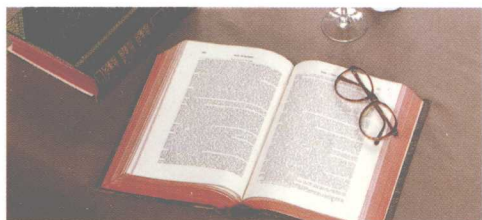


最新21世纪生活百科手册

ZUIXIN 21 SHIJI SHENG HUO BAIKE SHOUCE

21 世纪是信息化时代，本套手册分类描绘了人类社会生活的真实蓝图，对现代社会的生活问题进行了一次全景式的广域扫描，是了解和认识现代社会生活的基础知识大全，是一套培养个人素质的大套餐。本套手册的内容全面广泛、营养丰富，又生动具体、趣味盎然。

读书



手册



北京燕山出版社

最新 21 世纪生活百科手册

读书手册
江苏工业学院图书馆
藏书章

宋涛 主编

北京燕山出版社

图书在版编目(CIP)数据

最新 21 世纪生活百科手册/宋涛主编. —北京:北京燕山出版社,
2008.8

ISBN 978-7-5402-1992-5

I. 最… II. 宋… III. 生活—知识—手册
IV. TS976.3-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 089235 号

书 名: 最新 21 世纪生活百科手册
责任编辑: 王 琳

出版发行: 北京燕山出版社
(北京东城区灯市口大街 100 号 邮编: 100006)

经 销: 新华书店
印 刷: 北京一鑫印务有限责任公司
开 本: 720×980 毫米 16 开
印 张: 310 印张
字 数: 4000 千字
版 次: 2008 年 8 月北京第 1 版
印 次: 2008 年 8 月北京第 1 次印刷
书 号: ISBN 978-7-5402-1992-5
定 价: 1860.00 元(全三十一册)

本版图书凡印装错误可及时向承印厂调换

目 录

第一章 读书的核心——思考能力	(1)
一、读书离不开思考	(1)
1. 阅读与思考的关系	(1)
2. 阅读中的几种思考方法	(2)
3. 要读懂书上没有的东西	(3)
4. 集思广益	(4)
二、思考要符合逻辑	(5)
1. 分析与综合	(5)
2. 抽象与概括	(6)
3. 归纳与演绎	(8)
三、提问引发深入的思考	(9)
1. 发现问题	(10)
2. 解决问题	(14)
四、不仅要读,还要消化——理解能力	(17)
五、扩大词汇量,增加句法知识	(17)
第二章 基本读书技巧	(19)
一、有选择地读书	(19)
1. 开卷并不都有益	(19)
2. 读一流的书	(20)
3. 畅销的不一定是好书	(21)
4. 根据报刊或有关书上的评介来选书	(22)

二、最有效的读书计划	(22)
1.《论语》	(23)
2.《圣经》	(24)
3.《全球通史》	(26)
4.《君王论》	(27)
5.《史记》	(28)
6.《三国演义》	(29)
7.《红楼梦》	(30)
8.《水浒传》	(31)
9.《西游记》	(33)
10.《毛泽东传》	(34)
11.《红与黑》	(35)
12.《孙子兵法》	(36)
13.《曾国藩家书》	(38)
14.《胡雪岩全传》	(39)
15.《汤姆叔叔的小屋》	(40)
16.《悲惨世界》	(41)
17.《百年孤独》	(42)
18.《老人与海》	(44)
19.《飘》	(45)
20.《钢铁是怎样炼成的》	(46)
21.《呐喊》	(47)
22.《小王子》	(49)
23.《倾城之恋》	(50)
24.《一千零一夜》	(51)
25.《堂·吉珂德》	(52)
26.《变形记》	(54)

目 录

27.《吉檀迦利》	(55)
28.《欧也妮·葛朗台》	(56)
29.《伊索寓言》	(57)
30.《哈姆莱特》	(58)
31.《简·爱》	(59)
32.《雷雨》	(61)
33.《茶花女》	(62)
34.《神曲》	(63)
35.《雪国》	(64)
36.《边城》	(66)
37.《喧哗与骚动》	(67)
38.《复活》	(68)
39.《罪与罚》	(69)
40.《四世同堂》	(70)
41.《生命中不能承受之轻》	(71)
42.《围城》	(72)
43.《情人》	(74)
44.《西厢记》	(75)
45.《苏菲的世界》	(76)
46.《瓦尔登湖》	(77)
47.《穆斯林的葬礼》	(78)
48.《冰心散文选》	(79)
49.《日瓦戈医生》	(80)
50.《美的历程》	(81)
51.《麦田里的守望者》	(82)
52.《活着》	(84)
53.《我的精神家园》	(85)

