

→ 知识经济时代 高效学习丛书 → → → →

Efficient Reading

高效读书

→ 周明星 / 著 → → → →



→ 中国出版社 → → → →

知识经济时代高效学习丛书

高效读书

周明星 著

中国社会科学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

高效读书/周明星著. - 北京: 中国社会出版社,
2000.4

ISBN 7-80146-358-7

I. 高… II. 周… III. 读书方法-通俗读物

IV. G792-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第 05712 号

书 名: 高效读书

著 者: 周明星

责任编辑: 张 佳

出版发行: 中国社会出版社 邮政编码: 100032

通联方法: 北京市西城区二龙路甲 33 号新龙大厦

电话: 66051698 电传: 66051713

经 销: 各地新华书店

印刷装订: 北京牛山世兴印刷厂

开 本: 850×1168mm 1/32 印张: 7

字 数: 135 千字

版 次: 2000 年 5 月第 1 版

印 次: 2000 年 5 月第 1 次印刷

印 数: 1-6000 册

书 号: ISBN 7-80146-358-7/C·147

定 价: 13.00 元

(凡中国社会版图书有缺漏页、残破等质量问题, 本社负责调换)

高效学习是知识经济时代创新的需要

亲爱的青少年朋友们，你们是属于二十一世纪的，你们正在跨入一个创新时代：知识经济时代。

知识经济时代是高频“信息时代”。根据英国科学家詹姆斯·马丁的推测，人类的科学知识在 19 世纪是每 50 年增加一倍；20 世纪中叶，每 10 年增加一倍，到 80 年代每 3 年增加一倍。近 20 年，全世界每年出版新书 50 万种，每一分钟就有一种新书出版。由此可见，知识量的急剧增长的直接后果就是知识老化且更新速度的加快。知识经济呼唤更加便捷高效的吸收知识的方式。

知识经济时代，是需要高效学习的时代。学习——财富蕴藏其中。美国的未来学家阿尔温·托夫勒在二十年前就曾预言：“21 世纪的文盲不是那些没有知识的人，而是那些不会学习的人。”因此，要跟上知识经济时代的步伐，就迫切地需要去不断地获得

新的知识。所以，从某种意义上说，你已经和将要获得的知识并非最重要的，最重要的是你是否掌握了学习的方法和技巧。如何用最短的时间、最快的速度获取最丰富的信息并进而将其转化为社会实践中有用的知识，这也是知识经济时代提高人们自身素质的前提条件。

基于这样的紧迫感，我们推出了这套新时代高效学习丛书。这套丛书分别是《高效读书》、《高效写作》、《高效记忆》、《高效应试》、《高效说话》。其最主要的特点是，既注意基本理论的通俗介绍，更注重操作技能的训练。如果你能按照本书介绍的理论方法，坚持不懈地训练，你的学习方法必将有明显的改善，学习效果也会显著提高。

但愿这套丛书伴随你——青少年朋友，成为二十一世纪的创新人才。

编 者

目 录

- 书籍是人类进步的阶梯 (1)
 - 一、杰出的人才都热爱读书 (1)
 - 二、读书帮助你实现人生的价值 (4)
 - 三、读书是获取知识的捷径 (5)
 - 四、读书人四型 (6)
 - 五、高效读书与现代化 (8)
- 高效读书的八种态度 (11)
 - 一、热爱书吧——这是知识的泉源
..... (11)
 - 二、建立自己的书库 (14)
 - 三、买书不如借书 (17)
 - 四、书也可以“吃” (18)
 - 五、读书贵知疑 (20)
 - 六、读书要善于思考 (23)
 - 七、读书要在学友之间展开讨论 (26)
 - 八、读书的最高境界——痴书 (28)

