

神奇的速学术

陕西旅游出版社

海内外神奇的速学术

伊 夫 张瑞君 编译

陕西旅游出版社

(陕)新登字 012 号

责任编辑: 冯 冰

封面设计: 康怀宇

装帧设计: 陈 俊

策 划: 君 晖

海内外神奇的速学术

伊 夫 张瑞君 编译

陕西旅游出版社出版发行

(西安长安路 32 号 邮政编码 710061)

新华书店经销 西安铁路分局印刷厂印刷

787×1092 毫米 32 开本 5 印张 100 千字

1992 年 10 月第 1 版 1992 年 10 月第 1 次印刷

印数: 1—20000

ISBN 7-5418-0516-5 / G · 118

定价: 2.80 元

内 容 简 介

你想在学习和考试中有一个正确的方针，一帆风顺，捷足先登吗？

你想在学习过程中发挥自己的优点，充分地利用时间使自己尽快掌握更多、更好的知识吗？

那么，本书将奉献给你掌握各科知识神奇的方法。他将使你在学习和考试中一举夺魁，取得好成绩。

读完这本书，你会发觉自己忽然信心百倍，功力十足地走向考场，这就是我们编译本书的主要目的。

目 录

第一章 速学术五大指针	(1)
不要跑错方向	(2)
时间要迅速	(3)
期间要缩短	(3)
让目的明确	(4)
投下某种程度的成本	(5)
第二章 学习速学术的条件	
速学是要先储蓄精力，使其一举爆发出来	
如果与电梯的速度一样，就上升不了了	(7)
速学术是实现自我的有效方法	(9)
摆脱学习的痛苦印象	(10)
最终目的前一阶段的学习	(11)
愉快地学习比较容易记得	(12)
歌曲和电影也是学习的材料	(13)
基础一旦完成，乐趣就会增加	(14)

抓住事物的本质再学习，就不会失败 (15)

不要让兴趣局限于某一领域 (16)

围棋的启示 (17)

从象棋学到“守势” (18)

所追究的真理应具有普遍性 (19)

社会人士和学生的学习方法有异

学生是以获得应该学习的东西为目的 (21)

社会人士的学习必须具有目的性

和实用性 (22)

必须从信息的来源加以把握 (24)

学习与工作有关的事物

学习具有娱乐性和有实效的领域 (25)

由于能够期待利益，才会产生干劲 (27)

学习语言必会有所助益 (28)

对基本的法律知识应该有所了解 (29)

对心理学不能一无所知 (29)

速学的重点 (31)

第三章 实战速学术 ①时间

要重视学习的速度 (32)

速学术也是一种时间的活用水 (34)

如果一味认为“不能”，就永远也“不能” (35)

几件事同时处理，便能找出时间	(37)
活用零碎的时间	(38)
错开时间就能够有效地利用	(39)
考虑有效地利用时间，来制定生活 的周期	(40)
有效地利用乘车的时间	(41)
挑选出能集中精神的时间	(42)
在效率较高的时间带，做一些重要 的事情	(43)
速学的重点	(43)

第四章 实战速学术 ②专注力

如果没有外界的刺激，注意力很难集中	(46)
排除会妨碍专注力的事物	(47)
根据妨碍的原因，来思考对抗的手段	(48)
苦恼的事情应该写在纸张上来加以整理	(49)
身体状况不好，注意力就无法集中	(50)
持续保持专注力	(51)
疲倦就要转换心情	(52)
音乐对消除疲劳很有效	(53)
转换心情的时间不要超过三分钟	(54)
速学的重点	(55)

第五章 实战速学术 ③记忆力

死背是效率最差的学习方法	(57)
需要死背的情形非常少	(59)
反复是保持记忆的最好方法	(60)
英文单字也可以用理解来记住	(61)
数字并非全然枯燥无味	(63)
数字也有表情	(65)
数字是习惯之后就会喜欢	(66)
速学的重点	(67)

