

国际首创

绝妙神奇

王进收

科学记忆法

wangjinshoukexuejiyifa

王进收 著



简便易学

山东大学出版社

终身受益

王进收科学记忆法

王进收 著

山东大学出版社

王进收科学记忆法

王进收 著

责任编辑 陈 岩

内版设计 赵 岩

责任校对 张华芳

山东大学出版社出版

地址：山东省济南市山大南路 27 号

邮政编码：250100

山东省新华书店经销

山东社科印刷厂印刷

850×1168 毫米 32 开

22.125 印张 576 千字

1997 年 12 月第 1 版

1997 年 12 月第 1 次印刷

印数 1—20000 册

ISBN 7—5607—1877—9/G·188

定 价：28.60 元

目 录

一、神奇、绝妙的超级记忆术·····	(1)
二、过目成诵的数字记忆法·····	(6)
三、只须记熟 53 个字的口诀·····	(11)
四、一要正确二要快·····	(15)
五、用文字表示数字·····	(18)
六、条件反射——文字立即变数字·····	(22)
七、词语翻译·····	(26)
八、千万不能有·····	(29)
九、趣味记忆·····	(33)
十、小试锋芒·····	(37)
十一、记中国历史年代——160 个字的顺口溜·····	(40)
十二、学会编程序——《常用字表》·····	(45)
十三、三个字的程序——记六位数·····	(49)
十四、《常用词表》·····	(53)
十五、人物码·····	(57)
十六、人物码的应用·····	(61)
十七、怎样记程序·····	(66)
十八、地址码·····	(71)
十九、地址码的应用——百位圆周率·····	(77)
二十、记活数字·····	(82)

二十一、过目成诵	(87)
二十二、倒背如流	(92)
二十三、经久不忘	(97)
二十四、记电话号码与区号易如翻掌	(101)
二十五、记大宗电话号码与区号创世界纪录	(107)
二十六、记邮政编码	(116)
二十七、记中国历史人物生卒年代	(121)
二十八、记世界历史人物生卒年代	(127)
二十九、记中国历史大事年表——古代史	(132)
三十、记中国近代史大事年表	(139)
三十一、记中国现代史大事年表	(144)
三十二、记世界地理数据	(153)
三十三、记各大洲数据	(157)
三十四、这个外国人真厉害	(163)
三十五、记中国地理数据	(174)
三十六、记平方	(180)
三十七、记平方根	(186)
三十八、记立方、立方根	(196)
三十九、记三角函数	(199)
四十、记常数表——数学大师将自叹弗如	(203)
四十一、记桥牌、扑克牌——保你比中央电视台 的“绝活”快	(207)
四十二、记象棋棋谱	(210)
四十三、记天文数据	(214)
四十四、记物理常数	(218)
四十五、记 106 种元素的原子序数、原子量、熔点、 沸点与密度	(222)

四十六、想当“超人”吗? ——记 106 种元素 的数据	(227)
四十七、记化学中的氧化数	(231)
四十八、记元素的电子排布	(235)
四十九、记有机物分子式(一)	(238)
五十、记有机物分子式(二)	(245)
五十一、记木材材积	(252)
五十二、记车次时刻	(257)
五十三、记票价、里程	(261)
五十四、绒线编结	(268)
五十五、服装剪裁	(276)
五十六、家具制作及图纸	(280)
五十七、记食物营养量及菜谱、食谱	(286)
五十八、记商品的数量与价格	(294)
五十九、记《新华字典》	(301)
六十、记《现代汉语词典》	(307)
六十一、记《辞海》	(313)
六十二、记诗词平仄	(321)
六十三、记律诗平仄(附绝句平仄)	(326)
六十四、记词、曲平仄(词谱、曲谱)	(329)
六十五、医生、护士都需要	(332)
六十六、记《药物配伍变化表》	(337)
六十七、中医大夫的福音	(346)
六十八、记它几百几千个方剂并不难	(354)
六十九、记星期	(370)
七十、立即答出古往今来任何一天是星期几	(375)
七十一、阴阳历互推	(381)
七十二、知阴即知阳,知阳亦知阴	(388)

七十三、记干支	(395)
七十四、立即说出任何一年、月、日、时辰的干支、 五行	(400)
七十五、记《易经》六十四卦	(410)
七十六、电子计算机编程——十六进制与十进制数互换	(419)
七十七、记数学公式(一)	(429)
七十八、记数学公式(二)	(434)
七十九、记物理公式(一)	(444)
八十、记物理公式(二)	(456)
八十一、记歌曲曲谱	(473)
结语	(478)
附录一 常用字表	(481)
附录二 常用词表	(498)

