



激越

王华斌 / 著

——全脑学习创始人成长之路

走出清华 走出哈佛

我走出平原，走出丘陵，走出高山；走出南开，走出清华，走出哈佛；走出大我，走出小我，走出自我……走入民间——我的心灵圣地——我的精神家园——我的永永远远的地平线……



中国时代经济出版社

激越

王华斌 著

● 谨以此书献给

相知与未知的学友与诤友

全脑学习创始人成长之路

中国时代经济出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

激越：全脑学习创始人成长之路/王华斌著. —北京：中国时代经济出版社，2005.5

ISBN 7-80169-744-8

I. 激… II. 王… III. 学习方法 IV. G791

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 032835 号

激

越

全脑学习创始人成长之路

王华斌 著

出 版 者	中国时代经济出版社
地 址	北京东城区东四十条 24 号 青蓝大厦东办公区 11 层
邮政编码	100007
电 话	(010)68320825(发行部) 68320498(编辑部) (010)88361317(邮购)
传 真	(010)68320634
发 行	各地新华书店
印 刷	北京鑫海达印刷有限公司
开 本	787×1092 1/16
版 次	2005 年 5 月第 1 版
印 次	2005 年 5 月第 1 次印刷
印 张	14.5
字 数	193 千字
定 价	24.00 元
书 号	ISBN 7-80169-744-8/C·098

版权所有 侵权必究

内容提要

世界比较文化研究著名学者、教育家、作家王华斌教授走过了一条多彩多姿的求学之路。《激越——全脑学习创始人成长之路》一书有血有肉地展现出他质朴、真挚、乐观的积极进取的精神追求、道德情操、人格特征和内心世界，反映了他对读书、学习、教学、写作和研究以及生活等思考和探索。他先后在南开、清华、哈佛等受到过一流大师的熏陶，接触了一些世界顶尖级学者，他的视野开阔，心胸豁亮，他深入研究影响人类精神的心灵世界，着力寻求与拓展一种生命的高层次的心灵智力，也就是深入人性的灵魂智力——完善自我与激越自我的创造性智力，发现与创造新价值的直达生命本质的智力，这项研究的重要成果是对脑能开发、潜能激发方面的突出贡献，也是一种人生智慧的升华，推动和促进人们的学习进入一个崭新的阶段。他提出扫除学习五大魔障，建立五大优势兴奋中心——五大魔力，殊为难能可贵；他指出学习方面存在的十大误区，并作出相应的切实有效的对策，极具震撼力、冲击力和创建性。

学习力既是 21 世纪人们的基本竞争力，也是总体竞争力，同时又是核心竞争力。竞争是人类永恒的主题。学习力决定了人们的竞争力、创新力、发展力、成功力等。他多年潜心研究中外学习方法与策略。他认为人人都拥有无限的潜力。美国、加拿大等西方国家，非常重视对读书学习与大脑潜能的开发和运用。我国随着 WTO 的国际经济一体化，许多方面都在与国际接轨。自然在关于人才的至关重要的学习力方面更应该激流勇进，与国际接轨，这才是真正的接轨，而不是盲目追求非主流的接轨，否则等到我们许多枝枝节节接了轨，发达国家根本性的学习力已超前了若干年，这样我们永远



