

日本畅销书作家、考试达人

庄司雅彦 著

林文娟 译



CHEER
CHEER



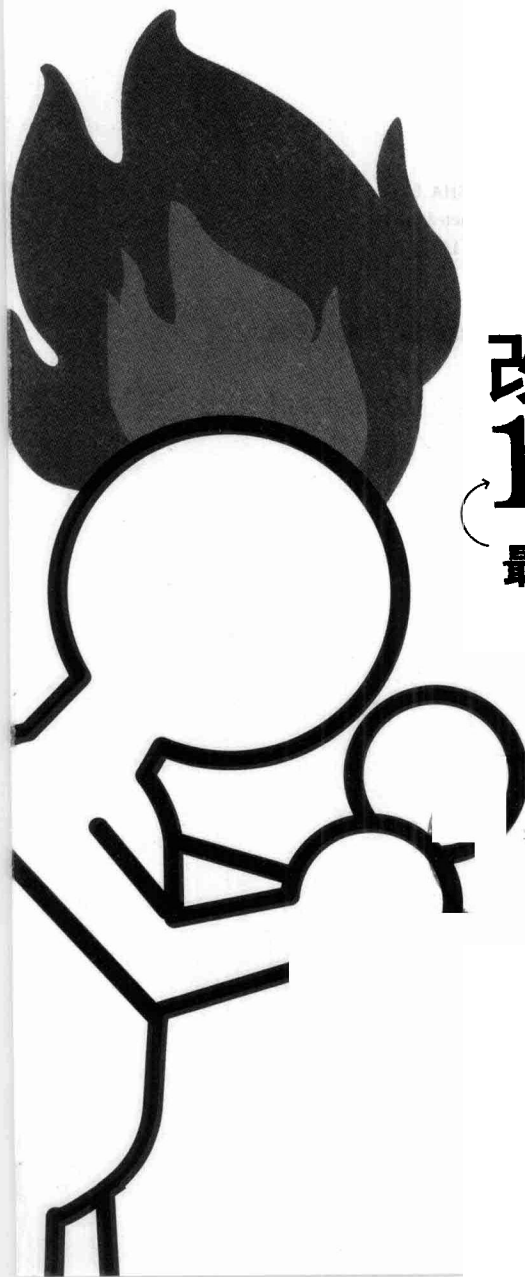
每个考生
都应该读的书

改变命运的 17[↑] 考试准则

最快、最强学习法

作者花费30年时间所成的“最快速、最强的学习方法”，
顺利让作者在大学入学模拟考得全国第60名；全国司法考试第5名
（成为日本最短时间通过司法考试的人），
其女儿也因此中学模拟考得全国第56名的成绩，
并只花了四星期就通过英文检定考。

法律出版社



改变命运的 17. 考试准则

最快、最强学习法

林文娟 译
庄司雅彦 著

法律出版社

图书在版编目(CIP)数据

改变命运的17个考试准则:最快、最强学习法/
(日)庄司雅彦著;林文娟译. —北京:法律出版社,
2010.6

ISBN 978-7-5118-0866-0

I. ①改… II. ①庄…②林… III. ①学习方法②考
试方法 IV. ①G424.6

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第109103号

©法律出版社·中国

责任编辑/杨大康

装帧设计/乔智炜

出版/法律出版社

编辑统筹/法律考试出版分社

总发行/中国法律图书有限公司

经销/新华书店

印刷/世纪千禧印刷(北京)有限公司

责任印制/沙磊

开本/787×1092毫米 1/32

印张/6.625 字数/107千

版本/2010年6月第1版

印次/2010年6月第1次印刷

法律出版社/北京市丰台区莲花池西里7号(100073)

电子邮件/info@lawpress.com.cn

销售热线/010-63939792/9779

网址/www.lawpress.com.cn

咨询电话/010-63939796

中国法律图书有限公司/北京市丰台区莲花池西里7号(100073)

全国各地中法图分、子公司电话:

第一法律书店/010-63939781/9782

西安分公司/029-85388843

重庆公司/023-65382816/2908

上海公司/021-62071010/1636

北京分公司/010-62534456

深圳公司/0755-83072995

书号:ISBN 978-7-5118-0866-0

定价:24.00元

(如有缺页或倒装,中国法律图书有限公司负责退换)

前 言

花费最短时间考上东京大学及司法考试合格的方法论

我认为拿起这本书的读者,基本上拥有一定的“上进心”。

我个人也是属于那种看到有关“读书方法”的书籍,一定会拿起翻阅的人,而只要其中有一小部分是我认为实用的,我就一定会购买。就某种观点来说,我应该是喜欢搜集“读书方法”的宅男吧!