一、神奇、绝妙的超级记忆术

目前，世界已进入新的技术革命时期。在这个新时代，发展经济主要不是靠体力，而是靠科技，科学技术已成了第一生产力。这是一个知识爆炸的时代，全世界的知识总量，几年就翻一番。

人的大脑能不能适应这个知识爆炸的时代呢？据科学家研究，一般人只能利用大脑细胞的百分之一二，百分之九十八九的脑细胞经常处于休息状态。那些天才、杰出人物，脑细胞的利用率比常人恐怕要大一些。有人担心，老是往脑子里输入信息，大脑能装得下吗？会不会撑破？科学家指出，大脑的容量大得惊人，如果每秒钟往脑子里输入十个信息，输入一百年，也远远装不满。用则发达，脑子越用越灵。有的人脑子用坏了，是因为他不会用脑，而决不是大脑里储存的信息太多。

一个人从小学上到大学毕业，需十六年左右。大学毕业走上工作岗位，还必须继续学习。有人统计，一个大学毕业生在学校获得的知识，大约只占一生工作所需知识的百分之十，百分之九十的知识要在毕业后的继续学习中获得。

许多人认为学习就是获得知识，其实获得知识仅是学习的一个方面。知识是重要的，知识就是力量，但光有知识也不行。我们需要的是开拓性、创造性的人才，要全面开发人的智力。人的智力包括观察力、注意力、记忆力、想象力、思维力（包括创造力）、实际操作能力等。这些能力是相辅相成的，与知识也是密切相关的。为什么达尔文观察出来个进化论，别人就观察不出来呢？

不具备一定的知识，爱迪生不会有那么多的发明；而当时的美国，比爱迪生知识多的人不知有多少，那些人为什么没有多大成就呢？

我们要科教兴国，振兴中华，就必须注重全面开发人的智力。我们提倡认真读书、勤奋学习、刻苦攻关，也坚决反对死读书。有的老师、家长不许中小学生看电影、电视、课外书，不许游戏、玩耍，要他们除去吃饭、睡觉外，将所有的时间都用在在学习上。这样能全面开发他们的智力吗？能使他们成才吗？不，这是在扼杀人才！

人类已经造出了物质的核武器，也一定能够创造出智力开发的核武器，创出开发智力的最佳方法，使人们尽快地、系统牢固地掌握所需要的知识与技能。

工欲善其事，必先利其器，磨刀不误砍柴工。这些道理虽然普通，真正弄懂确实不容易。古代的愚公每天挖山不止是对的，但到了今天，仍然用锛头挖，反对采用先进的技术与机器，那可就真正成了愚蠢的老公公了。从中国到美国去，反对乘飞机坐轮船，偏要游过太平洋，你说可笑不可笑。那些头脑僵化、抱残守缺、囿于偏见、固步自封的人，自己不去寻找开发智力的方法，也反对别人使用先进的科学方法，与上面的庸人不是非常相像么？我们辛勤的园丁、望子成龙的家长，应该高度重视这个方法论的问题，花点功夫让学生掌握开发智力的先进方法，学习时认真地学，玩时就玩个痛快，轻松愉快地取得优异成绩。否则，累垮了身体也不一定能成才。现在是信息时代，要不落后，就要多获得信息，多看看世界。改革开放，学习方法也要改革，我们的脑子必须开放。不然的话，人家花一分气力得十分收获，你花十分气力才得一分收获，再后悔也晚了。

为了开发智力，我用了整整十七年的时间，创出了多项科研成果。

1. 记忆数字：过目成诵，经久不忘。

2. 记忆文字：不论现代文还是古文，每小时均可牢记一万字左右，连标点符号也能准确地记住，基本上能做到过目成诵。背讲话稿更快，讲几个小时的话，几分钟即可解决问题（讲话时决不会漏掉一个小问题或颠倒次序，讲过的、没讲的各占讲稿多大比例，心里非常清楚）。这样以来，背课文，背政治、语文、历史、地理、生物等学科的问题、答案，背数学、物理、化学等学科的概念、定理、定律等，就非常容易了。俗话说，背会唐诗三百首，不会做诗也会吟。一首唐诗按一百个字计算，三百首唐诗也不过三万字，只需几个小时。

说到背诵，有两种错误观点。一种是主张死记硬背，不管理解不理解，只要背下来就成。另一种是全盘否定背诵。正确的观点应该是背诵与理解相结合，既能背诵又能理解。有些东西即使理解了也需要背下来，有的一时理解不了，背下来后可以细细咀嚼，慢慢理解。一个电话号码，你背下来了一按就能打通，一个公式，你记不住怎么应用？你什么东西也记不住，也背不下来，你怎么理解，你还有什么知识？即使全盘否定背诵的人，他自己也离不开背诵。

