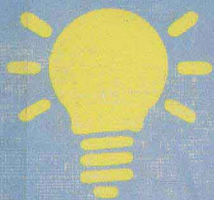


# 愿你更聪明

李季 马杰颖 著



新世纪出版社

李季 马杰颖 著

# 愿你更聪明

新世纪出版社

粤新登字02号

责任编辑：何燕屏

责任技编：颜允裕

愿你更聪明

李季  
著  
马杰颖

\*

新世纪出版社出版发行

广东省新华书店经销

韶关新华印刷厂印刷

(韶关市新华北路14号)

787×960毫米 32开本 8印张140,000字

1992年10月第1版 1992年10月第1次印刷

印数1—5,600册

ISBN7—5405—0569—9/G·173

定价 3.90元

如发现印装质量问题，影响阅读，请与本厂联系调换。

## 出版者的话

当今，新科技革命浪潮前浪推后浪拥，社会竞争日益激烈。如何开发智慧，使自己能够掌握更多的知识和技能，以适应信息时代的发展要求呢？这一课题，已经日益成为青少年关注的焦点。作者李季、马杰颖，专攻心理学、教育学多年，他们倾注心血写成本书，奉献给热切盼望它的青少年读者。

在这本书里，作者运用现代心理学、神经生理学、信息学、学习学、教育学、社会学、哲学等多学科的知识及国内外最新研究成果，先从“多元聪明说”“生存智慧说”去阐明什么是聪明，并且指出避免掉进10种“聪明陷阱”的方法。接着，作者以“智慧非教授而是通过学习和自我训练而来”原则，鼓励中学生正确认识自己的潜能，建立良好的自我意象，努力实现智慧自我开发。作者还根据大脑的活动规律及智力发展规律指导青少年掌握开发智慧的具体方法：诸如预见力的开发，记忆力的开发，以及各种思维技能和技巧的训练等等。最后，作者从

“物竞天择”“优胜劣汰”的观点出发，介绍了多种进行良性竞争的“生存智慧”，为青少年走向社会、直面人生提供了健康有益、具体可行的指导。

本书观点新鲜深刻；结构布局颇有独创性；论述说理严谨透辟；并且，作者注意以大量生动有力的事例服人，给人以娓娓道来，平朴亲切的感觉。因而，本书比一般智力科普读物更具科学性、实用性和趣味性。

# 愿你更聪明

——献给中学生朋友

作为中学生，没有谁比我们更渴望聪明了。因为，聪明对我们来说，已不仅仅是儿时父母把温柔的大手放在我们小脑袋上的夸奖，尽管这种夸奖的甜蜜至今仍让我们难以忘怀；聪明，也不仅仅是受到老师赞赏时班上同学投来的既羡慕又嫉妒的目光，尽管这种赞赏和目光曾经那样令我们内心激动和喜形于色。

聪明对于今天的我们，有了许多新的价值和含意。

聪明，意味着我们不必把周日当作“星期七”，不必为成堆的作业担心、发愁；意味着在沉重的学习负担下我们仍然学有余力，每天课后可以玩玩球、看看电视、找同学谈心或玩卡拉OK，享受享受那些本就属于青春年华的时光。

聪明，意味着我们在老师心目中的地位，在朋辈心目中的威望，也意味着我们有能力去参加“华

山道”的拼搏，有能力让父母的殷切期望如愿以偿——产生神奇的“皮革马利翁效应”。（注）

聪明，也意味着我们有本领去面对现代化、面对世界、面对未来，与时代一同跨入21世纪，共同迎接新技术革命的挑战。

聪明，意味着我们有能力在正确的思想指导下，通过自我努力达到自我完善，勇敢地走向生活，获得成功的人生。

正因为深谙聪明的时代价值和含意，不少中学生朋友常常会沉思自问：“我聪明吗？”像爱美的少女对着镜子自问“我漂亮吗”一样。

有时，我们也可以听到不少同学悲哀地抱怨：“我真笨，连这么简单的问题都不懂。”“父母啊，我真恨你们为什么不给我一颗聪明的脑袋！”

不必担心，也不必自怨自艾。无论你现在的智力如何，也无论别人把你看作是智慧的巨人还是智慧的矮子，你都有可能成为比现在更聪明的人。

现代心理学为人类揭示了一条振奋人心的消息：现在人们对自己大脑潜能的利用不到10%，尚有90%的潜能未被很好地利用。把这些智慧的“处女地”开发出来，每个人都将变得更聪明。

