

蜗行不息

亓协义 著



吉林人民出版社



蜗 行 不 息

亓协义 著

吉林人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

蜗行不息 / 亓协义著.
长春:吉林人民出版社,2013.7
ISBN 978-7-206-09923-6

- I. ①蜗…
- II. ①亓…
- III. ①创造性思维—思维方法
- IV. ①B804.4

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第158893号

蜗行不息

著 者:亓协义
责任编辑:吴兰萍 封面设计:张 娜
吉林人民出版社出版 发行(长春市人民大街7548号 邮政编码:130022)
印 刷:长春市赛德印业有限公司
开 本:880mm×1230mm 1/32
印 张:9.875 字 数:270千字
标准书号:ISBN 978-7-206-09923-6
版 次:2013年7月第1版 印 次:2013年7月第1次印刷
印 数:1-1 000册 定 价:28.00元

如发现印装质量问题,影响阅读,请与出版社联系调换。

序 言

头脑风暴的时代已经到来，在经济领域，市场经济正在蓬勃发展，市场竞争日趋激烈。而人与人之间的竞争，归根到底是智力的竞争，是头脑的竞争。在社会领域，信息社会初露端倪，各种信息铺天盖地涌过来，使得我们每天都要面临一个不断变化着的崭新世界。

仅仅依靠以往的老经验已经无能为力了。我们唯有训练思维，创新思维，在我们的头脑中发起一场革命，才能在“全球化”不可阻遏的今天，让我们华夏文明的智慧之光真正地融入人类文明的主流文化之中，夺目闪耀。

创新思维的过程一般来说，包括以下三个阶段：
寻找目标——发现问题，缩小范围，锁定目标；
构思思维——运用各种方法获得思维新产品；
论证实施——对思维产品进行理论证明或付诸实践。

创新思维的领域主要有以下五个领域：
实物——某种具有实用价值的新物品；
制度——某种新的组织方式和行为方式；
对策——某种解决特定问题的新策略；
理论——某种具有解释力和指导性的新的理论构想；

心态——某种内心情绪、态度和观念的转变。

然而，如何让思维革命者认识到：

“世界上没有人能够两次踏进同一条河流”

——我行故我思，我可以做创新思维；

“世界上没有两片完全相同的树叶”

——我思故我得，我可以创新得更好？

首先，创新思维主体要主动地明确实践目的，即行为之前的计划、预测等；做好价值模式，即面临选择时对事物先后轻重的排列次序；了解情感偏好，即思维中难以排除的非理性因素；积淀知识储备，即为了理解思维对象所必备的基础知识。

其次，创新思维主体要从数量无穷多的对象中选出一个或几个对象，从选取的对象所具有的无穷多的属性中抽取出一种或几种属性，从选取的属性中动态截取（就是把无限流变的时间长河截取一小段，把其中的事物加以凝固化来进行思维，结合其过去和未来，来思维考它的当前）。

本书分为三个部分：智力篇，语言篇，情趣篇。

《蜗行不息》将通过以蜗牛为视角的“浅行蜗爬”，帮助爱好创新思维的朋友们更好地提高智商，提升情商，开掘另类的思维，获得人文的智慧。

著者

2013年4月5日

目 录

上篇：蜗行不息——智力

第一章 说智商	9
【提高智商策略】	12
【提高智商的实用案例】	14
第二章 谈智力	16
第三章 讲方法 * 智力五力	21
第一节 观察力	21
第二节 记忆力	53
第三节 想象力	76
第四节 思维力	89
第五节 创造力	111

中篇：蜗牛与人的智慧——思维和语言

第四章 破除思维的禁锢	127
-------------	-----

第五章 角度思维与语言·····	132
第一节 角度深入与语言·····	132
第二节 角度逆向与语言·····	139
第六章 形象思维与语言·····	145
第一节 蜗行不息 * 形象思维的构图·····	145
第二节 形象思维奇文《春江花月夜》·····	155
第三节 形象思维训练营·····	160
第七章 语言思维后的演讲艺术·····	167
第一节 魅力语言九章·····	167
第二节 艺术语言演说见解九章·····	204

