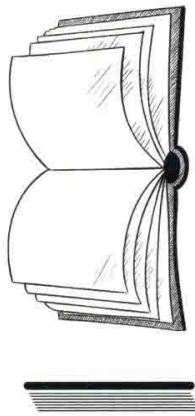


如何高效 阅读 一本书



廖一航
——
编

How to
Read Effectively
and Efficiently

中国人自己的读书方法

把读书与做人、做事和求进步三件事结合起来，
才是真正高效的读书，才能求得真正的知识。

鲁迅 老舍 梁启超 胡适 蔡元培 周作人……

源自大师们的读书方法，不仅高效，而且高能。

 辽宁人民出版社

如何高效
阅读一本书

廖一航——编

How to
Read Effectively
and Efficiently

© 廖一航 2017

图书在版编目 (CIP) 数据

如何高效阅读一本书 / 廖一航编. —沈阳: 辽宁人民出版社, 2018.3

ISBN 978-7-205-09227-6

I . ①如… II . ①廖… III . ①读书方法 IV .
① G792

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 325522 号

出版发行: 辽宁人民出版社

地址: 沈阳市和平区十一纬路 25 号 邮编: 110003

电话: 024-23284321 (邮 购) 024-23284324 (发行部)

传真: 024-23284191 (发行部) 024-23284304 (办公室)

<http://www.lnpph.com.cn>

印 刷: 北京旭丰源印刷技术有限公司

幅面尺寸: 145mm × 210mm

印 张: 7

字 数: 125 千字

出版时间: 2018 年 3 月第 1 版

印刷时间: 2018 年 3 月第 1 次印刷

责任编辑: 赵维宁 蔡 伟

装帧设计: 主语设计

版式设计: 杨莉芳

责任校对: 吴艳杰

书 号: ISBN 978-7-205-09227-6

定 价: 45.00 元

第一章

What? 什么是读书?

读书杂谈 // 002——鲁迅

读书并非为黄金 // 005——孙福熙

谈读书 // 008——老舍

谈文 // 012——周作人

再谈文 // 015——周作人

对于读书问题的我见 // 018——江问渔

第二章

Why? 为什么读书?

为学与做人 // 030——梁启超

为什么读书 // 038——胡适

闭户读书论 // 048——周作人

灯下读书论 // 051——周作人

读书与兴趣 // 058——杨卫玉

第三章

How? 怎样读书?

怎样读书 // 062——胡适

我的读书经验 // 073——蔡元培

读书二法 // 076——邓拓

我的读书的经验 // 083——章衣萍

个人读书的经验 // 089——程瑞霖

实验的读书 // 093——李公朴

读书的经验 // 098——周作人

第四章

Where? 哪里能找到一本好书?

读书 // 104——老舍

谈文章 // 109——周作人

古书可读否的问题 // 113——周作人

国学入门书要目及其读法 // 115——梁启超

十堂笔谈 // 151——周作人

一个最低限度的国学书目 // 180——胡适

第五章

Write! 读书与写作!

作文的基本的态度 // 196——夏丏尊

关于写文章 // 202——周作人

关于写文章二 // 206——周作人

作文与读书 // 209——章衣萍

第一章
What?

什么是读书？

读书杂谈

鲁迅

我们自动的读书，即嗜好的读书，请教别人是大抵无用，只好先行泛览，然后抉择而入于自己所爱的较专的一门或几门；但专读书也有弊病，所以必须和现实社会接触，使所读的书活起来。

说到读书，似乎是很明白的事，只要拿书来读就是了，但是并不这样简单。至少，就有两种：一是职业的读书，一是嗜好的读书。

所谓职业的读书者，譬如学生因为升学，教员因为要讲功课，不翻翻书，就有些危险。我自己也这样，因为做教员，有时即非看不喜欢看的书不可，要不这样，怕不久便会于饭碗有妨。我们习惯了，一说起读书，就觉得是高尚的事情，其实这样的读书，和木匠的磨斧头，裁缝的理针线并没有什么分别，并不见得高尚，有时还很苦痛，很可怜。你爱做的事，偏不给你做，你不爱做的，倒非做不可。这是由于职业和嗜好不能合一而来的。倘能够大家去做爱做的事，而仍然

各有饭吃，那是多么幸福。但现在的社会上还做不到，所以读书的人们的最大部分，大概是勉勉强强的，带着苦痛的为职业的读书。

嗜好的读书是出于自愿，全不勉强，离开了利害关系的。我的意思并非说诸君应该都退了学，去看自己喜欢看的书去，这样的时代还没有到来；也许终于不会到，至多，将来可以设法使人们对于非做不可的事发生较多的兴味罢了。我现在的说，爱看书的青年，大可以看看本分以外的书，即课外的书，不要只将课内的书抱住。但请不要误解，我并非说，譬如在国文讲堂上，应该在抽屉里暗看《红楼梦》之类；乃是说，应做的功课已完而有余暇，大可以看看各样的书，即使和本业毫不相干的，也要泛览。譬如学理科的，偏看看文学书，学文学的，偏看看科学书，看看别个在那里研究的，究竟是怎么一回事。这样子，对于别人，别事，可以有更深的了解。现在中国有一个大毛病，就是人们大概以为自己所学的一门是最好，最妙，最要紧的学问，而别的都无用，都不足道的，弄这些不足道的东西的人，将来该当饿死。其实是，世界还没有如此简单，学问都各有用处，要定什么是头等还很难。也幸而有各式各样的人，假如世界上全是文学家，到处所讲的不是“文学的分类”便是“诗之构造”，那倒反而无聊得很了。

