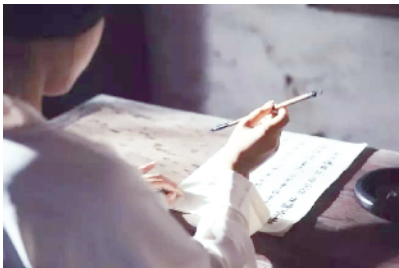


《论语》有言曰：不怨天，不尤人，下学而上达。

养心莫若寡欲，至乐无如读书。而读书也不是随便读的，读书也讲究其方法。

要想提高学习效率，我们不妨和古代九位名人学学如何快速有效地读书。



“观其大略”读书法——诸葛亮

三国诸葛亮一直以“足智多谋”而闻名，他不仅好学，而且善学，也正是因为精通读书之道才成就了他一代贤相的名号。

诸葛亮的读书法，不是头悬梁锥刺股的刻苦，更不是钻进书堆，死记硬背，而是泛泛大概，撷取精华，掌握实质。诸葛亮读书，从未到废寝忘食的地步，而是正常作息，“美晨夜从容，常抱膝长啸”。

这就不禁让人们想到学校里，家长口中“聪明的孩子”了，在学校，很多看似调皮、不学习的孩子，成绩反而比那些刻苦努力、趴在课桌上整日学习的孩子成绩好。智商其实都差不多，只是“聪明的孩子”更早掌握了“观其大略”的读书法。

而诸葛亮就是那“聪明的孩子”吧。

“会意”读书法——陶渊明

晋代文学家陶渊明曾在《五柳先生传》中写道：“好读书，不求甚解，每有会意，便欣然忘食。”

陶渊明读书法注重的是抓重点和去繁就简，要有自己的独立思考。

实际上，陶渊明在读书的时候，追求的往往是读书会意，着重领会书中深含的旨意，而不死抠个别字句。陶渊明的读书观正如他的生活观一样超然物外，不被凡俗所困扰，“问君何能尔？心远地自偏。”不困于物，不惑于情，读书也这样，不要为个别字眼费心劳神，会意即可。

“八面受敌”读书法——苏轼

宋朝著名文学家苏轼认为：人在读书的时候，往往会感到处处都是有用的知识，犹如“八面受敌”。

每每读时，只求一点，容易集中深入，彻底攻破一“敌”，像打仗那样，把敌人化整为零，各个击破，依次攻破一面“敌”。

苏轼曾在《又答王庠书》中就侄女婿王庠“问学”，介绍了他自己首创并实践的一种读书方法——“少年为学者，每一书，皆作数过尽之。书富如人海，百货皆有之，人之精力，不能兼收并取，但得其所欲求者尔。故愿



九位古代大咖的 读书方法 总有一款适合你

学者，每次作一意求之。”

意思是说，好书就像知识的海洋，内容丰富。那么，读一本好书可以每次只带着一个目标去读，或只就一个方面的问题去探求、研究，而不是同时涉及其他的目标或问题。所以，每一本好书都需要好好读它几遍，日久天长，必有所获。

苏轼自己就是这样来读《汉书》的，第一遍学习“治世之道”，第二遍学习“用兵之法”，第三遍研究人物和官制。数遍之后，苏轼对《汉书》多方面的内容便熟识了。

“精当”读书法——郑板桥

清代画家郑板桥要求自己读书要“求精求当”。

“求精”是读书要有选择，选好书，读精品；“求当”是读书要恰到好处，要适合自己的水平和工作需要。

他说：“求精不求多，非不多也，唯精乃能运多”，“当则粗者皆精，不当则精者皆粗”。实际上，郑板桥并不反对博览群书，只是强调多读必须以精读为基础，多读的内容也必须用精读中得到的知识去联系新知识，围绕一个课题深入下去。

读书贪多不求精，就会胸中撑塞如麻；读书求精不求多，才能读到书里去，抓住要领，但不等于深刻理解和全部掌握。

所以，这就需要进一步地“探”与“研”，因为书中的“微言精义”所包含的丰富深邃的内涵，往往是“愈探愈出，愈研愈入，愈往不知所穷”。

在精读中，郑板桥还比较注意“问”。他认为“学问二字，须要拆开看。学是学，问是问，今人有学而无问，虽读书万卷，只是一条钝汉尔”。他提倡读书好问，才会使“疑窦释然，精理迹露”。