● 高效读书的科学	(32)
一、有书就要赶快读	(32)
二、读书不必求多	(33)
三、读书要钻进去	(36)
四、默读是一个起点	(38)
五、掌握关键字句	(41)
六、留意文中的路标	(42)
七、读旧书或借来的书	(44)
● 高效读书的方法	(46)
一、选择读书法：把精力集中到一个焦点 上	(46)
二、统筹读书法：制定多层次的读书计划	(52)
三、循序读书法：积累与渐进	(55)
四、程序读书法：连贯与取舍的统一	(58)
五、溯源读书法：上穷碧落下黄泉	(63)
六、推测读书法：他人有心，予忖度之	(68)
七、质疑读书法：尽信书不如无书	(71)
八、创造读书法：取百家之长，走自己之 路	(75)

九、超级读书法：假舟楫而绝江河	(79)
十、反复读书法：温故而知新	(85)
十一、会友读书法：三人行必有我师	(88)
十二、实践读书法：从无字句处读书	(93)
十三、互比读书法：有比较才有鉴别	(100)
● 不动笔墨不读书	(106)
——高效读书的笔记方法	(106)
一、读书要做笔记	(106)
二、怎样标记符号和批注	(107)
三、怎样在笔记本上做笔记	(114)
四、怎样制作读书卡片	(124)
五、怎样剪辑资料	(133)
六、怎样用计算机做读书笔记	(135)
● 名人是怎样高效读书的	(138)
一、孔子的“学思习行”读书法	(138)
二、朱熹的循序渐进读书法	(141)
三、王充的抄写读书法	(143)
四、鲁迅的“随便翻翻”读书法	(144)
五、毛泽东的“四多”读书法	(146)
六、茅盾的“三遍”读书法	(149)

七、钱钟书的追本求源读书法	(151)
八、徐特立的“化整为零”读书法	(153)
九、叶圣陶的“三步”读书法	(155)
十、魏书生的“四遍八步”读书法	(156)
十一、马克思的博览读书法	(158)
十二、高尔基的“早·晚·零”读书法	(160)
十三、培根的“尝·吞·嚼”读书法	(162)
十四、爱迪生的定目标读书法	(164)
十五、爱因斯坦的“淘金式”读书法	(166)
十六、富兰克林的复述读书法	(168)
● 高效读书的综合训练	(172)
一、高效归纳段意	(172)
二、高效提炼中心思想	(185)
三、高效划分文章层次	(191)
● 附：古今中外名人读书名言	(198)

● 书籍是人类进步的阶梯

不用问，你肯定希望获得有关周围现象的一切知识，把它装进你的脑子，用的时候就拿出来大显身手，成就自己的事业，最终实现人生的目标。

那么，有这样一座桥梁是你必需的：读书。

一、杰出的人才都热爱读书

青少年时期是富于理想的时期，也

是开始树立人生志愿的时期。读了一本生动的小说，就想做一个文学家；看了一次画展，就想成为一个美术家；听到一个科学家的故事，又想成为一个发明家……这些理想和志愿都是很好的。但是，你可曾想过，杰出的人是怎样获得成功的呢？他们是怎样为人民作出贡献的呢？告诉你一个共同的“秘诀”吧——他们都非常热爱读书、热爱学习。

就以文学家来说，古今中外的大作家、大文豪、大诗人，没有一个不是在青少年时代就大量阅读文艺作品和各种书籍的。唐朝的李白，人称“诗仙”，他从五岁就开始读书，诸子百家、佛经道儒，无不过目成诵。少年时期的勤奋学习，使他成为一个多才多艺的大诗人。与李白齐名的杜甫，人称“诗圣”，他自幼聪慧勤学，读了不少书，七岁时就能挥笔作诗。他作的一篇《凤凰诗》，使当地一些年长的诗人都大为吃惊。苏联的高尔基，人称“文豪”，他没有上过多少学，全靠自己刻苦读书。他说：“我扑在书籍上，像饥饿的人扑在面包上一样。”英国十九世纪的著名作家狄更斯，小时候酷爱读书。他家有一座小阁楼，堆放着许多书籍，他常常一个人爬上去贪婪地读着，吸收着其中丰富的知识。西班牙的著名作家塞万提斯，是人所共知的《堂·吉珂德》的作者。他虽然只上过中学，但非常努力地读书，他把能找到的优秀文学作品都拿来阅读；有时走到街

