

全脑超能学习风暴系列⑦

黄金
珍藏版

全脑超能

高效超能学习策略

WHOLE BRAIN

100%提高考试成绩

分析力

哈佛大学博士后
全脑学习创始人
中国首位教育大使

王华斌教授 著



陕西师范大学出版社

全脑超能

高效超能学习策略

WHOLE BRAIN

100%提高考试成绩

分析力

哈佛大学博士后
全脑学习创始人
中国首位教育大使

王华斌教授 著



陕西师范大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

全脑超能学习风暴/王华斌著. —西安:陕西师范大学出版社,
2005.6

ISBN 7-5613-3442-7

I.全… II.王… III.学习方法 IV.G791

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 050723 号

图书代号: SK5N0795

作 者:王华斌 **责任编辑:**周 宏

装帧设计:马红胜

出版发行:陕西师范大学出版社

(西安市陕西师大 120 信箱)

邮编:710062)

印 刷:北京普瑞德印刷厂

开 本:880×1230mm 1/32

印 张:9

字 数:200 千

版 次:2005 年 9 月第一版

印 次:2005 年 9 月第一次印刷

ISBN 7-5613-3442-7/C·2293

定 价:180.00 元(共 9 册)

序言 1 学习一定有方法

当你背起书包去上学的时候，你是否垂头丧气，没有一点精神？当你拿起书本背课文的时候，你是否感到字字艰涩，念不下去？当你做数学作业的时候，你是否觉得没有一点头绪，无从下手？……

此时，你肯定会报怨自己太笨，不是学习的好材料，自己生来就不具备学习的天赋。然而，你并不明白那些智力超群的人并非天生就是如此，超群的智力来源于大脑对客观世界的反映，学习方法才是连接客观与主观最重要的途径。智力靠学习赢得，学习以方法为依托。任何一位伟人，他们都是善于学习、善于超越、善于创新的天才。卓越的学习方法让他们成为时代的卓越伟人，没有这些方法创造的成就，他们又能怎样、又是什么呢？

学习方法事实上决定了你的成绩，方法就是你征服未知的工具。伐木工人用斧头一上午只能砍一棵大树，但用电锯 10 分钟就完事了。如果你没有好的方法，即使你每天刻苦学习，你也不会取得好成绩。因此，你会经常看到那些整天抱着书本、戴着厚厚眼镜的人，一上考场常常被打得一败涂地。为什么？因为他们的学习方法不对。

只要你掌握了正确的学习方法，你就会发现学习是一件十分简单的事情，而且非常有趣。你害怕上学，主要是你害怕学习，说得更确切一些，那就是你不会学习，没有掌握好学习方法。

成功的学习，决不单纯是积累知识，而是在学习上的突破，因为，知识积累只是量变，而方法突破可以带来质的飞跃。著名教育专家王华斌教授就着重从以下几个方面来提高我们的学习能力：

怎样才能让你更加聪明智慧，在竞争激烈的学习中脱颖而出，稳操胜券？

怎样才能让你思维敏捷，充满想象和创造，机杼独出，出奇制胜？

怎样才能让你在知识大潮中，抓住有用的实质性的资讯，并储存在记忆中，可以尽情使用发挥？

怎样才能让你在学习中，运用最有效的手段获得最有效的效果，让学习更快、更好、更有效、更出色？

怎样才能让你在人生的考场中，尽情发挥知识能量，让大脑处于最佳运行状态，优越胜出？

.....

这套丛书为你提供了科学而有效的学习方法，从而飞速提高你的学习力。

只有学会学习的人，才能感受到学习的乐趣。只有在快乐中学习，我们才能学得更聪明。上帝总是奖赏那些走在别人前面的聪明的人——那就是未来的你。

不用再羡慕那些成绩优秀的学生，只要你掌握了全脑学习的方法，你也可以在学习上出类拔萃，你行的，而且你一定行的！

郑达军

于中央教育研究所

序言 2 走出哈佛

在 21 世纪这个知识经济时代,生命科学与自然科学、社会科学并称为三大科学,而学习方法也涉及到了大脑科学、心理学、教育学、生物学、成功学等一系列学科,尤其是反映出世界前沿科学成果。在这些方面,美国等西方发达国家一直是走在前面的。因此,如果要更好地为大众服务,就必须更好地吸收像美国这些发达国家的科研成果,所以,我决心再次出击,要去就去最好的地方做人、做事、读书、写作等,要干就要干好,这是我的原则。于是这一次我选择了世界第一学府——哈佛大学。

追求希望是人类永恒的主题,我同样也在一步步地追求着属于自己的美好希望。当我在西城区胡同的传达室里,接到美国哈佛大学的通知书时,心中顿时充满了喜悦之情。这不是因为我要去世界上最好的大学,也不是因为我要去度过新的生活,而是因为我要去进一步充实自己,以便将来更好地效力国民。那时候,办出国手续比现在难多了,可以说是一步一停留,步步不容易。1992 年岁末,我踏上了新大陆的土地……而我返回祖国时,已是新世纪之初了。