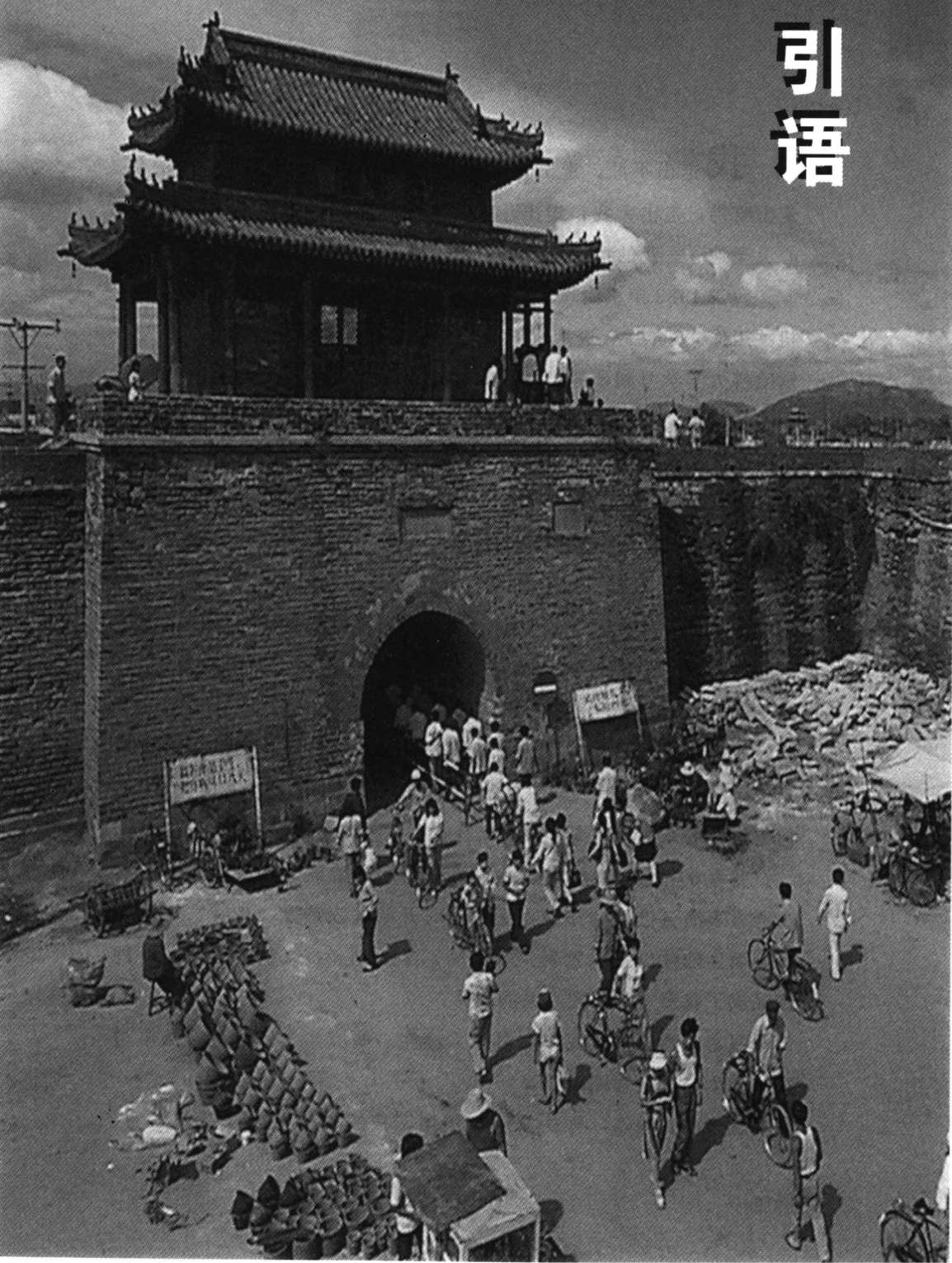
只能跟在别人的后面追，从而进入一种怪圈。所以，必须要迎“头”赶上！不过，外国与中国的国情不同，各有所长。正好可以取长补短，相得益彰。他致力于吸收中外精华，博采众长，东西融会，发挥桥梁作用，把西方的学习方法中的精华引入国内，加以分析、整理、总结、提炼，发展、深化和升华，同中国的实际情况相结合，顺应时代要求，创造出具有广泛而深刻影响的全脑学习体系。为读者提供参考，开启智慧，拓展视野，减轻学习负担，提高学习效率，增强学习效果。通过他亲身经历，真情演绎，深入浅出，通俗易懂，熔知识性、通俗性、可读性于一炉，读来亲切、自然，尤其是在学习上能够受到诸多启发。