第六章 实战速学术 ④速读

迅速而正确地把握一本书的概要	(69)
需要的部分通常只占一本书的 20% 左右	(71)
区别知识和信息	(72)
站在信息的观点, 来选择自己所需要 的知识	(73)
不能由于不了解而搁下来	(75)
利用自动贩卖机式的方式读书	(76)
以二次元的思考来消除障碍	(77)
速学的重点	(78)

第七章 实战速学术 ⑤添注

彻底地利用目录和索引	(80)
------------------	------

将本文加以色别的有效方法	(81)
重视页码上端的角落	(82)
自己加上段落	(83)
活用书笺	(84)
活用“相互参照”	(84)
“树”的方式	(86)
速学的重点	(88)

第八章 实战速学术 ⑥整理

事先整理好，以缩短存进和取出的时间	(89)
剪接整理的方式若不对，就形同废纸一般 ...	(91)
资料要以同样的尺寸缩印之后，再做 成档案	(92)
归档以活页较方便	(93)
“色别”化再加以整理	(94)
根据所剪贴的资料，便能看出重要的事项 ...	(95)
如能做成卡片，将比携带书本更方便	(97)
速学的重点	(98)

第九章 实战速学术 ⑦语言的学习

中国人为什么不能成为休里曼	(100)
首先从训练听力开始	(102)
看电影也可以练习语言	(104)

录像机也可以有效地利用	(105)
学习语言必须要“轻松地找时间”	(107)
注意创造学习语言的环境	(108)
使学习语言的目的明确	(109)
阅读能够了解故事的英文书籍	(111)
速学的重点	(112)

第十章 实战速学术 ⑧测验

想在战场上获胜的基本战法	(115)
由于考试的项目不同，学习的方法也 不一样	(116)
好好地确认考试题	(117)
一旦能把握出题的方向，就容易具有 自信心	(118)
对于前辈的忠告，不要囫囵吞枣	(120)
自己若不运用智慧，便不会有进步	(121)
参考书应该如何使用	(122)
足以获胜的选书方法	(124)
速学的重点	(125)

第十一章 把文明的利器运用在速学上

尽量活用文明的产物	(127)
利用录音机来提高速学的效率	(129)

利用录音机的价值来同时处理	(131)
使用文字处理机, 可以节省书写的时间 ...	(133)
不要把文字处理机当做誉稿的机器	(135)
百科全书的使用方法	(137)
经常利用图书馆	(140)
更巧妙地利用电视	(141)
用来缩短时间的种种机器	(143)
· 定时开关	(144)
附有秒表的手表	(144)
携带用的闹钟	(145)
根据睡眠的学习, 连夜间也可以充 分地加以利用	(146)
速学的重点	(147)

第一章 速学术 五大指针

乍听“速学术”这个名词，相信各位都不太习惯。究竟它与最近流行的“速读术”或以往就存在的“记忆术”有那些差异呢？

对于终日忙碌，却有许多事都必须学习，或者想做的事无以计数的现代人来说，一旦能在身上具备“以最少的努力获致最大效率”的学习方法，相信人生必将更多彩多姿。而这种“以最少的努力获致最大效率”的学习方法，简单地说，就是所谓的“速学术”。

我们姑且将这种速学术的具体性方针比喻为纵贯线的列车，可以分为如下五大项目：

1.不要跑错方向

为了要早一点到达目的地，首先是不跑错方向最为重要。例如想去东京，却搭上往北海道方向的车子。如此一来，不管你在车中如何焦急，车子也不会往南边开去；而且，等到发觉方向不对时，往往已经浪费了很多时间。

换句话说，如果无法确切地了解自己想要学习哪一方面的事情，就有可能走到连自己都想像不到的方向。因此，不顾一切，只要搭上火车即可的方法，会严重地降低学习的效果是不言而喻的。

