

新智慧文丛

XINZHUIHUI WENCONG

开辟一条自我超越的心路，以卓有成效的方法与技巧，保有良好的心境，从失败的困惑中走出。将内心的低潮转化成一股强而有力的助力，激励你迎向崭新的人生。

人生七重门

欧阳·文博 / 著

透过这些闪光的文字，我们感受到了灵魂的震颤、精神的洗礼和生命的审判。

Seven Great Wisdom Of Life

1848.5
新智慧文丛 6

S2609

欧阳·文博 / 著

人生七重门

Seven Great Wisdom Of Life

前 言

是追求成功，还是追求成功的智慧？这其实不是一个问题。真正的成功者，必先具有成功的智慧。然而渴望成功的人并不是要仅靠个人去逐步积累成功的智慧，他可以到前人积累、遗留的巨大成功智慧宝库中去学习、去拿来，这也正是“成功的智慧”之一，一种事半功倍的智慧。

本套丛书也正是基于这种认识而问世的。丛书全面涉及了成功人生的各个方面，但着重于阐明一些基本的原则与规律。其中道理也许很浅显，但事实上，在现代社会里很少有人去实践，因此重新认识它们，正能为解决目前的很多问题提供智慧宝库。本书的特点，在于以平易近人的文字解释复杂的概念，绝不故作高深，并以起初生活中的例子来提高读者的兴趣，更利于读者的理解。书中提出大量改进个人行为的技巧与方法，相信有助于读者据此改善自己的生活方式。

本书不是流行书籍，而是揭示真相的书。书中充满真理与嘉言，可以接受社会现实的考验，它们可以用在任何人身上，而且可以与时推移，永不落伍。与其它同类书籍不同的是，本书更加立足于中国现实，在阐述西方社会最受欢迎的成功智慧理论的同时，展示了大量的丰富深刻的东方智慧。所谓行中国路，必读中国人的行路指南；又所谓“察纳嘉言”，站在巨人的肩膀上成为巨人，希望读者善用这些智慧真理，获取巨大的成功。由于编者水平所限，书中不足之处，敬希鉴谅与指正。

编者谨识

2000年12月

目 录

第一章 人生中的多种智慧

每个人都有智慧	(3)
智慧的“七把钥匙”	(6)
构筑自己的智慧体系	(9)
“多种智慧”自我测试	(10)
用智慧去勾画人生	(16)
寻找自我的“多种智慧”	(18)

第二章 语言的智慧

舌头还在吗	(23)
与词汇共舞	(25)
书本的召唤	(26)
欢快的阅读	(28)
像作家一样思考	(30)
三寸舌与百万兵	(32)
以牙还牙	(33)
28 种增进语言智慧的方法	(36)

第三章 空间的智慧

未来之门	(41)
------------	------

2 人生七重门 命/——

以猎人的眼睛观看	(42)
美的感受	(43)
培养你内心的艺术家	(44)
以上下颠倒的方式	(46)
画出大智慧	(46)
想像中的图画	(48)
做白日梦	(49)
第三只眼	(50)
通过想像思考	(51)
18种增进空间智慧的方法	(52)

第四章 音乐的智慧

三月不知肉味	(57)
点化记忆的神	(58)
音乐的爱因斯坦	(59)
开启难题的钥匙	(60)
保留你的音乐天分	(61)
声音的回忆	(63)
做一个聪明的欣赏者	(64)
万种风情的世界	(65)
28种增进音乐智慧方法	(67)

第五章 身体的智慧

生命第一要素	(73)
关于锻炼的另类思维	(74)
畏途危岩亦可攀	(75)
培养身体的记忆	(76)

用身体思考	(78)
提高身体思考能力的方式	(79)
由运动员伤病说开去	(80)
肌肉放松法	(82)
散步的妙用	(84)
睡眠的艺术	(86)
用运动来放松	(88)
25 种增进身体智慧的方法	(89)