下篇：庄生晓梦迷蝴蝶——情趣

第八章 说情商·····	229
第九章 谈情趣·····	235
第一节 佛说·····	235
第二节 道说·····	247
第三节 诸子说·····	260
第十章 讲方法 * 情趣五法·····	281
附录 * 智趣训练题答案·····	291



上篇：蜗行不息

——智力

夫君子之行，静以修身，俭以养德。
非淡泊无以明志，非宁静无以致远。
夫学须静也，才须学也。
非学无以广才，非志无以成学。
淫慢则不能励精，险躁则不能治性。
年与时驰，意与日去，遂成枯落，多不接世。
悲守穷庐，将复何及！

【文思】

君子的品行，以安静努力提高自己的修养，以节俭努力培养自己的品德。不恬淡寡欲就不能显现出自己的志向，不宁静安稳就不能达到远大的目标。学习必须静下心来，才干必须学习才能增长。不学习就不能有广博的才干，没有志向就不能成就学业。怠慢便不能振奋精神，冒险急躁便不能治理品性。年华随时间流逝，意志随岁月消磨，于是枝枯叶落，大多不能对社会有所作为。等到悲凉地守着贫穷的小屋时，后悔又怎么来得及呢？

【蜗牛引语】

“学而不思则罔，思而不学则殆”只要我们蜗行不息，坚信自己的志向，静下心来，抓紧时间掌握思维的方法，努力开掘我们的智慧，成功必然是属于我们的——今天一小步的思考，将会成就明天大踏步的成功！



第一章 说智商

引文 * 智商——无雨的日子里，蜗牛是个小“睡虫”，像一块睡熟的石头。雨后初晴，它便悄悄探出触角，伸出肉乎乎的小脑瓜，而它圆如黑点的小眼睛总是能找准一个方向……蠕动，然后向上，向前。它那扁平的脚与丰腴的腹部往往无法分辨，却能够垂直攀爬，在树干上留下一道粉白的轨迹，紧贴着树干弯曲起伏。在一棵树下，轻触一条正在攀爬的蜗牛那扁圆形的壳，我发现它马上变得万分的紧张。它的壳是否温暖，是否足够坚硬？多年前的一个寂寥而暗淡的夜里，艾青先生颤颤抖抖地提起笔，写下了几个充满怜惜与温情的字，“软体动物，最需要硬壳”！

启思 * 智商——蜗牛的壳是蜗牛生存在天地间的保障，对人而言，智商是我们与生俱来的凭借，它将引领我们更好地感知世界。在这物竞天择的世界里，智商是否得到提升越来越像是蜗牛的壳是否坚硬，所以说更好地开掘我们的智商是更稳地成就我们人生的重要步骤。

【智商测试题】

智商，就是 IQ（Intelligence Quotient 的简称），通俗地可以理解为智力，是指数字、空间、逻辑、词汇、创造、记忆等能力，它是德国心理学家施特恩在 1912 年提出的。智商表示人的聪明程度：

