

▲方州/著

Learn About The LEARNING

学习能力并非与生俱来，需要在学习实践中不断探索，并借鉴成功者的经验。社会的进步对每个人不断提出新的要求，学习能力必须适应这些要求，只有不断更新学习观念和学习方法，你才能及时学到真正需要的东西。

学会 学习

[用学习这把钥匙打开
无障碍生存之门]

一个人要想取得成功，就必须具备与之相对应的能力。



中国华侨出版社

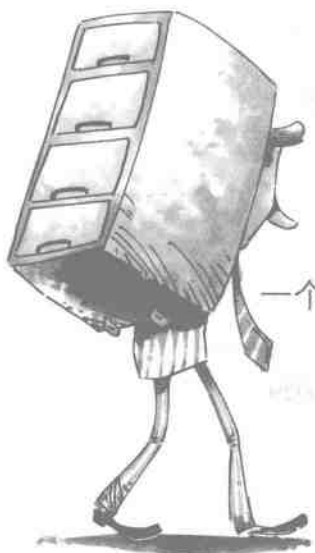
Learn About The
LEARNING

学会学习

▲方州/著

**[用学习这把钥匙打开
无障碍生存之门]**

一个人要想取得成功，就必须具备与之相对应的能力。



中国华侨出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

学会学习/方州著. - 北京: 中国华侨出版社,
2006.7

ISBN 7 - 80222 - 162 - 5

I. 学… II. 方… III. 学习方法 IV. G791

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 088071 号

学会学习

著 者/方 州

责任编辑/李 健

封面设计/纸衣裳书装

经 销/新华书店

开 本/710×1000 毫米 1/16 印张 18 字数 250 千字

印 刷/北京东方圣雅印刷有限公司

版 次/2006 年 10 月第 1 版 2006 年 10 月第 1 次印刷

印 数/6000 册

书 号/ISBN 7 - 80222 - 162 - 5/G · 146

定 价/26.80 元

中国华侨出版社 北京市安定路 20 号院 邮编 100029

法律顾问: 陈鹰律师事务所

E-mail: overseashq@sina.com

发行部: (010) 64443051 传真: 64439708

➔ 前言

知识和能力在现今的社会被再三强调，没有知识和能力无法应对一浪高过一浪的竞争浪潮。于是，许多人在万般无奈之下，选择了各种途径去学习，给自己充电。有的人以最快的速度给自己充好了电，投入到人生的搏击大战之中，而有的人却找不到充电的入口，即使找到了入口也无法将自己的所需快速吸纳。原因在哪儿？不会学习。

学习是要讲方法的。不同的人要有不同的学习方法，只有找到了最适合自己的那一种才可以以最快的速度学到自己的所需。而且，要在这个社会上立足，我们要学的东西太多太多，任何一点缺失都可能成为你前进的滞障。因此，学什么很重要，如何学更重要。本书将以简洁明了的方式介绍一些一生该学的知识，该具备的学习能力和如何尽快学到知识的方法，希望对广大急于求知的人有所帮助。

正走在人生黄金段的青年朋友们学会如何学习显得尤





其重要，因为青春年少，人生的路通过这一时期的积累将步入不同的轨道。如果你还没有找到最佳的途径学习自己该学的知识，未来的生活将面对更大的压力和挑战。因此，学习书本知识、培养自己的实践能力是你现在必须抓紧时间去做的头等大事。学会学习则是这头等大事的第一个环节。

本书分析了目前以及未来的竞争走向，总结了人生必备的6种学习能力，以及思维应遵从的规律，并且将他人的高效学习法做了详细介绍。希望广大求知者有目的、有选择地借鉴，在学习中将自己打造成一块闪闪发光的“智慧之金”。



目 录

第一章 非学无以致远

——学习是提升生存层次的必然通道

很难想像一个没有知识的人，内心是多么的闭塞、苦闷。因为没有知识，他们看不清自己前进的道路；因为没有知识，他们无法参与更多的竞争，难以在人生的路上跨步向前，只能站在最初的起点，看着别人越走越远。

1) 自我魅力的源泉	(2)
雕一块美玉	(2)
学识让人格和修养更完美	(4)
渐学渐丰	(6)
世事洞明者学问	(8)
天下才子必读书	(10)
2) 学习是一项最有利的投资	(13)
做足够优秀的时代宠儿	(13)
一种无法继承的资产	(15)



