



再见
毫无章法的人生

从此
讲话有营养
做事有条理

用脑 赢世界

受益一生的
逻辑思维课

日 西村克己 著

林 枫 译

逻辑是一切思考的基础。

黑格尔
德国哲学家

北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

图灵社区会员专享 (CIP) 编号

用脑赢世界：受益一生的逻辑思维课

北京联合出版公司

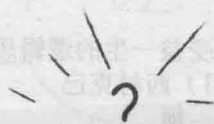
ISBN 978-7-5502-3546-2

用脑赢世界

受益一生的
逻辑思维课

◎ 西村克己 ◎

林枫◎译



责任编辑：徐文

1000001

ISBN 978-7-5502-3546-2

2014年11月第1次印刷

2014年11月第1次印刷



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书内容。如有侵权，必究。

图书在版编目 (CIP) 数据

用脑赢世界：受益一生的逻辑思维课 / (日) 西村克己著；林枫译。
—北京：北京联合出版公司，2014. 11
ISBN 978-7-5502-3546-5

I. ①用… II. ①西…②林… III. ①逻辑思维—思维训练—通俗读物 IV. ①B804. 1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 202185 号

北京市版权局著作权合同登记号 图字：01-2014-4286

20 DAI DE MINITSUKETAI RONRITEKI NA KANGAEKATA

by KATSUMI NISHIMURA

Copyright © KATSUMI NISHIMURA 2011

Simplified Chinese translation copyright ©

Beijing Times Bright China CO., LTD. 2014

All rights reserved

Original Japanese edition published by CHUKEI PUBLISHING CO., LTD.

Simplified Chinese translation rights arranged with CHUKEI PUBLISHING CO., LTD.
through BEIJING HANHE CULTURE COMMUNICATION CO., LTD.

用脑赢世界：受益一生的逻辑思维课

作者：(日) 西村克己

译者：林枫

选题策划：北京时代光华图书有限公司

责任编辑：崔保华

特约编辑：陈静

封面设计：新艺书文化

版式设计：曾放

北京联合出版公司出版

(北京市西城区德外大街 83 号楼 9 层 100088)

北京同文印刷有限责任公司印刷 新华书店经销

字数 93 千字 880 毫米 × 1230 毫米 1/32 5.5 印张

2014 年 11 月第 1 版 2014 年 11 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5502-3546-5

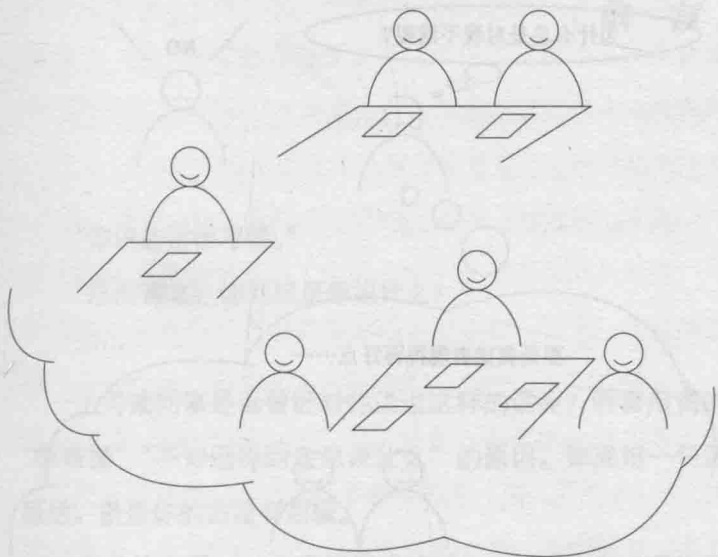
定价：36.00 元

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容
版权所有，侵权必究

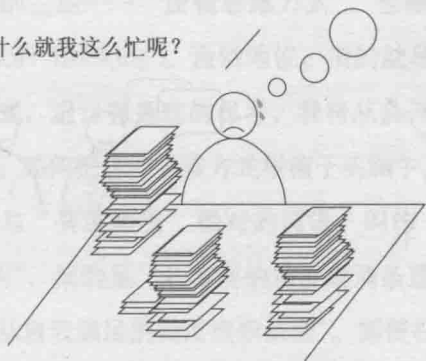
本书若有质量问题，请与本社图书销售中心联系调换。电话：010-82894445

/ 开 篇 /

大家干起活来都很井井有条啊……



为什么就我这么忙呢？



你是否曾经产生过这种想法呢？

为什么总是对我不满呢？

NO

要是我能表现得再好点……

UP!