3. 记外语单词：不管学习哪种外语，每天均可背熟单词一千个左右（会写、会读、掌握词义，经久不忘）。只需几天的时间，即可将中学六七年要求学会的单词背熟。这样以来，学会几门外语将是件十分容易的事。中国人学习世界各种语言，外国人学习汉语及其他国家的语言，都可使用。

4. 速算：利用这种方法搞加、减、乘、除、乘方、开方等运算，比算盘、电子计算器及目前国内外所有的心算法都快、都准确，且不用任何工具。

5. 认识汉字：我国几千年来认识汉字都是一个一个地认，从小学上到大学毕业，翻开小小的《新华字典》，还有不认识的字。利用这种方法将编入程序的几千几万个字看几遍，即能准确无误

地掌握每个字的读音与声调。一个中学生甚至小学生，用很短的时间认识的汉字，将会比大学教授认识的还要多。这样一来，我们就不需要花费那么多的人力物力去扫除文盲了。

6. 技术操作：无论多么复杂的技术操作，用很短的时间即能熟练地掌握，操作时很难出错。学习安装、修理复杂的机器如收音机、电视机、电脑、汽车、火车、轮船、飞机、火箭、航天器等，只需将部件及其联系编入程序，看几遍即可。

7. 现代化管理：该方法可使国家工作人员、企事业负责人用最短的时间学会现代化管理，大大提高效益。该方法可使决策人员科学地、创造性地确立最佳方案，把握最佳时机，摒除主观、盲目，避免决策失误，提高领导艺术。

以上七项成果，第一项已公布，其余六项的基本方法早已创出，但要达到公布的程度，每项尚须经过一段时间的努力。这七项记忆术的共同特点是：①简便易学：具有小学三年级以上程度者用十多天的时间即可将上述七个部分的方法学会。②不受年龄限制，老少皆宜，记忆力差的亦可使用。③记得准确、牢固，经久不忘（可保持几年、几十年甚至终生）。④清晰、系统：可使你掌握的知识变得非常清晰、系统，既可鸟瞰全貌，又可看到细部，需要哪些信息时，能立即提取。

8. 王进收万年历：可使人立即答出前后几千年的任何一天是星期几，立即说出任何一年、月、日、时辰的天干地支、阴阳五行。说出公历日期，立即答出农历日期；说出农历日期，立即答出公历日期。还能知道任何一年廿四节气、三伏的日期。该成果已获国家专利。

9. 王进收微机汉字输入法：该方法有两大特点，一是速度快，每分钟可输入 300~500 个汉字；二是容易学，一般人用 1~3 天的时间便可熟练掌握。

第十、十一两项成果暂不披露。

我的这些科研成果，每一项在开始时都会被认为是绝对不可能的，是天方夜谭式的神话。待目睹我的表演后，便瞠目结舌，认为我不是特异功能，便是天才、脑子特别灵。其实都不是。这是科学，人人都能掌握。

在这些成果中，数字与语言文字达到了高度的统一。数字是最抽象的。世界上的万事万物都可以抽象成数字，数字也可以表示世界上的万事万物。古代的易经，现代的电子计算机，都是如此。

我们的祖先创造了灿烂的东方文化，创出了四大发明，这是中华民族的骄傲。但那是我们老祖宗的功劳，不是现代中国人的。

我们的祖国曾是有名的强国，但是后来落伍了。我们永远不应忘记那段屈辱的历史。

中国人民站起来了，但是还没有站好。因为我们的生产力还比较落后，我们的科学技术与发达国家还有相当大的差距。我国人民付出的体力劳动，比发达国家要多得多，但创出的财富呢？几十人才顶一个人。

作为一个炎黄子孙，应该有攀登世界科技高峰的雄心壮志，创造出更加光辉灿烂的东方文化，创出四十、四百大发明，尽快赶上、超过发达国家。

假如我的记忆术能使你学得快，记得牢，从而节约了时间，延长了生命，那么请千万注意，要将节约的时间，用于掌握更多的知识，获得更大的能力，成为更杰出的人才，而不要沉湎于玩乐。

