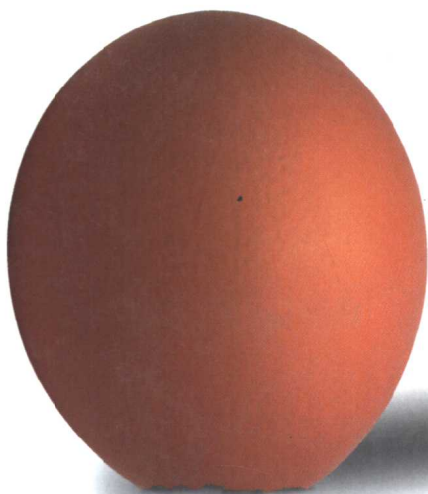


不立不破

单 宝 / 编 著

激发创造潜能



人们不知道怎样将鸡蛋竖起来，哥伦布拿起鸡蛋轻轻地往桌上一砸，鸡蛋就竖在那里。普通中蕴含着神奇的力量！打破思维定势，拥有灿烂人生的体验！

民主与建设出版社

不破不立

激发创造潜能

单 宝 / 编 著

缺页

5-8

图书在版编目 (CIP) 数据

不破不立——激发创造潜能 / 单宝编著.

—北京: 民主与建设出版社, 2001

ISBN7-80112-436-7

I. 创… II. 单…

III. ①创造性思维—培养②创造力—能力培养

IV. B804.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 085595 号

- | | |
|------|-----------------------------------|
| 责任编辑 | 刘云华 |
| 封面设计 | 伊和轩 |
| 出版发行 | 民主与建设出版社 |
| 电 话 | (010) 65523123 65523819 |
| 社 址 | 北京市朝外大街吉祥里 208 号 |
| 邮 编 | 100020 |
| 印 刷 | 长城印刷厂 |
| 开 本 | 850×1168 1/32 |
| 印 张 | 9 |
| 字 数 | 149 千字 |
| 版 次 | 2002 年 1 月第 1 版 2002 年 1 月第 1 次印刷 |
| 字 号 | ISBN7-80112-436-7/G·187 |
| 定 价 | 16.00 元 |

注: 如有印、装质量问题, 请与出版社联系。

有创造性的人和缺乏创造性的人，是完全不一样的；有创造性的人生和没有创造性的人生，是完全不一样的。同是一样天边月，阴晴圆缺各不同。如果我们开发了自己的创造潜能，激励了自己的创新精神，你的人生就可能迥然不同，你对人生的体验就可能迥然不同。

目 录

■第1章 创造改变了一生的命运…… (1)

创造并不神秘，但创造具有神奇的力量。

将鸡蛋竖起来 …………… (2)

案例：全球最大的零售业王国 …………… (3)

你属于哪一种类型的人？ …………… (6)

创造性人物也有不同的风采 …………… (8)

创造性人物的八种特点 …………… (12)

创造性的自我测试 …………… (13)

案例：韦尔奇与“煮青蛙” …………… (18)

案例：富兰克林的完美计划 …………… (20)

■第2章 “要我做”与“我要做”…… (21)

“要我做”与“我要做”，同样的三个字，

顺序稍微调换一下，意思就完全不同了。“要

我做”是被动地去做，而“我要做”则是主动地去做。“要我做”与“我要做”是两种不同类型的动机或推动力，即外在动机或外来的推力与内在动机或心中的动力。

你心中的动力	(22)
外来的推力	(23)
案例：胡须会不断地长出来	(24)
案例：1001 个诗人	(25)
成就动机调查表	(26)
加油站旁的炸鸡店	(31)
创造动机自我测试	(36)
我们有时像发育不好的植物	(39)
把握你的行动目标	(40)
不断激发创造热情	(41)
胜不骄败不馁	(43)
自我的调节	(45)

■第3章 你所能想到的，你就能做到

..... (47)

在人的思想库里存入的态度是非常多的，如积极或消极、自信或自卑、谦虚或骄傲、乐观或悲观、勤劳或懒惰等。人生的方向就是由种种“态度”决定的。

必胜的信念	(48)
贯彻到底的勇气足以撼动人心	(49)
自信心测试	(51)
执著的情感	(54)
案例：你所能想到的，你就能做到	(55)
案例：一只米老鼠	(55)
案例：8个汽缸的发动机	(56)
怎样才能充满热情？	(57)
比地大的是天空	(58)
案例：“幽默文化”	(60)
虚怀若谷	(61)
案例：伟大的开端	(62)
你有没有创造性的态度？	(63)
眼睛不能到的地方，精神可以飞到	(65)
案例：约尔马·奥利拉	(66)
要悦纳自己	(67)
坚定自信的方法	(68)
自我期待	(69)
战胜惰性	(70)
让自己微笑	(72)
一个篱笆三个桩	(73)
积极态度的自我测试	(75)