三十多年来我不但搜集许多方法,也都一一亲身实践,虽然在这过程中犯下不少错误,但对我来说,能从中确立属于自己的读书方法,着实让我的人生因此丰富了不少,也因此得以建立这一连串对大脑及身体活动上都有实质效果的“最强读书方法”。

大约 30 年前,我参加了大学入学考试,大学毕业后即踏入社会工作,后来更放弃上班族身份,决定挑战司法考试,我也就是在那段时间内完成了读书方法论的大部分架

构。当上律师之后,为了使律师工作进行得更有效率,我也下了不少工夫,积极尝试能使自身能力更加精进的辅助小道具,不断探求实践 Know - How^①,亦从中磨炼出不少读书的小技巧。

本书的内容不仅仅是我本身的经验集合而成,也包括我和独生女两人一起针对中学入学考试所尝试的规划方法,可以说是“读书方法的集大成”。

下面就客观角度举几个有关此方法论的成果:

①当我十几岁时,就读家乡的高中,在第一次的实力测验中,我的名次是 450 人中的第 60 名,虽然当时能否以这样的成绩进入一流大学还有待商榷,但对于中学时成绩差强人意的我来说,已经非常满意这个测验结果了。但之后我靠着改良自己高中三年的读书方法,成功以应届毕业生身份考进东京大学文科 I 类组(法学院)以及早稻田大学政治经济学部。

②大学毕业后,我到旧日本长期信用银行上班,后来去了野村做投信工作,但在 1986 年 9 月 30 日,我决定辞去工作,而且从翌日的 10 月 1 日开始准备司法考试(几乎是从零开始学习)。来年 5 月即在第一道关卡的“单选题考试”获得合格成绩,而在 7 月的司法考试中,也是最困难的

① Know - How 是指一个人或行业的核心知识,把知识(knowledge)化为行动的知识。



部分的“申论题考试”得到了“B”(虽不合格,但也在前1500名内,以现在的合格人数来看是合格的)。

来年在各种模拟考试名次都能位居在前,像是资格考试的申论题模拟考为第8名,综合单选题模拟考则是第5名,辰巳小教室^①第2名,星期日答练^②为30名左右……在各个方面的成绩上都有非常显著的进步。后来也顺利获得二家学校的入学资格并成功通过司法考试,在脱离上班族生活转而开始读书后的两年内,我便是当时准备时间最短,“最快”通过司法考试的第一人。

而后我也站上教授的立场,将我的方法论对学生作个别指导,而他们也都顺利通过了司法考试。

③身为律师我也以比全国律师平均处理案件还快10倍的速度来完成我手边的工作(根据《日本律师白皮书^③》记载),因此我成为律师后,是全县唯一一位律师每年登上高额缴税名单之列,但在那段时间内,我没有加过任何一次班,同时享有周休两日的待遇。

① 辰巳法律研究机构,为通过日本司法考试的指导机关,已拥有30多年历史。

② 日本学习机构的规划课程之一,定为星期日的课程内容,而教学内容也依各机构有所不同。

③ 每年发行一次,记载日本当年度律师数目及活动状况等广泛统计内容。

④我们全家在女儿要升上四年级的第三学期^①时搬来东京,女儿为了准备中学入学考试采用了我的方法论去学习,在她六年级的四谷大冢^②模拟考试中,取得两次偏差值^③72的成绩,最后一次考试则是第56名。她不但成功通过东京“女子前三名校”的考试,所有参加入学考试的学校也都顺利上榜。

不好意思,其实以上这些并不是在自我吹擂。

我之所以那么大胆地将这些成果条列出来,纯粹只是想客观地提出根据,验证“只要照着本书所介绍的方法实行,想得到这样的好成绩绝非难事”这样的道理罢了。

拥有“知识力量”才能在社会上出奇制胜

世界上有所谓不去客观地提出成效如何,只强调快乐学习以获得成果的读书方法书籍不断出现。

但也不能一言以概之,说他们的想法都是错误的,因为不论怎样的“方法论”,最终还是要以“能自在快乐学习”为出发点,也就是说不论是资格考试、入学测验抑或是想

① 日本教育为三学期制,初等、中等教育几乎都采取此制度。一般来说四月至七月为第一学期,九月至十二月为第二学期,一月至三月为第三学期,各学期之间各有暑假、寒假以及春假。