54.《我与地坛》	(86)
三、学会泛读的技巧	(87)
1. 通过内容提要,序文和目录了解书的梗概	(88)
2. 抓住书的要点和条理	(91)
3. 随便翻翻,捕捉会意之处	(92)
四、参照阅读法	(93)
第三章 吃透一本书的技巧	(95)
一、慢读与朗读	(96)
1. 慢读	(96)
2. 朗读	(96)
二、把书读厚、再读薄——五步读书法	(99)
1. 浏览	(100)
2. 提问	(102)
3. 细读	(102)
4. 复述	(104)
5. 总结	(105)
第四章 快速阅读的技巧	(108)
一、速读需要养成哪些习惯	(108)
1. 哪些习惯不利于速读	(108)
2. 养成有利于速读的新习惯	(112)
二、意群阅读法	(115)
第五章 读书笔记的升华——书评	(123)
一、什么是书评	(123)
1. 读后感、札记	(123)
2. 随笔	(123)
3. 论文	(124)
4. 序言	(124)

目 录

1. 书评写作要求	(124)
2. 书评写作过程	(125)
3. 书评的表现方法	(132)
三、写下对一本书的感想——读后感	(136)
1. 什么是读后感	(136)
2. 写不好读后感的原因	(136)
3. 写读后感的几种方法	(137)
4. 针对什么内容而写	(138)
四、由所读的说开去——读书随笔	(139)
1. 什么是读书随笔	(139)
2. 写读书随笔的方法	(140)
五、优秀书评范例	(141)
1. 给我影响最大的一本书	(141)
2. 发动一场战争的小说	(142)
3. 精神的胜利	(143)
4. 阅读张爱玲	(144)
5. 我眼中的泰戈尔	(146)
6. 但丁的《神曲》	(146)
7. 一本静静的书	(148)
8. 《复活》赏析	(148)
9. 读《生命中不能承受之轻》	(150)
10. 活着的骄傲和哀伤	(151)

第一章 读书的核心——思考能力

一、读书离不开思考

1. 阅读与思考的关系

如果说具有思考能力是人之所以为万物之灵的主要原因,那么思考习惯的普遍式没落,不能说不是人的堕落。这是现代人的一大隐忧。

打开电视,我们把思考的权利交给声光;翻开报纸,我们把思考的权利交给记者;走进书店,我们又把思考的权利交给排行榜;逛进百货公司,我们再度将思考的权利交给橱窗和流行。即使生活中的衣食住行,我们已如此懒于用心,更别说对抽象问题的纯粹思考。

思考习惯的没落,使我们凡事习惯于看看别人怎么想,然后照做就是了。当大部分人都是这种心态时,少数人的意见就成了全部人的意见,亦即所谓的“舆论”。以文化的发展而言,这是一个重大的危机。当社会上的大多数人,对自己如何想、如何言行,弄不清楚想法和言行背后的真正原因及过程,我们可以肯定地说,这绝不是一个充满希望与活力的社会。

只要肯用心,生活中处处大都有值得我们深入思考的余地。苏格拉底说:“不经反省的生活不值得过。”思考的能力是上帝赐给人类的最宝贵的礼物,我们应该充分利用它去获得智慧。

而思考能力在阅读活动中的地位又如何呢?

