

经典版

# 逻辑思考力

图解逻辑思考力的 35 个基本点  
让你一看就懂

[日]西村克己◎著 邢舒睿◎译

論理的な 考え方が

面白いほど

是不是被问到“为什么”  
是不是常常被问“你想  
是不是常常被指责工作  
是不是常常临时抱佛脚

身につく本

时，常常回答不出来？  
表达的重点是什么？  
没有做完或不够高效？  
最后一刻才完成工作？



北京联合出版公司  
Beijing United Publishing Co., Ltd.



经典版

# 逻辑思考力

[日]西村克己◎著 邢舒睿◎译

論理的な 考え方が  
面白いほど 身につく本



北京联合出版公司  
Beijing United Publishing Co., Ltd.

图书在版编目(CIP)数据

逻辑思考力: 经典版 / (日) 西村克己著; 邢舒睿译. —北京: 北京联合出版公司, 2016.7

ISBN 978-7-5502-7986-5

I. ①逻… II. ①西… ②邢… III. ①逻辑思维 IV. ①B804.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第143763号

著作权合同登记号

图字: 01-2016-5243

上架指导: 逻辑思维 / 人才培养

版权所有, 侵权必究

本书法律顾问 北京市盈科律师事务所 崔爽律师

张雅琴律师

## 逻辑思考力: 经典版

作者: [日] 西村克己

译者: 邢舒睿

选题策划:  CIP

责任编辑: 刘恒 徐秀琴

封面设计:  CIP 蒋碧君

版式设计:  CIP 尹秋羨

---

北京联合出版公司出版

(北京市西城区德外大街83号楼9层 100088)

北京中印联印务有限公司印刷 新华书店经销

字数 92 千字 880 毫米 × 1230 毫米 1/32 5.5 印张 2 插页

2016 年 7 月第 1 版 2016 年 12 月第 3 次印刷

ISBN 978-7-5502-7986-5

定价: 39.90 元

---

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容

版权所有, 侵权必究

本书若有质量问题, 请与本公司图书销售中心联系调换。电话: 010-56676356

論理的な考え方

## 前言

请把本书当作圣经来使用。本书探讨了逻辑思考的绝大多数方法和技巧。

所谓逻辑思考，就是按逻辑来思考问题。那么，向来擅长数学和理科的人们，其逻辑思考力应该很强吧？当然，从某种意义上讲，理工科出身的人们在这方面比较擅长，可他们中的许多人仍不会运用真正的逻辑思考方法。理工科出身的人虽然善于针对一个问题进行深入思考，但他们却不擅长在一个宽泛的范围内做整体的分析。如果大家不明白我所说的意思，那么可以在本书中寻找答案。

