



新人类工程系列 杨凡用 主编

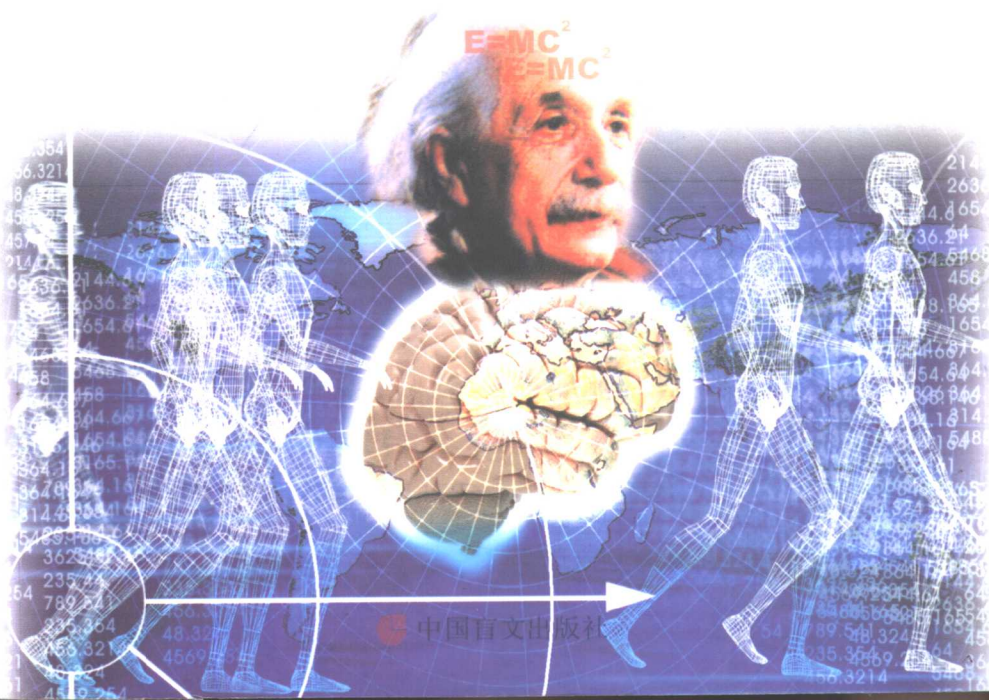
21世纪大脑开发和利用的最新科学报告

克隆天才

——用人类脑思维

大脑分为爬行动物脑、哺乳动物脑和人类脑三部分
小人用爬行脑动物脑思维，圣哲则用人类脑思维
用人类脑思维就可以改善大脑品质和改良大脑品种

◆ 贺永龙 袁立 / 编著



21 世纪大脑开发和利用的最新科学报告

克隆天才

用人类脑思维

杨凡用 主编

贺永龙 编著

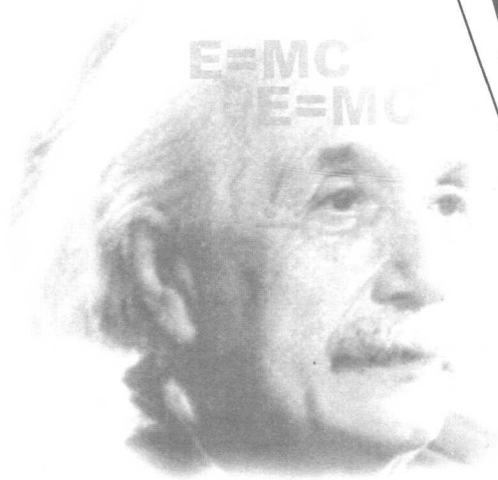
袁立

中国盲文出版社

新人类工程系列

杨凡用 主编

克隆天才



◆ 贺永龙 袁立 / 编著

图书在版编目 (CIP) 数据

克隆天才：21 世纪大脑开发和利用的最新科学报告/
杨凡用主编. —新 1 版. —北京：中国盲文出版社，
2002.4

(新人类工程系列)