② 日本一家以中学考试为主的知名私人考试机构,不仅有课程规划,也定期举办许多的模拟考试。

③ 为日本判定入学资格分数的标准值。



在自己的履历表上加一笔更有利的条件,找出“能在最短时间达到一定效果呈现”的途径,才是读书方法最重要的使命。

但是坊间充斥的“快乐学习读书法”这类书籍,其中藏有一个缺点,那就是各家书籍中很少有人愿意去客观提及成果给读者检验。

就这点来看,我的方法论就有别于他人,如果只提及我个人成果,或许会有读者质疑:“是你的能力在水平之上”,所以我还提供了司法学生及女儿的成功案例作为此方法论成效之佐证。

我可以很有自信地说,本书对于怀有上进心的各位来说,绝对是有帮助的一本书。

人类在现代社会中,最宝贵的财产就是“知识”,就算拥有土地和先进设备的公司,也有可能因为时代的变迁而一夕之间破产或倒闭,我自己也是工作狂,所以很不愿意看到这样的事一再发生。

现在风潮席卷全球的 Google 以及微软等知名企业,其创始者也不是一开始就拥有大笔的创业资金,他们都是因为拥有所谓的“知识能力”,进而称霸世界。

而这样的现象未来一定会更趋明显,也就是说“拥有知识者”才能在社会上获得成功机会,就连“网络族”彼此之间也都是以“知识”多寡来一决胜负。

本书出版的唯一目的,就是要让参加资格考试与入学

测验的人们学习“以最短时间达到目标的方法”，另外也特别针对没有特定目标，只想增广自身知识以达工作充实发挥的社会人士，列出多项的技巧以供参考。

但是说了那么多大话的我，也不是在每次念书时都能达到很好的效果，老实说踏入社会后，我也很少从书上学习并实行新的读书方法，所以时常陷于理想与现实间的缝隙，有时甚至变得自我厌恶。

各位读者，试问您是否有看了许多“读书方法的书”以及“自我启发书籍”后，产生一股“我一定做得到！”的优越感，但事后想想，却觉得书中的理论实行起来对读书效果没什么显著提升，而感到后悔的经验呢？

这一切绝对不是各位的责任。

所谓的读书方法，特别是介绍“社会人士读书法”的书籍，分为两大类。

一种是“阅读书报”、“打造自己的书房”以及“利用通勤时间”……把重点放在日常生活的习惯、态度上，但这样的书籍中并未具体介绍如何准备资格考试以及其他测验的方法。

另一种则是针对特定资格考试及入学考的攻略法，或是某人的亲身体验，对其他方面的读书方法却没有太多着墨。

当然也有居于二者之间的书籍，但只要看了作者的经历，就可以大概猜出此书的重点及程度范围（一般来说，顾



问等人的著书大多为前者,而学校、补习界教师则多为后者)。

通常在内容偏向前者的书籍中,虽然大多数都会提到在面对考试时应有的心态调整,但并不一定能具体告诉读者到底该怎么做,而后者则只偏重于特定资格考试或是入学考试的读书方法。

有鉴于此,本书内容不仅针对社会人士应付各种资格考试的状况,还介绍了学生应该如何准备入学考试的方法,并尽量以大脑科学与心理学角度作为理论基础,好让读者们能更详细清楚理解我所想要表达的所有内容。

唤醒沉睡的大脑!

看完我的说明,或许会有读者提出质疑:“为什么能这么有自信地去述说这一切?”如上所述,我所提出的读书方法是透过我自身经历的大学入学考试、司法考试以及分秒必争的律师实务工作中的经验累积,再以大脑科学及心理学为中心理论所确立发展的,属于我自己的读书方法。小女也在其中学入学考试中确实应用此方法论,获得合格成绩,而这个经验也集结成我的其他著作,以“中学考试读书法”为主的《中学考试 BIBLE》也因而问世,有不少考生采用此书中,我们父女俩创造出的亲子读书方法,顺利通过中学入学考试。

我的方法论不仅有所根据,也有以我和小女亲自实证

的例子为首,亦伴随许多其他的实际成绩,因此我敢断言,这本书中提到的,不管是资格考试抑或是中学入学考试,以及和其他考试有关的读书方法,对一般大众来说都具有普遍性及确实可行性。

之前也有提过,我平常是不加班的,而且也 and 一般人一样有周休两日的假期,虽然从事分秒必争的律师工作,但还是能以平均律师完成工作十倍的速度来解决客户问题,虽然过着这样充实的生活,但我还是持续不断地学习新事物。总而言之,就算平常要工作,只要巧妙地管理自己的时间,在兼顾工作、保有收入来源之余,也能更加充实自己的知识面和工作技能,在此书中我也以自身经历来验证这个道理。