现代的脑科学、记忆学、思维学、学习学、信息学、哲学的研究成果，为人们有效地开发、利用大脑的潜能提供了许许多多科学原理。本书试图把

这些原理变为一些通俗易懂的知识和行之有效的方  
法，献给中学生朋友，好让你们在学习、生活中进  
行智慧自我开发、自我训练时应用，使你们变得更  
加聪明。

聪明，是一个美丽而充满魅力的字眼。中学生  
朋友正处于身心发展的黄金时代，也是开发智慧  
的大好季节。愿聪明智慧与你结伴同行，去攀登人  
生最美丽的高峰，去摘取人生最丰硕的果实！

作者

1991年12月1日

---

注：皮革马利翁是古希腊神话中塞浦路斯国  
王的名字，他对自己雕塑的一尊美丽的少女塑像产  
生了爱慕之情，他的热切期望果然使这雕像“活”  
了，两人终于心心相印。心理学上把由于期望殷切  
而最后如愿以偿的效果，称之为“皮革马利翁效  
应”。



# 目 录

第一章 聪明新说 .....	1
1.1 聪明是智慧的别名 .....	3
1.2 成绩好 ≠ 聪明 .....	7
1.3 用智慧去拥抱人生 .....	12
1.4 智慧的钥匙在我们手中 .....	15
1.5 本章小结 聪明的内涵 .....	18
第二章 聪明陷阱：人类十种“失聪症” .....	19
2.1 拿破仑为何兵败滑铁卢——墨守陈规症 .....	21
2.2 跟着感觉走——时髦盲从症 .....	24
2.3 彩色玻璃片效应——先入之见症 .....	28
2.4 “不识庐山真面目，只缘身在此山中” ——功能固着症 .....	33
2.5 瞎子摸象的启示——以偏概全症 .....	37

2.6 习以为常——定势障碍症	41
2.7 “熟读唐诗三百首，不会吟诗也会偷” ——学而不思症	45
2.8 “君子动口不动手”——述而不作症	49
2.9 “贝壳式的哲学”——自我封闭症	52
2.10 “差不多先生”——难得糊涂症	55
2.11 本章小结 走出聪明陷阱的几点忠告	58

### 第三章 唤醒心中的智慧女神

3.1 “黑箱”：你手上一笔巨大的财富	63
3.2 神秘的颅相学	67
3.3 “ $1 + 1 = 5$ 或者更多”：全脑人	71
3.4 唤醒半沉睡着的右半脑	76
3.5 学会用脑	80
3.6 本章小结 开发大脑潜能的几点建议	87

### 第四章 信不信由你：人皆可以成为

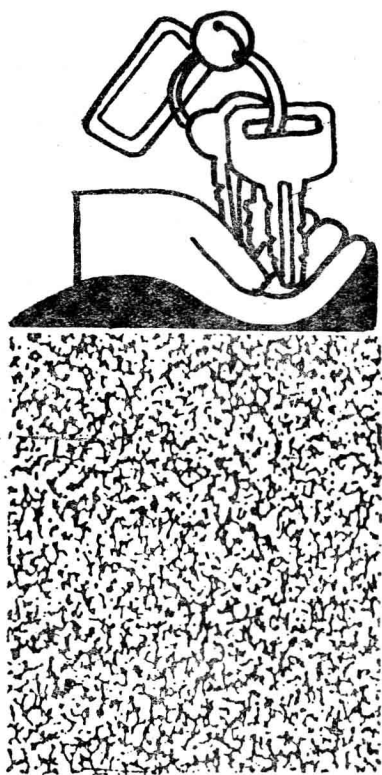
天才

4.1 自我意象——开启智慧大门的第一把 钥匙	91
4.2 抛弃自卑——你并不比别人差	95
4.3 寻找失落的“草帽”——理想是智慧的 发条	99

4.4 自我期待——当“皮革马利翁二世”	102
4.5 本章小结 开发自我的几把钥匙	107
第五章 怎样才有先见之明	109
5.1 请记住巴甫洛夫的座右铭	111
5.2 感觉敏锐才能“心有灵犀”	117
5.3 训练你的第六感官	120
5.4 直觉 + 科学推理 = 先见之明	124
5.5 张开心理准备之“网”，捕捉灵感之“鸟”	128
5.6 本章小结 “未卜先知”的窍门	132
第六章 使人变得聪明的记忆术	133
6.1 学点记忆术	135
6.2 网络式记忆法	139
6.3 船桩式记忆法	144
6.4 形象记忆法	147
6.5 魔数第七板块记忆法	151
6.6 增长记忆力的“SQ3R”读书法	155
6.7 本章小结 增强记忆力的几条法则	159
第七章 智慧之花中的奇葩	161

