

普  
华  
文  
化

杰出  
青少年成长  
丛书

SHOUYI YISHENG DE NAOLI XUNLIANG

受益一生的  
**脑力训练**

王 薇◎编著

每一个孩子都有特殊的才能，给他们一个机会，他们就能够超越他人。——英国牛津大学天才儿童研究中心

无限的灵感智慧  
随叫随到

100个  
名人智慧故事  
+  
100个  
脑力训练游戏



人民邮电出版社

POSTS & TELECOM PRESS

杰出  
青少年成长  
丛书



受益一生的  
**脑力训练**

王薇◎编著



人民邮电出版社  
北京

## 图书在版编目 (CIP) 数据

受益一生的脑力训练 / 王薇编著. — 北京 : 人民  
邮电出版社, 2012. 9  
ISBN 978-7-115-29173-8

I. ①受… II. ①王… III. ①智力游戏—青年读物②  
智力游戏—少年读物 IV. ①G898.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第184858号

## 内 容 提 要

本书共分 10 大部分, 汇集了 100 个名人智慧故事以及 100 个脑力训练游戏, 分别对青少年的发散思维、记忆力、推理力、创造力、想象力、策略思维、分析力、整合力、观察力和数学思维进行了充分训练, 同时作者还提供了大量训练技巧, 帮助读者打破固有的思维定势, 寻找思考问题的新角度, 在潜移默化中提升思维能力。

本书对那些渴望提高思维能力、喜好思维游戏的人大有裨益, 尤其适合青少年阅读。

杰出青少年成长丛书

### 受益一生的脑力训练

- 
- ◆ 编 著 王 薇  
责任编辑 姜 珊
  - ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市崇文区夕照寺街 14 号  
邮编 100061 电子邮件 315@ptpress.com.cn  
网址 <http://www.ptpress.com.cn>  
北京铭成印刷有限公司印刷
  - ◆ 开本: 700×1000 1/16  
印张: 11.5 2012 年 9 月第 1 版  
字数: 150 千字 2012 年 9 月北京第 1 次印刷

---

ISBN 978-7-115-29173-8

定价: 25.00 元

读者服务热线: (010) 67129879 印装质量热线: (010) 67129223

反盗版热线: (010) 67171154

广告经营许可证: 京崇工商广字第 0021 号

你想做一个聪明人吗？让我们先来看看世界上顶尖的聪明人吧。

金雄镕（Kim Ung-yong）生于1962年3月7日，世界上智商最高的人之一，5个月会走路和说话，7个月会写字和下棋，3岁学微积分，4岁就能用日、韩、英、德四国文字读写。1970年进入科罗拉多州立大学研究生部研修热物理学和核物理学，并在15岁前获得了科罗拉多州立大学物理学博士学位。2006年被相关组织誉为21世纪优秀科学家。他在智商测试中的分数高达210分，这个分数已被收入“吉尼斯世界纪录大全”，是世界上最聪明的人之一。

克莱奥帕特拉·斯特拉坦（Cleopatra Stratan）来自罗马尼亚，出生于2003年10月6日，是一名歌手的女儿。3岁时，她就已经举办了个人演唱会，并受到听众与媒体的热烈追捧。令人们吃惊的不仅仅是这个小女孩的美妙歌声，还有她超凡的记忆力。

埃丽塔·安德鲁（Aelita Andre）来自澳大利亚，1岁多还未学会说话时就喜欢拿起笔涂涂画画。在墨尔本举行的一次画展中，她两岁时的画作与其他知名成年艺术家的作品一同展出，引起了一时轰动。安德鲁最昂贵的作品以超过20万港元的价格在香港售出。安德鲁的父母都是画家，尽管人们对小安德鲁的画作存在争议并怀疑“父母可能插了点手”，但安德鲁的作品的确展示了儿童无尽的想象力。

法比亚诺·路易吉·卡鲁阿纳（Fabiano Luigi Caruana）是一个有着意大利和美国双重国籍的男孩。他是一个象棋奇才，14岁时就已经成为世界上最年轻的象棋大师。7岁时，他和母亲去购物，发现很多店员正聚在一起费力地解一个字谜，对什么都充满好奇的卡鲁阿纳就问，他是否可以看看那个字谜，然后他很快说出了答案。卡鲁阿纳从小就在那些成人都难以理解的逻辑关系上有着惊人的天赋。