■第4章 人生的光荣不在永不失败 … (81)

你之所以没有获得成功，恰是因为你失败得还不够。失败只不过是寻求新的挑战所付出的代价而已。

人生的光荣不在永不失败	(82)
创造意志的自觉性	(84)
要学会操纵那一瞬间	(85)
果断性的自我测试	(86)
小不忍则乱大谋	(88)
100万只羊脑	(89)
意志的自我测试	(91)
自己主宰自己	(95)
怎样克服“遇事总拿不定主意”？	(98)
怎样改变“莽撞”？	(99)
怎样克服“不善于自制”？	(101)
怎样改变“怯懦”？	(102)
怎样克服“做事虎头蛇尾”？	(104)

■第5章 气质的解读

果戈里的抑郁是严重的，但他的作品是不朽的。

江山易改，秉性能移	(108)
你属于哪一种气质？	(109)

问卷法测定气质类型·····	(110)
观察法测定气质类型·····	(115)
气质不存在好坏优劣之分·····	(118)
多血质者成功率评价分析·····	(122)
胆汁质者成功率评价分析·····	(124)
粘液质者成功率评价分析·····	(125)
抑郁质者成功率评价分析·····	(127)
气质可以改变吗? ·····	(128)
取长补短·····	(129)
■第6章 播种性格, 收获命运 ·····	(139)
大胆地去做自己害怕的事情, 并力争得到	
一个成功的记录。	
你是外倾型还是内倾型·····	(140)
职业选择与性格·····	(140)
你是内向型还是外向型·····	(141)
性格倾向测验·····	(144)
性格类型测试·····	(147)
让自己具有创造性性格·····	(149)
买1元钱铅笔·····	(150)
给自己一个自尊·····	(151)
高度的责任心·····	(152)
急躁性格的调整·····	(153)

内向性格的调整·····	(154)
自卑性格的调整·····	(155)
嫉妒心的调整·····	(156)

■第7章 一流与末流····· (159)

创造能力是创造者必须具备的最重要的能

力，也是区别一流人才和末流人物的分水岭

获得创造成果的本领·····	(160)
一流与末流·····	(162)
“跛腿”也没关系·····	(164)
测试你的创造力·····	(165)
要能发现“鱼没有眼皮”·····	(174)
培养你的观察力的方法·····	(174)
如何增强记忆力? ·····	(176)
记忆的好办法·····	(178)
概括世界上的一切·····	(180)
培养你的想像力·····	(181)
丰富你的想象的方法·····	(184)
学一些超凡的本领·····	(187)
图案例：亨利·福特的失误·····	(194)
即兴创造训练·····	(197)
脑力激荡训练·····	(198)
创造力的自我训练方法·····	(200)

创造技法之母——奥斯本检核表法·····	(201)
G·基文森的创造方法·····	(202)
仿生试验法·····	(203)
阿利赫舒列尔的创造技法·····	(204)
 ■第8章 一杯新口味的咖啡 ·····	(207)
事物无穷无尽,创造思维也就永远不会枯竭。	
一杯新口味的咖啡·····	(208)
没有完全相同的两片树叶·····	(209)
任何人都无法两次踏进同一条河流·····	(211)
测一测你的创造思维·····	(212)
我们儿时的创造精神已消失殆尽·····	(214)
■案例:要吃加生菜的麦香鱼 ·····	(215)
乔治热身练习·····	(216)
别一条道走到黑·····	(218)
发散思维能力测试·····	(220)
柯南·道尔给福尔摩斯开的知识结构表·····	(225)
■案例:“要吸纳万国之长” ·····	(226)
什么样的下棋人略高一筹·····	(227)
飘忽不定的灵感·····	(228)
思维定势·····	(231)
运用创造思维的窍门·····	(233)

进行创造思维的训练..... (239)

■第9章 无限的潜能 (245)

我们只是半觉醒的，我们只是在利用自己

体脑资源的一小部分。

深井大的试验..... (246)

无限的潜能..... (247)

高飞的鹰..... (248)

开发创造潜能的途径之一：开发右脑..... (249)

开发创造潜能的途径之二：利用外脑..... (253)

