

水晶 思考法

陳鶴安 著

……在現實生活中，一個人如果不懂得有效地去思考，將難以好好去掌握自己的生活，以致失去人生重大決策的自主權。難怪古希臘哲學家亞里士多得曾說：「人類是思考的動物。」



水晶 思考法

◎ 陳鶴安 著

智能教育出版社

責任編輯 姚永康
裝幀設計 鍾文君

書 名 水晶思考法
著 者 陳鶴安
插 圖 陳鶴安
出 版 智能教育出版社
香港鰂魚涌英皇道 1065 號 1304 室
INTELLIGENCE PRESS
Rm. 1304, 1065 King's Road, Quarry Bay, Hong Kong
香港發行 香港聯合書刊物流有限公司
香港新界大埔汀麗路 36 號 3 字樓
台灣發行 聯合出版有限公司
台北縣新店市中正路 542-3 號 4 樓
印 刷 深圳市森廣源（印刷）有限公司
深圳市福田區天安數碼城五棟二樓
版 次 2007 年 1 月香港第一版第一次印刷
規 格 特 16 開（152 × 228mm）176 面
國際書號 ISBN 978 · 962 · 8792 · 98 · 6

© 2007 Intelligence Press

Published in Hong Kong

序

上天賜予人類思考的能力，運用腦袋去解決疑難。近年，香港特區政府推行教育改革，強調鍛鍊學生的思考能力。全球經濟一體化，香港經濟轉型，不用依賴製造業，港人要維持高收入，便要「食腦」。

陳鶴安撰寫的《水晶思考法》，暢談古今中外的思考方法，引用了大量現實生活的例子，幫助我們更有效地鍛鍊思考能力，並指導讀者如何避免大腦過分勞累或過於「懶散」，更好地去發揮上天賦予我們的才能。我誠意地向各位推薦這本好書。

林本利

香港理工大學工商管理學院

會計及金融學院副教授

2006年5月26日

目錄

如何活用本書？ 9

引言 13

上編 必須先行反思的五個問題 16

■ 問題一 我重視思考嗎？

為思考作準備.....19

外在的思考條件.....20

在不利的處境下思考 20

與不適當的人一起思考 21

在資料不足下勉強思考 23

內在的思考條件.....25

改善生理條件 25

改善心理條件 26

認真地思考.....27

啟思答問 29

閱讀札記 29

■ 問題二 我輕視感覺嗎？

感覺.....31

感官反應與思考.....31

情緒與思考.....33

直覺與思考.....	34
情理並重談「意識」.....	36
意識是思想的舵手.....	39
意識是思想的交通警察.....	40
啟思答問	42
閱讀札記	43

■ 問題三 我認清自己的思考包袱嗎？

思考的慣性網絡.....	44
慣性網絡的形成.....	46
思考成份的類型.....	48
觀念與概念	48
印象	50
潛在的假設	51
偏見	52
價值觀	54
恐懼	55
包袱的形成.....	56
啟思答問	57
閱讀札記	58

■ 問題四 我了解自己的思考特性嗎？

愛幻想的愛因斯坦.....	59
處事一絲不苟的達文西.....	61
解剖專家畢加索.....	62
細看古今各式各樣的人.....	63
思考風格	63

九型人格解構	63
多元智能論	64
心理形態的分類	65
六神象徵	66
古印第安人觀察法	67
源源不絕的眾生相分類	67
看看自己	68
啟思答問	69
閱讀札記	70

■ 問題五 我應該學習哪種思考方法？

聚斂式思考，發掘真相	73
例一 老鼠與乳酪	74
例二 教育改革新名詞	75
校本概念	75
通識教育	76
聚斂式思考的缺憾——難入難出的門	78
擴展式思考，往往令人意想不到	79
拯救「太陽神13號」	80
把銀行帶回家中	81
擴展式思考的任務	81
擴展式思考的不足之處	82
以整體式思考裏應外合	83
重視解決問題的層次	83
照顧不同角度及立場的思考	85
重視個別問題及答案之間的關係	87
考慮周全，還是過分擔憂？	88

