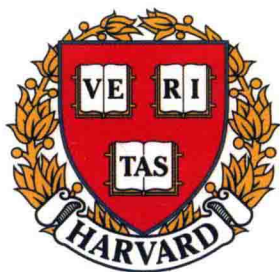


Harvard



哈佛 逻辑思维课

拆掉思维的墙！做知识焦虑时代的明白人！

陈赞◎著



中国商业出版社

哈佛逻辑思维课

Harvard logic thinking

陈赞◎著

中国商业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

哈佛逻辑思维课 / 陈赞著 . -- 北京 : 中国商业出版社 ,

2017.11

ISBN 978-7-5044-9851-9

I . ①哈… II . ①陈… III . ①逻辑思维—思维训练—
通俗读物 IV . ①B80-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 082182 号

责任编辑: 姜丽君

中国商业出版社出版发行

(100053 北京广安门内报国寺1 号)

010-63180647 www.c-cbook.com

新华书店总店北京发行所经销

三河市三佳印刷装订有限公司印刷

*

710 × 1000毫米 1/16开 16印张 250 千字

2018年1月第1版 2018年1月第1次印刷

定价: 39.80元

* * * *

(如有印装质量问题可更换)

写在前面的话

创立于 1636 年的哈佛大学，培养了 8 位美国总统、40 多位诺贝尔奖得主和 32 位普利策奖获奖者，以及众多享誉世界的杰出人才和财富精英。凭借在文学、医学、法学、商学等多个领域崇高的学术地位及广泛的影响力，哈佛大学被公认为当今世界最顶尖的高等教育机构之一。

哈佛大学的校训是，“让柏拉图与你为友，让亚里士多德与你为友，更要与真理为友。”对此，哈佛大学荣誉博士索尔仁尼琴说：“对真理的追求必须全神贯注，稍有疏忽即易迷失；而且，‘真理’通常无可避免地会惹人不悦。”

事实上，真理也并不是用来令人愉悦的，甚至让人陷入苦恼，因为它常常意味着与习惯的生活轨迹或统治方式不合。毫无疑问，哈佛大学及其校友在追寻真理的道路上走得很远。在校期间，哈佛学子不仅广泛学习知识，更完成了奠定一生成功资本的思维训练。而这种训练是对真理的追求，是探究事物真相的生存技能。

单凭知识、技术在过去社会环境相当稳定的时代就可以应付一切了。可是，当外界环境如此多变，每个人所需要的思考与应变能力远超想象，这个时代需要的不仅是新鲜的知识和技术，更重要的是高效的逻辑思维能力。

在复杂的世界中，如何摆脱无处不在的思想操控？如何避免惯性失



误？如何充分发挥潜意识的积极力量？如何引爆心理情绪影响他人？如何看清谁在说谎？如何走出自欺的陷阱？如何避免宗教式洗脑？如何从逻辑推理游戏中得到灵感？如何掌握催眠式说服技巧？如何重建自由思考的能力？

本书详细阐述了哈佛大学的超常思维及其运用方法，其中既有深入浅出的经典案例分析，也有具体的行动建议，帮助读者真正提高逻辑思维能力，有效掌握事实真相。

美国哈佛商学院院长麦克阿瑟说：“哈佛商学院的学生更应了解‘潜能学’，安东尼·罗宾的著作应是学生必修课外的一门必修课。”罗宾的“潜能学”认为：成功者的特质，仿佛是内心中燃烧的火焰，驱使他们去追求成功。

事实上，每个人身上都有获得巨大成功的潜能，而阻挡你梦想成真的障碍是错误的思维习惯与逻辑分析能力，最终对眼前的人和事失去了正确的认知。本书彻底颠覆你的思维方式，帮你在家、职场、社交、谈判、管理中获得真相，进而采取正确的行动，成为人生赢家。

