

Quantum Creativity

量子创造力

[美] 阿米特·哥斯瓦米 著
(Amit Goswami)
杨 桓 译

重庆出版集团 重庆出版社

量子思维，富于创造力

THINK QUANTUM, BE CREATIVE



科学可以这样看丛书

量子物理学诠释创造力的激发

创造力是人类与生俱来的权利，与天才无关
跨界杰作，门外汉都能读懂的世界科学名著

退休的物理学家阿米特·哥斯瓦米博士为读者解释什么是量子物理学……并用量子物理学的脉络思考人们如何富有创造力。

——格雷迪·哈普，医学博士，美国著名书评家

科学可以这样看丛书

QUANTUM CREATIVITY

量子创造力

量子思维,富于创造力

[美]阿米特·哥斯瓦米(Amit Goswami) 著

杨 恒 译



为未来科学和发现而著

量子力学探索创造力思维

创造力并不局限于天才,人人都有潜在创造力

重庆出版集团  重庆出版社

QUANTUM CREATIVITY

Copyright © 2014 by Amit Goswami

Originally published in 2014 by Hay House Inc. USA

Simplified Chinese edition copyright © 2017 Chongqing Publishing House Co., Ltd.

All rights reserved

版贸核渝字(2015)第 189 号

图书在版编目(CIP)数据

量子创造力 / (美)阿米特·哥斯瓦米著;杨恒译. —重庆:重庆出版社,2017.9

(科学可以这样看丛书 / 冯建华主编)

书名原文:QUANTUM CREATIVITY

ISBN 978-7-229-12302-4

I. ①量… II. ①阿… ②杨… III. ①量子—研究 ①04

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 128102 号

量子创造力

QUANTUM CREATIVITY

[美]阿米特·哥斯瓦米(Amit Goswami) 著 杨 恒 译

责任编辑:连 果

责任校对:朱彦谚

封面设计:博引传媒·何华成



重庆出版集团 出版
重庆出版社

重庆市南岸区南滨路 162 号 1 幢 邮政编码:400061 <http://www.cqph.com>

重庆出版集团艺术设计有限公司制版

重庆长虹印务有限公司印刷

重庆出版集团图书发行有限公司发行

E-MAIL: fxchu@cqph.com 邮购电话:023-61520646

全国新华书店经销

开本:710mm×1 000mm 1/16 印张:14.5 字数:237 千

2017 年 9 月第 1 版 2017 年 9 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-229-12302-4

定价:39.80 元

如有印装质量问题,请向本集团图书发行有限公司调换;023-61520678

版权所有 侵权必究

量子创造力为何物？

创造力是意识的生命线，

量子物理学诠释创造力激发本质！

在这部认知量子创造力的本质，拓展和提升人类思维潜能的著作中，美国理论物理学家、意识科学新范式的先驱阿米特·哥斯瓦米（Amit Goswami）博士，通过量子物理学的透镜，探讨人类创造力的世界——这个世界是人类快乐和成就感的最终来源。另外，他还提供了一种独特的方式来培养和提高创造力。

根据量子物理学，现实发生在可能性和实际性这两个层面上。哥斯瓦米利用同样的二重性来探讨他提到的量子思维，量子思维主要集中在两个思维层面——实际性的有意识思维和可能性的潜意识思维。然后，他指出创造力的源泉存在于我们每个人身上。但什么是创造力？任何人都可以具有创造力吗？创造力包括哪些类型？通过探索，他提出了全新的指南，以帮助我们了解思维的力量从而进入创造力的世界。

《量子创造力》这本书将创造力的艺术与科学的客观性结合起来，这种新的思维方式是有经验数据支持的。另外，作者概括了如何利用我们固有的能力，以便更有创造性地生活。总之，哥斯瓦米教你如何利用量子思维，以使自己更有创造力。

创造力和人们平时所说的天才并无关系，与年龄更无关联，创造力是人类与生俱来的权利。当今的家庭、学校、社会，让我们不断失去创造力的火花。本书倡导我们通过量子物理学认识创造力，通过意识新范式激活创造力。我们应时刻准备着迎接创造力给我们带来的巨大挑战，并享受创造力给我们带来的无限快乐。