阅读与思考的关系非常密切。阅读过程实际上就是人的大脑的思考过程。

读思应该密切结合,是被现代科学研究证明了的。现代心理学家和阅读研究者通过科学的实验手段,已经得出了明确的结论:阅读的根本机制在大脑,而大脑的主要作用是思维。美国阅读学家施道弗在他的《阅读——一个思维过程》中明确指出,阅读的本质是思维。因此,我们说阅读与思维是密不可分的,阅读过程是人的大脑在思考的过程。所以阅读时我们必须把阅读与思考有机地结合起来,任何把阅读与思考分割开来的做法都是反科学的,都是违背阅读规律的,是决不会取得好的阅读效果的。

阅读与思考的密切关系,早被人们所认识。我国古代著名教育家孔子就明确指出:“学而不思则罔,思而不学则殆。”宋代学者朱熹把读思结合作为一条学规昭示于众,他说:“学便是读,读了又思,思了又读,自然有意。若读而不思,则不知其意味……若读得熟而又思得精,自然心与理一,永远不忘。”清代学者王夫之也说过:“致知之途有二,曰学,曰思。”关于阅读与思考,人们还有许多精辟的见解,诸如“好学好思”、“熟读精思”、“博学慎思”、“精读细思”等等。以上主张,都正确揭示了学与思、读与思之间密不可分的关系,强调把阅读与思考有机地结合起来。

许多读书大家在读思结合方面都给我们做出了榜样。鲁迅在强调读书要“心到、手到、眼到、口到”的同时,特别强调“脑到”。在鲁迅一生的学习和研究中,始终贯穿着独立思考的精神。他读了孔子、孟子、庄子等古代思想家的著作,不是全部否定或无批判地接受,而是通过思考取其精华,去其糟粕。总之,把阅读与思考结合起来是十分重要的。只有这样,阅读才能取得理想的效果。

2. 阅读中的几种思考方法

精读,强调思考,主张记忆和理解的统一,把书本知识变成“为我所有”的活的知识。也就是要进行积极的阅读思维。在阅读过程中我们要学会给自己提出思考的问题,学会运用各种阅读思维方法,展开阅读分析、综合、比较、概括、抽象、归纳、演绎等抽象思维活动与表象、联想、想像等形象思维活动,以及进行发散思维、集中思维、灵感、直觉等创造性思维活动,来分析问题,解决问题。此外,也要善于学习一些前人精读文献的常规思维方法,例如:未读先思法、正读反思法、读后再思法、掩卷凝

思法等,下面作简要的介绍:

(1)未读先思法

是先根据文献的题目、章节标题进行思考,构成一本书的轮廓。然后再细读原文,边读边与自己推想的那本书进行对比、印证,研究二者之间的差距,并更进一步加深对书中内容与表达形式的理解。

(2)正读反思法

是阅读中通过积极思维,从正反两个方面理解和评价文章,从而更深刻地理解原文的一种评判性阅读方法。正读,是指首先要正确地理解文章的本义。反思,就是朝着习惯性思维相反的方向进行思考,或者提出与作者不同的论点和论据,进行不同的论证。

(3)读后再思法

是指先读原文,正确理解原文,再动用自己原有知识进行综合分析,然后考虑吸收其精华,充实自己的知识储存,或修正其谬误,提出自己的见解。运用此法时应注意:读原文时不能抱偏见,避免先入为主;分析时要全面,敢于质疑;提出自己见解时要慎重,力戒草率。

(4)掩卷凝思法

是读后再思的另一种阅读形式,即在读完一章一节文字或全书后,合上书本,继续凝神思索,复现、回味书中的内容,或默默探寻某种深意及解决某种问题的途径和方案等。这种方法对于增强对书中内容的理解与记忆,或根据书中内容发现问题、解决问题都有很好的效果。

总之,我们要把学与思相结合,力求达到对知识牢固的记忆与掌握、透彻的理解与领悟的阅读目的。

3. 要读懂书上没有的东西

俄国剧作家、诗人克尼雅日宁说:“读书有三种方法:一种是读而不懂,另一种是既读也懂,再一种是读而又懂得书上所没有的东西。”所谓读懂书上没有的东西包含以下几个方面的意思:要懂得从明处看出暗,从静处看出动,从是处看

出非。“从明处看出暗”，是指要看出书本的含蓄之处，即读者靠自己的仔细阅读，体会和捕捉书本的言外之意、弦外之音、画外之情。从无字处探寻作者的思想 and 用意。例如，诸葛亮的《出师表》，抚今追昔，讲武论文，通篇没有指名道姓地批评当时朝廷的任何一人，但阅读时要看出，文章从头到尾都在警告阿斗皇帝和揭露“宫中小人”。鲁迅的《为了忘却的纪念》，把一腔悲愤之情，浓缩成极为精练、含蓄的语言。

