

ZŁOTE  
MYŚLI

Krzysztof Trybulski

# ODKRYJ MOC SWOJEGO UMYSŁU

222

ćwiczenia,  
które rozwiną  
Twój intelekt



Ten ebook zawiera darmowy fragment publikacji "[Odkryj moc swojego umysłu](#)"

## Darmowa publikacja dostarczona przez [ZłoteMyśli.pl](#)

Copyright by Złote Myśli & , rok 2009

Autor:

Tytuł: Odkryj moc swojego umysłu

Data: 08.12.2011

Złote Myśli Sp. z o.o.

ul. Toszecka 102

44-117 Gliwice

[www.zlotemysli.pl](http://www.zlotemysli.pl)

email: [kontakt@zlotemysli.pl](mailto:kontakt@zlotemysli.pl)

Niniejsza publikacja może być kopiowana, oraz dowolnie rozprowadzana tylko i wyłącznie w formie dostarczonej przez Wydawcę. Zabronione są jakiegokolwiek zmiany w zawartości publikacji bez pisemnej zgody Wydawcy. Zabrania się jej odsprzedaży, zgodnie z regulaminem Wydawnictwa Złote Myśli.

Autor oraz Wydawnictwo Złote Myśli dołożyli wszelkich starań, by zawarte w tej książce informacje były kompletne i rzetelne. Nie biorą jednak żadnej odpowiedzialności ani za ich wykorzystanie, ani za związane z tym ewentualne naruszenie praw patentowych lub autorskich. Autor oraz Wydawnictwo Złote Myśli nie ponoszą również żadnej odpowiedzialności za ewentualne szkody wynikłe z wykorzystania informacji zawartych w książce.

Wszelkie prawa zastrzeżone.

All rights reserved.

# SPIS TREŚCI

<b><u>WSTĘP</u></b> .....	<b>4</b>
<b><u>O UMYŚLE</u></b> .....	<b>6</b>
<u>Zapamiętywanie</u> .....	6
<u>Myślenie</u> .....	7
<u>Uczenie się</u> .....	7
<b><u>TABELE I INNE POMOCE</u></b> .....	<b>8</b>
<b><u>ZAGADKI I ŁAMIGŁÓWKI LOGICZNE</u></b> .....	<b>11</b>
<b><u>ZAGADKI I ZADANIA MATEMATYCZNE UMOŻLIWIĄJĄCE LEPSZĄ PRACĘ UMYŚLU</u></b> .....	<b>28</b>
<b><u>ĆWICZENIA SPRAWDZAJĄCE I ROZWIJAJĄCE SZYBKOŚĆ TWOJEGO MYŚLENIA</u></b> .....	<b>41</b>
<b><u>ĆWICZENIA SPRAWDZAJĄCE I ROZWIJAJĄCE TWOJĄ KREATYWNOŚĆ</u></b> .....	<b>64</b>
<b><u>ROZWIĄZANIA ZADAŃ, ĆWICZEŃ ORAZ ŁAMIGŁÓWEK</u></b> .....	<b>102</b>
<u>Rozwiązania zagadek i łamigłówek logicznych</u> .....	102
<u>Rozwiązania zagadek i zadań matematycznych</u> .....	107
<b><u>ZAKOŃCZENIE</u></b> .....	<b>111</b>

## O umyśle

Umysł to ta część ludzkiego mózgu, której nie widać gołym okiem, ale wszyscy doskonale wiemy o tym, że ją posiadamy. Na co dzień używamy pojęcia „umysłu” w różnych okolicznościach. Czasem nawet o tym nie wiedząc. Zdarza się, że mówiąc o psychice, osobowości albo świadomości danego człowieka, mamy na myśli właśnie umysł.

Pojęcie umysłu, mimo że posiadają go również niektóre zwierzęta, stosowane jest tylko w stosunku do ludzi.

Umysł odpowiada za nasze najważniejsze umiejętności oraz funkcje, do których można zaliczyć: **zapamiętywanie**, **myślenie** czy też **uczenie się**. Książka *Odkryj moc swojego umysłu* poświęcona jest w całości różnego rodzaju ćwiczeniom oraz zadaniom, które pozwolą Ci rozwinąć wszystkie te funkcje umysłu.