上，拾到烂字纸也要读一读，在广泛的阅读中汲取了丰富的营养。《丑小鸭》、《卖火柴的小女孩》、《皇帝的新装》等优美的童话故事都出自丹麦作家安徒生之手。其实，安徒生的少年时期也有着和“丑小鸭”一样的经历。安徒生很小的时候，他的父亲因失业而去当兵，撇下他和母亲在家，过着乞丐般的生活。十一岁时，父亲去世，母亲改嫁，他得不到继父的疼爱，又受到富家孩子的欺侮。十四岁的安徒生就离家只身来到首都哥本哈根。他想学跳舞、当演员，都被拒绝了，好不容易被音乐学校收留下来学唱歌，因为冬天没钱买衣服，不断感冒咳嗽嗓音嘶哑而被迫离开。就在这样贫穷饥饿、颠沛流离、到处受人歧视的境遇下，安徒生还废寝忘食地阅读一切能够找到的文学作品，一边读，一边模仿着自己写诗、写剧本。终于，他写的一部喜剧被剧院接受，这个有百折不回毅力的穷苦孩子，经过十几年的努力学习和艰苦奋斗，终于踏进了文学的殿堂。

去读一读名人的传记、故事吧！如果你留心，将会发现，每一个有成就的人物，都有两个非常突出的特点：一是勤奋读书，努力学习；二是不怕困难，艰苦奋斗。如果你想成为一个对祖国、对人民有贡献的人才，从青少年开始，就应该广泛地阅读许许多多有益的书籍。

二、读书帮助你实现人生的价值

读书是一种心灵的“旅行”。读书可以使你获得知识，帮助你洞悉人生的道理和意义。可以毫不夸张地说，读书是一个人一生当中不可缺少的事情。

林语堂先生在谈到读书的意义时，说过这样的话：“开茅塞，除鄙见，得新知，增学问，广识见，养性灵”（林语堂《大荒集·论读书》）。可见，读书不仅能增加你的知识，广博你的学问，更重要的是能提高你的修养，陶冶你的情操。

古人云：“积财千万，无过读书”（北齐·颜之推《颜氏家训》），就是说钱财对于人来说，只不过是身外之物，生带不来，死拿不走；而读书所获得的，是一生的学问和修养，使你在有生之年获益无穷。

最起码的，读书可以使你举止文雅，除去无知和俗气，不至于做出一些狂妄的举动，或者说出太多无理的言语。你读过的书，虽然不能挂在你的脸上闪闪发亮，时时供你骄傲地显露一番，但是，它却彻底装进了你的身心。常言道：“腹有诗书气自华”。你饱读群书，肚子里有了丰富的知识，就自然气宇轩昂，底气十足，做事时就增强了自信心。这无疑有助于你接触社会，在事业上获得成功。而一个人的价值，只有在社会中，在与其他人的合作中

才能得到更充分的发挥和显现。那么，读书是不是很有必要呢？回答当然是肯定的。

三、读书是获取知识的捷径

科学家牛顿曾经把书比作“巨人的肩膀”，很形象。你站在巨人的肩膀上，就有希望比巨人还要高出一头。文学家高尔基则这样赞美说：“书是人类进步的阶梯”。

一个人不可能亲自阅历世界上所有的东西和事情，通过生活实践去获取“直接经验”。事实上，人们的大多数知识是要依靠读书来间接获取的，即“间接经验”。因为书本上的知识和经验，无不是前人经验的总结，这些书本上的知识，对于你来说是“间接经验”，而对于传统经验的书作者来说，则是“直接经验”。

宋代大学者朱熹说：“为学之道，莫先于穷理；穷理之要，必在于读书”（《性理精义》）。是的，做学问的首要目的就是要弄清楚事物的道理、规律，而要想达到这样的目的，必由之路就是读书。