第六章 数理逻辑的智慧

数字化生活的秘密	(93)
数学健身操	(94)
你对数字敏感吗	(96)
当心数字的陷阱	(97)
加强运算的练习	(99)
建立自己的体系	(101)
高效率的归纳	(102)
太阳明早会升起吗	(105)
换一种角度推理	(106)
先拿出一半的钱	(107)
你具备科学常识吗	(109)
27 种增进数理逻辑智慧的方法	(111)

第七章 人际的智慧

人际智慧是成功之钥	(115)
扫除对“他人”的认知障碍	(115)
刻板印象的形成	(118)

4 人生七重门 ◆/——

入乡随俗	(119)
具备一双识人的慧眼	(120)
“我们”文化	(122)
测测你的交往水平	(124)
磁性的吸引力	(125)
与人相处的九大原则	(128)
与现代人交往的核心	(130)
社交恐惧症的对策	(132)
30 种增进人际交往能力的方法	(134)

第八章 认识自我的智慧

我是谁	(141)
真实的自我	(143)
构建成功的自我	(145)
管理自我的关键	(146)
同自己做朋友	(148)
坦率说出自己的感受	(150)
挖掘自我的修养	(151)
坐禅静思	(153)
不能遗忘的梦	(154)
发散自我	(155)
25 种增进认识自我智慧的方法	(158)

第九章 唤醒沉睡的智慧

死灰复燃	(163)
追溯睿智的过去	(164)
挖掘童年智慧的几种方法	(169)

不要隐藏自己	(171)
追忆智慧的童年	(173)
找回智慧后怎么办	(177)
什么阻碍了潜藏智慧的开发	(180)
器成就不晚	(184)

第十章 用智慧弥补缺陷

天才, 还是白痴	(189)
没有人没有缺陷	(189)
抓住你的优点	(192)
缺陷难以改变吗	(194)
帮助你弥补缺陷的器材	(196)
缺陷——迈向成功的起点	(198)
掩饰缺陷的艺术	(200)
加强最弱的一环	(203)
找准自己的缺憾	(204)
智慧缺陷调查表	(207)

第十一章 工作得更有智慧

成功的条件	(215)
劳狱还是天堂	(216)
高峰体验	(217)
多种工作智慧	(221)
寻找智慧和职业的搭配	(223)
动用你的特长	(225)
当一次组织者	(227)
反思你的工作	(229)

改进你的工作	(231)
寻找新的空间	(233)
寻找自己的义工	(235)
自己创业	(236)
兼职	(237)
17 种不同的提高工作智慧的方法	(238)

第十二章 调和不同的智慧形态

夫妻不和的真正根源	(241)
如何调配你和伴侣的日常生活习惯	(242)
用智慧的理论思考	(245)
有趣的各异的智慧	(248)
伴侣智慧大测验	(256)
用对方的智慧语言交谈	(258)
灵犀相通	(260)
做一天学徒	(266)

第十三章 未来的智慧形式

适者生存	(269)
审视时代	(270)
科技的光芒	(273)
前进的声音	(276)
未来智慧调查表	(279)
道德的智慧	(281)
增强道德智慧的方法	(282)
联系并不神秘	(285)
面向未来的道德智慧	(286)

第一章

人生中的多种智慧

Ren sheng zhong de duo zhong zhi hui

每个人都有智慧

很多人对智慧有这样一种错觉：智慧是一种极为玄妙和神秘的东西，似乎注定只有那些天才和伟人们才能拥有。古时候，那些能够在科举考试中取得功名的人，都被认为是天上星宿下凡，那可不是闹着玩的。现代人改为迷信生理结构。爱因斯坦死了以后，科学家们把他的大脑保存下来，进行研究。很简单，他既然这么绝顶聪明，他的大脑肯定与众不同。至于像你我这样的凡夫俗子，智慧当然与我们无缘了。

