十多亿年以前,地球上才开始有生命的物体出现,这是从无机物质逐渐演化而来的,动物及其心理演化是与神经系统的发展密切联系着的,距今约五十万年前,北京猿人其脑量平均为 1059 毫升,比现代猿类的脑量大 1.5 倍以上,北京人已经知道用火制作狩猎用的石器和其他工具,因此可以说工具的制造和使用产生了思维的语言,形成了人区别于低级动物的主要特征。

古猿时期,由于山洪暴发,森林流失,自然灾害接连不断,为了生存,大批古猿走进了更茂密的森林,一直延续下来仍为猿,