

大学校园题材丛书

● 胡玲莉/主编

和北大才子

HEBEIDACAIZI

TANXIN

谈心

考北大不得不用到的学习方法



中国商业出版社

和北大才子谈心

——考北大不得不用的学习方法

主编 胡玲莉 副主编 梁革兵

中国商业出版社

大学校园题材丛书

□ 胡玲莉/主编



和北大才子 谈心

——考北大不得不用的学习方法

中国商业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

和北大才子谈心/胡玲莉主编. —北京: 中国商业出版社, 2002.2

ISBN 7-5044-4474-X

I. 和 ... II. 胡 ... III. ①学习方法—高中②高等学校—入学考试—经验—汇编—中国 IV. G791

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 083038 号

责任编辑: 王志强

中国商业出版社出版发行

(100053 北京广安门内报国寺1号)

新华书店总店北京发行所经销

北京鑫洪源印刷厂印刷

850×1168 毫米 32 开 12.4 印张 230 千字

2002 年 2 月第 1 版 2002 年 2 月第 1 次印刷

定价: 22.80 元

* * * *

(如有印装质量问题可更换)



序 言

序

言

北大，我想对你说

经历过黑色七月洗礼的我们，带着成功的喜悦、带着对未来的憧憬和一如既往的执著，走进了大学校园。

是啊，那曾经在我们最彷徨、最失落、最无助的时候给我们希望和力量的闪亮的校名，那一方魂牵梦绕的湖光塔影，绿树成荫的圣地，那象征着学子的光荣与梦想的校园，它们，已不再是梦想。

走进北大，我们充满着对她的崇拜和赞叹，充满着对她的希望和期盼。踏进这书香氤氲的校园，惊叹于未名湖的水波柳烟，陶醉于静园草坪的夕阳斜照；朝夕相处的是才华横溢的学友，擦肩而过的是睿智儒雅的师长。在这样美丽而又深厚的校园，我们欢呼、我们歌唱、我们思索。

北大，我想对你说……

校园里处处留有岁月沧桑的痕迹，走过百年，这是一个古老的大学，北大，你是否能包容我们少年的激情与疯狂？

燕园浪漫，这是一个激越而又感伤的诗苑，许多的诗人曾在此放歌，北大，你是否也能赋予我们澎湃的诗情与不尽的才思？

1

菁菁校园，清晨、傍晚、湖畔、树下，处处都有匆匆的身影、琅琅的书声，北大，如何才能跟上你紧凑的节拍，畅游你广阔的知识的海洋？

校园的长廊上挂满了五颜六色的横幅，这是社团在招新生，横幅下面每一张笑脸都那么新鲜，北大，告诉我，怎样让这象牙塔的生活更加丰富、充实？

我们在观察，我们在思考，我们在实践，我们在学习。北大，我想对你说……

教学楼的海报栏被各种讲座的宣传纸覆盖着，有知名经济学家分析经济走势，有著名人文学者讲述文化与艺术，有访问学者带来的异域文化……北大，处处闪耀着智慧的光芒，我越来越深入你，为你沉醉。

课堂内外，在学习中，在科研中，在与教授的接触中，他们认真严谨的治学态度潜移默化地感染了我们，他们待人真诚，淡泊名利的人生态度影响着我们，他们对学生的关怀和爱护激励着我们，北大，你以你独特的方式培养着我们。

每当我们思念家乡，想念亲人，望着远方潸然泪下时，你用热情的歌声感染我，你用精彩的节目吸引我，你用师生情谊感动我，你让同学的友谊融化我。北大，你让我走出封闭的自我，走向这个快乐、温暖的大家庭。

草长莺飞，杨柳飘絮，青春的气息在校园里弥漫，在北大，这是一个美妙的季节，波澜微起的湖畔旁，繁星点点的夜空下，在爱与被爱中，你教我们成长……

凤凰花开，校园里飘荡着骊歌声声，这是离别的时刻，一批一批的学生飞来了，一批一批的学生又飞走了，有着他们丰满、坚硬的翅膀，北大，你笑了……

和北大才子谈心

从新奇到习惯，从不知所措到游刃有余，从稚嫩到成熟，校园里有太多值得我们学习的东西，有太多必须亲自体验的经历，有太多离别的感伤与相逢的喜悦，有太多太多关于成长的故事和歌……

