

<<这样学习最轻松>>

图书基本信息

书名：<<这样学习最轻松>>

13位ISBN编号：9787801879974

10位ISBN编号：780187997X

出版时间：2006-1

出版时间：新世界出版社

作者：李晓鹏

页数：236

字数：278000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;这样学习最轻松&gt;&gt;

## 前言

昨夜西风凋碧树。  
独上高楼，望尽天涯路。

衣带渐宽终不悔，为伊消得人憔悴。

众里寻他千百度，蓦然回首，那人却在灯火阑珊处。

王国维先生用这三句词，来形容那些古今成就了大事业、大学问者所经历过的三重境界。

对于学习来说，这大概就是所谓的苦学、好学和会学的三种学习状态。

感觉到学习是一种被迫行为，这种学习状态可以称为“苦学”；对学习如饥似渴，常常到废寝忘食的地步，这种学习状态可以称为“好学”；认识到学习本身也是一门学问，有科学的方法，有需要遵循的规律，于是不断探求正确的学习方法，因而学习效率高、学得轻松，思维也灵活流畅，能够很好地驾驭知识，这种状态可以称为“会学”。

我们都想达到“会学”的状态，然而专家指出，目前中学生的学习状态中，苦学者居多，好学者为少数，会学者更少。

这种情况其实是很自然的。

因为，学习的这三种状态正如王国维先生指出的三种人生境界一样，是一个连续延绵的过程。

如果不能“望尽天涯路”，就不会有衣带渐宽的“终不悔”，没有做到“人憔悴”又怎能在蓦然回首之际，发现那“灯火阑珊之处”？同样地，先有了苦学才有好学，进而会学，所谓“欲穷千里目，更上一层楼”正是这个道理。

苦学，从另一个角度看就是花费大量的时间和精力去学习，这是任何一种学习状态的基础。

苦学磨练的是人的气质，你必须有毅力、肯吃苦、有坚定的意志力，才能顺利通过这一关。

在这个阶段是没有任何技巧可言的，所有的学习方法、策略和窍门都是建立在舍得投入之上。

当然，你也不要就此被吓住，在这本书中我们讲到了如何设立自己的目标、激发自己的兴趣，在各个科目的讲解中也有专门的章节是用来激励你的学习动力的，所以只要你有了理想，有了坚持下去的勇气，就会很快闯过苦学进入到好学的阶段！好学，是体会到学习的乐趣后表现出来的一种自我状态。

为什么有些同学付出了那么多的精力而不觉得苦呢？这是因为他们在苦学中已经渐渐掌握了学习的神韵，所谓“苦尽才能甘来”，只有那些勇于克服困难、成功战胜困难的人，才能真正品尝到学习的甜美。

你是不是已经跃跃欲试了？因为具备了理想和勇气的你已经开始喜欢上学习，并感受到成功的乐趣了。这时你可以从这本书中找到很多富有实效的学习技巧以及各种心理调节手段，它们将帮助你以健康、积极的态度在浩如烟海的知识学习中做到从容不迫。

会学，是学习的最高境界，经过苦学与好学的摸爬滚打，那些善于总结经验者、勤于探求方法者必将会大有收获，进而进入到自如的状态。

这时由于掌握了好的方法，具备了出色的学习能力，学习效率会不断提高。

你当然也能成为这样的会学者！在熟练掌握了各种方法之后，这本书中关于怎样提高能力的内容会给你以启示，各种技能性的方法会逐渐内化为你的能力。

此时，你的学习上升到了境界的层面，这已经不是气质和神韵所能够比拟的了。

是不是已经迫不及待地开始了对会学这种境界的渴望和向往了呢？在这本谈论学习、调节心理、给予自信的书中，你会找到源自自身的力量！现在，就开始这段奇妙而激动人心的学习之旅吧。

## <<这样学习最轻松>>

### 内容概要

学习可以不必辛苦，只要有好的学习策略。

本书由数十位特级教师、学习专家联合推荐，它是中学生学习方法第一书，是中学生学习的良师益友。

“学习大王”李晓鹏将教你从苦学、好学到会学，让你掌握最轻松的学习方法、获得最好的学习成绩！

本书将让你懂得学习可以不必辛苦，只要有好的学习策略，好的学习方法+好的学习心态+好的心理素质=好的学习成绩，本书将教会你，制定好学习计划管理好你的时间，树立自信，克服厌学情绪，处理好师生关系，提升阅读能力和记忆能力，培养良好的思维能力，积极的心理按摩，应对各门考试的策略，从苦学、好学到会学。

<<这样学习最轻松>>

作者简介

李晓鹏，重庆江津人，高中就读于重庆江中大学，2000年以总成绩江津第一、文科成绩重庆市第一的成绩考入中国人民大学法学院，在校期间，曾任中国人民大学法学院学术部长、辩论队长、院刊主编，现为中国人民大学经济学研究生，已出版个人历史专著《最高命运——获取最高权力的

## <<这样学习最轻松>>

### 书籍目录

前言：苦学、好学还是会学上卷 志向篇 “你的意志已经准备好了，你的脚步也就轻快了——赫尔巴特” 做个有志向的人 学习计划的DIY 认识你自己 你的时间，你管理 学习篇 “凡是能冲上去，能散发出来的焰火，都是美丽的。  
——安徒生” 45分钟之前 45分钟之内 45分钟之后 能力篇 “知道事物应该是什么样，说明你是聪明的人；知道事物实际上是什么样，说明你是有经验的人；知道怎样使事物变得更好，说明你是有才能的人。  
——狄德罗” 阅读攻略 记忆秘笈 思维宝典 考试篇 “决定我们命运的，不是我们的际遇，而是我们对际遇的看法。  
——佚名” “闲庭信步考过关” “少年壮志不言愁” “自古雄才多磨难” 健康篇 “保持健康是做人的责任。  
——斯宾诺莎” 身体是学习的必要硬件 情绪是健康的隐性病毒 劳逸结合赢得双重收获 一起过个愉快的假期吧下卷 语文篇 “语言作为工具，对于我们之重要，正如骏马对骑士的重要，最好的骏马适合于最好的骑士，最好的语言适合于最好的思想。  
——但丁” 突破基础知识 提高阅读能力 挖掘写作潜能 数学篇 “数学使人严密。  
——培根” 扎牢基础 思维方法 黄金解题法 英语篇 理科综合篇 文科综合篇跋语：让青春神采飞扬！