其实并非如此，智慧并不是某种神奇的脑内物质，也不是一种稀有贵重的染色体，只有那些天生的幸运儿才拥有。智慧，只不过意味着在生活中，我们能够应付自如，对问题能够迎头面对。一个人有无智慧，要看他如何解决生活中面临的各种情况。在一些人生问题上能通过基本知识的具备和有效的思考，经受住各种考验，满足多种自我的需求。通过对人生智慧的寻求，开发我们幸福美好的人生。

知识无疑在智慧中扮演了一个重要的角色，但是所谓的知识并不是指单纯的书本知识。它有时指在你的生活中如何处理各种问题的对策，比如你如何对一本书作出评价，在工作中如何最佳地运用自己的特长，如何用抽象的符号考虑自己的主观世界，自我的最佳交际方式是什么？这些问题的答案都可以称作知识，同时也可以称作智慧。

日本的一些大企业通常把学位看得很低，他们对自己的员工有自定的知识评价标准。如规定自己的员工具备一定的管理

4 人生七重门 命/———

知识、处理人际交往的知识、自我能力发挥的知识、处理紧急问题的知识。有些企业甚至要求员工熟背《孙子兵法》，还要进行考试。

所以知识是自我能力的基础，古语云“朝闻道，夕死可矣”，知识的武装自然使个人的能力加强，浓至深处，必然发出智慧之光。

做下面这些的测试题，写出自己的答案：

1. 你如何读懂一个人的心理？
2. 如果你面对着两份具有同样诱惑力的工作，你如何选择？
3. 自己处于烦闷时，你如何判别这种情绪产生的原因？
4. 面对着自己目前的工作和另一家公司的招聘书，你该如何决策？

这些问题涉及的是判断方面的知识，人生面临着许多的叉路口，但是正确做出判断却不是件很容易的事。蒙田在《随笔集》中说：“我们能坦诚地判断的事不多：因为几乎无不与我们的个人的物质考虑有关连，自卑心理，主仆地位，都同时与判断纠缠在一起。”学会判断，无疑又是智慧的一个杀手锏。有些判断是需要自我审视的，如问题3；有些则需要从心理学等知识方面考虑的，如问题1；而有些则是个人的生活和工作技巧所带来的，如问题2和4；真正的智者是可以“观其物可知其人”，“目见耳闻即可臆断有无”。判断的能力可以称得上个人的尚方宝剑。

同时你还面对着这样一些问题：

1. 如何使自我拥有更快乐的心情?
2. 如何运用最佳的工作方式去工作?
3. 如何才能与众不同、独树一帜?
4. 如果你是一个科学家和专业知识丰富的专家,你最大的动机是什么?

创造暗含着自我设计人生,不墨守陈规,不循规蹈矩。在生活中、在工作中通过自我奋进的欲望和更美好的生存环境的召唤,从而激发自己的创造欲。这种创造性可以运用在自我发现、工作的创新,使自己在周围的环境中出类拔萃。所以创造也属于智慧,如何把自己的知识、判断能力运用到工作中,体现自己的特长,造就人生的非凡,同样是非常重要的。

在这三种总的轮廓下,种种细节自我交叉又自成体系,而涵盖面最丰富的分法当属由心理学家豪尔葛德纳经过 15 年研究发展出的“多种智慧理论”。这种理论的最大用处在于革新思想,重新进行价值估定。可以充分发挥自己的能力,发现生活和社会中的空隙。他分别谈到了语文的智慧、感受空间的智慧、音乐的智慧、数理逻辑的智慧、身体的智慧、认识自我的智慧,以及人际交往的智慧。通过下面的测试可以使你对它们有粗略的认识:

- ☐ 面对着一个陌生的女子(或男子),你有点语无伦次。
- ☐ 你精心打扮一番,结果仍然很土。
- ☐ 你很讨厌交响乐以及大型音乐会,认为那是杂乱无章,没有情趣。
- ☐ 通常会把刚看过的电话号码或一长串的单词字母忘得一干二净。

