

成功素质教程

HOW TO THINK LIKE LEONARDO DA VINCI

[美] 麦克尔·盖博→ 著

王修芹 崔琳琳→ 译



像达·芬奇那样思考

——通往天才之路的7大策略

新华出版社

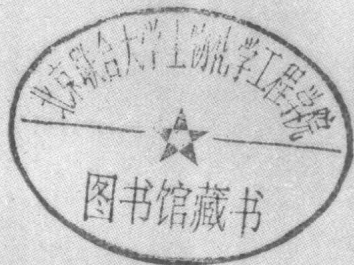
成功素质教程

像达·芬奇那样思考

——通往天才之路的7大策略

[美] 麦克尔·盖博 著

王修芹 崔琳琳 译



Z0075042

新华出版社

图书在版编目(CIP)数据

像达·芬奇那样思考/(美)盖博著;崔琳琳等译.

北京:新华出版社,2000.6

ISBN 7-5011-4812-0

I. 像… II. ①盖…②崔… III. 创造性思维-通俗读物

IV. B804.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 34790 号

Copyright © 1998 by Michael J. Gelb

All rights reserved. Published by arrangement with Delacorte Press,
an imprint of Dell Publishing, a division of Random House, Inc.,

New York, New York, U. S. A.

Translation Copyright © 2000, by Xinhua Publishing House

像达·芬奇那样思考

(美)盖博 著

崔琳琳等 译

*

新华出版社出版发行

(北京宣武门西大街 57 号 邮编:100803)

新华书店经销

北京金瀑印刷厂印刷

*

850×1168 毫米 32 开本 10 印张 200 千字

2002 年 1 月第二版 2002 年 1 月北京第一次印刷

ISBN 7-5011-4812-0/G·1766 定价:19.00 元



序言 “太阳的儿女”

想一想那些你心目中的英雄,那些最能催你奋进的人生楷模吧。如果你很幸运的话,你的父母可能就是其中的两位。也许给你激励最多的是历史中的人物。沉浸于伟大的艺术家、领袖、学者和精神导师的人生历程和伟大工作之中会使你的精神和心灵得到莫大的滋养。你之所以拿起这本书,很可能是因为你把达·芬奇看做是激发人类潜能的典型,你也期望能对他有更深入的了解。

当我还是个孩子的时候,超人和莱奥纳多·达·芬奇是我的偶像。尽管后来“钢铁巨人”土崩瓦解,但是我对达·芬奇的迷恋却与日俱增。1994年春,有人邀请我去佛罗伦萨为一个极有名望的董事长协会做演讲。这个协会也因为对演讲者的百般挑剔而著称。这个协会的主席问我:“你能否为我们的成员讲一讲在个性方面和事业方面,如何能够更加富有创造力和更能够达到平衡,指导他们向文艺复兴时期的男女精英们看齐?”我一时心血来潮竟将我的梦想说了出来:“聊一聊如何像达·芬奇那样思考怎么样?”

这可不是一件我能掉以轻心的任务。为了参加这项为期六天的调研活动,我的学生们已经耗资不菲。这项活动是协会每年为其会员提供的为数不多的机会之一,



会员们相聚在世界上著名的大都市中探索历史、文化和商业,并且追求个性和事业方面的发展。会员们可以在同时开设的几个班中作出选择。我的课和其他五门课同时开设,其中一门课程由菲亚特(Fiat)公司的前董事长乔瓦那·阿格雷尼(Giovanni Agnelli)主讲。学员们要将每一个演讲者分出三六九等,并且,如果他们不喜欢任何一场演讲,协会也鼓励他们随意走开。换句话说,如果他们不喜欢你,就会把你哄下堂来。

