

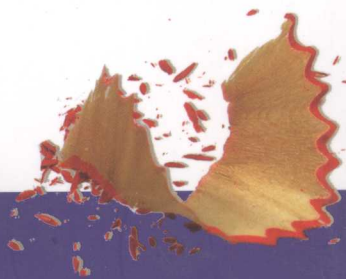


*Kuaisi Manxiang*

尹晓峰◎编著

# 快思慢想

“快思”与“慢想”是我们头脑中的两位主角。它们偶尔针锋相对，但更多的时候则相互弥补、并肩作战。



在人生的关键时刻，快思与慢想  
既可以令我们未雨绸缪、深谋远虑，

有计划、有步骤地去实现自己的目标，也可以帮助我们快速反应、当机立断，  
藉有限的资讯一瞬间拍板定案。

如果我们希望自己能够变得更加冷静、机智，  
那就一定要学会运用“快思”与“慢想”的思维方法。

中国华侨出版社

013068251

B804-49  
29



*Kuaisi Manxiang*

尹晓峰◎编著

# 快思慢想



B804-49

29

在人生的关键时刻，快思与慢想  
既可以令我们未雨绸缪、深谋远虑，

中国华侨出版社



北航

C1675794

013088321

图书在版编目 (CIP) 数据

快思慢想 / 尹晓峰编著. —北京: 中国华侨出版社, 2013. 8

ISBN 978 -7 -5113 -3831 -0

I. ①快… II. ①尹… III. ①思维方法 - 通俗读物  
IV. ①B804 -49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 180991 号

●快思慢想

编 著/尹晓峰

责任编辑/棠 静

封面设计/智杰轩图书

经 销/新华书店

开 本/710mm×1000mm 1/16 印张 18 字数 220 千字

印 刷/北京溢漾印刷有限公司

版 次/2013 年 10 月第一版 2013 年 10 月第 1 次印刷

书 号/ISBN 978 -7 -5113 -3831 -0

定 价/32.00 元

中国华侨出版社 北京朝阳区静安里 26 号通成达大厦 3 层 邮编 100028

法律顾问: 陈鹰律师事务所

编辑部: (010) 64443056 64443979

发行部: (010) 64443051 传真: 64439708

网 址: [www.oveaschin.com](http://www.oveaschin.com)

e-mail: [oveaschin@sina.com](mailto:oveaschin@sina.com)

有科学研究表明，当我们遭遇某种情况或是处于高风险境况之中，事态复杂多变而亟需在短时间内掌控林林总总的信息时，我们的大脑会以截然不同的两种策略去整理、判断当时的情况，并为我们下一步的行动传达指令。第一种策略，是一种有意识的思维活动，这需要我们思考以往的人生积累，借助经验与外界指示，去设法找出问题的解决之道。这种策略相对来说有章有法，井然有序，稳重求进，不足之处是缓不济急，而且它需要我们做大量的准备，甚至是一个较长时间的过程。在这里，我们且称之为“慢想”。

第二种策略是一种潜意识的运作，它有时是一种创意性的决断，有时是临场的机变，有时是灵感的闪现。它迅捷且敏锐，几乎能够在第一时间发现问题的关键。在这里，我们且将其称之为“快思”。但客观地说，这种决断确实存在着一定的风险。

于是大多情况下我们都会认为，只有搜集的信息资料越多、思考的过程越长、考虑得越周到，对我们而言帮助就会越大。因而，我们之中的大多数人只信赖那些有意识的决策——慢想。

但事实上，在人生中的某些时刻尤其是紧急的情况下，我们的瞬间判断与第一印象，亦是我们对周遭状况作出反应的良好依据，甚至较之经过深思熟虑后作出的判断，它也丝毫不落下风！

在学术界，科学家们将这种“大脑以跳跃方式获取结论”的过程，

称之为适应潜意识运用。这种潜意识在我们的日常生活中时常会表现出来，譬如说我们初遇某人的第一印象，求职时的临场发挥，被迫快速作出的决定，等等。事实上，我们人类之所以能够生存至今，就得益于我们的大脑中存在着两种决策机制——快思与慢想。在人生的关键时刻，它既可以令我们未雨绸缪、深谋远虑，有计划、有步骤地去实现自己的目标，也可以帮助我们迅速反应、当机立断，只凭借有限的资讯一瞬间拍板定案。