可以说，读书是聪明的选择，是一个人获取无穷知识与经验的捷径。

四、读书人四型

明人谢肇淛于《五杂俎》一书中说，爱书者之中有那么三种人，一种是慕一时之虚名，只为装潢书架，以资炫耀；一种是穷尽心力，广为搜求，只为了增加藏书数量；第三种人虽爱书而又勤奋读书，博学多识，但却不能加以运用。前两种人病在爱书而不读书，后一种人病在天份太低，只能死读书。

其实，装潢书架总比装潢衣柜显得儒雅，也比在房中挂上赵公元帅巨像或其大如斗的“发”字要少一些俗气。藏书也是一种收藏，藏家也并不一定因为收藏什么就要去学习什么。而读书不能运用，只是智慧问题。真是博学多识，何愁不能对社会有所贡献？依我看来，爱书而不读书与读书不会用书均不能称之为“病”，倒是现在另有一些读书人应以“病”称之，这些人大约可以分为四种类型：

其一：记几句名人名言，背几条伟人语录，写文章或发言东引一句，西引一段；背几首古诗，与人交谈，时而“诗曰”，忽而“子云”。其实，他引来引去，背来背去，就那么几首诗，几段文，他肚子里就那么一点货。言必称孔孟，其实不懂孔孟；言必称马列，其实不懂马列。咬文嚼字，故弄玄虚，不为其他，只为唬人。此种读书人，可谓装点门户

型。

其二：也曾秉烛挑灯，也曾悬梁刺股，说起来，也称得上爱书嗜书，算起来，也吃了多年寒窗苦。但一出校门，便从此手不染卷。谋职业，靠的是一纸文凭；评职称，靠的是胡须一把再加文凭一张；工作十几年甚至几十年，全靠吃那几年苦读的老本。即使是老本吃尽，也不思读书；即使是知识之光日渐暗淡，也不思“充电”，真是“问渠那得涸如许，只因源头无水来。”此种读书人可谓一劳永逸型。

其三：别人读老子庄子，他也读老子庄子；别人读弗洛伊德、萨特，他也读弗洛伊德、萨特。今日掀起《论语》热，他就跟着大伙读《论语》；明日掀起《易经》热，他又跟着读《易经》。而读这读那的目的，不是为了做学问，也不是为了写文章，只不过是跟个风头，赶个浪潮。而所读过的书，好比羊从绑扎不牢的栅栏挤出，只给主人留下几根羊毛。此种读书人，可谓跟风赶浪型。

其四：六七十年代，用人看成份；进入八十年代，用人看文凭。这一变不打紧，令多少人仰天长叹：“久有凌云志，一心想当官。只恨学历低，手无敲门砖。”随后开始想方设法，为“砖”而奋斗。有的人真读书二三载，有的人假读书三五周，而不管真是真读还是假读，一旦文凭到手，许多人就像甩掉手中的蝎子一样把书丢掉了。明人西湖居士所著

《郁输袍·春游》中有这样的对话：“小生：‘二兄为何不做诗？’丑：‘这是敲门砖，敲开便丢下他。我们既做了官，做诗何用？’”这段简短的对话，真切地揭示了这些人的心态。此种读书人，可谓寻砖敲门型。

五、高效读书与现代化

当今社会的特色是高效。吃饭要快餐，奶粉要速溶，彩照要快洗，油漆要快干……各种形式的学习班就要冠以高效速成。因此，高效读书的兴起，像快餐、高速公路、超音速飞机一样，是信息社会的迫切需要。

电话、电报、微波通讯、激光通讯等现代传播手段迅速发展，改变了人们的生活方式。但是，获得知识和信息的主要手段仍然是阅读。为此，出版物增长迅猛异常。前苏联阅读专家马克·沃伦斯基指出，人类社会 15 世纪出版了各种图书 3 万种，16 世纪出版了 25 万种，19 世纪出版了 700 万种，20 世纪出版了 2500 万种。

据联合国教科文组织统计，世界人口从 1750 年到 1950 年的 200 年间增加了约 2 倍，书籍却增加了 800 倍。从 1950 年到 1970 年，世界出版的图书，按品种计算增加了 1 倍；按册数计算增加了 2 倍；给