| 目录 |

序言

写在前面的话 // 001

Chapter 01 思想操控——生活中的洗脑术无孔不入

许多人有过这样的经历：无意之中被别人的话蛊惑，最后陷入圈套。虽然你告诫自己一定保持大脑清醒，但是仍然事与愿违。生活中的洗脑术大多是一种思想操控，令人防不胜防。

那些被精神绑架的人 // 003

愚民政策：荒唐的思想控制史 // 006

中情局炮制“蓝鸟计划” // 008

监狱如何审讯恐怖分子 // 011

臭名昭著的传销洗脑 // 014

骗子的忽悠伎俩为何屡屡得逞 // 017

你是否经历过催眠式销售 // 020

品牌营销：广告=美妙陷阱？ // 023



Chapter 02 惯性失误——为什么聪明人也会做傻事

聪明反被聪明误，这样的情形屡见不鲜。有的人一直带着智慧的光环，却犯了极其愚蠢的错误而马失前蹄。聪明人也会做傻事，这是惯性失误导致的决策偏差。

请牢记，冲动是魔鬼 // 029

错误不断，该反省一下了 // 032

你的视角永远存在偏见 // 035

仓促下结论，往往大错特错 // 038

别抱着似是而非的证据不放 // 041

分类看世界导致思维狭隘 // 044

只见树木，不见森林 // 047

Chapter 03 潜意识的力量——心理暗示唤醒沉睡的记忆

你所做的一切，背后似乎都有一个很好的理由。这种控制个体行为的力量，就是“潜意识”。借助心理暗示影响他人，将赋予你控制和看穿对方的能力。

直觉可能更靠谱 // 053

如何让青春永驻 // 056

神奇的“脑补”现象 // 059

偏见是如何产生的 // 062

自我暗示的强大力量 // 065

消极状态下的消极人生 // 068

深入梦境揭示真相 // 071

Chapter 04 引爆心理情绪——成功驾驭人心的秘密

不同于认知或意志，情绪是一种精神上的情感，是主观意识的经验。它盘踞在体内，操控了每个人的喜怒哀乐，支配着人们做出种种怪异、不可理喻的非理性举动。

谁在利用公众情绪 // 077

对权威的敬畏催生无数专家 // 080

理性决策需要好的情绪状态 // 083

激将法最能请君入瓮 // 086

善于满足大家的心理预期 // 089

把怨恨留在身后 // 092

事情不是你想象的那样 // 094

改变情绪，消除心魔 // 097

Chapter 05 说谎的悖论——掩盖真相是一门技术活

每个人都说过谎话，不管是恶意的欺骗，还是善意的谎言。会说谎的人表现出一幅云淡风轻的样子，似乎掌握了一项生存技能。而不会说谎的人脸红心跳，很难骗过他人。

有时候说谎是一种需要 // 103

说谎中的骗术揭密 // 106

为什么诚实人也说谎 // 109

先解除你的戒备心理 // 112

谎言都有特定的交谈措辞 // 115

说话方式隐藏真正意图 // 118



眉毛会泄露心情的变化 // 121

搜集欺骗证据，让真相说话 // 124

Chapter 06 自欺的陷阱——我们为什么要骗自己

与其说骗子太可恶，不如说有的人甘愿受骗。为了遥不可及的目标，为了满足心理预期，你是否经常骗自己？显然，只有正视现实并勇敢行动的人，才能逃离自欺的陷阱。

自欺的开始：不愿正视现实 // 129

不靠谱的“第一眼”效应 // 132

你在迷信“成功导师”吗 // 135

被偏见扭曲的真相 // 138

名利在时刻左右我们的判断 // 147

理智为何总是被情感打败 // 143

编剧都是骗子，观众都是傻子 // 146

选择逃避就看不到未来 // 149

Chapter 07 宗教式洗脑——通过为人造梦实现心灵控制

最高级别的洗脑，是灌输给人们一种强烈的信仰，让受众变成信仰的追随者。构建一种信仰，为别人造梦，是最厉害的心灵控制。

信仰让人生变得更有力量 // 155

谁在向你灌输价值观 // 158

个人崇拜是如何建立的 // 161

观念：让习惯成为本能 // 164

通过催眠进入他人的心灵 // 167

听话的员工才是好员工 // 169

不想当将军的厨子不是好司机 // 172

别人都喜欢的就是好东西吗 // 176

Chapter 08 逻辑推理游戏——侦探专家还原犯罪现场

提到“推理”，几乎每个人都会想到大名鼎鼎的福尔摩斯。然而，真实的逻辑推理并非神秘莫测，更多情况下是根据几个已知的条件，经过层层推理，最后还原真相。从根本上说，推理是对人类思维研究和利用的过程。

