

一本让你真正懂得如何读书、
如何读得更快、更准确的方法指南书

快速 阅读力 训练手册

THE ART OF RAPID READING

[美] 沃尔特·皮特金 / 著

中国发展出版社

G792

44

一本让你真正懂得如何读书、
如何读得更快、更准确的方法指南书

快速 阅读力 训练手册

THE ART OF RAPID READING

[美] 沃尔特·皮特金 / 著
王燕平 / 译

中国发展出版社

图书在版编目(CIP)数据

快速阅读力训练手册/(美)皮特金著;王燕平译. —北京:
中国发展出版社, 2005.11

ISBN 7-80087-869-4

I. 快… II. ①皮… ②王… III. 英语-阅读教学-自学
参考资料 IV. H319.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 127792 号

书 名: 快速阅读力训练手册

原 著 者: [美] 沃尔特·皮特金

译 者: 王燕平

出版发行: 中国发展出版社

(北京市西城区百万庄大街 16 号 8 层 100037)

标准书号: ISBN 7-80087-869-4/Z·149

经 销 者: 各地新华书店

印 刷 者: 北京铁建印刷厂

开 本: 1/32 880×1230mm

印 张: 8.5

字 数: 180 千字

版 次: 2005 年 11 月第 1 版

印 次: 2005 年 11 月第 1 次印刷

定 价: 18.80 元

联系电话: (010)68990692 68990682

网 址: <http://www.developress.com.cn>

版权所有·翻印必究

本社图书若有缺页、倒页, 请向发行部调换

中文版序

你阅读完下面这段文字，要花费多长时间？是30秒钟还是3分钟呢？无论你的阅读速度如何，《快速阅读力训练手册》都堪称一本能够帮助你从阅读中受益匪浅的好书。如果你的阅读速度较慢，本书专门为你提供了提高阅读速度的练习。如果你的阅读速度较快，本书为你提供了可帮助你从书中汲取更多知识的方法。无论你遇到了什么阅读问题，本书作者皮特金教授都为你准备了解决的良法。本书有的章节分析了阅读能力较差的原因、提高阅读能力的窍门，以及如何略读。与此同时，本书还提供了内容丰富的阅读练习，这些练习既有读起来轻松愉快的小说，又有罗列大量事实的商业报告。

这是一本对每个人来说都可谓开卷有益的书，人人

都可从中找得到自己所需要的东西。无论你平日只阅读一些报纸,无论你是一家出版社的编辑,你都可以从阅读此书中得到启迪。它将帮助你读破万卷书,获得渊博的知识。

本书内容涉及一些指导性的阅读方法,请你像平日阅读杂志上的一篇文章那样,从头到尾通读一遍,不要停下来做什么分析,也不要停下来做什么练习。首先借助通读本书,对它有一个整体印象。然后再回过头来,认真细致地进行阅读。在阅读完本书所提出的技巧时,应该做一些书中的练习。

当你开始阅读这本书的时候,翻到本书第 242 页所列出的阅读速度进步表,在表中记录下你的阅读速度。

本书还附有一些针对性的训练,至于这些练习的价值大小,很大程度上取决于你在试着做它们的时候,对其内容并不熟悉。不要把前面的内容略过,直接去阅读用作练习的文章,这样会把你可能无意中事先读到的任何练习略过。

前 言

交流的艺术分为三大部分。第一部分是要把握主题;第二部分是把握它的表达(一般是以书面形式表达);第三部分是把握它的接纳,也就是听取他人口头表述,以及听取他人阅读书面文字。

中小学和大专院校一开始教的内容大都与主题有关。商人和专业人士很多年前就发现,他们不能用有效的方式来表达自己所了解的主题,于是培养写作人才的教育便开始了。商业英语方面的课程也遍地开花。科学机构和技术公司开始指导他们的员工学会讲话和写作的技巧。今天,可以公正地说,至少在工程师、公司主管人员、贸易和技术期刊的编辑和作者中培养实用写作人才方面已取得了领先地位。在研究商务、工业和技术的报告、文章和教科书方面,世界上还没有哪个国家写出来的作品像美国这么多。

