

<<思考力>>

图书基本信息

书名：<<思考力>>

13位ISBN编号：9787802517400

10位ISBN编号：7802517400

出版时间：2011-7

出版时间：金城

作者：黄农文

页数：206

字数：140000

译者：安炳淑

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<思考力>>

### 内容概要

每天沉思10分钟，人生将获重大改变！  
现在不是WORK  
HARD的时代，而是THINK HARD的时候。

本书引导人们要安心、潜心于自己的工作，通过持之以恒的努力并辅之以有效的方法，一切皆有可能！  
同时再次印证了一个通俗的道理：慢而坚持，终获成功！

《思考力（思考的深度决定成功的高度）》由黄农文编著。

## <<思考力>>

### 作者简介

黄农文，韩国科技大学博士，曾任韩国标准科学研究院主任研究员、美国国家标准技术院客座研究员，现任首尔大学工学院材料工学部教授。

他以绝对投入状态下的7年研究经验为基础。

确认投入性思考是最大限度地激发潜能的方法。

他把投入性思考生活化，不仅解决了50多年没人能够解决的科研难题，也使人获得100%发挥自身能力的满足感和极大的幸福感。

作为“思考”传道师和韩国最高“思考”专家，他以CEO和职场人士、学生及家长、公务员为对象，活跃地开展关于“思考”的演讲，为企业经营和英才教育建言献策，受各界瞩目。

## <<思考力>>

### 书籍目录

#### 导言

#### 第一章 变“努力工作”为“努力思考”吧

投入性思考造就天才

中学生轻松解开微积分

自由而自然流淌的投入

我中学时期的“竭尽全力”

合理又持之以恒学习的秘诀

从努力工作到努力思考的转变

#### 第二章 为了真正投入性思考

投入性思考的准备

进入完全投入状态的三天过程

投入性思考后才能够明白的事

投入性思考的愉悦和注意事项

慢慢思考的重要性

投入状态下解决问题的能力

问题在睡眠中解决了

意外新发现与梦中灵感

幸福的巅峰

人生价值观的巨大转变

高度投入的瞬间你成为最佳

#### 第三章 投入性思考令大脑也跳舞

投入性思考的征兆

从脑科学角度解析投入性思考

快感电路与多巴胺，A神经和突触

我们身体的目标指向

有宗教信仰就会容易专注思考吗？

活动型投入和思考型投入

能动性投入和被动性投入

死亡引导能动性投入

#### 第四章 思考力与教育

提高思考力的学习方法

何谓创意性和创意性努力？

投入性思考真的有助于学习吗？

思考：激发才智的力量源泉

实践投入性思考：犹太人的英才教育

#### 第五章 思考力与职场

思考力是最强竞争力

投入性思考中的企业

适用于职场的思考方法

#### 第六章 实现投入性思考的五个阶段

第一阶段练习思考：思考分钟

第二阶段慢慢思考：思考小时

<<思考力>>

第三阶段维持最佳状态：思考整天

第四阶段头脑活动的最大化：思考天

第五阶段价值观的变化

你也能够投入性思考

实现希望和追求的投入性思考

作者后记

参考文献

译者后记

## &lt;&lt;思考力&gt;&gt;

## 章节摘录

投入性思考造就天才 名垂科学发展史册的科学家们并非注定是天才。仔细翻阅他们的生平记载，就会发现他们具有一个非常有趣的共同特点：对思考极端投入。他们常常专注于某一问题，并在投入中寻找答案。也就是说，他们都是调动100%脑细胞进行思考的人。

由此可见，如果仅凭较高的智商而没有投入性思考，他们是无法取得骄人成绩的。事实上，纵观科学家们的工作态度和研究方法，你会明白：与高智商相比，全身心地投入思考对解决科学问题起着更为重要的作用。

韩国科学文化研究所李仁植所长在《朝鲜日报》“趣味科学”专栏中，曾明确地揭示了天才与罪犯的差别：“研究天才之谜的认知科学家们发现，无论天才还是罪犯，解决问题的方式都会经历相同的过程。

