

# 讀的藝術

邱連煌

七十三年五月廿七日 中央副刊

我們常用「一目十行，過目不忘」，來形容聰明的人讀得快，記得牢。事實上，聰明的人不是個個都能「一目十行」。反之，不是十分聰明的人，如果運用有效的閱讀方法，也可能達到這種境界。

閱讀有如游泳，不游泳的人，泡在水中，通常的反應是伸長脖子，把頭顱高高頂起，使鼻孔儘量超越水面，用手拚命的划，雙腳拚命的踢。雖使出吃奶之力，卻仍在原地掙扎不已。同樣的，不善讀的人，面對茫茫「字海」，也有被淹沒的危險。就表面看來，他們的姿態各有千秋，或搖首擺腿，或咬牙切齒，或縐眉搔耳，或指指點點，或唸唸有詞。就效果而言，大同小異，讀了半天，眼光還是在原處兜圈子，其進度比蝸牛爬行還慢。不但如此，有時連書中說了些什麼，竟毫無印象。他們之所以如此，當是由於讀書不得其法所致。

提高讀書效率，要去除閱讀的惡習，要調整閱讀速度，要配合心、眼、手的功能。本文將針對這些問題，加以討論。

## 閱讀的不良習慣

### 一、心不在焉

心不在焉 (Lack of concentration)，是很普遍的毛病。閱讀的人，人在書室，心在天外。有些人打開書本，讀不了幾行，黑字逐漸模糊、擴大，在眼前跳動起來。心靈一下子長了翅膀，在幻想的時空飛翔，再也收不回來了。古人說，學問之道無他，「求其放心」而已，指的就是這個意思。精神渙散，「一心以為鴻鵠之將至」，乃閱讀者之大忌。

### 二、唇讀

有人看書時，喜歡以默誦方式進

行，兩片嘴唇不停的張合扯動，嘴忙舌亂，收效甚微，這叫做唇讀 (Lip reading)。唇讀，徒使讀速滯緩，對於內容的了解無所幫助。不幸，許多人具此習慣而不自覺。這也許是因為小時候初學閱讀時，喜歡高聲朗誦，日久成習。之後聲音雖加抑制而消失，嘴唇動作卻被保留下來，成為閱讀的絆腳石。

### 三、逐字的讀

善於閱讀的人，眼明心快。一眼就能分辨出何字重要，何字次要，何字無關緊要。於是在他閱讀時，便可將注意力貫注在重要字眼，碰到無關緊要的字眼時，一掠而過，對全文重點的把握，毫無影響。相反的，不善閱讀的人，往往逐字的看，逐字的讀，不分輕重，一視同仁，無形中阻滯閱讀速度，更有礙全文要義之了解。一個字一個字的讀，對每個字的個別意義雖懂，但把這些字綴聯起來時，反覺茫然不知所云，發生「見木不見林」

現象。

#### 四、回讀

閱讀的另一種惡習是回讀 (Regression)，這是指閱讀時；把眼光退回到剛纔讀過的字句上，從頭再讀一遍，因為在第一次讀它時，沒有抓住它的意義，或心神不屬，恰好在做白日夢。當然，有些文字必須讀了又讀，才能真正的領會或欣賞，但讀一遍就可了解的東西，實無一讀再讀的必要。偶爾回讀不要緊，要緊的莫養成習慣。

#### 五、同一速度閱讀

不善讀的人，不管碰到何種讀物，都以同一速度進行，千篇一律，不知變通。這好比開車，只用一個速檔，在擁擠的街上開，是那個速度；在高速公路開，也是那個速度；在崎嶇的山路開，還是那個速度，這將造成多麼的不便！效率又多麼的差！善於閱讀的人，能視情況不同而調整閱讀速度，快慢自如，隨機應變。

#### 六、不用參考書

比較嚴肅的閱讀，遲早總會遇到一些艱深的單字、片語、辭句，或生疏的地名、物名、人名。疏懶成性的人，際此場合，多半不願翻查字典、地圖、或百科全書等參考書籍，而草草敷衍過去。如此一來，不懂的地方，永遠不懂。即使讀一輩子，閱讀能力的進步，亦將非常有限。