显而易见，“快思”与“慢想”是我们头脑中的两位主角。它们偶尔针锋相对，但更多的时候则相互弥补，并肩作战。

那么，我们何时应该相信一瞬间的判断？何时又要召唤理性登台，控制直觉与偏见？事实上，这是个很值得研究的问题，因为我们总以为自己能够驾驭思考，但结果是我们常常受到未知因素的影响，对思考的准确性充满假设与武断，有时又过分依赖昔日的感知和经验，因而常常作出因个人偏见而导致的错误决策。

基于此，如果我们还希望自己能够变得更加聪明、更加冷静、更加机智，那就一定要学会“快思”与“慢想”的游戏规则。

笔者编写此书的目的，就是希望能够与大家共同探讨一下，在人生中的哪些时刻、哪些场景下我们需要“快思”，抓住那稍纵即逝的灵感；而在哪些事件上、哪些决定中我们又需要“慢想”，稳稳妥妥地完成自己的人生大计。事实上，本书并不是那种一板一眼的、以学术性口吻探讨思维训练的文章，很显然我们更愿意借助那些寓意深刻的案例，以通俗干练的语言，与大家完成这次探讨。



## ▶ 千钧一发！你必须迅速反应

当我们遭遇某种情况或是处于高风险境况之中，事态复杂多变而亟需在短时间内掌控林林总总的信息时，我们的大脑会以截然不同的策略去整理、判断当时的情况，并为我们下一步的行动传达指令。其中一种潜意识的运作，它有时是一种创意性的决断，有时是临场的机变，有时是灵感的闪现。它迅捷且敏锐，几乎能够在第一时间发现问题的关键。在这里，我们且将其称之为“快思”。但客观地说，这种决断确实存在着一定的风险。

### 机遇，绝不允许你扯皮

机遇绝不允许你扯皮 / 2

一瞬间的畏缩，或许就是一辈子的遗憾 / 7

谁对信息快速反应，信息就会成全谁 / 10

临场能应对，把握职场机遇 / 13

学点审时度势，懂点随机应变 / 18

学会应变，负亦可转正 / 22

## 敢于决断

事事犹豫，没有机遇 / 29

心动就要快行动 / 34

决与策两相并举，谋与断缺一不可 / 38

临场发挥，一变百通 / 44

随机选策，出奇制胜 / 49

要有点敢于冒险的思想 / 53

决策决定人的一生 / 58

作高水平决断的四要素 / 62

## 创新——灵感就在一瞬间

创新——灵感就在一瞬间 / 67

心变了，世界也就变了 / 71

没有独立的思维，何谈创意与灵感 / 74

创意的绊脚石 / 77

别把思维束缚起来 / 81

让思维无限散发 / 86

打开想象那扇窗，你也能成为专家 / 90

反向思维——一种“极端”的灵感显现 / 94

## 人在困途之破困

几种尴尬中的小应变 / 99

巧解办公室尴尬 / 102

当别人为难你时 / 106

认错也是一种急智 / 111

打圆场的急智 / 114

巧妙回避不宜直言的问题 / 117

急中生智，幽之一默 / 121

## 第一时间“化险为夷”

“险境”中的软急智 / 124

以彼之道，还施彼身 / 128

含而不露，绵里藏针 / 131

看准七寸，一击即中 / 133

抢得先机，巧妙化解 / 136

随机应变，赢得岳母青睐 / 139

刚柔相济，取舍有度 / 142

真诚的话语，最能打动人 / 145



## ▶ 一张一弛，咱也要稳中求妥

接下来的篇章，我们要讲的是另一种大脑运作，这是一种有意识的思想活动，这需要我们思考以往的人生积累，借助经验与外界指示，去设法找出问题的解决之道。这种策略相对来说有章有法，井然有序，稳中求进，不足之处是缓不济急，而且它需要我们做大量的准备，甚至是一个较长时间的过程。在这里，我们且称之为“慢想”。“快思”与“慢想”其实是我们头脑中的两位主角。它们偶尔针锋相对，但更多的时候则相互弥补，并肩作战。如果说，我们还希望自己能够变得更加聪明、更加冷静、更加机智，那就一定要学会运用“快思”与“慢想”的思维规则。