这些人们口中的天才，为什么会比我们聪明呢？成才的路途永远不会一帆风顺，当我们在肯定金雄镕的智慧时，不难料到他背后的苦学和勤奋；当我们感慨斯特拉坦的天赋时，不难意识到小女孩有一个歌手爸爸在其背后不断地鼓励和千百次的辅助；当我们惊叹卡鲁阿纳的成功时，也不难发现他是为排解孤单才学会思考的……是的，在拥有天赐的智慧时，我们也需要努力将聪慧发挥到极致才能卓尔不群。

构成天才的因素是什么？爱迪生是这样回答的：“天才是百分之九十九的汗水加百分之一的灵感，但是那百分之一的灵感往往比百分之九十九的汗水更重要。”当你付出百分之九十九的汗水时，你也要学会抓住那百分之一的灵感。那么，灵感来自哪里呢？它来自于超出常人的智商，过目不忘的记忆力，妙趣横生的想象力，步步为营的推理力……当你在赞叹他人天生俱来的天赋时，你是否想过这百分之一的灵感是可以培养的呢？

本书将培养灵感的脑力训练分为10个部分，分别对青少年的发散思

维、记忆力、推理力、创造力、想象力、策略思维、分析力、整合力、观察力和数学思维进行了训练，每节都精选了世界名人的经典智慧故事，并且分析了其中隐含的智慧和灵感，还设置了“脑力大比拼”板块，让读者开动脑筋对所见所得进行思考。

本书主要有以下三个特点。

1. 趣味性——为了能让好动的青少年静下来研读，本书选取的名人故事以及脑力互动环节中的游戏，都体现了好玩、新鲜的原则。
2. 实用性——本书努力在内容上贴近中小学生的知识层面，以便符合广大青少年的阅读需求，从而引起其共鸣。
3. 挑战性——本书包含大量的或看似简单或让人迷惑不解的脑力训练游戏，读者的思维将受到极大的挑战，大脑的潜能将得到极大的挖掘。

本书编委会希望，广大青少年能够穿越时空与古今名人对话，同他们的思维碰撞出智慧的火花，充分地锻炼自己的大脑，最大程度地训练自己思维的敏捷度，找寻自己的“天赋”和“灵感”，从而树立信心，为自己的学习和生活打下良好的基础。

正如英国的一位著名教育学家所说：

**每一个孩子都有特殊的才能，给他们一个机会，他们就真能够超越他人。**

## 第 1 章 发散思维——点燃灵感

- 思维灵活，路路畅通 2
- 包青天判断非常理 3
- 俄狄浦斯巧解难题 5
- 拓宽思路，孙膑当将军 6
- 改变自己，跳出原来的圈子 8
- 敏于心，捷于行 9
- 只有想不到，没有做不到 11
- 激发灵感，旁推侧引 12
- 破哑谜惠能拜师 13
- 郑板桥题匾 15

## 第2章 记忆力——过目不忘

- 聪明的伏尔泰 18
- 半面之缘 19
- 许特尔图表 21
- 巴金的阅读方法 22
- 名人们的记忆力 24
- 记忆选择定律 25
- 西孟尼提斯的故事 26
- 有记忆力的金属 27
- 时间与记忆 28
- 博学强记 30
- 无与伦比的林肯 31

## 第3章 推理力——步步为营

- 诸葛亮的锋芒初露 36
- 反向推理赢金猫 38
- 安然无恙的遗产 40
- 毒药和美酒 41
- 歌德的智慧 43
- 刘墉智闯生死关 44
- 范西屏借店饲驴 46
- 亚里士多德收弟子 48
- 矛盾排除法找画像 49
- 妙用推理猜老汉 50



## 第4章 创造力——打破陈规

- 鲁班的实践智慧 54
- 福娃的诞生 56
- 钓鱼钓出食品冷冻法 57
- 去掉篮筐的底 58
- 别具一格的教育 59
- 难解的结 60
- 鼻尖下的音符 61
- 华罗庚巧称西瓜 63
- 聪明七仙女取金环 64
- 转变思维赢得人生 66