嗜好的读书，就如游公园似的，随随便便去，因为随随便便，所以不吃力，因为不吃力，所以会觉得有趣。如果一本书拿到手，就满心想道，“我在读书了！”“我在用功了！”那就容易疲劳，因而减掉兴味，或者变成苦事了。

听说英国的萧伯纳，有过这样意思的话：世间最不行的是读书者。因为他只能看别人的思想艺术，不用自己。这也就是叔本华之所谓脑子里给别人跑马。较好的是思索者。因为能用自己的生活力了，但还不免是空想，所以更好的是观察者，他用自己的眼睛去读世间这一部活书。

这是的确的，实地经验总比看、听、空想确凿。我先前吃过干荔枝、罐头荔枝、陈年荔枝，并且由这些推想过新鲜的好荔枝。这回吃过了，和我所猜想的不同，非到广东来吃就永不会知道。但我对于萧的所说，还要加一点骑墙的议论。萧是爱尔兰人，立论也不免有些偏激的。我以为假如从广东乡下找一个没有历练的人，叫他从上海到北京或者什么地方，然后问他观察所得，我恐怕是很有限的，因为他没有练习过观察力。所以要观察，还是先要经过思索和读书。

总之，我的意思是很简单的：我们自动的读书，即嗜好的读书，请教别人是大抵无用，只好先行泛览，然后抉择而入于自己所爱的较专的一门或几门；但专读书也有弊病，所以必须和现实社会接触，使所读的书活起来。

读书并非为黄金

孙福熙

读书与散步、踢球、看电影、游山玩水并不冲突，而且是互有补益。

我的不读书的经验

中国人太把“读书”看得严重，“书中自有黄金屋，书中自有千钟粟”的说法，先认读书为苦不可耐，于是用黄金利禄来引诱，就是“吃得苦中苦，方为人上人”的意思。

本刊征求我读书的经验，我不敢以读书人自居（虽然读书人的“书生气”的坏处依然是很多），我所能说的不是读书的经验，而是不读书的经验。

我三周岁以后就读书，读书这样早，完全因为我幼年时太活泼，毁坏了许多东西的缘故。一直到十二岁，全是旧式灌注的教育，除了识字的成绩以外，到现在是毫无益处。因为读书没有趣味的缘故，此后入学校，直至师范学校毕业为止，凡有书本的功课我都不大喜欢。所喜欢的是手工图画以及书本以外兼有实物的理化博物。再后则半工半读或者整日

工作而夜间自己读书而已。

尤其是在法国的时候，因为经济的能力是不能读书的，所以，一方面分出时间去工作，一方面又节省读书应有的一切工具与方法，欲读书而不可得了。没有人教我法文，为了节省起见，不懂一句法文，就进美术学校学画去了。自己看看法文书，弄出许多的错误。为了这个缘故，我的一点智识，都与事实有关。例如法文中的“兰花”一字，是同学在公园中告我的，所以至今联想到这同学与公园，“延长”一字联想下雨与房东老太婆，因为并不是从读书得来，所以我没有什么字是可以联想书本的。

这该是很大的耻辱。

不但如此：许多人是先读了书，后来证之事实，惊叹古人深思明辨，于是豁然贯通的说一声：“此诚所谓‘学于古训乃有获，监于成宪永无愆’也。”

而我则不然，我的肚皮里没有书，没有把有系统的书本智识作为辨别事理的根据，每遇到事物上有疑问，只得乱翻书本来求解答而已。

我以为，中国人把读书看得太苦亦太尊贵了，于是与世界事物脱离了关系。读书与散步、踢球、看电影、游山玩水并不冲突，而且是互有补益（大学生天天进跳舞场未必有益，但偶然去一次，未必带回满身的恶毒，这全在自己的处置如

何耳)。

我觉得，一个法国人走进图书馆去，和简直走进戏院电影场去是一样的性质。星期或假日，不必工作的时候，法国人就要利用这一天时间，作有益身心之事。我不是说法国人愚笨，肯以读书苦事视为看戏看电影一样的快乐；我要说的是读书得法的时候，与戏剧电影之启发智识、涵养德性、陶冶情感的出之消遣性质者，完全是一样的。