目录 CONTENTS

引 语	1
第一章 哈佛之光	8
第二章 雄鸡大别山响洪	24
第三章 上海日月不了情	37
第四章 感悟长乐	52
第五章 黄梅流韵	67
第六章 巢湖水清包青天	76
第七章 黄山何止松迎客	89
第八章 浣水合而肥之	98
第九章 南开未曾“难”开	109
第十章 北京有快也有感	119
第十一章 水清木华	130
第十二章 我在白求恩家乡	147
第十三章 “海龟”心归大海	159
附 录 全脑学习歌	224

引语



我走出平原，走出丘陵，走出高山；走出南开，走出清华，走出哈佛；走出大我，走出小我，走出自我……走人民间——我的心灵圣地——我的精神家园——我的永永远远的地平线……

我于1983年从周恩来总理母校南开大学毕业，到北京进入中央机关工作。5年后，进入清华大学学习与教书。又是5年后，进入美国哈佛大学学习和研究。而后，前往不远万里来帮助中国的白求恩大夫的家乡，在加拿大办学和讲学……

故乡的大雁啊，年年秋天一心一意往南飞，那写在天空的“人”的呼唤，神圣的激荡着我的血脉和心潮，震撼起我一波高过一波的激情与飞越——为了生养和培育我的深恩厚泽，为了割舍不下的乡绪离情，更为了那——一个人生命的意义在于奉献——雨过天晴，云水把自己敬献给天空和大地，在享用阳光的爱抚中，展现出无比瑰丽的彩虹，虽然短暂，人生何尝不是短暂的呢？但毕竟辉煌过，更重要的是给世间带来真、带来善、带来美！

我喜欢学习——学习各种知识、技能等，在这些活动中，我总是把寻找方法放在首位，从了解，到掌握，再到运用。大千世界中，值得学习的东西太多太多了，而我正是孜孜以求，乐此不疲。

我喜欢写作——从小学四年级开始学写诗歌，后来在文艺宣传中经常表演自己编的作品，到大学时开始发表诗歌、论文、写作专著，而后陆续出版和发表文学作品、学术论文、人物传记等，各种作品成了我多方位展现心灵的载体。

我喜欢教学——我先后教过大学生、研究生、留学生，从事过中小學生与成人培训教学等。

从国内到国外，再从国外到国内，我的生活主旋律就是学习、



教学和写作。我的心得是做任何事情都要掌握好的方法和策略，并且实实在在地加以运用和发挥，尤其要找到适合自己的方法和策略，因为方法与策略的好坏和运用得当与否是成败得失的杠杆。

尤其值得关注的是——读书学习最重要的因素是大脑，人们平时太少关注这一核心问题了。传统学习只是注重学习自身的知识跟进，而忽略了学习的主体思维能力，这是一个严重的失误。任何一位好的学习者或成功人士，都是有效使用大脑的高手。学习要以人为本，人的所有行为都受大脑调控和指挥。离开大脑，人们还能做什么？还能有什么作为？各种各样、各层各级的学习都是对脑能的开发与潜能的激活。