衷心祝愿，21 世纪，炎黄子孙对人类做出更大贡献，东方文化更加辉煌！

二、过目成诵的数字记忆法

拿来一篇从未见过的文章，看一遍就能一字不错地背下来，这样能过目成诵的人过去只是出现在富有传奇色彩的小说里，现实生活中还没遇见过。文章有意思，还比较容易背。如果换成抽象的数字，那就更难了。我说，请你随意写出几十几百位数字，我看一遍就能准确地背出，并能倒背如流，还能立即说出第 $\times$ 位是什么数。背完后请你将写的数字保存好，隔上半年、几年再见面，无须再看，我仍能将你写的这些数字一位不错地背出来，你相信吗？你肯定会认为我是在瞎吹，甚至会怀疑我是个疯子。待到你亲眼看了我的表演，又会怀疑我有特异功能，要不就是天才、脑子特别灵。我实话告诉你，这是一个方法问题。你只要具有小学三年级以上的文化程度（会汉语拼音），我保你三天就能学会。

1987年以来，我曾在山东省实验小学、北京师范大学、二龙路中学、《科技日报》、《农民日报》、《法制日报》、《中国教育报》、《中国青年报》、《中国初中生报》、《中国少年报》、《中国引进报》、国防科工委、中组部党建出版社、山东省实验中学、山东省教委普教处、山东教育社、山东省科技宣传馆、济南八中、二十七中、聊城一中、莘县与阳谷的许多学校表演、讲授过数字记忆法，《科技日报》（1988年9月20日第一版）、《山东青年报》（1988年11月21日头版头条）、《山东广播影视报》（1989年8月10日头版头条）、《当代小学生》（1989年第10期）、《齐鲁晚报》（1989年12月6日第一版）、《山东工人报》（1990年1月7日第一版）等十几

家报刊作过报道，山东电视台播出过专题片（1989年8月19日），被收入《中国技术成果大全》（1991年第14期第一条，技术水平：国际首创）。全国有数万人参加过学习，纷纷来信赞扬该方法确实神奇、绝妙、实用，为目前中外记忆术难企及。过去的资料太简单（仅三万字），这次的电视教材，增加了许多内容。

学会了数字记忆法，不但对政治、语文、数学、物理、化学、地理、历史、生物等学科及工作、生活中遇到的大量数据能做到过目成诵，经久不忘，还能记其他许多东西，并为今后学习文字、外语等记忆法打下了基础。经常使用数字记忆法，不但能提高记忆力，还能提高你的观察力、注意力、想象力、思维力（包括创造力）、实际操作能力。

单是数字记忆法，就能破几十、几百项世界纪录，创出许多人间奇迹（比中央电视台的“绝活”还要绝）。许多自古以来被认为绝对办不到的事，将在咱们的手里成为现实。请看：

1. 记活数字：别人随意写出几十几百甚至更多的数字，看一遍即能正、倒背诵，立即答出第 $\times\times$ 位是什么数字。

2. 打破背圆周率的世界纪录：背圆周率的世界纪录的保持者是日本的友寄英哲，他用了二十年的时间记住了四万位。倘有数据，用咱的方法，十多天即可记住五万位，超过友寄。

3. 记电话号码：想记住几十几百个电话号码非常容易，将世界各个国家和地区的区号，我国各省、市、县的区号都记住，也不是难事。可创出记电话号码的世界纪录。

4. 记邮政编码：可将有关系的人的邮政编码记在脑子里，写信时随手即可写出。如有兴趣，可将世界上二百多个国家和地区，我国各省、市、县的邮政编码都记住。

5. 记历史人物生卒年代：能牢牢记住中国历史、世界历史上几十几百几千个人物的生卒年代，这对学习历史、语文都有好处。

6. 记历史大事年表：可牢牢记住中国历史、世界历史上几十

几百几千件大事发生的年、月、日。谈到某一事件，你便能立即说出发生在哪一年几月几日，看，知识多么渊博！

7. 记历史朝代：可牢牢记住中国历史上四十个朝代、世界各国历史上各个朝代的起止年代。请问，大学的历史教授能办得到吗？

8. 记地理数据：世界上各大山脉的长度、宽度、峰高，各大河流的长度、流域、流量，湖泊的面积、深度、蓄水量，平原、高原、沙漠、盆地的面积，各个国家的面积、人口、国民生产总值、人均产值，工业、农业、牧业、林业、渔业的资源、产量，……这些自然地理、人文地理的大量数据，你都能准确地记住。到一个国家去，谈论起这个国家的有关数据，比他本国人还熟悉，人家能不将你另眼相看吗？