换句话说，天才和普通人的智商并非在质而是在量上存在差别。

” 天才和普通人的智商并非在质而是在量上存在差别，那就意味着科学家们所取得的成绩，仅仅是依靠他们付出了比常人更多的努力。

天才就是那些对某一问题具有与众不同的热情，并能够持续进行极端的投入性思考的人。

牛顿：废寝忘食的思考者 据说，在回答“如何发现了万有引力法则”时，牛顿轻描淡写地说：“因为我一直都在想那个问题。

”简单的回答，揭示了探究科学问题所必需的最关键因素。

牛顿所说的“想”不是一般的“想”，而是投入性思考的“想”。

《牛顿传》一书，详细地介绍了牛顿独特的思考方法。

他一旦关注某个问题，就会达到废寝忘食的程度，常常将盛满食物的餐盘搁置一旁，成了日渐发福的爱猫的佳肴，甚至到了天明，还浑然不知已熬通宵。

特别是当解决了某一难题时，沉浸于满足感而全然不知伤身的后果。

即使在年事已高时，牛顿对研究问题的热情也丝毫不减。

若想把他请到餐桌前，至少要提前30分钟开始叫他。

就是坐在餐桌前，他也常常只顾阅读而忘记用餐，晚餐被他作为次日早餐的情况时有发生。

牛顿的投入性思考往往持续几个月、甚至几年，直到解决问题为止。

经常进行投入性思考的人，生活方式也会与众不同。

因为投入性思考与社交活动实在无法两全。

进行投入性思考，就会对所关注问题以外的事情失去兴趣。

缺少必要的社交活动，难免在待人接物方面产生一些不足。

这正是热衷于投入性思考的人容易出现而应注意避免的问题。

牛顿是个远离社交活动的人。

他总是与研究亲密相伴，也几乎从不外出访客，与他交往的人总共不过两三个，从未有人见过他有什么业余爱好。

他在剑桥大学凯恩布鲁斯学院担任鲁卡斯化学实验室的客座教授，除了在学校参加必要的研究活动外，几乎所有时间都在家里研究问题。

帕因曼：脑子里灌满了微积分的大学教授 以物理学“传染好奇心”讲义而闻名的理查德·帕因曼，有许多逸闻趣事流传于民间。

他是一位因在重新确立量子力学方面的贡献而获得诺贝尔奖的伟大科学家，但在日常生活中却是个“愚笨之人”。

据帕因曼的传记《天才》中介绍，他的第一任妻子去世后，他与一位叫玛丽·露的女子结婚。

但是他们的婚姻没能持续多久。

喜欢社交活动的玛丽·露与帕因曼就像一套不般配的服装。

结果，他们不得不离婚。

当时，玛丽·露在法庭上陈述的内容见诸美国的一些新闻报道，使那些只专注于自己事业的科学家们

<<思考力>>

的生活方式，一时成为好事者街谈巷议的话题。  
也许是因为科学家们的日常生活从未披露，所以越发激起人们的兴趣吧。

## <<思考力>>

### 媒体关注与评论

黄教授所讲的“思考”必将为生活在充满竞争时代的职场人士提供一个体验创新、充满自信、满怀激情地开创幸福生活的原动力。

——孙旭（韩国三星SD咨询总监） 本书生动又具体地告诉你成为真正人才的秘诀。  
如果你想成为一个同时拥有成功和幸福的人，你将会从本书中获得“用心思考”模式的关键突破口。

——徐相基（韩国第17届国会委员、国会科学技术信息委员会委员） 作者通过“思考”充分体验了发挥自身最大潜能的过程。

希望更多的人通过“思考”来唤醒仍在沉睡中的那90%潜能。

阅读本书，仿佛让我看到了透过云层的一缕灿烂阳光。

——杨相勋（韩国《朝鲜日报》评论员）

<<思考力>>

编辑推荐

每天沉思10分钟，人生将获重大改变！  
现在不是WORK HARD的时代，而是THINK HARD的时候。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>