Advance Praise for *Quantum Creativity*

《量子创造力》一书的发行评语

一种新的意识观念正在出现，在这个观念中意识是无限的、永恒的、独立的。这一新观念对创造力产生的过程具有根本性的影响，正如物理学家阿米特·哥斯瓦米（Amit Goswami）博士在他的精彩著作《量子创造力》中所介绍的。在这个新观念中，单独的个体智慧让位于跨越过去、现在和将来的集体智慧。因此，创造力的来源和智慧的源泉是无限的。哥斯瓦米对何谓人类的本质所在，我们的未来可能取决于什么创作了一幅宏伟的蓝图。

——医学博士劳瑞·杜西（Larry Dossey），《一个想法：我们个人的想法如何成为更伟大意识的一部分以及为何它很重要》（*One Mind: How Our Individual Mind Is Part of a Greater Consciousness and Why It Matters*）一书作者

阿米特·哥斯瓦米博士的作品像他的孟加拉祖先一样充满智慧、聪明、幽默和精神洞察力——像伟大物理学家贾格迪什·钱德拉·博斯（Jagadish Chandra Bose）、伟大诗人罗宾德拉纳特·泰戈尔（Rabindranath Tagore）和神秘主义者斯瓦米·维韦卡南达（Swami Vivekananda）一样具有伟大的思想。哥斯瓦米博士从量子物理学家转变为人类的激励和精神导师（作家）需要相当大的勇气。

——弗雷德·阿兰·沃尔夫（Fred Alan Wolf），量子物理学博士，
《时间循环和空间扭曲：上帝如何创造了宇宙》（*Time Loops and Space Twists: How God Created the Universe*）一书作者

为了到达你不知道的世界，你必须通过一条无知的道路。

——T. S. 艾略特（T. S. Eliot），
英国诗人、剧作家和文学批评家，诗歌现代派运动领袖

《量子创造力》的书评

如果我告诉你，创造力的提高将给你生活带来极大乐趣，并会显著提高你的生活能力，你会怎样想呢？是真的，你可以得到任何你希望得到的东西。先不要喷，思考一分钟，然后听我给你解释。我的家人和朋友可能会说，“是，确实，你又在做梦了！”我希望我在做梦，我也希望以后做更多的梦，这样才能获得能够显现我想要的内在创造力的边界。不要相信我的话，这是作家、作者和老师阿米特·哥斯瓦米博士在他的新书《量子创造力》中说的：“如果你能学会进入这种因果力并学会显现它的信息，你就可以创造你想要的生活经历的方方面面。”

我并没有一开始就爱上这本书，但当我读到本书第二部分时，我被深深吸引了！哥斯瓦米博士分享了真实的故事、事实和人物的经历，这些人物都经历了巨大成功，这些成功看起来就像哥斯瓦米博士所说的创造力的量子时刻。你可以说他们与“上帝的恩典”相遇。下面是哥斯瓦米博士在本书中分享的非常有名的人物，旨在帮助我们理解量子创造力的重要性以及在我们日常生活中这些量子时刻发挥的作用：

诗人塞缪尔·泰勒·柯勒律治 (Samuel Taylor Coleridge) 和他的诗《忽必烈汗》(Kubla Khan)；

作曲家理查德·瓦格纳 (Richard Wagner) 和柴可夫斯基 (Tchaikovsky)；

数学家卡尔·弗里德里希·高斯 (Carl Friedrich Gauss)；

浪漫主义诗人 P. B. 雪莱 (P. B. Shelley)；

化学家德米特里·门捷列夫 (Dmitri Mendeleev) 的化学元素周期表的发现；

艺术家毕加索 (Picasso) 和米开朗基罗 (Michelangelo)；

缝纫机的发明者伊莱亚斯·豪 (Elias Howe) 的针孔。

哥斯瓦米博士与公众分享的一个重要信息对你来说就是想象在读书、写作、跳舞、游泳、画画、擦车或者任何激发你兴趣的事情中迷失自己。你进入涅槃状态，然后，突然间你一直困惑的问题的答案就会像很多砖一样撞向你。明白我说的意思了吗？

哥斯瓦米本人可能是浸泡在术语中的，但这本书的大部分内容读起来是令人兴奋的。他带你通过解构你的阿米特·哥斯瓦米条件化的格式塔图片，对问题作出反应，以期通过另一种方式看待这些问题。看看书中的图片（正文图4），你看到了什么——妻子、岳母还是两个人都有？