## 第5章 想象力——妙趣横生

- 阿基米德计烧敌船 70
- 插上想象的翅膀 72
- 曹操率军走出荒原 73
- 管仲买鹿收楚国 74
- 想象力比知识更重要 76
- 凯库勒的想象铸就创造 78
- 轮椅上的想象家 79
- 哈利·波特的“魔法妈妈” 81
- 戴尔：想象力成就事业 83
- 被推倒的女神像 84

## 第6章 策略思维——事半功倍

- 方法比苦干重要 88
- 阿凡提以弱胜强 90
- 诸葛亮之隆中决策 91
- 声东击西，易卜生化险为夷 93
- 王百谷与张幼子 94
- 寻找最佳答案 96
- 死诸葛赢活司马 97
- 太史慈练箭突围 99
- 伏尔泰的欲擒故纵 101
- 充满智慧的土豆推广 103

## 第7章 分析力——庖丁解牛

- 一枚珍贵的硬币 106
- 聪明的华生 108
- 数学家的分析 109
- 冰激凌与汽车 111
- 芝诺的悖论 113
- 扁鹊兄弟谁最强 115
- 伪慈善家的错误 116
- 给鞋子“减肥” 118
- 自相矛盾的年轻人 119
- 爱因斯坦的谜题 120

## 第 8 章 整合力——合二为一

- 乔布斯的创新来源 124
- 完美的双手 126
- 整合资源获得成功 127
- 一举而三役济 128
- 从整体入手思考问题 129
- 飞机的发明 131
- 解缆化险 132
- 从风景画中发现矿藏 133
- 张飞写信 135
- 禄东赞求亲 136

## 第 9 章 观察力——察言观色

- 变酸的红葡萄酒 140
- 最臭的情报 142
- 爱因斯坦与罗盘 143
- 福尔摩斯与华生 144
- 拿破仑智破金币案 146
- 洗澡水的漩涡 148
- 小甘罗的智慧 149
- 做一个细心的人 151
- 小猫带来的新发现 152
- 随身听的诞生 153

## 第 10 章 数学思维——神机妙算

密码藏在哪里 156

数学家的遗嘱 158

谁是哥哥 159

数学魔术师 160

蒲丰试验 161

翻倍的麦粒 162

高斯初露锋芒 163

欧拉的故事 164

苏东坡的对联 166

鸡兔同笼 167

参考文献 170



Chapter

## 第 1 章

发散思维——点燃灵感

在白纸上画一个黑点后，你能看到什么？答案至少有一百种：芝麻、苍蝇、图钉、太阳黑子、污迹……这些都是常规的联想；而有些人的思维则更活跃一些，他们可能会回答说：“我看到了缺点……”“我看到了遗憾……”“我看到了损失……”

但是，为什么人们就没有想到其他更有创意的答案呢？

为什么你的眼睛仅仅盯住那个黑点，却没有看到黑点旁边的那一大片白纸呢？正是这个黑点束缚和禁锢了我们的思维，使我们看不到其余更多的、更好的、更丰富的东西。

发散思维也叫多向思维、辐射思维或扩散思维，指从一个目标出发，沿着各种不同的途径去思考，探求多种答案的思维。这个目标就好比是一棵树的树干，发散思维就好比是树枝，思维越扩散，树枝越多越繁茂，树就长得越大；思维越集中，树枝越少，树也就越瘦小。

## 思维灵活，路路畅通

### 名人 IQ

齐白石是我国著名画家，尤其擅长画虾，他的画闻名国内外。许多学画的人都喜欢到齐白石家拜访他，向他请教。这使他总是没有足够的时间休息，很是烦恼。

一天，几个学生到齐白石家拜访他，刚想敲门，就看见门上贴了一个大大的“心”字。大家只见过门上贴“福”字的，却没见过贴“心”字的，都感到很奇怪。一个学生不明就里地敲了半天门却不见回应，吃了个闭门羹。这时一个聪明的学生说道：“我明白了，‘门’中一个‘心’，是一个‘闷’字，今天白石老人心情不好，我们不要去打扰他了。”说完就拉