21 世纪是生命科学的世纪，人类进入了脑能革命时代。世界发达国家极其重视大脑的开发与利用。我们应该在这个核心问题上与国际接轨，而不仅仅是某些形式或内容上的接轨。我在哈佛大学学习和研究时，常去图书馆。哈佛有 100 多座图书馆，其中最大的是威德勒图书馆，它是全世界最大的大学图书馆，是由一位随“泰坦尼克号”沉入大西洋底的校友的母亲，为了纪念她的儿子威德勒捐赠给哈佛的。有一次，我读书时间长了，暂时放松一下，就同邻座聊几句，左边的居然是一位来自爱尔兰的诗人、诺贝尔文学奖获得者谢默斯·希尼（Seamus Heaney），而且他就和我同在一个研究生院，我们都会意地笑了笑。管理人员告诉我：全球首富的“知识英雄”比尔·盖茨曾在这里就像我们现在这样读书。不过他还没有毕业，就从这里走出去了，成为当今世界最有影响力的人物之一，他的微软帝国视窗产品深入到了全球的每个角落。这里还走出了 7 位美国总统和 37 位诺贝尔奖获得者等一大批“天才”人物。风靡全球的情商理论的创始人丹尼尔·戈尔曼博士，对世界教育与学习具有广泛影响的提出大脑中至少有 8 个智力区域理论的霍华德·加德纳教授，罗扎洛夫的暗示法也是哈佛毕业的珍·班考罗夫特博士从前苏联引进西方世界的，还有全世界首屈一指的哈佛商学院……我深切地感受到——这个美国如此发达，是由于有如此多的人才聚集在



这里。我的祖国更需要人才——要和世界接轨，就必须先要在人才教育方面接轨。要迎“头”赶上发达国家、发达地区。否则这里接了轨，那里人家早跑到前头去了，只能老是追着别人的屁股，形成恶性循环。现在已经不是金戈铁马，也不是船坚炮利，而是知识经济占主导地位的终生学习的时代了，人才是第一位的战略资源，培养人才是当务之急，而从根本上提高整体素质就必须要提高学习力——坚定不移地更好帮助人们获得强大的学习力，这是时代向我们提出的重大课题和挑战，作为受祖国培养多年的赤子，我当责无旁贷！

我在那儿接触到世界一流的学者和专家，对他们做了大量调查、了解、追踪、研究，进一步研究中外学习方法与策略，紧紧抓住这个时代最本质、最核心的学习力，开发出了全脑学习。

什么是全脑学习呢？全脑学习就是充分调动左右脑中八个智力区域参与学习活动，谁主动发挥大脑潜能，最大限度地提高学习效率与能力。全脑学习从战略、战术两个方面对大脑开发、具体学习、记忆维新、潜能激发等全面提高，从读死书、书读死、读书死到活读书、书读活、读书活。

全脑学习是由一个母系统统领全脑智能、全脑速读、全脑听课、全脑自修、全脑记忆、全脑功课、全脑写作、全脑应考八个子系统组成的完整的学习体系。学习能力是一种综合实力的体现。任何一个人的学习能力的提高，都不是单一方面的提高，应该齐头并进，协调发展。只有总体水平上来了，综合实力才能上来。

全脑学习是一种大学习观，由知识的学习、方法技能的学习和情感态度的学习三个方面构成。全脑学习科学有效，通俗易懂，让学习者左右脑互动，音乐、图像等与大脑互动，学习者与知识互动，学习者与教师、家长、同学互动等。全脑学习的主旨在于调动学习主体全部的积极因素，投入到训练人类高智商的学习活动中，从而把自己从一个普通人培养和造就成一代英才。

我当年在美国纽约曼哈顿街头，看到我们的孔子大师站在世界



的尖端，放眼全球和未来。与他相对不远的就是自由女神像，非常庞大，那是美国人心中的偶像。当时我心里在想：imagination，想像的、虚幻的、不真实的。只有孔夫子是真人，是真伟大！他当年当了大司寇，代理摄政，相当于现在的国务院总理，他说我不干了，干什么去，去旅游吗？当然不是。他走入民间，帮助那些有需要的人士学习。他一生教了3千多弟子，72贤人——英才。他是当今世界当之无愧的十大思想家和教育家之首。1998年世界上300多位诺贝尔奖获得者聚会法国巴黎，发表了《巴黎宣言》，其中第一句话就是：人类要想在21世纪生存下去，必须要到2500多年前中国孔子那里寻找智慧。