上述幾項，是一般人較常犯的毛病，假使你染有其中任何一項，那麼，你的閱讀未臻理想，尚有改進的餘地。

#### 閱讀方式

培根說：「有些書要淺嘗即止，有些書則要整個的吞，更有少數的書，要細細的咀嚼，然後加以消化。」(Some books are to be tasted, others to be swallowed, and some few to be chewed and digested.) 這段話的意思很明顯，教我們閱讀方式，不可太死板，應視不同情境而作適當的調整。讀化學課目，或許得逐字逐句的讀；讀通俗小說，儘可一目數行。

一般而言，閱讀的方式或速度，

受三種因素影響。

第一、材料的難易。我們閱讀各類讀物，如果都能以高速為之，當然最好。不過這畢竟只是理想，事實與理想大有出入。主要原因，在於閱讀時，不但要「看」，而且要「想」；不但要用「眼」，而且要用「心」。讀深奧的資料，縱然眼睛每分鐘可掃視千字，腦子也許只能了解兩、三百字。甚至更少。這時我們不得不把「視速」拉慢，配合「思速」，以便有充裕的時間去思考，增進理解。否則，形同走馬看花，就是看完全篇，仍一無所知，徒勞無功。

第二、讀書的目的。讀同一材料，閱讀速度也應隨個人目的而異。譬如說，閱讀目的，倘只求獲得要點，每分鐘可讀五百字。若想進一步了解細節，則每分鐘恐怕只能讀三百字。如果除要點與細節外，還得批判作者的觀點，分析作品的風格，或根據資料自行推演結論，自然耗時較多，讀速又多受一層限制矣，每分鐘大概只能讀百字左右了。

第三、作者的目的。讀者有讀者的目的，作者也有作者的目的。我們

閱讀時，不可忽視這點。作者的目的是，主要者不外三樣：爲了娛樂（To entertain），如通俗小說；爲了知識（To inform），如教科書；爲了說服（To persuade），如報紙社論。作者的目的若爲娛樂或知識，讀者可按個人的目的及材料難易，採用適當的閱讀速度。作者的目的若是在於說服，則閱讀時，就得額外下一番慎思明辨工夫，才能正確的批判作者的論點。

以個人閱讀目的而言，最常用的閱讀方式有下述三種。

### 一、略讀

閱讀的目的，若只求了解大意，當採略讀（Skimming）方式爲佳，略讀與讀者之間的關係，等於大綱與作者之間的關係一樣。對作者而言，大綱是作品主題的縱覽，只具骨架，沒有皮肉。對讀者而言，略讀的作用與此相同，在極短的時間內，迅速的瀏覽全篇，借以獲悉它的梗概。

略讀的要領很簡單，在書中尋找「路標」即可。一般教科書或技術性書籍，「路標」明顯，由章節之大小

標題所構成。讀者只需把它們過目一遍，對全文之大意就有個粗略的印象。碰到不加標題的書本，「路標」不明，略讀的方法，可在每一章裡，挑頭段讀；在每一段裡，挑頭句讀。理由是，一章的主題往往在頭段，一段的要旨往往在頭句。另外還有個略讀的方法：即一頁一頁的掃描下去，注意集中於重要字眼，如英文中的斜體字或中文中的粗體字，如此很快就可看完全篇，獲悉其大意。

### 二、要讀

如果閱讀的目的，不僅求其大意，且需求其重點，則宜採用「要讀」（Read to get the main ideas），在商場上、在專業上、或在某些課堂上，許多閱讀材料所要求者，只了解要點，無需顧慮細節。這時，最適當的閱讀方式是「要讀」。

一章有一章的重點，一節有一節的重點，一段也有一段的重點。「要讀」的原則，無非從文字堆中挖掘、淘汰、篩選，而後挑出這些重點來。茲以下述一小段文字爲例：

一個人若能迅速的閱讀，一行一

行的掃視過去，眼光在每行文字上作最少次數的停頓。不分心、不做白日夢。那麼，他便能在極短的時間內，學到很多東西。

這段文字的重點是：「讀的快，學得多。」這是從整段文字中，拔毛、去皮、挑骨後所剩下來的精髓。在文中擷取重點，要把注意放在重要的辭句或片語，對文句裡的修飾語，可于忽略。

### 三、精讀

如果閱讀的目的，不但要求得大意，且要求得重點，更要求得細節，則必須使用精讀（Read to extract important details）方式，方能奏功。每篇文字的大意包含幾個重點，而每個重點又包含幾項細節，由大而小，由上而下，層次井然，脈絡分明。不過，這些層次與脈絡，要靠讀者去發覺，去分析、去了解，去吸收。精讀的功能即在於此。