着同伴离开了。

第二天，那几个学生又来到齐白石家门前，这次看到门上的“心”字不见了，换了个“木”字，大家一看是个“闲”字，都高兴极了，一敲门，白石老人便高兴地把大家迎了进去。

### 智慧口袋

如果你思考问题的视野狭隘，思维就会封闭，不能一眼洞穿事物的本质。唯有思维灵活，视野开阔，才能在困境中找到出路，也才有机会获得成功。

Intelligence

### 脑力大比拼

过生日的时候，我们常常要切生日蛋糕庆祝，现在有一块大蛋糕，若我们想用5刀把它切成20块，且不变换蛋糕的位置，该怎么切呢？

【答案】拿着刀在蛋糕上比划是没用的，要将视线从平面拓展到空间上去。先用4刀将蛋糕切成10块，然后再横向拦腰1刀将蛋糕切成上下两层，10块就变成20块了。

## 包青天判断非常理

### 名人IQ

两位母亲为了争夺孩子打得头破血流，一个老者便建议她们去开封府找包公断一断。

两位母亲带着孩子来到开封府。包公升堂断案，两人都说孩子是自己的，却都拿不出确凿的证据。这时包公发话了：“你们在大堂上抢孩子吧，谁抢去孩子就归谁。”

两位母亲开始抢孩子，一人各拽孩子的一只小胳膊，刚一用劲儿，小孩就开始大声哭叫，一位母亲马上松了手，孩子被另一位母亲抢了去。这时，包公惊堂木一拍，冲抢到孩子的母亲喊道：“大胆刁妇，你偷了人家孩子，还不从实招来。”包公见大家都带着疑惑的目光看着他，便站了起来说：“你们想一想，一个多月的孩子，柔弱娇嫩，亲妈妈怎么能舍得使劲拽他啊？使劲抢孩子的妈妈一定不是亲妈妈。”这时就听堂下扑通一声，抢到孩子的那位母亲跪倒在地：“我认罪了，孩子是我偷的。”

### 智慧口袋

很多道理都隐藏在平凡的生活中，遇到特殊的事情时，深入地分析，多方面地考虑更有助于判断出事实的真相。

Intelligence

### 脑力大比拼

圆圆对她的小伙伴明明说：“在我所有的宠物中，除了其中两只以外，其他都是狗狗；除了其中两只以外都是猫咪；除了其中两只以外都是小兔子。你猜猜我有多少只宠物呢？”明明思索了片刻，大笑：“圆圆你真可爱，听起来好像很多，其实我已经知道答案了。”

【答案】聪明的明明没有被圆圆话里的“都”字误导，其实圆圆只有三只宠物，一只狗狗、一只猫咪和一只小兔子。



## 俄狄浦斯巧解难题

### 名人IQ

斯芬克斯是希腊神话中一个长着狮子躯干、女人头的有翼怪兽，埃及胡夫金字塔前的狮身人面像就是它。它经常坐在忒拜城附近的悬崖上，让过路的人猜谜语：“什么东西早晨用四条腿走路，中午用两条腿走路，晚上用三条腿走路？”如果路人猜不出，就会被它扼死。有一天，一个名叫俄狄浦斯的小伙子来到斯芬克斯面前，完美地解答了斯芬克斯的问题，说：“答案是人。在生命的早晨，人还是孩子，只能用两条腿和两只手爬行；到了生命的中午，人已成年，只需用两条腿走路；到了生命的傍晚，人年老体衰，必须借助拐杖走路，所以是三只脚。”俄狄浦斯答对了，斯芬克斯羞愧地跳崖而亡。

#### 智慧口袋

“斯芬克斯之谜”常被用来比喻复杂、神秘、难以理解的问题。面对复杂的问题时，我们应该冷静，不受惯性思维影响，充分发挥我们的才智，才能突破思维的限制。

Intelligence

### 脑力大比拼

在街头的一家餐厅，一位打扮入时的年轻人走了进来，他坐到吧台的高脚椅上，然后从兜里摸出一张10元纸币放在吧台上，说：“麻烦你，来一杯橙汁。”