

学生情商与非智力因素培养训练丛书

17

情商与创造力(二)



中国物资出版社

学生情商与非智力因素培养训练丛书①7

主编 孙永清 马仁真

情商与创造力(二)

中国物资出版社

图书在版编目(CIP)数据

情商与创造力/孙永清,马仁真主编. —北京:
中国物资出版社,1998.12

(学生情商与非智力因素培养训练丛书)

ISBN 7-5047-1027-X

I. 情… II. ①孙… ②马… III. 情绪-智力商数
-关系-创造发明 IV. G305

中国版本图书馆 CIP 数据核字(98)第 33619 号

学生情商与非智力因素培养训练丛书

情商与创造力(二)①⑦

主编 孙永清 马仁真

中国物资出版社出版发行

(社址:北京西城区月坛北街 25 号 邮编:100834)

*

全国新华书店发行

北京密云胶印厂印刷

*

787×1092 毫米 32 开 120 印张 2600 千字
1998 年 12 月第 1 版 1998 年 12 月第 1 次印刷

ISBN 7-5047-1027-X/G · 0250

印数:1—3000 定价:168.00 元(全 30 册)

出版说明

一个国家、一个民族、一个单位甚至一个家庭的发展与成功关键取决于人材,取决于人的素质,而人的素质是由两个脑、两颗心、两种智力——理性与感性决定的,生命的成就同时取决于两者,决非智商 IQ 可单独主宰。情商与非智力因素的教育培养已成为本世纪最重要的心理学研究成果。情商 EQ 的研究和应用对提高人的素质无疑有着划时代的重要意义。

情商概念的提出和强调,赋予了情绪应有的价值,有助于转变人们对情绪的偏见,促使人们对它的重视、引导、调适、开发与完善,并且有助于将智慧引入情绪,把感情融入智力,实现情感与理性的结合,使情绪表达富有理性、充满智慧。

知识的巨人,生活的白痴,思维领域雄才大略,人际关系浑浑噩噩,正是某些高智商者的真实写照。社会的发展对人才提出了更高的要求——很强的社交能力、外向快乐、对人热情,充满爱心,敢负责任、积极向上、具有旺盛的生命力,远离恐惧与忧思……这些展示了健康人生的基本要求,也是情感智力的基本要求。

为适应学生情商与非智力因素的教育培养的客观需要,由知名专家学者联袂推出了这本《学生情商与非智力因素培养训练丛书》。该书集情商研究之大成,结合运用了多种学科知识,深入研究情商心理及行为规律;语言流畅生动,内容丰富多彩,理论与实践并重,对于加强学生素质教育,开发学生的心理潜能,将产生深远的影响。

开发你的情商吧,你会发现一个全新的自我!

编者

1998. 12

《学生情商与非智力因素培养训练丛书》

编委会名单

主 编：孙永清 马仁真

编 委：	田晓娜	刘 霞	田 野	邓斌艺
	孙永清	马仁真	何曼青	冯克诚
	于 明	崔雪松	周德明	赵树林
	罗方平	蒋卫杰	王波波	杨邵豫

目 录

情商与创造力(二)

六、情商与潜意识.....	(1)
潜意识:神奇的力量	(2)
潜意识:与意识不同	(7)
潜意识:思维的烙印	(9)
潜意识:超凡的资源	(11)
潜意识:暗示的力量	(12)
潜意识:心智的结论	(17)
潜意识:心灵的航灯	(20)
潜意识:生命的核能	(22)
潜意识:心底的大门	(23)
潜意识:事业的发端	(24)
潜意识:生命的力量	(25)
潜意识:成长的法则	(28)
潜意识:不同的特质	(30)
潜意识:神秘的心理	(33)
潜意识:生命的情结	(34)
潜意识:沉睡的巨人	(36)

潜意识:心灵的启迪	(38)
潜意识:阳光和雨露	(39)
潜意识:奇才的源地	(40)
潜意识:选择的修正	(41)
潜意识:自我的设计	(43)
潜意识:外界的影响	(44)
潜意识:权威的力量	(46)
潜意识:情绪的影响	(47)
潜意识:跳跃的心灵	(49)
潜意识:精神的标语	(52)
潜意识:梦想总成真	(54)
潜意识:突破性的活动	(56)
七、创造活动的直觉	(64)
直觉的实质	(65)
(一)直觉是一种想象	(65)
(二)直觉是一种判断	(66)
(三)直觉是一种启发	(68)
直觉与科学创造	(69)
(一)寻找事物的联系	(69)
(二)确定选择和组合	(70)
(三)引发创造动机	(70)
(四)预见与预测	(71)
(五)产生新理论	(72)

