

应知应会 课外系列丛书

YINGZHI YINGHUI
KEWAI XILIE CONGSHU

提高阅读能力的 好方法

廖胜根◎编



健康的身心、丰富的情感、较强的实践能力、优良的品质、过硬的特殊技能、良好的习惯、深厚的文化底蕴及必要的合作素质等，是青少年朋友在成长道路上顺利前进所需要的最基础、最必要的条件，为青少年朋友们从自身着眼，开创成功指明了方向。



应知应会 课外系列丛书

YINGZHI YINGHUI
KEWAI XILIE CONGSHU

提高阅读能力的

好方法

廖胜根◎编

的上进心、丰富的情感、
扎实的实践能力、优良的品质、
过硬的特殊技能、良好的习惯、
深厚的文化底蕴及必要的合作素质等，
是青少年朋友在成长道路上顺利前进所需要的最基础、最必要的条件，
为青少年朋友们从自身着眼，开创成功指明了方向。



图书在版编目 (CIP) 数据

提高阅读能力的好方法 / 廖胜根编. —成都: 成都
地图出版社, 2013. 5

(应知应会)

ISBN 978 - 7 - 80704 - 711 - 7

I. ①提… II. ①廖… III. ①读书方法 - 青年读物
②读书方法 - 少年读物 IV. ①G792 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 076173 号

提高阅读能力的好方法

责任编辑: 游世龙

封面设计: 童婴文化

出版发行: 成都地图出版社

地 址: 成都市龙泉驿区建设路 2 号

邮政编码: 610100

电 话: 028 - 84884647, 84884916 (营销部)

传 真: 028 - 84884827, 84884820

印 刷: 河北省三河市人民印务有限公司

(如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂商联系调换)

开 本: 720mm × 1000mm 1/16

印 张: 13 字 数: 200 千字

版 次: 2014 年 1 月第 1 版 第 1 次印刷

书 号: ISBN 978 - 7 - 80704 - 711 - 7

定 价: 25.80 元

版权所有, 翻印必究

前 言

阅读，就是读书，它是对文字或信息进行感观认识的一种行为方式。阅读不只是表现在表面上的看，在看的同时，大脑还会对知识信息进行读取、加工、整理，会进行感知、思考、推理、分析、发现、想象、评价和解决问题等一系列复杂的心理过程。阅读是人们在工作、学习生活中获得基本知识技能所不可缺少的重要学习方式，也是人们娱乐、消遣的重要方式。人们一生中掌握的大量的知识、技能，很多都是靠阅读获得的。人们通过不断地阅读吸纳知识，并将它转化为自己知识结构和能力的一部分，从而提高自己的认知水平、能力；人们还通过对知识内容的阅读学习，进而把它们运用在现实生活中，借鉴到自己的学习、发明、创作中去；阅读还能陶冶人们的情操，增长见识，放松精神，令人心旷神怡。

在现代社会，阅读能力仍然是一种极其重要的能力。许多国家都不约而同地大力推广阅读运动，尤其是儿童阅读，而且把阅读的年龄降至学前阶段。世界各国为什么那么重视阅读？道理其实很简单。愈来愈多的科学研究发现，通往成才的必经之路在于阅读，阅读是最直接、最有



提高阅读能力的好方法

效的学习途径，人类80%的知识都是通过阅读获得的，早期阅读更被称为“终身学习的基础、基础教育的灵魂”。最新的脑科学研究发现，阅读和想象力、创造力、感受力、理解力、记忆力都有极大的关联。从某种程度上说，阅读能力决定了孩子未来的命运。

纵观古今中外，大凡事业上有成就的人，都和书有不解之缘。然而，书海茫茫，书山巍巍，有的人善走水路，有的人独辟蹊径，每个人都有不同的阅读方法，他们在学海里踩出了知识的浪花，在书山上留下了自己攀登的脚印。

实践证明，同样是阅读，但取得的收获和效果却大不一样。这好比做菜，厨师能使之成为艺术，而一般人只能是将其做熟而已。由此可见，能阅读和会阅读并不是一回事。有的人是因为好奇而阅读，有的人是为了好胜而阅读，有的人是为了实现自己宏伟的目标而阅读，有的人只是为了打发时间而阅读。

无论是抱着什么样的想法，只有讲究科学的阅读方法和熟练的阅读技巧，才能提高阅读的效率。从春秋时期孔子韦编三绝，到科学技术迅猛发展的今天，知识激增、信息爆炸，谁也不可能读完世界上所有的书籍。不少人因为读书不得法，影响到阅读的积极性；有些人甚至怀疑自己接受信息的能力，苦于阅读不得法而事倍功半。这就更加显现出阅读方法和技巧的重要。