“从静看出动”，是指把静态的、死的知识变成动态的、活的知识，例如气象学家、地理学家竺可桢读古代诗句，不仅是欣赏画意，而是把它与自己的专业研究联系起来，把这些诗句看做古代气候的珍贵记载。他在自己的研究中就喜欢引用古典文献资料，在物候学的研究中，引证了许多古代的诗句为证。如在谈到长江黄河流域海拔超过 4000 米的地方，不但无夏季，而且也无春秋时，就引李白的《塞下曲》：“五月天山雪，无花只有寒。笛中闻《折柳》，春色未曾看。”说明这是纪实。竺可桢把自然科学知识与文学知识有机地结合，互相沟通，相得益彰，把古代的诗句用活了。

“从是处看出非”，是指读书时，要主动地、存疑式地读，“尽信书不如无书”。例如汉代著名唯物主义哲学家王充，处在谶纬之学大兴其道的时代，他不轻信当时流行言论，写出《书虚论》、《道虚论》，与当时被奉为经典的《白虎通义》针锋相对。存疑式读书法重在多问几个“为什么”，认真推究，追求真理，须知任何一门学科都不是完善的，而知识处在不断发展当中，即使是大师，他的贡献仅在于极大推动了学科的发展，拓宽了我们看问题的可能性。至于亘古不变的真理，则是不存在的。

4. 集思广益

独立思考是重要的，而善于独立思考的人凑在一起“集思”，往往能取得更好的效果。孔子说：“三人行，必有我师焉。”加里宁说过这样的话：“当你们独自阅览时，你们只了解到一面，即令了解了三面，还是没有了解到第四面。终于把四面全都了解了，哪知这个东西不是一个平方体，而是一个立方体，却总共有六面，所以同旁人

第一章 读书的核心——思考能力

一起讨论,便能把思想磨炼深刻,便能使它丰富起来。”世界上的事物是复杂的,有时靠个人的力量并不能圆满解决问题,这时只能靠集体力量,靠集思广益。朱熹和陆九渊是一对“论敌”,常常为一些不同的见解而唇枪舌剑,争论不休。但是,他们之间没有门户之见,而是互拜为师,集思广益,相得益彰。魏晋时期的“竹林七贤”,就经常聚集在一起学习探讨,甚至通宵达旦争论不已,这对提高他们的文学水平显然起了很大的作用。

早在 100 多年前赫尔岑在《往事与随想》中就提到过:教室里年轻人之间的接触,思想和学习心得的交流,对于学生的发展来说比讲课和教授的作用更大。事实也正是这样,不同年龄,不同地位,不同学科,不同专业,不同观点的学友之间交谈、辩论,会使信息的传递和反馈格外活跃、迅速。交流、讨论可以引起思维的共振、观点的碰撞、理论的闪光、灵感的突现。在这样交谈讨论中,思维往往沿着顺向和逆向发展,任何新观点、新理论都可以不顾自身的浅陋、不完善而大胆自由地发表出来。这样既可以训练年轻人的思辨能力,又可培养他们形成学习竞争、争鸣、论辩的品质。在这种共同探讨的学习气氛中,信息必然得到迅速地传递和反馈,为创造、发明提供良好的条件。

二、思考要符合逻辑

1. 分析与综合

分析方法。分析是指在思想上把研究对象分解为各个部分、各个方面、因素或者把事物的个别属性、特征分解出来,然后分别加以研究,以达到认识其本质的思维方法。随着科学技术的发展,分析方法也发展为定性分析、定量分析、因果分析、比较分析、分类分析、系统分析等多种方法。通过分析,我们可以从事物的各个组成部分、要素的性质和特点,从不同的方面,不同的特征来认识事物。

在阅读中,对于不同学科、不同特点的文献,应当运用不同的分析方法。在阅读中对所提问题要仔细阅读,深入思考,寻求解答的方法,就要运用因果分析方法,解决“为什么”的问题。运用因果分析方法要注意认真阅读原文,寻找答

案；要准确地把握问题的性质，以免因果不符，答非所问；回答问题要言简意赅，条理清晰。又如，在阅读时运用系统分析方法，可以把一部书看做一个系统，再把全书的内容按章节分成若干子系统，然后找出各部分要点或论点之间的逻辑联系、论证进程。经过系统分析，一是认识了构成本书的论点，二是弄清了各论点之间的关系和系统性。