本书囊括了种种实用技巧，献给有着此类烦恼的你。

/ 前言 /

“你说的话很难懂。”

“总而言之，你到底想说什么？”

……

上司或同事是否曾经对你说过这样的话呢？听者所谓的“很难懂”“不知道你到底想说什么”的原因，如果用一句话概括，就是你的话没有逻辑。

本书的主题——“逻辑思维方式”，也被称为“逻辑思考”（logical thinking）。通俗地说，指的就是用任何人都能接受的方式，进行有条理的思考。我将从头开始为各位读者细细讲解，如何把这种思维方式根植于头脑中。

有个与“有逻辑的”相对的词语，叫作“狡辩”。所谓“有逻辑的”，指的是“从客观的角度理清条理”，而“狡辩”指的是“从自我满足的角度组织条理”。即便在自己脑中可以自圆其说，但在第三者看来，那只不过是为了自我满足而罗列出来的一些对自己有利的理由罢了。

因为“逻辑 = 理清条理”，所以通过逻辑思考，你可以自然而然地理清头绪——人脑中的信息将被分门别类地加以整顿，整齐清晰地排列在“整理架”上。

与之相对，在不会逻辑思考的人的头脑中，诸多信息就像意大利面似的，不仅长，而且还相互缠绕在一起，在烦杂拥堵的脑中简直汇集成了“一大盘意大利面”。这时脑子已经达到了饱和状态，就算再想塞入信息也无计可施。

现在，你的脑子里是“整理架”，还是“意大利面”呢？

最近几年常常听说一流企业的人事部最看重职员的逻辑思维能力。而且，许多公司都将提高职员的逻辑思维能力纳入了企业培训中。比如，“黑猫雅玛多宅急便”的创始人、前雅玛多运输公司老板小仓昌男（1924—2005年），在对社员提出的10项能力里，就把逻辑思维放在了“最重要项目”的位置。直到现在，这一要求仍在该公司代代传承。可见，逻辑思维是一种重要并且实用的能力。

为了满足读者在有限的时间内单独撷取所需知识的需求，本书的六个部分是各自独立的，内容大致如下。

PART1 介绍了什么是逻辑思维、如何区分对方是否善于进行逻辑思维、不会逻辑思维会有哪些麻烦及学会逻辑思维的好处。

PART2 介绍了一些整理思路的基本方法，是逻辑思维的初级阶段。思维容易混乱的人请务必从这一部分开始阅读，以达

成本章的目标——“成为一个能进行逻辑思考的人”。

PART3 介绍了简明扼要地进行表达的基本方法，讲的是“如何表达”的初级知识。达成目标是“成为一个说话简明扼要、通俗易懂的人”。对于说话抓不住重点的人来说，诀窍就是搞清楚“我到底想说什么”。

PART4 介绍了防止出现逻辑漏洞的基本方法，是逻辑思维的中级课程。达成目标是“成为一个具有全局观、能正反思考的人”。容易主观臆断的人，请关注一下你所想事物的反面，拓宽自己的视野。

PART5 介绍了进行逻辑性交流的基本方法，是“如何表达”的中级知识。达成目标是“成为一个不畏惧交谈的人”。不擅与他人进行交谈的朋友，请一定读一读这一部分。

PART6 介绍了进行报告或演讲的基本方法，讲述的是“传达信息”的中级知识，是对逻辑思维与表达能力进行的综合升级。达成目标是“成为一个能在人前进行通俗表达的人”。

当然，你可以在翻看目录后先挑自己感兴趣的部分阅读。但你若能通读全书，想必就能具备更为全面的视角及综合能力。现在，让我们先做做“准备运动”，从 PART1 开始，聊一聊逻辑思维究竟是怎么一回事吧。

Contents
目 录

PART 1 什么是逻辑思维

- 01 条理清晰、毫无矛盾才是有逻辑的思维方式 /003
- 02 如何辨别对方是否善于逻辑思维 /007
- 03 缺乏逻辑思维将会遭遇的麻烦 /011
- 04 具备逻辑思维的好处 /015

PART 2 写给不善于逻辑思维的人

- 01 先思考“为什么要这样做” /023
- 02 焦虑和愤怒会妨碍逻辑思维 /027
- 03 重视“为什么”，区分“事实”和“判断” /030
- 04 想得太复杂会令头脑混乱 /034
- 05 不要抱臂干想，先把想到的全部写出来 /037

06 整理分散信息的三种方法 /040

07 目标明确可提高工作效率 /043

PART 3 写给说话啰唆、没有结论的人

01 为什么说话简洁不起来 /049

02 坚持一句话传达一条信息，不要贪心 /053

03 用条目整理说话内容 /057

04 注意不要遗漏“5W2H” /060

05 理清说话脉络的“三角逻辑” /064

06 确认话语是否缺少理由 /067

07 确认话语是否缺少主张 /071

PART 4 写给思考片面、容易武断的人

01 按照宏观到微观的顺序思考问题，形成整体
认识 /077

02 MECE：使遗漏和重复的概率降到最低 /081

03 从对立面思考消除思维死角，用“复眼思考”
拓宽视野 /084

- 04 思考替代方案，扩充可能性 /088
- 05 验证他人话语的正确性，不要囫囵吞枣 /091
- 06 在区别原因和结果的前提下探寻问题出现的真正原因 /095
- 07 用“逻辑树”分阶段整理信息 /099