直觉与艺术创造	(72)
(一)直觉促进审美意象的构成	(73)
(二)直觉促进非自觉性转化	(74)
(三)直觉对生活的深刻透视力	(75)
(四)直觉是文学艺术创造冲动产生的契机	(75)
直觉的运行机制	(76)
(一)凝合	(76)
(二)类推	(78)
(三)跳跃	(79)
八、创造活动的机遇	(80)
机遇的基本特征	(81)
(一)意外性	(81)
(二)易逝性	(82)
机遇的基本类型	(83)
(一)同向机遇	(83)
(二)异向机遇	(84)
创造活动机遇	(84)
捕捉良好机遇	(86)
(一)强烈的好奇心	(86)
(二)敏锐的观察力	(87)
(三)丰富的联想力	(88)
(四)高度的判断力	(89)
(五)丰富的知识和经验	(89)

(六)强烈的问题意识	(90)
九、创造智能中的操作能力	(91)
操作能力的作用	(91)
(一)转化作用	(91)
(二)检验作用	(92)
(三)发现机遇	(92)
操作能力品质的作用	(93)
(一)操作能力的迅速性	(93)
(二)操作能力的准确性	(93)
(三)操作能力的协调性	(94)
(四)操作能力的灵活性	(94)
操作能力的培养与训练	(94)
(一)重视操作能力	(94)
(二)重视操作思维的指导	(95)
(三)建立合理的操作能力品质结构	(96)
发挥操作能力	(96)
(一)认识上重视操作能力	(96)
(二)从小培养操作能力	(97)
(三)全面培养操作能力的品质	(97)
(四)培养技能	(98)
培养动手能力	(99)

六、情商与潜意识

潜意识这种内在的无形力量，可以接受你的指挥，执行所有的命令。掌握潜意识无穷的力量，它会让你步上成功之境；驾驭它，你可以飞到任何成功的高度。

如果能打开你心智的眼睛，看到你内在无限大的“宝库”，你会发现，在你周围就有着无限财富。在你内心里面有着一座金矿，你可以从这座金矿取得所需的一切东西，而使生活变得光荣、愉快和丰富。

很多人都沉睡不醒，因为他们不知道在他们内心里面有着无限智慧和爱的金矿。不论你要什么，你都能抽取出来。一块有磁性的金属，可以吸起比它重 12 倍的重量，但是如果你除去这一块金属的磁性，甚至连轻如羽毛的重量它都吸不起来。同样地，人也有两类。一种是有磁性的人，他们充满了信心和信仰。他们知道他们天生就是个胜利者、成功者。另外一种人，是没有磁性的人。他们充满了畏惧和怀疑。机会来时，他们却说：“我可能会失败；我可能会失去我的钱；人们会耻笑我。”这一类的人在生活不可能会有成就，因为如果他们害怕前进，他们只好停留在原地。你，要成为一个有磁性的人，并且找出亘古以来的主要奥秘。

潜意识:神奇的力量

在你潜意识的深处,有着无限的智慧、力量,以及你所需要的各式各样的供应品,这些都等着你去培养、发挥。从现在开始,去认识你更深一层内心中的这些潜力,它们就会展现到外在世界来。

如果你愿意开放你的心灵去接受,在你潜意识中的无限智慧就会在任何时间、空间,提供你所需要知道的每一样事物。你可以接受新的思想和观念,使你能够提出新的发明、新的发现,或写出新书和剧本。这在你潜意识中的无限智慧,甚至可以把各种奇妙的知识,原原本本地传授给你。它可以指引你,为你打开道路,使你在生活中能够完美地发展自己,并达到你真正应该达到的水平。

由于你潜意识的智慧,你可以吸引理想的伴侣,以及事业上的好同志,好伙伴。它能够为你的房子找到适当的买主;它可以提供你所需要的钱,并让你有财务上的自由,成为你心中想成为的人,做心中想做的事,前往你心中想去的地方。

去发现这思想、感觉、力量,这充满光、爱和美的内心世界,是你的权利。虽然无法看见,但是它的力量却极广大。在你潜意识里,你会找到每一个问题的解决方案,以及每一样结果的原因。由于你可以吸取出这些隐藏在你里面的力量,你就可以实际掌握所需要的力量和智慧,在丰富、安全、愉悦和自主之中向前行进。