文中的細節，通常是重點的例證，這在科學用書上，更是普遍。例如生物學課本告訴我們，十九世紀英國都市裡的麻雀，色澤較鄉村麻雀灰暗。

這是因爲當時的都市環境，受煤煙熏染，到處是一片污黑。因此，羽毛較黑的鳥兒，容易獲得環境的掩護，在貓爪牙下逃生的機會也較多。淘汰結果，適者生存，羽毛較淡者漸趨滅絕，羽毛較暗者倖免於難。代代繁衍下來，他們的羽毛色澤便較爲灰暗了。這段文字的重點是，經由自然淘汰過程，產生保護色。英國都市的麻雀是此重點的例證，爲其重要細節。精讀時，對這些細節，必須一一過目、了解、吸收，絕不輕易放過。略讀、「要讀」、精讀，速度不同，功能有異，讀者應按個人的閱讀目的，加以靈活運用。

### 心眼手的配合

「弟子規」裡有這麼一句話：「讀書法，有三到，心眼口，皆要。」這表示我們的老祖宗，曾諄諄告誡子弟們，讀書的方法，要講求三到工夫：心到、眼到、口到。心到眼到兩種，我們深表同意，口到工夫，有待商榷，以手到工夫代之，似乎較爲妥切（除非特殊情形如吟誦詩歌）。心、眼、手配合得當，可以促進讀書效率。

### 一、心到

所謂心到，就是集中注意。閱讀光用眼，不用心，必然視而不見；白紙黑字，在眼前幌動，根本未傳進腦裡，讀了等於沒讀。心猿意馬，心煩意亂，心浮氣躁，心虛神怯，在在表示心到工夫未到來，有待改進。以下幾項建議，表面看來似乎平淡無奇，但若勤加執行，多少可促進我們的心到工夫。

(1) 環境要適當：讀書環境，適與不適，因人而異，沒有統一標準。有些人獨處一室，最能全神貫注；有些人適得其反，非與他人在一起，心思不能集中。有些人讀書，喜歡選在夜闌人靜，萬籟俱寂的時候，有些人邊讀邊聽柔和的音樂，或以單調的噪音爲背景，效率最高，只要你稍加留意，不難發現最適於你個人的讀書環境，然後擇善固執，持之以恆，久之，你的心靈會受到該種環境的制約，爲它所導引。置身其中，讀書興緻油然而生，不但不以讀書爲苦，反樂此不疲。

從消極方面說，容易分散我們注意的東西如電視、電話、搖椅、床鋪等，最好與平日讀書的地方隔離，因爲這些東西具有一股魔力，常令人不知不覺的就被它們引誘而去，耽誤讀

書時間，消滅讀書動機。

(2) 心思要投入：俗語說：「心無二用」；我們在同一時刻，不能思考兩樁事情。所以閱讀時，愈是主動積極的投入（Actively involved），愈能集中注意，把思緒牢牢的繫於眼前的任務，不讓它溜走。邊讀邊向自己發問，或邊讀邊做筆記，是幫助我們積極投入的兩種活動。

(3) 倦了要小憩：注意力之久暫，因人而異，也隨閱讀材料之難易而有所不同。無論如何，當你感到困倦時，應稍停片刻，起來走動，伸一伸懶腰，動一動筋骨，吸一吸新鮮空氣，都可助你趨走倦意，恢復精力。

(4) 心情要平靜：情緒平靜，才能專心讀書，憂慮（或生氣）和閱讀，兩者水火不容，互相抵觸，有些學生因趕不上進度，難免爲之憂心忡忡，寢食不安，造成不當的惡性循環。其過程如下：趕不上進度，感到憂慮；憂慮使精神不能集中，結果落後更多，憂慮更甚。如此一來，像滾雪球一般，越滾越大，終至不可收拾，最後把全副心力都花在憂慮上，反把閱讀擱置一邊，不敢去想它，不敢去碰它，本

末倒置過來，束手待斃。避免這種惡性循環，最好的辦法，當然是儘量保持進度。今日事，今日畢；把該做的工作，在該做的時間內完成，絕不拖拖拉拉。

偶爾心神不屬，是人所共有的經驗，無足驚怪，一旦演成習慣後，情況才顯得嚴重。如果你打開書本，眼光雖一行一行的掃視過去，心思卻一直飄到千里之外，就是暫時勉強將它收回來，一會兒它又飛走了，這就是習慣性的心不在焉（habitual mind-wandering）。矯正的辦法，要按部就班的來，逐漸減低心不在焉的頻率，不能奢望一蹴而成。每當你發覺自己心不在焉時，便在書頁的空白處做個記號，作為改進的依據。有人建議，一發覺自己的心思飄走時便立刻起立，暫停閱讀。如此站起來又坐下，坐下來又站起，使你不勝其煩，疲於奔命，迫得你非集中注意不可。