开发创造潜能的途径之三：自我暗示..... (255)

自我暗示训练——自我谈话具体方法..... (257)

开发创造潜能的途径之四：潜能训练..... (259)

第1章

创造改变了一生的命运

创造并不神秘，但创造具有神奇的力量。

★将鸡蛋竖起来☆

有一天，几个人凑在一起解决这样一个问题，如何把鸡蛋竖起来。但是，这几个人怎么竖也没办法把鸡蛋竖起来。哥伦布走过来问明情况后说，这还不容易，他拿起鸡蛋轻轻地往桌上一砸，鸡蛋就竖在那里。

日本南极探险队乘坐汽车在南极大陆考察，由于发生了一点故障，车子开不动了，经检查是汽车部件破损造成的。车上没有备用部件，也没有别的汽车路过，离营地还有几百公里，如果继续停在这里，队员都会冻死。在大家束手无策之际，队长命令在车上烧开水，然后把破损部件放在雪上，将热水泼在上面，水马上结成冰，部件破损处结成坚冰，再把部件安装在汽车上，车子开动了。因为在这里冰比金属还坚硬，他们就靠这冰冻的部件安全返回了营地。

以上的例子都一样，那就是解决问题的方法冲破了一般人在普通状态下的思想框框。打破常规，提出新思路、新观念、新方法、新技术、新设计、新发明、新创意、新构思等，这就是创造！创造并不神秘，但创造具有神奇的力量。

著名心理学家马斯洛认为：煮一碗第一流的汤比画一幅次级的图画更富有创造性。创造性的价值不仅仅在

于其气势的宏伟及构想的独特，更在于能否解决实际问题。我国古代曾有“智者”建议抽干微山湖，以便获得一大片肥沃的湖底良田，另外再挖开一个同样大小的湖池来收纳微山湖之水。像这种劳民伤财的“创举”，于社会无任何益处，只能成为后世的笑料。有则寓言，说的是一群老鼠深受猫的危害，于是开会商讨如何对付猫的办法。最后老鼠王想出了一个绝妙的主意，就是在猫的脖子上挂一个铃铛，这样猫一来铃铛便响，老鼠们就可闻风而逃。但是，当决定由谁去挂这个铃铛的时候，谁也不敢去，大家才发现这是一个不可能带来什么实际结果的“发明”，充其量只是一个绝妙的空想。由此可见，创造既存在于伟大的事业中，也常见于平凡的生活里。人人向往创造，人人都能创造，现实中几乎每个人都可以产生出各种各样的构想，但其构想是否具有创造性价值，还要看其能否真正付诸实践，是否具有现实意义。

案例：全球最大的零售业王国

创造本质上是人们主动地改造现实，追求新的生活，获得新的价值的开拓性活动。人才的基本特征就是创造，无创造能力者不是真正的人才。创造改变世界，创造的道路是成功的道路，创造决定了每一个人的成就和贡献，创造也提升了取得创造成就的个人的人才

价值。

沃尔玛公司是全球最大的零售业王国，它是由萨姆·沃尔顿创立的。萨姆·沃尔顿出生于美国俄克拉荷马州的一个普通工人家庭。幼年时他目睹了美国大萧条时期经济衰退的状况，经历了生活的艰难，养成了独立自强、勤俭节约的优秀品质。在七八岁时，沃尔顿就开始给订户送报刊杂志，从7年级到大学，都有固定的送报地段，这使他在高中时就能维持自己的各项开支，并磨练出非凡的推销才能。1940年3月，沃尔顿从密苏里大学毕业，并取得了商学士学位。之后，他接受了一家零售公司的职位，开始一生的零售业工作生涯。

1951年，沃尔顿在美国的阿肯色州西北角丘陵地区本顿威尔小镇开设了第一家乡村杂货店，命名为“沃尔顿5分—1角商店”。当时美国的大零售业公司主要在大城市发展，沃尔顿抓住了这一有利时机，他认为在美国的小城镇同样存在着许许多多的商业机会。沃尔顿决定在小城镇开设大型的折价商店，其具体实施策略就是以州为单位，抢占几个“据点”，然后一地一地填满，直到整州的市场饱和，然后再向另一个州扩展。就这样，从一个州到一个地区，从一个地区到全国，再推进到世界各地。沃尔顿创造了“低价销售，保证满意”的新的经营理念；创造了新的商业经营业态，一是折价商店，即廉价商店；二是购物广场，即大型超级市场；三

原 书 缺 页