7.1	思维是一种技能	163
7.2	努雅斯(双向)思维术——增长智慧的 哲学思维方式	163
7.3	水平思考术——帮助人们走出困境的 思维方法	173
7.4	日本人的秘密武器——柔软性思考	177
7.5	“森林哲学”——立体式思维	182
7.6	怎样才能入木三分——聚焦式思维	186
7.7	思维的“恒温器”——问题意识、 创造热情	189
7.8	多思——驱赶浅薄的魔杖	193
7.9	智慧的最高境界——哲学思维	197
7.10	智慧“穿梭机”——想象	201
7.11	本章小结 训练科学思维的几点 忠告	205
第八章 学会生存：让智慧充满人生		207
8.1	社会是无字的智慧之书	209
8.2	环境是智慧之源	213
8.3	书籍是智慧之匙	216
8.4	幽默是智慧的小精灵	219
8.5	交往与合作——聪明人智慧增殖的 秘密	223
8.6	“头脑风暴法”——智慧共生术	227

8.7	良好品格——智慧发展的领航员·····	231
8.8	心理健康——智慧的护卫神·····	236
8.9	本章小结 掌握生存智慧的几点 忠告·····	242



## 第一章 聪明新说

智慧是头脑的宝藏，  
寻宝的钥匙就在你手中！



## 1.1 聪明是智慧的别名

什么是聪明？这是一个人人都思考过的问题。在家长的眼里，聪明者可能是门门功课都在95分以上的孩子；在孩子的眼中，聪明者可能是不管老师提什么问题，都能对答如流的同学。

聪明，在你的眼里，在我的眼里，都可能有不同的理解。

在中国文字中，“聪明”原作“耳聪目明”解，指的是视觉和听觉器官的敏锐。而现代心理学研究表明，人类从外界获取的信息有70—80%是来源于视觉，20—30%来源于听觉。我们的先人在创造词语时对“聪明”二字就有如此精辟和形象的理解，确实令人惊叹。由此，也足见我们祖先的聪明才智和中华民族文化的源远流长。

当然，“聪明”一词的含义今天已远远超出了“耳聪目明”的界限。那么，到底什么是聪明呢？恐怕100个人会有100个答案。

自然学家、天文学家、心理学家的聪明或许表



现在他们对自然、天体和心理现象的明察秋毫的观察力之中。20世纪初，俄国著名生理心理学家巴甫洛夫就是通过细心观察狗对食物及信号的刺激反应，从而得出条件反射学说，奠定了现代心理学的生理基础，并因此获得诺贝尔奖的。

语言学家、学者、政治家的聪明或许从他们博闻强记、甚至过目不忘的惊人记忆力中表现出来。匈牙利外语奇才、翻译家卡扎·罗姆布通晓英语、俄语、法语、汉语、日语、西班牙语、意大利语、波兰语等十多种语言；我国著名桥梁专家茅以升教授求学时期就能背出圆周率小数点后100多位数，80岁时仍能毫无差错地背出来；传说法国政治家、军事家拿破仑，能记住他所统率的数十万军队里每一个士兵的面孔和姓名。

军事家、领袖人物的聪明或许在于他们的足智多谋、运筹帷幄以及对事物的准确判断和超前预见。诸葛亮“草船借箭”、“三气周瑜”、“空城计”、“六出祁山”、“七擒孟获”，处处闪烁着人类智慧之花——思维的灵光。

文学家、艺术家的聪明或许表现在他们胜人一筹的形象思维之中。莎士比亚笔下的哈姆雷特，鲁迅笔下的阿Q，罗丹塑造的思想者，都在人们脑海中留下栩栩如生、活灵活现的形象。

哲学家、逻辑学家、数学家的聪明则主要表现