心到工夫，最笨也最有效的方法，也許是打起精神，提高警覺，強迫自己注意集中在閱讀活動。起初成效或許不著，日久習慣成自然，所謂「心堅石穿」。

## 一一、眼到

眼者，心之器。實際上控制閱讀的官能，是心（腦），不是眼。眼只是工具，用以收納光的刺激。故閱讀的原則，把心到工夫擺在眼到之前，是有道理的。欲做好眼到工夫，以下三點不可不注意。

(1) 眼睛的動與靜：一般人有個錯誤的觀念，以為我們在閱讀的當兒，眼光的游動像流水一般，順流而下，綿延不斷。甚至還有人說，閱讀有如風捲殘葉，眼光一掃，整頁的訊息就到了腦裡了。這些說法，雖富詩意，卻不正確。其實，閱讀時，眼光不像流水，倒像蜻蜓點水，沿著一行的文字，動動又停停，停停又動動。

眼光在移動的時候，所見者僅是模糊的形象，要看清書頁上的字句，必待眼光靜止不動、注視著該字句時才行。不信，請做個小小實驗，即可證實。你可站在鏡前注視你的眼睛，然後眼睛上下或左右滾動，此時你能看清你的眼睛的運轉情形麼？不能！不過，當你的眼睛停止移動時，馬上即可看清它們的影像。

研究顯示，美國大學生閱讀能力平平者，每次停頓可讀一·一字，每秒停頓四次，兩數相乘，再乘以六十，得每分鐘可讀二六四字。而閱讀能力特強者，每次停頓能讀二·七字，每秒停頓五次，相乘結果，得每分鐘讀八一〇字。可見，提高閱讀效率，原則上要考慮眼睛的運用：一方面要儘量縮短每次停頓的時間（但也不可能減到五分之一秒），一方面則努力增加每次停頓時所讀字數。

(2) 眼睛的回溯運動：閱讀時人人都具回讀（Regression）傾向，眼光退回到剛剛看過的地方，重讀一遍，甚至第三遍、第四遍。據估計美國一般大學生每讀百字，眼睛的回溯運動（Regressive movements）十五次。閱讀能力差者，回溯次數比此數高，例如初學閱讀的人，每讀兩字，即回讀一次。

完全避免回讀，並非理想現象。善於閱讀的人，偶爾也得回讀，這是因為他們爲了要增加讀速，甘冒忽視次要字句之險，有時字數忽略過多，妨礙了解，就得回讀。如果有人宣稱，他從不回讀，那麼，他可能過分小心，

深怕跳過任何字句，結果他的閱讀必然甚為緩慢。因此，提高閱讀效率，乃在適當限度內，儘量減少回讀頻率，但也不必做到完全沒有回讀的地步。

(3) 眼睛的換行運動：不管讀由上而下的中文，或由左而右的洋文，當讀完一行換接次行之際，眼光要瞄得準，一眼中的。不善於閱讀的人，常常不是瞄過頭，就是還未達到標的，過猶不及，都需經過矯正，浪費時間與精力。

閱讀時眼睛的動作是一種自動的反射運動，使用直接方法去改進它，不大容易。故今日一般閱讀專家強調間接方法——心理習慣（Mental habits）。心理習慣一旦獲得改進，閱讀效率也隨之提高，「攻心爲上」的原則，亦可用於閱讀行爲上。

### 三、手到

手到工夫，可採兩種方式：畫線與做筆記。這兩種活動，一則可幫助我們集中注意，再則可以此爲以後複習的依據。

不善於閱讀的學生，不懂如何畫

線，他們常無精打采的翻開書本，一筆在手，隨著眼光的游動，胡亂塗畫，自以爲已把重點勾畫出來，殊不知所畫者僅是次要或無關緊要的部分。以後考前複習，只管挑畫線的地方讀，縱然讀得滾瓜爛熟，亦於事無補。

