

名人学习方法

张文华 赵 臣 著

北方文艺出版社

名人学习方法

Mingren Xuexi F ngf

作 者 / 张文华 赵 臣
责任编辑 / 李金慧
封面设计 / 安 璐 张 骏
出版发行 / 北方文艺出版社
地 址 / 哈尔滨市道外区大方里小区 105 号楼
邮 编 / 150020
经 销 / 新华书店
印 刷 / 黑龙江新华印刷二厂
开 本 / 850 × 1092 1/ 32
印 张 / 7.25
插 页 / 4
字 数 / 155 千
版 次 / 2001 年 4 月第 1 版
印 次 / 2001 年 4 月第 1 次印刷
印 数 / 1—5 000
定 价 / 11.00 元
书 号 / ISBN 7-5317-1371-3/ I · 1268

芝麻,开门

——关于学习方法的札记(代序)

成功,像分布在地球上的金刚矿石一样,十分稀有地分布在一个人的一生中。它需要一个人在青少年时期长时间地去寻找。而“学习方法”,就是寻找“金刚矿石”的探测器。只有使用正确有效的学习方法,才能找到“成功”的大门。

《一千零一夜》里有一个阿里巴巴的故事,阿里巴巴发现了进入一个秘密宝库的诀窍:当他说:“芝麻,开门。”那宝库的门就自动打开了。

人类的文化遗产,犹如一个巨大的宝库。一个人的“成功”就封锁在这个宝库之中,它需要用一种诀窍来开启。

这种诀窍,就是学习方法。

一、不懂学习方法的人是傻瓜

一个不懂得学习方法的人,是一个呆板的读书人,他在自己的脑子里给别人跑马。

只掌握一种学习方法的人,只是一个肤浅的观察者,他用自己的见识去空想“井”外的世界。

掌握多种学习方法的人,才是一个深沉的思索者,他用自己的眼睛去读历史的经典和人世的活书。

一个不懂学习方法的人,也不懂成功的奥妙全在于学习

方法,他们只能隔靴搔痒地观赏。

一个不懂学习方法的人,付出的学习代价和得到的收获会相互抵消,他既不了解学习方法的可爱之处,也不会知道它的用途。

在一个牧师身上,曾发生过一件令人惊奇的事。

一个星期天的早晨,牧师在家里准备讲道的资料,他的小儿子却吵闹不休。牧师无奈,在一本杂志上撕下一幅彩色地图,把它撕成碎片,扔在小儿子面前,说:“如果你能拼好地图,我就给你一元钱。”

牧师以为小儿子会用一上午的时间拼好它。但是没过十分钟,小儿子拿着一幅拼好的地图来找他。他十分惊愕,问:“孩子,你怎样把这件事做得这样快?”

小儿子说:“这很容易,在另一面有一个人的照片。我就把这个人的照片拼在一起,然后把它翻过来。我想如果这个人是正确的,那么,这个地图也就是正确的。”

牧师给了小儿子一元钱,说:“如果一个人是正确的,那么他的世界也就会是正确的,你替我准备好了讲道的资料。”

一个不懂学习方法的人,只会死记硬背别人的看法和知识,而不把它变成自己的东西。就像寓言里的取火者:他需要取暖,就上邻居家借火,发现那里有一堆旺火,他就停下来取暖,却忘了要取火回家。

古罗马的将领卢库卢斯,他没有打仗的经验,却通过读书变成了伟大的将领,因为他掌握了学习方法。

二、学习方法是工作的方法

一个能思想的人,是一个力量无边的人,而思想的方法,则来源于学习方法。

学习方法可以使人不再轻信和耳软心活。它能使人揭去蒙在伟人脸上怪诞的面纱。它能使很多看上去难以置信的事情变成事实。它能用最小的面积,集中最大的思想。

对于善于探索自我、开发自我的人来说,学习方法是一种强度很大、内容丰富的研究。这种研究,使一个人的学识、判断力和才能得以培养。

爱迪生有一个大学毕业的助手。有一次,爱迪生叫他测量一个灯泡的体积。助手用了两个小时的时间,写了两页稿纸的计算公式,仍然没有算出结果。爱迪生把灯泡里倒满水,再把水倒进量杯里,只用了一分钟的时间,就算出了灯泡的体积。