9. 记平方、平方根、立方、立方根：将一百以内、一千以内甚至一万以内的平方、平方根、立方、立方根都记住，不也是一项纪录吗？

10. 记数学常数：下些功夫，将《数学用表》中的所有数据，三角函数、常用对数等等，统统都记住。这一点，世界一流的数学家也办不到吧？

11. 106种元素，随便指出哪一种，你便能立即说出它的原子序数、原子量、熔点、沸点、密度的准确数据（参看《辞海》附录）。这一手，不应该载入《吉尼斯世界纪录大全》吗？

12. 翻开《辞海》的附录，能找到一大堆物理常数、天文数据。这些数据，每一个都是一长串数字。不用费多大气力，你就能准确地背诵。

13. 学会了数字记忆法，你要将化学中大量的无机物、有机物的分子式、结构式、反应方程式都记熟，就非常容易了。

14. 记数理公式：中学的数学、物理公式有几百个，大学里就更多了。学会了数字记忆法，将这些公式都记住真是易如翻掌。

15. 记商品的数量与价格：作为一个售货员、仓库保管员等，你想将几百几千种货物的数量和价格都准确地记住吗？你想在本行业拿个第一吗？请用咱的方法试一试。

16. 记扑克牌：将 54 张（或更多）扑克牌掺乱，然后一张挨一张地摆开，看一遍就能准确地记住每一张是什么牌。在中央电视台有人曾表演过这个节目，但没有介绍方法。你用我的方法练一练，保证比他快。打桥牌、扑克牌，你很容易记住打出去的都是些什么牌，手里的都是什么牌。

17. 记诗、词、曲的格律：记住古诗的格律不容易，要将几百几千个词牌、曲牌的格律（每一个词牌、曲牌有几句，每一句几个字，每一个字用平韵还是用仄韵）都记住就更难了。从古到今，包括那些名家，恐怕没一个人能办得到吧。你想创这个纪录吗？

18. 记象棋棋谱：要想成为象棋大师，必须多读棋谱。你用我的方法试一试，背它几大本棋谱，学会拆盘、复盘，看容易不容易。

19. 记星期：中央电视台曾播出过这类节目，说出最近几年的某月某日是星期几。你学会了我的方法，就能很容易做到，立即说出上下几千年任何一年的任何一天是星期几。

20. 记年、月、日、时辰的干支、五行：掌握了该法，你就能牢固、准确地记住古往今来几千年任何一年、月、日、时辰的天干地支、阴阳五行。这一点恐怕也是前无古人吧。

21. 阴阳历互推：知道公历日期立即说出农历日期，知道农历日期亦能立即说出公历日期。农历的大小月几乎没有循环规律，而用我的方法，记住几百年的农历还是不难办到的。平常使用，公历、农历、星期只要知道一种，便可以立即知道另外两种。这一点，那些命理学家也办不到吧！

22. 记方剂：学中医的，需要记住大量的方剂。每一个方剂有哪些味药，每一味药用多少克。学会了我的记忆法，记它几百、几千个方剂就不困难了，也可望成为记方剂的世界之最。

23. 记药品配伍及西药用量：当护士的要记熟药品配伍，当西医大夫的须记准药品用量。用数字记忆法记住这些，真是太容易了。

24. 记木材材积：将木材材积表里的数据都记住，也可以称为一项世界纪录。

25. 记车次时刻、票价里程：一般人可将自己需要的记住，专业人员（售票员、乘务员等）需要记住的数据就多了。要想创世界纪录，就须记住相当多的数据。

26. 记十六进位制：编电子计算机程序，需要人工将十进位制变成十六进位制。计算完毕，亦需人工将十六进位制变成十进位制。学会了数字记忆法，这项互换工作就变得非常容易了。

27. 服装剪裁：搞服装设计、剪裁的，需要记住各种各样服装的尺寸。就是一般家庭妇女，也需要记住一些服装的尺寸。用数字记忆法去记这些，更是老虎吃豆芽了。

28. 绒线编结：不少人学会一些绒线编结的花样，时间一长又忘了，需用时还得再学习。用我的记忆法，很容易记住许多花样，且不会忘记。你想创记绒线编结花样的世界纪录吗？

29. 记菜谱、食谱、食物营养量：记住食物营养量及一些菜谱、食谱，可以使顾客及家人吃上营养丰富、美味可口的饭菜。

30. 家具制作：当木工的，要记住各种家具各个部位的尺寸。用科学记忆法来记些数据，真是轻而易举。

31. 记图纸：搞工程建筑、造机器零件等，都需要图纸。看一遍即能将图纸上的各个数据都记住，这一“绝活”的用处也不小吧！

32. 记歌曲曲谱：许多人虽然会唱不少歌曲，但唱得不准确，记不住曲谱。学会了此法，将成百上千首歌曲的曲谱准确地记住，也就不难办到了。