北大，我是你林中放声歌唱的鸟，北大，我想对你说
……

序

言

当我们研究北大才子
时，常常发现：他们高考
的成功一直可以追溯到他
们拿起书籍的那一天。

大量事实可以证明：
知识宝库的钥匙只给予勤
奋、诚实的人，良好的读
书方法也只垂青于那些有
科学思维头脑的人。只有
这些人，在经过自我奋斗
后，才能摘下北大的甜美
果实。



责任编辑：王志强
 选题策划：北京朦朦影视文化
 传播有限公司

李棟設計

当我们研究北大才子时

，常常发现：他们高考的成

功一直可以追溯到他们拿起

书籍的那一天。

大量事实可以证明：知

识宝库的钥匙只给予勤奋、

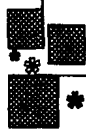
诚实的人，良好的读书方法

也只垂青于那些有科学思维

头脑的人。只有这些人，在

经过自我奋斗后，才能摘下

北大的甜美果实。



目 录

目

录

第一章 读书生涯与北大之路 / 1

当我们研究北大才子时，常常发现：他们高考的成功一直可以追溯到他们拿起书籍的那一天。

在我们接触过的北大才子之中，大多数都酷爱读书——自小学开始，经由中学，以至于大学之后。

北大才子的读书兴趣始于小学（不限于学校指定的功课），直至中学，以至今后。

- 北大才子必读书 / 1
- 重提有字之书 / 9
- 北大梦想与北大状元 / 16
- “万般皆下品，惟有读书高” / 25
- 为北大的明天做好准备 / 32

第二章 北大才子的读书计划 / 41

有人说，读书就如登山一样，考北大何尝不是登山一样？登山必须从山底起步，从山底到山腰，从山腰到山顶，一步一步地循序渐进。

1

读书时，必须先学基础知识，循序渐进，由简到繁，从易至难。

你只有勤奋刻苦地读书，获得书本上的知识和经验，才能如愿以偿地考上北大。

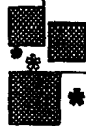
- 考北大就如登山一样 / 41
- 北大之路——开卷有益 / 49
- 北大才子的读书三境界 / 57
- “牛食”与“鲸吞”并重 / 68
- 读书生涯与时间规划 / 73

第三章 必须突破的读书瓶颈 / 77

读不好书的学生，总是有着种种理由，例如春天不是读书的日子，夏天太热容易犯困，秋天冬又将至，不如待明年。其实读书是一项四季皆宜的活动。

大量事实可以证明：知识宝库的钥匙只给予勤奋、诚实的人，良好的读书方法也只垂青于那些有科学思维头脑的人。只有这些人，在经过自我奋斗后，才能摘下北大的甜美果实。

- 北大才子破解读书瓶颈 / 77
- 如何革除不良习惯 / 82
- 如何集中注意力 / 88
- 如何突破心理瓶颈 / 95



第四章 北大才子眼中的读书方案 / 101

书虽然是一种没有声音的东西，但是它对人类的影响却是非常深远的，如果你阅读过一些北大才子的高考经验谈，经过和这些北大才子的对比之后，你就会从他们的成功之中预见出自己的成功。

“读！读！读！书中自有千钟粟；读！读！读！书中自有黄金屋；读！读！读！书中自有颜如玉。”

- 北大才子剖析名人 / 101
- 郑板桥：“善诵精通” / 106
- 钱钟书：追本求源 / 108
- 巴金：“回忆式” / 110
- 毛泽东：“四多”方案 / 111
- 贾平凹：知文知人 / 114

第五章 读书，为你升学积累资本 / 116

读书，最重要的就是先读基础书，学好基础知识是我们建设知识大厦的坚实地基，是你攀登知识高峰的第一步。

你应该“循序渐进”，要知道，“千里之行，始于足下”、“九尺高台，起自抔土”，读书求知更是如此。

朱熹曾说过：“未得乎前，则不敢求其后；未通乎此，则不敢求其彼。如是循序而渐进焉，则意定理明，而无疏易凌躐之患矣。”

- 北大才子与读书魅力 / 116

- 如何获得个人知识 / 121
- 从小做起，构建大厦 / 126
- 学会活用你的知识 / 137

第六章 读书的原料仓库：记忆 / 141

有一位北大才子曾这样形容记忆：“一个人真正的财富，不在于其他，只在于记忆。”