掌握学习方法,并用某种学习方法进行学习,是最不费力又是最费精力的事。这是完成一项事业的必需条件,历史上的伟人们都把这种工作作为每天的功课。

三、学习方法是与知识交朋友的方法

蒙田说:“与书本交往伴随着我的一生,并处处给我以帮助。它是我困境和孤独中的安慰。它解除我的闲愁和烦闷,并随时帮我摆脱令人生厌的伙伴。它能磨钝疼痛的芒刺,如果这疼痛不是达到极点和压倒一切的话。为了排遣一个挥之不去的念头,唯一的办法是求助于书籍,书很快将我吸引过去,帮我躲开了那个念头。然而书籍毫不因为我只在得不到

其他更实在、更鲜活、更自然的享受时才去找它们而气恼，它们总是以始终如一的可亲面容接待我。”

学习方法，让人能够像财迷享受财宝一样地享受书，这种拥有感常常使人感到惬意和满足。与书交朋友，是在所有朋友中最美好又自己做主的事，当一个人拥有一本书，知道自己随时可以读它或不读它的时候，也会产生一种乐趣。

张文华

2000年4月于吉林松原

目 录

第一章 勤奋篇.....	1
1 .温故知新学习法.....	1
2 .腹稿记忆学习法.....	3
3 .抓住圆心学习法.....	4
4 .学思习行学习法.....	5
5 .钻进出来学习法.....	7
6 .真正精通学习法.....	7
7 .博览背诵学习法.....	8
8 .自学自求学习法.....	9
9 .困境苦读学习法	10
10 .餐前睡前学习法.....	11
11 .思考记熟学习法.....	12
12 .刻苦自学学习法.....	13
13 .紧抓双勤学习法.....	14
14 .勤奋钻研学习法.....	15
15 .复述改写学习法.....	16
16 .姐妹比翼学习法.....	17
17 .咬碎骨头学习法.....	18
18 .借书抄录学习法.....	19
19 .融会精研学习法.....	20

20 摘抄积累学习法.....	21
第二章 效率篇	23
1 .垦地攻城学习法	23
2 .超前想像学习法	24
3 .知文知人学习法	25
4 .抓住机遇学习法	26
5 .分门归类学习法	27
6 .三点体会学习法	29
7 .生动比喻学习法	30
8 .两个要素学习法	32
9 .八个顾问学习法	34
10 .由一带多学习法.....	35
11 .牛食鲸吞学习法.....	36
12 绝地激情学习法.....	37
13 携手联合学习法.....	39
14 边读边写学习法.....	40
15 .劳逸结合学习法.....	41
16 .三步结合学习法.....	42
17 .三个不做学习法.....	44
18 .口演笔述学习法.....	45
19 .四遍八步学习法.....	46
20 .多翻设问学习法.....	48
21 .采矿冶炼学习法.....	50
22 .善假于物学习法.....	51
23 .目标明确学习法.....	52

目 录

24 .一箭双雕学习法.....	53
第三章 磨炼篇	55
1 .三种境界学习法	55
2 .礼贤下士学习法	56
3 .把握生活学习法	57
4 .掌握笔调学习法	58
5 .关进地下学习法	59
6 .取长补短学习法	60
7 .透彻破书学习法	62
8 .夯实基础学习法	63
9 .目光专一学习法	64
10 .重复温习学习法.....	65
11 .切磋琢磨学习法.....	66
12 .七录七焚学习法.....	68
13 .抄录思考学习法.....	69
14 .坚持失败学习法.....	70
15 .修炼自身学习法.....	71
16 .坚持不懈学习法.....	73
17 .自我否定学习法.....	73
第四章 诀窍篇	75
1 .读书提问学习法	75
2 .攻破一卷学习法	76
3 .边角批注学习法	78
4 .以我为主学习法	80