尽管对我这个新话题有了大半辈子的迷恋,但是我知道我还有许多工作要做。除了仔细研读书本知识之外,我的准备工作也包括了有关达·芬奇的旅行。那是从参观在华盛顿特区国家美术馆中的达·芬奇名画“吉内芙拉·德·本奇画像”(Portrait of Ginevra De' Benci)开始的。我在纽约也赶上了由比尔·盖茨和微软所资助的“Codex Leicester”巡展。然后去伦敦大英博物馆的国家美术馆拜读他的手迹“圣母子与圣安娜”(The Virgin and Child with St. Anne),然后去巴黎卢浮宫花了几天的时间观摩“蒙娜丽莎”(Mona Lisa)和“施洗约翰”(St. John the Baptist)。这次朝圣的高潮是参观爱博思(Abois)附近的克拉斯(Cloux)庄园,即达·芬奇生前的最后几年所住的地方。这个庄园现在成了达·芬奇纪念馆,其中有一些达·芬奇的发明的复制品,这些令人惊讶的东西是IBM的工程师们制造的。走在达·芬奇曾经走过的土地上,坐在他的书房里,站在他的卧室里,从他的窗子往外看去,再看到他曾经日日注视过的风景——这时候我的心中充满了崇



敬、敬畏、惊奇、悲伤和感激。

当然,最后我去了佛罗伦萨,也给董事长们上了课。有趣的是介绍我的人将我的情况介绍同我交上去的关于达·芬奇的文章搞混了。她说(这是戴芙·巴里的原话):“女士们先生们,今天我非常荣幸地介绍一位我从来没有遇到过的旷世奇才:他是解剖学家、建筑学家、植物学家、城市规划家、服装和舞台设计师、厨师、幽默家、工程师、马术家、发明家、地理学家、地质学家、数学家、军事科学家、音乐家、画家、哲学家、物理学家和故事大王……女士们,先生们,请允许我介绍…… 迈克尔·盖博先生!”

唉,但愿……

这次演讲取得了成功(没有人中途退堂),而且它也促使了您手中的这本书的诞生。

在那个令人难忘的介绍之前,其中一个学员走上来跟我说:“我不相信哪一个人能学得像达·芬奇那样,但是不管怎么说,我还是会听你的讲座。”读者朋友也可能有类似的想法:难道本书的假设是每一个孩子天生就有莱奥纳多·达·芬奇的能力和天赋吗?实际上,本书的假设不是这样。尽管几十年以来,人们一直在致力于寻找人类的全部潜能和开发此类潜能的方法,我还是同意达·芬奇的学生弗兰西斯科·梅尔兹(Francesco Melzi)的说法。在谈到达·芬奇这位艺术大师的逝世时,他写道:“全世界都因为损失了这么一位伟人而悲伤,因为造化已经没有能力再创造出一个相同的人了。”随着我对达·芬奇的了解的增多,对他的敬畏感和神秘感就与日俱增。所有的



天才都独树一帜，而达·芬奇或许是天才中的天才。

但问题是，达·芬奇那种学习和培养才能的基本方法能否被总结出来为常人所用，激励并指导我们实现我们自身的全部潜能呢？

当然，对这个问题，我的回答是：是的！莱奥纳多·达·芬奇的学习和培养才能的基本方法十分明确，而且可以学习、仿效和利用。

想赶上最伟大的天才这个想法是不是有点狂妄自大？也许是的。我们最好这样设想：他作为榜样指导我们进一步开发自身的能力。

诗人斯蒂芬·斯彭德爵士(Sir Stephen Spender)的优美诗句提供了一个完美的序曲，载着我们乘历史上最伟大的头脑凌空翱翔：



追忆往日英魂

我追忆着那些往日的英魂，
他们在人之初时，已能跨越无尽的历史之辙，
倾听着岁月的吟唱，铭记住灵魂的汗青。
渴望着，
能用他们火热的唇，诉说精神的欢歌。
珍藏着，
春日里心头盛开的理想。
不要遗忘，
永恒的春天里，他们积蓄的血气方刚，
穿透史前的磐石。
不要拒绝，
清晨时的意气发狂，
和黄昏时的失意惆怅。
不要让流逝的时光，
随着俗世的喧嚣和迷茫，扼杀灵魂的发扬。
在白雪覆盖的世界之巅，
烈日照耀着这些伟大的名字；
寂静的天空下，
低语的微风，飘扬的白云，和摇曳的