PART 5 写给不善交谈的人

- 01 区别当前场合是否需要进行逻辑性发言 /107
- 02 交流是进行话语的“接发球” /110
- 03 不急于发言，不畏惧沉默 /114
- 04 苦于没有话题时请向对方提问 /118
- 05 用“Yes·But法”博取对方的亲近感 /122
- 06 对方生气时，以“Yes·Yes法”进行聆听 /126
- 07 意见对立时要进行头脑风暴 /130

PART 6 写给不善于做报告或演讲的人

- 01 想着“正在受人评价”会集中不了精神 /137
- 02 是先提出结论，还是后提出结论 /141

- 03 利用“金字塔结构”提高说服力 /144
- 04 注意使用“why”和“So what” /147
- 05 用“比如”来调整报告时间 /150
- 06 解说型金字塔结构：说服疑虑较深的对象的高级技巧 /154
- 07 报告材料要做到“一页传达一条信息” /158

01 逻辑思维：它不等于只是会逻辑的 思维方式

PART

1

什么是逻辑思维

本章目标

掌握逻辑思维的定义及用处。

本章要点

逻辑思维是一种思考方式，指的是通过客观分析，使思路条理清晰。善于逻辑思维的人总是能给出令人信服的主张、结论与说服理由；而不善于逻辑思维的人，其言辞支离破碎，缺乏一贯性。

说话有逻辑性，能将信息准确地传达给对方，使交流变得更加顺畅；随着交涉能力、说服能力与陈述能力的提高，逐渐养成自行思考的习惯。缺乏逻辑思维或逻辑思维不充分，会带来很多麻烦。

POINT 逻辑思维是一种思维方式，指的是通过客观分析，使思路条理清晰。当下，公司部门之间、公司与公司之间的合作越来越多，所以，学会能让人信服的逻辑思维方式也就越来越重要。

01 / 条理清晰、毫无矛盾才是有逻辑的思维方式

❶ 思路太主观或太跳跃都不可取

在思考什么是逻辑思维的时候，搞明白哪些情况不算逻辑思维大概更容易做到。人们在形容这一状态时会用到“权宜的”“支离破碎”“拍脑门”“看不清思路”“道理不通”等等。

所谓逻辑思维，用一句话来概括就是“思考时条理明确、客观，内容毫无矛盾”。所谓客观，指的是人人都能接受，无法否定。如果只有一部分人能接受，则叫作主观。

逻辑性，指的是思路条理分明、毫无矛盾

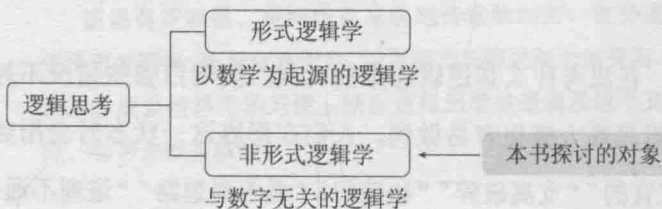


POINT

- 条理是连续贯通、毫无矛盾地串在一起的
- 思路是具有客观性（所有人都能认同）的

逻辑思考的构成

“形式逻辑学”与“非形式逻辑学”



现在需要人们使用“非形式逻辑学”的领域有
思考、交涉、交流、说服、陈述、演讲等等

此外，思路若在中途突然发生跳跃，无法连成一条线，也不具备逻辑性。也就是说，逻辑思维必须具备连续性。

无法提出明确的结论或主张的思路，同样谈不上有逻辑性。比如，在提出“应该推进看护高龄人群的新事业”这一主张时，要是无法明确回答“现在为何要推进这项事业”，整个思路就不算具备逻辑性。

此外，要想让所有人都能把握住你的思考脉络，你还必须保证思考的客观性。

● 为什么现在要重视逻辑思维

逻辑思维向来都是很重要的，只是在当下这个时代，其重要性比以往更加突出，原因就在于工作中的对外交涉增加了。

以前，工作多数只会涉及有限的人际关系。由于相互间知根知底，即便思考不那么具有逻辑性也能推进工作。

然而，如今公司的部门与部门之间，或公司与公司之间的对外交涉正在急速增长，若是不采用逻辑思维，工作就无法顺利地进行下去。因此，人人都需要通过逻辑思维来提高自己的沟通能力。

需要指出的是，逻辑学有“形式逻辑学”和“非形式