一年的学习等于十年的奋斗	(16)
最聪明的投资专家是谁	(19)
3) 大学教育是实现的最佳途径	(20)
大学教育的重要性	(20)
大学教育的特殊益处	(22)
哈佛海报的启示	(24)
4) 正确的学习观使人终身受益	(26)
自学一样可以成才	(26)
终生学习终生受益	(29)
学习什么时候开始都不晚	(31)
30岁之前的主要任务是学习	(33)

第二章 求学贵在谦逊 ——主动求知才能学有所得

学习者犹如一个虔诚的教徒，心无杂念地跪拜在知识面前接受心灵的洗礼。如果你的心灵是真诚的，你将得到最多的恩赐。因为，任意一次给予，都会因主动而谦逊的态度感动世界。

1) 勤能补拙	(36)
所谓的“幸运”	(36)
谁是天才	(37)
珍视生命中的每一秒	(39)
吴士宏的成功哲学	(42)
2) 为学就该有为学的样子	(44)
学习不是为了满足可怜的虚荣心	(44)
不顾一切的求知路	(45)
坚持正确的观点	(48)
不放过任何学习机会	(49)



3) 谦虚才能得真知	(51)
成功的起步	(51)
谦虚才能学的更多	(53)
三人之行	(55)
正确对待荣誉	(57)
有本领的人无需夸奖	(59)
4) 严谨治学	(61)
精益求精的态度	(61)
治学应先学会追根究底	(63)
不可轻信他人的结论	(65)
让事实证明	(67)
5) 忠实于自我	(68)
审视你的自尊心	(68)
不要不懂装懂	(70)
以己为镜	(72)
给自己一个坐标	(74)

第三章 能者必有所长

——不同的能力推开同一扇学问之门

一个人要想取得成就,就必须具备与之等同的能力。为了打开学问这扇门,你必须让自己具备开启这扇门的能力。而这些能力的取得必须靠你自己逐步去掌握。

1) 观察力助你向天才靠近	(78)
留意一切细节中的反常现象	(78)
培养观察兴趣	(80)
不要被现象迷惑	(83)
学会从不同角度观察	(84)



养成良好的观察习惯	(85)
2) 神奇的记忆让你告别遗忘	(87)
大脑的秘密	(87)
记忆的最初	(89)
3 种优秀的记忆法	(91)
记忆力误区	(94)
回忆对于记忆而言必不可少	(95)
3) 思维的魔力	(98)
思维的特性	(98)
避免走入思维误区	(100)
发散思维	(103)
收敛思维	(105)
立体思维	(106)
系统思维	(108)
4) 推理让方向更准确	(111)
逻辑推理能力	(111)
培养逻辑思维	(114)
假设推理	(116)
类比推理	(118)
5) 注意力是聚焦明确	(119)
聚精会神才能成功	(119)
扩展注意力	(121)
影响注意力的主要因素	(123)
6) 想像力是创造的翅膀	(125)
生活不能没有想像	(125)
奇迹源于想像	(126)
联想想像	(129)
追踪想像	(130)

第四章 方法为我所用

——以最合适的方法追求最佳学习效果

人与人是不可能完全等同的。因此,人与人之间的学习方法也不可能完全等同。如果你在学习中可以参考他人的经验,那你就去借鉴,但不要忘了你的目的是找最适合自己的方法。所以,别人的方法可以用,但不是完全地照搬照抄。

- 1) 模仿是通向成功的捷径 (134)
 - 照葫芦画瓢 (134)
 - 择其上而从之 (136)
 - 最近的路就是模仿 (137)
- 2) 管好学习时间 (140)
 - 掌握生物钟 (140)
 - 珍惜学习时间 (142)
 - 即使是机器也需要休息 (144)
 - 制定时间计划并坚决执行 (146)
 - 学会挤时间 (149)
- 3) 以兴趣定位 (151)
 - 兴趣是最好的老师 (151)
 - 以特长定方向 (153)
 - 你该有点艺术细胞 (156)
 - 天才就是将兴趣进行到底的人 (158)
- 4) 读书不是看热闹 (161)
 - 读书犹如登山 (161)
 - 读书不是看热闹 (164)
 - 法异为求真知 (166)
 - 不是什么书都可以读 (168)
- 5) 培养良好的习惯 (170)
 - 独立自主地生活 (170)