Przyjrzyjmy się zgoła tym funkcjom umysłu, o których sobie przed chwilą powiedzieliśmy, a które już wkrótce rozwiniesz dzięki zadaniom znajdującym się w tej publikacji.

### Zapamiętywanie

Mówiąc najogólniej, zapamiętywanie to zdolność do rejestrowania w umyśle różnego rodzaju informacji, wrażeń oraz skojarzeń. Przywoływanie ich w umyśle w celu wykorzystania nazywamy (mówiąc codziennym językiem) **przypominaniem sobie**.

## **Myślenie**

Myślenie to złożony ciągły proces polegający na wyciąganiu wniosków oraz łączeniu informacji i bodźców różnego rodzaju w jedną zwartą całość.

Efektywność myślenia mierzy się za pomocą testów na iloraz inteligencji. Dzięki rozwiązywaniu zadań, zagadek oraz ćwiczeń, które znajdziesz w poniższej publikacji, masz szansę znacznie zwiększyć swój iloraz inteligencji, a co za tym idzie, nauczyć się myśleć o wiele wydajniej niż dotychczas.

## **Uczenie się**

Uczenie się to złożony proces polegający na zdobywaniu informacji, wiedzy, umiejętności, sprawności oraz kompetencji w celu ich późniejszego wykorzystania. Uczyć można się zarówno w sposób świadomy, jak i nieświadomy. Pojęciem uczenia zajmuje się psychologia.

## Zagadki i łamigłówki logiczne

### 1

Co to takiego? Należy do Ciebie przez całe życie, ale inni używają tego znacznie częściej niż Ty.

.....

### 2

Co to jest? Całe jest dopiero wówczas, gdy się je rozbije?

.....

### 3

Co to jest? Ma kolano przy brodzie, chociaż nie ma ani brody, ani nóg?

.....

### 4

Jan Kowal z Torunia ma dziewięcioro dzieci. Połowa z nich to chłopcy. Jak to możliwe?

.....

.....

## 5

Jeszcze ojciec się nie urodził, a już syn po dachu się przechodził. O co chodzi?

.....

## 6

Na ile różnych sposobów osiem osób może zostać rozmieszczonych na ośmiu krzesłach ustawionych w linii, jeśli dwie z nich nalegają na siedzenie obok siebie?

.....

.....

.....

.....

## 7

Hotelowa pokojówka przemierzała korytarz. Nagle się przewróciła i pomieszały jej się wszystkie klucze do pokoi, których jest dwadzieścia. Jaka jest możliwie największa liczba prób potrzebnych do dopasowania wszystkich kluczy?

.....

.....

.....

.....

## Zagadki i zadania matematyczne umożliwiające lepszą pracę umysłu

### 8

Jaka liczba powinna znaleźć się w miejscu znaku zapytania w czwartym zbiorze?

1, 8, 2, 11 | 3, 5, 7, 15 | 2, 4, 6, 12 | 1, 2, 3, ?

.....

### 9

Jaka liczba powinna znaleźć się w miejscu znaku zapytania?

1, 3, 4, 7, 6 12, 8, 15, 13, 18, 12, 28, 14, ?

.....

### 10

Co jest dziwnego w poniższej liczbie?

42185730

.....

.....

### 11

Zmień jeden element, a poniższe równanie stanie się poprawne.

1+2-3=139

.....



## 12

Jaka liczba powinna znaleźć się w miejscu znaku zapytania?

10-3-1

9-4-1

8-2-?

.....

## 13

Jaka liczba powinna znaleźć się w miejscu znaku zapytania?

4-1-9

6-?-2

9-1-8

.....

## Ćwiczenia sprawdzające i rozwijające szybkość Twojego myślenia

Szybkość myślenia to umiejętność szybkiego kojarzenia oraz instynktownego reagowania przez umysł na określone sytuacje.