这潜意识的力量把人从身心俱疲的状况中提升起来，再度恢复健康、完整，再度充满活力，再度强壮起来。自由地进入这个世界，去获得幸福、健康，并快乐地表现自己。在你潜意识中也有这种奇迹般的治疗力量，可以治好你深受折磨的心灵和破碎的心。它可以打开你心牢之门，让你自由。它也可以帮你摆脱物质和身体上的束缚。

不论做什么事情，若是没有一种放之四海皆准的工作基础，你就不可能获得任何进展。你可以很有技巧地运用你的潜意识。你可以运用它的力量，而且确知会有一些的结果。然而其结果达到的程度如何，则与你对它的原则所知多少，以及你对它的原则应用了多少成正比。

就拿元素的化合作用来作例子。如果你把氢和氧按照两个氢原子、一个氧原子的比例混合，结果一定会得到水。

你也知道，一个氧原子和一个碳原子，会产生一种有毒的气体——一氧化碳。但是，如果你再加一个氧原子进去，就会得到一种无毒的气体——二氧化碳。类似的情况在化学广大的领域中到处都是。

你别认为化学、物理，以及数学的原则，和你潜意识的原则有什么不同。举一个一般人都接受的原则来说：“水自求其平面。”这项放之四海皆准的原则，可以适用于任何地方的水。

再举另外一个例子：“物体遇热则膨胀。”这原则不论在什么地点、时间、任何的环境之下都是正确的。你将一块钢加热，而不论这块钢是在中国、英国，还是印度生产，它都会膨胀。物

体遇热膨胀,乃是一个不变的真理。同样地,不论你把什么东西烙印到你的潜意识之中,它就会成为你周围的状况、经历和事件,这也是放之四海皆准的真理。

你的意念所以得到回答,乃是因为你的潜意识就是原理,而所谓的原理,是指事情演变和发挥作用的方式。例如,电的原则是从高电位走向低电位来放电。你用电的时候并没有改变它的原理,而是配合它的性质,你可以提出很多以不同方式来造福人类的伟大发明和发现。

你的潜意识是原理,并且依照信仰的定律发挥作用。你必须知道信仰是什么,它为什么会发挥作用,以及它如何发挥作用。

你的所有经历、事件、状况和行动,都是你潜意识以你的想法的反应。记住:凡事的结果不是由你所相信的事物而来,乃是由你对自己的信任而来。你不要再相信人类不正确的信仰、意见、迷信和畏惧。你要开始去相信,这生命永远都不会改变的永恒事实和真理。然后你就会向前、向上提升,逐渐达到人性完善的境地。

在北方,有个过路人踽踽行走于一片雪原之中,经过很长时间,才发现附近有人家可以落脚。敲门以后进入屋内,靠在炉边取暖,屋主问他:“你从何处来?”过路人回答:“是从雪原之中一步一步走过来。”屋主听后,发出惊讶之声:“你真大胆,在那一大片结冰的湖上行走,竟未失足,太不可思议了!”过路人听说那一片雪原原来是湖,不禁胆战心惊。

这故事是心理学家戈夫卡为说明心理环境所作的寓言，许多有关心理学的入门书籍，都曾引用这个寓言作比喻。

所谓环境，可分为现实物理环境和人心内在感觉层面的环境两种。上述故事中，湖是客观存在的实境，雪原则是过路人心主观映射下所呈现，过路人是以为走在雪原之上，绝无失足之虞的心境下，才敢踏上结冰的湖。

由于人的想法心态有所变化，使得客观环境呈现不同风貌，而对行为方向产生移转左右的作用，有几个例子介绍如下：

法国作家都德有一次心情很好，顿然觉得世界充满希望，于是怀着愉快的心情，走上巴黎街头。原本平凡无奇、呆板枯燥的街道景观，此时映入眼帘，全部变得缤纷美丽。都德喜不自胜，激动地找人倾诉，朋友却以为是他喝醉酒，两眼昏花才自生幻觉。

不同的信念、不同的心境，会影响个人的言行举止以及客观的环境。

既然思想观念深切影响着主观行动与客观环境，所以，不论遭遇任何困难，都应该以光明乐观的心态去面对，才能燃发奔向成功的动力。

你只有一个心智，但是却具有两种不同的特质。所有有思想的男人和女人，都深深了解这两种特质之间的分界线。基本上，每一种都具有着它们天生各自不同的属性和力量。一般用以区分你心智那两种特质的名词有：客观和主观的心智、意识