谁安装了窃听器 // 181

雪中的作案证据 // 184

意外死亡还是蓄意谋杀 // 187

流传至今的叩诊法 // 190

惊心动魄的照片复仇 // 192

掉进陷阱的养蜂人 // 195

半夜传来的敲门声 // 197

三百美元的启示 // 200

Chapter 09 话语攻心术——不可思议的催眠式说服技巧

有逻辑地说服他人，必须设计好说话路线图，把话说到对方心里去。让对方产生强烈的心理共鸣，才能令其无条件地相信你。



- 基于共识做好说服力演讲 // 205
- 设计好说话的路线图 // 208
- 聊天时，每个人都想聊自己 // 210
- 以“暗示”代替“直言” // 212
- 给予诱人的承诺，令其让步 // 214
- 恰如其分地表达弦外之音 // 216
- 先赞美后批评，更能让人接受 // 218
- 在权力最大时说出条件 // 220

Chapter 10 头脑风暴——重建自由思考的能力

时代与科技日新月异，改变了人们的思维方式。各种理念层出不穷，所谓的智者也难免陷入思维的怪圈。面对千篇一律的答案，不知思考为何物，说明你真的需要重建自由思考的能力了。

- 理性思维未必总是好 // 225
- 换位思考，重新理解这个世界 // 228
- 抛弃头脑中固有的偏见 // 230
- 利用逆向思维考虑并解决问题 // 232
- 改变消极的思维模式 // 234
- 自我纠正让你变得更强大 // 237
- 勇敢打开紧锁的心门 // 239
- 你的生活是由你的思想造成的 // 241
- 事情不是你想象的那样 // 244

Chapter 01 思想操控

生活中的洗脑术无孔不入

许多人有过这样的经历：无意之中被别人的话蛊惑，最后陷入圈套。虽然你告诫自己一定保持头脑清醒，但是仍然事与愿违。生活中的洗脑术大多是一种思想操控，令人防不胜防。



那些被精神绑架的人

生活中经常看到这样的画面：一个不喜欢狗的人做出了正常举动，却被爱狗人士一顿训导；你和同事一起逛街，对方追求时尚、品牌，滔滔不绝地兜售穿衣经，最后你竟然鬼使神差地买了一大堆衣服，却完全不符合自己的穿衣品位。

人们习惯把自己的喜好、见解强加给他人，而不注重对方的感受，似乎成了一种常态。说到底，这就是典型的精神绑架。

具体来说，精神绑架就是在面对一个人或者一件事时，因为个体的独特性，每个人都会有自己独特的态度、看法和处理方式，却遭到强势者的围攻。后者站在道德立场的制高点或者凭借优越的精神价值观，对异己思想进行排外和打压，扭曲他人的意志，令其不得不低头改变初衷，彻底屈服，甚至违心地表示服从。

有时候，精神绑架比物质利益上的绑架更加令人感到痛苦和压抑，因为这不是物质上一时的占有，而是对一个人的精神层面进行污蔑和蔑视，是对整个人的彻底否定。

法国电影《超级女特工》有一个充满人性化的“48 小时后招供”。如果特工被捕，至少要等到 48 小时后可以招供，这样便于组织有充分的时间转移，确保大部队安全。

美丽的法国特工苏菲不幸被纳粹党逮捕，纳粹党卫军为了让她说出秘密，对其进行了惨绝人寰的酷刑。苏菲受尽折磨，尿液不能自控地流下来，指甲也被纳粹党卫军用钳子活生生地拔掉了。

事实上，苏菲被捕之前，上司皮埃尔早就被抓了。他虽然受尽折磨，



但是一直没有招供。后来，看到姐姐路易斯也被抓进来，被折磨得死去活来，皮埃尔不得已将盟军的情报供出来。由此可见，善良的人性抵挡不住残暴的伤害。

在战争中，绝大多数人是弱者，在无力对抗的情况下，招供是不可避免的。“48小时后招供”是非常人性化的，符合公平规则。但是在大多数国家，人们经常把特工的招供看做是叛变行为。在他们眼中，即使受尽酷刑也不应该屈服，必须咬牙坚持。这也是一种毫无人性的精神绑架。