### 心细的人容易创造奇迹

急躁不能解决问题 / 150

不要急着说，先要细细听 / 152

耐心听出说话的重点 / 157

心细的人容易创造奇迹 / 161

波澜不惊是种高姿态 / 164

每走一步，都要小心谨慎 / 167

不要让手脚比大脑动得快 / 171

既顾头也要顾尾 / 176

## **想好人生目标，这不是一朝一夕的问题**

- 人总得有个目标 / 179
- 想好了人生目标，我们才能发挥潜能 / 183
- 牢记制定目标的六大原则 / 186
- 从最易实现的目标做起 / 190
- 给目标分段，一步一步去实现 / 193
- 运用合适的方法完成目标 / 196
- 学会像成功人士一样思考 / 200
- 在忍耐中学会等待，在等待中迎来成功 / 207

## **关键时刻，你要有坚持下去的思想**

- 关键时刻，你要有坚持下去的思想 / 212
- 关键时刻，要沉得住气 / 214
- 即使起点低，但想法不能低迷 / 218
- 坚持下去！绝不允许自己有一点灰心丧气 / 221
- 学会一个“挺”字 / 225
- 练恒心，这是接近成功的最好途径 / 228

## 察人，需要多方面、多角度去考虑

辨别真相需退隐静观 / 235

透过细节看同事 / 238

透过交流观对手 / 241

透过饮酒读朋友 / 246

透过妆容品女人 / 249

## 适时停下追赶世界的脚步

不要刻意追求完美 / 252

想太多、求太多，太累 / 255

比来比去不如接受实际 / 258

别对自己太狠 / 262

为大脑植入点“阿 Q 精神” / 264

适当放松才是王道 / 268

适可而止，见好就收 / 271

顺其自然也是一种不错的选择 / 275

# 千钧一发！你必须迅速反应

当我们遭遇某种情况或是处于高风险境况之中，事态复杂多变而亟需在短时间内掌控林林总总的信息时，我们的大脑会以截然不同的策略去整理、判断当时的情况，并为我们下一步的行动传达指令。其中一种潜意识的运作，它有时是一种创意性的决断，有时是临场的机变，有时是灵感的闪现。它迅捷且敏锐，几乎能够在第一时间发现问题的关键。在这里，我们且将其称之为“快思”。但客观地说，这种决断确实存在着一定的风险。



要寻得机遇，改变我们的生存状况，那么最重要的就是迅速思考、迅速行动，如果说我们坐等机遇来临，那无异于坐以待毙。

在自然界中，那些捕猎者的思想绝不允许自己坐等时机，因为没有哪一种猎物会傻到将自己送入他者的口中，如果守株待兔，那么它们就只能饿死。所以，捕猎者们一生都在寻找捕食的机遇，从不停歇。其实，我们人界的捕猎者也是一样，那些胸怀大志、想要成就一番大事业的人，他们的思维总是在快速地运转，总是竭尽所能去寻找、发现、追求机遇，他们会为迎接机遇做好充足的准备，将自己打造成一块吸引机遇的磁石。这样，当机遇不期而至之时，他们才有把握一跃而起，紧紧地抓住机遇。因为他们知道，一个偶然的机遇，甚至可以改变人的一生，但如果你忽略机遇的重要性，不紧不慢地跟它扯皮，那就只能被它遗弃。

其实在很大程度上，思想就是机遇，能力就是机遇，有机遇而不懂得快速作出反应，有机遇而无能力，这也只会错失良机，改变人生又从何谈起？有些人总是能够抓住机遇，而有些人却总是与机遇擦肩而过，其原因就在于此。

那么我们不妨分析一下，究竟哪些人不易得到机遇的青睐？

### 一、守株待兔者没有机遇

懒汉实际上是把生命当成一种负担来应付，他们懒于思考，对于任何事物都缺乏兴趣，这样的人即使机遇走上门来也会被他们关在门外的。

热衷于等待的人总是把希望寄托在明天，等明天吧！明天也许会更好，而明日复明日，明日何其多？从黑发少年等到白胡子老



人，最后等来的只能是南柯一梦。把等待作为应付生命的手段，其本质就是懒惰。看见一只兔子偶然撞死在树桩，于是就放弃了劳作，以为整天守在那里机遇就可以降临了，这种守株待兔的心态是懒汉们的共性。

## 二、人缘差者没有机遇

获得机遇需要勤奋，但是仅仅勤奋是不够的，同时还要有极强的人际交往能力。俗话说：好马出在腿上，好汉出在嘴上。一个不善思考、不善于人际交往的人，就可能会失去很多机遇。如果我们仔细观察就会发现：那些成功的人士大多数都是应变能力极强、有好人缘的人。在现在这个竞争激烈的社会中，尤其需要多方面展示自己的才能，表现自己的能力，开拓更广泛的社会范围。如果一个人不善于推销自己，缺少朋友，自己的生活范围就会越来越狭窄，信息也很闭塞，那么势必要失掉许多适合于自己发展的机遇。