畫線的要領，先得把全章略讀一遍，獲取其中大意或主題，然後閱讀每個段落時，心裡有數，知道何者重要，何者次要，何者不重要，輕重分明，有所取舍。畫線不必畫整句或整段，只畫重要的字、語即可。多畫或少畫，當然要看閱讀材料的性質而定，一般而言，一段之中畫六、七個字也就差不多了。畫多了，失去畫線的意義，且將令人眼花撩亂，造成複習的困難。

手到工夫，有助心到，做筆記是另一實例。做好筆記，首先要選擇重要的地方下筆，把全篇的重點精簡扼要的整理出來，綱領俱備，層次分明，結構嚴密，系統井然。循此而進，往往可把二、三十頁的內容，濃縮在兩三頁上。要做到這個地步，勢非集中精神，動用腦筋不可。

有些閱讀，大綱式的筆記，不甚

適合。例如物理、化學等課本，內容多半已按大綱式編寫，如果筆記仍採大綱方式，結果與書本無異，不免多此一舉，浪費時間。再如讀文學作品，目的在欣賞、品評、或與作者「神會」，筆記當以評註方式爲宜。

讀書要心到、眼到、手到，三者齊備，缺一不可，否則效率大折扣。

### 查問三讀法

已故俄亥俄大學教授魯賓遜（Francis P. Robinson）一生致力於輔導學生讀書，提倡「查問三讀法」（SQ3R），迄今仍被廣泛應用。所謂「查問三讀法」，是由五個步驟所構成：檢查（Survey）、發問（Question）、閱讀（Reading）、「心讀」（Recitation）、和複讀（Review）。此法的最大特色，是把前述那些閱讀原則，有系統的加以運用，融會貫通，使整個閱讀過程首尾相應，前後銜接。經過多年的應用證實，效果頗佳，特別是閱讀大學課本等硬性書籍。

### 一、檢查

檢查居五步驟之首，是指讀者進

行研讀書本或篇章之細節前，先對該書或該章有個概括的印象。其重要性有如我們開車出門旅行前，先查看一下路線圖一般。

檢查一本書，應以略讀方式為之。

先讀序言或前言，藉此明瞭作者為何要寫這本書，爲了那些人寫這本書。次讀內容目次表，藉此獲悉該書究竟包括那些重要項目。最後把整本書從頭到尾一頁頁的翻查過去，注意焦點集中在大小標題、粗（斜）體字、及圖表等。如此這般，在短時間內可把全書翻閱完畢，約略的認識它的主題與大意。

閱讀每章之前，也應以同樣方法先檢查一番，迅速的瀏覽大小標題、重要字句、和附於章末之摘要（Summary），在心中留下明確的「藍圖」，作爲精讀細節之指南。多數學生不懂或忽視檢查之重要性，他們打開書本，馬上一頭衝進文字堆中，浸淫在繁雜的細節裡，輕重不分，方向不明，所以無從取舍，閱讀效率，自然不佳。

## 二、發問

檢查之後，接下去的步驟就是向

自己發問。發問方法，要儘量利用章節標題，把它們稍微變更，即成問題。例如讀英國歷史，碰到這樣的標題：「伊利莎白時代」，加上幾個字就成如下問題：「伊利莎白時代有什麼特色？與其他時代比較有什麼不同？」讀者除向自己發問外，還需利用作者的現成問題，這些問題一般都被編列於章首或章尾。遺憾的是，它們常是最被學生們所忽略的部分，尤其是置於章末時，更是如此。

發問的主要功能；在使讀者產生明確的、具體的目標。目標既定，方向更明，興趣益趨於濃厚，一心一意想爲這些問題找到解答。於是閱讀時，便會專心致志的在字裡行間搜尋，不易分心。適切的發問，可爲下一個步驟鋪路，使讀者更積極的投入閱讀活動。

## 三、閱讀

檢查以略讀方式，求得一書或一章之大意；閱讀過程則以精讀方式，獲取其中重要細節。成功的讀者具兩種技巧：一是速度，二是理解。兩者相輔相成。讀書不求理解，等於白讀，不讀也罷。故閱讀時，務須竭力去理

解文字內容。另一方面，閱讀速度快，可節省時間，可促進注意之集中，還可提高興趣。當然，不同的讀物，或不同的閱讀目的，直接影響我們的閱讀速度，這裡指的是一般而言。

重要閱讀原則，如心到工夫的積極投入和心情平靜，眼到工夫的眼睛運轉，手到工夫的畫線和筆記等，均已在前節討論過，這兒不再贅述。這些原則，都該應用到閱讀過程，以提高效率。