智力好比一座心理活动的工厂，许多智力发现、发明都是由这个工厂的有效运转而形成的。而记忆力就是一个原料仓库，它专门为这座工厂的正常运转储存原料和提供原料。

- 记忆：北大才子眼中的财富 / 141
- 揭开非凡记忆之谜 / 147
- 赋予你无限的聪明才智 / 152
- 通往记忆的终南捷径 / 156
- 如何成就记忆的神话 / 163

第七章 全新的全脑记忆 / 171

提高记忆力，要从两方面入手，一是要用“笨劲”，舍得下力气；二是要下巧劲，会找窍门。

人脑具有惊人的认识世界和储备信息的能力，可惜由于种种复杂的原因，人们一直都未能将自己的记忆力充分应用起来。

北大才子认为，全脑记忆是一种科学方法，是影响人类进程的一场空前的革命，也是改变你一生命运和机遇的转

折。

- 全脑记忆：信不信不由你 / 171
- 北大才子谈全脑记忆 / 176
- 死读书只会使你落伍 / 181
- 开发右脑，全脑读书 / 186

目

录

第八章 破译全脑记忆 / 195

北大才子认为，科学的记忆法将使记忆效果事半功倍，正确的记忆方法是获得知识的有效途径。

为什么能进行全脑速读记忆？因为右脑潜藏的奇异功能。全脑速读记忆发现了最大限度发挥眼和大脑机能的方法。

全脑记忆与其说是读，倒不如说是使那些文字瞬间印在脑海中。你完全有可能同时掌握那些瞬间飞到眼中的语言及其意义。

- 什么是全脑记忆 / 195
- 使你轻松上北大 / 205
- 检视你的全脑记忆能力 / 214
- 每个人都能全脑记忆 / 222

第九章 全脑记忆为北大指路 / 231

要改善记忆力，我们应注重有效地利用记忆的规律，从培养记忆的心理品质、记忆的习惯和掌握科学的记忆方法和记忆规律四个方面入手。

7

全脑记忆与此不同，严格一点说，就是首先把文字先归拢在一起严加记忆，然后再整体理解的方法。

就是把以语言的形式进入左脑中的问题，通过想像加以图式化，然后把情报转换到右脑中去的顺序加以省略的缩影。

●无声全脑记忆法 / 231

●整体全脑记忆法 / 234

●全脑记忆扫描法 / 238

●全脑记忆鉴别法 / 242

●五步全脑记忆法 / 245

第十章 全脑记忆强化训练 / 257

一个人的记忆力是无限的，但并不能够无休止地强迫自己去记忆。合理用脑对于改善记忆的效果是十分必要的。

古人云：文武之道，一张一弛。一旦培养了高度的视力和集中力，达到能够目不转睛凝视铅字的程度，就会使大量集结在一起的铅字，一下子飞进你的眼中。

●诱发 α 波训练 / 257

●视野无限训练 / 266

●全脑活化训练 / 276

●全脑活化，成功与共 / 284

第十一章 北大梦想与人生实践 / 289

北大才子曾经对几十位诺贝尔奖获得者进行调查。发现

这些人大多认为掌握读书方法要比掌握具体的知识重要。因此，你应尽快学会科学的读书方法。

正确的读书方法不但能促进你学习任务的完成，而且可以起到事半功倍的效果；错误读书方法会阻碍你才能的发挥，很可能会使你一事无成。

读书要注重理解和运用，不要死背教条，与实际相脱离。北大才子一再强调读书要与实际相结合，是因为“知识是来源于实践”。

- 莫效张生枉读书 / 289
- 读书要与实际相结合 / 294
- 北大才子的“矢”与“的” / 300
- 如何使所读的书活起来 / 305

第十二章 跨越能力界限 / 314

北大才子认为，只有博闻强记、学识渊博、能够在众多的知识领域纵横驰骋的通才和全才才能成为时代的天骄之子。

随着时代的发展，北大才子打破了往日对知识的理解。北大才子认识到：知识与能力并不完全是相等的，知识并不能等于能力。

当今，如果有谁想不读有字之书，凭借着自己的一点小聪明“白手起家”直接去读“无字”大书，那么他不是狂妄，便是愚昧。

- 北大才子的“无字之书” / 314
- 文凭并不是最重要的 / 322