## 三、惧怕失败者没有机遇

畏惧失败和缺少自信心是相伴而生的。畏惧失败的人本身就缺少自信，没有自信自然也就害怕失败。

俗话说，失败乃成功之母。其实失败是人生不可避免的考验，任何人都不可能没有经历过失败。要想取得成功，就必须勇于面对失败，如果畏惧失败，就难以越过失败这道屏障去取得成功。

在体育项目中有一项是障碍跑，在途中，要越过独木桥，翻越沟壑，还要爬过高墙。对于参与者而言，每一道障碍都潜在着危险，存在着失败的可能。但是，不越过这些障碍就永远不能抵达胜利的终点。在人生的道路上也是一样，机遇也许就在障碍的那一

端，如果我们缩手缩脚不敢前进，就永远不能同机遇见上一面。

#### 四、白日做梦者没有机遇

有这样一个故事，一个年轻人去公司应聘，公司负责人告诉他只招聘助理，月薪三千。年轻人不屑一顾：“我很早就开始打工了，我的前一份工作是在一个网站任总编，月薪一万！你说，我能干你这月薪三千块钱的工作吗？”

一个老板曾经说过这样的话：“如果你想要毁掉一个人，你就给他高薪，高得让他自己都摸不着北，然后你再以小河难养大鱼为借口，委婉地劝他另谋高就。他一旦离开你的公司，这个人就什么也干不了了。”

不切实际的空想家即使面对许多发展的机遇，也会被他眼高手低的标准衡量掉的。

#### 五、漫无目标者没有机遇

我们再来看看这个哲理故事：一个孩子和他的父亲在雪地里比赛谁走得路线最直，于是孩子把自己的一只脚对准另一只脚尖，谨小慎微地往前走，他费了好大劲走了半天，还是不直。可是他的父亲却是大步流星地直奔一棵大树走去，结果可想而知，父亲的足迹是一条既简洁又笔直的路线。漫无目的的人，即使再修饰自己的足迹，终究是徘徊在一个小圈子里无所作为，只有直奔目标的人才能够把握住机遇，走向辉煌的前程。

我们都曾有过这样的体会：在临近考试的时候，我们的精力似乎特别旺盛，我们的记忆力也好得出奇，在短短的时间内我们就可以记住很多单词，掌握很多内容。可是在平时，无论怎么努力，学

到的知识总是不理想。这就是有目标和没有目标的区别。当我们面临考试时，考试成了我们唯一的目标，此时的大脑可以调动全身心的能量来为考试而努力，所以这个时候的学习效果非常好。

## 六、见异思迁者没有机遇

人有一个最大的弱点，总是容易被外界环境所影响，被一些诱惑所左右。本来一个人练习书法很投入，可是看见朋友们在学画画，于是放弃了自己正在做的事情，盲目追逐别人的喜好去了。

广告效应其实正是利用了人们的这一弱点，对人们展示了诸多的诱惑，结果人们往往就被广告所左右。就拿饮料来说，其实自己喝的茶水就是最好的饮料，可是一听商家宣传这种饮料的营养，那种饮料的药用，久而久之抵挡不住诱惑，于是扔掉了茶杯，拿起了饮料。喝来喝去又听专家断言：那些饮料还不如白开水干净。于是后悔不已。转了一圈，白白扔了许多钱财，糟践了身体，最后还得拾起自己扔掉的茶罐子。见异思迁者即使在机遇来临之时，也首鼠两端，干什么才好呢？犹豫当中，机遇就弃他而去了。

总而言之，机会是有“怪癖的”，它也很“懒惰”，它绝不肯浪费精力去寻找那些守株待兔、不爱思考、坐享其成的人；换言之，那些一心想要改变自己的人生、不断做出思考、四处寻找机遇的人，往往更容易得到机遇的垂青。若以“常理”推论，机遇似乎更应属于那些有时间、有精力的人，但事实却恰恰相反，天生的“怪癖”使它情愿为那些正在筹备梦想、忙于计划的人而现身。机遇是一种“灵物”，它双眼雪亮、行动迅速，它会主动找到那些愿意迎接机会的人；机遇是一种意念，它只存在于那些认清机会的人