對症下藥的準則.....	90
啟思答問	92
閱讀札記	93

下編 水晶思考的法則 96

■ 法則一 像水晶般空靈——不思考的好處

我們必須思考每一件事情嗎?.....	100
吃什麼? 喝什麼?.....	100
預留天地.....	102
望子成龍變畫蛇添足.....	104
夫婦分工，相得益彰.....	105
上司下屬，同心同德.....	107
自欺欺人的授權方式.....	107
「扑傻瓜」式的集思過程.....	108
啟思答問	111
閱讀札記	112

■ 法則二 像水晶般剔透——到此為止的思考

反思人生重大決定的工具——人生地圖.....	114
自我檢討思考習性的工具——聲納探測法.....	116
思考的效能	118
思考的性向	119
思考的盲點	119
像風帆般思考.....	121
後視鏡式思考.....	123
美國將軍的思考教訓.....	125

啟思答問 126

閱讀札記 127

■ 法則三 像八面玲瓏的水晶——進一步思考

問題過濾器.....	132
聰明瞎子摸出真象.....	135
批判與包容.....	140
古巴飛彈危機.....	141
織布的理論.....	143
由一塊布到一件衣服.....	145
思考工具百子櫃.....	148

啟思答問 149

閱讀札記 150

■ 法則四 像水晶般經受熬煉——由思考到行動

非智力因素.....	152
協調思考、情感與意識.....	154
調節情感，改變意識.....	155
留意深藏於內心的黑盒.....	158

啟思答問 160

閱讀札記 161

■ 法則五 像水晶般獨特——屬於自己的思考

針沒兩頭利.....	163
終於想通了.....	164

啟思答問 166

閱讀札記 167

後記：水晶思考法的誕生 169

參考書目 171

小專欄

退而靜思，塊然獨處 23

智力是否內在的思考條件之一？ 28

感覺分類 31

直覺 36

悄悄溜進腦中的結論 47

增強效應 48

世界有兩個，一個是我的，一個是您的 60

駭人的名目 72

小泉純一郎廣納低層次選票 85

平衡式思考 87

預留天地 104

聲納探測法 120

騎驢子入城 120

通識思維 139

非傳統智力和非智力因素 153

外在動機和內在動機 153

得此失彼 164

如何活用本書？

現代人太忙碌了！能夠在百忙中抽空翻閱一本書，那怕只是隨便抽讀幾頁，也希望從中能夠找到一點有用的東西，而不致於浪費珍貴的時間。既然這樣，請您不妨按下表的推介，瀏覽本書的關鍵章節，讓您在最短的時間內，窺探水晶思考法及它的效用，或先行帶出您心中的疑難問題，以作好思考準備。然而，要徹底改善您的思考能力，那就請您詳細閱讀本書了。

問題例子	會帶給你有益啟發的有關章節	頁碼
與競爭力相關的問題		
怎樣訓練自己成為公司的大腦？	下編 法則三 像八面玲瓏的水晶——進一步思考 ■ 織布的理论 ■ 由一塊布到一件衣服 ■ 思考工具百子櫃	P.143 P.145 P.148
怎樣建立一支團結的強大團隊？	下編 法則一 像水晶般空靈——不思考的好處 ■ 自欺欺人的授權方式 ■ 「扑傻瓜」式的集思過程	P.107 P.108
怎樣為產品設計出創意非凡的推廣大計？	上編 問題五 我應該學習哪種思考方法？ ■ 擴展式思考，往往令人意想不到	P.79
怎樣避免公司的政策出錯？	上編 問題五 我應該學習哪種思考方法？ ■ 以整體式思考裏應外合	P.83

(續)