不过，正是这方面的成功使我们发现了交流的第三个技巧，也就是最后一个技巧所存在的不足。我们有很多人了解所交流的主题。这些人中，又有无数个才华横溢的作家。而他们所写的内容都大大超出了人们的阅读能力。难道我们不能让人们在阅读方面跟上他们的步伐吗？

我相信我们有这个能力——至少在很大程度上我们是可以做到的。

本书面向的是那些整天忙忙碌碌，一年到头读不了几篇文章，而自己又因此很不满意、觉得自己读书太少的成年人。对还在上学的学生来说，本书也有些价值。一些著名的专家学者也开始为他们写作一些非常不错的著作。令人遗憾的是，还没有人认真考虑过这些不会读书的可怜的成年人。

然而，世界上所有重要的阅读过程都是由这些可怜的成年人完成的。民族的命运离不开他们的阅读，股市的趋势离不开他们的阅读，工业和商业的发展离不开他们的阅读，教育的进展和社会福利的方方面面离不开他们的阅读。如果废除这些阅读材料，废除这些读者，会剩下什么？只会剩下空谈者的世界。与能读会讲的人相比，他们能做多少生意呢？肯定不到 1/10，或者说，即便在量上是一样的，那质量肯定不行。因为人们在谈话中产生的误会程度远远大于书面上的。为什么这样说？因为说过的话随即就消失了，如果你没能准确抓住这句话与别的话的联系，你就会感到迷惑不解。

你的讲话也许曾让人报道过，那报导的内容让你苦恼过

吗？你曾发表过演讲，却没能为报界准备一份演讲摘要，你有过这样的经历吗？这会儿你该知道我是什么意思了。我们抱怨记者在整理我们的讲话时常常会犯一些错误，却没想到任何人都误解我们说过的话，因为光用耳朵是很难抓住演讲的大部分内容的，而之后也不会像回顾书面文字那样容易回顾。如果你没能领会一份书面报告的内容，你可以回过头来再看一遍。可对声音来说，就不行了。

所以，如果你想马上说服一个人，就跟他说话，因为你的性格对他的影响与你说话的内容相比，效果要更强烈一些。但如果你想告诉一个人什么事，把你的想法告诉他，让他仔细研究，那就不用一种效果更持久的形式。

讲话对推销员来说是一种合适的方法，而印刷品对买主、经理和下级主管来说则是再好不过的宣传工具。讲话会激励人们采取行动，但印刷品会传递事实、指示和命令。推销员通常不喜欢通过印刷制品（这当然包括用打印机打印出来的信件）来做生意。当推销员被提升到主管的职位时，他们还是喜欢遵循原来的习惯，而他们此时的职责并不是销售，而是管理和处理日常事务。他们做什么事情都会夸夸其谈、长篇大论一番。他们把这种方式运用得很糟糕，而自己却没有意识到。本来用书面文字效果会更好一些，却仍守着讲话这一方式不放，这是美国商业界的一大通病。

有一次，我顺道拜访了一位当时正经营一家大型国际机构的商人，听到许多下属们都在发牢骚，说他发布了一道很严格

的命令。根据这道命令,每个人的办公桌前都必须挂一个醒目的卡片,上面要写:“不得下达口头命令”。

我听说这条规定大大放慢了他们的工作进度,还使他们精神上产生了很大的波动。可结果呢?这位老板根据这条不准讲话的规定创下了数十亿美元的收入。他的名字,就是赫伯特·胡佛,他正为这个世界做出杰出的贡献。