综合方法。综合是把研究对象的各个部分、各个方面和因素联系起来加以考虑，从而在整体上把握事物的本质和规律的思维方法。综合不是对象的各部分、各要素的迭加，而是从整体上把握事物的一种方法。

阅读的综合方法应当在分析的基础上进行。例如把一部书的各部分、各章节透彻分析之后，要把各章、节以至各段的内容要点加以整理，联成一体，使所学的知识融会贯通。正如孔子所说的“一以贯之”，就是综合。

阅读中的分析与综合是彼此相反的思维过程，同时又是辩证统一的。分析是在综合指导下的分析，综合是以分析为基础的综合，两者是相互联系、互为依存的。阅读中对文献内容分析、综合的过程，就是对文献的认识不断深化的过程。第一步，是先运用已有知识不断丰富各部分内容，经过分析，以求得全面深入的理解；第二步，是知识的提炼过程，经过综合，使认识达到了质的飞跃。可以说，阅读的基本过程就是对文献内容不断分析和综合的过程。

2. 抽象与概括

抽象方法。抽象是指通过分析，把客观事物的本质属性和非本质属性区分开来，并舍弃其偶然的非本质属性，抽取出必然的本质属性的思维方法。

在阅读过程中，为了认识书中所论述的对象的本质属性，抓住事物内部的各种联系，达到真正理解和掌握知识，就不能只有表面的、笼统的、肤浅的认识，还必须对事物的不同方面、要素、特征等，加以分析研究，才能透过表面现象认识本质和它们之间的内部联系。例如，我们读《堂·吉珂德》，起初感到堂·吉珂德是个滑稽可笑的人物，他读骑士小说入了迷，拿小瘦马当良驹，用纸糊盔甲，对风车作战；然而深入下去，却发现这个人物形象有极其悲剧性的意义，他对于理想永恒的追求和这种追

求的破灭。于是就再也不能轻松,而是伏案而思。在学习社会科学、自然科学著作中的概念、定律、原理、规律时,运用抽象方法就是要搞清楚书中的概念、定律、原理、规律是怎样被抽象出来的,只有正确地理解了抽象的概念,才能正确地进行分析、判断、推理和做出结论。

概括方法。概括是把从同类事物中抽取出来的共同本质属性联合起来加以考察的思维方法。概括的过程是把个别事物本质属性推及为同类事物的本质属性,这个过程也就是思维从个别到一般的认识过程。用概括的方法去欣赏文艺作品,可以把作者所写的事由个别上升到一般,由感性上升到理性认识,由对物、事的本来属性的概括,上升到更广阔的领域里,由对人们普遍情绪和感情的概括,引起与作品共鸣。例如,我们读李白的《静夜思》:“床前明月光,疑是地上霜,举头望明月,低头思故乡。”这首诗如果就诗本身而论,只是作者的一种思乡之情,但我们以概括的思维,推而广之,就会认识到诗中的这种情绪和感情是人所共有的,它是人们普遍情绪和感情的概括。事实上,这首诗能流传千古,激荡人心,也正是这种概括具有典型意义,引起读者的共鸣。

抽象和概括是密切联系、不可分割的。通过抽象和概括,人们可以从认识个别事物的属性扩展到认识同类事物的属性。不仅使人们对事物的认识更加正确、深刻、全面,而且使人们的思想更加开阔了。

抽象和概括是以比较为前提的,只有经过比较,确定了事物的个别部分,或个别属性的相同点和相异点及其联系后,才能进行抽象,把本质的属性与个别的、非本质的属性区别开来,也才能进行概括,把非本质的、本质的属性联合起来。

读者在阅读过程中,应注意培养抽象和概括能力。在校学生中,低年级学生对事物的认识通常带有具体性、直观性,应遵循从具体到抽象的规律,根据事物的外部特征,进行初步的抽象和概括,把彼此相同的特征综合起来,形成一些具体的概念。高年级学生,随着知识经验的生长,可以进行一些高级形式的抽象与概括,揭示事物本质属性及其内在联系,把感性认识上升到理性认识,形成各种抽象概念。