另外，以研究法律为例，相信各位都知道，为了想成为一名学者而进修，或者只是因为现实的需要，想要了解一些法律常识，以及想参加律师考试的人，他们的读书方法，当然有所不同。如果只是想了解一些与自己有关的法律条文，就没有必要从宪法开始学习，而只要依照各自的目的去学习即可。否则的话，很可能会面对一大堆的法律书籍而束手无策。

说得更明白一点，如果你只要到东京，当然没有必要绕道北海道后再抵达目的地。

2.时间要迅速

紧接着，如果是到达同一个目的地的话，那么，所谓的速学就是在时间上必须加速。

例如，时速 50 公里的普通车和时速 100 公里的特快车相比较，当然坐特快车会较早到达目的地；如果利用飞机的话，又比特快车更能缩短抵达的时间。

速学也和搭车一样，只不过使学习的速度变快的方法和材料比较多而已。关于其具体性的方法，容后详述。无论如何，学习者为了达到速学的目的，应该尽量搭乘快速度的交通工具。

3.期间要缩短

第三是增加学习的量，而使“期间缩短”，也是达成速学目的的重要指针。

例如，通常需要一年期间始能完成的学习，如果能在三个月内完成的话，结果就能变成速学。就算时速本身同样是 100 公里，可是一天原本只能使用 30 分钟的人，如果能变成一天使用二个小时来学

习的话，那么，本来需要一年的学习，就变成三个月即可完成。

假定有一名职员，有一天突然奉派到伦敦的分公司工作，公司给了他三个月的时间准备，但问题是他对于英文并没有自信，而公司的命令又不能因为英文不好而加以拒绝，于是他只得想办法在三个月内读好通常需要一年的商业英文，但因为他还要一面工作，所以学习的量在无形中便增加了许多。

为了达到这个目的，他应该如何有限的一天当中空出学习的时间呢？有关这个问题，其症结只是在时间的使用方法而已，而这一点我将会在后面的篇章中举出个人的经验供各位参考。

4.让目的明确

第四点是“让目的明确”之后再学习。

读书的时候，如果只是因为好玩，而将整本书一字不漏地背下来，亦无不可；若是以了解一本书的内容为目的，或者只是要获得某些特定资料的话，一字一句的阅读就非常浪费时间。所以应该要像直达快车一般，把点和点加以连接，效率自然会比较高。如果中途停了太多站，浪费的不仅是停车

的时间，而且在停车前后，还有减低车速，如此到最后所花费的时间，必然有很大的差异。

5. 投下某种程度的成本

为了学习速学的技术，最后一个要点是必须“投下某种程度的成本”。

为了不浪费时间，有效率地达到速学的目的，花一些成本买必要的道具是非常有必要的。至于道具就是如字典、参考书之类的书籍。

就我个人而言，由于工作上的需要，我购买了牛津百科字典、又购买了不列颠大百科全书、再买美国的百科字典。而既然花了大笔的金钱买这些书籍，我便动脑筋使它们不致变成收藏的东西；关于我的出发点，待以后的篇章再详述。无论如何，百科全书对于我的速学，确实成为非常有用的武器，毕竟这些书籍都是一流的学者经过仔细推敲钻研，才将足以信赖的知识和资料记述下来供我们参考，如果不能善加利用的话，岂不是太可惜呢！

一位有名的教授曾说：“我想要了解的知识，几乎有七成左右，都可以在这些字典中找得到。”可见这一类参考书籍的重要性。我个人为了方便起见，

陆陆续续买了六套的参考书籍，分别放在工作场所、家中，以便在必要的时候，手边立即有资料可以翻阅。

当然，要购买这些工具书，基本上还是要考虑到个人的经济能力；万一无力购买全新的百科全书，也可以到旧书店，以低廉的价格买到这些书籍。既然有投资，就必然要有回收，此乃人之常情，但实际说起来，以这样的费用而能习得速学的技术，是相当便宜的。希望各位都能尽量投资，然后尽量回收。