ISBN 7-5002-1639-4/Q·1

I. 克… II. 杨… III. 脑科学 IV. Q983

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 023917 号

克 隆 天 才

主 编：杨凡用

编 著：贺永龙 袁 立

出版发行：中国盲文出版社

社 址：北京市丰台区卢沟桥城内街 39 号

邮政编码：100072

电 话：(010) 83896965

印 刷：北京华正印刷厂

经 销：新华书店

开 本：850×1168 1/32

字 数：290 千字

印 张：11.75

版 次：2002 年 4 月第 1 版 2002 年 4 月第 1 次印刷

书 号：ISBN 7-5002-1639-4/Q·1

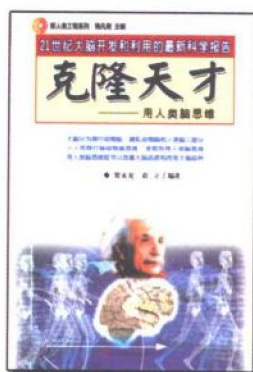
定 价：22.80 元

此书盲文版同时出版

盲人读者可免费借阅

版权所有 侵权必究

印装错误可随时退换



爱因斯坦的大脑被盗引发大脑革命

满肚子坏水有科学依据

男人天生就好色

优势兴奋法则

增强记忆力的食品

增加大脑活力的食品

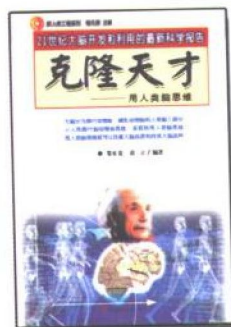
调整情绪的食品

高脂肪饮食损害记忆力

鼻子的“记忆力”

“左撇子”出天才

调动你的“脑内吗啡”



美好人生工程 网站

www.blife.net

◆咨询电话
010-64864921
64858344

◎策 划 杨凡刚
◎责任编辑 晓 月
◎责任校对 武 峰
◎版式设计 邢红欣
◎封面设计 晓 月

王丽莉

《克隆天才》

理念和方法

突破马斯洛“需要层次论”——

《克隆天才》：用爬行脑动物脑还是人类脑思维；

最新诠释卡耐基成功学——

《克隆天才》：用人类脑思维……

提供弗洛伊德理论的解剖学证据：本我·自我·超我——

《克隆天才》：爬行脑·动物脑·人类脑；

提供荣格理论的科学证据——

开发右脑潜力，实现完美的人格

《克隆天才》：“人类脑”思维的特征：

对物珍惜，对己克制，对人感恩；有效刺激，尽早开发……

《克隆天才》：遵循人类道德规律（人类脑），“左右开弓”，协调左右脑，发挥潜意识的巨大功能（上下脑），连络大脑的无穷通道（大脑皮层）；饮食出潜能，动动出天赋……

目 录

再造你的大脑——实现人生理想的基石	(1)
-------------------------	-----

脑前沿科学成果对素质教育的超越

——自然国学教育观	(3)
-----------------	-----

揭开天才两耳之间的秘密	(13)
-------------------	------

大脑科学研究最新发现：爱因斯坦的大脑与众不同，因此他成为了世界级的顶尖科学家；不少罪犯的大脑结构与常人不同，所以他们心安理得地干了很多伤天害理的勾当；毕加索因为有偏头痛才画出了无数精妙绝伦的抽象画；男人经常听不清别人说话是因为他们的“脑子有问题”……

诱发大脑无限潜能	(15)
----------------	------

在3~6岁之间，儿童控制学习技巧的大脑区域增长很快；在青春期，儿童控制语言部分的大脑扩展更是非常迅速……

扫描大脑	(15)
------------	------

用人类脑思维	(19)
--------------	------

爱因斯坦大脑被盗引发大脑革命	(22)
----------------------	------

大脑新大陆与记忆能力	(30)
毕加索偏头痛绘出抽象画	(34)
避免长出罪犯的大脑	(37)
对同种族的人为什么很亲近	(42)
大脑决策难免感情用事	(44)
大脑比地球更神奇	(47)

德国流行的一句俏皮话：“在肚子里选择最佳方案和做出最佳决定。”