这本书除了对逻辑思考的方法和技巧做了说明之外，还对人们在“思考”“写作”以及“说话”过程中应当运用什么样的方法做了详细介绍。

掌握逻辑思考的方法，即使在商务活动以外的日常生活中也会发挥很大的作用。请大家务必牢固掌握本书的基本点，从而使自己的人生向前迈出崭新的一步。

西村克己

論理的な考え方

## 逻辑思考力 小测试

- 如果你的回答中有6个以上Yes，那么请阅读本书。
- 如果你的回答中有9个以上Yes，那么就请马上阅读本书吧！

1.当被别人问到“为什么”时，不知如何回答。YES/NO  
不善于回答别人提出的“为什么”“怎么回事”这样的问题。

2.总是出现运气特别好和运气特别不好这两种极端情况。YES/NO  
经常会想到“人生有起有落，当然有运气不好的时候啦”。

3.经常被人指责说工作做得不完整或需要重做。YES/NO  
好不容易把工作做完了，但是经常会出现做得不完整和需要重做的情况。

4.不善于在人们面前进行语言表达。YES/NO  
在别人面前，即使被要求发言也不知道该说些什么好。

5.时常迸出思想的火花，但却不付诸行动。YES/NO  
虽然有很多的想法，但却没有具体的实施办法。

6.面对新的工作任务，不知从何着手。 YES/NO

面对上司突然下发的一项新任务，经常提不出解决的办法。

7.在“到底做还是不做”二者之间作出选择很苦恼。 YES/NO

总是不能从“to be or not to be”这一哈姆雷特式的痛苦中解脱出来。

8.不善于完整地倾听别人说话的内容。 YES/NO

在听人们说话说到一半时，就会说“对对，就是这样的”。

9.被人指责“没有耐心”。 YES/NO

有时会被说“说话思维不连贯”或“说话总是省略”。

10.别人会对自己说“我不知道你究竟要说什么”。 YES/NO

有时会被问这样的问题：“那么，你到底想说什么呢？”

11.不擅长写作。 YES/NO

不擅长写文章，会过于注重措辞的使用，使写作无法进行。

12.如果不是快到期限，就不会迅速完成工作。 YES/NO

经常在期限即将截止前才完成工作，不能高效地完成工作。



扫码关注庐客汇，  
回复“逻辑思考力”，  
即可下载电子版阅读地图。

前言 / I

逻辑思考力小测试 / II

## 01 何谓“逻辑思考力” / 001

逻辑思考力使人进步

跳跃式思考，不能让对方明白想表达的意思

“爱较真”和“有逻辑”是不同的

使证明结论的场景明确化

把垂直思考和水平思考结合起来

为什么有逻辑的方法就是好方法

从日常生活中掌握逻辑思考方法

逻辑思考力的要点 ①

## 02 培养逻辑思考力的7大基本方法 / 033

方法1：使解决问题的过程透明化

方法2：三角逻辑，提高说服力

方法3：归纳法，总结事实然后得出结论

方法4：演绎法，找到事物的趋势从而确立假说

方法5：MECE，使遗漏和重复降到最低

方法6：逻辑树，对信息进行整理

方法7：5W2H，验证信息是否有遗漏

逻辑思考力的要点 ②



### 03 如何进行逻辑思考 / 065

逻辑思考并有效表达的窍门

区分事实和判断

平时要多问“Why”

用“is/is not”来思考

用排除法进行排除

边写边明确思路

运用逻辑思维发现问题

逻辑思考力的要点 ③

### 04 如何进行逻辑写作 / 097

逻辑写作的窍门

写出通俗易懂的文章

莫因邮件书写失误而招致误解

长篇文章要首先制作目录

站在读者的角度思考

确定每个段落的主要内容

如果是演讲资料要把目录放在前面

逻辑思考力的要点 ④

## 05 如何进行逻辑表达 / 129

- 逻辑表达的窍门
- 在演讲时说服对方
- 整理出三个左右的信息点
- 使用金字塔模式
- 建立良好的沟通过程
- 和说话的对方成为朋友
- 做实质性的讨论
- 逻辑思考力的要点 ⑤