和潜意识的心智、清醒和沉睡的心智、表现自我和内心自我、自发和非自发心智、男性和女性,以及其他很多术语。而本书从头到尾连用“意识”和“潜意识”这两个名词来代表你心智的二元性。

要认识你心智的两种特质,最好的方式是将你的心智视为一座花园。你是一名园丁,时时根据你习惯性的想法把种子(思想)种到你的潜意识之中。你在你潜意识中种下什么种子,就会在你身体和周围环境上得到什么收获。

从现在开始,将和平、幸福、美善、正确和成功的思想种子种下,带着兴趣安静地思考这些德性,并且在你的意识推理中完全接纳它们。不断把这些美好的种子(思想)播撒到你心智的花园里,你就会获得辉煌的成果。你的潜意识可以比为土壤,所有的种子不论好坏都可以在上面生长出来。人可以在荆棘上采到葡萄吗?在柳树上面采到苹果吗?不可能的。因此,每一种思想就是一个因,每一种状况就是一个果。甚至这样的推理,若你期盼只获得合意、值得的状况,那么掌握住你的想法,就极为重要了。

当你的心智思想正确,当你了解真理,当纳入你潜意识中的思想是建设性、和谐且平和时,你潜意识神奇的力量就会有所反应,带来和谐的状况、愉悦的环境,以及最美好的事物,在你开始能掌握你的思想过程之后,你就可以把你潜意识的力量应用在任何问题或困难上。换句话说,你就可以真正有意识地与一切的无限力量,及万能的定律互相配合。

看看你的周围,不论你生活在什么地方,你都会看到,绝大部分的人都是生活在外在世界之中的;但是比较睿智的人却极为注意他的内在世界。你要记住,是内在世界、你的思想、感觉和想象,形成了你的外在世界。因此,内在世界是唯一的创造力量,而你外在世界中所接触的每一样事物,都是由你心智的内在世界有意识或无意识地创造出来的。

对你的意识和潜意识心智之间相互作用的了解,将使你能够改变你的整个生活。你要改变外在的状况,你就必须先改变造成外在状况的因素。大多数的人改变状况和环境的方式,是顺应外在状况和环境用力。要除去不协调、混乱、匮乏和限制,你就必须先除去造成这些现象的原因,而这原因就是运用意识心智的方式。换句话说,也就是你心里面的思想方式和预期未来的方式。

潜意识:与意识不同

从下面的说明中,你会了解到主要不同的地方。意识心智就好像是在船桥上的领航员或船长,他指导航行,并下达命令给在轮机房里面的船员,而在轮机房里面的船员则控制锅炉、仪器等等。在机房里面的船员不知道他们向哪里航行,他们只是听命行事。在船桥上的船长根据罗盘、六分仪,或其他仪器来下达命令。如果他下错了命令,在机房里的船员也只有遵命行事;即使船正向岩石的方向开去,他们也不知道。他们之所以听从他的命令,乃是因为他是负责下达命令的人,而他们必

须听从他的命令。船员不可以回嘴，他们只执行命令。

船长是他船上的主宰，他的命令必须执行。同样，你的意识是你的船的船长和主宰，而你的船在此处是指你的身体、环境，以及所有和你有关的事务。你根据你的意识所认为、所相信是真实正确的资料，下达命令，而你的潜意识则接受命令。

当你一再对别人说“我买不起”的时候，你的潜意识就接受你字面的意思，留心让你“买不起”你所要的东西。如果你坚持说：“我没有钱买那辆车子，我没有钱去旅行，我没有钱买那幢房子，我没有钱买那件皮大衣或貂皮披肩……”可以确定你的潜意识会遵从你的命令，而你一生永远得不到这些东西。

有些人会说：“如果我喝了咖啡，可能到半夜三点还睡不着。”于是每次他喝咖啡，他的潜意识就会暗示他，就好像在对他说：“主人你今晚睡不着。”

你的潜意识心智一天工作 24 小时，为你做所有的事情，把你习惯所想的一切结果，都呈现在你的面前。

你拥有一颗心，你应该学习如何去运用它。你的心有两个层面——意识、理性的层面，以及潜意识、无理性的层面。你以意识思考，不论你习惯想什么，都会沉入到你的潜意识里面，而潜意识就会根据你的想法的性质去创造。你的潜意识是你情感、情绪所在的地方，也是你具有创造作用的心智。如果你想好的事情，好的事情就会跟着发生；如果你想坏的事，坏的事情就会跟着发生，这就是你的心智发挥作用的方式。

最主要你要记得的是，一旦意识接受了一个观念或想法