大脑为何有脸细胞、手细胞	(47)
“满肚子坏水”有科学依据	(50)
鼻子的“记忆力”比眼睛好	(52)
为什么把人看扁了	(55)
注意：大脑可能成为酒鬼	(58)
谁主宰着你的睡眠	(60)
大脑的错误警报系统	(61)
人脑中有些滑稽骨	(62)
江山易改，本性可移	(63)
不可小看“情感”变化	(66)
男人女人谁更鬼	(67)

与男性相比，女性的大脑似乎较少“两侧分化”，从事抽象思维、空间思维以及立体视觉活动时成绩不如男子……

男性把握方向，女性提供感情	(67)
男人天生就好色	(76)
男人不会听，女人不会看	(82)
男人为什么离不开女人	(86)

女人的生理优势	(87)
男人与女人的不同	(88)

开发大脑的三大星系

(93)

大脑科学研究有几大发现,其中以大脑分为“左右脑”、“上下脑”和大脑“细胞皮层”最为引人瞩目。大脑有很多东西都是引人入胜的,但是最关键的部位还是在这里。

无论做什么事情,“纲举才能目张”,抓住“领头羊”,一群羊就跟着你走了。协调左脑右脑,充分发挥大脑创造潜力;调节上脑下脑,让潜意识展示威力;启动大脑皮层,使每个人都更聪明。

充分发挥左右脑的威力

(95)

对人脑的了解越多,越是发现人脑的容量和潜能远远超过早期的预料。

大脑之谜是右脑之谜	(95)
大脑为何是两个	(96)
斯佩里为右脑平反	(108)
智慧在华人的大脑里	(115)
神秘的一听钟情	(116)
左撇子出天才	(118)

发挥潜意识的巨大威力

(132)

比尔·奥波莱斯说:世界上最不寻常的未开垦的疆域就是我们两个耳朵之间的空间!

调动你的脑内吗啡	(132)
下意识学习	(140)
暗示减压6字秘诀	(141)

正面暗示促进潜能发挥	(142)
辣椒减肥大脑	(150)
再造脑细胞	(152)
一个人的大脑具有数以百亿计的细胞，每个细胞都可能建立起两万个像树枝一样的联络点，每一个联络点都储存着相关的信息，“过目不忘”的秘密就隐藏在这里。	
亟待开发的金三角	(152)
大脑的七种智力	(160)
唤醒沉睡的脑细胞	(161)
打开记忆闸门	(168)
人脑有三种记忆方式	(173)
优势兴奋法则	(179)

天才的饮食习惯及饮食

(187)

英语里面有一句名言说 “We are what we eat”，意思是说：“我们就是我们自己所吃下的东西。”

可见“吃”对我们每一个人来说是多么的重要。

研究证明：“吃”的内容和“吃”的方法都对我们产生很重要的作用。明白了“吃”的一般常识，就懂得了开发和利用大脑的第一步。

我们千万不要小看这一步！

有益大脑的饮食习惯及食品

(189)

大脑的功能很大程度上取决于你今天所吃的早餐是什么。

科学饮食提高大脑效率

(189)

增强记忆力的食品

(203)

目 录

增加大脑活力的食品	(209)
调整情绪的食品	(216)
对女性大脑有益的食品	(224)
老人健脑的食品	(227)
损害大脑的饮食习惯及食品	(231)
酗酒与老年性痴呆的发病关系很密切，这一研究结果显 示酗酒对女性危险性更大。	
长期饱食危害大脑	(231)
酗酒对大脑有害	(238)
高脂肪饮食损害记忆力	(243)
盲目减肥损害大脑	(244)
不可空腹吃的食品	(245)
损害儿童大脑的饮食习惯及食品	(246)
饭后三不宜	(261)
摇头丸导致记忆力衰退	(262)
运动天才大脑	(263)

“生命在于运动”，天才更在于“运动”！

大脑和肌肉一样，都必须“运动”才能发挥出巨大的潜能，都在遵循“用进废退”的必然规律。有效地运动大脑，是成就天才的重要方法之一。愚蠢的人之所以愚蠢，就是因为他们不动脑子；天才之所以聪明绝顶，就是因为他们善于使用自己的大脑。