智商越高，则表示越聪明。

想检验自己的智商是多少吗？这并不困难，以下就是一例国内较权威的 IQ 测试题，请在 30 分钟内完成（30 题），之后你就会知道自己的 IQ 值是多少了。

1. 选出不同类的一项：

A. 蛇 B. 大树 C. 老虎

2. 在下列分数中，选出不同类的一项：

A. $\frac{3}{5}$ B. $\frac{3}{7}$ C. $\frac{3}{9}$

3. 男孩对男子，正如女孩对

A. 青年 B. 孩子 C. 夫人 D. 姑娘 E. 妇女

4. 如果笔相对于写字，那么书相对于

A. 娱乐 B. 阅读 C. 学文化 D. 解除疲劳

5. 马之于马厩，正如人之于

A. 牛棚 B. 马车 C. 房屋 D. 农场 E. 楼房

6. 281420 () 请写出“ () ”处的数字。

7. 下列四个词是否可以组成一个正确的句子

生活 水里 鱼 在

A. 是 B. 否

8. 下列六个词是否可以组成一个正确的句子

球棒 的 用来 是 棒球 打

A. 是 B. 否

9. 动物学家与社会学家相对应，正如动物与（ ）相对
A. 人类 B. 问题 C. 社会 D. 社会学
10. 如果所有的妇女都有大衣，那么漂亮的妇女会有
A. 更多的大衣 B. 时髦的大衣 C. 大衣 D. 昂贵的大衣
11. 1 3 2 4 6 5 7 ()，请写出“()”处的数字
12. 南之于西北，正如西之于：
A. 西北 B. 东北 C. 西南 D. 东南
13. 找出不同类的一项
A. 铁锅 B. 小勺 C. 米饭 D. 碟子
14. 9 7 8 6 7 5 ()，请写出“()”处的数字
15. 找出不同类的一项：
A. 写字台 B. 沙发 C. 电视 D. 桌布
16. 961 (25) 432 932 () 731，请写出()内的数字
17. 选项 ABCD 中，哪一个应该填在“XOOOXXOOOXXX”后面
A. XOO B. OO C. OOX D. OXX
18. 望子成龙的家长往往()苗助长
A. 揠 B. 堰 C. 偃

19. 填上空缺的词:

金黄的头发 (黄山) 刀山火海

赞美的人生 () 卫国战争

20. 选出不同类的一项:

A. 地板 B. 壁橱 C. 窗户 D. 窗帘

21. 1827 (), 请写出 () 内的数字。

22. 填上空缺的词:

罄竹难书 (书法) 无法无天

作奸犯科 () 教学相长

23. 在括号内填上一个字, 使其与括号前的字组成一个词, 同时又与括号后的字也能组成一个词:

款 () 样

24. 填入空缺的数字:

16 (96) 12 10 () 7.5

25. 找出不同类的一项:

A. 斑马 B. 军马 C. 赛马 D. 骏马 E. 驽马

26. 在括号上填上一个字, 使其与括号前的字组成一个词, 同时又与括号后的字也能组成一个词:

祭 () 定

27. 在括号内填上一个字, 使之既有前一个词的意思, 又可以与后一个词组成词组:



头部 () 震荡

28. 填入空缺的数字 653717 ()

29. 填入空缺的数字 41 (28) 2783 () 65

30. 填上空缺的字母

CFIDHLEJ ()

【提高智商策略】

据英国《新科学家》杂志报道，具有超常记忆力的人并不是天生的，而是他们的记忆方法与众不同。伦敦大学研究小组发现，具有非凡记忆力的人并不是因为他们的智商高，也不是大脑结构有什么特别，他们记忆力好的原因是经常使用正确的记忆方法来记住要记住的内容。

研究小组让被试者记忆人的面部、雪花和三位数字。这些志愿者不仅仅要记所看见的事物，还须记住它们的顺序。在测试过程中，科学家使用一种叫“磁性感应成像”仪器来检测志愿者的的大脑。这些记忆非凡的人在数字测试中表现出色，而且他们大脑中的空间扫描活动非常活跃。但是在雪花记忆的测验中，记忆非凡的人与普通人的没有什么区别。马桂利认为，这说明雪花记忆不是通过学习能够获得的，因为将雪花转化为文字系统特别困难。

美国巴尔的摩约翰霍普金斯大学的巴里·格登说：“这足以说明人们以前怀疑的假设——具有非凡记忆力的人是因为他们记忆策略比其他人高明。”伦敦大学的额里诺·马桂利说：“其实人们记忆时使用一种好的方法就可以成功！”

实用价值特别高，斯坦福大学的迈克尔·安德森评价说：“将所有的记忆术都纪录在案，对于我们具有非常重要的实际意义。例如：由于大脑受损而丧失记忆力的人不会浪费他们的时间来恢复自

己受损的记忆力。虽然这一研究发现，人们的大脑结构并不存在什么差别，但是一旦通过这种训练后，人的大脑结构就会不同，伦敦街头的出租车司机的大脑就是一个明证。以上的研究为普通人提高记忆提供了理论上的支持，有心人不妨试试以下记忆方法。