## &lt;&lt;这样学习最轻松&gt;&gt;

## 章节摘录

相信自己 社会学家的调查研究表明,实现理想、获得成功的几率同自我认识和目标设定有着直接的关系,除了这两点之外,是否拥有充分的自信心也是关键因素之一。

如果一个人认为自己能够实现目标的概率越大,那么与之相应,其成功实现目标的概率也就越大。正如我们在日常生活中所感受到的那样,一个充满自信的人总是富于魅力的。

(15)都说自信源于对自我的欣赏,我该怎么去欣赏自己呢? 每个人都是独特的,你的身上一定有着很多别人没有的优点,这些美丽的闪光点,是多么值得骄傲和自豪!这个时候,你就可以欣赏自己一番。

譬如说,你可以欣赏自己的性格:你是个活泼好动的学生,充满了朝气和活力,这足以让那些饱经沧桑的成年人羡慕不已;你是一个文静学生,这让你拥有了踏实和内敛的品质;你天性乐于助人,这个优点会让你拥有很多朋友。

你也可以欣赏自身的特长:这个特长并不单指吹拉弹唱的“艺术特长”,它的范围要广得多。

比如,你的头脑反应特别快,你做事特别认真仔细,你的观察力很强,你特别善于处理同学关系,你的口头表达能力特别强,你的体育运动技能超群等等。

这些优点都会给你带来信心和力量。

需要指出的是,正确的欣赏自己并不等同于骄傲和狂妄,而是对于自身优点的认同。

要相信,你是生活中的战胜者。

在为了未来而奋斗的过程中,当自己的确值得欣赏的时候,千万不要吝啬表扬自己,这会让你更加自信,前进的动力更加充足。

(16)我很想做一个充满自信的人,可是我发现自己距离完美实在差得太远了,我该怎么去面对自己的缺点,建立自信心呢? 有很多人明明知道自己的缺点和不足,但是他们常常为了满足虚荣心而把缺点隐藏起来,这样做会使人逐渐变得虚伪固执、固步自封,极大地阻碍了个人的成长和进步。

事实上,“人无完人”每个人都有自己的缺点和不足,能够认识并承认自己有差距,是一件需要勇气的事情。

接下来,就需要用更大的勇气来向缺点说再见。

缺点往往是日积月累的坏习惯,甚至是从小造成的性格弱点,必须承认,这些缺点早已是我们心理和精神的一部分,要想改掉它们简直可以和关公的刮骨疗毒相比了。

但是,如果你不下决心铲除这些缺点,它们就会像口香糖一样到处粘着你,与其让自己的美好未来被缺点一点点地腐蚀,倒不如鼓起勇气经历一个短暂的阵痛把缺点都改掉。

在改变之初,你或许会觉得平添了许多约束,日子过得不如以前那样习惯和舒适。

但这些都是必须付出的代价,当你改掉了自己的缺点时,这份直面自己的胆识和豪气、战胜自我的决心和勇气将是多么值得骄傲啊!

## <<这样学习最轻松>>

### 媒体关注与评论

书评 我以十分的诚意和负责任的态度向中学生朋友、老师及家长推荐这本书。一本真正的好书会改变人生的轨迹，这本书可归为此类。

——清华大学中文系教授、博士生导师蓝棣之 这是我见过的最好的学习励志书。作者从自身的经历出发，提供了具体可行的学习策略，尤其可贵的是。书中大量案例和成功人士的故事，读来轻松愉快。对于每一个在痛苦中挣扎且必须面对独木桥的中学生来说。这本书确实意义非凡。

——《在北大听讲座》主编文池 谨向广大中学生朋友推荐这部值得品读的好书，其思想内涵丰富，哲理性、可读性强。学习策略、技巧有独到之处。

“不是抓紧每一分钟学习，而是抓紧学习的每一分钟”等观点很精辟，值得推荐。

——况良华重庆市特级教师 嗯，李晓鹏，这家伙知识很渊博。天晓得他哪里来时间看那么多书，都还记得住。

跟他一块演讲是件很快乐的事情，他总是能逗得大家哈哈大笑，在笑过之后，领略到很多学习、做事和做人的道理。

这本书写的棒极了，错过了会很可惜的。

——浙江省2000年高考理科第一名 陆文（现为美国芝加哥大学生物学博士研究生） 听了李老师的演讲。

给了我深深的感触。

让我明白了自己的优势与劣势，既增强了我的自信心，又使我明白性格中的弱点。

李老师的学习方法给了我们很好的借鉴。

更重要的是李老师让我明白一个道理：即使刚开始我的成绩不是很好，好的方法加上努力，我们就会顺利通过高考这座独木桥！——湖南衡阳一中高0415班凌琼 李老师的演讲很好，李老师自己就是高考的成功者，他讲的东西很符合孩子的心理和学习生活的状况。

孩子愿意听他的话。

他说一句，比我们家长对孩子“唠叨”一整天都管用。

——凌琼同学的家长

#### 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>