你不是一个人在读书！  
扫码进入湛庐“心理、认知与大脑”读者群，  
与小伙伴同读共进！

# 01

## 論理的な考え方

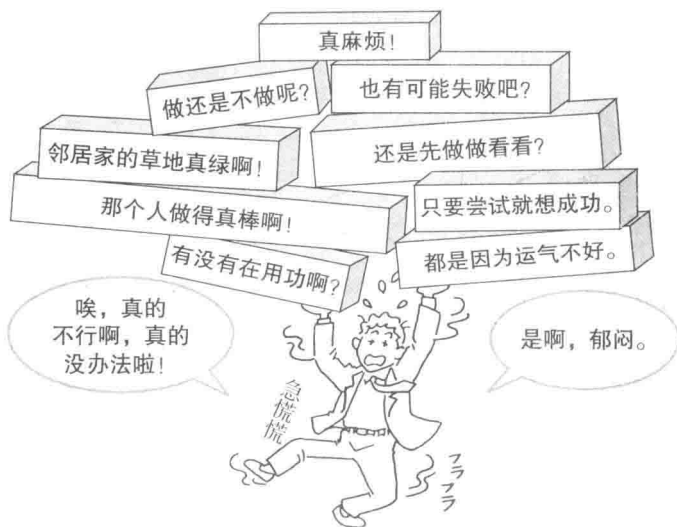
何谓『逻辑思考力』

## 让思维无法继续的状况是什么

### ◆ 思维原地踏步，找不到解决方案



### ◆ 陷入漠然状态，找不到突破口



## 逻辑思考力使人进步

---

当无尽的烦恼不停地围着我们转时，请先试着把造成烦恼的原因找出来。

---

### ◆ 如果长时间不能从烦恼中解脱出来，就会形成压力

所谓逻辑思考力就是建立逻辑思维来对问题进行分析的能力。如果大脑中总是一片混乱，各种想法得不到整理，那么就不可能进行逻辑思考。

比如说，如果类似于“做还是不做呢”“买还是不买呢”这样的问题总是回旋在我们的脑海里，对自己造成烦恼，事情就不可能有进展。当我们无法对思维和现状有一个清晰的认识时，就会很茫然，当然烦恼也会随之而来。

如果头脑中的想法太多了，就会造成选择性障碍。这时即使想尽快作出抉择，类似于“如果失败就惨了”“太浪费钱了”的想法也会困扰我们，使我们不能向前迈进一步。

就在我们这样反反复复抉择不出而陷入烦恼之中时，时间会悄然流走。如果这样的僵局持续下去，就会使我们自身产生压力。以至于最后成了“怎么样都行”，从而

## 对烦恼进行梳理就会发现问题的本质



- ◆ 对资料进行整理并分析
- ◆ 首先试着将目的明确化



- ◆ 主动思考，使自己的想法明确化
- ◆ 将备选方案排序并对其进行分析

放弃了选择，将答案寄托给掷色子似的运气。

### ④ 运用逻辑思维进行思考，就会充满自信，有所进步

如果无法整理出思绪，就把它们都写在纸上，这样就可以清晰地看到我们的烦恼。将“目的是什么”“想干什么”“怎样做”这些问题列出来，进行整理。

一定要首先思考“目的是什么”，这是最重要的问题。把“究竟为了什么”清晰化，以此作为出发点。很多时候，我们发现自己根本说不清楚到底在“烦恼什么”。只有明确了目的，才可以进一步思考“为了达成目的，采取什么样的方法”，接着就可以进行逻辑思考了。比如，即使你有很多备选的方案，并最终选出了一个最好的方案，这样也是可以的。相对于专注思考“做还是不做”来说，还不如去寻找可能的解决方案，这样可以扩大解决方案的范围。建立逻辑思考，可以使思维向前迈进一步，并且使自己在心态上也更加积极向上。

## 有逻辑的人和没有逻辑的人

### 有逻辑的人



### 没有逻辑的人





## 跳跃式思考，不能让对方明白想表达的意思

---

虽然在自己脑子里时很有逻辑，但为什么说出来后对方就是不明白呢？

---

### ◆ 有逻辑的人和没有逻辑的人

有逻辑的人和没有逻辑的人到底有什么区别呢？所谓有逻辑，就是要建立逻辑结构，从而得出结论，使结论的正当性有理可循。

即使被别人认为是没有逻辑的人，在他自己看来，“自己也是有逻辑的”，这样的现象在生活中很常见。为什么这样的人虽认为自己有逻辑，但别人却不认同呢？这是因为他说话的论据时常出现跳跃，语言不连贯。

虽然在自己脑子里时很有条理，但如果说话时语言表达不连贯，也会被认为是“说话没有逻辑”。也就是说，如果说话时没有一定的逻辑，那么别人就会认为我们“没有条理”。

比如，根据自己以往的经验得出一个结论（主张）时，如果不对其进行根据上的论证和说明，那么对方也很难认同。比如，即使我们说“以我多年的经验来看，明天有可能下雨”，对方也不会轻信。