



现代家庭全书

XIAN DAI JIA TING QUAN SHU

【读书卷】



京华出版社



* T162555 *

现代家庭全书

XIAN DAI JIA TING QUAN SHU

读书卷

曹瑛瑛 编著



京华出版社

目 录

一、我们所面临的时代	(1)
1. 政治经济多元化	(1)
2. 网络生存的时代	(4)
3. “知识 = 财富”	(12)
观念的变革	(15)
经济结构发生重大变化	(17)
就业结构的变化	(18)
教育将发挥重要作用	(19)
知识管理将成为知识经济时代的新课题	(19)
4. 以家庭为中心	(20)
5. 一切处在不断变革中	(22)
二、未来召唤人们读书学习	(29)
1. 适者生存与煮青蛙	(29)
2. 网络时代的为师与为学	(32)
2004 年提前来到了	(32)
未来数字时代如何为师：孔子与“0”与“1”	(33)
未来时代如何为学：认知未来	(35)
3. 现代文盲与乞丐	(37)
4. 未来人的性格	(43)
三、论读书学习	(47)
1. 传统教育中的学习误区	(48)

教育的学习	(48)
学习的教育	(49)
2. 读书学习应不拘一格	(50)
3. 条条大道通罗马, 学习途径万千条	(52)
听课途径	(53)
阅读途径	(54)
求师途径	(54)
交谈途径	(55)
电教途径	(58)
实践途径	(59)
4. 读书学习过程的五个阶段	(60)
动机激发阶段	(61)
摄取知识阶段	(61)
领会知识阶段	(62)
巩固知识阶段	(62)
运用知识阶段	(63)
5. 学习中的矛盾面面观	(63)
6. 读书学习的五大功能	(67)
使人聪慧的增智长才能功能	(67)
给人生以正确指导的导向功能	(67)
给人以动力的动力功能	(68)
给人信心和希望的精神食粮功能	(68)
促进创造, 推动社会进步的杠杆功能	(69)
7. 现代的科学学习观	(69)
大潜力、高目标的学习观念	(70)
自主学习的学习观念	(71)
科学学习的学习观念	(71)

创造性学习的学习观念	(72)
勤奋刻苦的学习观念	(73)
高效率学习的学习观念	(73)
重视方法的学习观念	(74)
强化联系学习的学习观念	(75)
全面发展的学习观念	(75)
整体优化学习的学习观念	(75)
8. 快速获取知识的途径	(77)
打破常规	(77)
舍繁就简	(78)
自由的联想和幻想	(79)
动用全部感官	(81)
四、时间就是知识	(83)
1. 树立时间精神	(83)
赢得时间，就是知识	(84)
生死时速，争分夺秒	(85)
机不可失，时不再来	(86)
顺应时代，主动学习	(87)
2. 学习时间运筹的五大原则	(88)
高效性原则：效率即为生命	(88)
整体性原则：团结就是力量	(89)
科学性原则：走出昼夜学习的误区	(90)
定时性原则：“早餐”就该早上吃	(92)
按质用能原则：高潮带来高效	(93)
3. 怎样安排读书学习时间	(94)
认识自己的学习时间	(94)
学习时间运筹的方法	(95)

自由时间就是财富	(100)
4. 节约时间的秘诀	(102)
防止“不速之客”干扰	(102)
充分利用交通时间	(103)
防止拖拉、疲沓	(104)
消除“时间瓶颈”	(105)
唐纳德三原则	(105)
有计划地拖延	(106)
五、知识经济时代：我们读什么	(109)
1. 学习新概念：“知识”和“人才”	(110)
知识的进化	(110)
学习目标：今日人才	(112)
钉耙理论：最长的是最有效的	(114)
2. 内容革命：现代人的警钟	(115)
成功的背后：现代人应具备的素质与知识结构	(115)
走向集合：学习的新要求	(117)
素质教育：创造性人才的“摇篮”	(119)
六、快速阅读的技巧	(123)
1. 默读与无声阅读	(124)
默读	(124)
无声阅读	(125)
2. 整体阅读法	(126)
3. 鉴别阅读法	(131)
概括段意	(131)
抓住文章的主要内容	(132)
归纳中心思想	(133)
4. 浏览法	(134)

浏览阅读的四方面·····	(135)
浏览是一种多方面运用的技巧·····	(137)
浏览时注意的问题·····	(137)
5. 扫读法·····	(138)
什么是扫读法·····	(138)
怎样扫读一本书·····	(139)
不同的读物, 运用不同的扫读方法·····	(139)
扫读的作用·····	(140)
6. 略读法·····	(140)
什么是略读·····	(140)
为什么要略读·····	(141)
怎样略读·····	(141)
略读练习·····	(142)
略读时应注意的几点·····	(142)
7. 跳读法·····	(143)
什么是跳读法·····	(143)
怎样运用跳读·····	(143)
运用跳读法阅读一本书·····	(144)
8. 寻读法·····	(145)
什么是寻读法·····	(145)
怎样运用寻读法·····	(145)
9. 猜读法·····	(146)
什么是猜读法·····	(146)
怎样运用猜读法·····	(147)
运用猜读法阅读的步骤·····	(148)
10. 选择式阅读·····	(149)
11. 需要性阅读·····	(149)

