《金字塔原理》一书的作者是美国著名女咨询顾问芭芭拉-明托，作者以极其深刻的例子讲解和教会了我如何在与人交流的过程中更好地表达自己。“金字塔原理”原理认为任何话题都可以归纳出一个中心论点，中心论点可以找到3-7个论据来支撑，这几个论据本身也是一个论点，还可以再找到3-7个分论据，如此类推，这样的结构就像是金字塔，所以这个方法被称作“金字塔原理”。“金字塔原理”强调结论先行，即在表达个人观点的时候，要优先说出你的结论。这和我们的大脑运作方式有关，如果大脑提前知道了这个结论，那么大脑就会自动地将下面听到的各种信息归纳到这个结论下，并主动建立信息间的关系，也就是常说的“先入为主”。相反，如果大脑先听到的是一大堆论据，那么大脑就会不知所措，需要很长时间反应。至于为什么是3-7个论据，是因为大脑很难短期记忆7个以上的事情。