善于研究总结	(173)
自制自律	(175)

第五章 广思才可广益

——通过学习拓宽视野和思路

学习贵在思考,将你的目光放得更长远、更宽阔一点,也许你不仅可以看到一片树叶,更可以看到整个森林。

1) 风物长宜放眼量	(178)
别以为有了知识就有了智慧	(178)
找最好的答案	(180)
站在最高处	(182)
未雨绸缪才不会淋雨	(183)
以隐忍之态学习	(185)
放长线钓大鱼	(187)
2) 突破定势思维	(190)
打破思维定势	(190)
解放心灵吸纳新知	(192)
戴不同颜色的帽子	(194)
学会从尾看到头	(196)
换其他的路试试	(198)
在基础上加一点东西	(201)
3) 别越走越窄	(203)
打开思路	(203)
给自己创造一片广阔的心灵天空	(205)
积累多种信息是打开思路的基础	(209)
从“谬误”中走出	(211)
学会以变应变	(213)

4) 换位思考	(215)
换一个角度看到另一片天空	(215)
移情换位	(218)
己所不欲,勿施于人	(219)
5) 迂回策略的运用	(222)
S形曲线的妙用	(222)
学会迂回思考	(224)
欲速则不达	(225)
欲扬先抑法的扩展运用	(227)

第六章 躬行益于求学

——在实践中学习,在实践中提高

没有实践的学习等于建一座海市蜃楼。只有实践才是检验真理的惟一标准。要学到真正的知识,实践是最佳的路径。不要怕辛苦,亲自动手,你才能建一座真正的知识楼阁。

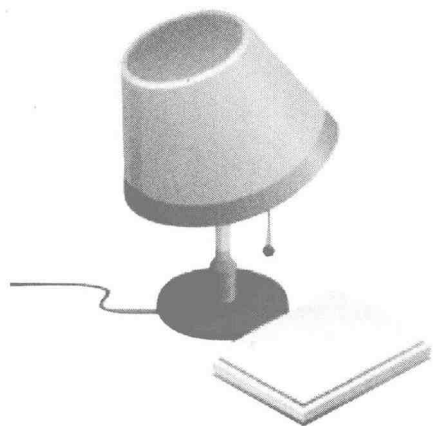
1) 避免眼高手低	(230)
书本奴隶做不得	(230)
文凭不等于能力	(233)
避免眼高手低	(234)
从底层做起	(237)
莫做语言巨人	(239)
2) 在实践中学习,在学习中实践	(241)
要学会亲身体会	(241)
在书本与实际之间搭一座桥	(243)
3) 书本之外的基本技能	(245)
独立生存能力	(245)





用学习这把钥匙打开
无障碍生存之门

语言能力	(248)
理财能力	(250)
交往能力	(254)
抗压能力	(258)
4) 培养自己的综合能力	(261)
能者无惧	(261)
提升自己的能力	(263)
活学活用	(266)
从源头学起	(268)
增强你的消化功能	(271)



第一章 非学无以致远

——学习是提升生存层次的必然通道

很难想像一个没有知识的人，内心是多么的闭塞、苦闷。因为没有知识，他们看不清自己的道路；因为没有知识，他们无法参与更多的竞争。难以在人生的路上，跨步向前，只有站在最初的起点，看着别人越走越远。

INSTITUTIONARY
LEARN



1) 自我魅力的源泉

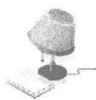
雕一块美玉

玉，以其温润清静，雅致恒丽，气脉内蕴，被誉为石中君子。每个人都是一块完全可以被雕饰成绝美莹润的美玉的材料，然而，珍宝无价，美玉难求。许多人一生都在孜孜以求，希望可以突获异宝，却始终没有发现自己其实就是一块璞玉。如加雕琢，便可显晶莹、温婉、脱俗之君子之风。

曾有一份报纸报道说，只有6岁的里斯米尔在绘画方面的天赋超乎常人。他能够准确地描绘人体，并对人体结构以及光影都有极为准确的把握力。他的父亲经常把他的许多儿童美术大赛的获奖证明拿出来给别人看，以示儿子的非凡。在里斯米尔的“画室”里，墙壁上挂满了各种画作和装饰品，房间的地板上摆放着各种各样的石膏模型，一幅巨大的人体解剖图高挂在最主要的一面墙上。所有这些无不显示了一个绘画天才的独特之处。令人遗憾的是，几年之后，他的天赋并未如人们预想的那样发挥出来，反而越渐黯然失色，直至消失在美术界的边缘。