12. 变速阅读	(150)
13. 计时快读法	(151)
14. 闪示阅读法	(153)
15. 退缩阅读法	(154)
七、读书学习的误区	(157)
1. 朝秦暮楚 见异思迁	(157)
2. 一曝十寒 半途而废	(163)
3. 信马游缰 不预则废	(169)
4. 无知愚昧 不学无术	(175)
5. 不懂装懂 一知半解	(182)
6. 浅尝辄止 浮光掠影	(187)
7. 好高骛远 急于求成	(193)
8. 皓首穷经 泛而不精	(199)
9. 学而不思 囫囵吞枣	(205)
10. 学而不疑 轻信盲从	(211)
11. 求全责备 吹毛求疵	(217)
12. 骄傲自满 停滞不前	(223)
13. 时过境迁 刻舟求剑	(230)
14. 纸上谈兵 知行脱节	(235)
附录 1: 名人论读书	(241)
1. 不做书呆子, 不要死读书	(241)
2. 怎样选择书	(243)
读书要尊重自己的感觉	(243)
读书要宁精勿滥	(244)
经典名著最靠得住	(245)
3. 读书的方法	(246)
读书要循序渐进	(246)

做笔记与背诵	(246)
关于精读	(247)
关于学科	(248)
4. 读书的作用	(249)
读书可以塑造一个完人	(249)
读书可以使我们跟上时代	(250)
附录 2: 中国传统文化首选书推荐	(251)
1. “四书五经”	(252)
2. 《老子》	(252)
3. 《庄子》	(252)
4. 《韩非子》	(253)
5. 《孙子兵法》	(253)
6. 《黄帝内经》	(253)
7. 《史记》	(254)
8. 《世说新语》	(254)
9. 《贞观政要》	(255)
10. 《金刚经》	(255)
11. 《坛经》	(255)
12. 《颜氏家训》	(256)
13. 《资治通鉴》	(256)
14. 《菜根谭》	(256)
15. 《曾国藩家书》	(257)
附录 3: 中国文学首选书推荐	(259)
1. 《诗经》	(259)
2. 《楚辞》	(259)
3. 《唐诗三百首》	(260)
4. 《宋词选》	(260)

5. 《元曲选》	(261)
6. 《古文观止》	(261)
7. 《三国演义》	(261)
8. 《水浒传》	(262)
9. 《西游记》	(262)
10. 《红楼梦》	(263)
11. 《聊斋志异》	(263)
12. 《儒林外史》	(263)
13. 《鲁迅选集》	(264)
14. 《家》	(264)
15. 《骆驼祥子》	(265)
16. 《雷雨》	(265)
17. 《围城》	(265)
18. 《平凡的世界》	(266)
19. 《毛泽东诗词》	(266)
20. 《文化苦旅》	(267)
附录 4: 世界文学首选书推荐	(269)
1. 《圣经故事》	(270)
2. 《伊利亚特》《奥德修纪》	(270)
3. 《堂吉珂德》	(270)
4. 《莎士比亚戏剧集》	(271)
5. 《鲁滨逊漂流记》	(271)
6. 《大卫·科波菲尔》	(272)
7. 《简·爱》	(272)
8. 《呼啸山庄》	(272)
9. 《福尔摩斯探案集》	(273)
10. 《忏悔录》	(273)

11. 《红与黑》	(274)
12. 《巴黎圣母院》	(274)
13. 《欧也妮·葛朗台》	(275)
14. 《基度山伯爵》	(275)
15. 《包法利夫人》	(275)
16. 《莫泊桑中短篇小说选》	(276)
17. 《少年维特之烦恼》	(276)
18. 《西线无战事》	(276)
19. 《卡夫卡小说选》	(277)
20. 《生命中不能承受之轻》	(277)
21. 《死魂灵》	(278)
22. 《爱之路》	(278)
23. 《罪与罚》	(278)
24. 《安娜·卡列尼娜》	(279)
25. 《契诃夫中短篇小说集》	(280)
26. 《童年》	(280)
27. 《静静的顿河》	(280)
28. 《哈克贝利·费恩历险记》	(281)
29. 《草叶集》	(281)
30. 《永别了，武器》	(282)
31. 《喧哗与骚动》	(282)
32. 《飘》	(283)
33. 《教父》	(283)
34. 《荆棘鸟》	(284)
35. 《百年孤独》	(284)
36. 《一千零一夜》	(285)
37. 《雪国》	(285)