孔子问道于老子。老子的名著《道德经》实在太高明了，深入到天地人的灵魂中去了。以至于《道德经》在国外的发行量仅次于《圣经》。老子所说的道是指天地万物的规律——“得道多助，失道寡助”。他的学生庄子进一步弘扬了老子的道家思想，提出了“无为而为”，即不要强行改变规律——“无为”，遵守规律才能有更大的作为——“而为”！在学习上正是这样：只有遵循学习和用脑的规律，学习才能学得好、考得好、用得好。

孔子大师的风范长在我心！我要以孔子为榜样，来自民间，回归民间，国家培养我从南开，到清华，到哈佛，我必须从高楼深院中走出来，把我这么多年的学习、研究、教育、培训等积累，与孔子教育思想和中国老庄朴素的智慧以及世界前沿的科研成果，连同学习者的自身实际情况紧密结合起来。像厨师一样烹调出来，帮助学习者切实有效地解决实际学习问题。供学习有需要的人士分享，让他们学习的效果好一些，增效减负，走向成功之路。这就是我的使命——我一生一世的追求！

我所写的全脑学习系列，既不是空穴来风，也不是空中楼阁。它是在吸收国内外人士的经验 and 成果等基础上，不断融合、拓展和创造出来的。世界上任何创造性劳动不都具有这样的特征吗？我所要强调的是我从不比他人“高明”，而是要感谢他人提供的广泛而坚



实的基础。从某个意义上客观地说，他们同样是我的老师！老师供给给我知识，农民供给给我粮食，工人供给给我生活用品，大自然供给给我阳光、大地和空气等，我承受过那么多的惠泽和育化，我惟有感恩！以我全部的热血和激情，倾尽自己微不足道的知识和力量，报答我的同胞和乡亲，这是我此生的夙愿。哪怕能回馈点点滴滴，我也心向往之！

全脑学习看上去虽然形成了一个较为完整的体系，但绝不完善和完美。我本人同我的书一样，是不完善、不完美的，可我总是力求完善和完美起来，希望和要求做到自己希望和要求的那样。我崇尚以文会友、与人为善，而不是争强好胜，以“邻”为壑。我一向热衷于做一些积极意义方面的事情，生命太有限，每个人都如此，要学要做的太多了。我很普通，很平凡，我也总是要求自己做个普通和平凡的人……所幸我一向未曾失落自知之明，虽然未成君子，亦当一日三省！只有汇入大海成为波涛中的一分子，才能让生命拥有活力！而我过去、现在、将来而且永远依然只是沧海中的一滴水……

我很感激在我所走过的道路上，有那么多恩师、亲友和领导的理解、支持和帮助！虽然我很努力，如果不是他们，我又怎么能成长和进步呢。

一批志同道合的学者、专家正热心于推广全脑学习体系。北京、上海、天津、重庆、河南、新疆、黑龙江、湖南、山东、湖北、广州、深圳、西安、合肥、沈阳、长春、太原、大连、南宁等地的同仁们一起大力推进这项事业。全脑学习的推广与培训正在全国各地全面展开并向海外辐射。欢迎有识之士加盟。

力有不逮，时有所羁，谬之错乎，误者误也。兹事体大，无辞其咎。戮力精进，更在此时。修以为正，正以为行，岂敢懈怠？俯仰惟命，恭请方家正之！我们可以通过电子邮箱展开互动：hahua-guoji@sohu.com