我们的口号是：“运动——健身——健脑——改变大脑品

质”，这就是“克隆天才”的过程和目的。

成就天才的运动..... (265)

“无论才能有多大，如果不经常有意识地发挥，也不会有所长进。”

健身提高大脑功能..... (265)

醒脑健身消除大脑疲劳..... (270)

大脑健美操..... (272)

简易健身 - 健脑法..... (277)

记忆力体操..... (278)

减轻精神压力操..... (282)

工作减压法..... (284)

运动孩子的大脑..... (285)

呵护大脑的方法..... (288)

“你永远不会致富，除非你能够在脑海中见到你自己富有的模样。”

大静产生大智慧..... (288)

调整你的脑电波..... (293)

负离子大脑..... (305)

永葆大脑青春..... (309)

大脑需要睡神..... (314)

释放大脑潜能的方法..... (324)

玩耍大脑..... (333)

读书大脑..... (335)

锻炼大脑可以使思想敏锐..... (336)

老年人提高大脑灵敏度的办法..... (338)

运动女性大脑..... (342)

目 录

神童记忆术	(343)
性开关大脑	(346)
妨碍智力的行为	(348)
如果一个人每天沉迷于电脑，并且把电脑作为记忆的外 界辅助设备，而不肯自己动脑记住一些事情，那么他的记忆 力就会一天天消退。	
大脑害怕的习惯及活动	(348)
电脑不是脑	(352)
孩子少用电脑	(356)
莫让电脑游戏大脑	(357)
手机不是脑的朋友	(358)

再造你的大脑

——实现人生理想的基石

“21 世纪是大脑的世纪”，这已经是我们每个人都必须面对的现实问题。本书不仅使你全面了解最新的大脑研究成果，而且，在此基础上，我们尝试为你提供改造大脑、使我们自己和我们的孩子成为我们心目中理想形象的可行方法。欢迎你阅读此书并与我们共同讨论这个 21 世纪的大问题。

——杨凡用

《克隆天才》的理念和方法

突破马斯洛“需要层次论”——

《克隆天才》：用爬行脑，动物脑，还是人类脑思维

最新诠释卡耐基成功学——

《克隆天才》：用人类脑思维……

提供弗洛伊德理论的解剖学证据：本我·自我·超我——

《克隆天才》：爬行脑·动物脑·人类脑

提供荣格理论的科学证据——

开发右脑潜力，实现完美的人格

《克隆天才》：“人类脑”思维的特征——

对物珍惜，对己克制，对人感恩；有效刺激，尽早开发……

《克隆天才》：遵循人类道德规律（人类脑），“左右开弓”，协调左右脑，发挥潜意识的巨大功能（上下脑），连络大脑的无穷通道（大脑皮层）；饮食出潜能，运动出天赋……

脑前沿科学成果对素质教育的超越

——自然国学教育观

今天的素质教育，能使秧苗茁壮成长；未来的教育，能够改变大脑品种的教育。

根据本书所介绍的最新大脑研究成果，结合未来教育的要求，我们认为，可以通过如下途径和手段实现改造我们大脑的目的，并彻底实现我们人生的理想。

一、了解东西方的8种最经典的教育观：

- | | |
|---------|---------|
| 1. 道德为本 | 2. 智慧为要 |
| 3. 知识灌输 | 4. 发展天赋 |
| 5. 后天培养 | 6. 造就英才 |
| 7. 健全人生 | 8. 因材施教 |

二、了解未来教育的大脑功能机理：

- | | |
|----------|---------|
| 1. 左脑 | 2. 右脑 |
| 3. 大脑 | 4. 小脑 |
| 5. 脑区域功能 | 6. 整体机能 |
| 7. 抽象思维 | 8. 语言 |
| 9. 形象与空间 | 10. 直觉 |

三、了解未来教育的心理学基础：

- | | |
|-----------|-------------|
| 1. 需要层次理论 | 2. 心理发育程序理论 |
|-----------|-------------|

四、了解未来教育的具体培养目的：

- | | |
|--------|--------|
| 1. 道德力 | 2. 判断力 |
| 3. 创造力 | 4. 情商 |