要想记忆好，多交朋友勤用脑。美国研究发现：成年斑胸草雀和大象群居时比独自闷在窝里的鸟或大象相比，群居动物比独居动物记忆力更强。社会交往可能有助于人的大脑神经细胞存活，进而可能提高记忆力。除了多交友之外，勤动脑也可以提高记忆力。美国洛杉矶加利福尼亚大学神经生物学家鲍博·雅各布斯研究发现，大脑使用程度越高，神经细胞上长出的树突就越长；反之，则树突逐渐萎缩。神经细胞上的树突越多，记忆功能也就越强。

要想记忆好，合理饮食是法宝。科学家发现很多食品和饮料能提高记忆力。2000年，以色列的科学家证实，喝咖啡有助增强记忆。与咖啡有着异曲同工作用的是日本米酒，因为科学家发现米酒中含有一种增强记忆的酶。虽然饮食与记忆关系的研究刚刚起步，但是，科学家发现合理饮食是关键。

要想记忆好，多嚼东西睡好觉。2002年，英国诺森布里亚大学研究人员发现，咀嚼口香糖有助记忆，因为嚼口香糖时不断的咀嚼动作加快了心脏的运动，增加心脏向头部供应的血液量，从而促进大脑活动，提高人的思维能力。同时，咀嚼促使人分泌唾液，而大脑中负责分泌唾液的区域与记忆和学习有密切关系。哈佛大学医学院发现，考试之前熬通宵的人第二天记不住应试内容，而学习和练习完新东西后好好睡一觉的人，第二天所能记起的东西要多于那些学习完同样的东西后整夜不睡觉的人。看来保持心情平静、沉着，保持精神集中，使大脑获得良好的休息，有助于提高记忆力。

【提高智商的实用案例】

能让人聪明的实验

近日，英国广播公司（BBC）进行了一项“让人聪明”的



实验。

研究人员给 1000 个参与实验的人每人一份“变聪明指南”，让他们在一周内各自尽力按照指南上的建议去做。这些建议包括“蒙住眼睛在家里走动”、“用‘非正手’操作鼠标”、“玩拼字游戏或字谜游戏”等。

实验结束后，绝大多数志愿者都表示自己从中受益。其中有一些人的智商竟提高了 40%。

这是个简要的“变聪明指南”，你不妨一试：

周一：骑自行车、走路或乘公共汽车上班；晚餐吃鱼。

周二：从词典里挑几个不熟悉的词，并用它们造句、会话。

周三：做普拉提（运动），或沉思冥想；和陌生人交谈。

周四：走一条不同的路线上班，看排行榜或者“脑筋急转弯”。

周五：把购物清单背下来。

周六：用“非正手”（通常不用的那只手）刷牙；淋浴的时候闭上眼睛。

周日：做填字游戏；轻快地散步。

第二章 谈智力

【什么是智力】

我们生活在这个大千世界中，现有的生物千万种，为什么唯独人类能成为万物之灵，为什么唯有人类才能劳动、工作、学习，并创造出今天这样光辉灿烂的文明？其根本原因，就是人类具有与其他动物完全不同的大脑和人类特有的智力。人类就是靠着智力，从远古的荒蛮时代走出来，创造了当今世界的辉煌，人类不仅征服了地球，而且登上了月球，去探索浩瀚神秘的宇宙空间，为自己创造出更美好的未来。

智力就是力量，智力就是财富，智力是成功的基础。从古至今，人们就不断地赞美智慧，歌颂智慧。尤其到了现代，随着高科技时代的出现，智力的作用越来越受到人们的关注，当代的各种竞争，归根结底是人们智力的竞争。如果你想在生活、学习、工作中取得好成绩，赢得胜利，其根本方法之一就是提高你的智力。

智力是人所具有的素质。除大脑发育不全者外，每个正常人都有一定的智力。智力上的差别主要在于教育环境和主观努力的不同。因为人脑所蕴藏的智力，可以说是一个未知数，有人把人脑比作“黑箱”，意思是关于人脑的研究，到现在为止，还没有人能研究清楚。有的科学家说：“如果人能够发挥大脑的一半功能，那就将轻易地学会 40 种语言，背下百科全书，拿到 21 个博士学位。”