在我的学习、工作和生活中，时时遭受挫折和失败，但从来没



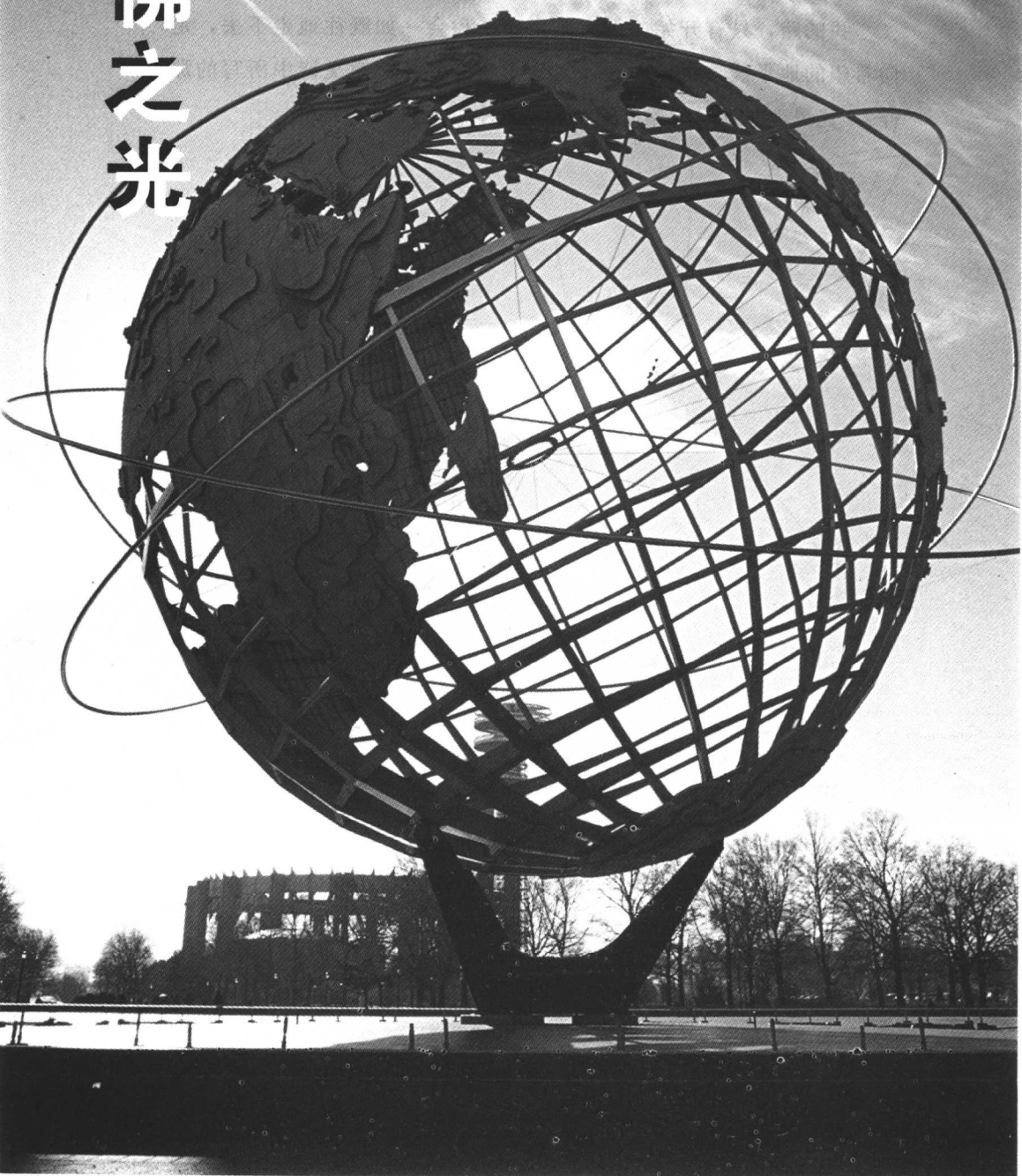
有悲伤和颓废。我所需要和拥有的始终是锲而不舍、不屈不挠的人生精神，是生命的力量和激情，让自己点点滴滴地积累，一步一个脚印地逐步走向目标。也许我会付出更多的心血和代价，甚至要忍受许多磨难，但是我义无反顾，无怨无悔，至真至诚，大爱无限！

是啊，还有什么比坚守信念和实现理想更为重要的呢？！

我的路，只有开始，没有结束——我会一如既往地走下去，走向希望的地平线，正像我在《人生大动脉》长篇散文诗中所写的那样：“让灵魂和地平线始终保持着奋进中的垂直！”