青草，
都为他们唱着赞歌：
生之为生，心中有烈火豪情；
夸父追日，中途却命归天庭。
惟有清风铭记他们的光荣。

我们所居住的世界充斥着前所未有的噪音、浓雾和车辆。但你也是太阳的儿女，也在朝着太阳而飞翔。受到历史上伟大的心灵的启发而写成的这本书正是你人生旅程的向导。它邀请你一道去呼吸那新鲜的空气，去感受你心中的火焰，让你的精神之花充分绽放。

迈克尔 J. 盖博

1998 年 1 月



目 录

序 言	“太阳的儿女”	(1)
-----	---------------	-------

第一章 走近天才

你的大脑比你想象的要聪明	(1)
向达·芬奇学习	(5)
接近天才的实用方法	(10)
文艺复兴的昔与今	(13)
莱奥纳多·达·芬奇的生平	(21)
莱奥纳多·达·芬奇的主要成就	(37)

第二章 达·芬奇的七大原则之一：好奇心

好奇心激发创造	(45)
你和好奇心	(52)
好奇心：自我评价	(52)
好奇心：运用与练习	(54)
记日记或者笔记	(54)
观察主题	(58)
沉思练习	(59)
意识流练习	(61)
好奇心和创造性地解决问题的办法	(62)



好奇心和持续学习·····	(66)
实现你理想中的爱好·····	(68)
学习一门新语言·····	(69)
培养你的“情商”·····	(73)

第三章 达·芬奇的七大原则之二：论证

敢于挑战权威·····	(75)
你和论证·····	(79)
论证：自我评价·····	(80)
论证：运用与练习·····	(81)
审视经验·····	(81)
检查你的观念及其来源·····	(82)
三种观点·····	(83)
练习反广告内功·····	(84)
从错误和逆境中汲取教训·····	(86)
创立宣言·····	(87)
从“反面典型”中汲取教训·····	(91)

第四章 达·芬奇的七大原则之三：感觉

提炼感官的能力·····	(93)
你和感觉·····	(96)
感觉自我评价：视觉·····	(97)
感觉自我评价：听觉·····	(97)
感觉自我评价：嗅觉·····	(98)
感觉自我评价：味觉·····	(98)



感觉自我评价：触觉·····	(99)
感觉自我评价：通感·····	(99)
感觉：运用与练习·····	(100)
观察·····	(100)
倾听·····	(108)
感觉芬芳·····	(123)
味觉·····	(125)
接触与抚摸·····	(128)
通感·····	(130)

第五章 达·芬奇的七大原则之四：开放

欣然接受模棱两可·····	(139)
你和开放·····	(147)
开放：自我评价·····	(148)
开放：运用与练习·····	(149)
好奇心等同于不确定·····	(149)
与模棱两可交朋友·····	(149)
培育对混乱的容忍·····	(151)
思考蒙娜·····	(153)
深思与直觉·····	(158)
独处与放松·····	(160)
相信你的内心·····	(162)



第六章 达·芬奇的七大原则之五：艺术/科学

用“整个大脑”思考	(165)
你和艺术/科学	(171)
艺术/科学：自我评价	(176)
艺术/科学：运用与练习	(177)
学会大脑绘图的规则	(177)
做自己的大脑绘图	(178)
训练你的大脑绘图技巧	(181)
为大脑绘图本身绘制一幅大脑绘图	(182)
为记忆绘制一幅大脑绘图	(183)
做一个创造性的大脑绘图	(184)