明白了！你也可以完成哥斯瓦米创造力的四个阶段以撕裂条件化程序，明白“剥猫皮（skin the cat，解决问题）”的方法不止一个。当你用哥斯瓦米的方法去解决生活中的问题——甚至是爱情中的问题时，都可以期待从未期待过的事情发生。是的，就是这样，甚至是浪漫。

祝你在丰富多彩的生活中充满爱、幸运和祝福！

（我发表这些评价不是为了经济补偿，而是因为我从海氏出版社收到这本书，应邀提出评审意见。这些评价完全是基于我的生活经历提出的。）

——克里斯汀·A. 沃（Christine A. Waugh），美国著名书评家

退休的物理学家阿米特·哥斯瓦米博士是意识科学新范式的先驱者，在他的重要著作《自我意识的宇宙》（*The Self-Aware Universe*）中，他解释了意识科学的观点，也通过阐明著名的观察者效应而解决了量子测量问题。《量子创造力》这本书的最初版本是为科学家们写的，而后才为大众群体出版修订本。它值得我们关注。

哥斯瓦米博士是一个很好的沟通者，他总能非常细心地使他的读者轻松理解什么是量子物理学。量子物理学是关于可能性的物理学。不仅仅是物质可能性，也是含义、感觉和直觉的可能性。你可以选择你经历的一切形成这种可能性，因此量子物理学是将你的生活理解成一连串选择，而它们本身是创造力的最终行为的一种方式。以此开始他探讨了用量子物理学

的脉络思考如何能够使我们在任何时候都具有创造力的方方面面：

量子创造力能够使我们解决不寻常的需要整体解决方案的问题，
如环境的降解问题；

量子创造力能够使我们探索生命和我们周围的世界的含义；

量子创造力能够教给我们一般的智力；

量子创造力迫使我们学会如何为真正的自由做准备；

量子创造力使我们的外在和内在生活融合在一起；

量子创造力是我们能够实现精神满足的源泉。

为了探索这个世界，正如哥斯瓦米博士建议的需要你自己读完整本书：书的内容就放在你面前，但是领会信息的意义却是一个非常私人的经历。高度推荐这本书。

——格雷迪·哈普 (Grady Harp)，医学博士，
美国著名书评家，退休外科医生，诗人

ALSO BY AMIT GOSWAMI PHD

The Self-Aware Universe

God Is Not Dead

The Quantum Doctor

Physics of the Soul

The Visionary Window

Creative Evolution

How Quantum Activism Can Save Civilization

阿米特·哥斯瓦米博士的其他著作

《自我意识的宇宙》

《上帝没有死》

《量子医生》

《灵魂物理学》

《幻想的窗口》

《创造进化》

《量子能动性如何拯救文明》

序 言

十年前，我以量子物理学（quantum physics）为基础，总结了人类对现实认知的探索，撰写了《量子创造力》（*Quantum Creativity*）（第1版）并出版。当时写作的目标阅读人群是学者们（科学家们），目的是将创造力探索中的量子思维介绍给学术研究人员。本书为《量子创造力》（第2版），本书以十年前的早期版本为基础，因此书名未曾改变而得到保留，但这一版本同时兼顾了对创造力感兴趣的学者与外行人，其中包括以一种全新的方式来描述我们的生活经历。通过认识到我们在这个以意识为基础的创造性宇宙中扮演的角色，当我们星球上的生命受到威胁时，我们就可以调整自己与意识进化相同步。

我成年后第一次关于创造力的经历发生在我从印度到俄亥俄州（Ohio）克利夫兰（Cleveland）的凯斯西储大学（Case Western Reserve University）一年以后，我当时的身份是一名理论物理学青年教师和博士后研究生。我正在努力研究一种新的关于原子核的互动现象，但一直没有取得任何进展。那天，我和我的导师激烈地讨论这个问题，他指出了我研究中非常严重的漏洞。即使我对自己的研究是带有偏向的，但这时我也不得不承认它的问题。我非常沮丧，回到了蛇穴（Snakepit），学校的地下室自助餐厅，当时我几乎准备完全放弃自己的研究。就在此时，解决方案突然非常清晰地出现在我脑海里，我知道方案是正确的。我赶紧跑到楼上找我的导师，他也立刻意识到它的价值。我还记得当时我在非常兴奋的氛围里度过了我下午的其余时间。