名人学习方法

5 .悬测思考学习法	81
6 .六步加深学习法	82
7 .精读善用学习法	83
8 .追踪求索学习法	84
9 .筛选层次学习法	86
10 .具备四有学习法.....	87
11 .巧思善改学习法.....	88
12 .四为读书学习法.....	90
13 .反复三遍学习法.....	92
14 .三者结合学习法.....	94
15 .把握三读学习法.....	95
16 .跳越读书学习法.....	96
17 .提要钩玄学习法.....	97
18 .知意明理学习法.....	98
19 .粗剖通读学习法.....	99
20 .辐射扩散学习法	100
21 .从简到繁学习法	101
22 .三个比较学习法	102
23 .品尝吞嚼学习法	103
24 .三读结合学习法	104
25 .SQ3R 学习法	105
第五章 创新篇.....	107
1 .抓住要点学习法.....	107
2 .渗透扩展学习法.....	108
3 .四性三一学习法.....	109

目 录

4 .层层深入学习法.....	110
5 .宏约深美学习法.....	111
6 .制定守则学习法.....	113
7 .适当跨越学习法.....	115
8 .读整体书学习法.....	116
9 .五字结合学习法.....	117
10 坚持四多学习法	119
11 竭泽而渔学习法	121
12 快速阅读学习法	122
13 双管齐下学习法	124
14 反复实验学习法	125
15 品尝味道学习法	126
16 发明创造学习法	127
17 改革创新学习法	129
18 多面进攻学习法	130
19 掌握规律学习法	131
20 科学调度学习法	134
21 观测归纳学习法	135
第六章 情感篇.....	137
1 .兴趣延伸学习法.....	137
2 .专研双取学习法.....	139
3 .想像勾画学习法.....	140
4 .痴迷一科学习法.....	141
5 .两个阶段学习法.....	143

第七章 积累篇.....	145
1 .功能模拟学习法.....	145
2 .书海取精学习法.....	146
3 .制作卡片学习法.....	148
4 .积累笔记学习法.....	149
5 .珍藏图书学习法.....	150
6 .广积资料学习法.....	151
7 .积少成多学习法.....	152
8 .重复画蛋学习法.....	153
9 .剪贴文摘学习法.....	154
10 摘抄卡片学习法	156
11 严谨求精学习法	157
12 两者并进学习法	158
13 设点采风学习法	159
14 边听边写学习法	160
15 点滴积累学习法	161
16 搜集整理学习法	163
17 五勤聚宝学习法	164
18 系列组合学习法	164
19 创造思维学习法	166
20 积累知识学习法	166
第八章 惜时篇.....	169
1 .坚持五字学习法.....	169
2 .集中精力学习法.....	170
3 .三书主义学习法.....	172

目 录

4 .横下一心学习法.....	173
5 .制定计划学习法.....	174
6 .计算时间学习法.....	175
第九章 求师篇.....	177
1 .灵感即兴学习法.....	177
2 .借阅图书学习法.....	179
3 .家庭课堂学习法.....	180
4 .拜师求教学习法.....	181
5 .订阅外刊学习法.....	182
6 .博览群书学习法.....	183
7 .奇特引测学习法.....	185
8 .追本求源学习法.....	186
9 .请医治病学习法.....	188
10 聆听批评学习法	189
11 虚心纳谏学习法	190
12 观察演练学习法	191
13 名师传带学习法	193
第十章 漫游篇.....	195
1 .细心观察学习法.....	195
2 .探寻真实学习法.....	196
3 .追本求源学习法.....	197
4 .追踪研究学习法.....	197
5 .征询意见学习法.....	199
6 .比较研究学习法.....	201

7 .实地考察学习法.....	202
8 .体验生活学习法.....	202
第十一章 借鉴篇.....	205
1 .不求甚解学习法.....	205
2 .选择发问学习法.....	206
3 .从尾倒读学习法.....	208
4 .平心体会学习法.....	208
5 .逆向激励学习法.....	209
6 .切忌五失学习法.....	211
7 .暂放一边学习法.....	212
8 .鉴别批判学习法.....	213
9 .求精求准学习法.....	214
10 .警枕提醒学习法	215
11 .横向思维学习法	216