問題例子	會帶給你有啟發的有關章節	頁碼
怎樣才能將上司交託的事情辦妥？如何在上司面前表現自己頭腦精密？	下編 法則三 像八面玲瓏的水晶——進一步思考 ■ 織布的理论 ■ 由一塊布到一件衣服	P.143 P.145
成年人的問題		
公司內有派系鬥爭，我跟同事的關係又很惡劣，我應該怎樣面對這種情況？	下編 法則四 像水晶般經受熬煉——由思考到行動 ■ 調節情感，改變意識	P.155
我剛被裁員，怎麼辦？	上編 問題五 我應該學習哪種思考方法？ • 重視解決問題的層次	P.83
與競爭力相關的問題		
我陷入財政困難了，怎樣脫身？	上編 問題一 我重視思考嗎？ ■ 外在的思考條件	P.20
伴侶跟我在處理家事上經常鬧意見，可以改善這情況嗎？	下編 法則一 像水晶般空靈——不思考的好處 ■ 我們必須思考每一件事情嗎？ ■ 吃什麼？喝什麼？ ■ 夫婦分工，相得益彰	P.100 P.100 P.105
年青人的煩惱		
我跟異性相處時，經常遇到困難，怎算好？	上編 問題三 我認清自己的思考包袱嗎？ • 潛在的假設	P.51
我很容易受別人影響，怎樣才變得有主見？	上編 問題一 我重視思考嗎？ ■ 外在的思考條件	P.20

(續)

問題例子	會帶給你有益啟發的有關章節	頁碼
怎樣教導年青人 通識教育要求的多角 度思考？	下編 法則三 像八面玲瓏的水晶——進一步思考 ■ 聰明瞎子摸出真象 ■ 批判與包容 ■ 古巴飛彈危機	P.135 P.140 P.141
會考放榜了，我 的成績不高不低，朋 友家人都有很多意見， 我不知如何選擇？	下編 法則二 像水晶般剔透——到此為止的思考 ■ 反思人生重大決定的工具——人生 地圖	P.114
我覺得自己的思 維不及別人，我可以 怎樣改善？	下編 法則五 像水晶般獨特——屬於自己的思考 ■ 針沒兩頭利	P.163
我經常購買了不 需要的東西，但是在 購物的一刻又很難抗 拒誘惑，可以怎樣克 服這壞習慣？	上編 問題一 我重視思考嗎？ • 在不利的處境下思考	P.20

引言

思考能力是一切競爭力之首；自主思考的能力，是掌握人生的最關鍵能力。

從個人的競爭力而言，假如尚未具備高效的思考能力，便無法在競爭激烈的社會中出類拔萃！即使您只想安穩度日，並沒有鴻鵠之志，但在現實生活中，一個人如果不懂得有效地去思考，將難以好好去掌握自己的生活，以至失去人生重大決策的自主權。難怪古希臘哲學家亞里士多得曾說：「人類是思考的動物。」

什麼是思考？心理學家假設，思考是經常發生在每個人腦海中的活動，《牛津心理學詞典》（*Oxford Dictionary of Psychology*）就形容思考為「產生意念或想法的過程，包括論理、解難、決策、形成心志模式以及對知識、信念和意見的考量」。思考不同於呼吸，它仍未算是一個生理上的名詞；如果有人說：「我觀察到你的思考。」您也許覺得這種說法既不科學也不準確。然而，相信我們離可觀察思考的一刻不遠了。的而且確，近來大腦神經學的發展，一日千里，在不少的實驗中，觀測儀器可以顯示一個人的腦部活動情況，有些人推斷那些活動就是思考。

有關人類思考的研究，大部份的理論是從哲學角度來探討的。當然，世上亦有其他專家正在自己的科學領域上探索人類大腦的這種活動。不幸的是，對思考本身及如何學習思考的討論，仍有許多未盡之處。本書上編名為「必須先行反思的五個問題」，就是要指出探討思考問題及學習思考時，經常被忽略或輕視的五個重大範疇。未能先行解決這些問題，就會導致準備學習思考的人卻步，讓嘗試改善思考的

人無所適從；甚至令到花了好些精力去研究思考的人陷在困局中。澄清這五個疑問，是打好整個高效自學課程基礎的第一步。之後，我便可以引領大家進入本書下編的各個章節，學習一套以自主能力為原則的高效能思考方法——**水晶思考法**。