38. 《泰戈尔诗选》	(285)
附录 5: 职业入门与常备书推荐	(287)
1. 计算机	(287)
2. 房地产	(289)
3. 期货	(290)
4. 股票	(291)
5. 推销	(293)
6. 中文进修	(295)
7. 医学常识	(297)
8. 导游	(299)
9. 司机	(302)
10. 装修	(304)
11. 电器修理	(306)
12. 秘书	(308)
13. 会计	(309)
14. 律师	(310)
15. 税收	(311)
16. 公务员	(312)
17. 工会	(313)
18. 共青团工作	(314)
19. 裁剪	(315)
20. 厨师	(316)
21. 美容美发	(316)

一、我们所面临的时代

1. 政治经济多元化

在 20 世纪 70 年代，经济史上最长的持续期结束了。我们步入了动荡年代。

从马歇尔计划到 70 年代中期的 25 年，不仅是一个史无前例的经济发展时期，也是一个世界经济所经历过的最迅速、最广泛的发展时期，而且还是一个预见度很高的时期。虽然从社会生活上讲，这些年是迅速变化的年代，但从经济上讲，世界上的那些主要国家在这些年中的发展是沿着二次世界大战以前展现出来的路线继续前进的，而且它们中大多数国家的发展路线可以说在三十年代大萧条以前就已经确定了。另外，在这些年中所发展起来的“中级”国家，例如韩国、巴西、墨西哥，或是中国香港及台湾等地区，还有新加坡，它们的飞速发展也是沿着传统的、颇为人们所接受的路线前进的。但是从 20 世纪 80 年代开始，发展就以别的形式出现，而不再以“传统”的形式出现了，虽然这种发展里面也可以能含有许多传统的东西。甚而有可能发生像 30 年代大萧条一样的恶性事件，但总的来说，今后的发展将会是一种全新的方式。

尽管人们都在谈论技术变化的迅速，但从二战结束到 70 年代的二十几年仍然是一个高度的技术持续期。虽然的确存在着迅

速的变化，然而这种迅速变化主要是在一些第二次世界大战以前就已经得到很好筹划的领域，在一些于大萧条时期之前的发现和发明领域；许多技术变化还是基于第一次世界大战之前的发现和发明的领域。然而，这种状况已经结束了。在技术方面，我们也正在进入一个动荡的时代、一个迅速革新的年代、一个在结构上发生迅猛变化的年代。

变化还不仅仅是这些——象征世界两极化的柏林围墙于1989年倒了，东欧各国政权的变化速度和程度，都是前所未有的。政治上，由两大强权领导的民主和集权对垒的局势已经冰消瓦解。于全球各地崛起的区域性经济组织，如欧盟、北美自由贸易协定、亚太经济组织等，突破既有的国界限制，代替传统政治势力，成为主导世界局势的力量。全球环境的变迁，更加深了人类命运与共的一体感，全球环境的温室效应不断升高，工业国家排放的大量废气与热带雨林的滥伐，更加重了臭氧层的破坏程度。

然而1998年的世界局势仍然是动荡不安的。亚洲金融危机蔓延到俄罗斯和拉丁美洲，令人担心整个世界都将陷入经济萧条。就在1998年即将过去的时候，美英两国断然对伊拉克发动海湾战争以来又一次大规模军事行动，加剧了世界的分裂和冲突。

冷战时代结束后，人们一直在探索建立稳定的世界新秩序，然而在21世纪的今天，人们仍然看不到一幅理想的蓝图。

克林顿因保证经济顺利增长而获得高支持率，但因涉嫌有罪使他有可能受到弹劾。正因为这次弹劾决定着惟一超级大国的总统的政治命运，弹劾结果是非常重要的。美国历史上第二位遭弹劾的总统这一不光彩的形象，制约了总统，使政权失去权威。如果美国总统的政治领导力量明显下降，很可能会加剧世界局势的

动荡。

俄罗斯的政局也不能不令人关注。俄罗斯政治动荡因 1998 年夏天的经济危机而进一步加剧。国际货币基金组织和欧美对其实施的金融援助并不顺利，经济危机反而使改革路线的缺陷明显暴露出来。因此，欧美转而与俄罗斯保持一定距离，等候它依靠自身努力摆脱困境。这又使得俄罗斯对美国的看法产生了微妙的变化。俄罗斯借美国空袭伊拉克事件明确表示不满，并将延缓批准同美国签署的第二阶段削减战略武器条约，这将对核裁军的进展造成新的障碍。