第一章 勤奋篇

1 温故知新学习法

巴金是中国的著名作家。他的主要作品有“激流三部曲”《家》、《春》、《秋》和“爱情三部曲”《雾》、《雨》、《电》。他的作品被译成英、法、日等多国文字。

巴金一生刻苦学习，勤于笔耕。他总结出一种独特的学习方法。

巴金在《读书》上写道：“在我第二次住院治疗期间，每天午睡不到一小时就下床坐在沙发上，等护士同志两点钟来量体温。我坐着一动也不动，但并没有打瞌睡。我的脑子不肯休息，它在回忆我过去读过的一些书，一些作品，好像它想在我的记忆力完全衰退之前，保留一点美好的东西。”

巴金常常这样静坐回忆和默诵以前读过的书。

巴金的这种回忆读书法，是一种奇特的方法。它是在没有书的情况下，通过回忆来进行学习。

这种温故知新、用大脑储书的好处很多。

一、条件差时，可以打开大脑的储备库。

巴金亲身经历过十年动乱,他深有体会地说:“文革期间要是造反派允许我写日记,允许我照自己的意思去写,我的日记中一定写满了书名。人们也许会奇怪,我的书房被贴了封条,加了锁,封闭了十年,我从哪里找到书来阅读呢?他们忘了人的大脑是一个大仓库,里面储存着别人拿不走的東西。”

这个经历说明一个人在条件差时,可以不受条件和环境的限制,而利用大脑储备库来进行回忆学习。

二、回忆过去,可以做到温故又知新。

巴金把以前读过的书进行再现式地“拿”出来,一点点地咀嚼,细细地品味,深入吸收其中的营养。就像牛反刍一样,更进一步地消化吸收。与此同时,每回忆一次之后,在认识和理解上,比以前都有很大的提高,在“温故”的基础上学到了新知识。

三、精神财富,可以使人有巨大的力量。

巴金说:“我现在跟疾病作斗争,也是从各种各样的作品中得到的鼓励。即使在病中没有精力阅读新的书籍,过去的积累也足够我这有限余生的消耗。一直到死,人都需要光和热。”

温故知新学习法的前提是,要多读书,有一定的知识积累。巴金曾说过自己回忆的内容:“现在有两百多篇文章储存在我脑子里面了,虽然我对其中任何一篇没能好好地研究过,但是这么多具体的东西,至少可以使我明白所谓‘文章’究竟是怎么回事。”

温故知新学习法,是一种有益的“读书”学习方法。它能

有意识地、分门别类地按一定计划在头脑里“储书”，它是我们读书学习时的一项基础工程。

2 腹稿记忆学习法

中国著名经济学家孙冶方的案头，贴着一句但丁的格言：“在科学的入口处，好比地狱的入口处一样，必须提出这样的要求：‘在这里意志必须坚定，在这里不能让恐惧来做顾问’。”孙冶方就是以这样的态度来对待科学的。

1968年，他被扣上了“中国经济学界最大的修正主义分子”的帽子。4月，他被迫入狱。在狱中，孙冶方非但没有放弃自己的正确观点，还写下了《社会主义经济论》一书。但不是写在纸上，而是“写”在心里。因为在那种恶劣的环境中，根本没有笔纸供他写作，他只能在心里不停地打腹稿，一字一句，一章一节，都刻在他的脑子里。

当他“写”完前一章，再构思下一篇时，前一章的内容已经忘得差不多了。他并不灰心，一遍一遍地默记，一章一章地复读。这部书一共二十二章，一百八十三节。他一共在脑子里“写”了八十五次腹稿。每个月，他都要把全书回忆一次，修改一番。出狱后，他凭着记忆，一挥而就。一部很有价值的《社会主义经济论》就这样问世了。

孙冶方这种腹稿记忆的方法和艰苦著书的事例，在中国是绝无仅有的，在世界上也不多见。