我在美国哈佛大学时,常去图书馆。哈佛有 100 多座图书馆,其中最大的是威德勒图书馆,那是全世界最大的大学图书馆,是由一位随“泰坦尼克号”沉入大西洋底的校友的母亲,为了纪念她的儿子威德勒捐赠给哈佛的。到校不久,有一次,我读书时间长了,暂时放松一下,就同邻座聊几句,没想到,左边的居然是一位来自英国的诗人、诺贝尔文学奖获得者,而且他就和我同在一个研究生院,我们都会意地

笑了笑；右边的是一位来自东京的日本教育家冈彬一教授。管理人员告诉我，全球首富的知识英雄比尔·盖茨曾在这里就是像我们现在这样读书的。不过他还没有毕业，就从这里走出去了，成为当今世界上最有影响力的人物之一，他的微软帝国视窗产品深入到了全球的每个角落。这里还走出了6位美国总统和30多位诺贝尔奖获得者等一大批“天才”人物。

我深切地感受到：这个美国之所以如此发达，是由于有如此多的人才聚集在这里。我们的祖国更需要人才，要想和世界接轨，就必须先要在人才教育方面接轨，否则这里接了轨，那里人家却早又进入了新的轨道了，我们只能老是落后于别的国家，形成恶性循环。现在已经不是金戈铁马，也不是船坚炮利，而是知识经济占主导地位的终生学习的时代了，人才是第一位的战略资源，培育人才是当务之急，而从根本上提高整体素质就必须要提高学习力——坚定不移地更好地帮助人们获得强大的学习力，这是时代向我们提出的重大课题和挑战，作为受祖国培养多年的赤子，我当责无旁贷！

在哈佛，我进一步研究中外学习方法与策略，并且开始着手研究更深层次的心灵智商，先后写出了一些文稿。我把自己的研究成果进一步付诸实践。我到了不远万里前来帮助中国的国际主义战士白求恩大夫的祖国加拿大，在那儿办学与讲学。现在大家看到的这本《全脑超能分析力》以及其他关于学习和幽漫学方面的书，就是那时候研究成果的一部分。我将陆续把其他的内容推出来。

诺贝尔化学奖得主李远哲听说我立志要建立“一所超越地域和国界的没有围墙的大学校”，终身从事民间教育时，他说科学的基础来自基层，科学要枝繁叶茂，对人才就必须要从根上浇水、施肥，因此这项工作意义重大，功在当代，利在千秋！他署名赠送代表清华精神

的《清华大学校歌》，希望清华精神能够影响千千万万热爱科学与知识的人们！

前几年出了一本书叫《学习的革命》，它强有力地冲击了人们传统的学习观念，解放了学习用脑的思想。但它并不是一本学习的教材，似乎难以直接应用，尤其是那里介绍的，绝大多数适合美国与新西兰等西方国家的实际情况，并不符合中国国情。现在有些人一旦见到外国的东西就拿来，这是致命的时髦病。并不是什么东西拿来都能用，都适合自己，由于教育体制根本不同，拿过来以后消化不了，还可能吃坏肚子。

所以，最重要的是要学习借鉴、扬长避短，开发出适合中国国情的智力产品。我既不同于一位纯粹的外国学者、专家与教授，也不同于纯粹的中国本土教育工作者，我力求找到一套兼顾中外、融会贯通、通俗易懂的学习方法，希望能够帮助学习者增效减负。从《超能学习法》，到《成功学习法》、《全脑超能学习风暴》，再到《全脑超能分析力》等全脑学习系列陆续出版，推广与培训工作在各地全面展开，人们给予了热情鼓励 and 大力支持。对本书你有任何建议，我们可以通过电子邮箱展开互动：hahuaguoji@sohu.com。