中国的电影太受美国影响的缘故，游嬉的性质太多，学术的意味太少了。

反之，中国的读书，或者说，学术的意味太多，而引动趣味太少，内容则平板陈腐，文字则枯燥生硬，虽有黄金利禄的引诱，天下尽有未用读书作“敲门砖”而骗到了黄金与利禄者。

著书者与读书者的态度都可以改变一下。

谈读书

老舍

假若有读书小组呢，就可以各将所得，告诉别人；或同读一书，各抒己见；或一人读《红楼梦》，另一人读《曹雪芹传》，另一人读《红楼梦研究》，而后座谈，献宝取经。

我有个很大的毛病：读书不求甚解。

从前看过的书，十之八九都不记得；我每每归过于记忆力不强，其实是因为阅读时马马虎虎，自然随看随忘。这叫我吃了亏——光翻动了书页，而没吸收到应得的营养，好似把好食品用凉水冲下去，没有细细咀嚼。因此，有人问我读过某部好书没有，我虽读过，也不敢点头，怕人家追问下去，无辞以答。这是个毛病，应当矫正！丢脸倒是小事，白费了时光实在可惜！

矫正之法有二：一曰随读随作笔记。

这不仅大有助于记忆，而且是自己考试自己，看看到底有何心得。我曾这么办过，确有帮助。不管自己的了解正确

与否，意见成熟与否，反正写过笔记必得到较深的印象。及至日子长了，读书多了，再翻翻旧笔记看一看，就能发现昔非而今是，看法不同，有了进步。可惜，我没有坚持下去，所以有许多读过的著作都忘得一干二净。既然忘掉，当然说不上什么心得与收获，浪费了时间！

第二个办法是：读了一本文艺作品，或同一作家的几本作品，最好找些有关于这些作品的研究、评论等著述来读。也应读一读这个作家的传记。这实在有好处。这会使我们把文艺作品和文艺理论结合起来，把作品与作家结合起来，引起研究兴趣，尽管我们并不想作专家。有了这点兴趣，用不着说，会使我们对那些作品与那个作家得到更深刻的了解，吸取更多的营养。孤立地读一本作品，我们多半是凭个人的喜恶去评断，自己所喜则捧入云霄，自己所恶则弃如粪土。事实上，这未必正确。及至读了有关这本作品的一些著述，我们就会发现自己的错误。这并不是说我们应该采取人云亦云的态度，不便自作主张。不是的。这是说，我们看了别人的意见，会重新去想一想。这么再想一想便大有好处。至少它会使我们不完全凭感情去判断，减少了偏见。去掉偏见，我们才能够吸取营养，扔掉糟粕——个人感情上所喜爱的那些未必不正是糟粕。

在我年轻的时候，我极喜读英国大小说家狄更斯的作品，

爱不释手。我初习写作，也有些效仿他。他的伟大究竟在哪里？我不知道。我只学来些耍字眼儿，故意逗笑等等“窍门”，扬扬得意。后来，读了些狄更斯研究之类的著作，我才晓得原来我所摹拟的正是那个大作家的短处。他之所以不朽，并不在乎他会故意逗笑——假若他能够控制自己，减少些绕着弯子逗笑儿，他会更伟大！特别使我高兴的是近几年来看到些以马克思主义文艺观点写成的评论。这些评论是以科学的分析方法把狄更斯和别的名家安放在文学史中最合适的地位，既说明他们的所以伟大，也指出他们的局限与缺点。他们仍然是些了不起的巨人，但不再是完美无缺的神像。这使我不再迷信，多么好啊！是的，有关于大作家的著作有很多，我们读不过来，其中某些旧作读了也不见得有什么好处。读那些新的吧。

真的，假若（还暂以狄更斯为例）我们选读了他的两三本代表作，又去读一本或两本他的传记，又去读几篇近年来发表的对他的评论，我们对于他一定会得到些正确的了解，从而取精去粕地吸收营养。这样，我们的学习便比较深入、细致，逐渐丰富我们的文学修养。这当然需要时间，可是细嚼烂咽总比囫圇吞枣强得多。

此外，我想因地制宜，各处都成立几个人的读书小组，约定时间举行座谈，交换意见，必有好处。我们必须多读书，

可是工作又很忙，不易博览群书。假若有读书小组呢，就可以各将所得，告诉别人；或同读一书，各抒己见；或一人读《红楼梦》，另一人读《曹雪芹传》，另一人读《红楼梦研究》，而后座谈，献宝取经。我想这该是个不错的方法，何妨试试呢。

谈文

周作人

少年壮年中年老年，各有他的时代，各有他的内容，不可互相侵犯，也不可颠倒错乱。最好的办法还是顺其自然，各得其所。

这几天翻阅近人笔记，见叶松石著《煮药漫抄》卷下有这一节，觉得很有意思：

少年爱绮丽，壮年爱豪放，
中年爱简练，老年爱淡远。
学随年进，要不可以无真趣，则诗自可观。

叶松石在同治末年曾受日本文部省之聘，往东京外国语学校教汉文，光绪五六年间又去西京住过一年多，《煮药漫抄》就是那时候所著。但他压根儿还是诗人，《漫抄》也原是诗话之流，上边所引的话也是论诗的，虽然这可以通用于文章与思想，我觉得有意思的就在这里。