6 人生七重门 ❧/——

☐ 坐在一群陌生人当中,总感觉自己的姿势不合气氛。

☐ 常常感到难以名状的烦闷忧虑,有时甚至做些乱七八糟的梦。

☐ 面对同事提出的一些敏感问题,通常不知怎么回答而陷入尴尬的境地。

这些基本理论互相融合,又各成体系,通过自身的理论剖析使得人们了解智慧的基本奥秘,同时根据这些基本点又发散出更多的光辉之环。理解的运用,必然使得自我的人生犹如“河流伏出,一泻汪洋。”

智慧的“七把钥匙”

语文的智慧

从字、词、词汇、作家等谈起,透视这些具体的义项所蕴含的智慧因素。通过一些著名智者的语文功底的事例加上科学理论的综合教会你如何运用词汇,如何雄辩滔滔,如何在实际生活中吐字文雅无拘,并挖掘丰富的记忆宝藏,在不同环境加以适当运用。教会你用作家的思想去观察人生和世界,并提高个人的阅读,文字等语文的基本知识,从而形成个人的听、说、读、写能力,在自我的实际工作生活中巧妙地利用。这方面的杰出代表为语文教师、作家、新闻记者、辩才。

感受空间能力的智慧

建立一种空间思维体系,并发散到具体方面的能力,使得自

我的观察体系、判断体系建立在一种理论的标准之上,增加自我的雕塑、美术的评论知识,从而获得一种立体的角度去为人处事。用一种不同寻常的眼光,在一个不同寻常的角度透视个人的生存空间,将个人的能力和特长从点、线、面构筑成不败的堡垒,并对生活中的敏感问题具有明察秋毫的洞析力。在这方面的杰出代表有摄影师、建筑师、服装设计师、美容师、发明家。

音乐的智慧

培养个人的音乐素养并能以音乐体系的特有知识应对人生,提高个人对音乐节奏和旋律的感受,对一首乐曲或一名歌手作出正确的判断,从而养成一种感观的直沉敏锐感,培养出一个爱好音乐,并能用音乐思考的人。通过对声音的回忆辨别个人的思维变化,以熟悉的心态应对万事万物,突出的代表人物有作曲家、歌唱家、节目主持人、音乐教师、乐队指挥师。

数理逻辑的智慧

强调生活中的实际数理逻辑的妙用,培养个人注重推理、论证、假设去思维、判断,并把这种思维、判断建立在一定的自然科学基础之上,并以数理逻辑的思想去处理实际生活中的问题,寻找一种理性化的处事方法,并能在信息化的时代,拥有着基本的数字敏感,使得自我的生存空间具有时代感、科学感。所有的这些都是个人的数理逻辑智慧的见证。突出的代表人物有科学家、数学家、逻辑学家、统计师、会计师、经济学家、电脑程序设计师。

身体的智慧

娇小玲珑、健壮魁梧,不同的身材拥有着不同的智慧,通过

自我身体的智慧的认识,学习一种正确对待身体的方法,并且能把身体动作的特点同工作和生活协调起来。把工作、生活训练成一种身体的本能运动。代表人物有演员、运动员、体育教师、手工艺制作者。

认识自我的智慧

能正确地认识自我了解自我,弄清自己不同的心态产生的原因,以及应对方法,从而引导自己的行为处事。探索自己神秘的心灵世界,从禅思与梦境等更深层次去审度“无意识”中的语言,形成和谐专一的自我生存的世界。认识并运用自己的特长,在确定正确的目标的前提下,改善和改造自我的生存空间,更能从自我的灵魂出发读懂周围的人和事物。突出代表人物有心理学家、心理咨询医生、宗教管理人士、企业经营者。

人际交往的智慧

风土人情、性格各异尽收眼底,通过交往智慧的学习,懂得人际交往的情感因素的心灵情结,从而知己知彼。对别人的情绪、内心世界都有着一种直觉的洞察力,进而学会一种出色的管理能力和组织能力。入乡随俗将使自我最快地融合到陌生的空间,慧眼识人将使个人的社会空间变得宽广无比,最终以交际思维能力、察言、纳事、处人为生。突出代表人物有外交家、律师、社会学家、人类学家、推销员、业务员。