四、心讀：「查問三讀法」的第四個步驟是「心讀」。「心讀」如心算，指閱讀的人讀完一節後，馬上把要點以個人的語言（不是作者的語言）在心中向自己默述。「心讀」的好處有二：使讀者保持一種主動積極的態度，及測驗讀者是否對剛讀過的東西有所了解與記憶。如果不用「心讀」，停下來想一想，讀者就不必面對此項挑戰，悠哉遊哉的一直讀下去，滿心以爲對讀過的內容已經了解透澈，且已把它好好的封存在記憶庫裡，必要時隨時都可取出來用。實際情形與此相去甚遠，不經考驗，問題未顯，但並不等於沒有問題，暫時騙過自己，考試時騙不了老師。孔子說：「學而

不思則罔，」大概也包括這層意思吧。

「心讀」尚有一種益處，它可促進讀者的記憶。例如在一個實驗研究裡，讓學生們研讀五個簡短傳記，一組學生把全部時間都用於閱讀上，而另一組學生僅用三分之一時間去閱讀，其餘三分之二時間則從事「心讀」活動。四小時後測驗結果顯示，後者所能記憶的內容，竟倍於前者，充分顯露「心讀」的價值。到底要用多少時間去「心讀」呢？很難說出一個定數，得視讀者個人的警敏程度和讀物的結構性質而定。讀者的注意力愈集中，「心讀」的時間可愈少。同時，閱讀材料是否艱深複雜，也直接影響「心讀」時間之多寡。一般而言，歷史、故事一類書籍，約需全部學習時間的百分之二十；經濟學、政治學一類書籍，約需百分之五十。至於閱讀材料純屬條文、規章、或公式之類，欲求記憶深刻，即使花百分九十時間於「心讀」上，亦不為多。

何時該暫停閱讀，去從事「心讀」？如果等讀完一章後才為之，恐已太遲，因為遺忘早在未讀完一章之前即已開始，而且要把全章龐雜繁多的內容，一次就在腦中理出頭緒，使成有

系統的結構，也頗為不易。反之，每讀完一小段文字，就停下來默述重點，則又嫌之過早，因為此時所得訊息多為零碎的片段，實無法將它組成有意義的整體。折衷的辦法是，每逢新的標題，即停下來回想前節重點，待完成一章時，才又把各節之重點回憶一遍，串聯起來，使彼此之間得到緊密的銜接。

## 五、複讀

「查問三讀法」的最後步驟是複讀（複習）。多數學生懂得自行複讀，尤以考試前夕為然，所以在此不必細述。複讀的方法，要充分利用閱讀步驟所留下的筆記或畫線部分，以之為提示或依據，重複前一步驟所用的「心讀」活動。倘遇無法默述的地方或被遺漏的重點，再查閱書本，重讀一遍，務必徹底了解而罷。

如果你把前面四個步驟都做得很徹底，複讀工作毫無困難，你知道該複習些什麼。你的問題可能在何時複讀，以及要複讀幾次。一般學生，常等到大考前，才急匆匆的複讀，全力以赴，這當然未可厚非，不過這該是考前最後一次複讀，不應是最初一次。

第一次複讀，最好在讀完一章之後馬上進行，防止遺忘現象。這時整個複讀過程，費時極少，因為剛剛讀完，記憶猶新，印象仍很鮮明，主要以「心讀」去默述各項重點即可。學習之後馬上複習，仍不能把所學的東西冷藏起來，永保不忘，直到考前才取出來「溫熱」。應該計畫在這兩次複讀之間，穿插一、二次複習的機會。如此，考前才不致過分緊張，考中才有備無患，考後才心滿意足，正是「學而時習之，不亦悅乎！」

讀一本書，或讀其中的一章，使「查問三讀法」，經由檢查、發問、閱讀、「心讀」、和複讀等步驟，可獲良好效果。這是洋人所提倡的讀書方法，相信國人也可參考使用。

讀書，不論其目的是為了考試分數，或是為了專業知識，或是為了個人修養，都需顧及效率。講求效率，不可不考慮方法問題。讀書方法，若以心眼手三到工夫為經，以「查問三讀法」五步驟為緯，同時視不同情況而調整閱讀速度，並竭力避免閱讀的不良習慣，則讀書效率，可獲提高。