讲话有两个弱点。讲话的时候,必须有听众;讲话的速度是阅读速度的4倍或3倍。当然,其中不可避免还会有停顿、沉默、无关紧要的插嘴、吞吞吐吐和支支吾吾,以及各式各样的演说效果等,这些都是持续谈话和演讲中经常出现的。商人们谈话时的速度很少超过每分钟80个字,但如果经过适当训练,对于严肃的题材,他们每分钟可阅读200到300个字。

在商业中,我们所有人倾向于说得过多,而读得过少。这不能完全归罪于推销员的行为和喜好。在很大程度上,这完全是由于在学校早期训练不够的缘故。我是根据个人的诸多观察不得已得出这一结论的。我见过许多声名显赫的商业主管,他们都毕业于名牌大学,但阅读的速度或准确性却不及一位高中生。下面我来举一两个例子。这个问题非常重要,所以我们应当给予足够的重视。

一份杂志曾发表过一篇我对各专业领域中的机会所作的调查报告。我记得这篇文章不足1500字。许多商人对此作了广泛评论,其中一位是我国一家领先的制造业公司的高级主管。他在对我的观点进行批评时,列了6条,说是我写的,而且都是

他在那篇文章中找到的。但奇怪的是,没有一条在那篇文章里出现过,其他地方也没有。他读那篇文章读得太不准确了,完全把意思弄反了。结果呢?他反对的那些观点正是我自己所反对的,而他支持的每个观点都是我的!

还有个更糟的例子。几年前,我出于某种考虑写了一篇关于贸易环境的报告。这篇文章固然有较强的技术性,不容易阅读,不过根据主题需要,还是尽量写得清楚明了。而且它面向的读者也仅仅是熟悉这一主题的那些人而已。该公司的总裁在对这篇报告研究过之后,写了一系列评论,而这些评论表明他并没有抓住文章的主要观点。其他读者倒没有这样的情况。所以,我请他在文章中给他的解释找出一些依据。他很费力地一页一页翻看,浪费了我们两人两三个小时时间,最后他承认一定是读得太快了。事实是他没有好好阅读。

我再来举个最糟的例子来说明这个令人忧虑的问题,以免你得出结论说,我总是挑剔那些商人。从这个例子你会看到,其他行业的工作人员的阅读能力也很差。我曾对一些重要著作的评论人员对这些书的内容所列举的事实进行核对,看看准确与否。我没有考虑他们的观点问题,只要求对无可辩驳的一些事实加以核对。似乎有一半的书评幼稚、不准确。这里我们面对的就是一些自以为读得又快又准的读者。否则他们怎么会去写书评呢?

如此看来,我们身上的担子可不轻!我们必须帮助大多数成年人弥补他们早期训练过程中的不足。

阅读的三个技巧

阅读有三个截然不同的技巧。每一个技巧都有其自身的目的。每一个技巧多少与不同的材料有关。而每一个技巧形成的又都是截然不同的方法。遗憾的是,教师们并没有向学生对此做出清楚的解释,由此使他们养成了很差的阅读能力。

三个目的决定了三种技巧。因为它们首先决定了要读的材料和要读的方式。所以我们必须先讨论这方面的问题。

在我们很小的时候,我们是为了学习而阅读;等长大后,一些人便对自己培养失去了兴趣,而其他一些人却对自己喜欢的科目学得更有兴致了。

小时候,我们大多数人还将阅读当作一种乐趣。故事书为我们敞开了想象的大门。我们逃离现实世界,在小说家和剧作家创造力和想象力的指引下遨游。当我们为了生计,不得不付出大量时间和辛劳去养家糊口时,大多数人便无暇享受读书的乐趣。1930年以前,大多数人都把这种乐趣看成是“他们十几岁时”生活中的一部分。但随着我们的休闲时间越来越多,为了乐趣而阅读便要求占用更多的时间。

同时,我们大多数人是为了了解最新消息而形成了一种阅读兴趣。在某种程度上,这又与第一个目的,即为完善自我而阅读有些重叠。但它大体上还有其独自的特点。我们浏览日报,只是为看看世界各地以及我们身边正在发生什么事情。我们想知

道昨天的铁路股票是升了还是降了。我们想知道我们大学里的橄榄球队是如何在大型比赛中崭露头角、并与以前对手交锋的。墨菲夫人和她女儿坐船去法国旅行了吗,或者说,她们要去帕尔马海滩过冬吗?