而且本书介绍的读书方法在实行上,是完全不需要再额外花多余的金钱的,为了顺应读者们的生活方式,有许多能自我调整的空间,也就是说,这本书只是提供读者想要向上提升“知识力”的基本方法,再加上自己的应用,找出属于自己的读书方法,对于结果来说会更有效率。

我在书中提供了大范围的材料,有中学考试、大学考试以及司法考试,再加上从事律师的实务经验,基本上就是想要强调这样的方法论是“对各方面的学习都有所帮助的”。

老实说,以前的我不认为所有的知识都是有用的,我高中时对数学和生物等科目的学习抱有质疑,总觉得学习



这些对将来一点帮助也没有,顶多只是为了通过入学考试才去读这些科目。

但是当我踏入社会后,在银行及投资公司工作,到后来成为律师累积了社会经验,我的想法开始有了改变,我意识到以前在学校学习的一切都是有用的知识。

特别是数学,我总傲慢地认为这是对工作的人来说最无意义的一门科目,但这个想法却在后来有了180度的转变,不仅在金融和经济学的领域上需要常常使用数学公式,在美国的法律学科亦有发展成熟的“法律与经济学”领域,所谓的微观经济学^①知识(微积分等数学知识)就是其中的必备学科之一,虽然我国(日本)的法律解释学还没达到那样的阶段,但还是需要用到数学来为论理佐证。

如此一来便可发现,为了应付考试所学习的知识,和工作或自我启发习得的知识并没有太大差异。这些知识具有连续性,且同样是在“知识”这个大范围里。

虽说现今的社会便是如此,在不久后的将来也不会有太大改变,懂得以“知识”武装自己并善加利用的人,才有

^① 微观经济学(Microeconomics),另译为个体经济学,有时也被称为价格理论(Price Theory),主要研究个体消费者、企业或者产业的经济行为,及其生产和收入分配;而宏观(总体)经济学(Macroeconomics),是使用国民收入、经济整体的投资和消费等总体性的统计概念来分析经济运行规律的一个经济学领域。总体经济学是相对于古典的个体经济学而言的。

能力在社会上占有一席之地,拥有知识的人,或许只要给他一台计算机,他就有可能成为百万富豪。

这和性别、年龄、职业都无关,只要好好运用知识的力量,成功的大门一定会开启。虽然这个社会上越来越注重人的阶级差别,在人们的贫富差距日渐扩大的趋势之下,能否在社会上生存的最大因素就是知识的有无和程度的差别。

而本书之所以能顺利出版,要感谢一直鼓励我出书的讲谈社商业出版部的唐泽晓久部长,还要谢谢协助我之前纯粹想写作而完成的《男与女的法律战略》一书的责任编辑的广部润先生,我也由衷希望购买这本书的读者们,都能借此书来活化沉睡已久的大脑,并成为拥有知识的制胜者。



目 录

前言	1
-----------	----------

第一篇	如何激起开始学习的动机
------------	--------------------

准则 01	准备一本内容涵括所有情 报的基础书	3
准则 02	选择辅助学习道具时要实 用与外形并重	13
准则 03	找到能提升效果的念书好 伙伴	27
准则 04	“订定考试目标”的极大 效果	43
准则 05	在潜意识中刻画“成功的 蓝图”	52
准则 06	读书才是重返青春的最佳 良方	63
准则 07	不要自我设限	68

第二篇	持续秘诀在于“快乐学习”！
------------	----------------------

准则 08	奖励自己	79
-------	------	----

准则 09	将学习过的知识以长期记忆模式储存在脑中	83
准则 10	死记硬背和完全熟记是好事	95
准则 11	不要在意读书时间	110
准则 12	基础计划表能使效果倍增	119
准则 13	彻底利用右脑的力量	131

第三篇 一口气提高成果的诀窍

准则 14	“追根究底”培养逻辑能力	147
准则 15	充分运用五感来读书	154
准则 16	不要对购买教材感到犹豫	173
准则 17	尽量取得资格及学历证明	183

结 语

专 栏

最快速学习法之基础技巧	语文篇	38
现代语文的破解法		
最快速学习法之基础技巧	英文篇	74
在知识价值社会中生存必须要有英文“读写能力”		
最快速学习法之基础技巧	法律学篇	107



只要掌握最重要的两项,法律一点也不难!

最快速学习法之基础技巧 会计学 142
篇

学习会计最好的方法是从“真的财务报表”下手

最快速学习法之基础技巧 经济学 170
篇

以“解答公职考试程度的经济学问题”为目标

第一篇

如何激起 开始学习的动机