为了有效地阅读，掌握方法与技巧至关重要。这也正是我们编写本书的目的所在。



目 录

第一章 阅读是一门艺术	1
第一节 阅读要有目的	2
第二节 阅读要统筹时间	9
第三节 阅读要循序渐进	14
第四节 阅读要注意比较	19
第五节 阅读在于浓缩精华	21
第六节 阅读在于学用结合	25
第七节 阅读的基本原则	29
第二章 精读与精读方法	35
第一节 精细阅读法	35
第二节 隔时阅读法	38
第三节 思考阅读法	41

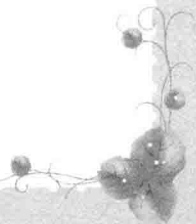


提高阅读能力的好方法

第四节	质疑阅读法	46
第五节	厚薄阅读法	51
第六节	循环阅读法	55
第七节	背诵阅读法	59
第八节	档案阅读法	61
第三章	博读与博读方法	64
第一节	博览阅读法	65
第二节	渗透阅读法	69
第三节	滚雪球阅读法	72
第四节	点面阅读法	75
第五节	拉网阅读法	78
第六节	选择阅读法	82
第七节	省略阅读法	88
第八节	不求甚解阅读法	92
第四章	快读与快读方法	96
第一节	快速阅读	97
第二节	影响快读的因素	101
第三节	无声阅读法	105



第四节	浏览阅读法	108
第五节	跳跃阅读法	112
第六节	线式阅读法	115
第七节	直读法	118
第八节	面式阅读法	120
第九节	鉴别阅读法	124
第五章	实用的阅读技巧	128
第一节	联想阅读法	128
第二节	个性阅读法	131
第三节	交叉阅读法	135
第四节	全息阅读法	138
第五节	一箭双雕阅读法	142
第六节	三角式积累阅读法	145
第七节	提高记忆阅读法	148
第八节	高效阅读法	153
第九节	音乐阅读法	158
第十节	视听阅读法	162





第六章 大家谈读书	168
梁启超：《学问之趣味》	168
蔡元培：《我的读书经验》	171
鲁迅：《随便翻翻》	173
培根：《论读书》	176
罗斯金：《谈书》	178
扬格：《试论独创性写作》	182
富兰克林：《我的幼年教育》	186
蒙田：《论书籍》（节选）	191
纪德：《创作日记十则》	194

第一章 阅读是一门艺术

我们都在阅读，但不能说我们都会阅读或善于阅读。善于还是不善于阅读，效果大不一样。会阅读者，讲究阅读方法，可从中吸取很多有用的知识；不善于阅读者，不讲究方法，虽读过却无收获或收获甚微。俄国著名作家果戈理的名著《死魂灵》中有个名叫被什加秋的人，他嗜书如命，什么书都读，一会儿读小说，一会儿读化学，不管是哪类书，能否读懂，都拼命地读，为阅读而阅读，乱读一气，结果辛辛苦苦读了一辈子书，混沌的头脑里塞满乱七八糟的东西，什么有用的知识都没学到。俄国大文学家高尔基仅上过几年小学，且生活在极其艰难困苦的环境里，但通过发愤读书，自学成才，写出了许多不朽的文学著作，成为著名的大文豪。可见会不会阅读，结果大不一样。

如何才能有效地阅读，可能并没有统一的模式可言。但是，阅读的基本原理和方法还是普遍存在的，比如，阅读要有目的，要注意时间的统筹，要坚持基本的读书原则等等。



第一节 阅读要有目的

曾经有一位特别喜欢读书的美国少年，在火车上卖报为生。火车一到站，他就钻进附近的图书馆看书，从第一个书架开始，一本接着一本地阅读。他有一个远大的目标，就是要把这个图书馆里的书全部看完。直到有一天，一个常到图书馆看书的绅士告诉他，那样读书浪费的是时间和精力，经济有效的读书方法应该是先确定好目标，然后有选择地读书。从此以后，这位少年朝着目标，努力读书，最终有所成就，成为著名的发明家。这位少年就是爱迪生。

现代社会是知识激增和信息爆炸的时代，无论是知识的增长、更新还是淘汰，都在以前所未有的速度进行着。在我们的社会，书籍、报刊、资料的数量按指数增长，因此我们的阅读也面临着新的挑战，我们绝对不可能读遍所有的书籍，而是必须带着明确目标，有选择性地朝着某个确定的方向努力。

阅读必须要设定目标。在信息时代，信息的巨量生产和高速传播，让人眼花缭乱。然而，我们今天的大多数人的阅读速度，仍然是100年前的水平，每分钟只能阅读两三百个字，这显然是不能适应现实生活中知识、信息的高速发展和变化的。“到什么山，唱什么歌”，我们要不使