一直被视为潜在有核国的印度和巴基斯坦在 1998 年 5 月相继进行了核试验。这种与防止核扩散背道而驰的行为，当然招致了国际社会的指责，引起了世人的警惕。两国在二次世界大战结束，独立分治后曾三次交战，原本就是宿敌，历史难题克什米尔争端更是处于一触即发的状态。炫耀核力量使这一地区变得更危险。

此外，韩国金大中政府的成立和印度尼西亚苏哈托政府的倒台，也引起了人们的高度关注。统治印尼长达 32 年的苏哈托政权的垮台，清楚地表明经济开发、政治独裁这两种做法已经行不通。两国的焦点问题依然是如何对付跨年度的经济危机。

对于这些激烈的动荡、变化，我们可以把它们当作不稳定的、瞬间即逝的孤立事件。然而，如果从长远的观点来看，许多事情的出现，并没有引起人们足够的注意。

今天世界的许多变化，并不是孤立的，彼此不相关的，也不是偶然出现的。例如，越来越多的工人下岗，小家庭的解体，全球性的能源危机，迷信到处蔓延，有线电视的流行，灵活上班制，所有这些看起来似乎是孤立的事件，恰恰是反过来看，才是正确的。所有这些和其他许多看上去不相干的事情和趋势，都相

互有联系，是结合在一起的。实际上，这些复杂的变化意味着一种全新的社会文明正逐步代替即将逝去的工业文明。

这个新的文明将是一场深刻的革命。它向我们固有的一切观念挑战：陈旧的思想方法，老一套的公式定律，过时的教条和观念形态。对于这些，无论你多么珍爱，运用起来多么得心应手，这都无济于事，它们已不再适合实际情况了。

世界正在从崩溃中迅速地出现新的价值观念和社会准则，出现新的技术，新的地理政治关系，新的生活方式和新的传播交往方式，我们需要创建崭新的思维和推理，新的学习方法和新的观念来控制这个动荡的时代。

2. 网络生存的时代

在几年以前，北京人如果想要查找几本书，非得亲自去趟图书馆不可。网络大发展的近两年，北京人突然“变懒了”，轻松地坐在家，在鼠标的点动下就可以尽情地享受北京图书馆的藏书。据北京图书馆信息网络部的一份统计资料显示：仅1998年11月份到北京图书馆读书的读者为15.3万人次，而在北图网站访问的网上读者已高达241.8万人次。北京图书馆光盘信息中心的负责人说，在网上漫游同在图书馆一排排摆满书的书架间行走的感觉是一样的。通过互联网访问图书馆将成为现代人的一种新的读书方式。

随着北京经济的发展，人们的生活已逐步数字化，图书馆这项公益事业也面临着网络化的巨大变革。北京图书馆自1995年底正式开通了互联网业务，截至目前，已基本建成馆域网，实现了图书采选、编目、读者服务的计算机管理，建成数据库27个，

上网的中文书目数据 500 万条，中文全文数据 300 万页，网上日均读者访问量已达 8 万多人次，最高日均访问量已突破 13 万人次。1998 年 7 月，北京图书馆在本馆互联网的主页上开辟了“网上读书”栏目。此栏目为读者提供了近 300 万页的中文图书，共载有从古至今各类重点图书、中外名著等 2 万余本。据北京图书馆信息网络部的同志介绍：所有的网上读者不仅能从“网上读书”栏目内找到最近一个月出版的新书，还能翻开历史页读到战国时期的故事经典。既能浏览唐诗宋词，又能查询最新的法律条文。

据了解，“网上读书”栏目建立仅 5 个月，共接待了网上读者 500 多万人次，全部为免费阅读。其中有相当一部分读者是分布在世界各地的中国留学生。在“网上读书”栏目中有文史哲、计算机、法律等约 300 多万页的电子图书提供给全世界读者，真正成为了名副其实的“在线图书馆”。一位远在日本学习的读者在北图的 E-mail 信箱留言：你们的读书网页太棒了，我几乎每天都要浏览一会儿。作为一名负笈求学的学生，能够读到用母语写成的文字，心情是非常激动的。一位在美国的留学生说：“有了北图的站点，让我们身在异乡的这些学生，也能欣赏到祖国那么多的文化珍藏，真是令人兴奋。”

据介绍，北京图书馆互联网主页上的“网上读书”数据库每天都将以几万页的数量递增，到 1999 年底已完成 3000 万页以上的数据库量。坐在家畅游图书馆在今天已不再是北京人的梦想。

“网络生存”也许是未来时代最先体现出来的特点。以上“网上图书馆”仅仅只是网络时代的一个缩影而已。每天晚上，当我们关闭计算机终端，走向自由之路时（或者走向厨房，因为越来越多的人在家工作），数以亿计的数据正川流于电话线中。