在那次事件之后，我继续我的核物理研究达到十年以上，解决了很多

问题，并写了不少科学论文，但后来再也没有出现过那一天的快乐情景了，它似乎一直在躲避着我。渐渐地，我变得有点愤世嫉俗。我认为科学研究是有创造力的，但创造不一定是快乐的，这个看法和我的同事们是一样的。感受到这种喜悦的人可能是在夸大其辞；我自己难忘的经历也许是因为一个初学者天真的快乐。我开始相信创造性工作带来的只有成熟的满足感，就像每次我成功地解决了一个看似棘手的问题，或者写下一篇使我的研究更进一步的论文时感受到的。

在尔后的一段时间，我的生活发生了重大变故，包括离婚和申请一项研究基金的失败，接下来我再婚并决定离开核物理学领域。我写了一本关于基础物理学的教科书，然后是一本探讨科幻小说中物理学的书。在某种程度上来说，我将我的研究领域变为解释量子力学（Quantum mechanics）。

量子力学是 20 世纪物理学的新范式（Paradigm），它取代了艾萨克·牛顿（Isaac Newton）爵士的“经典”物理学，主要用于计算微观物体（如原子、原子核和基本粒子）的运动，但实际上，量子力学适用于所有的物质对象。在物理学中，“量子（Quantum）”这个词的意思是一个离散的量，例如，能量的量子是一个不可分割的能量束。

量子力学出现于 20 世纪 20 年代，从此，这一新的物理学已经威胁到以一切存在都是由物质构成的（任何看起来非物质的现象都是虚幻的）为基础的科学的科学世界观。但当我们在坚持这种严格的唯物主义的情况下，试图解释量子现象时，我们会受到悖论（Paradox）的阻挠。而这些悖论正是我下定决心要解决的。

经过开始几年的兢兢业业和屡犯错误，在一个晚上，我与一位朋友讨论时，我突然意识到解决量子悖论的唯一方式是完全脱离当前的唯物主义范式，因为量子力学已经对它造成了不可挽回的破坏。意识非物质才是一切存在的真正基础，这个想法将导致科学复兴，使其有能力超越它以前的局限性而进入令人兴奋的新领域。我还注意到，这个发现使我充满了我曾蛇穴自助餐厅经历的同样强烈的喜悦。

当我将这一新的以意识为基础的科学范式具体化后，我意识到发展一个适用于创造力的方法，一个激发每个人创造力的方法是非常重要的。创造力（Creativity）——像爱、喜悦、内心的平和，以及其他许多无形的东西使生活变得更有意义，而这些被唯物主义者怀疑为一种现象，根据他们的想法，发生的一切都与过去因果相关，没有真正全新的可能。我个人的经历已经告诉我不是这样，所以我愿意迎接挑战，推动唯物主义超越其极限。

很快，我和我的同事诺拉·科恩（Nora Cohen）在俄勒冈大学（University of Oregon，我工作的地方）建立了一个创造力研究小组，并开始定期召开会议。不久后，一位行为心理学家肖恩·博尔斯（Shawn Boles）和一位人类学家理查德·钱尼（Richard Cheney）也加入了我们的小组。我和诺拉、肖恩还有理查德形成一个紧密的团队，并在我们同意共同写一本关于创造力的书之后得到进一步加强。虽然这本书从未完成过（因为我们在方法学上的差异太大而找不到共同基础），但是我从合作中获得了大量现存的关于创造力现象的理论和数据。

我和肖恩对关于创造力的一个非常重要的方面达成了一致意见，即对不同的数据进行处理和分类。我们都认为创造性工作必须分为两个基本类别：一个类别是解决问题（类似于技术发明），另一个类别包括发现更深的真理。许多关于创造力的研究出现差异，是因为我们只把精力集中到两个不同类别中的一个上面。后来我也认识到精神成长是“内在的（inner）”创造力，与艺术和科学领域的创造力形成对比，那是“外在的（outer）”创造力。

同时，诺拉组织了两次关于创造力理论的研究会议。在那里我遇到了很多致力于创造力研究的拥护者并见证了他们之间存在的高度差异。然而，这些不同的想法发展成为一个整体需要等待新的、以意识为基础的范式的进一步发展。我通过努力，出版了一本名为《自我意识的宇宙》（*The Self-Aware Universe*）的著作，我终于可以在我们思考创造力的不同方式和如何利用它的科学研究上得心应手，无论是个人的还是社会的。本书就是