Ćwiczenia przedstawione do wykonania w tym rozdziale postawią Cię w sytuacji, w której będziesz musiał wykazać się umiejętnością szybkiego, jasnego myślenia, wiedząc, że czasu na wykonanie danego ćwiczenia jest coraz mniej.

Dzięki tym 44 ćwiczeniom zbadasz własną zdolność do jak najszybszego rozwiązywania jak największej ilości zadań, w jak najkrótszym czasie.

Zadania na czas nie są w rzeczywistości trudne, jednakże przedstawione do wykonania w określonym przedziale czasowym, postawią przed Twoim umysłem nie lada wyzwanie. Będziesz ścigał się z czasem, a każda sekunda może okazać się tą najważniejszą, tą decydującą o odniesieniu sukcesu bądź porażki.

Podczas wykonywania ćwiczeń na czas najważniejszą umiejętnością, jaką rozwiniiesz, poza szybkością myślenia, będzie koncentracja, która jest Ci również potrzebna do tego, aby te ćwiczenia wykonać.

Do ćwiczeń w tym rozdziale nie ma gotowych rozwiązań ani odpowiedzi jednakże prawidłowe są wszystkie odpowiedzi, które nie przeczą logice.

## 14

W ciągu 10 minut wymyśl oraz zanotuj jak najwięcej praktycznych zastosowań dla szczoteczki do zębów.

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....
5. ....
6. ....
7. ....
8. ....
9. ....
10. ....

## 15

W ciągu 10 minut wymyśl oraz zanotuj jak najwięcej praktycznych zastosowań dla opakowania na mydło.

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....
5. ....
6. ....
7. ....
8. ....
9. ....
10. ....

## Ćwiczenia sprawdzające i rozwijające Twoją kreatywność

Kreatywność to proces zachodzący w umyśle, w wyniku którego dochodzi do pojawienia się nowych pomysłów, znajdowania przedziwnych rozwiązań, tworzenia nowych pojęć, dokonywania różnego rodzaju odkryć, wytwarzania ekscytujących form artystycznych oraz niepowtarzalnych, unikalnych i innowacyjnych rozwiązań czy produktów.

Wielu ludzi nie potrafi wykorzystywać swoich zdolności twórczych. Często nawet nie próbują sprawdzić, jakie możliwości twórczego myślenia posiadają. W mózgu każdego człowieka istnieje część odpowiedzialna za kreatywność, tak więc każdy ma możliwość twórczego i kreatywnego myślenia. To, w jakim stopniu dany człowiek korzysta z tych zdolności, zależy tylko i wyłącznie od niego samego.

W tym rozdziale znajdziesz 74 ćwiczenia poświęcone kreatywności. Dzięki ich wykonaniu nie tylko poznasz możliwości własnego umyśłu, ale również je odkryjesz i rozwinięsz. Dzięki wykonaniu tych ćwiczeń będziesz miał również możliwość wykorzystania i odkrycia własnych zdolności artystycznych.

Ćwiczenia w tym rozdziale nie posiadają gotowych odpowiedzi, jednakże przy ich rozwiązywaniu bądź kreatywny, pomysłowy i oryginalny.

## 16

Wyjaśnij w sposób logiczny jak mogło dojść do poniższej sytuacji.

*Nagle wszystkich wokół obiegła martwa cisza. Ktoś się po chwili zaśmiał a po 5 minutach śmiali się już wszyscy. Po godzinie wszyscy już spali.*

Aby wykonać to zadanie, posłuż się własną wyobraźnią oraz twórczością.

.....  
.....  
.....  
.....

## 17

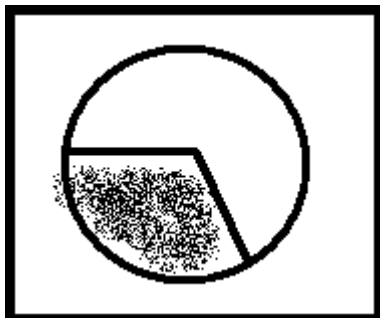
Posłuż się własną wyobraźnią oraz twórczym, innowacyjnym myśleniem, aby w jak najciekawszy sposób opisać poniższy rysunek.