自己在信息的海洋里被知识淹没，就要变化。对于青少年学生来说，更是如此。

阅读很多的书本身并不是过错。如果一个人能在空闲时间多看各种书籍，接触各种事物，是一件好事。爱因斯坦是一个伟大的物理学家，但是他非常喜欢看小说，有着很高的文艺和哲学修养。另一位诺贝尔奖获得者、物理学家格拉索也很喜爱文学和历史书籍，他道出了其中的奥秘：“涉猎各个方面的知识，可以开阔你的思路。如看看小说、逛逛公园也有好处，可以帮助提高想象力，它和理解力、记忆力同样重要。”

但是人的读书生涯是有限的，而知识却是无限的。在浩瀚的知识海洋中，漫无目的地学习，就好比大海捞针，即便耗尽终生，也是徒劳无功。为了获得有益于自己的知识，我们在读书的时候应该把知识划在一定的范围或领域内，这样化无限为有限，就能很好地实现增长知识的目的。同时，有针对性、有计划性地选择阅读，把广博和精深很好地统一起来，做到广而不散，深而不窄。

对于学生来说，由于学习是主要的任务，因此阅读的对象就应该是以教材为主，据此来确定自己阅读的目标、任务，严格按照教学目标、规律来进行。学生的主要精力和主要时间应该花在完成学业上，在学习过程中，牢牢把握教科书上的基础知识，打下坚实的基础，然后在此基础上展开阅读范围。

阅读要有目标，就要制订正确的阅读计划，这是获得良好阅读效果的保证。但是阅读计划、阅读范围的选择和确定并不是一件容易的事。



提高阅读能力的好方法

我们面对学海书林，哪些宜背诵，哪些宜精读，哪些又宜粗读，哪些又不宜读呢？如果是教科书及其参考书，我们应该以老师指导为主，或向有经验者咨询意见；如果是课外读物，则可以以行家推荐的名著名篇为主。

读书可以消遣，可以增长才干，可以励志，但是读书最忌没有目的、没有计划地乱翻乱看。有的学生，很喜欢看书，一见书也不管好歹，拿起来便啃，结果读书无数，学到的知识却不多。而且，有些书对青少年还有负面影响、有毒害作用，如果不加选择地去读，很可能误入歧途。别林斯基曾经说过：“阅读一本不适合自己的书，比不阅读还要坏。我们必须学会这样一种本领，选择最有价值、最适合自己的读物。”

阅读，要注意阅读对象的选择。美国著名科普作家伊萨克·阿西莫夫在他的《数的趣谈》中曾这样写道：“几天前，我把一本新的生物学教科书通读了一遍，发觉它写得十分动人。可是不幸得很，我再把该书的前言读了一遍，这一来，就使我深深陷入了忧虑之中。现在不妨把前言的最前面两段文章在这里摘录几句吧：我们的科学知识每隔一代便增加5倍……从目前科学进展的速度来看，我们今天重要的生物学知识大约是1930年的4倍，是1900年的16倍。以这样的速度增长下去，到2000年左右，生物学所包含的知识就将为本世纪初的100倍。在我读到上面所摘录的那些文字的时候，我觉得世界好像在我身边崩溃了。……不久以后，我们都会死于有害健康的教育，让种种事实和概念塞满我们的脑细胞，达到无法消化的地步，让我们的耳边爆发出阵阵资料的暴风。”

面对如此令人困扰的现实，怎么办？阿西莫夫的战略是：忘记它！删除它！

那么该如何忘记它、删除它呢？

首先是要选择第一流的书。因为第一流的书中集中了大量的最有价值的信息，选择了第一流的好书便意味着在阅读之前就删除了大量无用的信息。如果一个人总是徘徊在二三流的书籍中，不但会浪费大量的时间和精力，而且最终也只能达到三四流的水平。

当然二三流的书中也蕴藏有一些有益的信息，但正如荷兰哲学家斯宾诺莎所言：“至关重要的问题不在于这个或那个知识有无价值，而在于它的比较价值。人们总认为只要提出某一些科目给了他们某些益处就够了，而完全忘了那益处是否充分，还应该加以判断。”之所以要选择第一流的书，是因为我们总是希望用最少的的时间获得最多的有益信息。

但是，仅仅是选好书还不够，因为即使是一篇划时代的文献，里面的所有信息也不全都是你需要的。当你研究一个课题或思考一个问题时，你所需要的信息就集中在某一点上，一切与此无关的信息都是无用的。

如果你把所有的信息都阅读一遍，不仅浪费时间，而且连你所需要的信息也可能会被淡化或淹没在纷杂的信息海洋中去了。此时你只需借助该书的引言、目录和内容索引，直接在这些信息所在的章、节里找出你所需要的信息来。因为，每本书的引言、目录和索引，都最集中地表明了该书最有价值的信息，它们可以很快导引你去寻找你所需要的各类信息的藏身之处。