里斯米尔的境遇与中国古代仲永的境遇多少有些类似。其实，生活中的“里斯米尔”和“仲永”不在少数，甚至可以说每个人都具有不同的潜质，就像里斯米尔和仲永一样。他们都在不同的时候曾显示过惊人的天赋，却因种种原因消失了各自的光辉。就如一块璞玉尽管有着上等玉质的质地，有着可以成为玉中极品的潜力，却因没有遇到一个识玉、懂玉的知音，没有遇到一个具有上乘刀功的玉匠，自己又无法将自身的各种优势展现在世人面前，最后只能深埋沙土。值得庆幸的是，我们每个人都是一个活的实体。可以认识自己，也可以培养自己的能力。可以在不断的学习过程中，使自己越来越优秀。这个过程就是一个用雕刀使自己从璞玉转化成玉质佳品的过程。

古今中外的许多名人幼时并不像里斯米尔和仲永那样才华早现，他们



都是看起来十分平常的普通人。他们后来之所以能取得极其卓越的成就，就在于他们一直都注意知识的积累。

以近代名人曾国藩为例，他出生在一个耕读之家，资质平平，毫无过人之处，但他酷爱读书。9岁时已经开始读四书五经，15岁时，受教读《周礼》、《礼义》，直到能够背诵，还读了《史记》。

1836年的那次会试落第后他自知功力欠深，便立即收拾行装，搭乘运河的粮船南归，虽然会试落榜，但却使这个生长在深山的“寒门”士子大开眼界。他决定利用回家的机会，做一次江南游，实现“行万里路，读万卷书”的宏愿。这时曾国藩的盘缠已经所剩无几。

经过金陵时，他见金陵书肆十分发达，流连忘返，在书肆中看见一部精装的《二十三史》，更是爱不释手，一问价格，曾国藩大吃一惊，如果自己买了这部书，所剩就寥寥无几了。他不禁心里暗自盘算：好在金陵到湘乡全是水路，船票已交钱定好，沿途就不再游玩了，省吃少用。虽然银两很有限，但自己随身所带的冬季衣物在这初夏季节也用不着，还可以拿去当了换点盘缠。于是曾国藩把一时不穿的衣物，全部送进了当铺，毅然把那部心爱的《二十三史》买了回来。

家中的老父得知他用那么多银子换回一大堆书的消息后，不怒反喜：“尔借钱买书，吾不惜为汝弥缝（还债），但能悉心读之，斯不负耳。”父亲的话对曾国藩起了很大的鞭策作用，从此他闭门不出，发奋读书，并立下誓言：“嗣后每日点十页，间断就是不孝。”

曾国藩发奋攻读一年，这部《二十三史》全部阅读完毕，此后便形成了每天评点史书十页的习惯，一生从未间断，一部《二十三史》烂熟于胸。

直到他不久于人世时，仍不忘写箴言以警示和鞭策自己：“禽里还人，静由敬出；死中求活，淡极乐生。”

曾国藩的一生都与学习为伴，在理学的探究与修养的提高上，为自己画上了一个圆满的句号。他用“学习”这把刻刀完成了自己由璞玉化为美玉的过程。这是一种质的巨变。

天性聪颖的奇才很少，但资质平庸的凡夫很多。以曾国藩为例看天下人，谁没有化为美玉的可能？只是许多人从未想过或坚持过让自己在不断的学习中修身养性，脱去璞玉的外衣，清除璞玉的杂质，渐露美玉的无瑕和超尘，雕出上品的优雅和博识。



用学习这把钥匙打开
无障碍生存之门

学识让人格和修养更完美

常常可以看见一个精神正常的村妇为了一点鸡毛蒜皮的小事站在大街上捋袖叉腰、唾沫飞溅，情绪激昂，状如斗鸡，此情此景，人们谓之“泼妇骂街”，却很难看见一个精神正常的知识女性为一些小事与人争执不下，人们谓之“知书达理”。二者相较，当然是后者更具修养和人格魅力。这些都是学识在起作用。