热忱致谢哈佛大学杰尔教授、伊丽莎白主任、清华大学博导和校长教学顾问朱育和教授、南开大学郭剑林教授，还有大力支持本书出版的王笑东先生。

王 华 斌

哈佛大学哈佛园 初稿

清华大学科技园 定稿

目 录

02 逻辑思维训练 第二版

05 逻辑思维训练 第三版

绪 论 全脑超能分析力

- 全脑分析/3
- 分析的力量/7
- 分析的方法/14

第一章 分析的枷锁

第一节 迷信权威/23

第二节 先入之见/27

第三节 轻率权括/30

051 逻辑思维训练 第四版

111 逻辑思维训练 第五版

第二章 分析力的基础

第一节 知识的动力/41

第二节 分析的眼睛/56

第三节 质疑的视角/70

第三章 抓住分析力

第一节 从小事开始/89

第二节 刀锋面对面/97

第三节 在分析中化解/101

第四章 神奇的分析魔法

第一节 简化法/121

第二节 列举法/128

第三节 辐射法/133

第四节 横纵法/139

第五节 比较法/144

第六节 回溯法/147

第七节 数理法/150

第八节 直觉法/158

第九节 推理法/169

第十节 预测法/177

第五章 分析力的飞跃

第一节 归纳分析法/197

第二节 假说分析法/207

第三节 求异分析法/220

第四节 整体综合法/226

第五节 同质和异化/233

第六节 分析无边界/236

第六章 分析力大检阅

第一节 走私黄金/257

第二节 哨兵的秘密/258

第三节 一个简单的谜/259

第四节 公寓问题/261

第五节 果酱/262

第六节 牧师的难题/266

第七节 时间游戏/267

第八节 取其精华/270

第九节 两城旅行/271

第十节 比萨斜塔/272

第十一节 秘密武器/273

第十二节 漂流的草帽/274

第十三节 沙漠之水/275

绪 论

全脑超能分析力

打开分析的大门，掌握
分析的方法，你会发现，分
析力无比神奇。



●全脑分析

当人们向爱迪生请教成功的经验时，他曾在纸上写下了这样一个公式：

科学的分析+理性的思考=意想不到的收获

看到这个公式，我们自然就会明白分析与思考对于一个人的成功将是多么重要，所有的问题只有经过分析才能得到解决，离开了分析，你注定将一事无成。既然要分析，自然就离不开大脑。下面我们先了解一下关于大脑的一些知识。

1981年，美国加州大学医学博士史贝里教授（Dr. Roger Sperry）的研究心得“左右脑分工”论文，荣获1981年度诺贝尔医学奖。他的脑科学研究成果，为多媒体教学研究开拓了宽广的思路，也衍生了许多和左、右脑分工有关的教学法。

史贝里教授的实验证明：人的左脑是抽象思维的中枢，而右脑是形象思维的中枢。美国心理学家奥斯汀（Dr. Ornstein）博士又根据他的研究成果发现：当人们的左右脑较弱的一边受到激励而与较强的一边合作时，会使大脑的总脑力效应增加5至10倍。



史贝里博士的研究说明,大脑是由左、右两半球组成,各司其职。左脑负责言语、阅读、书写、数学运算、推理、排列、分类、组织、因果、顺序等逻辑思维,属于硬性思考,偏重于概念性的抽象思维,适用于思维的实用化阶段;右脑,负责知觉物体的空间关系,与图像、旋律、颜色、感觉、想像、创意、动感、音感,属于软性思考,长于形象思维、构建灵感和直觉思维,吸收的容量比左脑的多上千百倍。

这些发现都在说明了长期以来我们的教育制度,是过度偏重左脑方面的发展的,诸如阅读、写作、计算、分析、逻辑等训练的教育方式。音乐、绘画、手工艺等科目被认为是没有价值的东西。即使有价值,也是一些在工商业社会中次要的科系。

然而,古今中外许多杰出的科学家、艺术家都是善于运用左、右脑的人。二十世纪最伟大的科学家爱因斯坦的脑袋不单只装满了数学和公式,酷爱演奏小提琴,年轻时更爱发白日梦。他告诉世人他的《广义相对论》来自一个想像自己乘着一束阳光到宇宙深处旅行的白日梦。实际上,他当时是用右脑塑造一个美丽的思想旅程,接着再用左脑(一副储满丰富科学知识理论与拥有高度逻辑思考力的大脑),去发展一套崭新的数学及物理理论,来解释他所见到的幻境。

通过这些,我们知道仅仅依靠左脑或者是右脑都是片面的,根本没有充分发挥大脑的潜能,只有左右脑协作才是科学的用脑方法,才更能发挥大脑的优势,提高我们分析问题的能力。全脑分析就是左右脑双管齐下,互相配合,平衡发展,发挥大脑潜能,最大限度地提高分析的能力。分析能力是人的能力中十分重要的能力,它包含着多方面



的因素,更多地体现为一种思维的过程,左右着思考的角度,影响着思考的进程。

现在人们都非常关注智商的高低,其实智商更多地体现为人的现实分析力水平。但是分析力不是天生的,无论多么伟大的人物,他的分析力都是从无到有,从低到高的。因为每个人的潜在分析力是无限的,或者说,人的分析力潜能是无限的。

脑的大小和智能相关,这是比较传统的看法,因为发现了很多“脑大而愚”以及“脑小而智”的例子,有研究指出,智能的高低和脑细胞的数目,及脑的大小并无正面相关,亦即头大未必聪明,头小也不一定愚笨。决定智力的,乃是脑细胞之间的相互联系,藉助生化电作用,组成一个电路。整个大脑,就是一个极度复杂的神经电路网络。假如我们可以充分发挥大脑的潜能,即是将一百多亿个脑细胞之间的相互联系全部打通,整个大脑网络的信道是一个极为庞大的数字,所以很多脑的研究者,都认识到人类目前,只运用了庞大脑力的很小一部分,大约百分之二到百分之四,有关人类大脑的庞大潜能,还有待开发。这也是未来人类最庞大的可运用资源。

如何开发人脑资源呢?首先我们要认识到,限制我们自己能量的,就是我们分析的模式和习惯,在日常生活中,我们有很多限制性分析方式,让我们陷入消耗能量的陷阱中,如何突破自己的盲点,这就是开发潜能的先决条件。其实失败的人和成功的人都是一样,都有同等能量的运作,只是失败的人使能量冲突打架,而成功的人使能量整合累积,这就是成功和失败之分别,但人类最大的敌人是自己,而