“记字日读”读书法——欧阳修

北宋文豪欧阳修根据自己的读书经历归纳而成“记字日读”读书法。

他曾经精选了《孝经》《论语》《诗经》等十部书，总字数为455,865个字，然后规定每天熟读300字，用三年半时间全部熟读完毕。每天背诵150字，只要七年时间就背熟了。

他说：“虽书卷浩繁，第能加日积之功，何患不至？”的确，这样日积月累，一部部的书籍就被他背熟了。只要功夫深，铁杵磨成针，这种每日定量记字，细水长流，集腋成裘，在欧阳修的亲身实践中，证明了它的行之有效。

“心学境界”读书法——王阳明

明代著名思想家王阳明幼年读私塾时曾问老师：“何谓第一等事？”换句话说就是，人生的终极价值是什么？对于这样的问题，老师当然会吃了一惊，思考良久，自认完美地回答：“当然是读书做大官啊。”

然而年幼的王阳明却不这么认为，王阳明的回答是：“我以为第一等事应是读书做圣贤。”

这便是王阳明的读书法，以无心之心读书，读书只为成圣贤。

很多人认为古老的经典已经是过去式了，然而王阳明却提倡背诵经典，而且这是一条必经之路。

教育孩子背诵经典，不仅是为了开启他们的智慧，也是借此使他们在反复思索中存养他们的本心，在抑扬顿挫的朗诵中弘扬他们的志向。所有这些都是用来顺应他们的天性，引导他们的志向，调理他们的性情，潜移默化他们粗俗愚顽的秉性，这样使他们每天在学习礼仪方面有所进步而不觉得艰难，性情在潜移默化之中达到

了中正平和。

除了背诵经典，王阳明还提倡要以无心之心读书，读书不要刻意去强记，不要刻意去求速度，也不要心里想着和别人比谁读的书多，因为这样会妨碍我们与书本的对话，心中有所牵绊，对书中内容的理解体悟自然就会受到影响。

“七焚”读书法——张溥

明代学者张溥的“七焚”读书法强调读写并用，强调“眼到、手到、心到”。这也就要求他读书有三部。

第一步：每读一篇新文章，都工工整整地将它抄在纸上，一边抄一边在心里默读。

第二步：抄完后高声朗读一遍。

第三步：朗读后将抄写的文章立即投进火炉里烧掉。烧完之后，再重新抄写，再朗读，再烧掉。这样反复地进行七八次，一篇文章要读十几遍，直至彻底理解、背熟为止。

张溥一直以苦读成名，他给自己的书斋取名为“七焚斋”，也叫“七录斋”。

“专一”读书法——顾炎武

明末清初学者顾炎武一直是读书有道，也很讲究读书的方法。他的“三读”法即是：“复读法”、“抄读法”、“游读法”。

“复读法”：所谓复读，顾名思义就是复习之意。他给自己规定：每年春秋两季，分别复习冬夏两季所读的书，即半年读书，半年复习，把阅读和复习交叉进行，有效地增强了记忆力。

“抄读法”：顾炎武读书总是要动手抄录的，这种学习时既动口，又动手、动脑的学习方法，大大地提高了读书效率。

“游读法”：顾炎武笃信“读万卷书，行万里路”的读书方法。他从45岁开始了大规模的游学生活，做到了书本知识与实际知识相结合，学以致用。

“专一”读书法——曾国藩

有人说曾国藩是千百年来真正成事的书生，在这就不得不说说他的读书法了。首先是一书未完，不看他书。在曾国藩认为“一书未完，不看他书，东翻西阅，徒循为外人。”一本书没看完，坚决不开始阅读下一本，东翻翻西看看，只是读给别人看的，而不是读给自己用的。

其次是念二十三史，每日圈点十页，虽有事不间断。曾国藩喜欢读史，而且是坚持不懈地阅读，无论寒冬酷暑，无论身处何境，身边总是带着书，这样的人算得上真正把读书当成生命中的事业了。

最后就是每日读书，记录心得语。读书是读者与作者的互动，而不应该是作者对读者思想的灌输。曾国藩深谙此点，所以每日读书毕，都会在日记中写下当日读书所感，将书中内容化为自己思想。

读书不再多而在精，时间不在长而在于你是否能够合理利用。如果你现在还处在读书的迷茫中，不妨学学这九位先贤的读书之道吧。

摘自新华网