.....  
.....  
.....  
.....

## 18

Posłuż się własną wyobraźnią oraz twórczym, innowacyjnym myśleniem, aby w jak najciekawszy sposób opisać poniższy rysunek.



.....

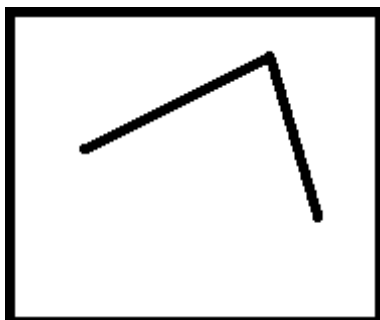
.....

.....

.....

## 19

Użyj wyobraźni oraz długopisu, ołówka albo kredki, aby przekształcić poniższy obrazek w coś nowego, konkretnego, rozpoznawalnego i ciekawego.



## Rozwiązania zadań, ćwiczeń oraz łamigłówek

### Rozwiązania zagadek i łamigłówek logicznych

- 1 Twoje imię.
- 2 Chodzi o namiot. Błędna forma gramatyczna została użyta celowo dla podwyższenia poziomu zagadki.
- 3 Rzeka.
- 4 Możliwe jest to dzięki temu, że wszystkie dzieci to chłopcy.
- 5 Chodzi o dym oraz ogień. Dym jest synem ognia.
- 6 10080
- 7 190;  
 $1+2+3+4+5+6+7+8+9+10+11+12+13+14+15+16+17+18+19$

### Rozwiązania zagadek i zadań matematycznych

- 8 6 – czwarta liczba jest sumą trzech pierwszych.
- 9 24. Ten ciąg to suma dzielników kolejnych liczb naturalnych.
- 10 O kolejności cyfr w liczbie decyduje ich alfabetyczny porządek w nazwach.

**11**  $142 - 3 = 139$

**12** 4 – suma liczb w każdym poziomym rzędzie wynosi 14.

**13** 17 – suma liczb w każdym pionowym rzędzie wynosi 19.



# Dlaczego warto mieć pełną wersję?



Jak dzięki prostym ćwiczeniom rozwinąć swój umysł, intelekt oraz tryskać kreatywnością? Umysł to ta część ludzkiego mózgu, której nie widać gołym okiem, ale wszyscy doskonale wiemy o tym, że ją posiadamy. Paradoksalnie w ciągu naszego życia mniej czasu poświęcamy na rozwijanie możliwości naszego umysłu i trenowanie go, niż na czytanie instrukcji obsługi pralki. Jeśli Twój umysł nie działa na najwyższych obrotach, jeśli Twój potencjał do myślenia, podejmowania właściwych decyzji nie jest wykorzystywany w 100%, to jak sądzisz, jakie będziesz miał efekty? Oczywiście, że dużo słabsze, niż gdybyś wznosił się na szczyty swoich możliwości. Skoro

już rozumiesz, że rozwijanie umysłu pozwala szybciej osiągnąć swoje cele, co przybliży Cię do sukcesu, to z pewnością zastanawiasz się, jak teraz zacząć to robić. Być może też zastanawiasz się, czy na pewno jeszcze jest czas na doskonalenie swojego umysłu lub czy uda Ci się rozwinąć swój potencjał. Odpowiedź brzmi: Tak. Możesz być osobą bardziej kreatywną i zacząć dużo szybciej oraz skuteczniej myśleć. Wszystko, co musisz zrobić, to zacząć trenować swój umysł. Do czego najbardziej przydaje Ci się Twój umysł? - Chcesz mieć umysł, który pracuje na tak super szybkich obrotach? - Chcesz skuteczniej podejmować decyzje? - Chcesz się więcej nauczyć i szybciej zapamiętywać? - Chcesz zwiększyć szybkość swojego myślenia oraz reagowania na różne sytuacje? To wszystko jest dla Ciebie na wyciągnięcie ręki.

Pełną wersję książki zamówisz na stronie wydawnictwa Złote Myśli

<http://www.zlotemysli.pl/prod/6568/odkryj-moc-swojego-umyslu.html>