第七章 达芬奇的七大原则之六：均衡

培养健康与优雅	(187)
你和均衡	(191)
均衡：自我评价	(191)
均衡：运用与练习	(192)
建立健康计划	(192)
开发对身体的意识	(194)
学习亚历山大技巧	(199)
培养平衡的休息状态	(205)
培养双手均衡的能力	(208)
学习玩杂耍	(210)



第八章 达·芬奇的七大原则之七：联系

寻求事物之间的联系	(215)
你和联系	(222)
联系：自我评价	(222)
联系：运用与练习	(223)
思考完整性	(223)
家庭动力	(224)
身体比喻	(224)
造“龙”	(227)
想象中的对话	(228)
来源思考	(230)
微观世界/宏观世界思考	(232)
思考联系	(233)
时间线索——生命的长河	(235)
“想好最终结局”	(236)
制作你人生的高级大脑绘图	(238)

第九章 达·芬奇绘画课程入门

所需工具	(254)
准备工作	(256)
用身心去画	(256)
实际绘画	(260)
新视角	(261)
轮廓：由外至内的绘画	(266)
绘制运动	(269)



阴影和“立体感”	(272)
让你的作品呈现立体感	(275)
透视	(277)
凭记忆绘画	(285)
结 论	(289)
达·芬奇年谱	(291)



第一章 走近天才

你的大脑比你想象的要聪明

尽管我们难以估量莱奥纳多·达·芬奇的智慧,但是最近的科学研究表明,你却可能低估了你自己的能力。实际上每个人都拥有无穷无尽的学习和创造潜能。迄今所知的大脑的95%的潜能是在过去20年中发现的。我们的学校、大学和公司才刚刚开始利用这些新发现的人脑潜能。让我们首先研讨一下当前人们对智力的看法以及有关大脑的性质和潜能的研究结果,然后再学习如何像达·芬奇那样思考吧。

从小时候起,我们当中的大多数人对智力的概念就是建立在传统的智商测验上的。智商测验是由阿尔弗雷德·宾尼特(Alfred Binet, 1857—1911)设计的,用来客观地测评人的理解、推理和判断能力。宾尼特对新兴的心理学十分热衷,渴望克服19世纪末期的法国在评判儿童智力潜能中所存在的文化偏见和阶级偏见。尽管传统的智商测试观念在其产生之时是一个巨大突破,但是当前的研究表明它有两大缺陷。

第一个缺陷是它认为智力是与生俱来的并且一成不变。布赞(Buzan)、梅查多(Machado)、温格(Wenger)和很



多其他的研究人员都发现,尽管个体降生之后就在某一个领域拥有或多或少的天生才能,但是通过合适的训练可以大大提高人的智商水平。在最近发表于《自然》杂志的对二百多例智商研究的统计调查中,伯纳德·德尔文(Bernard Delvin)作出结论说,基因对智商的决定作用不超过48%,其余的52%取决于胎儿期保养、后天环境和所受教育。

第二个缺陷是它认为智商测验(和学习能力倾向测验)所测得的文字和数学推理技巧是构成智力的必要能力。这一对智力的狭隘的认识已经被当代心理学研究彻底推翻。心理学家霍华德·加德纳(Howard Gardner)在其现代经典著作《智力结构》(Frames of Mind, 1983)一书中介绍了多层次智力的理论。他设想每个人都至少具有七项可以测试到的智力(加德纳和他的同事们在之后的著作中又提到了二十五项不同的智力分支)。这七种智力类型及其代表人物是(莱奥纳多·达·芬奇例外,因为他在所有的领域中都是天才):

◎逻辑—数学:斯蒂文·霍金(Stephen Hawking)、艾萨克·牛顿(Isaac Newton)、玛丽·居里(Marie Curie)

◎文字—语言学:威廉·莎士比亚(William Shakespeare)、艾米丽·狄金森(Emily Dickenson)、乔芝·路易·博格斯(Jorge Luis Borges)

◎空间—机械学:米开朗琪罗(Michelangelo)、乔治亚·奥基夫(Georgia O'Keeffe)、巴克敏斯特·富勒(Buck-