跟踪了解我们关心的事件,是阅读的第三个目的。在当代美国,这已成为一项巨大任务。于是出现了许多新闻!许多人开始忙着制造新闻!此外,新闻在商业领域如泉涌般流动起来。在汽车贸易领域发生的事情要比10年前欧洲发生的所有事情都多。女性服装生意方面的事件数不胜数,许多都是十分重要的事件,完全可以在专门的日报上报道。华尔街上的事件也是如此。美国几乎所有行业都有自己的期刊或月刊,主要目的就是给出人们特别感兴趣的新闻。

但每天只有24小时,一天一天,永无休止,这是一个众所周知的事实。读者必须跟踪每一天的形势,如不然,就会被甩在后面。销售经理如果没能对今天早上本行业方面的事件报道进行调查,就会很快犯下可怕的错误。正考虑购买铜股票的投资者,如果忽视有关铜业以及影响铜业的各行各业的最新消息,就会成为一个纯粹的赌徒。在商业、金融、政治和制造业也全都如此。

接着,我们便会看到有必要掌握第三个阅读技巧。这里我们遇到素材和问题,与我们仅仅为自学或为个人愉悦而阅读时遇到的素材和问题大不相同。在研究文化类主题时,我们要掌握读到的所有内容。我们要分析,也许还要做笔记,还不时会停

下来,陷入对整个事实的沉思当中。我们的阅读速度几乎完全由主题的扑朔迷离和稀奇古怪,以及我们要把它吃透的愿望所决定的。相反,当我们纯粹是将它看成是一种乐趣而阅读时,我们想以多快的速度读,就可以用多快的速度。不管速度多快,能给我们带来最大乐趣的就是合适的速度。这时就不会有人定下什么规则。一些人最喜欢读小说,读的时候轻松浏览一遍就行了。而其他一些人则会在华美的词汇处逗留,还会在故事中的幻想中陷入沉思。有些人一定要把书一口气看完,而另一些人则喜欢分几次慢慢欣赏。

为了跟踪了解我们的职业、艺术、我们的贸易或我们的商业中发生的事件,我们每个人的阅读过程是多么不同啊!这里“时间爸爸”为我们定下步调,而“竞争”就是裁判。我们必须具有足够的速度,否则就会遭遇失败。我们必须选择与我们的实际利益和财富特别有关的素材。我们不敢让我们的私人品味和乐趣左右我们。我们也不必像文化读者那样认真和细致。因此,我们必须总结出第三个阅读技巧。这就是你手里这本书的主题。

不管谁读这本书,如果认为它是一本家庭作业指南或是快乐阅读指南,那他就会遗憾地发现不会达到真正的效果。他确实会发现书中有些内容对培养第一种和第二种技巧有很大帮助。但整体上,这一技巧可不是这样的。

你会取得什么样的收获

现在让我们来看看通过做本书后面的练习,你会取得什么样的收获。我给出的,自然是适于大多数读者的一般性要求。一些人会大大超前,而有些人则会远远落在后面。

首先,要取得有效成果,你必须练多长时间呢?在芝加哥大学、哥伦比亚大学及其他地方对成人进行的测验表明,坚持自我训练 30 天或 60 天后,阅读速度和理解能力会有显著提高。

通常情况下,训练 3~4 个月,就会使你的进步达到顶峰。但这对你的阅读速度和理解能力而言又意味着什么呢?