提高阅读能力的好方法

现代社会为鼓励这种阅读方法而做出的最典型的努力就是“文摘”的大量产生。据统计，1926—1946年的20年里，仅是研究锌的著作就比以前200年间的总和还多2倍。因此要了解最新信息，便只能借助于“文摘”或论文检索，甚至还产生了专门从专利登记表中进行引发自己思维的创造技法。由此可见这种删除无用信息的做法的重要性。

阅读，要坚持一定的方向。1935年，希特勒在德国扩充军队，加紧准备发动第二次世界大战。就在这个关键时刻，英国作家雅各布写的一本小册子《德军的实力分布》出版了。

在这本小册子中，雅各布详细地介绍了希特勒军队各军种的详细情况，甚至还谈到新成立的装甲师里步兵小队的具体人数、德军参谋部的人员组成，以及160个主要指挥官的姓名和简历等等。

希特勒得知军机泄露，暴跳如雷，下令即刻追查。德国情报部门想尽一切办法把雅各布绑架到了柏林。当审问这些情报资料的来源时，雅各布的回答竟使情报部门的官员大吃一惊。

原来，雅各布是从德国公开发行的报刊上得来全部材料的。由于雅各布早就打算写这样一本小册子，所以他长期以来特别留意德国报刊上刊登的有关希特勒军事方面的报道，就连丧葬讣告或者结婚启事之类的也不放过。

比如，有一次他从德国报纸的一个简短的讣告中，得知德军驻纽伦堡某师团的指挥官是谁；在另一条结婚启事里，他得知新郎是一位少校军衔的信号军官，其岳父是某师的上校指挥官如此等等。经过几年的努

力，他终于在小册子里基本真实地描绘了德军的组织状况。

德军情报部门闹的笑话说明了雅各布写作的成功，而雅各布的成功又在于他这种围绕一个问题进行定向阅读的方法。

事实上几乎所有的学者、科学家、作家无不自觉地采用了这种阅读方法，特别是对于自然科学研究方面更是如此，几乎没有一个科学家不是围绕自己的研究课题进行查阅检索的。如果一个人不是带着自己的目的去阅读，无论他读多少书，也不可能有所创造。

据说有一个叫亚克敦的英国人，嗜书如命，他书房里有7万卷书，每一卷都留有他的手迹。他活了66岁，始终乐此不倦，可是计其一生竟没给后世留下什么东西，就像戈壁沙漠，汲干了江河流水却不能将一泓清泉喷到地上来，以至被后人讥之为“两脚书橱”。

在现代“信息爆炸”的社会里，一个人既不可能继承前人的全部知识，也不可能掌握现代人的所有创造，因此他的阅读就应该具有高度的选择性，他必须采取定向阅读的战略。

定向阅读的特点是，当你研究某一问题遇到困难时，不是泛泛地去读一些与这个问题无直接关系的书，而是有针对性地有关书去寻找这一问题的答案。答案找到了，问题将随之解决。其余的则作一般涉猎，或者暂时撇开不管。

定向阅读的优点是目标明确，注意力易于集中，从而理解也必然深刻一些；节约时间，不使自己的精力消耗在那些对自己无用的文字上面；学用结合，能收到立竿见影之效。



提高阅读能力的好方法

例如，法国科幻小说作家凡尔纳，为了写《八十天环游地球》一书，在确定好内容和构思好故事情节以后，便从各种书中去搜寻写这本书必须了解的各国火车时刻表以及地理知识和风土人情等材料，从而很快完成了这本书的写作。

庄子有句名言：“吾生也有涯，而知也无涯。以有涯随无涯，殆已。”就是说，人的生命是有限的，而知识是无限的；以有限的生命去追求无限的知识，是很危险的。在浩瀚的知识海洋中，漫无目标地学习，好像大海捞针，耗尽终生，难有收效。为了获得有用的知识，我们可以把知识划在一定的范围或领域内，即变无限为有限，用有限的时间去探索有限的知识，就较容易获得成功。这就需要制定个人定向阅读策略，有选择地学习，根据社会需要和个人情况，了解整个知识体系，认清将要从事的专业知识的具体结构，经过周密考虑，确定明确的攻读目标，并持之以恒地向目标进发。定向阅读策略能够使时间、精力和能力产生“聚焦”效应。

总而言之，就是读书要有目标，要有计划。为了达到某一目的而有意识地组织自己的阅读，是获得良好阅读效果的重要条件。

明确学习目标，制订正确的阅读计划，也不是一件容易的事，同学们可以在教师或有经验者的帮助下不断修正，逐步明确。刚开始时不妨将阅读目标定得近些，具体一些，主要围绕着为学好各门课程服务。随着知识的积累，读书目标可以定得大些，考虑得长远些，它可能不再是单纯地为学好课程服务，也不仅仅为个人兴趣所左右，而是将阅读目标