3. 归纳与演绎

归纳方法。归纳是根据大量的已知事实,概括出一般原理的思维方法,即是从特殊到一般的思维方法。

归纳法在阅读各类科学书籍中都能起到非常有效的作用。它与比较方法相结合,可以分析确定各类知识概念、定理、事物的相同点和不同点,通过同中求异,异中求同的比较,就能顺利地认识这些知识、现象、事物固有的特点,使零散的、杂乱的知识 and 事物系统化、条理化,达到提高阅读效果的目的。如果用列表和编写提纲的形式,把知识按学科内容归纳起来,可以把知识、事物的内部联系和相互关系清晰地表示出来。这种列表、列纲的过程,就是知识系统化、逻辑化的归纳过程。

演绎方法。演绎方法与归纳方法相反,是从已知的一般原理出发来考察某一特殊现象,推演出有关这个对象的结论的方法,是从一般到个别的思维方法。例如,从已知的公理、定律、法则、理论或学说出发,通过逻辑推理,得出一批新的结论;然后又根据这些结论及原来的公理或新的公理,再运用逻辑推理,又可以得出一批结论。如此层层推理、穷追下去,往往可以导致新的发现与创造。当然,演绎得出的结论是受原始前提的制约的,如果原始前提是正确的,得出的结论也应该是正确的,反之,必然会得出错误的结论。

运用归纳和演绎的思维方法,对于阅读和科学研究有着重要的作用。例如,在校勘古典文献中,有时就要应用简单枚举归纳法,清代学者钱大昕曾经根据古书中100多条例子,证明近代读轻唇音的字在古代都读作重唇音。

对于把归纳和演绎方法作为学习方法,著名理论物理学家诺贝尔奖金获得者杨振宁与中国留学生谈学习方法时,有过一段深刻的讲话,他说:“美国学物理的方法与中国学物理的方法不一样。中国学物理的方法是演绎法,先有许多定理,然后进行推演。美国对物理的了解是从现象出发,倒过来的,物理定理是从现象归纳出来的,是归纳法。演绎法是学考试的人用的办法;归纳法是做学问的办法,做学问的人从自己的具体工作分析中抽象出定律来,这样所注意的就是那些与现象接近的东西。”

杨振宁又比较了这两种学习方法的效果,他说:“传统教育法训练出来的小孩,可以深入地学到许多东西,这对于他进大学、考试有许多帮助。是不是这种做法对做研究工作有妨碍呢?中国留学生所以考试后做研究工作时不安、着急,主要是因为他需要走的路与他过去的学习方法完全不一样。过去的学习方法是被人家指出来的路你去走,新的学习方法要自己去找路。这里有个习惯问题,忽然一下子要自己去找路,就有点觉得茫茫然。有个心理作用,这个心理作用克服以后,从总的来看,还是占便宜的。对某一个人来讲,最重要的是不要害怕,不要怕新的东西。1945年我来到美国芝加哥大学物理系,我很快就发现这里学物理的空气与西南联大不一样。西南联大的课教得都比较认真,包含的方向很广,常常比较深入而详细。美国教授主要做研究工作,上课不大认真。但很快我发现他们有很多好处,最大的好处是和实际的问题比较接近,使我知道哪些问题可以有发展,并且学习到一些思想方法。”杨振宁的讲话对我们怎样在学习和阅读中应用归纳法和演绎法,是有教育与启迪作用的。

三、提问引发深入的思考

伟大的科学家爱因斯坦在谈到读书与才能的关系时说过:“我没有什么特别的才能,不过喜欢寻根刨底地追究问题罢了。”巴尔扎克也说:“打开一切科学的钥匙都毫无异议地是‘问号’,我们大部分的伟大发现都应当归功于‘如何’,而生活的智慧大概就在于逢事都问个‘为什么’。”阅读思考能力的培养,要从提出问题开始,这是前人经验之谈。

翻开中外的历史,有作为、有成就的名家,几乎无一不是从多想——质疑开始的:墨翟虽然就教于儒家,但对孔子的某些学说却持怀疑态度,因而进行独立研究,另立学说,终于自成一家;清代阎若璩,20岁读《尚书》,怀疑其中的25篇古文是后人伪作,经过22年的“沉潜”钻研,用大量确凿的史料证实25篇是东晋人梅赜的贗品,写出了轰动一时的名作《西文尚书疏证》。

在世界科技史上,正是那些不囿于陈辞旧说,敢于大胆怀疑,深入思辨的人,以