很多人可能指责“48小时后招供”的原则，但是如果把这些义愤填膺的人放在酷刑中，受尽折磨，他们很快会改变看法。当善良的人性对抗残暴的伤害时，很多人会放弃精神绑架，选择回归人性。

耶稣曾经质问一群拿着石头伤害妓女的人，如果你们中间谁认为自己是无罪的，就可以继续暴力活动。结果，没有一个再拿石头朝妓女扔去。最后，大家都低着头走出了大门。

哈耶克说过：“人类最深重的灾难，都是由好人以最正义的名义施行的。”这个世界上，每个人都极力证明着自己是好人，试图用自己的观点去俘虏大多数人，以此来显示自己的才干、魅力。如果有人不服从，他就会时不时地灌输个人意识和价值观，直到大家彻底缴械投降。长此以往，人们在潜意识的作用下就会忽视掉自己真正的需求，掉进精神绑架的藩篱。即便有人警醒，但是大多数人早已成了他人的代言者，变成了他人的俘虏。

精神绑架和道德绑架是一对双胞胎，它们时不时得让人喘不过气来，被迫陷入万劫不复之地。既然精神绑架的危害如此大，生活中应该如何避免被他人精神操控呢？

第一，做最真实的自己。对于任何事情要有自己的观点，不要盲目相信那些非人性的蛊惑。独立精神是一个人区别于他人的最重要品质，不要轻易地见风使舵。

第二，对自己的生命负责。在社会上，守法、自治、正派、文明、合作，维护自己的尊严和自由，就能有效远离外界的蛊惑。

第三，批判地对待他人的意见。对于别人的建议，如果符合本意可以接受，如果不喜欢则选择回避，尽量少接触那些乐意蛊惑别人的宣传者。

做好自己，成为一个有独立精神和人格的人，就能减少被精神绑架的机会。一方面，自己要成为一个有见地的人；同时，遇事要不慌乱，学会作出科学判断。时刻反思自己，做一个理性、有尊严和有道德感的文明人，反对一切违背人性的暴力，就能实现有效的自我管理，学会与他人正常合作，而非遭遇精神绑架。



愚民政策：荒唐的思想控制史

在人类历史上，统治者使用各种手段愚弄民众，让大家生活在浑浑噩噩之中，面对压迫和暴力不知道反抗，这就是“愚民政策”。

有的国家为了称霸世界，对国民施行精神和身体上的控制。在国内，大多数人对外部世界一无所知。在他们的意识中，自己的国家是最厉害的，其它国家都是遥远而蒙昧的。在愚民政策的影响下，统治者很容易对大多数民众实施思想操控。

2011年5月9日晚上，加纳首都阿克拉中心体育场发生了一起令人毛骨悚然的踩踏事件。当天，5万多名球迷从世界各地赶来观看加纳橡叶心与库马什—阿桑德—库托科这两支劲旅的比赛。

比赛激烈万分，赛场下两支球队的球迷也如同装满了弹药的火桶一样，整个体育场弥漫着疯狂的气味。随后，球迷开始动用武力来展示己方球队的威武。他们疯狂地撕扯着塑料座椅，很快互相厮打起来。为了控制局面，警察将体育馆的大门全部关闭，朝疯狂的球迷发射催泪瓦斯。

顿时，场面失去了控制，球迷变得惊慌失措。他们朝球场的门口拥过去，发现大门早已经锁上了。但是，后面的球迷并不知情，仍然疯了一样朝前面挤。大门前的球迷很快就跌倒了，但是后面的人根本收不住脚步。结果，无数球迷被挤倒在地，又有无数人踩过去。

等到场面被控制下来的时候，展现在人们面前的是几十米长血肉模糊的肉体，呻吟声充斥了体育场的上空，眼前的情景惨不忍睹。

人们不禁反思，是什么原因让球迷如此狂热，这仅仅归于足球的魅力吗？当然，这和警察处理方式不当有紧密联系，但是首要原因在于球迷对足球的过分狂热。一项有益的体育运动引发关注是正常的，但是过