那项工作的结果。

当我们认识到意识 (consciousness) 作为宇宙中心主题 (as the central theme of the universe) 的时候, 创造力是我们意识的生命线这一点逐渐变得清晰起来。然后, 我们开始看到每一个不同类型的创造力在拥抱我们的潜能中发挥着作用。是的, 我们清楚地看到, 创造力并不局限于天才; 我们都有潜在的创造力, 不管年龄多大。

传统上, 西方国家喜欢外在创造力胜过内在创造力, 而东方国家更偏爱内在创造力。过去的社会可能低估了发明作为一种实现社会变革途径的作用; 但当今社会, 以消费者为导向, 过多地强调了发明。这种两极分化使我们不可能实现我们的潜能, 更不用说这些获得创造力的个人方法不足以完成 21 世纪的任务。所以这本书的主题, 作为最后的总结, 是融合不同和弦的创造力之歌。当我们唱这首关于创造力的歌时, 不同的和弦对应着不同的努力, 然后我们个人的声音成为了包括一切的多元宇宙的一部分。

除了前面提到的那些学人在我的研究中发挥了重要作用, 另外我很感谢保罗·雷 (Paul Ray)、霍华德·格鲁伯 (Howard Gruber)、凯西·朱丽恩 (Kathy Juline)、罗伯特·汤普金斯 (Robert Tompkins)、肖恩·博尔斯 (Shawn Boles)、吉恩·伯恩斯 (Jean Burns) 和利贾·丹特斯 (Ligia Dantes) 对我手稿的仔细阅读。也感谢安·斯特林 (Ann Sterling)、迈克尔·福克斯 (Michael Fox) 和安娜·圣克莱尔 (Anna St. Clair) 非常有帮助的建议。玛吉·弗瑞 (Maggie Free) 在编辑方面提供的帮助非常重要, 除了一首之外, 所有每章结尾部分的诗都是我们共同合作的结果。对唐·安布罗斯 (Don Ambrose)、乔·焦韦 (Joe Giove) 和南·罗伯逊 (Nan Robertson) 在图片方面给予我的帮助表示感谢。

我还想感谢理·斯图尔特 (Ri Stuart), 正是我们的交谈促使我萌生了对一些正统观念的修订。我特别感谢蕾妮·斯莱德 (Renee Slade) 对我手稿通篇的初步编辑和提出的许多非常有用的改进建议。感谢我的妻子乌玛 (Uma) 为我的内在创造力不断努力所做的持续贡献。我特别感谢彼得·古扎尔迪 (Peter Guzzardi) 在编辑方面做的明智决定。我感谢海氏出版社

(Hay House) 的帕蒂·吉夫特 (Patty Gift) 对我工作的认同以及她在出版方面的明智决策, 另外还要感谢海氏出版社的制作人员, 没有他们的细心合作, 这本新书就不会最终出版。



目录

1 □ 序言

1 □ 第一部分 理解人类创造力的步骤

3 □ 1 存在人类创造力的科学吗？

7 □ 2 人类的创造力和不同的世界观

13 □ 3 这是创造力攀登之峰：量子

34 □ 4 心智的含义

44 □ 5 价值观从哪里来？

59 □ 第二部分 创造性过程

61 □ 6 创造性过程的四个阶段

65 □ 7 创造性洞察力是量子跃迁吗？

71 □ 8 无意识过程的证据

81 □ 9 痛苦，啊哈和狂喜

97 □ 第三部分 每个人都可以有创造力吗？

99 □ 10 创造动机是来自无意识的驱动？

104 □ 11 与创造性宇宙和它的目的保持一致

113 □ 12 创造特质来自于哪里？

119 □ 13 创造力与转世

125 □ 第四部分 旧的创造性领域的新范式

127 □ 14 创造性领域的新科学有多酷?

136 □ 15 复兴艺术

144 □ 16 一个人如何在企业里具有创造性?

156 □ 17 走向创造性社会

163 □ 第五部分 精神创造力

165 □ 18 内在创造力:一个新范式

175 □ 19 自我实现

182 □ 20 什么是开悟?

187 □ 第六部分 让创造力成为你生活的中心

189 □ 21 练习、练习、再练习

203 □ 22 当简遇到奎师那:创造性的相遇

Part I

Steps to Understanding Human Creativity

第一部分

理解人类创造力的步骤