哈佛之光



我从美国的波士顿洛根国际机场，乘坐联合航空公司的波音747班机，直飞北京。

几年前，我远离北京，来到北美——所为何而来？

今天，我离开波士顿，返回北京——所为何而去？

来乎，去乎，都是现实与历史使然。在现实与历史之间，纵贯着一种责任与使命！

飞机在太平洋上空尽兴地飞越，我的思绪飞回到了那些在哈佛学习、工作的日日夜夜……



作者在哈佛大学校门前留影

几年前，我来到这个当时十分陌生的地方。几年的时光，使我对这里许多事情和建筑都熟悉起来。

时间是万能的。它会让人们失去许多，也能让人们得到许多。

一条宽阔的麻州大道，从东向西穿过麻省理工学院和哈佛大学校区，在哈佛广场上折向北方，延伸数十公里而去，在这个转折部位形成一个三角地带，被称之为“哈佛广场”。

其实，这里根本不是什么广场，三角地带中央坐落着一个小型商场，卖些书刊和日用必需品、紧俏物品和旅游纪念品之类的东西。

商场旁边是地铁哈佛站出口。广场四周环绕着各型建筑物，间杂着书店、银行、餐厅、咖啡室等。

哈佛广场上，时时有来自世界各地身怀绝技的人士，到此表演各自的拿手绝活。他们吹、拉、弹、唱，坐、念、敲、打，各行其是；魔术、杂技、舞蹈、绘画等尽兴发挥。

这里俨然是世界上许多民族文化、艺术、风俗、民情等展示的露天大舞台。



作者在哈佛广场上

闲暇时，到此一坐，会令你大饱眼福，喜出望外。

说不定，坐在你身边的是一位艺术家，或是一位异国知音；更说不定，你随意见到的，就是一位你久仰的大师或诺贝尔奖得主……

美国人具有典型的新兴国家的思维方式。

我刚到美国时，与其他外来新移民一样，感到一种 Culture Shock（文化震撼）。美国人做事喜欢 Do it yourself（自己动手），他们最敬佩的是 Self make man（白手起家）。

中国人有的时候一个人买了一件非常漂亮的裙子，别人看见认为好，她很可能也去买一件，这种事情在美国基本上不会发生。

美国女孩子主张个性化，别人有的，自己一定要有不同。

美国号称“民族熔炉”，兼采众家之长，具有明显的杂交优势。

美国纽约是世界经济的中心，全球最著名的大都会之一。在纽约市中心，矗立着高大的东方人塑像，他被列为全球十大思想家之首，其实他更是一位杰出的教育大师，他就是中国的孔子。

孔子站立在曼哈顿，放眼看着这个世界的重心，他的睿智的眼睛阅尽了上下五千年，纵横千万里，他在那里沉思，沉思东西方文化是如何融合的，沉思美国是怎样成为超级大国的，他沉思了很多很多……

在曼哈顿的西南部，位于哈德逊河口的另外一个小岛上，由法国人铸造的自由女神像则比孔夫子雕像要大得多，是不是因为美国人厚此薄彼呢？

我想似乎不是，想像总是比现实可以大得多，幻想比真实的大，大能说明什么问题？真理不在大小，关键在于要真得有理！

我参观自由女神像时，看到了商店里出售的许多旅游纪念品，许多是在重修自由女神像的时候，用铜的废料制成的。这也反映了美国人的务实与思维创新的一个侧面。

有句话叫“美国人把什么都卖起来，加拿大人把什么都存起来，印度人把什么都供起来，中国人把什么都吃起来。”

因为美国商业发达，几乎无所不可卖；

加拿大资源丰富，他们把很多东西留给子孙后代；

印度人喜欢宗教供品，把许多紧要或无关紧要的都供在那里；

中国人“民以食为天”，凡世上能吃的都要吃。