我们来简单比较一下。根据你自己的实际情况来运用。显然,我们不能制定一个标准让所有人都来遵守,因为人与人之间的商务必读材料差别很大,而且阅读环境也大不相同。

这里有四个阅读层次,可以说相当典型。我把浏览省略了,因为它可以自成一类。

题材轻松的读物

报纸上的一般新闻及各种更简单的小说通常可以以每秒 5~6 个字的速度阅读。这个速度可保持一两个小时,不会让人过度疲劳。

假设你一年里每天都用两个小时来读这种轻松的文章,你

一年的阅读量就会达到 1300 万字（每秒 5 个字相当于每小时 18000 个字或每天都读两个小时，一个月读 108 万字）。这相当于 130 部、每部 10 万字的书。

一般性读物

报纸上主题严肃、篇幅较长的文章，以及你所在行业的商贸类报纸中的大多数一般性新闻，可以以每秒 4 个字的速度阅读，每天可阅读两个小时。

如果你每天都用两个小时来读这类文章，一年下来，你就可以阅读 1000 万~1050 万字（每秒 4 个字相当于每小时 14400 个字）。这相当于 100 部每部 10.5 万字的书。

内容严谨的读物

这类文章主要是对难度相当大的题材进行的理论探讨，多数是你所不熟悉的，会使你的阅读速度放慢到每秒三个字。以这个速度阅读，你一年的阅读量就会达到七、八千万字，相当于 70~80 本标准大小的书。

严肃的读物

这类文章对你来说内容全新而又非常重要，需要透彻理解它的主题。至于其中进行的理论探讨，光阅读是不行的，必须加以仔细研究。如果你每小时读 6000 字的话，也会有很好的收

获。你不可能在一年当中,每天都用两个小时进行这样透彻的阅读。不过,可以假设你能做到这一点,那你一年下来就能读400万~500万字;或者说每年可以读40~50本标准长度的书。

没有人会把所有时间都用到这四个阅读层次中的任何一个上面。大体上我们阅读时可以把这四个层次结合起来。我们来假设你每天的阅读时间分配如下:

| 阅读类型 | 阅读时间(分钟) |
|----------------|----------|
| 轻松型的文章(包括浏览新闻) | 15 |
| 一般类型的文章 | 45 |
| 内容比较严谨的文章 | 30 |
| 题材比较严肃的文章(研究) | 30 |

这样你一年就可以阅读:

轻松类文章 160万字,或16本标准长度的书。

一般类型文章 390万字,或39本标准长度的书。

内容严谨的文章 200万字,或20本标准长度的书。

题材严肃的文章 100万字,或10本标准长度的书。

总的来说,这意味着你一年到头,每4天半就能读完相当于一本书的内容!

也许你每天只能找出一个小时时间用来阅读。即便如此,你至少仍可以读完:

- 8 本轻松类型的书；
- 17 本一般难度的书；
- 10 本内容严谨的书；
- 5 本要求精密研究的书；

也就是说,一年共可以读 40 本书。

这样看来,只要视力是中等水平,几乎每个商人都能以这个速度阅读。每星期找出 7 个小时时间来阅读,对所有人来说都是很容易做到的。

假设你所读的是一般类型文章和内容严谨的文章,3/4 都是商业类、贸易类或技术类杂志上面的。且假设你像上面描述的那样,每天只用一个小时来阅读各种类型的文章,那么单就这一种期刊,你一年会读多少内容呢?

大约是 375 万字,或者 750 篇每篇 5000 字的文章。假设你主要是阅读杂志,那你就会在全年 6 份期刊中,读完 10 篇这样的文章。

以上所估计的这些结果都是以没有经过专门培训、不知道如何快速而透彻阅读的成年人的平均阅读速度为依据的。

事实证明,对于相当聪明的人而言,在我前面假设的阅读速度的基础上,他们的阅读速度和理解能力还能提高 50%。

如果你能付出努力,每天读一个小时,就很有可能会在全年当中阅读: