

{ 亚洲首位世界记忆总冠军 王峰 最新力作 }
世界记忆纪录保持者

最强大脑

写给 中国人的记忆魔法书

记忆法与中学知识点完美结合 |
帮你快速提高成绩

王峰 / 陈林 / 刘苏 著

近百个记忆实例
让你举一反三

3 位记忆大师 亲身传授
5 大学习策略 综合运用
7 大学科知识点 快速掌握
12 种记忆方法 巧妙组合

 北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS



最强大脑：写给中国人的记忆魔法书

王峰 陈林 刘苏 著

北京大学出版社

图书在版编目（CIP）数据

最强大脑：写给中国人的记忆魔法书/王峰, 陈林, 刘苏著. -北京：北京大学出版社, 2015. 4

ISBN978-7-301-25329-8

I. ①最… II. ①王…②陈…③刘… III. ①记忆术 IV. ①B842.3

中国版本图书馆CIP数据核字（2015）第004122号

书 名 最强大脑：写给中国人的记忆魔法书

著作责任者 王峰 陈林 刘苏 著

责任编辑 刘维 于海岩

标准书号 ISBN978-7-301-25329-8

出版发行 北京大学出版社

地 址 北京市海淀区成府路205号 100871

网 址 <http://www.pup.cn> 新浪微博:@北京大学出版社

电子信箱 zpup@pup.cn

电话邮购部 62752015 发行部62750672 编辑部62764976

印刷者 北京市梨园彩印厂

经销者 新华书店

710毫米×1000毫米 16开本 11印张 127千字

2015年4月第1版 2015年5月第6次印刷

定 价 39.00元

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权所有，侵权必究

举报电话：010-62752024 电子信箱：fd@pup.pku.edu.cn

图书如有印装质量问题，请与出版部联系，电话：010-62756370

目 录

[扉页](#)

[版权信息](#)

[自序](#)

[第一章 记忆力是可以锻炼的](#)

[第一节 我们的大脑是如何记忆的](#)

[一、左右脑的功能分区](#)

[二、大脑的记忆规律](#)

[第二节 高效学习原理](#)

[一、组织学习策略](#)

[二、图像转换策略](#)

[三、时间节点策略](#)

[四、信息编码策略](#)

[五、细节联系策略](#)

[第三节 全脑学习与快速记忆法](#)

[一、数字定桩法](#)

[二、标题定桩法](#)

[三、身体定桩法](#)

[四、配图记忆](#)

[五、记忆宫殿](#)

[六、歌诀法](#)

[七、连锁法](#)

[八、故事联想法](#)

[九、配对联想法](#)

[十、分丝析缕法](#)

[十一、思维导图](#)

十二、简图法

第二章 语文知识轻松记

第一节 成语错字辨析记忆

第二节 文学常识记忆

一、文学中的各种“第一”

二、用歌诀法记二十四史

三、作家及作品

第三节 诗词文章的记忆

一、用简图法记忆诗歌

二、用思维导图法记忆诗词文章

三、现代文的记忆

第三章 秒杀英语记单词

第一节 英语单词记忆原理

一、为何你就是记不住英语单词

二、英语单词背后的秘密

第二节 英语单词记忆方法

一、音译法

二、拼音法

三、字形记忆法

四、编码法

五、字源法

六、熟词法

七、综合训练

八、英语词组记忆方法

第四章 文综记忆勿忘我

第一节 政治记忆专题

一、用人物定桩法记忆“八荣八耻”

二、用歌诀法记忆“东盟十国”

三、用简图法、故事联想法记忆简短内容

四、用数字定桩法记忆辩证法

五、用思维导图巧记文化的作用

第二节 历史记忆专题

一、用配对联想法记忆历代开国皇帝

二、记忆古代早期政治制度的特点

三、用故事联想法记忆春秋五霸

四、用歌诀法记忆八国联军

五、条约的记忆方法

六、记忆历史年代和事件

七、中国共产党七次代表大会及内容

第三节 地理记忆专题

一、巧记中国省份

二、巧记世界各国及首都

三、巧记地理名词组

四、用故事联想法记忆七大洲、四大洋

五、用故事联想法记忆世界海之最

第五章 理综记忆有妙招

第一节 物理记忆专题

一、单位及公式的记忆方法

二、用简图法记忆物理实验

三、用思维导图记忆电路的特点

四、数据性概念记忆

五、用简图法记忆物质的物理变化

第二节 生物记忆专题

一、用简图法记忆显微镜的使用过程

二、用故事联想法记忆短小知识点

三、用故事联想法记忆“垃圾”食品的定义

四、用故事联想法记忆重大的生物作用

五、用配对联想法记忆维生素缺乏会产生症状

六、用定桩法记忆人类活动对生物的影响

七、用故事联想法记忆陆地动物适应陆地环境的主要特征

八、用简图法记忆动物的领域行为特点

九、用歌诀法记忆常见的植物激素

十、用简图法记忆哺乳动物的主要特征

附录

附表1 数字编码表

附表2 常用字母组合编码

附表3 200个必修单词记忆法

自序

3月6日《最强大脑》节目中，我和Simon进行了快速记忆扑克牌项目的巅峰对决，最终我以19.80秒的成绩赢得了比赛，并刷新了该项目的世界纪录。很多人看过这期节目之后，对于我的表现感到十分惊讶，甚至把我当成了“神一般的存在”。对此，我需要澄清的是，第一，Simon是个优秀的选手，此次对决中，他发挥失常，并未表现出真正的实力，这也是我颇感遗憾的地方；第二，我并不认为自己天赋异禀，只是有幸进行了脑力方面的训练。上高中的时候，我还为自己记不住英语单词而苦恼，要经常向英语好的同学请教记单词的方法，所以当得知我成为世界记忆大师的时候，他们都大吃一惊。

要说我和常人有何不同，可能就是我对记忆比较感兴趣吧。这也是我在大学的某一天，看到“大学生记忆协会”的牌子，就走上前去咨询的原因。当时谁也不曾想到，半年之后，我便获得了“世界记忆大师”的终身荣誉称号。很多人对我这半年的经历感到好奇，认为这半年里必定发生了什么了不得的事，才使我有脱胎换骨的变化。事实上，真没有什么特别的，无非是刻苦训练。“吃得苦中苦，方为人上人”就是我的真实写照。所以，我一直强调，要想成为记忆大师，重要的不是先天的禀赋，而是后天的努力。

这当中，唯一称得上神奇的，则是系统的记忆训练方法。我接触记忆法的第一堂课，就完全颠覆了我对记忆的理解，记忆绝不是死记硬背，而是有绝妙的方法，这就是右脑的形象思维记忆法。运用这种方法，你可以轻松记住大量的信息，而且轻易不会忘记。通过训练，这种方法还可以提高我们的记忆能力和学习能力。

这使我不禁想到，现在的孩子们课业繁重，虽然近年来国家提倡素质教育，呼吁给孩子们减负，但他们仍要把大量的时间花在学习上。另外，望子成龙的家长又会给孩子增加额外的学习任务。在这种情况下，减负几乎是不可能的。如果将记忆方法应用到学习上，就可能大大提高学习效率，使他们原本四个月才能学完的东西，现在只需要两个月就能学完，那么多出来的两个月时间，就能用来提升其他方面的能力。我觉得这才是真正的素质教育。目前我们每年也会在全国各地选拔少部分学生成为我们的弟子，长期跟在我们身边学习，回到学校后就成为同学眼中的精英！

在与Simon对战之前，有三年时间我未“出山”，就是致力于教育培训工作。一方面，教一些学生，希望他们长江后浪推前浪，能尽快超越我，达到记忆领域的新高度。另一方面，力图创造一种新的教育培训模式，培养学生的学习能力。如果这种教育模式能够开发并推广开来，就可惠及无数学生，产生巨大的社会价值。对我来说，这也是一件值得骄傲的事情。

王峰

第一章 记忆力是可以锻炼的

第一节 我们的大脑是如何记忆的

一、左右脑的功能分区

你知道大脑的分工以及大脑的记忆规律吗？我们先来做一个有趣的小测试：请你在4秒钟内说出下面字体的颜色。

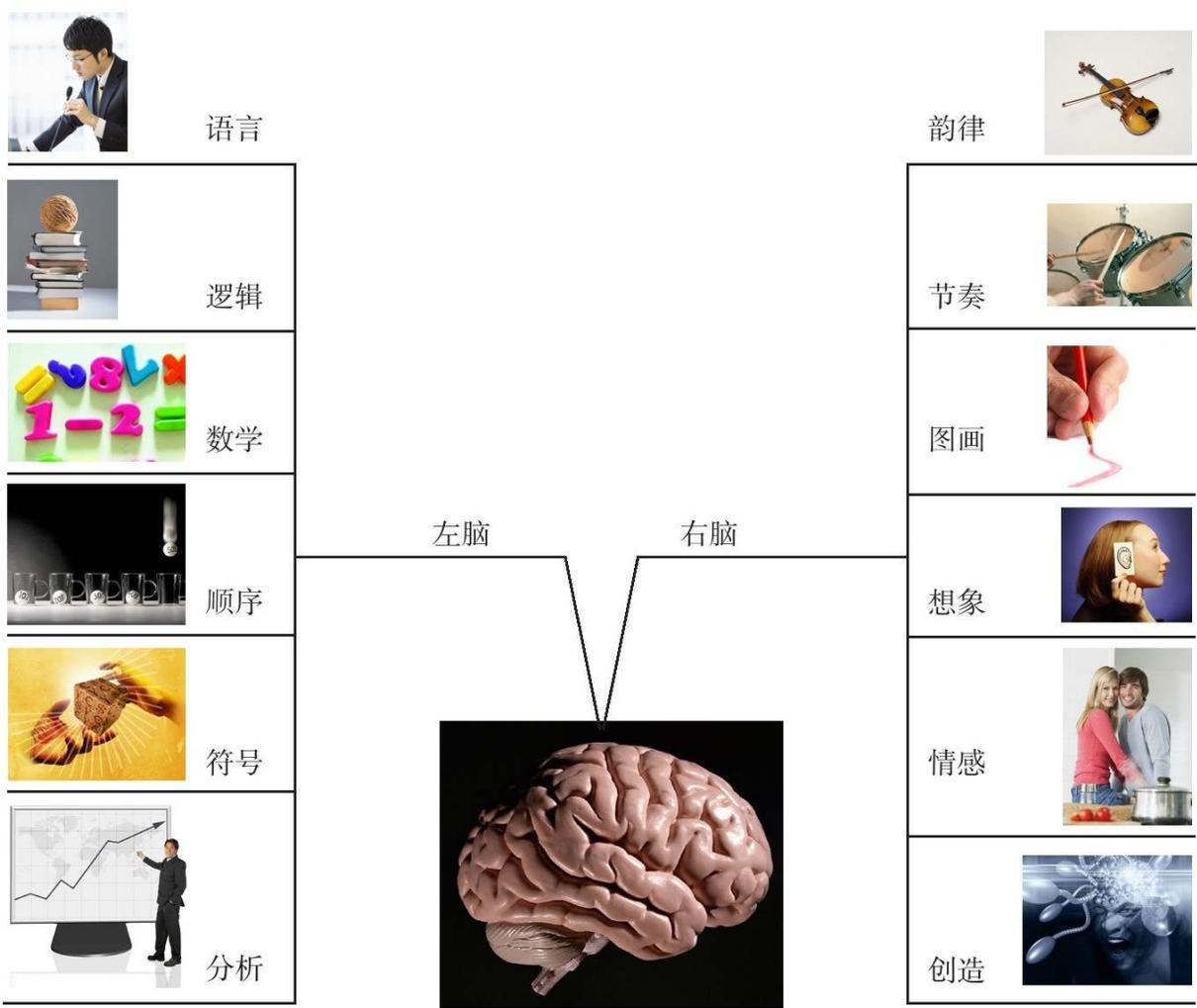
红橙绿黄黑蓝紫白

字体颜色小测试

这个测试很简单吧，但你说对了么？错了也不要紧，事实上，有80%的人都会犯错。不要小瞧上面的几个字，它们包含两种信息，一种是文字信息，另一种是颜色信息。虽然这两种信息对我们而言都简单明了，但我们的大脑是用不同的部位来处理这些信息的。当这两部分同时工作的时候，就会造成思维混乱，以致我们连简单测试都通不过。为了更好地说明这个问题，我们需要了解一下大脑的构造和分工。

人的大脑由左脑和右脑组成，通过由大约2亿束神经纤维组成的胼胝体进行频繁的信息交换。人脑左、右半球有各自独立的意识活动——左脑负责语言和逻辑思维，而右脑则做一些难以转换成文字信息的工作，通过表象代替语言来思维。

科学家把左脑称为“自身脑”，把右脑称为“祖先脑”。右脑储存着数万年的人类智慧，即祖祖辈辈的智慧结晶。与右脑对应的左脑则储存着人一辈子所获得的信息，从时间上看，最多七八十年。虽然因年龄、生存环境的不同，每个人获取的信息量也不同，但无论如何，右脑储存的信息远远大于左脑。有资料表明，右脑的信息存储量是左脑的100万倍。这个数据未必准确，但是能说明右脑的潜能非常巨大！



左右脑分工图

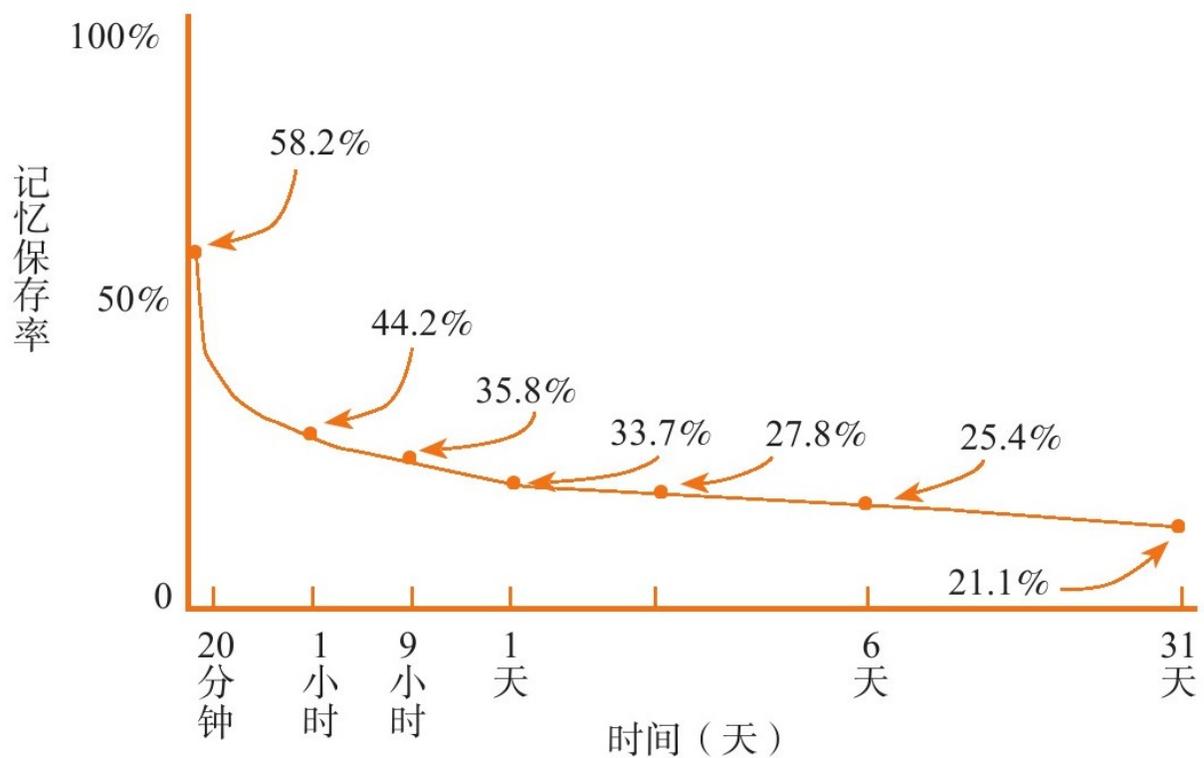
从左右脑分工图可以看出，之所以我们会在字体颜色小测试中出错，是因为在我们快速辩读颜色的过程中，文字信息与颜色信息交织

在一起，导致我们的左右脑出现短暂性不协调，从而没法作出正确的判断。

二、大脑的记忆规律

知道了左右脑的功能分工后，我们还要进一步了解大脑是如何记忆和存储信息的。在记忆力的研究中，最有名的是德国心理学家艾宾浩斯所做的对长时记忆和遗忘规律的研究。

为了避免新学习的知识与记忆中原有的知识之间产生混乱，艾宾浩斯创造了无意义音节，即一种由两个辅音和一个元音组成的字母串，如POF、QAZ等。实验中，他大声朗读一串串无意义的音节，并且控制朗读的速度，然后再努力地回忆它们，根据记忆的情况绘制不同时间间隔的记忆曲线图，称之为保持曲线或遗忘曲线。



不同间隔的记忆保存率

从艾宾浩斯的遗忘曲线可以看出，时间遗忘的过程是不均衡的：在第1个小时内，保存在长时记忆中的信息迅速减少，然后遗忘的速度逐渐变慢。根据艾宾浩斯的研究，甚至在距初学31天后，人们对所记的信息仍然有所保存。

艾宾浩斯的开创性研究引发了两个重要的发现：

一是描述遗忘进程的遗忘曲线。心理学家后来用单词、句子甚至故事等材料代替无意义音节进行了研究，结果发现，不管要记的是什么材料，遗忘曲线的发展趋势都与艾宾浩斯的研究结果相同。

二是揭示了在长时记忆中的信息保存能够持续多长时间。通过研究发现，信息可以在长时记忆中保留数十年。因此，人在儿童时期学过的东西，即使多年没有使用，一旦有机会重新学习，也会很快恢复到原有水平。如果不再使用这些东西，表面上看好像完全忘记了，但事实上绝不会彻底遗忘的。

至于人们为何会遗忘，有两种解释：消退和干扰。消退理论认为，遗忘是记忆痕迹得不到强化而逐渐减弱，以致最后消退；干扰理论认为，长时记忆中信息的遗忘主要是因为在学习和回忆时受到了其他刺激的干扰，而一旦干扰被解除，记忆就可以恢复。

干扰又可分前摄干扰与倒摄干扰两种。前摄干扰指已学过的旧信息对学习新信息产生的抑制作用，倒摄干扰指学习的新信息对回忆旧信息产生的抑制作用。一系列研究表明，在长时记忆里，信息的遗忘尽管有自然消退的因素，但主要是信息间的相互干扰造成的。一般说来，先后学习的两种材料越相近，干扰作用越大。因此如何合理安排学习这样的两种材料，才能减少彼此干扰，是非常值得考虑的。

而干扰又是如何导致遗忘产生的呢？研究已经证明，几乎所有长时记忆的遗忘都可归因于某种形式的信息提取失败。信息在记忆中依

然存在，被干扰所破坏的仅仅是提取信息的能力。在平常，信息的提取非常迅速，几乎是自动化过程。但有些时候，信息的提取需要借助于特殊的提取线索。提取线索能够使我们回忆起已经忘记的事情，或再认出储存在记忆中的东西。当回忆不起一件事情时，应该从多方面去寻找线索。线索对提取的有效性主要依赖于以下几种条件。

1. 编码信息联系的紧密程度

在长时记忆中，信息经常是以语义方式组织的，因此，与信息意义紧密联系的线索往往更有利于信息的提取。例如，故地重游时触景生情，我们之所以浮想联翩，是因为故地的一草一木都紧密地与往事联系在一起，能激发我们对昔日的回忆。

2. 情境和状态的依存性

一般来说，人们努力回忆在某一环境下学习的内容时，结合环境往往能够回忆出更多的东西。因为我们在学习时，不仅将要记的东西予以编码，同时也会将许多环境特征编入长时记忆。这些环境特征在以后的回忆中就成为有效的提取线索。环境上的相似性有助于或有碍于记忆的现象叫作情境依存性记忆。一项研究表明，让学生在一个房间里学习，并在同一个房间接受测试，其记忆效果比在别的房间接受测试要好。尽管情境依存性效应并不总是很强，但对某些学生来说，在将要进行考试的教室里复习，多少会对提高成绩有所帮助。

同外部环境一样，学习时的内在心理状态也会被编入长时记忆，成为一种提取线索，叫作状态依存性记忆。例如，如果一个人在抽烟的情况下学习新的材料，而且测试也在抽烟的条件下进行，记忆效果一般会更好些。

3. 情绪的作用

个人情绪状态和学习内容是否匹配也影响记忆。一项研究要求一组测试对象阅读一个故事，包含着各种令人高兴和悲伤的情节，然后在不同条件下让他们回忆。结果显示，当他们感到高兴时，回忆出来的多是故事中的快乐情境，而在悲伤时则相反。可见，心境一致性效应既存在于对信息的编码中，也包含在对信息的提取上。

情绪对记忆的影响强度取决于情绪类型、强度和要记忆的信息内容。一般来说，积极情绪比消极情绪更有利于记忆，强烈的情绪体验能导致异常生动、详细、栩栩如生的持久性记忆。此外，当要记忆的材料与长时记忆中保留的信息没有多少联系时，情绪对记忆的影响最大。这可能是由于在这种情况下情绪是唯一可利用的提取线索。

艾宾浩斯还发现：遗忘的进程不仅受时间因素的制约，还受其他因素的制约。学生最先遗忘的是没有重要意义的、自己不感兴趣的或是自认为不重要的材料。

了解了大脑的遗忘规律后，再来看看记忆是怎样的一个过程，如何根据大脑的构造和记忆储存规律对抗遗忘规律，达到保持长久记忆的目的呢？让我们来了解一下记忆的过程：

大脑接收到外部的语言、形象信息后，右脑会像录制光盘一样将这些信息记录、储存下来，左脑则会贴上标签进行归类整理，将信息收进大脑记忆库中；当我们想要回忆某个信息时，左脑会进行扫描、分析和提取。

由此我们就知道，如果记忆的素材按照右脑方式进行存储，就会记忆得很深刻。右脑的记忆方式是：韵律、节奏、图画、想象、情感、创造。也就是说，我们记忆信息时，尽量将信息转化成有韵律、节奏、图画、想象、情感和创造性元素的时候，就会记忆得比较深刻。这也解释了让很多人都疑惑的一个问题：当遇到多年前的一位朋

友时，明明看着很眼熟，却怎么都想不起来他叫什么名字。这是因为人的相貌属于形象信息，受右脑控制；人的名字属于语言符号，受左脑控制。

超强的记忆力离不开右脑作用的发挥。大脑记忆形象信息的效果大大优于记忆抽象信息。但是，人们在记忆时却没有很好地主动去运用这一规律。多少年来，人们在学习、工作中，无论是机械记忆还是理解记忆，大多数情况都是靠左脑负载，右脑或闲着，或只起被动辅助和衬托作用，没有挖掘和发挥右脑担负的形象记忆功能，而只有当要记忆的信息本身是形象信息时才被动地利用右脑。

如果让右脑记忆大量信息，右脑会自动对这些信息加工处理，并衍生出创造性的信息。也就是说，右脑具有自主性，能够发挥独自的想象力，把创意图像化。如果用左脑记忆的话，无论你怎么绞尽脑汁，它所记忆的信息都是有限的。如果是用右脑的记忆，只要你充分发挥想象力，就能够记忆大量信息。

上面的内容也许对你来说很枯燥，其实你只需要记住：根据自己的遗忘曲线，合理安排复习的时间；根据信息干扰的方式，交叉学习各个学科；更重要的是，要学会用右脑！

第二节 高效学习原理

不知道你有没有这样的苦恼，明明花了很多时间和精力去记忆，却又很快遗忘。很多人埋怨自己脑子笨，记不住东西，其实是没有掌握好的记忆方法。如果掌握了好的记忆方法，就能够轻松记住信息，摆脱记忆的苦海。在进一步了解学习记忆法前，先来了解一下记忆的策略。

一、组织学习策略

华东师范大学专攻记忆心理学的胡谊教授正在进行一项研究，邀请我们一起参加，配合他做为期一年半的实验。在他的研究所，我们接受的实验任务是记忆大量无规则或有规则的信息，而实验的结果超出常人效率约10倍。

之所以有这样的结果，是因为我们运用了脑科学界众所周知的原则：通过创造概念之间的联系来提高记忆力。那些按逻辑顺序组织，形成层次结构的单词要比随机组织的单词更容易让测试者记住，测试者对那些有组织的单词通常能多记住40%左右。这一结果至今仍然令科学家们困惑：将需要记住的数据点之间嵌入联系，意味着需要记忆的信息数量必然增加，按道理应该使记忆变得更加困难才是，但结果却恰恰相反。如果能将所要记忆的信息有策略地进行组织，并在几个词汇之间建立起词意上的联系，我们就可以更加容易地回忆起细节。如果能将这种联系进一步精细化，记忆效果会更好，并且对于记忆效率来说，组织和精细化的过程一点儿也不浪费时间。

认知心理学研究表明，归纳、比较是提高记忆效率的一种有效的组织策略。把相互关联的材料归为一类，再按不同的特点分成组块，

就可以通过组块中的一个对象来把握其他对象，达到触类旁通、以一记多的目的。

以记忆英文单词为例，把“father”（爸爸）和“mother”（妈妈）放在一起，根据“反义同源”的现象，体会到“f”与“m”在音义上的相反相承，就能很好地理解“fake”（伪造）与“make”（制造）这组单词了。

二、图像转换策略

为什么形象的信息容易记忆呢？我们先来看下面两个问题。

其一，在我们发明文字之前，人类是通过图形来交流或者记录信息的，这么做的好处是形象生动、易于记忆。

其二，你们觉得是记忆一本小说或者文字版的童话容易，还是看动画版或者电影版容易？答案也是显而易见，因为动画和电影充分调动了我们大脑的形象记忆功能。

人们认识客观事物依靠感知器官，而感知正是从直观形象开始的。实物的记忆是最原始的，而对抽象概念系统知识的记忆则需要一定的知识结构做基础。这是我们自古以来的共识，比如我们常说“百闻不如一见”“千言万语不及一张图”等。由此可看出，图像功能可以很好地帮助我们学习。

图像记忆可以运用到各个科目中。当我们明白其重要性之后，可以在学习时充分加以运用。还是以记忆英文单词为例：

shoot, 射击/shout, 呼喊/shut, 关闭

其实这三个单词都含有“射击”的意思，“oot”形状像数字“007”，当我们想到著名的间谍007时，“shoot”就可以想象成007用手枪射击的情形；“shout”是喉咙把声音“射”到“外面（out）”去；“shut”是将门闩推过去，其过程就像子弹射出去一样。

把这三个单词综合起来，可以想象这样的画面：屋子里有坏人施暴，这时有人大声呼救（shout），007在外面（out）听到了，跑进屋里关上（shut）房门朝坏人射击（shoot）。这样你就能很容易地记住这一组单词，而且轻易忘不掉。

三、时间节点策略

这个策略的依据就是前面所说的艾宾浩斯的遗忘曲线。剑桥大学某心理学机构曾经召开一次会议，与会者主要是研究生和临床医生。他们没有任何记忆方面的问题。会议结束两周后，这些与会者被要求回忆会议的细节，并记录下来。心理学家伊丽莎白·洛夫特斯（Elizabeth Loftus）说：“当把与会者的回忆和事实进行对比后，我们惊讶地发现，每个人平均只回忆起了8%的细节。不仅如此，其中还有一半的细节是错误的。他们还回忆出一些根本没有发生过的事情。这些事情可能发生在其他时间、场合，但被错误地记忆为发生在这次会议上。”由此可见，原来不经过复习，我们会遗忘掉学习过的绝大部分知识，这似乎很浪费，却是事实。

因此，我们在学习的时候，为了记忆更深刻，只需要以固定的时间间隔重复信息，就可以延长记忆的生命周期。也就是说，你要想记住所学的知识，应该在离记忆时间点最近的时候就开始复习。我们给出的建议是在学习后的一小时、晚上睡觉前、第二天醒来后、一周后、一个月后及时复习。

四、信息编码策略

记忆按不同的标准可以分成很多的类别，从是否涉及“自觉意识”层面可以将记忆分成两大类别：可表述型（如我们要背诵的单词表等）和不可表述型（如骑自行车需要的运动技能）。而可表述型记忆有四个步骤：编码、存储、检索、遗忘。

其中，编码就是将数据转换成一种代码。创造一种代码总要涉及将信息从一种形式转换成另外一种形式。

编码形式有两种，其中一种为自动加工。这种编码形式使我们无须刻意去记忆，比如当别人问我们昨天都发生了什么时，我们几乎可以把一天发生的事情从头到尾描述出来。这个记忆过程是自动完成的，你没有刻意地进行加工，也没有意识到正在进行加工，几乎不占用认知资源。但自动加工只能回忆粗线条的内容，很难回忆起细节来（除非某些细节再发生时占用了你的注意力资源）。对于学习来说，很多都是细节的记忆，于是遗忘就产生了。自动加工还有一位好搭档，我们称之为“手动加工”，这种编码形式需要对事物进行精细编码。我们的编码越精细，对该信息的记忆就越牢固。

举例说明：

第一组：tale（故事）——给你讲个故事，从前有座山，山上有座庙，庙里有两个和尚，突然庙塌了（tale）。

第二组：luck（幸运）——有一次我们从首都机场打车回市内，司机说：“路上（lu）再碰碰运气，看还有没有乘客（ck）。”

五、细节联系策略

如果能将所要记忆的信息有策略地进行组织，将几个词汇的词意建立联系，我们就更加容易回忆起细节，而且组织和精细化的过程也会不浪费时间。

例如，单词“down”（往下），试试对其进行精细化编码：字母“d”的写法就好像东西挂不住要“往下”掉，“o”形状像“水滴”，“wn”是“屋内”的拼音缩写。

想象画面：一滴水欲往下滴向屋内。由此很容易记住“down”这个词及其含义。

第三节 全脑学习与快速记忆法

下面介绍一些在日常学习中可以用到的方法。灵活掌握这些方法，可以帮助我们更快地掌握各个学科的知识点。在各种记忆法中，有一种定桩法，应用非常广泛且效果显著。所谓定桩法，是把有一定顺序的事物引申出来，用作记忆的钩子与要记忆的内容建立联结的方法。运用定桩法时，相当于把脑中已经记住的信息进行整理，变为图像，作为桩子用，对要记忆的转化为图像的新信息，运用夸张的联想和想象，和已经记住的图像进行联结。根据桩子的不同，定桩法又可分为数字定桩法、标题定桩法、身体定桩法等等。下面介绍几种常用的定桩法，等你学会后，可以试着拓展一下，因为万事万物都可以成为记忆的桩子。

一、数字定桩法

数字定桩法是一种常用的定桩法，它是用数字作为桩子来帮助我们记忆。这种方法非常适合记忆有一定顺序的信息，比如天干地支、三十六计等。

今天我们就通过“三十六计”来体验一下数字定桩法。很多人都熟知“三十六计”，但是往往只能答出“走为上计”，似乎“三十六计”就只剩下经典的最后一计“走为上计”，其实前面的“三十五计”更精彩！记忆“三十六计”，不仅要记住每条计的名称，还要记住它的顺序。如果用其他的方法，很难记住这些信息，所以“三十六计”适合用“数字定桩法”。

1. 借刀杀人（第3计）

说起借刀杀人，大家都不陌生，历史上有很多鲜活的例子。比如，明朝末年有一员虎将，叫袁崇焕。他镇守边关，多次重创努尔哈赤父子所率领的大军。可以说，他是清军入关最棘手的敌人。为了杀掉袁崇焕，皇太极利用多疑的崇祯帝和贪财的大臣，造谣诬陷，最终借崇祯帝的刀把袁崇焕杀了。

其实“借刀杀人”这个词根本不需要记，难点在于如何把它和对应的数字紧紧地绑在一起。第一步，将数字转化成具体的形象，这就要借用数字编码了。所谓数字编码，就是把多个数字固定编码成对应的图像。比如“3”，它对应的编码就是耳朵。我们看看，“3”的外形是不是与我们的耳朵相似呢？第二步，“借刀杀人”可直接记忆，无须做太多转化。第三步，将“耳朵”和“借刀杀人”相联结，这就需要发挥我们的联想功力了。很多女士都会戴耳环，现在你假设一下，某位女士的耳朵上戴的不是耳环，而是一把飞刀，她的耳朵一甩，飞刀飞出，刺中了一个人，结果会怎样？

2. 暗度陈仓（第8计）

这来源于韩信“明修栈道，暗度陈仓”的典故。秦朝末年，刘邦派韩信出兵东征。出征前，韩信派许多士兵修复已经烧毁的栈道，摆出要从此路杀出的架势。关中守军闻讯，密切注视栈道的修复情况，并派主力部队加紧防范。“明修栈道”吸引了守军的主要兵力，而韩信派大军绕道陈仓，发起突然袭击，终于赢得胜利。

这个成语几乎也是众所周知，关键在于如何与其数字联结。“8”对应的数字编码是眼镜。联结之后就是“戴着眼镜在黑暗中偷度陈仓”。

3. 笑里藏刀（第10计）

战国时期，秦国派卫鞅率兵攻打魏国。魏国闻讯，速派公子卬抵御。双方势均力敌。卫鞅想很快取得胜利已不可能，便策划一场假讲和的骗术。这天，卫鞅派人给公子卬送去一封信。信的大意就是希望双方可以化干戈为玉帛。公子卬见信后，甚为高兴，以为卫鞅真有诚意，便按照他指定的地点来参加宴会，谈判结盟。谁知，他还没有走到谈判地点，便遭到卫鞅军队的伏击，最后公子卬及其全军被俘虏到秦国。魏惠王听到这个消息，惶恐不安，连忙答应割让河西的大片土地给秦国。这便是“笑里藏刀”之计。

如何进行记忆呢？“10”对应的编码是棒球，这也是根据外形转化而来的，你看“10”像不像一个人用球棒打棒球？“笑里藏刀”给人的联想就是“棒球打到小李（笑里）的藏刀上面”。这样你便成功地记住了第10计。

“三十六计”的记忆方法见下表。你还可以开动脑筋，想到更好玩的。

“三十六计”编码表

序号	编码	计谋	联想
1		瞒天过海	点着蜡烛（1）在黑夜中 瞒着天 ，过了大海
2		围魏救赵	鹅（2） 围着魏国救赵 本山
3		借刀杀人	从耳朵（3） 借出刀 杀死坏人
4		以逸待劳	两人游泳比赛，小明游了一千米，但是小李乘着帆船（4） 以逸待劳 ，很快到终点了
5		趁火打劫	珠宝店起火后，小明躲在屋顶用钩子（5）钩珠宝， 趁火打劫
6		声东击西	用汤勺（6）敲打 东边 ，引人注意后再从 西边 溜进了家里

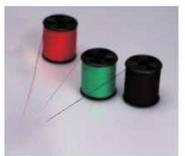
（续表）

序号	编码	计谋	联想
7		无中生有	用锄头（7）在院子里能挖出财宝？ 无中生有 吧
8		暗度陈仓	戴着眼镜（8）在黑暗中 偷度陈仓
9		隔岸观火	隔岸 看到起 火 后，立刻吹哨子（9）报警
10		笑里藏刀	棒球（10）打到小李（ 笑里 ）的 藏刀 上面
11		李代桃僵	用一双筷子（11）去夹 李 子和 桃 子，把它们的位置互换一下
12		顺手牵羊	一位顾客买椅儿（12）的同时， 顺手牵 走绑在椅儿上的 羊
13		打草惊蛇	医生（13） 打草药 惊动了 蛇
14		借尸还魂	借 钥匙（14）打开坟墓大门，让 尸 体 还魂

序号	编码	计谋	联想
15		调虎离山	鹦鹉（15）骗老虎离山林，猴子称了霸王
16		欲擒故纵	欲请（擒）你吃石榴（16），故意纵容你吃一大堆
17		抛砖引玉	把砖抛进仪器（17）里面，就会出来一块玉
18		擒贼先擒王	要想擒住贼、截获他们腰包（18）里的珠宝，必须先擒贼王
19		釜底抽薪	用衣钩（19）钩住锅底柴火，把它抽出来
20		浑水摸鱼	用香烟（20）将水搞浑，再摸鱼
21		金蝉脱壳	鳄鱼（21）咬金蝉，它脱掉外壳逃走了
22		关门捉贼	双胞胎（22）关门一起捉贼

序号	编码	计谋	联想
23		远交近攻	和尚（23） 远游交 朋友，防止恶霸 近处攻 击寺庙
24		假道伐虢	在 假 道路上听到闹钟（24）响起，就立刻启程讨 伐 敌对国（ 虢 ）家
25		偷梁换柱	偷 了二胡（25）的横 梁 换成一根小 柱 子
26		指桑骂槐	指 着河流（26）对面的 桑 树 骂 槐树
27		假痴不癫	戴着耳机（27） 假 装 痴 癫
28		上屋抽梯	你 上 屋 顶 后，恶霸（28） 抽 走了 梯 子，让你无法下楼
29		虚张声势	饿囚（29）在监狱里 虚 张 声 势 要越狱
30		反客为主	抢走我的三轮车（30）说是自己的，真是 反 客 为 主

(续表)

序号	编码	计谋	联想
31		美人计	鲨鱼(31)追杀美人鱼
32		空城计	诸葛亮扇扇儿(32), 上演空城计
33		反间计	星星(33)落入凡间(反间)
34		苦肉计	用三根丝线(34)上吊, 就是苦肉计
35		连环计	山虎(35)身上有很多连环的黑纹和黄纹
36		走为上计	山鹿(36)看见敌人, 走上山去了

二、标题定桩法

定桩法的种类相当丰富, 除了上面的数字定桩法, 还有一个在文科记忆方面常用的方法——标题定桩法。所谓标题定桩法, 就是用问

答题的标题帮助我们记忆答案，使标题与答案之间形成一一对应的关系。具体的做法是：

第一，从标题里选出用来定桩的关键字词，并且尽量将每个关键字转换成形象的事物。

第二，对答案里的每条知识点进行理解，提取出每条知识点的核心字词，以便在回忆时能以点带面。

第三，将知识点中提取出来的关键字词与标题里的关键字联系起来。

这种定桩又称为自身定桩。若是标题里面的关键字实在无法跟知识点产生联系，就可以考虑借物定桩，比如尝试着用几个字去概括一下这道题的核心内涵或表达思想，想一个与这道题相关的成语、诗歌、俗语也行。这种方法的适用范围比较广，接下来，我们通过一些案例来体验一下标题定桩法。

《辛丑条约》的主要内容：

- ①中国向各国赔偿白银4.5亿两，分39年还清，本息9.8亿两。
- ②拆毁北京至大沽口的炮台，准许各国派兵驻守北京至山海关铁路沿线要地。
- ③划定北京东交民巷为使馆界，界内不许中国人居住，由各国派兵保护。
- ④惩办义和团运动中参加反帝斗争的官吏，永远禁止中国人民成立反帝性质的组织，对反帝运动镇压不力的官吏，“即行革职，永不

叙用”。

⑤总理衙门改为外务部，位居六部之首。

由于每条之间不存在关联性，所以记忆条约一般采用故事法、标题定桩法或者对比法，这里以标题定桩法为例。然而我们用“辛丑条约”四个字去定桩显然不合适，因为“条约”两个字通用、不具有特别性，而且这个条约又有五条主要内容，我们需要五个字来定桩，《辛丑条约》又称为《北京议定书》，所以我们可以用这个标题去定桩。

先对标题桩进行转化。“北”可以拓展为“北京”或者“北方”，与第二条的内容正好匹配。“京”取谐音为“金”，与赔款数相联系是极好的。“议”与“义”同音，刚好与“义和团”联系起来。“定”通过增字可以转化为“划定”，正好对应第三条的区域划定。第五条的主要内容是设立政府机构，那么“书”可以转化为“书记”或者“尚书”。因此，最后整理的结果如下：

北 ——②（拆毁北京至大沽口的炮台）。“北”可以联想到“北方”失去了一定的防御能力，因为连北京至大沽的炮台都拆了，而且准许各国派兵驻守北京至山海关铁路沿线要地。

京 ——①（赔偿白银4.5亿两）。“京”可谐音想到“金”，赔了很多“金钱”，赔4.5亿两白银不是件简单的“事务”，“事务”音似“45”。

议 ——④（惩办义和团运动中参加反帝斗争的官吏，禁止反帝组织）。“议”正好与“义”同音，所以就能想到“惩办义和团运动中的官员，禁止反帝组织”。

定 ——③（划定北京东郊为使馆界）。“定”想到“划定”界限，所以就成了“划定北京东交民巷为使馆界，界内不许中国人居住，由各国派兵保护”。

书 ——⑤（总理衙门改为外务部）。“书”想到“书记”，可以联想成“派了位书记去管理外务部”。

另外，通过上面的例子，我们可以总结两个要点：一是记忆条约时要注意选择合适的标题去定桩，二是注意谐音字词的灵活运用。

三、身体定桩法

身体定桩法是一种初级的定桩法，就是要在我们熟悉的身体上找出若干个桩子来辅助我们记忆。身体的每个部位所处的上下位置我们都很熟悉，记忆方面有条规律：你想记住什么，就把它跟你熟悉的事物联系起来。所以我们要记住什么，可以拿自己的身体来定桩。下面我们就试试用身体定桩法来记忆十二星座。

星座在日常生活中应用非常广泛，甚至有很多人把星座当成识人的参考标准。但是，很少有人清楚星座的排序。如何记住这十二星座的顺序呢？我们尝试一下身体定桩法。首先，我们要从自己身上找到十二个部位：

头发、眼睛、耳朵、嘴巴、脖子、肩膀、前胸、肚子、大腿、膝盖、小腿、脚。

其次，我们要把十二星座与这十二个身体部位联系起来。

1. 头发——白羊座

头发和白羊座怎么联系起来呢？这就要借助联想，找一下二者的相似点。不难发现，白羊的羊毛属于毛发，我们的头发也是毛发。那么我们就可以这样想象，一夜之间，头上的黑发突然变成了白色的羊毛，而且是卷起来的，像喜羊羊一样。

2. 眼睛——金牛座

眼睛如何与金牛联系呢？“我们的眼睛看到了一头金色的牛”，从逻辑上说，这是完全合理的。但是，你可能感觉这过于平凡了，不会留下深刻的印象。毕竟，你的眼睛可以看到很多东西呀，怎么记得清楚是一头金牛呢？为了记得更牢固，我们得采取更多的方法。比如说，把二者双剑合璧，想象你有了一双金光闪闪的牛眼睛，是牛魔王和孙悟空火眼金睛的合体，这样是不是很酷？

3. 耳朵——双子座

看到这两个名词，显而易见的联系就是他们都是双数。然后，进一步地思考，耳朵和双子有什么关系。我们可以把“双子”想成两个鸡蛋，另外耳朵又是有孔的。这就不禁让人想到，有人需要安静学习的时候会戴上海绵耳塞。现在有位奇人戴的不是海绵耳塞，而是两只耳朵分别塞进了一个鸡蛋！这样的场景是不是很好笑呢？让人感觉有点像外星人来了。

4. 嘴巴——巨蟹座

看到巨蟹，你会想到什么，是不是巨大的螃蟹？你喜不喜欢吃螃蟹呢？用什么吃螃蟹呢？当然是嘴巴。这个联想水到渠成，看见一只大螃蟹，一口咬住它。想象自己吃着螃蟹的样子，你就会记住了。

5. 脖子——狮子座

想象一下，一只凶猛的狮子跑过来，看见猎物，一口咬断猎物的脖子。这样就把脖子和狮子联系在一起了。其他的内容你自己联想吧。

身体部位与星座对应表

序号	身体部位	星座	联想
1	头发	白羊座	白头发，就像喜羊羊
2	眼睛	金牛座	金色眼睛非常大，像牛眼
3	耳朵	双子座	两只耳朵塞了鸡蛋
4	嘴巴	巨蟹座	嘴巴咬着巨大螃蟹
5	脖子	狮子座	脖子被狮子咬断了
6	肩膀	处女座	肩膀上扛着一个小女孩
7	前胸	天秤座	心胸一杆秤，公平又公正
8	肚子	天蝎座	巨蟹吃到肚子升天变成天蝎（蝎）
9	大腿	射手座	大腿被弓箭射中了
10	膝盖	摩羯座	膝盖是关节，摸关节，摩羯
11	小腿	水瓶座	小腿像水瓶
12	脚	双鱼座	脚踩两条鱼

当你这么记完以后，其实不光能够正背倒背，还能够任意点背了。不信你试试，第3个星座是……第7个星座是……我想你肯定可以回答出来，只是速度有快慢罢了。

我们还可以把月份的数字加进去，白羊座的月份是3-4月，数字合在一起记忆就是“34”，“34”的编码是“三丝”，你可以想象白色的羊毛里有三根丝，就像孙悟空脑后的三根救命毫毛，这样就记住了。如果记不住编码也没关系，白羊座的序号是1，而对应的起始时间是3月，也就是相差2，所以前面10个星座的序号加上2就是对应的起始

月份了。水瓶座和双鱼座特别一点，涉及跨年的问题，需要将序号加上2以后再减掉12。定桩法不光能解决我们记忆的问题，还能精确地定位信息。更重要的是前后信息之间的记忆可以互不影响，就算遗忘了其中的一个，其余的信息还是能被准确无误地回答出来，这就比别的记忆法有优势。

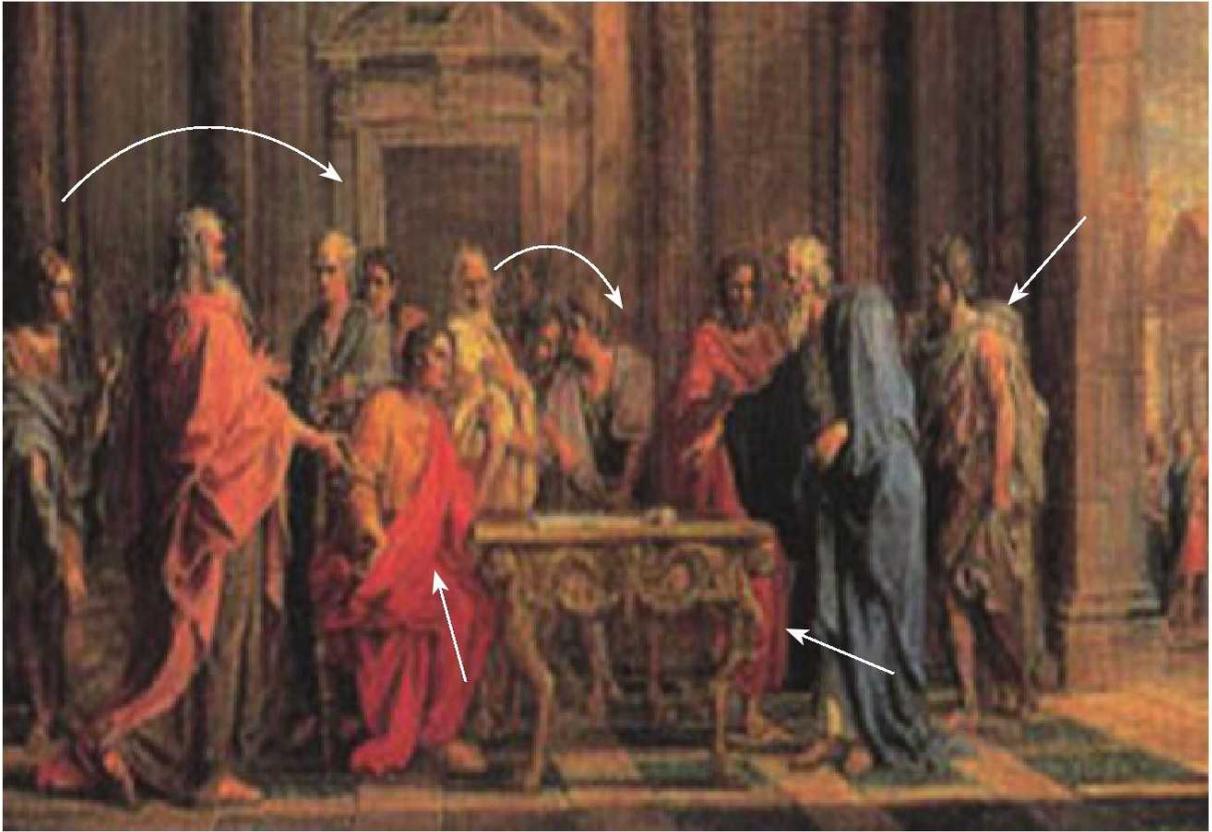
四、配图记忆

所谓配图记忆，就是利用教材上的配图来记忆知识点，将知识点定在图像上，也可以算是图像定桩法。其中极为关键的步骤就是在配图上找到合适的桩，并准确找出知识点中的关键词，将关键词和桩联结即可。下面我们就来学习一个奇妙的案例。

梭伦改革的内容：

- ①根据财产多寡，将公民划分为四个等级，财产越多者等级越高，权力越大。
- ②公民大会成为最高权力机关，各等级公民均可参加。
- ③建立四百人议事会，前三等级公民均可入选。
- ④建立公民陪审法庭。
- ⑤废除债务奴隶制等。

下面是人教版教材上这一内容的配图：



梭伦改革

我们可以用图中的人和物定桩，进行记忆。第一条的关键词是“财产”和“四个等级”，我们不妨选取图中金碧辉煌的桌子，这很容易让人想到财产，而且四个桌脚与“四个等级”联系起来十分恰当。第二条的关键词是“公民大会”和“最高权力机关”，我们观察到图中所有的人都是站着的，只有一人挨着桌子就座，足见此人地位最高、权力最大，刚好体现了“最高”二字，故而我们不妨想象此人正在召开公民大会，而且掌管最高权力机关。第三条的关键词为“四百人”“议事”和“三”，我们不妨按顺时针方向选取桩。首先要选取四个人，如图所示，左侧正好有四人在一起讨论，讨论即为“议事”，而最左侧的那人离讨论中心较远，似乎只是在观望，也就是说，实际只有三个人参与议事，此情此景，正好与本条的三个关键词相吻合。第四条中的关键词为“公民陪审法庭”，处于桌后的三位公民表现得特别亲密，也可以体现“陪审”二字。第五条的关键词

是“废除债务奴隶制”，关键在于“奴隶”二字，按照顺时针顺序，我们发现离大门最近的一位男士穿得十分破烂，我们可以把他看作一个奴隶，这样记忆的难题也就迎刃而解了。

从上面的例子，我们不难发现通过配图记忆，很多信息并没有想象中的难记。其实，做任何事都是有方法的，就是我们所谓的死记硬背也是有方法的。无论遇到何种困难，我们都要相信“山穷水尽疑无路，柳暗花明又一村”！

五、记忆宫殿

很多人了解了身体定桩和数字定桩以后都会有个疑问：身体桩和数字桩数量都是有限的，那如果要记忆的信息量庞大，该如何应对呢？有没有一种方法能够记住大量信息呢？答案显然是有的，那就是“地点定桩法”，也叫记忆宫殿。

地点定桩法并不是现代记忆大师发明的方法，其实它的历史相当悠久。古罗马时就已经有人开始使用它，那时元老院的长老们为了演说和辩论需要引经据典，记住大量数据，而那时没有纸笔，不方便记录。他们是怎样记忆的呢？罗马人注意到自己家里的物品摆设、家具还有许多器皿一般是固定的，如果以它们为媒介，把需要记忆的内容与每样物品进行关联，那么只要想起对应的物件不就可以想起记忆的内容了吗？这样就解决了“按顺序记”的难题，因此这种方法在当时被称为“古罗马室法”！

所以，找地点一般从我们身边熟悉的环境开始找起，比如自己的家里、单位、学校、附近的公园等等。对于非专业的人来说，储存几组地点也是很有好处的，它们会变成你脑袋里的记忆工具，相当于武林高手的神兵利器。

找地点也是有讲究的，这里介绍一下找地点的黄金法则：

1. 熟悉

可以从我们生活中熟悉的地方开始，比如自己家、亲戚朋友家、学校、公园等。要储备大量地点时也可以去陌生地方找，一般在脑海中过两三遍就能够记下来。实在不行，拍下来回去多复习几遍，也能熟悉起来。

2. 顺序

可以按顺时针或逆时针方向来找，找的地点桩最好能够连成一条不会交叉的线。而且，这条线最好是曲线，错落起伏。若是一条直线，记忆起来很费劲。

3. 特征

找的地点桩要有其突出的特征。相同的两把椅子最好不要都做地点桩，要做地点桩也要区分开来，比如某一把以靠背做地点桩，另一把以椅子腿做地点桩。也可以想象着增加一些东西来区别，比如某一张椅子上面加一个厚厚的坐垫。

4. 适中

地点桩要大小适中——太小了看不见，太大了看不全。我一般选择的是开水瓶那么大的桩。两个地点间的距离也要适中——太远了，从一个跨到另一个要费时间；太近了，会使上面的东西易于混淆。我一般选择距离在半米到一米之间的桩。如果两个地点桩相距太远，可以在中间虚拟出一个物品作为地点桩。

5. 固定

找的地点桩不能是经常移动的，比如一只小狗。特别是在家里找地点桩，如果地点桩变动了，记忆起来容易混淆。

6. 数量

一般一个区域内我建议找整数个地点桩，比如10个、20个、30个。要是在自己家找了30个地点桩，可以考虑一个房间（卫生间也可以）里找10个地点桩，三个房间就是30个。

使用这种方法，只要注意以上六个原则就好了，还有更多细节可以自己参悟。下面借用我在互联网上找到的一张图片，来说明如何选取地点桩。



地点桩的选取

在上面这张图上，我们按照顺序找10个地点桩。分别是：

①小木马；②向日葵；③台灯；④镜子；⑤抱枕；⑥国际象棋；
⑦书架；⑧吉他；⑨白沙发；⑩茶几。

现在我们闭着眼睛回忆一下，这些地点桩可以想起来吗？记好这些地点桩后，我们需要记忆大量信息时，就可以把所要记忆的信息和这些地点桩联系起来。

六、歌诀法

歌诀法，就是用字头或是每个信息的关键字串联成口诀来记忆的方法。这种方法往往用来记忆一些我们原本熟悉却不能按照固有顺序串联记忆下来的信息单元。

因为我们右脑掌控韵律，所以歌诀法其实是右脑记忆方法。我们小时候很容易记忆一些儿歌、押韵小诗等，都是由此产生的。如果你能够熟练使用歌诀法，说明你的联想和韵律思维很好哦！由于歌诀法使用频率不是很高且难度较小，就以一个例子分享这种方法。

秦国灭六国次序：

①韩国；②赵国；③魏国；④楚国；⑤燕国；⑥齐国。

歌诀：喊赵薇去演戏。

对比：韩赵魏楚燕齐。

七、连锁法

连锁法就是把需要记的东西像锁链一样串起来，适合记忆一些并列的关联性较小的信息。连锁法要求前后两个事物发生联系，一环扣一环，环环相扣。

为了更好地说明连锁法，我们用生活中的例子来说明。不知道你有没有去超市购物的经历，如果有一天，你准备买10件物品，不用任何工具，你能一个不落地记下来吗？

购物清单

卫生纸 茶杯 台灯 苹果 洗发水

鸡蛋 红酒 衣钩 垃圾桶 拖鞋

上面就是一份常见的购物清单，我们要做的就是用连锁法把它记下来。我们先来看一下如何把这10件物品连锁起来。

1. 卫生纸—茶杯

仔细观察这两个词，你会发现它们存在着明显的逻辑联系。“卫生纸擦拭茶杯”或“卫生纸放置在茶杯里”，这都是日常生活中常见的。如果你觉得这样转化过于平淡，不能在你的脑海里激荡起记忆的涟漪，不妨把它想得夸张离奇一些。我们先从“卫生纸”着手，卫生纸给我们最深的印象是什么？就是它一旦被水弄湿，粘在某物体上就不太容易被弄掉。那么我们不妨想象湿淋淋的卫生纸粘在了洁净的茶杯上，且呈斑点状分布，水干之后，这些纸屑就牢固地依附在杯壁上，十分不雅观。这样你想忘都有点困难吧？

2. 茶杯—台灯

看着这两个词，可能一下子头就大了，毕竟这两个东西似乎没有太大的联系。这个时候，自然就要看联想的威力了。我们知道茶杯的弱点是易碎，台灯的硬伤就是灯泡被毁。所以，可以运用主动出击法，将茶杯撞向台灯的灯泡，其结果自然是杯毁灯亡，玻璃残，满地碴。

3. 台灯—苹果

这两个事物的属性有极大的不同：台灯是家用电器，而苹果是水果，两者风马牛不相及。好在现在很多物品的设计都很有创意，台灯也可以设计成苹果形状啊！不过，从外形将二者联系起来缺少动感。我们在联结两个事物的时候，一定要尽量让它们动起来。说到台灯，它的功能就是照明，现在你想象这是一盏充满魔力的台灯，苹果在它的照射下慢慢长大，直到占满了你的整个书桌，甚至房间，这时候你的惊讶之情就可想而知了！

4. 洗发水—鸡蛋

洗发水和鸡蛋有什么共同之处呢？表面上似乎没有，但是我们可以通过想象让它们有共同点。比如你想象这款洗发水功能非常强大，能把要洗的东西洗得非常干净，用这洗发水把鸡蛋洗过一遍后，鸡蛋变得温润圆滑，看上去晶莹剔透，就像一颗玉做的鸡蛋，这是不是让你很想把这如此难得的鸡蛋收藏起来呢？吃了岂不是可惜了。

5. 鸡蛋—红酒

从生活常识而言，炒鸡蛋时加一点酒会有不一样的味道。这算是一个比较生活化的想象，估计厨师和家庭主妇是很容易想到的。这里你还可以想象成鸡蛋破了，里面流出的不是蛋清蛋黄，而是色泽鲜艳的红酒，你想不想把鸡蛋拿起来一饮而尽呢？

6. 红酒—衣钩

如果说前面的事物之间还有点关联，这两个事物则八竿子打不着。我们知道，衣钩其实也可以挂别的物品。这样看来，最简单的联结就是把红酒用一根细线吊在衣钩上。这个虽是静态图画，但还算合理。当然，为了记忆深刻，我们可以让它们动起来。想象红酒瓶被衣钩钩住了瓶口，红酒咕嘟咕嘟地流出来了，满地都是，这似乎有点浪费啊！

后面的物品就靠你自己去想象了。

当然，实际生活中记忆购物清单还可以先分类，比如分成水果、生活用品、衣物……分完类以后每类可能只有少数几样物品了，那时再用连锁法就更简单了。试着常常用连锁法记忆购物清单之类的信息吧，这样做的好处：一是解决了我们生活中的一项实际记忆需求，而且这项能力可以迁移，你用这方法来记别的类似信息同样管用；二是锻炼了我们奇思妙想的能力，活化我们的大脑。

连锁法也有个不足之处，即每一环必须联结好，不然中间一旦出现断裂，后面的可能就都想不起来了。刚使用的时候也难免有这样的问題，但是随着你使用的次数越来越多，你会越来越得心应手！

八、故事联想法

故事联想法，就是将需要记忆的素材按照顺序一个个串联起来，串联时可以有情节和故事，回忆时则牵一发而动全身，根据情节和故事回想出记忆的信息。

比如，下面一组数字是圆周率前30位。我们可以两两组合，联想成不同的事物，再把些事物联系起来，组成一个生动有趣的故事。

1 4 1 5 9 2 6 5 3 5 8 9 7 9 3 2 3 8 4
6 2 6 4 3 3 8 3 2 7 9

我们运用谐音、特定含义、外形等容易理解的方式将枯燥乏味的数字转化为我们所熟悉的事物：

钥匙 鸚鵡 球儿 尿壶 山虎 芭蕉 气球 扇儿

14 15 92 65 35 89 79 32

妇女 饲料 河流 死神 妇女 扇儿 气球

38 46 26 43 38 32 79

然后将这些事物形象连起来联想成小故事，例如：

钥匙（14）插到鸚鵡（15）头上，使它受惊，使劲拍打球儿（92），球儿撞翻尿壶（65）泼到山虎（35）身上，发怒的山虎吃芭蕉（89）时看到气球（79）挂着扇儿（32）落到一个妇女（38）身上。她将饲料（46）扔到河流（26）里面喂死神（43），然后妇女（38）拿着扇儿（32）扇气球（79）玩！

当你记住上面的词汇后根据数字编码原理核对复习，数字就会变得很容易记了。当我们需要记住含有大量数字的信息时，就可以使用故事联想法。

我们知道仅仅用故事联想法去记忆数字是不行的，因为第一步是需要将数字形转化成为我们熟悉的一些事物，且通常是名词，容易形

成图像和联想。如果生活或学习中要记忆的数据信息少，例如10个左右的数字，我们往往可以临时根据数字组合运用谐音、特定含义等编码联想。对于超过15个的数据信息，就需要使用特定编码来进行联想记忆了。

九、配对联想法

配对联想法是将两个事物运用联想的方式产生联系。

配对联想法是记忆法中最基础的记忆方式，因为无论是词汇记忆、数字记忆中的故事联想法还是定桩法，都做了配对联想，要么是两个信息间配对，要么是与定位的桩子做了配对联想，所以配对联想在记忆法中虽然最简单，却是非常重要的基础。如果有些人思维固化，不能立刻让两个事物产生联想和联系，那么他们的记忆速度必然会变慢。只有将这种方法熟练运用，做到对任何两个事物都可以很快地配对联想，你才会提高联想记忆的思维能力。

在锻炼联想思维之前，不要拘泥于所学知识而不懂得变通，否则你的联想会很糟糕。一般有以下几种联想方式（见下表）。

联想方式对照表

方式	原事物	联想事物
相近联想		
同类联想		
对比联想		
因果联想		
夸张联想		
非逻辑联想	 狗咬人	 人咬狗

上表中所列的联想方式是由一个事物可以联想到另外的事物，以及两个事物之间可以采用某种联想方式。比如：由云可以想到冰激凌，由玫瑰花可以想到爱情，由狗咬人想到人咬狗等。

你需要让思维像旷野上的骏马一样任意驰骋，像天空中的雄鹰一样展翅飞翔。不要受传统知识束缚，不要被固有思维框住，扫帚都可

以成为哈利·波特的飞行器，加菲猫可以说话跳舞，还有什么不能联想呢？

十、分丝析缕法

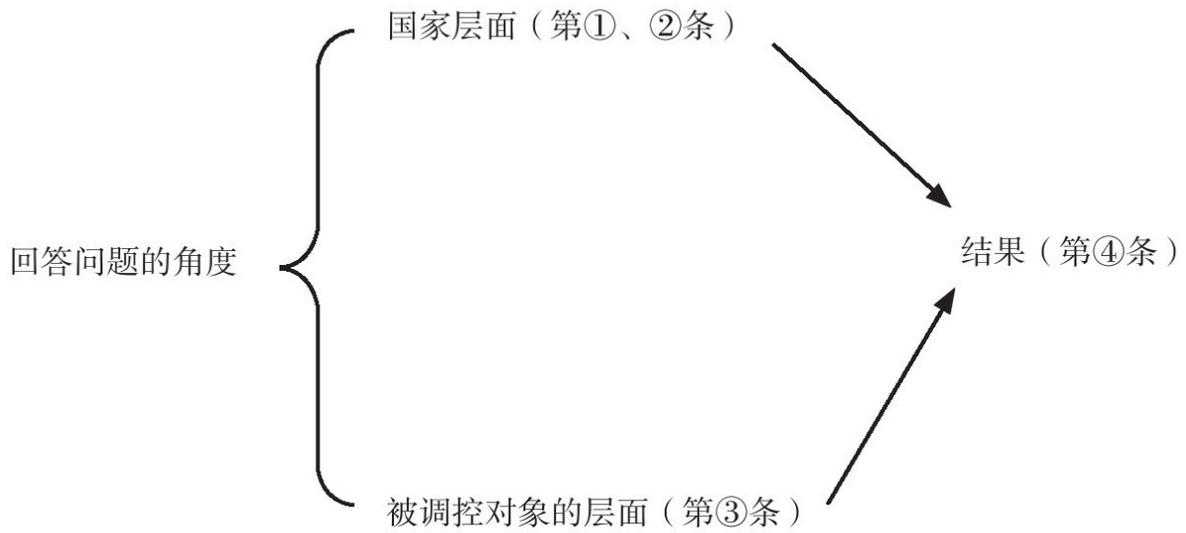
看完之前介绍的方法，有些人或许会有疑问，难道记忆方法都需要通过联想记忆吗？答案显然是不需要，其实凡是能提高记忆效率的方法都能称为记忆法。一些文科成绩特别好的学生，也都或多或少地在记忆文科信息方面有心得方法。其中用得最广的就是分析法，我们把它称为分丝析缕法，适合于记忆系统知识。所谓分丝析缕法，就是对题目进行分析并理出条理，抽丝剥茧般找出记忆的线索。当遇到逻辑关联性强的题目时，可以直接分析它的逻辑层次，如果没有明显的逻辑关联时，我们也可以通过联想赋予它一定的逻辑。

（政治题）我国发展社会主义市场经济，为什么要加强国家的宏观调控？

- ①由我国的社会主义性质决定的。
- ②社会主义公有制及共同富裕的目标要求。
- ③市场调节的不足，存在自发性、盲目性、滞后性等固有的弊端。
- ④能促进国民经济持续、快速、健康发展，保持经济发展活力。

通过对这段材料的观察分析，我们发现：“为什么要加强国家宏观调控”这一问题，就行为主体而言，应该从两个层面来回答：一个是国家层面，另一个是调控对象的层面。从国家层面而言，需要从我国自身考虑，即我国的性质和特殊国情，而第①条正是说由“社会主

义性质决定的”，这个性质的目标是要实现“公有制及共同富裕”，这是第②条的内容。从调控的对象——市场经济层面而言，也要考虑它本身的特点，第③条正是讲市场经济的弊端——自发性、盲目性、滞后性。第④条则是加强宏观调控后的好处，是两个层面结合之后产生的结果，即促进国民经济持续、快速、健康发展。分析清楚这四条的逻辑层次之后，看着题目就能总结出答案来。



逻辑线索图

通过本例，我们需要总结一下经验：

分析A对B发生某个行为的原因时，一般要分别从A、B自身的特点和目标来分析，还要分析该行为发生的时代背景和可能产生的结果。理清了各个要点之间的层次之后，记忆起来就比较轻松了。

十一、思维导图

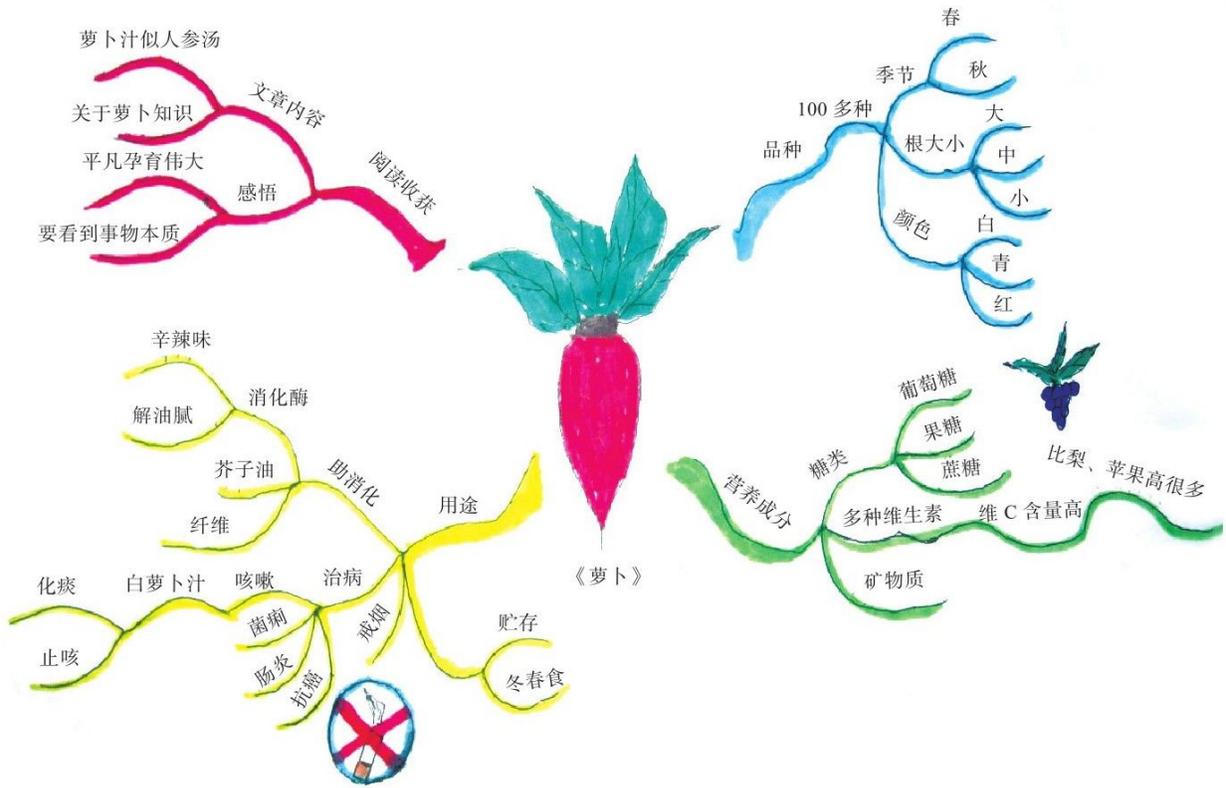
思维导图，就是将知识信息以网络图画形式归类构建，达到了解知识信息要点的学习方法和应用工具。

从字面意思理解，思维导图就是思维的导航图，像GPS一样。如果我们大脑里面有一个导航图，能够轻松调取想要的信息，那么我们的知识网络会非常清晰，学习和工作也会非常高效。

思维导图主要训练的思维是：归类整理思维、抓取重点思维、水平发散思维、垂直纵深思维。如果能够掌握得好，上面这几种思维方式是非常好的学习和工作、生活工具，但是如果如果没有掌握好，则会使高效学习大打折扣。思维导图的应用是一门学科，在这里无法系统呈现，只能结合学生学习实践初步了解一下。

思维导图作用一般是：高效预习复习、作文构思、教材分析、高效笔记、管理规划等。

无论是我们要绘制书本知识的导图、课堂笔记导图还是写作导图，都要了解思维导图是如何一步步画成的，我们该如何成功绘制一幅思维导图，它的要点是什么。



阅读笔记思维导图

上面这幅阅读笔记思维导图的构成主要是三大块：中心主题和中心图、主分支和次分支、个性化简图。中心图一般都放置在正中间与主题相关，主分支就是对绘制内容分的大类，例如上图有四个主分支：品种、营养成分、用途、阅读收获，这就是从四个方面对《萝卜》这篇说明文的总结。

画好中心图和写上主题后，第一个主分支是从右上角45°左右开始，按照顺时针的次序画主次分支。并列关系的分支可以从一个点出发，画上并列线条，每画一条线必须同时写上文字，不能先估计有多少分支再将线条画好后直接填文字，这样很死板，如果内容有增减就会影响导图布局。所有文字内容最好在5个字以内，必须是归纳的重点关键词，不能写句子，主分支的个数一般不超过7个。

当“主分支和次分支”都完成之后，再根据重点知识绘制些增进理解和记忆的简图。如果想让图画更美观些，还可以给线条涂上颜色，涂色标准是每个主分支统一用一种颜色，不同主分支用不同颜色，从主分支到次分支由粗到细绘制线条。

十二、简图法

简图法就是用简单图形表达文字的含义，以直映的方式记住信息要点。简图已经不仅仅是一种表示意思的方式，由于其易懂、易记的特点，也是很多学习高手热衷的高效记忆法。

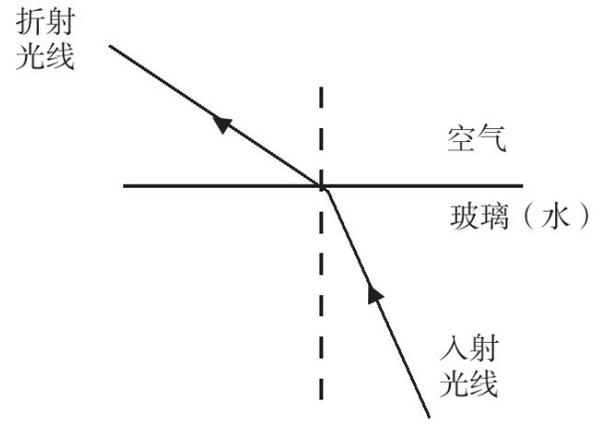
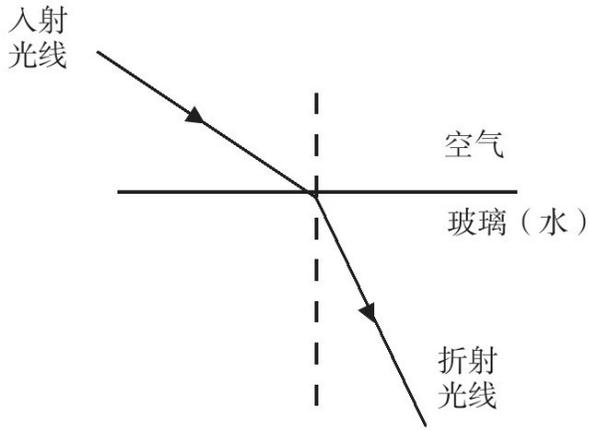
简图法的历史也较悠久，就像文字起源一样，是人类在认识和改造自然、创建文明的过程中大脑所激发出来的一种思维和行为模式，只是以前没有多少人会将这种方法变为学习记忆工具而已。

由于图形容易理解，很多看起来枯燥乏味的文字，也许只需要一两个简图就可以表达出来，所以图形在科学方面应用很多，如在物理、化学、生物方面都有广泛应用。在科学界和艺术界有很多伟大的人曾使用这种方法，帮助自己或别人了解事物或科学原理。

比如物理学中的光的折射规律就可以用简图法直观地表现出来。

光的折射规律：光从空气斜射入水或其他介质中时，折射光线与入射光线、法线在同一平面内；折射光线和入射光线分居法线两侧；折射角小于入射角。光从水或其他介质斜射入空气中时，折射角大于入射角。

这段文字要想准确记下来，有点困难，但是我们画成图，就可以一目了然了。



光的折射规律图

第二章 语文知识轻松记

语文知识记忆起来比较复杂，因为语文的知识点种类繁多，需要根据实际的信息内容、容量采取不同的记忆方式。常用的记忆方式见下表。

语文知识记忆常用处理方式表

类型	记忆方式	备注
字、词	配对联想法、故事联想法、歌诀法	记忆大师级别词汇训练用地点定桩法
句子、短语	简图法、定桩法	——
文章	综合法、思维导图	综合法指的是以上方法适宜选取，灵活使用
书籍	定桩法、综合法、思维导图	思维导图是一种归纳整理知识重点工具

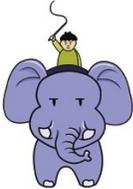
在使用上述方法记忆时，需要将信息转化为具体的形象，但是还有很多知识点包含抽象字词，这就需要我们熟练地将抽象词转化为形象词了。

抽象词转化为形象词有固定的四种方法：谐音、增减字、倒字、望文生义。记忆任何抽象词汇一般都可以通过这几种方法转化为形象的事物。下表中是这几种方法的举例说明。

抽象词转化为形象词方法

方法	举例	联想	形象
谐音	竖立	树立	

(续表)

方法	举例	联想	形象
增减字	信用	信用卡	
倒字	雪白	白雪	
望文生义	抽象	抽打大象	

我们在记忆中文信息时，如果能够很快地将抽象词转化为形象词，那么我们不仅会记忆得更快，实际上对我们大脑的刺激也会更多。抽象词汇是受左脑控制，左脑进行逻辑处理转化为形象，在形象生成和记忆的过程中又刺激右脑，所以当我们进行这种转化时，也是对我们左右脑平衡发展的一种训练。在记忆下面的内容时，往往需要这种转化能力。

第一节 成语错字辨析记忆

在中考和高考中，都有一道成语辨别错别字的题目，因为华夏文化博大精深，同音字、同义字有很多，每一个字在成语里面表达的含义也是千差万别，如果搞错了，会造成曲解。死记硬背或者直接凭字面含义来推断，都容易出错。运用形象思维做些配对联想会使记忆变得很容易，我们通过一些案例来说明。

A. 凭心而论——B. 平心而论

在我做过的测试中，大概65%的同学选A，35%的同学选B。其实这个成语的正确选项是B“平心而论”，指的是心平气和地给予客观评价和评论。很多人之所以会选择A，是因为错误理解为“凭良心来谈论”。我们用形象思维来记忆会很容易，也会很深刻。

记忆方法：找到易错字“平”对应的人物或事物等名词，然后与之配对联想。

例：小平爷爷对待国际纠纷经常是平心而论，顺利收复香港。

A. 关怀备至——B. 关怀倍至

在我的调查中，这个成语选择A的同学在45%左右，选B的同学在55%左右。选错的同学主要是以为这个成语指的是“加倍的关心与关怀”，其实它是“给予完备而周到的关怀”的意思。

记忆方法：找到易错字“备”对应的人物或事物等名词，然后与之配对联想。

例：关羽和刘备相互之间非常关心。

在语文学习中，灵活运用这种方法，可以帮助我们轻松地记住大量的成语。关于同音字或相近字的辨别，我们一般采取关键字与剩余部分配对联想，这样会在大脑里面形成形象的回忆线索，达到正确记住易错关键字的目的。

常见成语错字辨别表

成语	易混字	联想
唉声叹气	哀	唉！你怎么总 叹 气
班门弄斧	搬	班 长在 门 口 弄 斧头
可见一斑	般	可 见你脸上一 颗 斑
英雄辈出	倍	英 雄是 一 辈 一 辈地 出 来的
明辨是非	辩	辨 别 是 非，不随便听信人言（言字旁）
无精打采	彩	没有 精 神写三撇
按部就班	步	按 部 队 人员分 班
一筹莫展	愁	一 筹划，感觉还是 莫 展出而丢人现眼吧
披星戴月	带	披 着 星 星服， 戴 着 月 亮帽
以逸待劳	代	以 安逸状态 等 待 劳 累的人归来
投机倒把	捣	投 机的人 倒 在了 把 手上面

第二节 文学常识记忆

在语文学习中有两大必背知识：文学常识、诗词文章。文学常识不仅仅指的是中华几千年文化知识，还有作者、作品、名言警句等知识。

一、文学中的各种“第一”

第一位女诗人：蔡琰（文姬）

第一部纪传体通史：《史记》

第一部词典：《尔雅》

第一部大百科全书：《永乐大典》

第一部诗歌总集：《诗经》

第一部文选：《昭明文选》

第一部字典：《说文解字》

第一部神话集：《山海经》

第一部文言志人小说集：《世说新语》

第一部文言志怪小说集：《搜神记》

第一部语录体著作：《论语》

第一部编年体史书：《春秋》

第一部断代史：《汉书》

第一部兵书：《孙子兵法》

第一部国别史：《国语》

第一部日记体游记：明代徐宏祖的《徐霞客游记》

第一首长篇叙事诗：《孔雀东南飞》（357句，1785字）

第一部文学批评专著：《典论·论文》（曹丕）

第一位田园诗人：东晋陶渊明

第一部文学理论和评论专著：南北朝梁人刘勰的《文心雕龙》

第一部诗歌理论和评论专著：南北朝梁人钟嵘的《诗品》

第一部笔记本科普作品：北宋沈括的《梦溪笔谈》

第一位女词人，亦称“一代词宗”：李清照

上面文学常识中的各种“第一”，由于只要记住“第一”的类别和名称即可，所以可以配对做联想记忆。在记忆之前先将上面的诸多“第一”归类整理，将相近的或是类别相似的放在一起，这样对比记忆，印象会更加深刻，比如：“第一位女诗人蔡琰”可以与“第一位女词人李清照”放在一起，将《史记》《春秋》《汉书》《国语》等史书放到一起。

下面将23个“第一”进行归类整理，然后逐一配对联想记忆。

文学中的各种“第一”

类别	名称	联想
第一位女诗人	蔡琰（文姬）	菜宴 （蔡琰），第一女诗人读 文集 （姬）
第一位女词人	李清照	李清照 被称为“一代词宗”
第一位田园诗人	陶渊明	桃园明 （陶渊明）天变 田园
第一部纪传体通史	《史记》	记 （纪）， 死记 （史记）
第一部编年体史书	《春秋》	编春秋 的童话
第一部断代史	《汉书》	我们 汉人 写的 书 不能 断代
第一部国别史	《国语》	国语 ，区别于 别国 （国别）
第一部字典	《说文解字》	字典 就是要 说文解字
第一部词典	《尔雅》	背下整本 词典 ？ 哎呀 （尔雅）
第一部大百科全书	《永乐大典》	看 百科全书 永远都快乐啊
第一部诗歌总集	《诗经》	——
第一部文选	《昭明文选》	找明 （昭明）明 选文 （文选）章阅读
第一部神话集	《山海经》	神话 故事在 山海 中经常发生

（续表）

类别	名称	联想
第一部文言志人小说集	《世说新语》	闻言，纸人（志人）在世说新语言
第一部文言志怪小说集	《搜神记》	只怪你搜神，得罪神仙了
第一部语录体著作	《论语》	——
第一部兵书	《孙子兵法》	——
第一首长篇叙事诗	《孔雀东南飞》 357句，1785字	孔雀三五千（357）聚（句）一起， 把我（1785）带往东南飞
第一部文学批评专著	《典论·论文》曹丕	曹丕批评曹植论文不对，得查字典
第一部文学理论和评论专著	《文心雕龙》 南北朝·梁·刘勰	男背朝娘（南北朝梁），留学（刘勰） 学文学
第一部诗歌理论和评论专著	《诗品》 南北朝·梁·钟嵘	男背朝娘（南北朝梁），中间容（钟荣） 人品诗（诗品）
第一部笔记体科普作品	《梦溪笔谈》 北宋·沈括	沈括背诵（北宋）笔记和科普作品， 梦见溪水
第一部日记体游记	《徐霞客游记》 明·徐宏祖	徐侠客（徐霞客）云游想明天找到老 乡徐宏祖

二、用歌诀法记二十四史

《史记》《汉书》《后汉书》《三国志》《晋书》《宋书》《南齐书》《梁书》《陈书》《魏书》《北齐书》《周书》《隋书》《南史》《北史》《旧唐书》《新唐书》《旧五代史》《新五代史》
《宋史》《辽史》《金史》《元史》《明史》

值得一提的是，《宋书》和《宋史》是不同的。《宋书》是一部记述南朝刘宋一代历史的纪传体史书，收录了当时的诏令奏议、书

札、文章等各种文献。大家不要将其与封建王朝较为靠后的南宋、北宋混淆。

二十四史是根据历史朝代的先后次序排列的，如果大家对历史朝代已经熟悉则可以联想朝代记忆，如果不用历史朝代对照联想记忆，也可以运用歌诀法，我们只需要挑取每项的关键字，串联成歌诀记忆即可：

史汉三今送南齐两臣围巾被妻揍。（《史记》《汉书》《后汉书》
《三国志》《晋书》《宋书》《南齐书》《梁书》《陈书》《魏书》
《北齐书》《周书》）

谁难背糖，五袋？（《隋书》《南史》《北史》《旧唐书》《新唐书》
《旧五代史》《新五代史》）

送了金元明天用。（《宋史》《辽史》《金史》《元史》《明史》）

运用歌诀法记住二十四史的关键点后，需要核对复习记忆，以免记错或遗漏。

三、作家及作品

在初、高中的学习与考试中，经常会有一道关于作家字号或作品的题目。我们在学习过程中如果能够轻松掌握，会是一件很棒的事情。掌握了记忆法，运用科学的方式去记忆，会更容易达成大家的愿望。接下来分享一下如何记忆作家字号及其作品等知识点。

- ①蒲松龄，号柳泉居士；②李清照，号易安居士；
③白居易，号香山居士；④欧阳修，号六一居士。

记忆作家的字号的，一般是挑取姓名和字号中的关键字，然后做联想记忆即可，只不过需要区分清楚正确的字，不要弄混淆。

以蒲松龄为例——蒲松龄，号柳泉居士。

用关键字联想法：

第一步，扫读文本内容，了解大意。

第二步，挑取易记忆和转化的字、词。

松龄——松（树）岭

柳——柳树

泉——泉（水）

第三步，联想转化：

松树岭的柳树下有泉。

在文学常识中考核的作家往往是较为知名的，所以作家姓名会比较容易记，主要是看能否完整地将该作家的作品记清楚。

针对这类信息的记忆，由于只需要记少量作品名称，我们可以运用故事联想法来记忆。

①鲁迅：《呐喊》《孔乙己》《故乡》《阿Q正传》《药》《狂人日记》《社戏》《祝福》

②贺敬之：《中国的十月》《回延安》《西去列车的窗口》《白毛女》《放声歌唱》

我们以鲁迅和贺敬之为例，介绍一下如何用故事联想法记住作家及其作品。

作家及其作品联想

姓名	作品联想
鲁迅	鲁迅呐喊孔乙己回故乡看阿Q写正传，吃了药后发狂写日记，然后去看社戏，我们只有祝福他了
贺敬之	祝贺你能够于中国的十月回延安，在西去列车的窗口看到白毛女在放声歌唱

第三节 诗词文章的记忆

一、用简图法记忆诗歌

诗词的记忆方式主要有三种：歌诀法、定桩法、简图法。歌诀法是将诗词首字用歌诀的形式串联记住，然后再扩充记忆；定桩法是将所要记忆的诗词拆分为一句句的，每句话与所选的桩做联想记忆。歌诀法只能记住每句话的先后次序，最后还是得通过联想记忆完整的句子，而定桩法则必须先积累相应熟悉的桩，然后熟练使用定位联想记忆。由此可见，运用歌诀法和定桩法记忆诗词都有一些局限性，因此我们通常使用简图法。

由于诗词一般都是传达作者感情或描写景物的，很容易让我们身临其境，所以联想场景、景物记忆会比较深刻。但是，我们在记忆过程中往往需要对一些字词做形象化的处理，先了解原文，再运用形象联想绘制简图记忆。

1. 短篇诗歌的记忆

其实无论长篇还是短篇诗歌，记忆的方法大同小异。接下来，我们由浅入深，先以比较简单的诗歌为案例，给大家分享如何运用简图法。

寒食

唐·韩翃

春城无处不飞花，寒食东风御柳斜。

日暮汉宫传蜡烛，轻烟散入五侯家。

注释：暮春的长安城里杨花漫天飞舞，寒食节东风吹斜了宫中的柳树。黄昏时分，宫里开始赏赐新蜡烛，轻烟率先升起在皇亲国戚的家里。



《寒食》简图

对于要立刻掌握的诗词，我们运用简图法时一般不用涂颜色，因为这会花费时间，但是如果时间较为充裕，想要完美些，也可涂上颜色，这样会更容易记忆。

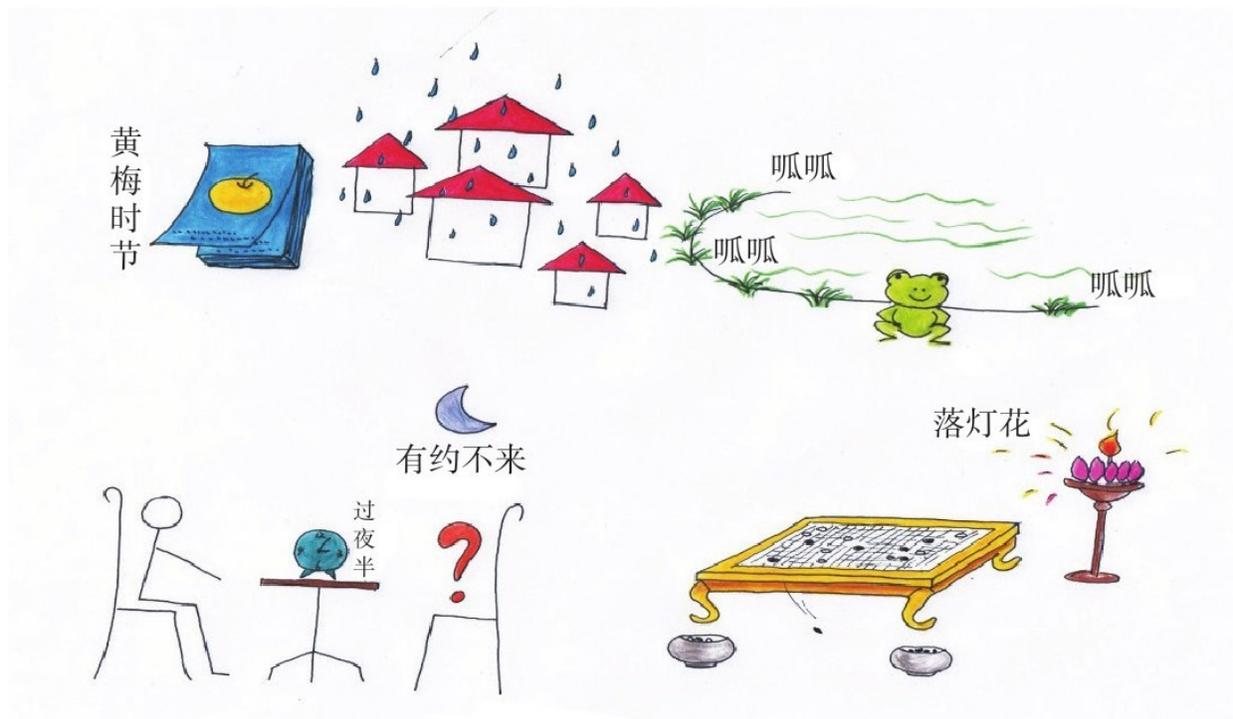
约客

南宋·赵师秀

黄梅时节家家雨，青草池塘处处蛙。

有约不来过夜半，闲敲棋子落灯花。

注释：梅子黄时，处处都在下雨，青草长满池塘，传来阵阵蛙声。时过午夜，已约请好的客人还没有来，感到无聊的我用棋子轻轻地敲着棋盘，震落了灯花。



《约客》简图

2. 长篇诗歌的记忆

前面是关于短小诗词的记忆方法，我们在学习语文时还会遇到很多长篇诗词或古文，那么针对长篇古诗文该如何绘制简图呢？

当我们运用简图法记忆较长信息时，需要将信息分段处理，一段一段地记忆，然后再整体复习记忆。也许有人会问：如果用简图，会不

会曲解了原文含义？

原则上来说，其一是我们在理解了原文含义后再运用此方法记忆；其二是尽量先遵循原文含义的情境绘制简图，如果原文没有情境或是无法对连接性词句进行形象转化，那么再特别记忆；其三是无论采取什么方法记忆，之后都会核对原文复习。通过以上的三重保障，再加上我们原本的辨别能力，是不会将原文意思曲解的。

观刈麦

唐·白居易

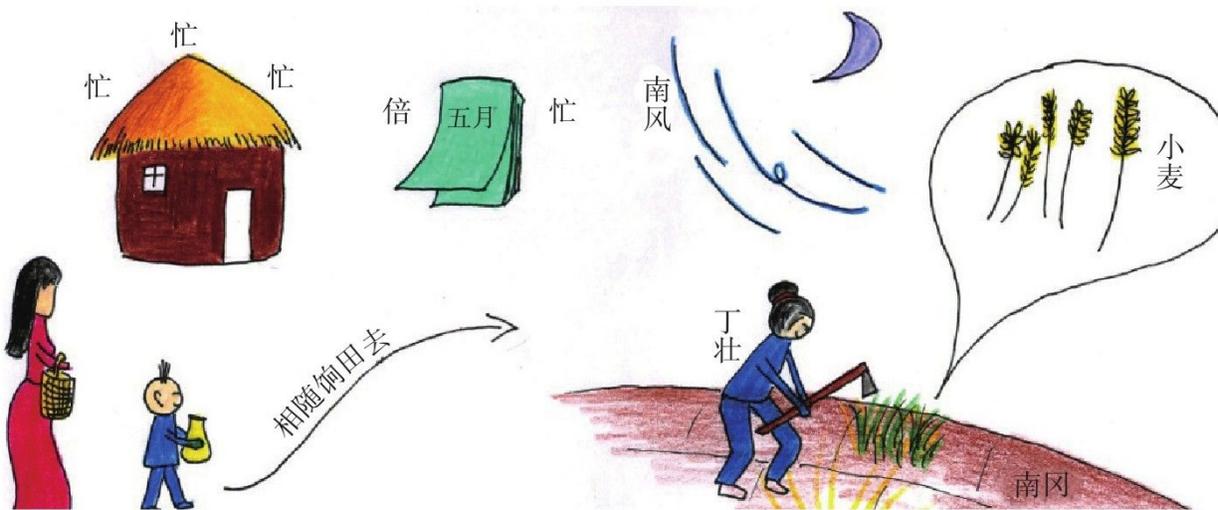
田家少闲月，五月人倍忙。夜来南风起，小麦覆陇黄。
妇姑荷箬食，童稚携壶浆。相随饷田去，丁壮在南冈。
足蒸暑土气，背灼炎天光。力尽不知热，但惜夏日长。
复有贫妇人，抱子在其旁。右手秉遗穗，左臂悬敝筐。
听其相顾言，闻者为悲伤。家田输税尽，拾此充饥肠。
今我何功德，曾不事农桑。吏禄三百石，岁晏有余粮。
念此私自愧，尽日不能忘。

注释：农家很少有空闲的月份，五月到来后人们更加繁忙。夜里刮起了南风，覆盖田垄的小麦已成熟。妇女们挎着盛饭的竹篮，小孩子提着装汤的壶，给在田里劳动的人送饭。收割小麦的壮汉都在南冈，双脚受地面的热气熏蒸，脊梁受炎热的阳光烘烤，不知疲倦地在漫漫长

日劳作。有一位贫苦妇女，抱着孩子站在割麦者身旁，右手拿着从田里拾取的麦穗，左臂上挎着一个破篮子。她望着大家诉苦，人人都为之悲伤。因为她缴纳租税卖尽家田，只好拾些麦穗果腹。而我有什么功劳德行，不从事农业生产，一年却领取薪俸三百石米，到了年底还有剩余的粮食。想到这些，我内心感到非常惭愧，整日也不能忘却。

这首诗描绘的是劳动人民艰苦劳作、生活贫困、赋税繁重的情境，而作者是官员，对自己的不劳而获感到羞愧。本诗共13句，前10句是对劳苦农民的描述，后面3句是对自己行为的感慨。在记忆时，前面10句可以分为三部分：1~4句，5~6句，7~10句。后面的3句作为一部分。每部分单独绘制简图记忆，最后将四部分联系起来整体复习记忆。

第一部分：田家少闲月，五月人倍忙。夜来南风起，小麦覆陇黄。妇姑荷箬食，童稚携壶浆。相随饷田去，丁壮在南冈。



《观刈麦》分解图一

第二部分：足蒸暑土气，背灼炎天光。力尽不知热，但惜夏日长。



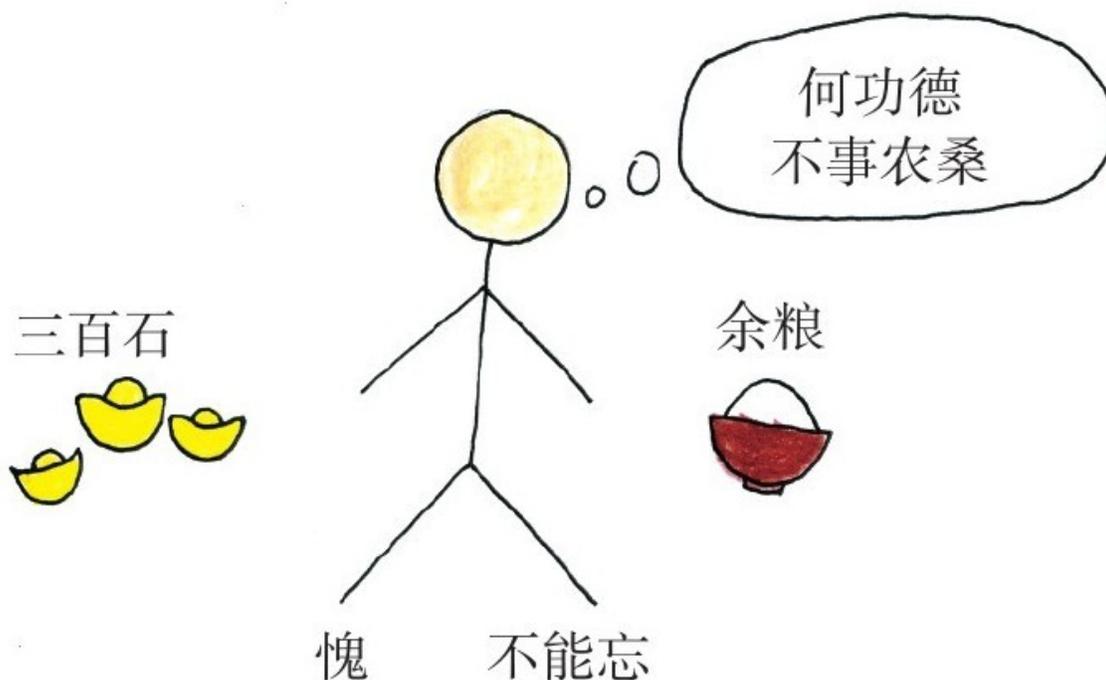
《观刈麦》分解图二

第三部分：复有贫妇人，抱子在其旁。右手秉遗穗，左臂悬敝筐。听其相顾言，闻者为悲伤。家田输税尽，拾此充饥肠。



《观刈麦》分解图三

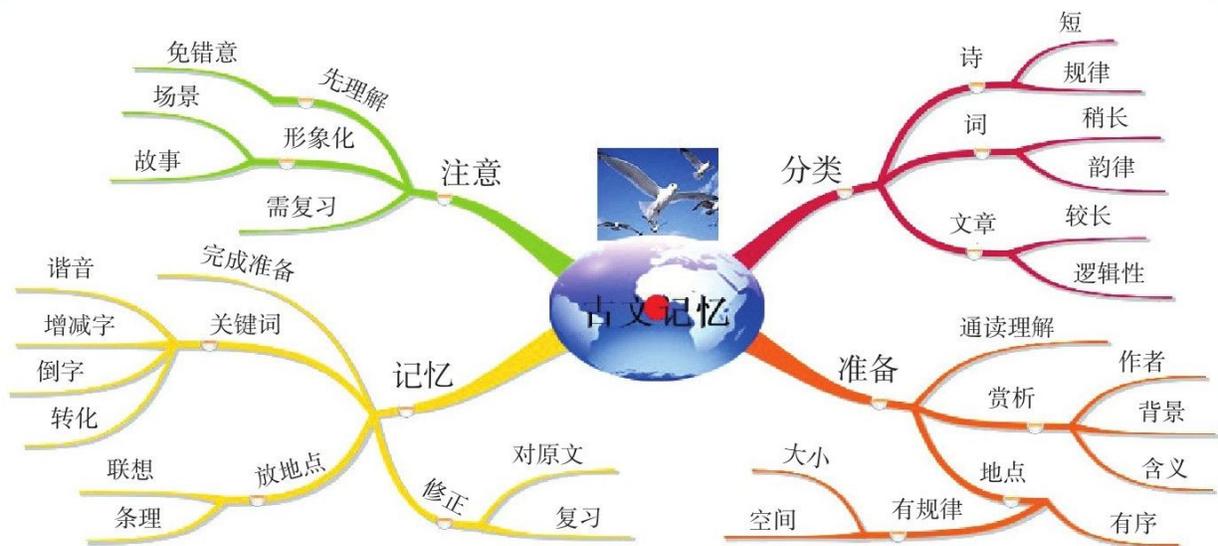
第四部分：今我何功德，曾不事农桑。吏禄三百石，岁晏有余粮。念此私自愧，尽日不能忘。



《观刈麦》分解图四

二、用思维导图法记忆诗词文章

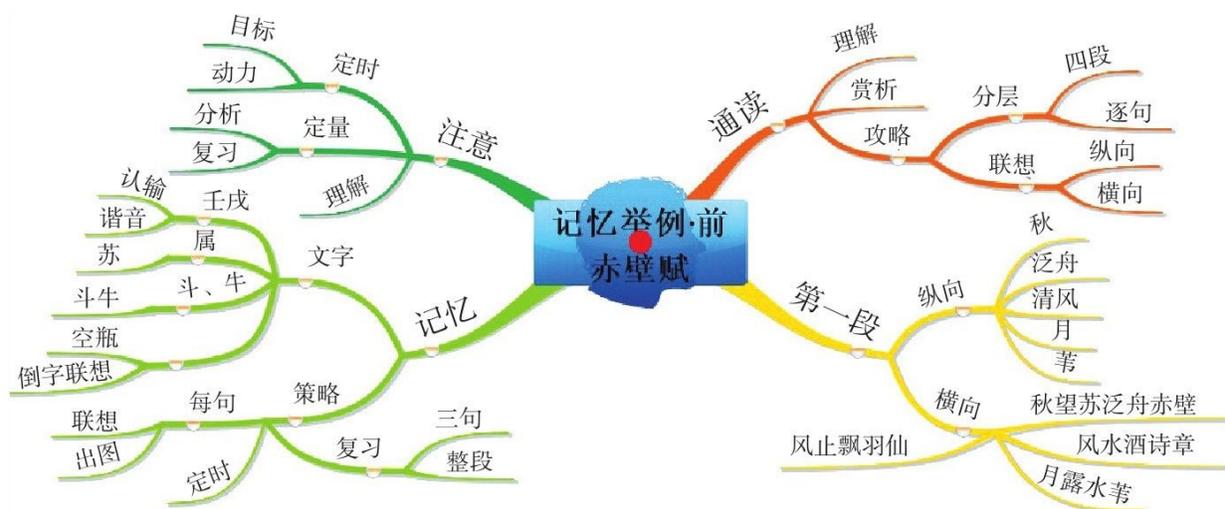
对于诗词文章的记忆，除了用简图法外，还可以使用思维导图法进行记忆。只不过思维导图法记忆诗词文章对大家的要求会更高些，相比之下理科知识梳理中思维导图的逻辑归类性能够很好体现，很容易使用和绘制，而在文章分析，特别是诗词古文分析中会显得困难些。在这里就将这种方式简单介绍，不深入探讨。



古文记忆思维导图

通过不断的实战和传授，我发现这种方法对于能够熟练使用思维导图的人会更有效，但是对于不能熟练使用的人，掌握起来就会很困难，于是后期我就没有再推荐新手使用这种记忆古文的方法。下面以《前赤壁赋》第一段为例，给大家作导图记忆分享：

壬戌之秋，七月既望，苏子与客泛舟游于赤壁之下。清风徐来，水波不兴。举酒属客，诵明月之诗，歌窈窕之章。少焉，月出于东山之上，徘徊于斗牛之间。白露横江，水光接天。纵一苇之所如，凌万顷之茫然。浩浩乎如冯虚御风，而不知其所止；飘飘乎如遗世独立，羽化而登仙。



《前赤壁赋》思维导图

三、现代文的记忆

如果我们需要将课文一字不漏地背诵出来，运用思维导图就不合适了。我们一般会运用简图法，因为很多要求背诵的文章，要么是富有诗意或感情的段落，要么是富含哲理内容。这些内容如果运用简图绘制，然后联想作者的思路，还原复习记忆会比较容易。当我们的的大脑里面有了文章思路和画面，只需要一字一句地核对来复习记忆即可。

荷塘月色

朱自清

曲曲折折的荷塘上面，弥望的是田田的叶子。叶子出水很高，像亭亭的舞女的裙。层层叶子中间，零星地点缀着些白花，有袅娜地开着的，有羞涩地打着朵儿的；正如一粒粒的明珠，又如碧天里的星星，又如刚出浴的美人。微风过处，送来缕缕清香，仿佛远处高楼上渺茫的歌声似的。这时候叶子与花也有一丝的颤动，像闪

电般，霎时传过荷塘的那边去了。叶子本是肩并肩密密地挨着，这便宛然有了一道凝碧的波痕。叶子底下是脉脉的流水，遮住了，不能见一些颜色；而叶子却更见风致了。

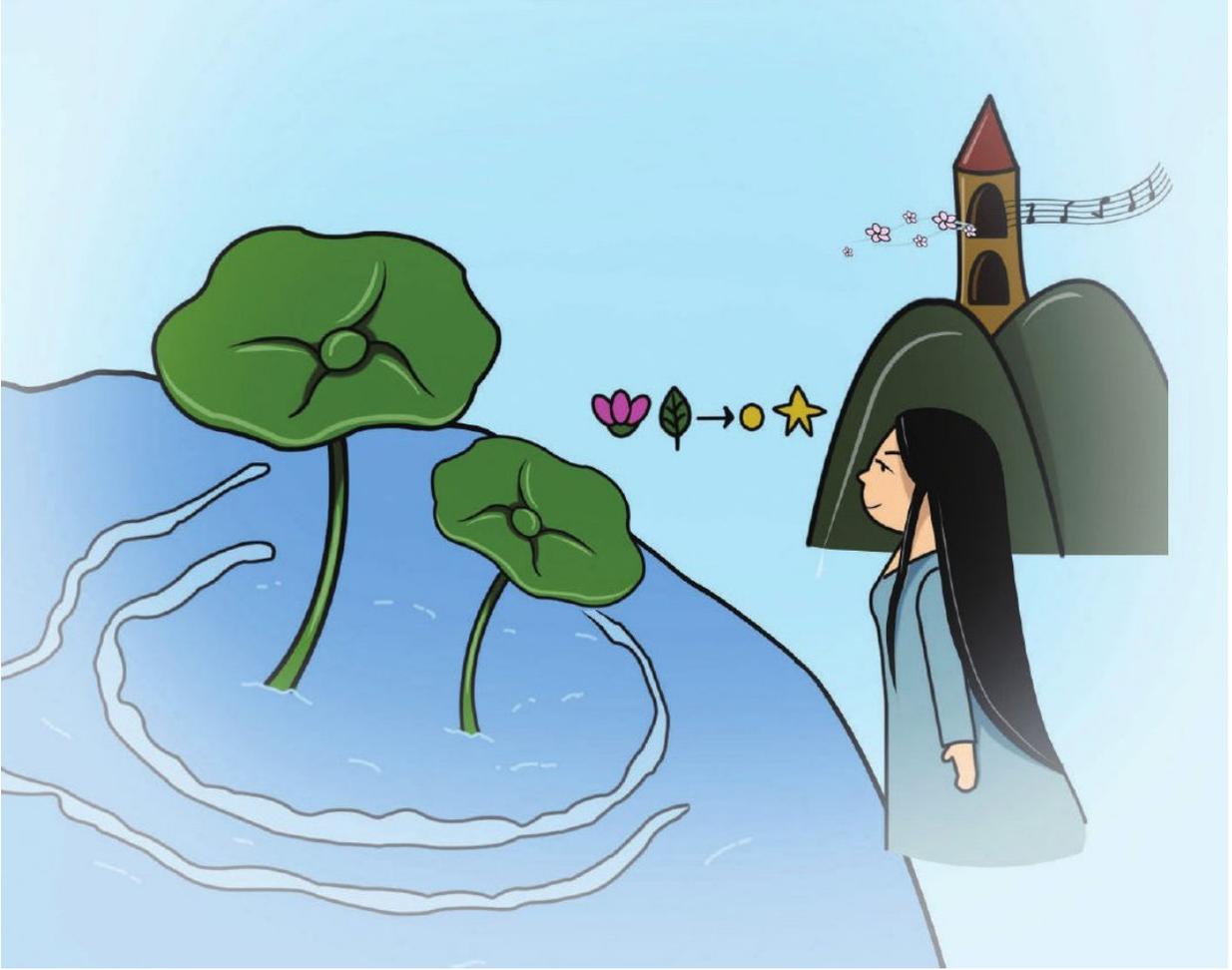
《荷塘月色》是现代抒情散文的名篇，节选部分是文字最优美传神的一部分。作者用细致的工笔和绝妙的比喻，对荷叶的形神、荷花的姿态进行一番令人神往的描绘，荷花、荷叶的优美形象似已展现眼前。而一缕“微风”让这幅极美的荷花图动了起来，更令人心驰神往。

这是要求高中生必背的一段文字。对于描述性的文章，特别是写景的，我们很容易能够联想出画面，有身临其境的感觉，所以运用简图法会比较容易记忆。

第一步，挑取关键词。

曲折荷塘、叶子、裙、白花、明珠、星星、美人、微风、清香、高楼歌声、闪电、波痕、流水。

第二步，根据关键词绘制简图。



《荷塘月色》简图

第三步，根据关键词核对原文复习记忆。

通过上面的介绍，我想大家对于文章和诗词的记忆方法都已经了解了，关键在于抓住知识重点，并且培养快速形象化联想记忆的能力。

在今后的学习过程中若我们碰到经典文章，应该多多背诵，而且要做到倒背如流，即使考试大纲并没有要求背诵。这些经典就好比我们的文化养分，现在也许不能完全理解其内涵，也要先把它们装进脑袋里，随着自己经历越来越丰富，感悟越来越多，这些养分就会慢慢让我们的思维和智慧之树生长得更粗、更壮。

第三章 秒杀英语记单词

第一节 英语单词记忆原理

一、为何你就是记不住英语单词

有一位伟人说得好：“我们要战胜敌人，首先要找出敌人在哪里。若你连敌人在哪里都不知道，又怎么去制定战略战术呢？”

同样的道理，我们要战胜单词，最重要的就是要找出我们记不住单词的原因。就像一辆车坏了，你得先找出它坏在哪里才有可能把它修好。

如果你能够用一天的时间记忆800个以上陌生的英语单词，并且第二天没忘记，甚至过了更长的时间还能记住，那么后面的内容你基本上可以不用看了（当然这本身不是大多数人能做到的）。如果你连一天记忆300个单词都没有完全的把握，那么接下来的内容对你将非常重要！

1. 不懂得英语单词的构造原理

一个单词为什么是这个意思？为什么要用这一串字母来为其造字？出于什么样的造字考虑呢？这些“造字机理”方面的事情，历史上从来没有一本书将其讲清讲透，因此中国人面对英语单词就像面对一个个密码，即使背下来了，也同样疑惑重重，没有可靠的解义线索和记忆线索，大部分靠死记硬背。

2. 汉语是表意系统，英语是表音系统

每一个人都有学会任何国家语言的能力，甚至是动物的语言，狼孩就是很好的例子。但这种能力是有限性的，年龄越小越能自动习得。婴儿出生后的0~6个月是学习语言的关键期，虽然他还不会说话，但已经开始大量吸收信息。所以简单来说，人类有先天学会母语的能力，并且在学会母语的过程中，大脑的思维能力同步成长，就好比给大脑安装了语言软件，只不过汉语安装的是表意系统的软件，英语安装的是表音系统的软件。因为两种语言有很大的差异，所以我们就会有先入为主的问题，出现不兼容的情况。

3. 先学汉语拼音，后学英语，难免混淆视听

汉语拼音先入为主的“相克”效应，会对英语单词记忆产生一定的影响。很多人是从小学一年级起就开始学拼音，到了初中一年级才开始学英语。这就造成了在正式学习英语单词的几年前就先以汉语拼音的方式接触了26个拉丁文字母。这种先入为主，直接影响了我们对由拉丁文字母组成的另一个符号系统——英文单词的正确认识，进而导致两者混淆视听。举例：大小的“大”字，它的发音“da”，字音字义没有任何关联。

二、英语单词背后的秘密

英语的来源虽然很复杂，但是它其实具备一些基本规律，如果掌握了这些规律，就能有事半功倍的效果，如词源规律、英语的偏旁部首（词根、前后缀）、音变规律、乾坤大挪移等。在学习英语之前，你还要问自己几个问题：“单词”和“汉字”分别是怎么回事，可以一样理解吗？英语单词有什么样的特征？如果我们还没有认真思考过上述问题，就直接开始记忆单词，这样就好比上了战场，手中却没有武器，也不知道敌人在哪里，这不是送羊入虎口吗？或者换一个比喻：你要从北京到广州，不清楚路线，没有准备好交通工具，就开始了一场说走就走的旅行，其结果只能是越走越辛苦，直至崩溃。

因此，不要小看英语单词，它的背后还隐藏着不少小秘密呢。

1. 隐藏在词源里的秘密

要想学好一门语言，必须了解这种语言所承载的文化。而在众多的要素中，词汇和文化的关系最为密切，一个词汇成为某事物的称呼总是有一定道理的，词汇的起源甚至直接源自文化的发展变迁。词源能让大家看到词汇构成的发展，从而充分理解单词。我们都知道理解有利于记忆，很多单词的背后都有一个与词义演变有关的鲜活故事，了解这些故事，不仅可以对学习这门语言和了解相关文化起到重要作用，还可以通过分析造词的过程使人们对历史传统、社会风俗、认知特点和审美习惯等文化因素有一个全面的了解和认识。由此可以大大激发学习语言的兴趣，了解语言背后的文化积淀！

所以，学习词源不仅仅是记忆单词！

例如：袋鼠是澳大利亚特有的动物，英文名称kangaroo是由误解产生的。传说1770年，英国航海家詹姆斯·库克船长的船队停靠在澳大利亚的东海岸，船员们看到那里到处都是这种奇怪的动物，便问当地人那些动物的名字。当地人听不懂英语，英国船员也听不懂当地话，当他们听到当地人说类似kangaroo的一串音节时，便认为这是那种动物的名称。此后，英语中一直把袋鼠叫作kangaroo。

2. 隐藏在单词“偏旁部首”里的秘密

我们从小学汉字就知道要先学习偏旁部首，只要知道了偏旁部首就有可能猜出大概的词义，其实在英语中，通过分析词根、词缀（前缀、后缀）也能大致地猜出单词的意思。更加重要的是，大学英语六级所要求的词汇大约有80%可以分解成“词根+词缀”的形式。所以在学习英语单词之初就建立“偏旁部首”的意识非常重要，并且随着自身词汇量的增加，越到后面记忆越高效、轻松。

①80%的单词包含的词根、词缀只有400多个。

词根：词根不仅是一个单词的核心，同时也是一组单词的共同核心，它包含着这组单词共同的基本意义。所以词根最大的特点就是衍生能力很强，能够以一当十，甚至更多。

分析词根、前缀、后缀也能高效地记单词。例如：“prologue”（前言）、“monolog”（独白）、“epilog”（结语）、“travelog”（旅行纪录片）、“dialog”（对话）、“apology”（道歉）等单词中，有一个共同的核心“log”（语言），是这组单词共有的词根，因此这组词的意义都与“语言”有关。由此可见，掌握适量的词根对于快速扩充词汇量起着至关重要的作用。

词根的意义不容忽视。随着学生年级的上升，词根在记忆英语单词乃至整个英语学习过程中的作用越来越大。在两万个英语单词里，常见词根（含有规律的音变）只有400多个，几乎囊括了80%的单词。我们建议的学习步骤是：小学阶段可以通过简单词先了解英语单词的词根、词缀，逐步了解英语单词构词的概念，建立依据词根、词缀拆分单词的意识；初中阶段使用已知的少量词根，练习记忆单词；高中阶段然就可以有计划地记忆常见的400个词根。当你发现记忆英语单词原来如“词”简单时，就可以坚“词”到底，最后练成“词词不忘”的“盖词神功”。

②词根与词缀如何构词？

一个词根构成的单词：fact（做）→fact（事实）。

词根 + 词根构成的单词：manu（手）+script（写）
→manuscript（手稿）。

词根+词缀构成的单词：govern（管理）+ment（后缀）
→government（政府，内阁）。

加前缀：im（入）+port（运）→import（输入，进口）。

加后缀：equ（相等）+ate（使）→equate（使相等）。

同时加前、后缀：pro（向前）+gress（步）+ive（……的）
→progressive（进步的）。

多重词根、词缀：in（不）+co（合）+her（黏）+ent（……的）
→incoherent（无黏合力的，分散的）。

③词根、词缀能帮我们做什么？

第一，更准确地理解、记忆单词词义。

单词bicycle（自行车）是由bi+cycle组成。其中词根cycle是“循环、圆圈”的意思，前缀bi表示“两个，双倍的”——两个圆圈组成了自行车。同样tri“三个、三倍的”+cycle“循环、圆圈”构成了tricycle（三轮车）。

单词embed表示“安置，嵌于”，可以拆分成两个部分：em（进入）+bed（范围：床，本义是“坑”）→进入范围（进入坑）→安置，嵌于。

这个过程可以帮我们更好地理解bicycle和embed这两个单词的词义了。

第二，揭示音、形、义规律。

英语是一种长于表音的文字，音与形、义的关系更为密切。“因声求义，形近义同”，就是说发音相似的词根很可能意义有相近之处，词

形相近的词根很可能同源。

词根作为英语单词的核心，不但在形、义上起决定性的作用，对单词的发音也有重要的影响。尽管词根的发音受拉丁文、希腊文的影响会发生一定的变化，但词根对整个单词的读音还是起到了主导作用。从单词音节的划分来看，词根音节是天然的标志；从单词重音来看，词根常常担当重任；从单词内部的语音同化现象来说，一般是词根的音素同化词缀的音素。所以，掌握了词根往往也抓住了单词的读音重点。

第三，快速扩充词汇量。

一个词根可能带出的是一组词汇，记住词根、词缀相当于缩短了每个单词的记忆单元。如import这个单词，如果死记硬背是i、m、p、o、r、t六个记忆单元，而拆分成im（入）+port（运）=import（输入、进口），就变成了两个记忆单元。

在记忆学里，记忆单元越少，相对来说就记得越快，相同的时间内词汇量扩充得越多。另外，词根还有迁移性，如port可以在import里担当重任，也在transportation、opportunity、passport、report、sport、airport、support、unimportant、importance、important等这一族群中堪当大任。

3. 隐藏在语音里的秘密

英语属于印欧语系，后来由于群族迁移到不同的地方，才使得语言发生了变化。这种变化类似于汉语方言的变化，有很强的规律性。英语中大量的同源词就是通过音变派生出来的。

而且英语单词由若干字母组成，发音不同，写法自然也不同，字母有规律变换后，写法不同，但基本的意义不变。

①b-p-f-v-w音。

中文的“泊”有两种发音：“漂泊（bó）”和“湖泊（pō）”；“番”也有两种发音：“番（fān）茄”和“番（pān）禺”。英语中burse与purse都指“钱包”，词根scrib与script相对应；live（生活）与life（生命），give（给）与gift（礼物），save（救）与safe（安全），都体现了f与v的对应转换；wine（葡萄酒）与vine（葡萄树），体现了w与v的对应。

②g-c-k-h音。

中文中，如“咖”有两种发音：“咖（gā）喱”和“咖（kā）啡”；“会”有两种发音：“会（huì）议”和“会（kuài）计”。英语中，angle（角度）与ankle（踝），guest（客人）与host（主人）相对应；英语中c与k的音相同，语义上也相关，如cat（猫）与kitty（小猫）；c与h经常对应，color与hole的col和hol表示“遮盖，隐藏”，color指一种色可以遮盖另一种色，hole是可以“隐藏”的地方。

③d-t-th-s音。

中文中“弹”有两种发音：“子弹（dàn）”与“弹（tán）钢琴”。英语中，词根里的d与t也会出现对应或替换的现象。

④a-o-e-i-u音。

不仅仅是辅音字母有转换的情况，英语中元音字母也存在这样互转的情况，替换后词根的基本意思并没有大的改变。

如：gold（黄金）与gild（镀金），就是典型的o-i互换；cap, cip, cup, capt, cept都有“抓”的意思；同源异形根band, bend, bind, bond, bund都有“绑”的意思。

第二节 英语单词记忆方法

一、音译法

1. 音译词

以读音相近的字翻译外族语言而形成的单纯词，称为音译词。

①sofa[ˈsəʊfə]n. 沙发。

②golf[ɡɒlf]n. 高尔夫。

③mew[mjuː]n. 猫叫声。

④radar[ˈreɪdɑː]n. 雷达。

⑤bus[bʌs]n. 巴士。

这些单词都是根据原发音的谐音翻译过来的，所以根据其发音即可知道单词是什么意思。这种单词往往有历史较短、接近现代的特点，在英语词库中不多见，记忆时虽然发音与意思易于记忆，但是也得注意拼写。

花2分钟时间记忆以上5个单词的发音和拼写，看你是否能够记忆下来。来挑战一下！

你还知道哪些音译词：

2. 谐音法

寻找英文单词发音的中文谐音，然后在中文谐音和英文单词的词义之间进行联想记忆的方法，称为谐音法。谐音法是一种非常个性化的记忆方法，对有些单词的记忆，你如果能够找到一种好的谐音，就可以立即记住这个单词。因为谐音可以采用方言，甚至采用其他外语。即使母语是英语的学生在学习英语时，也可以采用与谐音法原理相似的方法。

在发准音的基础上找到的谐音只是提供一种信息的检索手段，就好像是连接单词音和义的一座桥梁。它只是一种记忆的线索，达到目的后，桥梁就不再需要了。也就是说，通过中文谐音这座桥梁，我们能马上联想到单词的准确发音和准确词义，慢慢在大脑中形成了长期记忆，之后只要听到发音或词义，不需要通过中文谐音也能很自然地想起对方了，这就是记忆学里的“记忆过河拆桥论”，但若没有这座桥梁，你对目的地只能望“河”兴叹，何谈发音是否准确？

用谐音法记忆时，要注意，人们对同一个事物采用不同的谐音，产生的认知和记忆线索是完全不同的，所以一个好的谐音对于记忆的效果是非常显著的。

①ambulance[’æmbjələns]n. 救护车。

谐音：俺不能死。



ambulance联想图

②ambition[æm'biʃn]n. 野心。

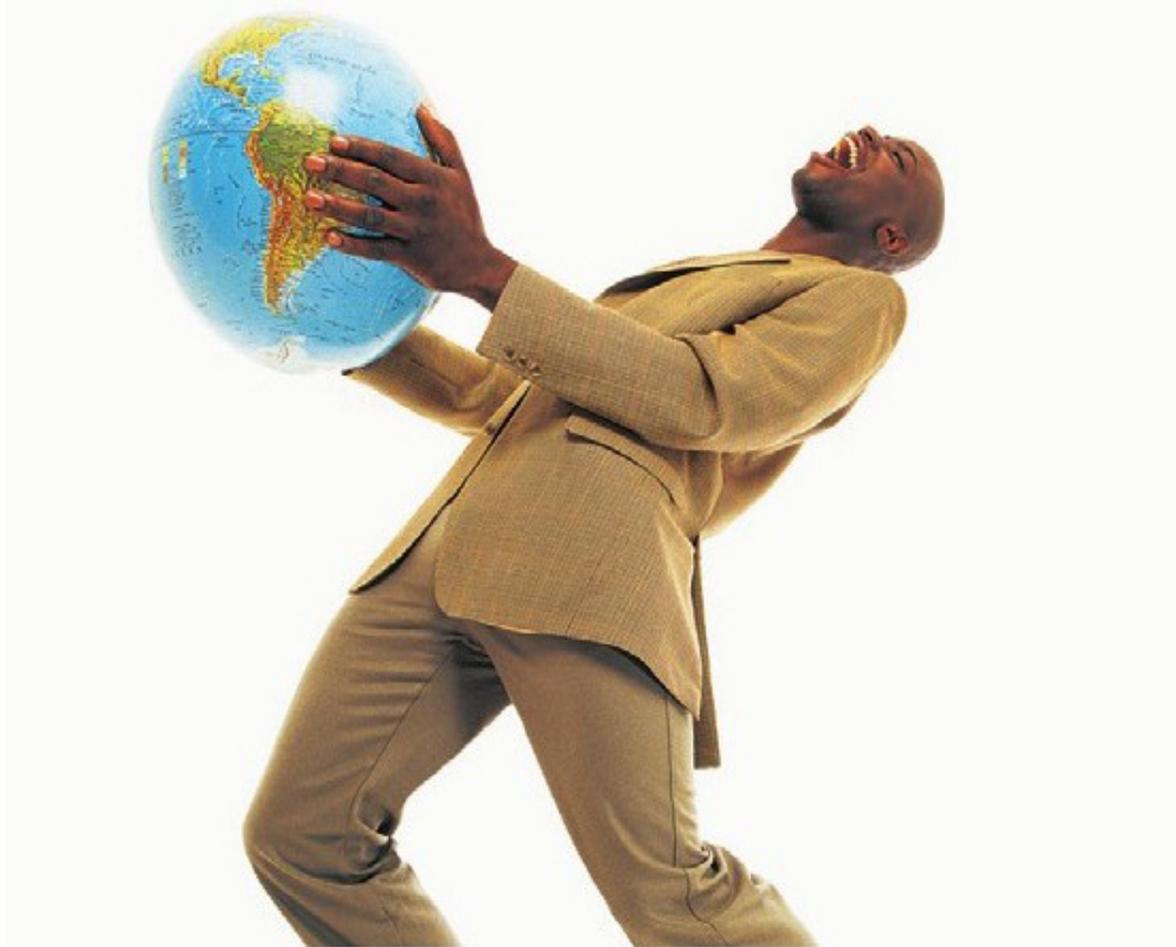
谐音：俺必胜。



ambition联想图

③global['gləʊbəl]adj. 全球的；全世界的。

谐音：哥搂抱。



global联想图

二、拼音法

我们在记忆英语单词之前，如果首先能读准单词的发音，然后按照发音与字母的对应规律写出单词的拼写，这种记忆原理就叫作英语单词

语音记忆法。根据语音记忆单词，在记住单词的同时，又能学会听和说，克服了哑巴英语的尴尬，一举两得！

1. 全拼法

有些英语单词的拼写形式与汉语拼音完全一样，可以利用汉语拼音对应中文含义，结合单词词义来联想记忆，这种方法称为全拼法。

①fare[feə]n. 食物；旅客；费用。

拼音：发热。

联想：发热的食物给旅客，不收费。

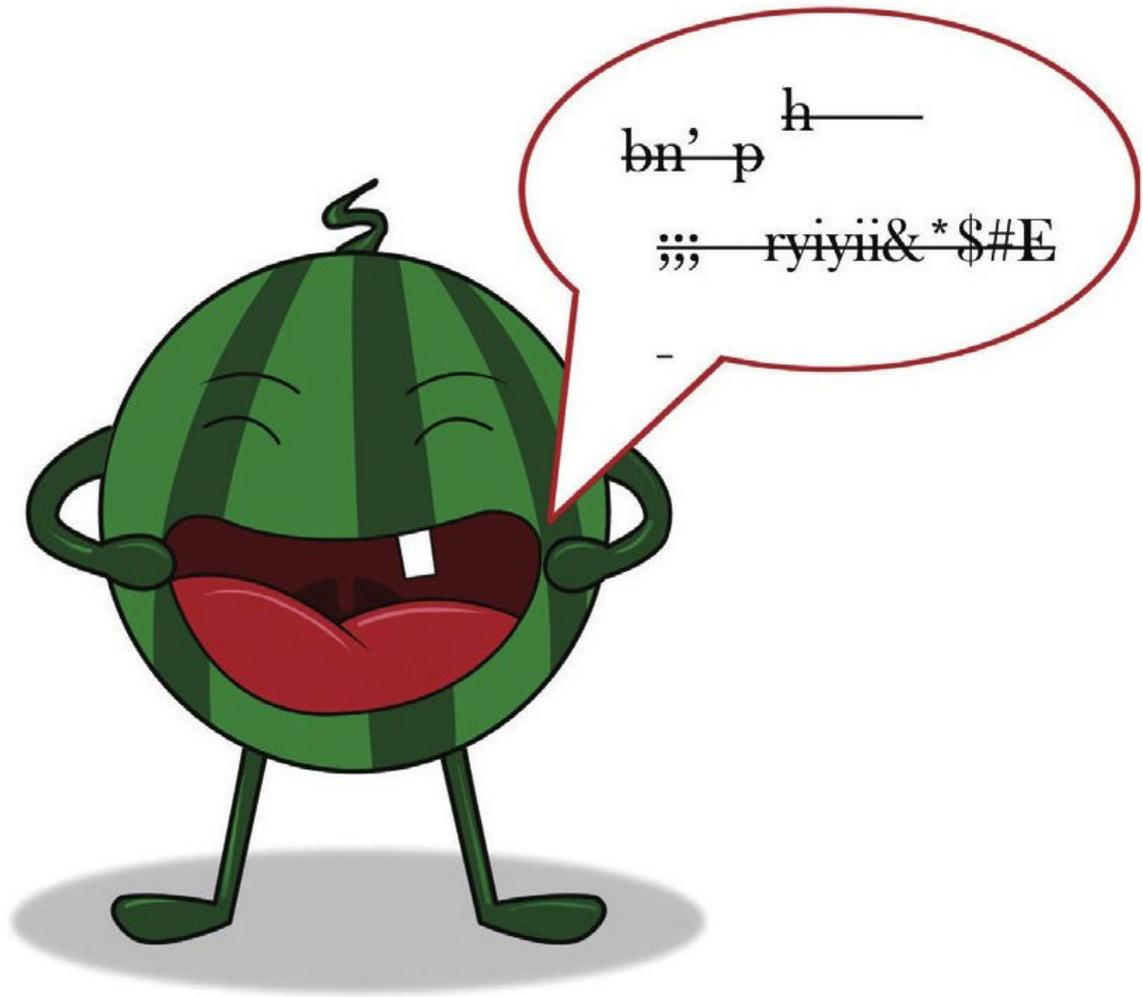


fare联想图

②language[ˈlæŋɡwɪdʒ]vi. 语言。

拼音：烂瓜哥。

联想：我听不懂烂瓜哥的语言。



language联想图

③mile[mail]n. 英里；较大的距离。

拼音：弥勒。

联想：弥勒佛相隔一英里。



远



mile联想图

④change[tʃeɪndʒ]n. 改变； vt. 改变。

拼音：嫦娥。

联想：嫦娥改变形象，用化妆！



change联想图

⑤lute[lu: t]n. 琵琶。

拼音：鹿特。

联想：鹿特别喜欢琵琶。



lute联想图

⑥mote[məʊt]n. 尘埃；微粒。

拼音：模特。

联想：模特身上没有尘埃和微粒。



2. 拼音组合法

两个或多个字母形成中文字词一部分发音的拼音组合，用这些发音对应的中文字词与单词意思联想记忆的方法，称为拼音组合法。

①desk[desk]n. 书桌；写字台。

拆分：de（得）+sk（烧烤）。

联想：得到在书桌上吃烧烤的机会。

②draw[drɔː]n. 画。

拆分：dr（敌人）+aw（一个王冠）。

联想：敌人在一个王冠上画画。

③help[help]v. 帮助。

拆分：he（鹤）+lp（落魄）。

联想：白鹤落魄地寻求帮助。

三、字形记忆法

1. 相似比较法

在英语单词中，有大量形近的单词，弄不好就混在一起了，应引起我们的高度重视。而且，在考试的时候，出题组的人也经常找出这样的词来考大家，因为这样才有“杀伤力”。

把“长”得像的单词放到一起背，利用已知去背未知的单词将会事半功倍。更重要的是，我们会发现，即使是背单词这种无聊透顶的事，也可以变得趣味盎然。反正是要背，何不让自己轻松一点？

相似比较法与归纳比较法的相同点：都是确定单词彼此间的差异和共同点，并对相似的单词进行比较分析，把它们的差异点和共同点找出来，然后进行记忆。

不同点：归纳比较组块法主要体现在“组块”多个单词上，相似比较法强调的是两个单词做比较。

举例说明：

①policy[ˈpɒləsi]n. 政策；方针。

与policy形似的熟词，police（警察）。

联想：政策是对的（y），警察要睁大眼睛（e）执行。

②sheet[ʃi:t]n. 被单；被褥。

与sheet形似的熟词，sheep（绵羊）。

联想：山坡（p）上绵羊在被单里睡觉，还不时踢（t）被子。

③gaze[geɪz]v. 盯；凝视。

与gaze形似的熟词，game（比赛，游戏）。

联想：盯着比赛。

④glue[glu:]n. 胶；胶水。

与glue形似的熟词，blue（蓝色的）。

联想：蓝色的胶水是哥（g）买的。

⑤cream[kri: m]n. 奶油；乳脂。

与cream形似的熟词，dream（做梦）。

联想：小弟（d）做梦（dream）都想吃（c）奶油（cream）。

⑥trap[træp]vt. 设陷阱捕捉；诱捕。

颠倒拼写：part（部分）。

联想：国家严禁打猎，一部分猎人还是设陷阱捕捉。

2. 归纳比较法

英语单词数目庞大，但是构成单词的字母，就只是那26个字母，这就必然会出现很多词形类似的单词。这类单词由于“长”得太像，可能还会经常混淆我们的视听，所以根据其“长相”进行归类，不仅能更有利于记住这些词，还有利于找出它们的区别所在。

angle角；角度

bangle手镯；脚镯

dangle悬挂

fangle新款式；新发明

jangle发出刺耳的声音

twangle口音；鼻音

tangle纠缠

entangle使纠缠

untangle解开

wangle使用策略；使用诡计

这一组单词的词形类似，它们都有angle，这是它们的共同点。同时，它们又不完全一样。我们在它们彼此不同的部分下面画了线，如果要记忆这组单词，关键就是创造画线部分与汉语意思的联结。这样，记忆信息量一下就少了很多。

①bangle['bæŋgl]n. 手镯；脚镯。

b拼音“臂”。

联想：手臂上戴着手镯。

②dangle['dæŋgl]v. 悬挂。

d拼音“吊”。

联想：吊即悬挂的意思。

③fangle['fæŋgəl]n. 新款式；新发明。

f拼音“发”。

联想：发→发明→新发明。

④jangle['dʒæŋgl]v. 发出刺耳的声音。

j拼音“尖”。

联想：尖→尖叫→发出刺耳的声音。

⑤tangle['tæŋgl]n. 纠缠。

谐音“探戈”。

联想：跳探戈的人们纠缠在一起。

⑥entangle[in'tæŋgl]v. 使纠缠。

en前缀，表示“使……”。

联想：使跳探戈的人们纠缠在一起。

⑦untangle[,ʌn'tæŋgl]v. 解开。

un前缀，表示“反义”。

联想：纠缠与解开互为反义词。

⑧wangle['wæŋgl]v. 使用策略；使用诡计。

w拼音“我”。

联想：我使用策略的时候，有人说我使用诡计。

四、编码法

1. 字母编码原则

将字母进行形象化的编码，用字母形象串联起来记单词的方法称为字母编码法。记忆术就是用逻辑或非逻辑思维将记忆信息创造成联结形象记忆的艺术，我们记忆英语单词时需要将拆分的信息联结。

举例说明：

①woo[wu:]vt.&vi. 求爱。

w（乌鸦）+oo（眼镜）

联想：乌鸦戴着眼镜求爱。



woo联想图

②assess[ə'ses]vt. 评估。

a (啊) + e (咦) + s (美女)

联想：啊2美女！咦2美女！

评估哪边漂亮？



assess联想图

③boom[bu: m]n. 繁荣。

boo (600) +m (麦当劳)

联想：一条街有600家麦当劳，真繁荣！



boom联想图

注：单词拆解后的形象编码进行联想时，要注意按照原有字母顺序联想，不能颠倒字母顺序。

26个英语字母编码如下表，在记忆单词之前，先记住每个字母的形象，再去记忆单词就简单多啦，不信你试一试！

26个英语字母编码

Aa	苹果	Bb	笔	Cc	月亮	Dd	弟弟
							
Ee	鹅	Ff	斧头	Gg	哥哥	Hh	椅子
							
Ii	蜡烛	Jj	钩子	Kk	机枪	Ll	棍子
							

(续表)

Mm	麦当劳	Nn	门	Oo	鸡蛋	Pp	皮鞋
							
Qq	气球	Rr	小草	Ss	蛇	Tt	伞
							
Uu	水杯	Vv	漏斗	Ww	皇冠	Xx	剪刀
							
Yy	衣撑	Zz	闪电	我都记住啦!			
							

2. 字母组合编码法

我们遇到的单词，往往是字母和字母组合而成，前面的内容让我们熟悉了字母编码的形象化和联想，接下来我们熟悉一下字母组合的形象化联想。将两个或多个字母根据拼音化、谐音化或形象化处理后，编码为某一熟悉事物，在记忆单词时再联想串联记忆的方法，称为字母组合编码法。

一般字母组合形象化联想的编码形式以拼音为主，外形、谐音的联想为辅。

常用字母组合编码

字母组合	联想	形象
st	石头（拼音）	
xo	酒（特定含义）	
ap	苹果（单词首字母）	
mb	面包（拼音）	
imi	蛋糕（外形）	
ili	吊灯（外形）	
gr	工人（拼音）	

对于字母组合，我们如果能够训练出快速形象化的能力，那么记忆单词时会轻松很多。下面的单词记忆方法举例中会有常见字母组合编码示例，大家可以熟练掌握。

①bamboo[ˌbæm'buː]n. 竹子。

bam（爸妈）+boo（600）

联想：爸妈吃了600根竹子！



bamboo联想图

②trap[træp]n. 陷阱。

tr（树）+ap（阿婆）

联想：阿婆掉到树下的陷阱里面了。



trap联想图

③dive[daiv]vi. 跳水。

d (弟) +ive (夏威夷)

联想：弟弟在夏威夷跳水。



dive联想图

④mall[mɔ: l]n. 购物商场。

ma (妈) +11 (11)

联想：妈妈有11个，组团去购物商场。



mall联想图

五、字源法

每一个字母都对应某种形象，其构成意义或外形组成一种特定意义的单词，由于此方法起源于古代象形文字，故称为字源法。

举个例子：

eye[ai]眼睛。

e眼珠；y鼻子

联想：两只眼珠生在鼻子两边就是眼睛。



eye联想图

这个方法非常简单，你也来试一试。

单词及其简图对照表

单词	拆分	形象简图
bed 床	“b__d” 床架 e 床垫	
out 外出	o 太阳 u 山谷 t 升起	
weep 眼泪	w 水 ee 眼睛 p 滴	

但是，英语单词中的字源并不多，这种方法只是让大家对形象化单词记忆思维有一个初步的认识，并且在记忆单词时尝试用联想、图像记忆方式，所以字源法在记忆单词过程中可能应用得不多。

六、熟词法

英语中有很多单词是由两个或者两个以上的单词组合而成的。熟词法就是为了满足快速记忆单词的需要，将新单词分解成两个或两个以上熟悉的部分，再根据以熟记新的记忆原理，借助联想技巧来记忆单词的一种方法。

1. 熟词+熟词

①football[ˈfʊtbɔːl]n. 足球（英）；橄榄球（美）。

foot（脚）+ball（球）

②greenhouse[ˈɡriːnhaʊs]n. 温室。

green（绿色）+house（房子）

③timetable[ˈtaɪmteɪbl̩]n. 日程表。

time (时间) +table (表格)

2. 熟词+字母

①hero[ˈhɪərəʊ]n. (男) 英雄。

her (她的) +o (太阳)

联想：她的英雄是心中的太阳。



hero联想图

②want[wɒnt]vt. &vi. 想；要。

w (王冠) +ant (蚂蚁)

联想：王冠是蚂蚁想要的。

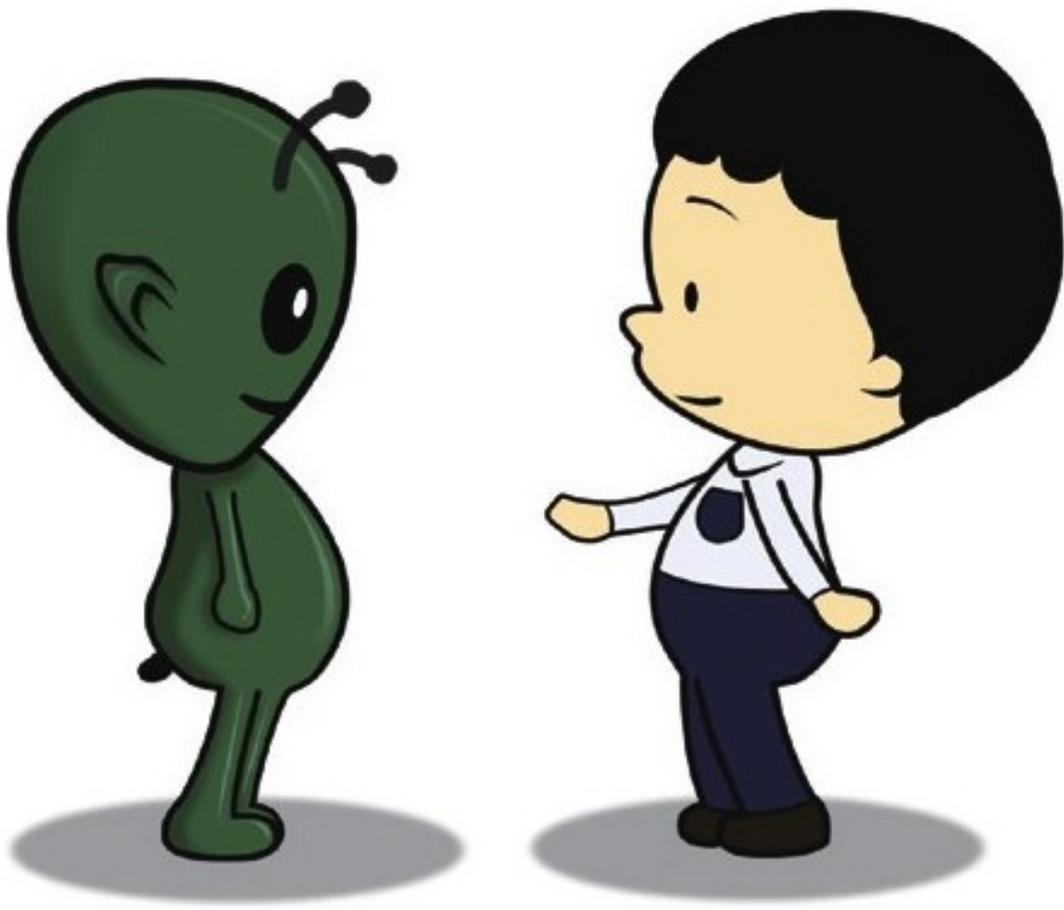


want联想图

③meet[mi: t]vt.&vi. 相遇；相识。

me（我）+et（外星人）

联想：我与外星人相遇相识。



meet联想图

④jacket['dʒækɪt]n. 短上衣； 夹克。

jack（杰克）+et（外星人）

联想：杰克夹克上有外星人。



jacket联想图

3. 词中找词

①sinister[ˈsɪnɪstə]adj. 险恶的。

sister (姐姐) +ni (你)

联想：你的姐姐是险恶的。

②shrimp[ʃrɪmp]n. 小虾。

ship (船) +r (儿) +m (麦当劳)

联想：船长的儿子常在麦当劳吃小虾。

③boast[bəʊst]n. &v. 自夸。

boat (小船) +s (美女)

联想：小船上的美女爱自夸。

4. 词中造词

①arrive[ə'raɪv]v. 到达；抵达。

ar (矮人) +river (河) +r (草，此处添加了字母r，创造了river)

联想：矮人到达河边，发现没有草。

②treasure['treɪzə]n. 金银财宝；财富。

t (他) +read (阅读，此处添加了字母d，创造了read) +sure (当然)

联想：“书中自有黄金屋”，他阅读很广，当然能够获得很多财富。

③barbecue['bɑ: bɪkju:]v. 烧烤。

bar (酒吧) +bee (蜜蜂，此处添加了字母e，创造了bee) +cu (醋)
+e (鹅)

联想：在酒吧烧烤蜜蜂，加醋和鹅肉一块吃。

七、综合训练

根据自己记忆单词的实际情况，将以上方法综合起来灵活运用，从而实现单词快速记忆的方法，称为综合法。

①chrysanthemum[kri'sænθəməm]n. 菊花。

第一步，正确发音读3遍。

第二步，观察分析。

chry（哭+h）；san（三）；the；mum（妈妈）

第三步，选定方法。

编码法+拼音法

联想：坐在椅子上哭了三小时的那个妈妈获得菊花。

第四步，还原修正复习记忆。



chrysanthemum联想图

②yeoman[ˈjəʊmən] 仆人。

ye (外衣) +o (洞) +man (男人)

联想：外衣有洞的男人是仆人。



yeoman联想图

八、英语词组记忆方法

有些词组表达的含义并非2个或多个单词表面含义的组合，而是一种习惯用语或是含义表达，所以当我们学习这类词组时需要特别注意，用恰当的联想来记住真实含义。

①stay up熬夜。

stay（待着）up（升起）

联想：在教室待着熬夜学习，直到太阳升起。

注意：区别于stand up站起来。

②watch out当心；注意。

watch（看）out（外面）

联想：看外面出了车祸，你驾车要当心啊！

注意：别将含义理解成“看外面”。

英语里面有很多常用单词短语，“××+a”、“××+b”、“××+c”等，可以延伸出不同短语句型，当我们遇到这些短语时常常会因为误解表面含义而使用错误，下面以“give”短语为例，给大家分享一下，如果后续记忆“look”“take”等短语时可以借鉴使用。

①give away泄露；分发；赠送。

give（给）away（远离）

联想：给了你机密文件，若你远离祖国，去国外泄露我们国家的秘密，还分发、赠送给好几个国家，就必须逮捕你！

②give off释放

give（给）off（离开）

联想：给自己一个理由离开都市，到大自然释放自己！

③give over=hand over转交。

give（给）over（额外的）

联想：给你额外的报酬，转交给你父母。

通过上面的介绍，大家可能掌握了形象记忆单词和词组的基本方法。懂得举一反三地使用方法，在后续的学习中能够不断尝试使用，使自己对这种高效学习记忆英语单词的方法越用越活也非常重要。

希望大家今后在记忆英语单词和英语词组方面拥有更多信心，更加轻松高效地学习，逐步提升英语成绩！

第四章 文综记忆勿忘我

说到文综记忆，大多数人最常用的方法就是死记硬背。死记硬背不但耗时长，而且见效慢。当然，除了死记硬背，你还可以用前面说到的分丝析缕法，但是这两种方法要应对信息繁多的文科知识显然是不够的，我们必须根据不同的情况选择不同的方法。

第一节 政治记忆专题

很多学生都对政治课比较头疼，因为政治课的内容比较枯燥、抽象，而且需要记忆大量的材料，特别困难。怎么办呢？下面给大家举一些例子，看看如何用记忆法巧记政治知识。

一、用人物定桩法记忆“八荣八耻”

在政治课里，有一些内容比较抽象，上下文的联系性较低。记忆这样的内容难度较大，特别是内容比较长时，想一字不落地记住，要耗费很多时间。其实，适当地运用一些记忆方法，可以让我们省去不少时间。下面以“八荣八耻”为例，说明一下抽象信息的记忆方式。

八荣八耻

以热爱祖国为荣，以危害祖国为耻；

以服务人民为荣，以背离人民为耻；

以崇尚科学为荣，以愚昧无知为耻；

以辛勤劳动为荣，以好逸恶劳为耻；

以团结互助为荣，以损人利己为耻；

以诚实守信为荣，以见利忘义为耻；

以遵纪守法为荣，以违法乱纪为耻；

以艰苦奋斗为荣，以骄奢淫逸为耻。

八荣八耻共112个字，不但每条的内容不能错，先后顺序也不能乱，很多人对此很头疼。

其实，我们仔细观察一下就可以发现，“八荣”与“八耻”是相对的，记住“八荣”就很容易推算记住“八耻”，而且“以……为荣”、“以……为耻”是固定搭配的，不需要特别记忆，只用记住中间的4字词语即可。“八荣”都特性鲜明，可以运用人物定桩法来记忆。

人物定桩法，前面已经介绍过，这里再简单复习一下此方法的运用步骤：

第一步，选出八个熟悉有序又个性鲜明的人物并记住：

爷爷、奶奶、爸爸、妈妈、哥哥、姐姐、七仙女、猪八戒。

第二步，八个人物依次与“八荣”的关键词语进行联结：

“八荣”对照联想表

序号	人物	八荣	联想
1	爷爷	热爱祖国	爷爷是红军，很 热爱祖国
2	奶奶	服务人民	奶奶经常在社区做义工， 服务人民
3	爸爸	崇尚科学	爸爸是科学家， 崇尚科学
4	妈妈	辛勤劳动	妈妈做饭、洗衣服、做家务，很 辛勤地劳动
5	哥哥	团结互助	哥哥和我们很 团结 ，经常 帮助 我们
6	姐姐	诚实守信	姐姐非常 诚实守信 ，将捡到的钱交给了老师
7	七仙女	遵纪守法	七仙女没有 遵纪守法 ，私下凡间
8	猪八戒	艰苦奋斗	猪八戒艰苦奋斗 去西天取经，为了娶嫦娥

第三步，记住“八荣”的内容后，再核对原文对比记住“八耻”。

热爱祖国——危害祖国；服务人民——背离人民；

崇尚科学——愚昧无知；辛勤劳动——好逸恶劳；

团结互助——损人利己；诚实守信——见利忘义；

遵纪守法——违法乱纪；艰苦奋斗——骄奢淫逸。

这样的话，只需要记住“八耻”的关键词，就可以顺利地记住整个内容。

二、用歌诀法记忆“东盟十国”

在学习政治的时候，有一类信息，我们只需要记住若干个名字即可，而不需要过度展开，比如“东盟十国”。

老挝 马来西亚 新加坡 菲律宾 越南

泰国 柬埔寨 印度尼西亚 文莱 缅甸

由于这几个国家的名字相对较熟悉，只需要回忆线索即可，可以用歌诀法来记忆，但是注意不要将印度尼西亚记成印度。

歌诀：老马新飞跃，太监印文免。

对比：老马新菲越，泰柬印文缅。

三、用简图法、故事联想法记忆简短内容

在政治课里，会有些简答的题目，这些题目不是很长，但要想准确记忆，也需要费一些功夫。这就需要借助忘记法。

经济发展的原因：

第一，国家统一、社会安定、政治清明、政局稳定。

第二，统治阶级注意调整统治政策，鼓励发展生产。

第三，大规模农民战争的推动。

第四，中原人民的迁移，使先进的生产技术和工具传播，使所到之处经济发展。

第五，各地区各民族经济文化交流和中外交流。

第六，科学技术的发展。

第七，广大人民的辛勤劳动，促进了生产的发展。

浏览经济发展的七条原因，会发现每条都是一个侧重点和代表，例如前三条是范围由大到小，后面几条涉及技术及软实力方面，我们可以挑选关键词来记住七条的核心，再扩充记忆具体内容。

要想记住这些内容，我们可以用简图法、故事联想法。

第一步，挑选出七句话的关键词：

国家、统治阶级、农民、生产技术和工具、交流、科技、辛勤劳动。

第二步，根据关键词绘制简图。

第三步，关键词扩充记忆原文。

国家——国统、社安、政清、局稳；

统治阶级——调整政策、鼓励生产；

农民——战争推动；

技术工具——中原人迁徙传播；

交流——各族、中外；

科技——发展；

辛勤劳动——促进。



四、用数字定桩法记忆辩证法

- ①联系的普遍性：事物的联系是普遍的、客观的，把握因果联系的重要性，事物之间联系的多样性和复杂性，整体和部分的辩证关系。
- ②运动和发展：运动是物质的根本属性，运动和发展的普遍性，正确理解发展的实质要以发展的观点看问题，要有创新精神，与时俱进，学会创造性思维。
- ③规律：规律的普遍性和客观性，认识和利用规律，坚持实事求是，按客观规律办事。
- ④坚持矛盾分析的方法：坚持两分法，防止片面性，承认矛盾的普遍性与客观性，是正确对待矛盾的前提。
- ⑤矛盾的普遍性与特殊性：主要矛盾和次要矛盾、矛盾的主要方面和次要方面、具体问题具体分析。
- ⑥内因和外因：坚持内因和外因相结合的观点。
- ⑦量变和质变：量变、质变及二者之间的关系，用量变引起质变的道理看问题，办事情坚持适度原则。
- ⑧事物发展的趋势：事物发展的总趋势是前进的，新事物必定战胜旧事物，事物发展是前进性与曲折性的统一。
- ⑨辩证法和形而上学的对立：唯物辩证法的根本观点是承认矛盾，主张用联系的、发展的观点看问题。

上面的信息共有九条，而且每条都是枯燥难懂的句子，如果仅用故事联想法、绘图法或歌诀法很难处理，运用定桩法来记忆则会好很多。定桩法中可以选取数字定桩法或地点定桩法，由于数字定桩法较为简单，本题可以运用数字定桩法来记忆。（数字编码参考附表1）

第一步，浏览记忆素材，找到核心点，再运用联想方式将核心点与编号对应的编码进行联结，联结后多巩固一下，区分真实含义与联想的字面含义。

辩证法的记忆方法

编号	编码	联想
01	小树	联系可以想到“系链子”，小树上系了好多链子，好多代表普遍性，即可记下联系具有普遍性
02	铃儿	运动（云动）和发展（罚站），要用发展的观点看问题。云儿拴着铃儿运动，云儿要被罚站
03	三脚凳	规律谐音倒字：绿龟，绿龟翻身睡在三脚凳上，四只脚有规律地运动着
04	小轿车	坚持两分法，即矛盾分析的方法，用矛和盾将小轿车分成两半，认识事物从两面出发，多方位思考，防止片面性
05	手套	矛盾的普遍性和特殊性，认识到事物具有普遍性，但有时候也要具体问题具体分析。比如天气冷的时候要戴手套，这是矛盾的普遍性，但如果我要写字，就要取下手套或者换上方便写字的手套，这就是矛盾的特殊性，即具体问题具体分析
06	手枪	内因和外因，内因是事件发生的主导，外因是事件发生的必要条件，要坚持内因、外因相结合的方法。手枪也有内外，内是子弹，外是手枪枪身，在自卫时子弹是主导，枪身是必要条件
07	锄头	量变（两边）和质变（纸边），量变发展到一定程度必然引起质变，要坚持适度（湿度）原则。用锄头挖纸的两边，挖好后放进水里增加湿度
08	溜冰鞋	事物发展的趋势是新事物的产生和旧事物的灭亡。溜冰鞋坏了之后扔掉即灭亡，买新的、更好的即新事物的产生
09	猫	辩证法（边蒸发）和形而上学（形体能否上学）的对立，猫一边想着蒸发，一边又想自己的形体是否可以上学，这两个想法是对立的

第二步，用数字定桩法联想以上信息要点后，核对原文复习记忆。

五、用思维导图巧记文化的作用

在政治课方面，还需要记忆一些长篇大论的内容。要想记忆这些内容，靠前面所说的简图法、歌诀法等都做不到。即使记下来，也比较复杂，这时就需要借助思维导图法。下面以“文化的作用”为例来说明一下。

文化有何作用？

对个人的作用：

(1) 文化影响人。

①影响的两个来源：文化环境和文化活动。

②影响的两个表现：影响人的交往方式和交往行为，影响人的思维方式、认识活动和实践活动。

③影响的两个特点：潜移默化和深远持久。

(2) 优秀文化塑造人。

①能丰富人的精神世界。

②增强人的精神力量。

③促进人的全面发展。

对社会经济、政治的作用：

(1) 文化与经济、政治相互影响：经济、政治决定文化，文化反作用于经济、政治。

(2) 文化与经济、政治相互交融：

①文化与经济相互交融。

A. 在经济发展中，科学技术的作用越来越重要。

B. 为了推动经济建设，发展教育事业越来越重要。

C. 图书出版、影视音像等文化产业迅速崛起，文化生产力在现代经济格局中的作用越来越突出。

②文化与政治相互交融。

对国家综合国力的作用：

文化越来越成为综合国力竞争的重要因素：当今世界，各国之间综合国力竞争日趋激烈，文化越来越成为民族凝聚力和创造力的重要源泉。（在综合国力中，经济实力、军事实力等物质力量是基础，但民族精神、民族凝聚力等精神力量也是重要组成部分。）

“文化的作用”这节内容是高考文综的考点之一，这部分内容既有名词解释又有知识点网络构架，所以以此内容为案例更有代表意义。

对于逻辑次序鲜明、层次结构清晰且篇幅超过400字的内容，我们往往会先运用思维导图来梳理知识点，之后再运用记忆法。

第一步，将文本内容绘制成思维导图。

第二步，将记忆信息根据每一类来进行记忆。

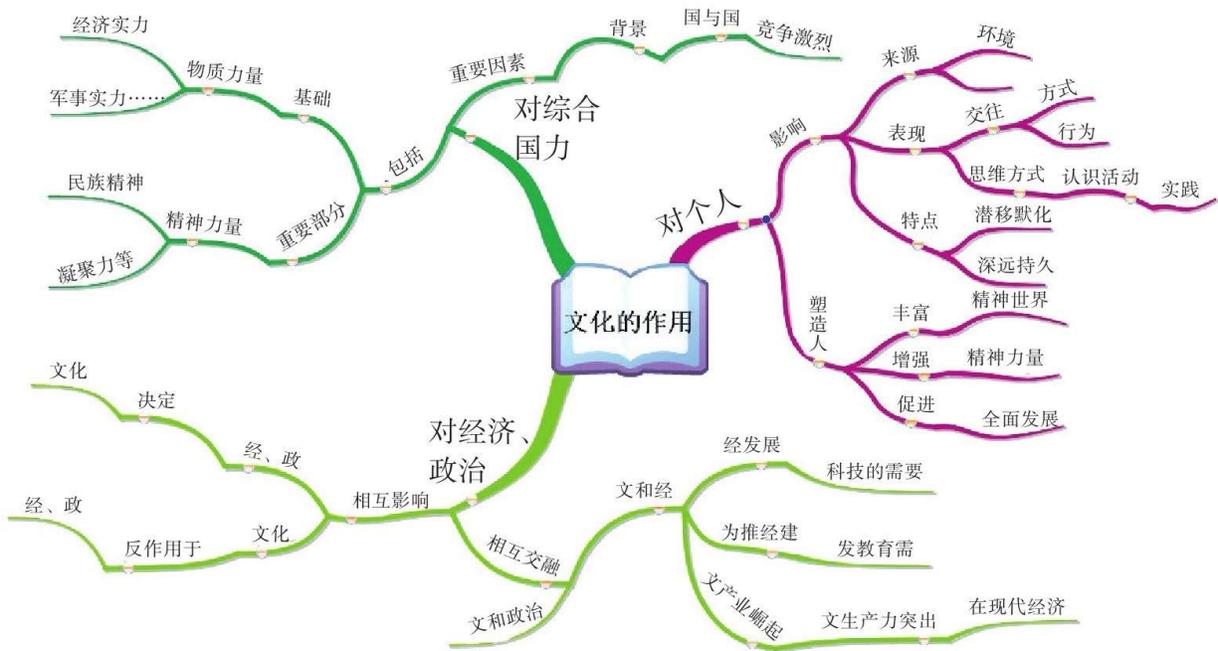
第一类：“对个人作用”内容记忆。

影响——音响

联想：音响来（源）影响环境、活动；表（现）和它交往方式行为影响思维、认识实践；音响特点就是潜移默化影响深远的人，很持久！

塑造人：精神世界、精神力量、全面发展。

第二类：“对社会经济、政治的作用”内容记忆。



文化的作用思维导图

经治——金子

影响：金子决定文化，文化反作用于金子。

交融：①文金——用科技方法教育你化金可成文化产业。

②文治（略）。

第三类：“对国家综合国力的作用”内容记忆。

民族凝聚力、创造力源泉。

第三步，核对原文将知识点还原复习记忆。

第二节 历史记忆专题

一、用配对联想法记忆历代开国皇帝

秦：秦始皇嬴政

西汉：汉高祖刘邦

东汉：汉光武帝刘秀

西晋：晋武帝司马炎

东晋：晋元帝司马睿

隋：隋文帝杨坚

唐：唐高祖李渊

宋：宋太祖赵匡胤

辽：辽太祖耶律阿保机

金：金太祖完颜阿骨打

元：元世祖忽必烈

明：明太祖朱元璋

清：清太宗皇太极

由于只需要记住哪个朝代的开国皇帝对应的称谓即可，我们可以直接使用配对联想的方法进行记忆。只不过需要注意的是，运用谐音、望文生义等中文信息的形象化处理方式，在记忆完后，需要核对正确称谓进行复习。

中国历代皇帝对照表

序号	朝代	皇帝	联想
1	秦	秦始皇嬴政	赢得 政权 的第一位皇帝
2	西汉	汉高祖刘邦	稀罕高中 （西汉高祖）的 刘邦
3	东汉	汉光武帝刘秀	光习武 的皇帝 刘秀

（续表）

序号	朝代	皇帝	联想
4	西晋	晋武帝司马炎	武士炎热
5	东晋	晋元帝司马睿	一 元 钱太少，不 睿智
6	隋	隋文帝杨坚	水温低 （隋文帝）， 杨树坚挺
7	唐	唐高祖李渊	偷 糖糕猪 （唐高祖）？ 你冤！ （李渊）
8	宋	宋太祖赵匡胤	送太祖 （宋太祖）， 找矿银 （赵匡胤）
9	辽	辽太祖耶律阿保机	聊野驴啊 （辽耶律阿）！在 宝鸡 （保机）
10	金	金太祖完颜阿骨打	金太太煮 （金太祖） 完腌 （完颜） 排骨啊 （阿骨）去 打球
11	元	元世祖忽必烈	圆石头煮 （元世祖） 糊 （忽）了 必然裂 （裂）开
12	明	明太祖朱元璋	明天太祖 看见 煮元 （朱元）宵 张 （璋）开嘴就吃
13	清	清太宗皇太极	情太重 （清太宗）！ 皇上打太极 不领情

当运用配对联想方式将朝代对应的皇帝姓名和庙号记忆下来后，再还原原文复习记忆，在巩固熟练的同时将正确字词核对清楚。

二、记忆古代早期政治制度的特点

- ①浓厚的迷信和专制色彩，神权与王权的结合。
- ②牢固的血缘关系，严格的等级制度。
- ③最高执政集团尚未实现权力的高度集中。
- ④具有相对的延续性和稳定性。

通读句子你会发现，其实上面每句话都有一两个关键词，可以通过关键词记住它们，然后还原原文复习记忆即可。

第一步，主体串联：迷信专制的血缘权力能够延续和稳定。

第二步，各项还原记忆：

关键词还原对照表

关键词	句子	复习记忆打“√”
迷信、专制	浓厚的迷信和专制色彩，神权与王权的结合	
血缘	牢固的血缘关系，严格的等级制度	
权力	最高执政集团尚未实现权力的高度集中	
延续、稳定	具有相对的延续性和稳定性	

第三步，可以在表中的第三栏里面根据复习记忆情况打上“√”。

三、用故事联想法记忆春秋五霸

齐桓公、宋襄公、晋文公、秦穆公、楚庄王。

五个人名都有点拗口，我们可以用谐音或望文生义法将其转化为简单易懂的词语，并串联成句子或是小故事记忆下来，要注意记忆完毕后核对原文字句复习一下。

第一步，将各名字形象化处理。

齐桓——奇幻；宋襄——送箱；

晋文——经文；秦穆——秦墓。

楚庄比较简单，不用转化。

第二步，用故事联想法记忆：

奇幻的送箱经文到秦墓，由楚庄把守。

第三步，对照原文还原修正记忆。

四、用歌诀法记忆八国联军

俄国、德国、法国、美国、日本、奥匈帝国、意大利、英国。

由于这几个国名大家比较熟悉，不用特别记忆，所以这里不用故事联想法而是用歌诀法。注意奥匈帝国不要记错哦。

歌诀：饿的话，每日熬一鹰。

对比：俄德法、美日奥意英。



八国联军国名联想图

五、条约的记忆方法

在学习历史的时候，我们常常遇到各种条约。很多人对这些条约比较头疼，因为需要记忆的信息比较多且内容大同小异，稍不留神就会记混。

其实，要想准确记忆各条约，可以运用定桩法、简图法等多种方法，还记得在介绍标题定桩法时举的《辛丑条约》的例子吗？为了让大家对中文信息记忆法多些了解，在此我们换其他记忆法，比如我们采用歌诀法来记忆。



《马关条约》：

- ①把辽东半岛、台湾岛及其附属岛屿、澎湖列岛割让给日本。
- ②开放沙市、重庆、苏州、杭州为通商口岸。
- ③允许日本在通商口岸开办工厂。
- ④赔偿日本军费白银二亿两。

本条约的内容和《辛丑条约》的内容较为相似。一般来说，关键词较为集中且量少的时候，可以用多种方法记忆；关键词较多的时候，建议用简图法或是定桩法来记忆主体，然后扩充记忆原文时可以使用故事或歌诀联想。这里就用定桩法和歌诀法。

第一步，根据文题选取合适的桩，本题由《马关条约》可以联想到马及其环境：

马、墙、锁链、草料。

第二步，提取每款条约的关键词：

割三岛、开放通商口岸、办工厂、赔二亿两白银。

第三步，关键词信息与桩配对联想记忆。



《马关条约》定位图

关键词对照表

序号	桩	关键词	联想
1	马	割三岛	在 马 的身上 割三刀 （岛）
2	墙	开放通商口岸	推倒 墙 ， 放开口岸 做贸易
3	锁链	办工厂	工厂 工人都戴着 锁链
4	草料	赔二亿两白银	这些 草料 变质了，得 赔二亿两白银 吗？

第四步，记住核心点后再还原原文，扩充记忆整体内容。

割三岛——辽东半岛、台湾岛、澎湖列岛。

开放通商口岸——杀虫苏杭（沙、重、苏、杭）。

办工厂——日本在中国口岸开办。

赔二亿两白银——日本军费。

六、记忆历史年代和事件

在历史方面，关于历史年代和事件的记忆非常重要，因为历史就是在时间的长河中记录下重要的人和事。在记忆历史年代时可以用数字编码联想记忆，关于事件则可以挑取关键词再用故事联想法或是简图法记忆。接下来，我们通过简单案例介绍一下如何记忆重要历史事件。

1. 郑成功1662年收复台湾

本历史事件的核心是“1662年”，可以谐音和编码结合想成“一流牛儿”，而“郑成功收复台湾”这个信息对于中学生来讲较为熟悉，所以无须转化记忆。



郑成功收复台湾记忆图

联想：郑成功用一流牛儿冲锋打败敌人，收复台湾。

2. 印度民族大起义开始于1857年

本历史事件的核心也是两个：一是年代，二是具体内容。“1857”可以谐音联想到“一把武器”，然后与后面事件联想在一起会很简单有趣。



印度起义记忆图

联想：印度各族人民每人拿一把武器去起义。

七、中国共产党七次代表大会及内容

①中共一大——1921年7月

通过中国共产党的第一个纲领和中国共产党的第一个决议，决定成立中国共产党。

②中共二大——1922年7月

中心议题是讨论和制定党在现阶段的革命纲领，并制定了当时党的最低纲领和最高纲领。

③中共三大——1923年6月12日至6月20日

在广州举行，确定国共合作，党内合作。

④中共四大——1925年1月11日至1月22日

在上海召开，提出无产阶级在民主革命中的领导权和工农联盟的重要思想。

⑤中共五大——1927年4月27日到5月9日

在武汉召开，这次代表大会是在大革命的紧急关头召开的。

⑥中共六大——1928年6月18日至7月11日

在共产国际的帮助下，召开于莫斯科。共有142人，毛泽东并未参加会议，会议由瞿秋白主持。

⑦中共七大——1945年4月23日至6月11日

中国共产党第七次全国代表大会在延安杨家岭中央大礼堂召开，历时50天，确立毛泽东思想为党的指导思想。

这是一个知识内容呈网络结构的历史事件信息，首先需要记住七次代表大会的时间，然后针对每个事件信息单独来记忆。

第一步，记住七次代表大会的具体日期。

根据常识推断，大会召开的年份开头都是“19”，所以只需记忆后面的即可。先将七次代表大会的年份记忆下来，再联想后面日期会容易很多。

年份联想：阿姨带双胞胎求和尚送他们二胡和耳机，却被恶霸师父抢走了！

七次代表大会具体日期联想

主题	年份	日期	联想
中共一大	1921年	7月	阿姨（21）和双胞胎（22）都拿着锄头（7）
中共二大	1922年	7月	
中共三大	1923年	6月12日至6月20日	和尚（23）用汤勺（6）打日历（12）和鳄鱼（21）

（续表）

主题	年份	日期	联想
中共四大	1925年	1月11日至1月22日	是（4）一对“1和2”（1、11、22）
中共五大	1927年	4月27日至5月9日	我（5）4、5月戴耳机（27）和喝酒（9）
中共六大	1928年	6月18日至7月11日	六六（6）大顺到7月，要发要要（18、11）
中共七大	1945年	4月23日至6月11日	气死我（745），和尚拿筷子（23、11）

第二步，记住各次代表大会的主要内容。

七次代表大会主要内容联想

年份	关键词	联想
1921 年	通过纲领决议成立共产党	所有 阿姨 （21）一致通过党的 纲领决议 ， 成立共产党
1922 年	制定党的最低纲领和最高纲领	双胞胎 （22）一个班上 最低 ，一个 最高 ，这是 班级纲领
1923 年	确定国共合作，党内合作	和尚 （23）撮合 国共两党合作
1925 年	领导权和工农联盟思想	领导拉二胡 （25）给 工农 听
1927 年	大革命	耳机 （27）产品引领数码 大革命
1928 年	瞿秋白莫斯科主持	瞿秋白莫斯科主持 打击 恶霸 （28）行动
1945 年	确立毛泽东思想	师父 （45）坚持要 确立毛泽东思想

第三步，将所记忆的年代日期信息、事件信息核对原文复习记忆。

在文科综合中，政治有很多逻辑性、哲学性的内容，而地理则有很多需要理解的解释性名词，还有拗口的名称和规律需要记忆，相比之下，关于历史的学习和记忆就显得简单多了。如果你对于歌诀法、故事联想法、简图法、定桩法较为熟练，应付历史记忆会很轻松。

第三节 地理记忆专题

一、巧记中国省份

4个直辖市：北京市（京）、天津市（津）、上海市（沪）、重庆市（渝）。

这四个城市常见且易掌握，可直接串联。

联想：晶晶护鱼（京津沪渝）。

23个省及5个自治区：

黑龙江省（黑）、吉林省（吉）、辽宁省（辽）、云南省（云）、贵州省（贵）、四川省（川）、江西省（赣）、江苏省（苏）、湖南省（湘）、湖北省（鄂）、河北省（冀）、河南省（豫）、山西省（晋）、山东省（鲁）、广西壮族自治区（桂）、广东省（粤）、宁夏回族自治区（宁）、青海省（青）、陕西省（陕）、新疆维吾尔自治区（新）、甘肃省（甘）、西藏自治区（藏）、海南省（琼）、台湾省（台）、浙江省（浙）、内蒙古自治区（蒙）、安徽省（皖）、福建省（闽）。

2个特别行政区：香港、澳门。

要想记住这些省（区）及其简称，先用歌诀法记忆省（区）名称，再将代号与名称进行配对联想，以部分省（区）为例。

部分省（区）简称记忆表

序号	省（区）	简称	联想
歌诀	江湖河山广		
1	江西省	赣	江中西瓜是干（赣）的
2	江苏省	苏	叔叔（苏）姓江
3	湖南省	湘	湖南卫视主持人李湘
4	湖北省	鄂	武昌鱼吃鳄（鄂）鱼
5	河南省	豫	河南要预（豫）防超生（人口全国第一）
6	河北省	冀	喝杯（河北）酒要计（冀）算罚款
7	山西省	晋	你已日薄西山（山西），无法晋升了
8	山东省	鲁	山洞（山东）里住着鲁迅
9	广西壮族自治区	桂	广西撞（壮）柜（桂）子

二、巧记世界各国及首都

对于一般人来说，记忆国家首都最难的是感觉国家和首都就像两个毫不相关的事物，需要靠大脑反复强化硬记才能把它们关联在一起，但是信息量一多，就很容易张冠李戴了。要解决这个问题的最佳方式就是在国家和首都之间建立一条锁链，把它们两两绑好，这样量再多都不会造成配对紊乱的情况。

那这条锁链究竟是什么呢？其实这条锁链，每个人都有，就藏在自己的大脑里，只不过很多人没有意识到罢了，这条锁链就是“联想”！联想的力量非常强大，而能够把万物联系在一起的似乎只有人类的想象了。联想集团的广告语是“没有联想，世界将会怎样？”确实，联想是人脑非常重要的一种能力，大部分人低估了它的重要性。

好在“亡羊补牢，为时未晚”，现在就让我们展开想象把各个国家的首都收录在自己的大脑库里吧。

以保加利亚为例，这是一个非常不起眼的小国家，一般人也不知道它的首都，想记住它们，要先对“保加利亚”的名字展开联想。外文名翻译成中文的时候往往是利用谐音，所以我们对名字展开联想的时候也可以用谐音的方式。比如“加利”，我很容易就想到“家里”，“保加利亚”就想到了“保家里呀”，意思就是“保护家里呀”。再看首都“索非亚”，既然前面提到了“家”，这里又有“索”，很容易想到家里的“锁”，这么一来就能够把“索非亚”想成“锁飞呀”。两边都处理完毕后，就差最后临门一脚了，把二者关联起来，可以想成“要保护家里，锁可不能飞了呀”，这么一来是不是就把“保加利亚”和“索非亚”牢牢地绑在一起了呢？

世界部分国家及首都配对联想记忆表

序号	国家	首都	联想	标记
1	越南	河内	越难的题目越要到河内解答	
2	斯里兰卡	科伦坡	撕你蓝卡片，可能破（科伦坡）了	
3	缅甸	内比都	面点内必有 毒 （内比都）	
4	孟加拉国	达卡	孟子家拉个打卡机	
5	柬埔寨	金边	俭朴寨的屋顶竟然是 金边 的	
6	尼泊尔	加德满都	你爸儿（尼泊尔）家的桌上 满 都是灰尘	
7	老挝	万象	一万头大象回了 老窝	
8	马达加斯加	塔那那利佛	塔那那里有佛在看《 马达加斯加 》	
9	罗马尼亚	布加勒斯特	罗马你呀，不嫁勒死他	
10	瑞士	伯尔尼	瑞士手表送给伯伯儿子和你（伯尔尼）	
11	拉脱维亚	里加	拉驮喂呀（拉脱维亚）！到你家（里加）	
12	挪威	奥斯陆	到挪威森林，熬死了（奥斯陆）	
13	塞尔维亚	贝尔格莱德	贝尔哥来德国赛过儿子（塞尔）	
14	古巴	哈瓦那	哈，玩（瓦）那个古巴雪茄呢	
15	尼加拉瓜	马那瓜	你家（尼加）拉瓜是让马帮着拿那瓜的	

你可以根据案例的内容记忆一部分，其他的采取配对联想法记忆，尝试自己去联想。记了这么多国家的首都，你可能发现了这里面的核心步骤是对“国家”和“首都”进行处理，把原本无意义的国名转换成生动鲜活的场景，这样就容易记住了。

三、巧记地理名词组

在地理课上，我们经常要记忆一组名词，比如金砖四国、八大行星等。这些信息要是分开来，大家可能都知道，但是放在一起记忆，总会有丢三落四、张冠李戴的现象，怎么把这些信息一次性记住呢？下面介绍一些方法，供大家参考。

1. 五大经济特区

珠海、汕头、厦门、深圳、海南。

这五个城市名称比较熟悉，而且数量比较少，直接字头串联记忆即可，注意汕头的名字不要记错。

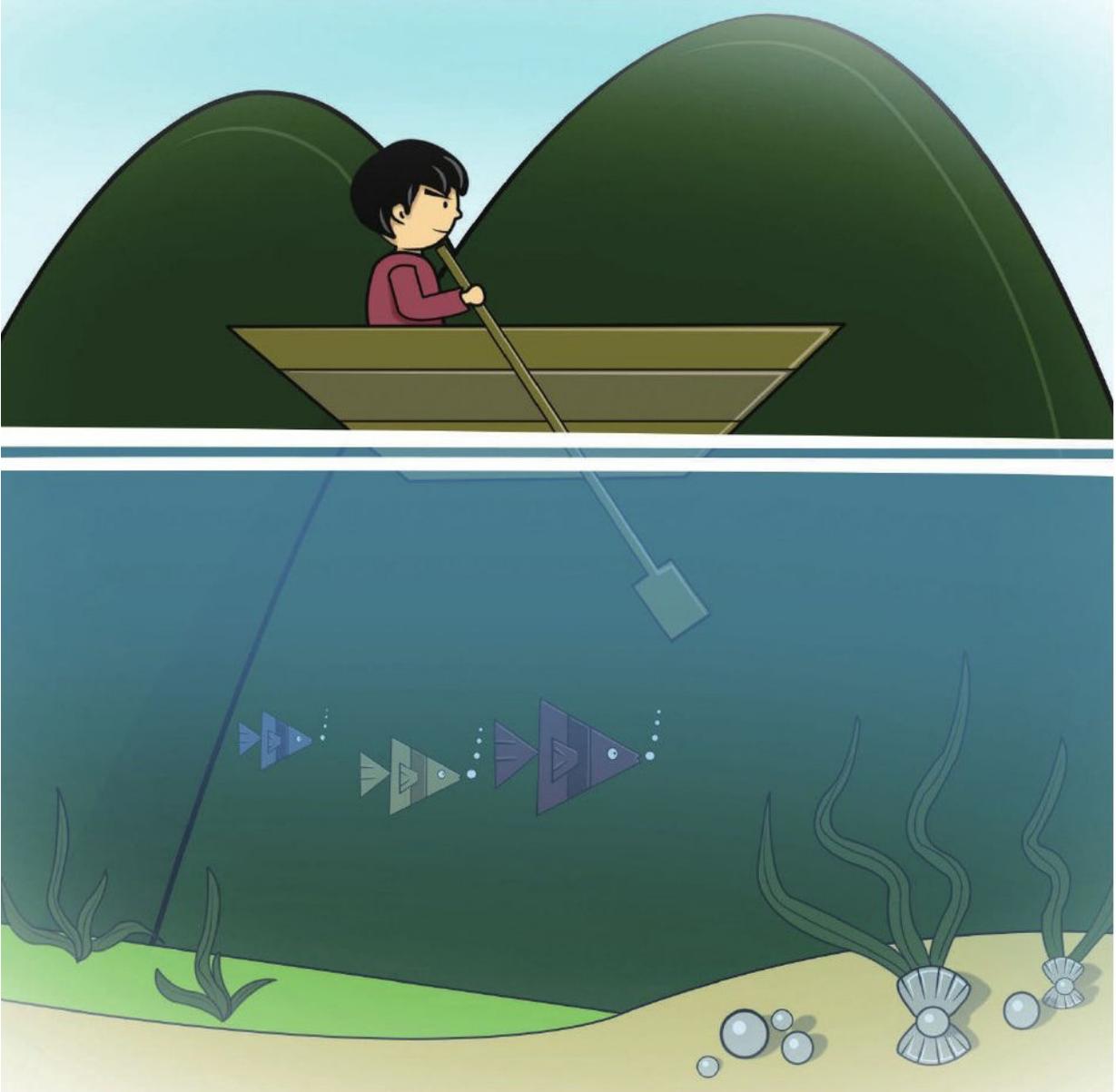
第一步，歌诀编译。

歌诀：下深山珠海难。

对比：厦深汕珠海南。

第二步，形象联想记忆。

第三步，核对信息复习记忆。



五大经济特区记忆联想图

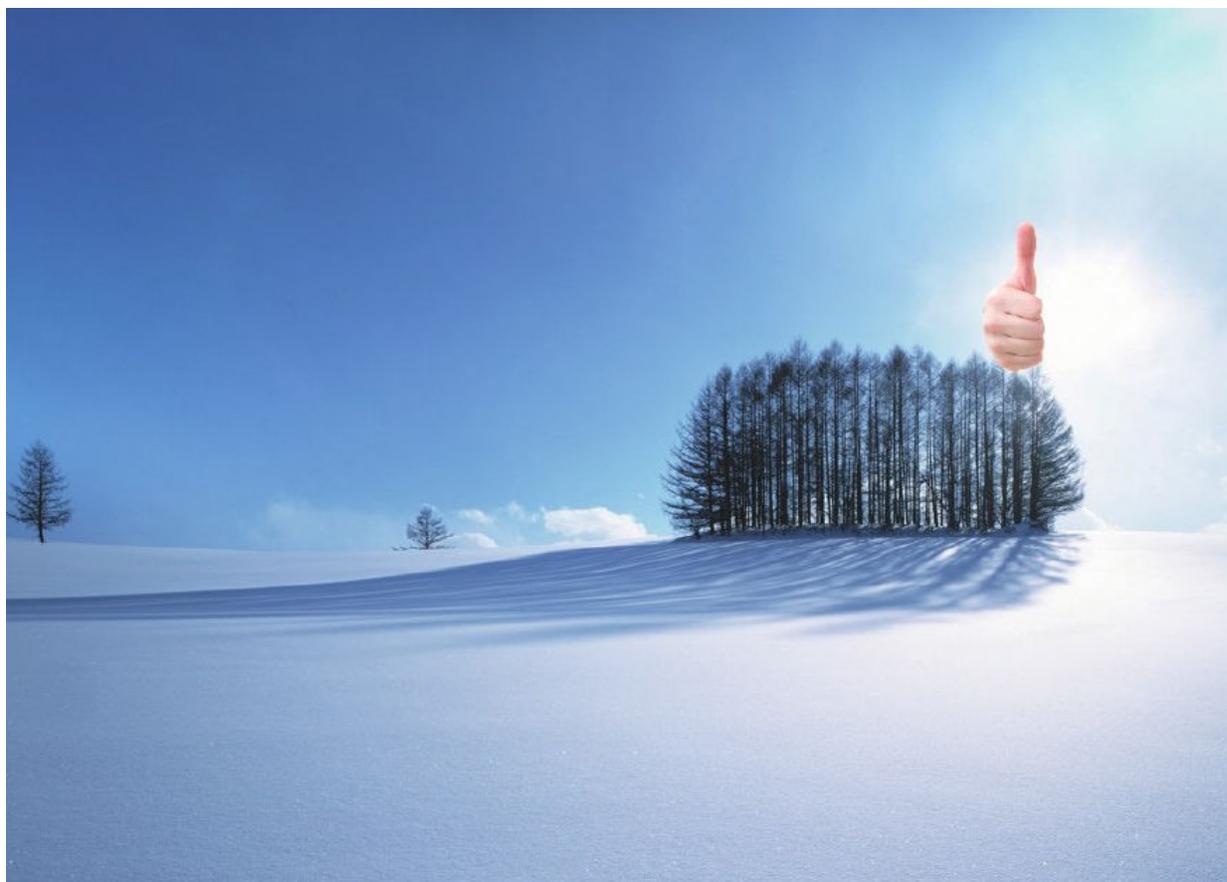
2. 十四个沿海开放城市

大连、秦皇岛、天津、烟台、青岛、连云港、南通、
上海、宁波、温州、福州、广州、北海、湛江。

这些城市名称大家也比较熟悉，直接字头串联记忆即可，但因为数量比较多，记完后要核对词语进行复习巩固。

歌诀：大晴天，烟青连云；南上零温，福光被赞。

对比：大秦天，烟青连云；南上宁温，福广北湛。



十四个沿海开放城市记忆图

四、用故事联想法记忆七大洲、四大洋

1. 七大洲及其特点

七大洲包括：欧洲、非洲、亚洲、大洋洲、南美洲、北美洲、南极洲。分布：亚洲、欧洲、非洲、大洋洲主要分布在东半球。北美洲、南美洲在西半球，南极洲跨东西半球。

七大洲名称可以用故事联想法来记忆，关于分布用简图法则简单明了。

联想：男背美（南北美），鸥飞呀，大洋！（欧、非、亚、大洋）。



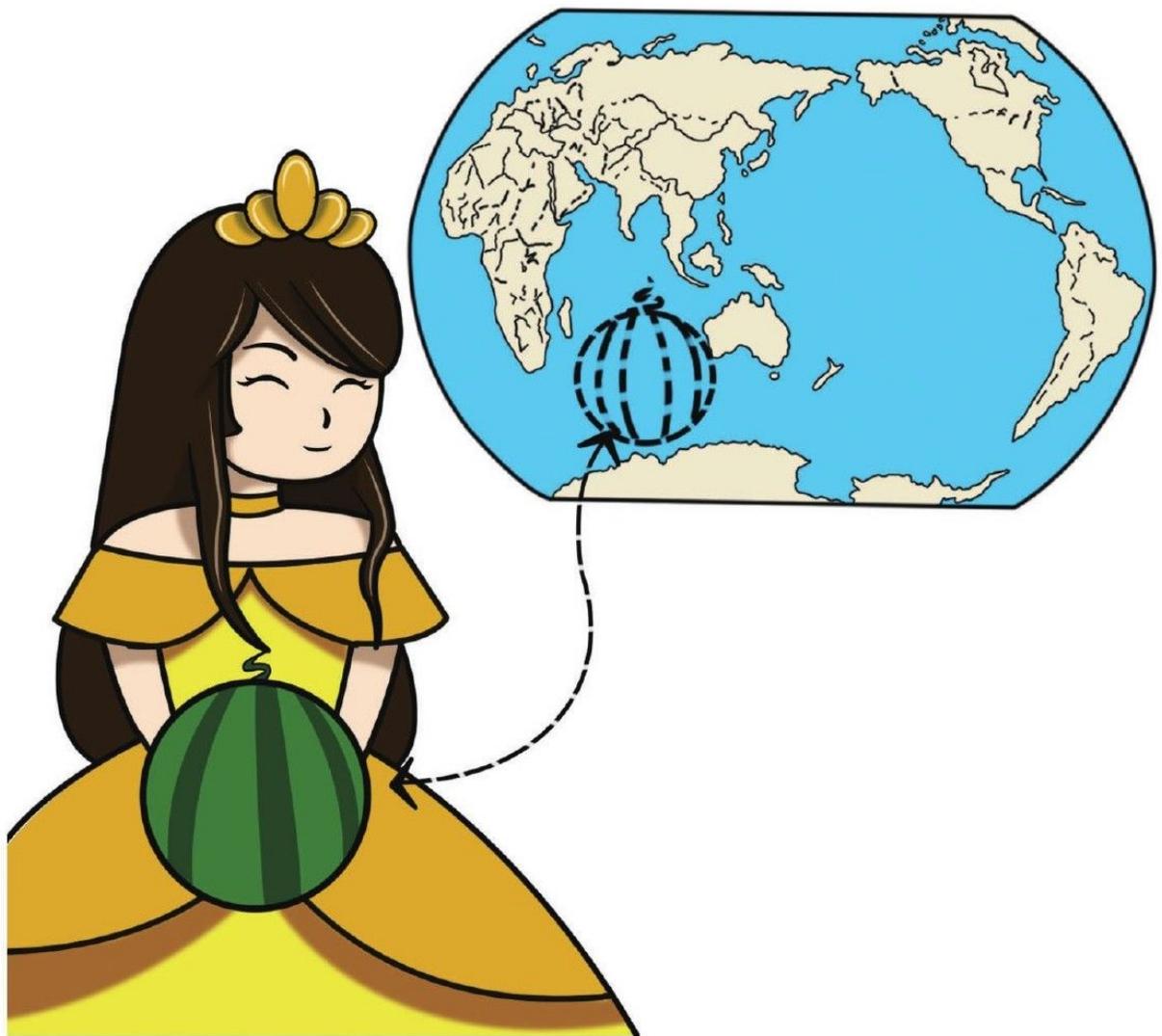
七大洲记忆图

2. 四大洋及其特点

- ①太平洋：面积最大（将近一半）、水温最高、水体最深、岛屿最多。
- ②大西洋：呈“S”形。
- ③印度洋：热带海洋面积大。
- ④北冰洋：最小、纬度最高、水温最低。

四大洋用故事联想法就可以很容易记住，关于四大洋各自特点需要用简图法及联想相结合的方式记忆。

联想：太平公主送大西瓜到印度冰冻。（太平洋、大西洋、印度洋、北冰洋）。



四大洋记忆图

你可以将特点运用联想后标示在图上帮助记忆。

五、用故事联想法记忆世界海之最

最大的海：珊瑚海有479万多平方公里，其次是阿拉伯海和南海。

最小的海：马尔马拉海。

岛屿最多的海：爱琴海。

由于是解释性的文字，所以只需要提取每项内容的关键点，然后联想记忆即可，由于第一项内容有数字出现，所以需要将数字进行形象化编码再整体联想记忆。

①最大的海：阿拉伯男（阿拉伯海、南海）人看着大大的珊瑚（海）上挂着四个气球（479）惊叹！

②最小的海：小孩（小海）要到马儿（尔）后让马拉他。

③岛屿最多的海：爱琴海VS钢琴，钢琴的琴键VS岛屿。

关于文综各科目知识点的记忆法就介绍到这里，我想大家一定有很多收获和心得，希望大家能够不仅仅停留在知道、了解的阶段，因为这样毫无意义！能够将上面分享的知识内容应用到自己的学习之中，多加练习，为我所用，才是真正地吸收了。

第五章 理综记忆有妙招

一句“学好数理化，走遍天下都不怕”，让多少莘莘学子头悬梁，锥刺股？

一句“我把青春赌明天”，让多少位憧憬象牙塔生活的高中生满怀期待？

“今天很辛苦，明天很美好”，这句话被老师和家长无数次传唱。其实，掌握了好的学习方法，理科生们也不用那么辛苦。用最好的工具实现最好的结果就是理科生的追求！

理科的学习更强调学生对知识点的理解，具有逻辑推理判断、举一反三的能力。但是在大家理解力接近的情况下，学习并掌握知识点时，好的记忆方法显得尤为重要。理科记忆与文科记忆有些不同，针对理科的特点，我们一般先用思维导图来分析教材或学习内容，然后运用记忆法将思维导图绘制的知识点掌握。针对具体概念或知识点可以运用简图法、故事联想法等来记忆。

接下来我会从物理和生物两个板块分别介绍对应学习内容的记忆方法。

第一节 物理记忆专题

在物理知识点的记忆中，通常我们针对简短知识点会用歌诀法、故事联想法，当知识点稍微增多时会用简图法，当知识点达到一定量或是梳理章节，甚至复习整本书时，我们则采用思维导图归纳知识重点，再结合记忆法来记忆。除了上面提到的几种方法，我们有时候也会根据信息的具体属性采取列表或对比记忆等。

接下来我会给大家举一些物理知识案例，将上面介绍的各种方法融会贯通，而不仅限定用哪种方法。因为这些方法，就好比是大家建造的兵器库，遇到怎样的内容该选取什么兵器，完全取决于大家对方法的了解以及应用的熟练程度。

一、单位及公式的记忆方法

理科什么最多？估计要数各种单位及公式了吧。无论数学、物理，还是化学，总有背不完的单位及公式。记不住这些，各种题目你都无法下手了。

① 比热容单位： $J / (kg \cdot ^\circ C)$ ，计算比热容公式： $C = Q / (m \cdot \Delta t)$ 。

② 功的公式是： $W = UI t$ 。

③ 克拉伯龙方程式： $pV = nRT$ 。

这里的p表示压强，V表示气体体积，n表示物质的量，T表示绝对温度，R表示气体常数。所有气体R值均相同。如果压强、温度和体积都采用国际单位（SI）， $R=8.314\text{Pa} \cdot \text{m}^3 / (\text{mol} \cdot \text{K})$ 。

关于单位，很多物理量的单位是由几个单位复合而成的，只要把复合单位中的每个单位对应的物理量还原出来就能回忆起公式。

关于公式，如果能够理解记忆是最好的方式，有时候我们为了防止遗忘，也会用记忆法来记忆，不过前提条件还是“先理解”！首先理解每个符号代表的物理量，然后习惯在生活中找具体的事物代替这些抽象的物理量，例如可以通过水流来联想电流，通过水闸来联想电阻。但是为了快速记忆，我们往往会直接根据字母外形或是编码来联想记忆，无论是哪种联想记忆，最后都需要立刻核对复习一下，以免混淆。举例说明：

$$R=8.314\text{Pa} \cdot \text{m}^3 / (\text{mol} \cdot \text{K}) .$$

联想记忆：啊！爸电山妖死。

公式联想记忆示例表

名称	公式	联想
比热容	$C=Q/(m \cdot \Delta t)$	球(Q)滚过桥(m, 外形), 翻过山(Δ), 终于见到了天(t)上的月亮(C, 外形)
功	$W=UIt$	你爱踢(UIt)他屁股(W, 外形), 显示你功劳大
克拉伯龙方程式	$pV=nRt$	男人踢(nRt)阿拉伯的龙? 怕我(pV)

在进行联想记忆后，还要核对正确的公式构成，将形象记忆的信息进行核对复习记忆。

二、用简图法记忆物理实验

在物理方面，除了学习理论外，还要做实验。对于这些实验，我们既要记住实验步骤，也要记住实验结果。

比如，凸透镜成像规律：

①当 $u > 2f$ 时，成倒立、缩小、实像， $f < v < 2f$ 。

②当 $f < u < 2f$ 时，成倒立、放大、实像， $v > 2f$ 。

③当 $u < f$ 时，成正立、放大、虚像。

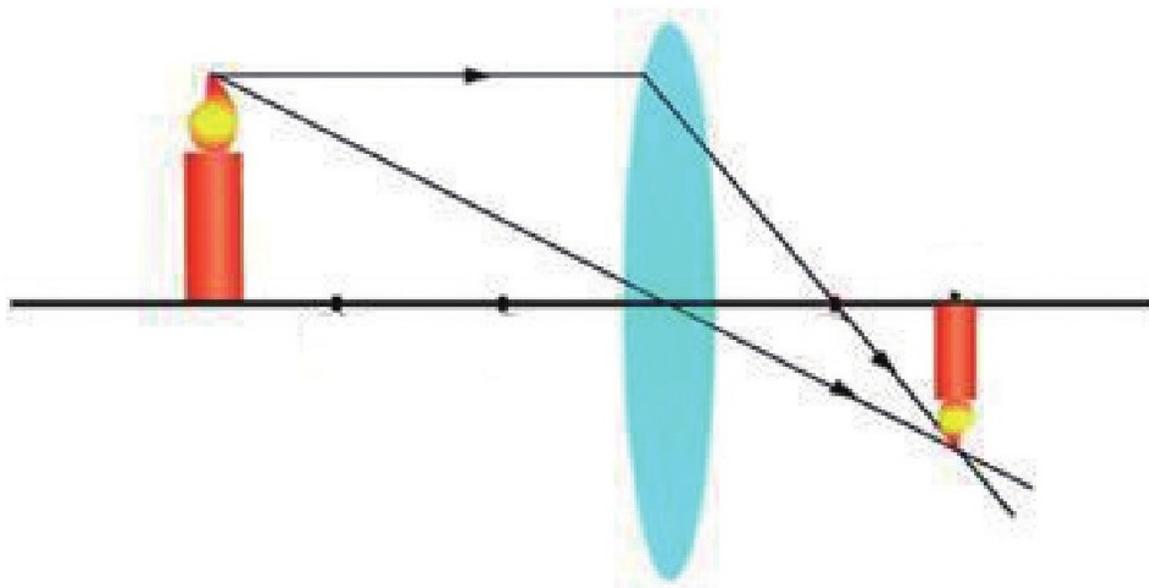
④当 $u = f$ 时，不能够成像。

⑤当 $u = 2f$ 时，成倒立、等大、实像， $v = 2f$ 。

注： u ——物距， f ——焦距， v ——像距。

这种实验对比以及数据分析类型的题目，往往直接采用简图法会比较好，既可以很清晰地了解原理，又能够更快地记忆。当我们用简图法轻松理解其原理后，为了强化记忆效果可以用歌诀法来记住实验结果。

第一步，选取实验①作为参考，运用简图理解、记忆实验内容：



凸透镜成像图

第二步，用歌诀记住凸透镜成像规律：

一焦分虚实，二焦分大小；实像异侧倒，物远像近小；虚像同正大，物近像变大。

三、用思维导图记忆电路的特点

串联电路的特点：

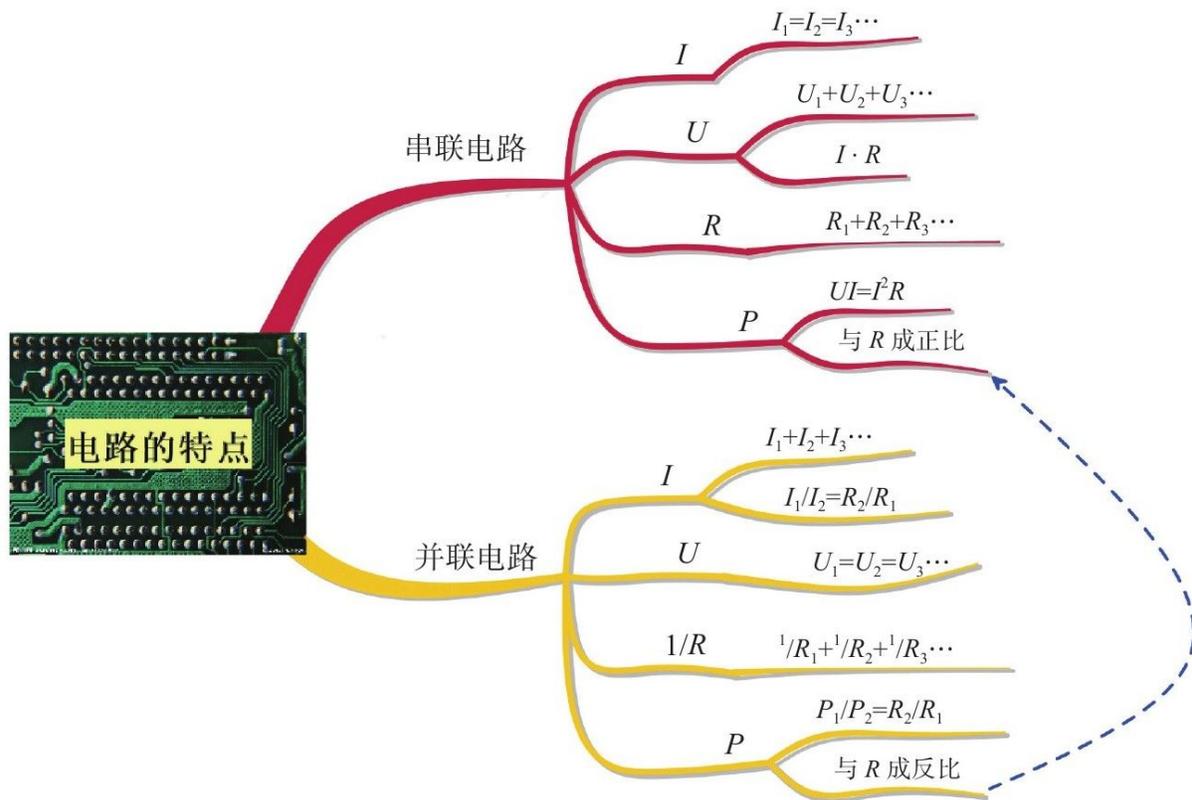
- ①串联电路中各处的电流都相等。
- ②串联电路中总电压等于各部分电路电压之和。
- ③串联电路的总电阻，等于各串联电阻之和。
- ④串联分压，分得电压与电阻成正比。
- ⑤串联电功率，分得电功率与电阻成正比。

并联电路的特点：

- ①并联电路中，干路中的电流等于各支路的电流之和。
- ②并联电路中，各支路两端的电压都相等，都等于电源电压。
- ③并联电路的总电阻的倒数，等于各并联电阻的倒数之和。
- ④并联分流，分得电流与电阻成反比。
- ⑤并联电功率，分得电功率与电阻成反比。

由于本道题内容比较丰富，逻辑层次比较分明，可以首先绘制思维导图将知识点进行整理，然后再采用理解和符号表达来记忆。

绘制电路的特点思维导图，并将特定词汇转化为符号，辅助记忆：



电路特点图

四、数据性概念记忆

- ① 低于20Hz的声音叫次声波；高于20000Hz的声音叫超声波。
- ② 电压在1000V及以上的叫高压电，1000V以下的叫低压电。

关于数据性的概念，我们需要将数据转换为形象编码，然后与对应的信息点配对联想即可。

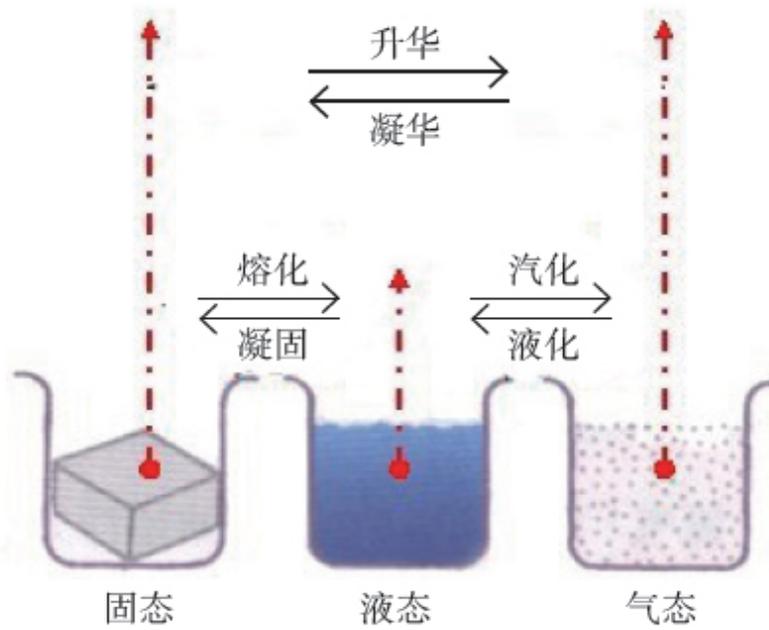
声波、电压数据联想记忆表

名称	类别	标准	联想
声波 (Hz)	次	20 ↓	波波抽了一包次等香烟 (20)
	超	20000 ↑	超人用声波救了至少 20000 人的性命
电压 (V)	低	1000 ↓	买个高科技电压锅连 1000 块都不要，价格太低啦
	高	1000 ↑	一个普通电压锅都要 1000 块以上啊，价格太高啦

五、用简图法记忆物质的物理变化

- ①物质从固态变成液态叫作熔化，从液态变成固态叫作凝固。
- ②物质从液态变成气态叫作汽化，从气态变成液态叫作液化。
- ③物质从固态直接变成气态叫作升华，从气态直接变成固态叫作凝华。

其实这道题对于物理基础好的同学来说，是很简单的，之所以还要将这道题拿出来做案例，就在于它是很典型的简图法学习案例，不同状态的变化需要什么条件以及结果是什么，在图示中会一目了然。



物质形态变化图

通过上面的记忆法分享，关于物理知识的记忆方法我也讲述得差不多了，因为物理是理科中对于记忆要求相对较低的。掌握并记住公式定理、概念性知识点、数据类信息的方法，并且在实际使用中熟练使用，对于物理知识点的记忆来说已经足够了。

第二节 生物记忆专题

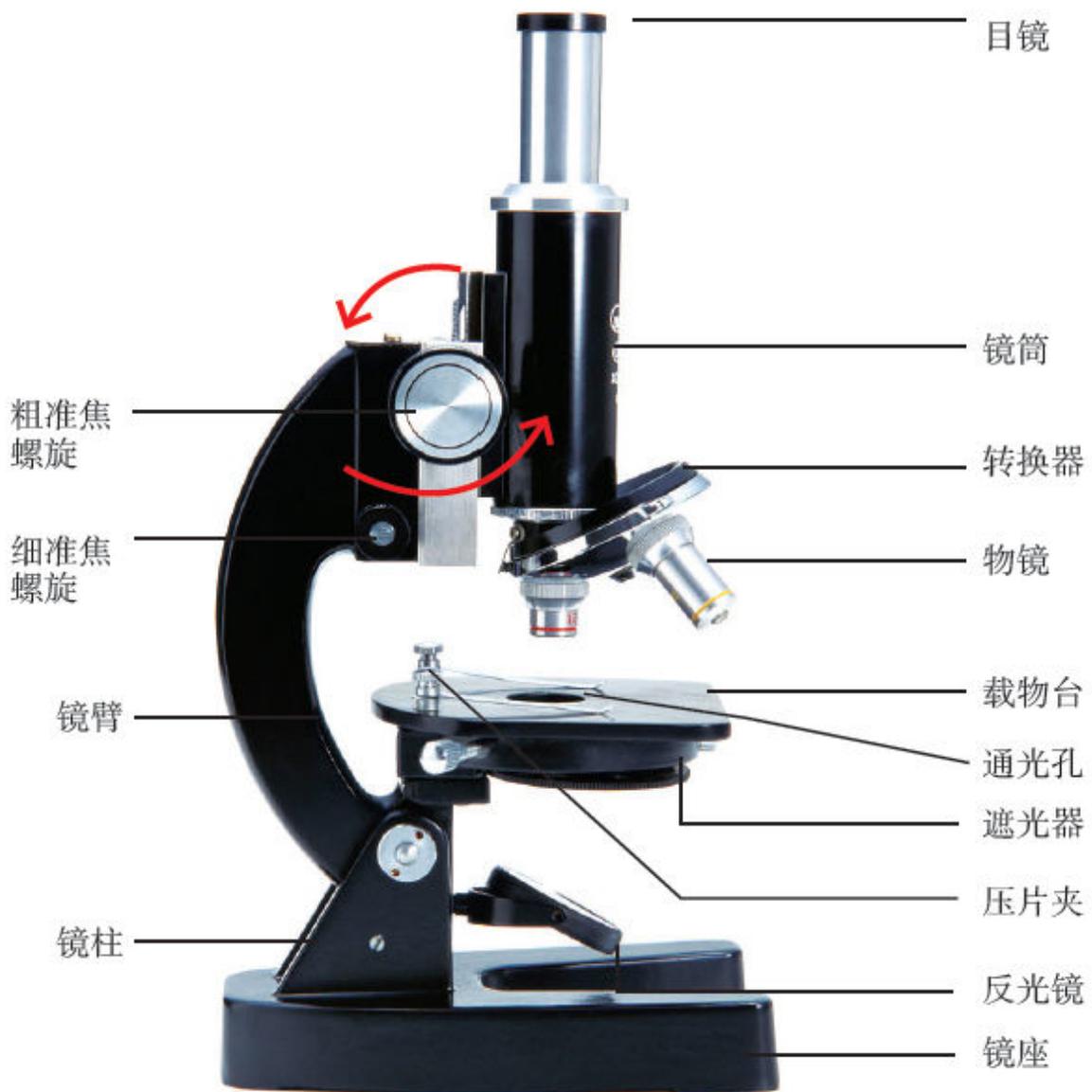
一、用简图法记忆显微镜的使用过程

使用显微镜是为了进一步看清被观察的物质，使用步骤是，向内、外略微转动细准焦螺旋，调至看清为止。

操作步骤这方面的知识，可以用简图法来记忆或亲自实践，实践的过程就是记忆的过程。

第一步，了解显微镜的结构，并标注。

第二步，在主要部位画出要操作的方向。



显微镜的结构

二、用故事联想法记忆短小知识点

被称为“活化石”的物种：

扬子鳄、银杉、珙桐。

这种信息量很少的知识点可以直接用故事联想法。

第一步，挑取关键词：

扬子鳄、银杉、珙桐。

第二步，将关键词和主题联想记忆：

所有的扬子鳄活活地冲破化石，爬上银杉树吃珙桐。

三、用故事联想法记忆“垃圾”食品的定义

经不当加工后，原材料中所含的维生素等营养遭受严重破坏，却又被添加了色素等有害成分的食品。

关于一些解释说明的内容，我们可以提取关键词来串联记忆或逻辑理解后进行记忆，本内容可以用故事联想法。

第一步，提取关键词：

加工—不当，维生素—破坏，色素—添加。

第二步，两两相连记忆：

加工不当就会破坏原维生素，又添加色素等有害成分成了垃圾。

第三步，对照原文复习记忆。

四、用故事联想法记忆重大的生物作用

①光合作用；②呼吸作用；③消化作用；④吸收作用；⑤调节作用。

这类信息由短语词汇组成，相对很简单，我们就可以在理解后采用故事联想法来记忆。

第一步，提取关键词：

呼吸—吸收—光合—消化—调节。

第二步，故事联想记忆：

一个树苗呼吸，吸收了阳光进行光合作用，然后身体里需要消化吸收以便调节。

第三步，对照原文复习记忆。

五、用配对联想法记忆维生素缺乏会产生症状

维生素A：夜盲症。

维生素B族：浮肿、脚气、多发性神经炎、流产、早产。

维生素B₂（核黄素）：胎儿发育不良，口唇炎、皮肤炎。

维生素B₁₂：恶性贫血。

维生素D：佝偻病、软骨病、抵抗力减弱。

维生素E：流产、早产。

上面的内容涉及维生素几个种类及其特性，所以可以采取配对联想记忆法。维生素是用字母表示，可以采用字母编码。

维生素缺乏症状联想记忆表

维生素	编码	症状	联想
A	帽子	夜盲症	帽子遮住眼睛，夜晚就像盲人一样
B族	汉堡	浮肿、脚气、多发性神经炎、流产、早产	吃了汉堡后，孕妇会脚浮肿、发神经，而且导致流产或早产，敢吃吗

(续表)

维生素	编码	症状	联想
B ₂	2B 铅笔	胎儿发育不良，口唇炎、皮肤炎	发育不良的胎儿手里拿着 2B 铅笔戳伤了口唇和皮肤，并且发炎了
B ₁₂	汉堡 + 日历	恶性贫血	吃了用日历包着的汉堡，发生恶性贫血
D	弟弟	佝偻病、软骨病、抵抗力减弱	佝偻的弟弟软骨抵抗力减弱了
E	鹅	流产、早产	鹅在流产和早产之间选择下蛋

六、用定桩法记忆人类活动对生物的影响

①乱砍滥伐，开垦草原，使生态环境遭受严重破坏，水土流失加重，还会引起沙尘暴。

②空气污染会形成酸雨。

- ③水污染会破坏水域生态系统。
- ④外来物种入侵会严重危害本地生物。
- ⑤人类活动也会改善生态环境。

关于少量短语的记忆，我们一般可以用定桩法、歌诀法或简图法。本道题讲述人影响生物的种种情况，可以采用标题定桩法，在主标题中挑选和5条内容对应的5个字作为定位系统，每条信息依次与其进行联想记忆。

第一步，找出主题关键字头：

人影响生物。

第二步，找出每句话里的关键词并和字头联想记忆：

人——砍伐、开垦、流失、引起（人砍伐开垦土地，是个破坏王，害得好多土地流失了，引来好多沙）。

影——污染、酸雨（空气中很多黑影，被污染了掉下酸酸的雨）。

响——破坏、系统（水响起来会破坏整个系统）。

生——入侵、危害（生物入侵会危害）。

物——改善、环境（人物改善环境）。

第三步，对照原文复习记忆。

七、用故事联想法记忆陆地动物适应陆地环境的主要特征

- ①一般具有防水分散失的结构。
- ②都有支持躯体的运动器官。
- ③有能在空气中呼吸的呼吸器官。
- ④有发达的感觉器官和神经系统。

这类短语信息可提取关键的信息，然后用故事联想法来记忆。

第一步，提取关键词：

防水失、躯体运动、呼吸、感觉和神经。

第二步，联想记忆：

防水失的躯体在陆地可以运动，可以呼吸，感觉神经很发达。

第三步，对照原文复习记忆。

八、用简图法记忆动物的领域行为特点

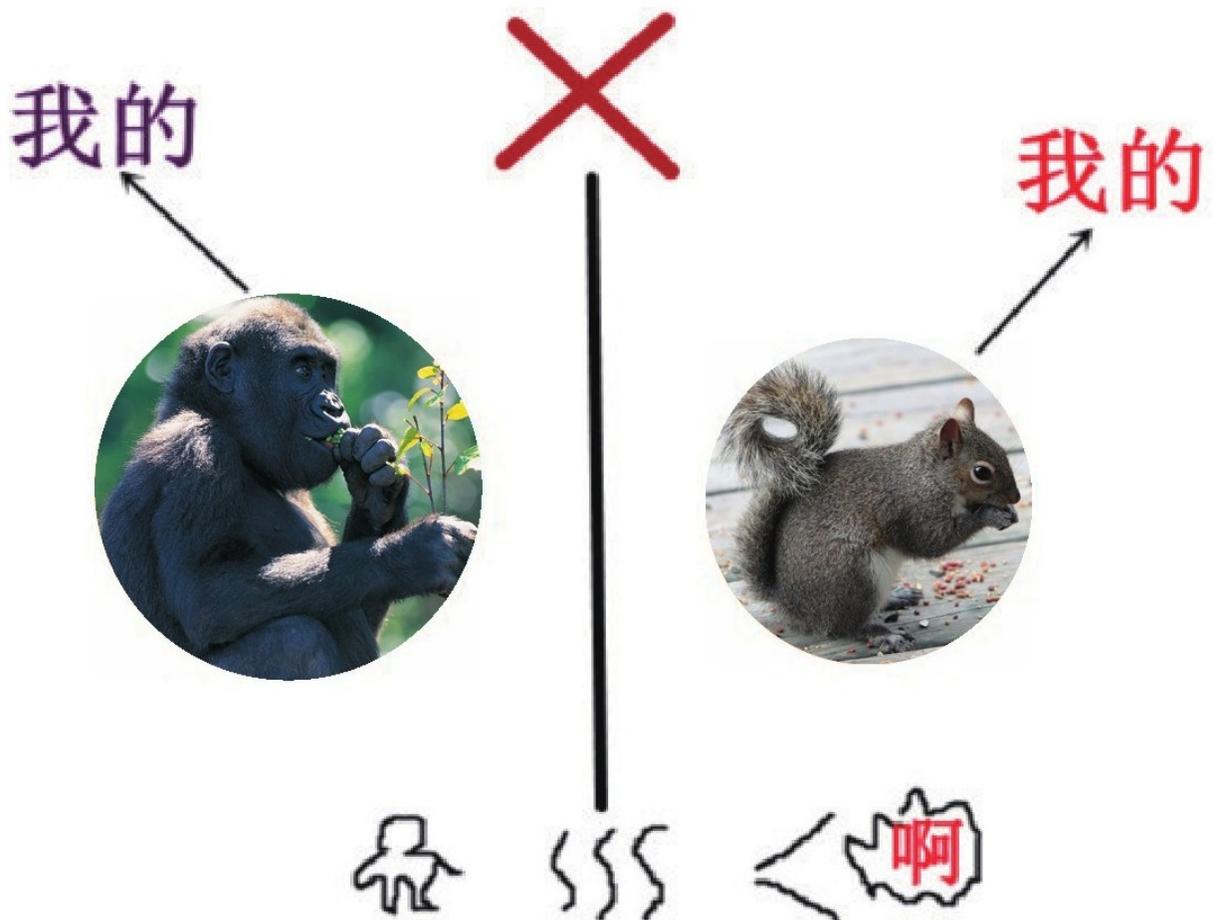
- ①领域的大小各不相同。
- ②领域没有明确的界限，但领域占有者却熟知它的边界。

③动物常用姿态、气味、鸣叫等方式来警告周围的动物，保卫自己的领域。

领域的特性可以直接以简图法呈现，这样区分起来会非常直观，只不过针对不同特征描述，需要选取参照动物。

第一步，挑取关键字词，并赋予特定简图含义：

①大小不同——猩猩、松鼠，②无界限，③姿态、气味、鸣叫。



动物的领域行为特点

第二步，根据简图含义，核对原文复习记忆。

九、用歌诀法记忆常见的植物激素

生长素、赤霉素、细胞分裂素、脱落酸、乙烯。其中赤霉素能促进水稻患恶苗疾；乙烯能促进果实成熟；脱落酸能促进叶和果实的衰老和脱落。

每种激素都对应着其特征，所以适合运用配对联想来记忆各个激素，所有激素的名称可以采取歌诀法来串联记忆。

第一步，歌诀记忆各个激素：生吃梨，脱衣（生、赤、裂、脱、乙）。

第二步，配对联想记忆激素及特性。

激素特性联想记忆表

激素	特性	联想
生长素	促进生长	——
赤霉素	促进水稻患恶苗疾	赤梅和水稻田之间站着一只恶猫（恶苗）
细胞分裂素	促进细胞分裂	——
脱落酸	促进叶和果实的衰老和脱落	叶和果实衰老脱落了，脱落的是酸水果
乙烯	促进果实成熟	说一席（乙烯）话，果实就成熟了

第三步，根据表格内容，核对原文复习记忆。

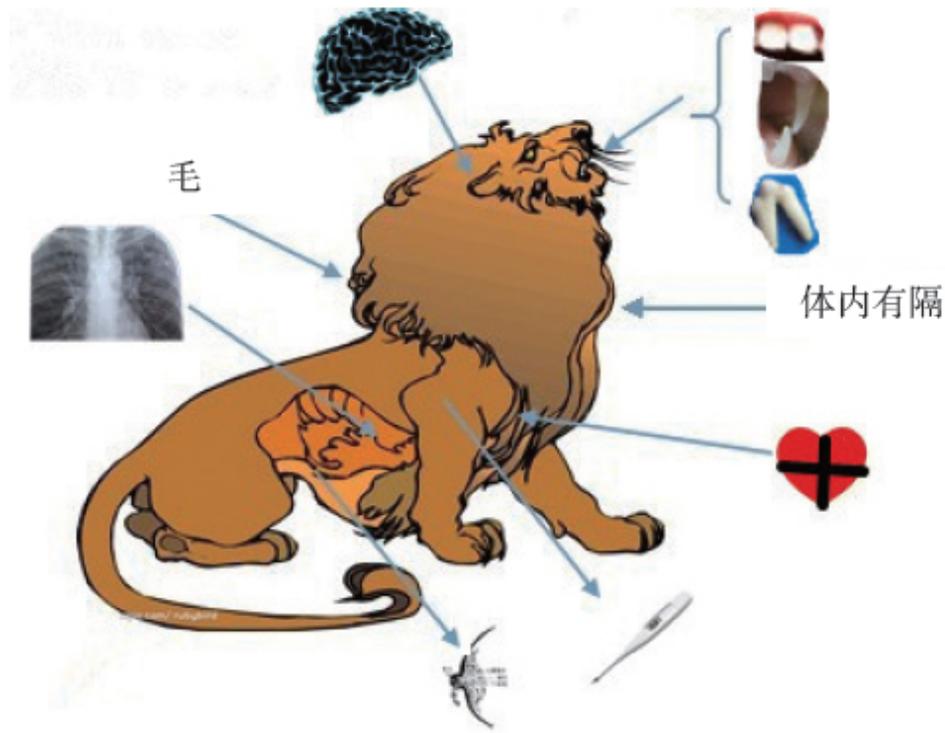
十、用简图法记忆哺乳动物的主要特征

- ①体表被毛。
- ②牙齿有门齿、犬齿、臼齿的分化。
- ③体腔内有膈。
- ④用肺呼吸。
- ⑤心脏有四腔。
- ⑥体温恒定。
- ⑦大脑发达。
- ⑧多为胎生、哺乳。

由于本段文字内容是讲述哺乳动物的特征，可以选取一个哺乳动物作为参照物，然后将每个特征依次在参照物上体现，会使理解和记忆变得更加轻松简单。

第一步，将8个特征所对应的词汇进行形象化。

第二步，与主体动物挂钩绘制简图联想记忆。



哺乳动物特征示意图

通过前面题目的记忆法讲解，我想大家关于生物知识点的掌握有了较多的了解。

在学习生物学方面，我的建议是首先要将课堂上老师所有讲解的知识点完全理解，课后完成所有课堂以及练习册的作业，再配合辅导资料攻克难点。在这个过程中，我们需要用记忆法掌握很多知识点，可以说关于理科中记忆需求量最大的就是生物课了。物理和化学更加强调的是理解和逻辑推理分析，虽然有很多公式、定理之类的需要去掌握，但是没有像生物课那样有非常多的知识点和信息要求死记硬背。

生物学其实最重要的有三个方面：细胞、遗传基因、生态。在复习备考或是学习过程中，可以将重点知识绘制成思维导图，这样会让我们对高考生物知识有个宏观重点的把握，明确掌握方向，然后针对具体知识点，该记忆的运用记忆法，该理解分析的就加强理解。如果

我们能够做到将生物知识点任意抽取，对于哪些是重点、哪些是次重点都了然于胸，那么我们就掌握了生物学。

附录

附表1 数字编码表

在日常的学习中，无论哪个学科，都需要记忆大量的数字信息。如果你的联想力很好，可以随意针对少量数字编码记忆，那么你就会得心应手，但是当你不能快速联想编码时，掌握一套记忆大师使用的固定编码系统会对你非常有帮助。在前面的内容里，我们已经使用了部分编码，无论是我们自己设计的编码，还是记忆大师们使用的编码，一般都运用谐音、特定含义、外形转化等。注意，一般来说，1~9和01~09的编码略有不同，请注意区分，并选择自己习惯使用的编码。

双数编码表

第一组：

数字	编码	编码方式	数字	编码	编码方式
01	小树	0 像树叶, 1 像树干	11	筷子	11 像筷子
02	铃儿	谐音	12	椅儿、日历	谐音、一年 12 月
03	三脚凳	3 条腿的凳子	13	医生	谐音
04	轿车	4 个轮子的轿车	14	钥匙	谐音
05	手套	5 个手指	15	鸚鵡	谐音
06	手枪	6 发子弹的左轮手枪	16	石榴	谐音
07	锄头	7 像锄头	17	仪器	谐音
08	溜冰鞋	8 个轮子的溜冰鞋	18	腰包	谐音
09	猫	有“九命猫”之说	19	衣钩	谐音
10	棒球	1- 球棒, 0- 球	20	香烟	一包烟 20 支

第二组:

数字	编码	编码方式	数字	编码	编码方式
21	鳄鱼、阿姨	谐音	31	鲨鱼	谐音
22	双胞胎	两个“2”长相一样	32	扇儿	谐音
23	和尚、乔丹	谐音、球衣号码	33	星星	“闪闪”的星星
24	闹钟	一天 24 小时	34	三丝	谐音 (三根丝线)
25	二胡	谐音	35	山虎	谐音
26	河流	谐音	36	山鹿	谐音
27	耳机	谐音	37	山鸡	谐音
28	恶霸	谐音	38	妇女	节日
29	饿囚	谐音 (饥饿的囚犯)	39	山丘、胃药	谐音、药名
30	三轮车	谐音	40	司令	谐音

第三组:

数字	编码	编码方式	数字	编码	编码方式
41	蜥蜴、司仪	谐音	51	工人	节日
42	柿儿	谐音	52	鼓儿	谐音
43	石山、死神	谐音	53	乌纱(帽)	谐音
44	蛇	蛇发出的声音	54	青年	节日
45	师父	谐音	55	火车	发出“呜呜”声
46	饲料	谐音	56	葫芦、蜗牛	谐音
47	司机	谐音	57	武器	谐音
48	石板	谐音	58	舞吧、尾巴	谐音
49	湿狗	谐音	59	蜈蚣	谐音
50	武林、五环	谐音、形状	60	榴槌	谐音

第四组:

数字	编码	编码方式	数字	编码	编码方式
61	儿童	节日	71	鸡翼、机翼	谐音
62	牛儿	谐音	72	企鹅	谐音
63	流沙	谐音	73	(花)旗参	谐音
64	螺丝、律师	谐音	74	骑士	谐音

(续表)

数字	编码	编码方式	数字	编码	编码方式
65	尿壶	谐音	75	西服	谐音
66	蝌蚪	形状像蝌蚪	76	气流、汽油	谐音
67	油漆	谐音	77	机器（人）	谐音
68	喇叭	谐音	78	青蛙	谐音
69	绿舟、太极	谐音、形状	79	气球	谐音
70	麒麟、冰激凌	谐音	80	巴黎（铁塔）	谐音
81	白蚁、军人	谐音、节日	91	球衣	谐音
82	靶儿	谐音	92	球儿	谐音
83	芭蕉扇	谐音	93	旧伞	谐音
84	巴士	谐音	94	首饰	谐音
85	宝物	谐音	95	酒壶	谐音
86	八路	谐音	96	旧炉、酒楼	谐音
87	白旗	谐音	97	旧旗、香港	谐音、1997年回归
88	爸爸	谐音	98	球拍	谐音
89	芭蕉	谐音	99	舅舅、澳门	谐音、1999年回归
90	酒瓶	谐音	00	望远镜	形状

单数编码表

1——蜡烛	2——鹅	3——耳朵	4——小帆船	5——钩子	6——汤勺
7——锄头	8——眼镜	9——哨子			

附表2 常用字母组合编码

字母组合	编码	字母组合	编码	字母组合	编码
ab	阿爸	ee	眼睛	im	一毛
ac	一次	er	儿、耳	ive	夏威夷
ad	阿弟、广告	ef	衣服	jo	机灵
adu	阿杜	eh	遗憾	je	姐
al	阿郎	el	饮料	kn	困难
ali	阿里	em	姨妈	lib	李白
ap	阿婆	ep	硬盘	lf	雷锋
ar	矮人	ev	一胃	lm	流氓
ary	一人妖	ex	易错	ly	老鹰
ard	卡片	et	外星人	lay	腊月
au	遨游	ew	遗忘	mini	迷你裙
aw	一碗	ey	鳄鱼	mt	模特
adv	一大碗	equ	艺曲	mir	迷人
ance	一册	ence	恩师	mul	木楼
bl	玻璃	ele	大象	mn	魔女
br	病人	ea	茶	mo	魔
by	表演	est	最	ment	门徒
ble	伯乐	ent	疑难题	nt	难题
ch	彩虹、吃	fl	风铃	ne	呢
ck	刺客	fr	夫人	nu	努力
cl	成龙	fe	翻译	oa	圆帽
co	可乐	fi	父爱、飞	oo	眼镜
cir	词人	gl	公路	or	或
cy	抽烟	gr	工人	ou	藕
com	电脑	gy	观音	op	藕片

(续表)

字母组合	编码	字母组合	编码	字母组合	编码
con	葱、虫	gue	故意	ot	呕吐
cr	超人	hy	花园	of	零分
cu	醋	ho	猴	olo	火箭
dr	敌人	hu	湖	ow	灯泡
dy	地狱	ic	IC卡	ob	氧吧
pa	怕	se	色、蛇	tl	铁路
ph	电话	sw	丝袜	tele	电
pl	漂亮	sp	水瓶	ture	土热
pr	仆人	sm	寺庙	tain	太难
pe	赔	sk	水库	ur	友人
pro	泡肉	sus	宿舍	um	油猫
pu	扑	sist	姐姐	ut	油条
ry	日语	sion	绳	ue	友谊
re	热	th	天河、弹簧	udy	邮递员
sh	上海	tion	神	vo	声音
sl	司令	tr	树、土人	wh	武汉
squ	身躯	ty	太阳	was	瓦斯、是
st	石头	tw	台湾	wo	我

注：以上编码仅供参考使用，大家了解字母组合编码原则，然后熟悉常用编码，在实际使用过程中懂得举一反三即可，不一定非得把上面的参考编码完整记忆下来使用。

附表3 200个必修单词记忆法

第一组:

序号	单词	意思	拆分 / 联想	1	2	3
1	mother-land	<i>n.</i> 祖国	拆分：mother（母亲）+land（土地） 记忆：祖国母亲土地广袤无垠			
2	endless	<i>adj.</i> 无止境的；没完的	拆分：end（结束）+le（乐）+ss（2条蛇） 记忆：结束无止境的玩乐2条蛇的游戏吧			
3	bench	<i>n.</i> 长凳；工作台	谐音：奔驰 记忆：一辆黑色的奔驰在长凳上驰骋			
4	false	<i>adj.</i> 不正确的；假的	拼音：fal（发了）+se（色） 记忆：你发了掉色的衣服是不正确的			
5	cure	<i>vt. & n.</i> 治疗；治愈	谐音：酷儿 记忆：喝“酷儿”能治疗百病			
6	disadvantage	<i>n.</i> 不利条件；弱点	拆分：dis（的士）+advantage（优点） 记忆：的士的优点比弱点多			
7	effect	<i>n.</i> 效果；作用	谐音：一坏开头 记忆：一个坏的开头产生的作用是很大的			
8	shock	<i>vt.</i> 使震惊	谐音：瘦壳 记忆：那坏消息真使人震惊，把他吓得瘦成一层壳			
9	post	<i>n.</i> 职位；工作 <i>vt.</i> 投寄；邮寄	拆分：po（破）+st（石头） 记忆：邮寄一个破石头过来，就给你提供工作			
10	institute	<i>n.</i> 院；（研究）所	谐音：英式踢球的 记忆：贝克汉姆开了一间关于英式踢球的研究所			
11	admire	<i>vt.</i> 钦佩；羡慕	拆分：ad（广告）+mire（买儿） 记忆：夫妇羡慕别人有儿子，所以就打广告买儿子			

（续表）

序号	单词	意思	拆分 / 联想	1	2	3
12	determination	<i>n.</i> 决心	拆分: determi (弟特迷) + nation (国家) 记忆: 弟特迷恋国家, 决心要报效祖国			
13	courage	<i>n.</i> 勇气; 胆略	拆分: c (从) + our (我们的) + age (年龄) 记忆: 从我们的年龄就可以看出我们的胆略和勇气			
14	debt	<i>n.</i> 债务; 欠款	谐音: 贷它 记忆: 贷它个十万八万就能把债务先还清了			
15	store	<i>n.</i> 储存品; 备用品	拆分: st (石头) + o (蛋) + re (热) 记忆: 石头屋里备用品, 有些蛋发热了			
16	fever	<i>n.</i> 发烧; 发热	谐音: 飞吻 记忆: 一个美女不停地飞吻, 让他发烧又发热			
17	merchant	<i>adj.</i> 商业的; 商人的	拆分: merch (莫吃) + ant (蚂蚁) 记忆: 商人的赚钱秘密就是莫吃蚂蚁			
18	exist	<i>vi.</i> 存在	拆分: ex (恶心) + i (蜡烛) + st (石头) 记忆: 存在一些恶心的蜡烛放在石头上			
19	major	<i>adj.</i> 较大的; 较重要的	谐音: 马哲 记忆: 马哲课在高中课程中是比较重要的			
20	chart	<i>n.</i> 航海图; 图表 <i>vt.</i> 绘制. 地 (海) 图	谐音: 插头 记忆: 插头一插, 大屏幕上就显出了航海图			
21	biscuit	<i>n.</i> 饼干	拆分: b (饼) + is (是) + cuit (脆的) 记忆: 饼干是脆的			
22	defend	<i>vt.</i> 防守; 保卫	拆分: def (得分) + end (最后) 记忆: 得分到最后成了防守保卫战			
23	defeat	<i>vt.</i> 战胜; 击败	拆分: def (得分) + eat (吃) 记忆: 战胜得分最多的人, 就可以吃东西了			
24	seize	<i>vt.</i> 夺取; 占领	拆分: size (尺寸) + e (鹅) 记忆: 尺寸很大的地盘被鹅占领了			
25	onion	<i>n.</i> 洋葱头; 洋葱	对称性: onIon 记忆: 我一手拿一个洋葱头			

序号	单词	意思	拆分 / 联想	1	2	3
26	bake	vt. 烤; 烘	谐音: 贝壳 记忆: 原始人饿了就烤贝壳吃			
27	astonish	vt. 使惊讶	拆分: asto (饿死都) + nish (历史) 记忆: 这种使人惊讶的饿死都不屈服的事情在历史上有很多			
28	disaster	n. 灾难; 祸患	谐音: 弟砸死他 记忆: 坏人作恶, 弟弟砸死他后给家里带来了灾难			
29	raise	vt. 使提高; 饲养	拆分: r (花) + ai (爱) + se (色) 记忆: 花仙子爱提高饲养绿色植物			
30	celebrate	vt. 庆祝	谐音: 塞了不理它 记忆: 奥巴马连任, 他的支持者在路上大举庆祝, 塞车了警察也不理它			
31	sink	vi. 下沉; 沉没	拆分: s (美女) + ink (墨水) 记忆: 一个美女沉没到墨水里去了			
32	passage	n. 通道; 走廊	拆分: pass (经过) + age (阿哥) 记忆: 你经过这个走廊就可见到阿哥			
33	camp	vi. 野营; 宿营 n. 营; 野营	拆分: cap (帽子) + m (妈) 记忆: 妈妈戴着帽子去野营			
34	dirt	n. 污物; 脏物	谐音: 得体 记忆: 衣服上有污物, 当然不得体啦			
35	valley	n. 山谷	谐音: 瓦砾 记忆: 用瓦砾填平山谷			
36	beyond	prep. 在……的那边	拆分: be (是) + yond (养大) 记忆: 你是被在山的那边的农民养大的			
37	cave	n. 山洞	谐音: 开胃 记忆: 在山洞吃筵席一定能使你开胃			
38	thirst	n. 口渴; 渴	谐音: 蛇舌头 记忆: 太渴了, 蛇舌头都快干死了			
39	system	n. 系统; 体系	拆分: s (蛇) + y (弹弓) + te (特) + m (麻) 记忆: 一条蛇把弹弓给另一条蛇, 让它破坏特麻烦的一个捕蛇系统			

(续表)

序号	单词	意思	拆分 / 联想	1	2	3
40	spiritual	<i>adj.</i> 精神上的 ; 心灵的	拆分 : spirit (精神) + u (杯子) + al (阿郎) 记忆 : 精神病人将杯子给阿郎, 作为心灵的补偿			
整体复习						
易错单词记录						

第二组:

序号	单词	意思	拆分 / 联想	1	2	3
41	faith	n. 信仰；信念	拆分：fa（罚）+it（它）+h（椅子） 记忆：罚它蹲椅子上是因为这只小狗没有信仰			
42	curiously	adv. 好奇地；古怪地	拆分：curious（好奇的）+ly（老鹰） 记忆：好奇的她很古怪地看着老鹰发呆			
43	starve	vi. 饿死	谐音：士大夫 记忆：士大夫宁愿饿死，也不接受施舍			
44	thus	adv. 这样；因而	拆分：th（天河）+us（我们） 记忆：天河这样美是我们的功劳			
45	birth	n. 出生；诞生	拆分：bi（比）+r（花）+th（天河） 记忆：他的出生地比花开的天河还漂亮			
46	precious	adj. 宝贵的；珍贵的	拆分：pre（怕热）+cious（学生） 记忆：怕热的学生戴着宝贵的玉器			
47	fence	n. 栅栏；篱笆	拆分：fen（分）+ce（厕） 记忆：栅栏分开了厕所和小屋			
48	task	n. 任务	拆分：t（他）+ask（问） 记忆：他问了一下接下来的工作任务是什么			
49	shave	vt. 剃；刮	拆分：s（蛇）+have（有） 记忆：蛇没有剃须、刮胡子的习惯			

（续表）

序号	单词	意思	拆分 / 联想	1	2	3
50	argue	vt&vi. 争论；辩论	拆分：ar（爱人）+gue（故意） 记忆：爱人故意争论是有原因的			
51	menu	n. 菜单；菜谱	拆分：men（男人）+u（杯子） 记忆：男人把杯子放在菜单上面			
52	wipe	vt. 擦；擦干	谐音：外婆 记忆：小时候我每次哭鼻子，都是外婆帮我擦干眼泪的			
53	pie	n. 馅饼	拆分：pi（皮）+e（鹅） 记忆：豆皮里包着鹅肉的是馅饼			
54	jam	n. 果酱	谐音：酱 记忆：果酱			
55	regret	n. 遗憾；抱歉	拆分：re（热）+gr（工人）+et（呕吐） 记忆：热情的工人呕吐后对大家说抱歉			
56	goose	n. 鹅；鹅肉	拆分：goo（900）+se（色） 记忆：我们有 900 种不同颜色的鹅			
57	agricultural	adj. 农业的；农学的	谐音：阿哥来考车了 记忆：阿哥来考车证，通过后就回老家开拖拉机服务农业的生产			
58	pest	n. 害虫	拆分：pes（拍死）+t（它） 记忆：是害虫就要拍死它			
59	storage	n. 贮藏；储存	拆分：stor（story 故事）+age（年龄） 记忆：储存故事多的是年龄大的人			
60	ruin	vt. 毁坏；破坏	拆分：ru（人）+in（在……里面） 记忆：日本人进入中国，在森林里面纵火破坏森林			
61	damp	n.&adj. 潮湿	谐音：当铺 记忆：当铺里面当的都是潮湿的大米			
62	loss	n. 丧失；损耗	谐音：罗斯 记忆：罗斯福是一位丧失双腿的美国总统			
63	repay	vt. 偿还；讨还	拆分：re（热）+pay（付） 记忆：热情的他付给我很多偿还性的东西			

序号	单词	意思	拆分 / 联想	1	2	3
64	goat	n. 山羊	谐音：狗的 记忆：有长得像狗的山羊吗			
65	solve	vt. 解决；解答（难题）	拆分：so（如此）+lve（live 生存） 记忆：怎么解决这么多科索沃难民的生存问题啊？真让人头疼			
66	spoon	n. 汤匙；调羹	谐音：蚀本 记忆：调羹的生意真不好做，我把老本都给蚀掉了			
67	firm	n. 公司；企业	拆分：f（拐杖）+i（蜡烛）+rm（人们） 记忆：拄着拐杖、点着蜡烛的人们到公司开会			
68	comment	n. 评论	谐音：看门的 记忆：看门的老伯最喜欢对别人评头论足			
69	express	vt. 表达；表示	拆分：ex（恶心）+press（压力） 记忆：恶心的话就表达出来，不然压力很大			
70	satisfaction	n. 满意	对比：satisfy			
71	product	n. 产品；成品	拆分：pr（仆人）+o（鸡蛋）+duct（督促他） 记忆：仆人把鸡蛋做成成品，我们得督促他			
72	description	n. 描述	拆分：des（得胜）+crip（抗日片）+tion（神） 记忆：描述得胜的场景在抗日片中被刻画得神乎其神			
73	boring	adj. 令人厌烦的	谐音：保龄 记忆：打保龄球是项令人厌烦的活动吗			
74	humour	n. 幽默；幽默感	拆分：hu（虎）+m（妈）+our（我们的） 记忆：虎妈说我们的幽默感很强			
75	advantage	n. 优点；好处	拆分：ad（广告）v（五）+ant（蚂蚁）+age（年龄） 记忆：广告上说吃五只蚂蚁的好处是可以让你年龄更小			

(续表)

序号	单词	意思	拆分 / 联想	1	2	3
76	umbrella	<i>n.</i> 雨伞	谐音：俺不热了 记忆：有雨伞遮阳，俺不热了			
77	gift	<i>n.</i> 赠品；礼物	拆分：g（哥）+if（如果）+t（伞） 记忆：哥哥如果给你礼物，一定是把伞			
78	review	<i>vt.</i> 检查；复审； 复习	拆分：re（热）+view（目光） 记忆：他火热的目光检查着这里的一切			
79	failure	<i>n.</i> 失败	谐音：非礼 记忆：坏人试图非礼一个少女，结果失败了			
80	translation	<i>n.</i> 翻译；译文	拆分：trans（全市）+la（拉）+tion（神） 记忆：全市翻译比赛拉神来做裁判			
整体复习						
易错单词记录						

第三组

序号	单词	意思	拆分 / 联想	1	2	3
81	hand- some	<i>adj.</i> 英俊的	拆分：hand（手）+some（一些） 记忆：英俊的人手上有一些记号			
82	telegram	<i>n.</i> 电报	拆分：tele（台历）+gr（工人）+am（是） 记忆：台历上记录着工人是如何发电报的			
83	compa- nion	<i>n.</i> 同伴；同事	拆分：compani（肯陪你）+on（在……上） 记忆：肯陪你在公司上班的人是同事			
84	blame	<i>vt.</i> 责备；责怪	谐音：不累吗？ 记忆：妈妈责备儿子说，你整天打游戏不累吗			
85	tense	<i>adj.</i> 紧张的	拆分：ten（十）+se（蛇） 记忆：你看到十条蛇在身边，感到很紧张吗			

（续表）

序号	单词	意思	拆分 / 联想	1	2	3
86	insert	vt. 插入	谐音：硬射 记忆：牛顿硬是把箭射出去，结果插入了他头上的苹果			
87	split	vt.&vi. 撕开；切开	谐音：撕不裂他 记忆：我想撕开食品包装袋，却怎么也撕不裂他			
88	sincerely	adv. 真诚地	拆分：since（自从）+re（花）+ly（老爷） 记忆：自从我真诚地把花送给老爷后，他的病就好了			
89	gather	vi.&vt. 聚集；采集	拆分：ga（歌）+the（这个）+r（花） 记忆：诗歌是这个人从花丛中采集到的灵感			
90	nature	n. 性质；种类	拆分：na（那）+tu（兔）+re（热） 记忆：那只种类特别的兔子很热			
91	seek	vt. 试图；探寻；找寻	拆分：see（看）+k 记忆：看到他试图 K 人，我们阻止了他			
92	active	adj. 积极性；主动性的	拆分：act（行动）+ive（夏威夷） 记忆：行动积极性很高的地方是夏威夷			
93	environment	n. 环境	拆分：envi（安慰）+ron（容）+ment（门童） 记忆：你安慰容易破坏环境的门童了吗			
94	recycle	vt. 回收；再循环	拆分：re（再一次）+cycle（循环） 记忆：再一次循环就是回收			
95	sort	vt. 把……分类；整理	拆分：s（蛇）+or（或者）+t（伞） 记忆：蛇或者会帮我整理这些伞			
96	technique	n. 技术；方法	谐音：坦克你开 记忆：你拥有开坦克的技术，所以坦克你开			
97	rubber	n. 橡胶；橡皮擦	谐音：萝卜 记忆：弄错了，你把萝卜当成橡皮擦了			
98	tyre	n. 轮胎；车胎	拆分：ty（太阳）+re（热） 记忆：太阳很热，将轮胎给融化了			
99	glove	n. 手套	拆分：g（哥）+love（爱） 记忆：哥哥爱戴手套			

序号	单词	意思	拆分 / 联想	1	2	3
100	socialism	<i>n.</i> 社会主义	拆分: social (社会的) + is (是) + m (妈) 记忆: 社会的本质是妈妈对社会主义的认识			
101	smooth	<i>adj.</i> 光滑的; 平坦的	拆分: sm (什么) + oo (眼镜) + th (童话) 记忆: 什么眼镜在童话故事里是光滑的			
102	grey	<i>adj.</i> 灰色的; 灰白的	拆分: gr (工人) + e (鹅) + y (弹弓) 记忆: 工人教灰色的鹅使用弹弓			
103	dull	<i>adj.</i> 阴暗的; 单调无味的	拆分: du (读) + ll (11) 记忆: 他在阴暗的地方读了 11 本书			
104	ugly	<i>adj.</i> 丑陋的; 难看的	谐音: 阿哥你 记忆: 妹妹说, 阿哥你穿太难看的衣服, 难怪现在还没有女朋友			
105	drawing	<i>n.</i> 绘画; 图画	拼音: dr (敌人) + aw (安稳) 记忆: 敌人生活安稳时喜欢绘画			
106	drill	<i>vt.</i> 钻 (孔) <i>n.</i> 钻; 钻头	拆分: dr (敌人) + ill (生病) 记忆: 敌人生病了还要钻孔			
107	mass	<i>n.</i> 众多; 大量	拆分: ma (妈) + ss (2 条蛇) 记忆: 妈妈喂养的 2 条蛇繁殖了大量的 小蛇			
108	shadow	<i>n.</i> 阴影; 影子	拼音: sha (傻) + dow (动物) 记忆: 傻动物喜欢追自己的影子跑			
109	replace	<i>vt.</i> 取代	拆分: re (重新) + place (放置) 记忆: 把别的东西重新放置在这, 取代原来的			
110	desert	<i>vt.</i> 遗弃; 舍弃	对照: desert 沙漠——沙漠把人类舍弃了。			
111	spread	<i>vt.</i> 展开; 流传	拆分: sp (蛇皮) + read (读书) 记忆: 古人把文章写在蛇皮上, 现代人展开来读书, 使祖先的文化流传下去			
112	sunset	<i>n.</i> 日落	拆分: sun (太阳) + set (落) 记忆: 太阳下落就是日落			

(续表)

序号	单词	意思	拆分 / 联想	1	2	3
113	opposite	<i>adj.</i> 相反的	拆分: oppo (观察外形) + site (位置) 记忆: op 与 po 中 o 与 p 的位置是相反的			
114	fierce	<i>adj.</i> 猛烈的	谐音: 飞蛾死 记忆: 飞蛾死在猛烈的火焰中			
115	importance	<i>n.</i> 重要性	拆分: import (进口) + tance (汤匙) 记忆: 要进口汤匙, 可见汤匙的重要性			
116	state	<i>n.</i> 状态; 情形	拆分: st (石头) + ate (吃) 记忆: 把石头当饭吃的情形, 你见过吗			
117	forever	<i>adv.</i> 永远	拆分: for (为了) + ever (曾经) 记忆: 为了我们曾经拥有的, 我将永远和你在一起			
118	ashamed	<i>adj.</i> 惭愧的; 害臊的	拆分: shame (羞愧) = sha (杀) + me (我) 记忆: 害臊的杀手羞愧地向我道歉			
119	indeed	<i>adv.</i> 确实; 实在	谐音: 因地 记忆: 因地制宜是一件实在的事			
120	remark	<i>n.</i> 陈述; 话; 议论	拆分: re (热) + mark (分数) 记忆: 大家火热议论的是考试分数			
整体复习						
易错单词记录						

第四组

序号	单词	意思	拆分 / 联想	1	2	3
121	delight	<i>n.</i> 快乐 <i>vt.</i> 使快乐	拆分：de (的) + light (光) 记忆：快乐的光芒照耀着大地			
122	obviously	<i>adv.</i> 显然地	谐音：二伯肥死哩 记忆：你爸 100 斤，二伯 200 斤，谁肥？ 显然地是二伯肥死哩			

(续表)

序号	单词	意思	拆分 / 联想	1	2	3
123	tear	<i>n.</i> 眼泪；泪水	拆分：t（伞）+ear（耳朵） 记忆：伞下的女孩耳朵旁也有很多眼泪			
124	burst	<i>vi.</i> 突然发生；爆炸	拼音：bur（不让）+st（石头） 记忆：我们不让石头爆炸			
125	envy	<i>vt.</i> 忌妒；羡慕	谐音：安慰 记忆：她嫉妒心太强了，因而在选美中 没有获胜，她妈妈在一旁安慰她			
126	leak	<i>vi.</i> 漏；渗	谐音：立刻 记忆：由于桶漏了，桶里的水立刻漏光			
127	will	<i>n.</i> 意志	拆分：w（乌鸦）+ill（生病） 记忆：乌鸦生病了，但是意志坚强			
128	crazy	<i>adj.</i> 疯狂的	拆分：cr（超人）+a（一个）+zy（怎样） 记忆：超人与一个疯狂的罪犯怎样打斗 呢			
129	carpet	<i>n.</i> 地毯；毛毯	拆分：car（小汽车）+pet（宠物） 记忆：小汽车里的宠物蹲在地毯上			
130	comb	<i>n.</i> 梳子	拆分：c（月亮）+o（鸡蛋）+mb（面包） 记忆：在月亮上用鸡蛋做的面包当梳子 用			
131	curtain	<i>n.</i> 窗帘	谐音：客厅 记忆：客厅的那个窗户挂着很漂亮的窗 帘			
132	cushion	<i>n.</i> 垫子	谐音：酷刑 记忆：有一种酷刑就是跪在带刺的垫子 上			
133	tight	<i>adj.</i> 紧的	拆分：ti（踢）+gh（刚好）+t（伞） 记忆：踢站得很紧的人时刚好把伞给踢 倒了			
134	scold	<i>vt.</i> 责骂	拆分：s（美女）+cold（冷的） 记忆：一个美女冷冷地责骂她			
135	shoulder	<i>n.</i> 肩膀	拆分：should（应该）+er（耳朵） 记忆：肩膀上边应该是耳朵了			

序号	单词	意思	拆分 / 联想	1	2	3
136	feather	<i>n.</i> 羽毛	拆分: father(爸爸)+e(鹅) 记忆: 爸爸抓来一只鹅, 把羽毛全拔光			
137	gymnastics	<i>n.</i> 体操	拆分: gym(体育馆)+nasti(拿水踢)+cs 记忆: 在体育馆内拿水踢体操舞与CS玩			
138	bar	<i>n.</i> 棒; 杆	谐音: 爸 记忆: 爸! 不要用棒打我			
139	fortunate	<i>adj.</i> 幸运的; 侥幸的	记忆: fortune(运气)形容词			
140	ache	<i>v.</i> 觉得疼; <i>n.</i> 疼痛	拆分: a(一个, 一辆)+che(车) 记忆: 他被一辆车撞倒, 疼痛死了			
141	require	<i>vt.</i> 需要; 要求	谐音: 来筷儿 记忆: 顾客要求服务员来双筷儿			
142	aim	<i>n.</i> 目的; 目标	拆分: ai(爱)+m(妈吗) 记忆: 爱妈妈, 我的目标是要让她幸福			
143	balance	<i>n.</i> 平衡	谐音: 被冷死 记忆: 要注意温度平衡, 以免被冷死			
144	kindergarten	<i>n.</i> 幼儿园	拆分: kinder(仁慈)+gart(d)en(花园) 记忆: 幼儿园是一座仁慈的花园			
145	physical	<i>adj.</i> 身体的; 体力上的	对照: physical 物理 记忆: 物理上的就是体力上的			
146	neatly	<i>adv.</i> 熟练地, 灵巧地	谐音: 你特厉 记忆: 你熟练地做题目, 同桌夸你特别厉害			
147	inch	<i>n.</i> 英寸	拆分: in(在……里面)+ch(吃) 记忆: 他在食堂里面吃了条一英寸的鱼			
148	mat	<i>n.</i> 垫子	拆分: m(猫)+at(在) 记忆: 一只大黑猫在软软的垫子上睡觉			
149	collar	<i>n.</i> 衣领; 硬领	谐音: 可乐 记忆: 往衣领里灌可乐			
150	judge	<i>n.</i> 法官; 裁判; 审判员	拆分: ju(举)+dge(大哥) 记忆: 法官举起了大哥			

序号	单词	意思	拆分 / 联想	1	2	3
151	clap	<i>vi.</i> 拍手；鼓掌	谐音：可来拍 记忆：唱歌好听，可来拍拍，鼓掌下			
152	glance	<i>n.</i> 闪烁； <i>vi.</i> 一瞥	谐音：格兰士 记忆：格兰士的空调我一瞥就能认出来了			
153	victory	<i>n.</i> 胜利	拆分：victo（维克多）+ry（人妖） 记忆：维克多有很多人妖在比赛中获得胜利			
154	gain	<i>vi.</i> 赢得；挣得	拼音：gai（该）+n（你） 记忆：该你赢得这次比赛了			
155	cheer	<i>n.</i> 喝彩； <i>v.</i> 向……喝彩	拆分：车儿 记忆：为车儿获得赛车第一名而喝彩			
156	fellow	<i>n.</i> 同伴；伙伴	拆分：fel（疯了）+low（低） 记忆：同伴疯了，躺在低洼地上			
157	delighted	<i>adj.</i> 高兴的；开心的	记忆：delight（乐趣）+ed（耳朵） 记忆：他的乐趣以及开心的事情是掏耳朵			
158	friendship	<i>n.</i> 友谊；友好	拆分：friend（朋友）+ship（船） 记忆：朋友们在同一条船上非常友好			
159	purse	<i>n.</i> 钱包	谐音：赔死 记忆：钱包不见，赔死人			
160	loose	<i>adj.</i> 零散的；松散的	拆分：loo（100）+se（色） 记忆：100种颜色的松散的玩具放在架子上			
整体复习						
易错单词记录						

序号	单词	意思	拆分 / 联想	1	2	3
161	actual	adj. 实际的；现实的	拆分: act (行动) + u (杯子) + al (阿郎) 记忆: 你需要用实际的行动将杯子送给阿郎			
162	defence	n. 防御；防务	拼音: defen (得分) + ce (测) 记忆: 防御得分测试刚开始			
163	pause	vi. 停留；停止	拆分: pa (怕) + use (用) 记忆: 怕用电器出错, 你按下停止就可以了			
164	aloud	adv. 大声地	拆分: a (一个) + loud (老的) 记忆: 不应该大声地对一个老的人说话			
165	sudden	adj. 突然的	拆分: su (宿) + d (弟) + den (灯) 记忆: 宿舍的弟弟突然地将灯熄灭了			
166	flash	n. 闪光；转瞬间；闪光灯	谐音: 佛来时 记忆: 佛来时, 转瞬间有闪光			
167	uniform	n. 制服	谐音: 由你发吗 记忆: 制服是由你发吗			
168	calm	adj. 镇静的；沉着的 vt.&vi. 镇静；使镇定	拆分: ca (擦) + lm (里面) 记忆: 她很沉着地擦马桶里面的污渍			
169	fear	n. 害怕；恐惧；担忧	拆分: f (拐杖) + ear (耳朵) 记忆: 他害怕拐杖会打到他的耳朵			
170	fair	adj. (肤色) 白皙的；(头发) 金黄的	拆分: f (发) + air (空气) 记忆: 头发在空气中是金黄的			
171	aircraft	n. 飞机(单复数同)	拆分: air (空气) + craft (可拉飞它) 记忆: 在空气中可拉飞它的东西是飞机			
172	adventure	n. 冒险；奇遇	拆分: ad (广告) + venture (往处) 记忆: 做广告是冒险的往处			
173	reception	n. 接待；欢迎	拆分: re (热) + cep (测评) + tion (神) 记忆: 热情欢迎测评组的人员来拜神			
174	lightning	n. 闪电	拆分: light (光) + ning (宁) 记忆: 闪电发出的光划破了宁静的夜空			

序号	单词	意思	拆分 / 联想	1	2	3
175	greedy	adj. 贪婪的	拆分: gr (工人) + ee (眼睛) + dy (电影) 记忆: 工人用贪婪的眼睛看电影			
176	flesh	n. 肉	拆分: fle (肥了) + sh (是) 记忆: 肥了是肉多的缘故			
177	maid	n. 女仆; 侍女; 少女	拼音: 买的 记忆: 女仆的衣服是她自己买的			
178	court	n. 法庭	拆分: cou (凑) + rt (人体) 记忆: 大家都凑到法庭看人体模型			
179	trial	n. 审判; 试验; 试用	谐音: 踹我 记忆: 因为踹我, 他被审判			
180	merciful	adj. 仁慈的; 宽大的	谐音: 马师傅 记忆: 马师傅是个仁慈的人			
181	bitter	adj. 怀恨的; 厉害的	拆分: bit (一点) + t (伞) + er (儿) 记忆: 只有一点怀恨的人竟然拿伞伤害自己的儿子			
182	desire	vt. 要求; 期望 n. 欲望; 要求	拆分: des (得失) + i (蜡烛) + re (热) 记忆: 得失蜡烛的期望不要过热			
183	learned	adj. 有才华的; 博学的	拆分: learn (学习) + ed (耳朵) 记忆: 博学的人学习时用耳朵认真听			
184	greet	vt. 问候; 向……致敬	拆分: gr (工人) + ee (眼睛) + t (雨伞) 记忆: 我问候工人, 因为他们睁大眼睛制造雨伞			
185	bless	vt. 祝福; 保佑	拆分: b (不) + less (少) 记忆: 我生日那天收到不少祝福			
186	according	adv. 按照	拆分: ac (爱车) + c (月亮) + or (或者) + ding (定) 记忆: 爱车按照月亮或者制定的路线前行			
187	drop	n. 滴	拆分: dr (敌人) + op (藕片) 记忆: 敌人见到藕片就滴口水			
188	justice	n. 正义; 公正	拆分: just (刚刚) + ice (冰) 记忆: 刚刚吃冰的人是个很公正的人			

序号	单词	意思	拆分 / 联想	1	2	3
189	comfort	<i>n.</i> 安慰；慰藉 <i>vt.</i> 安慰	拆分：come（来）+for（为了）+t（她） 记忆：我来是为了安慰她			
190	pride	<i>n.</i> 自豪	拆分：p（跑）+ride（骑） 记忆：你跑得比骑车还快，让我很自豪			
191	relation	<i>n.</i> 关系；联系	拆分：rela（热辣）+tion（神） 记忆：热辣的辣椒被神吃了			
192	role	<i>n.</i> 角色	拆分：r（花）+o（鸡蛋）+le（乐） 记忆：花炒鸡蛋的角色很快乐			
193	queen	<i>n.</i> 王后；女王	谐音：困 记忆：女王很困，想睡觉			
194	poet	<i>n.</i> 诗人	拼音：po（婆）+et（儿童） 记忆：婆婆给儿童讲诗人的故事			
195	frog	<i>n.</i> 青蛙	拆分：fog（雾）+r（花） 记忆：青蛙叼着花在雾中散步			
196	mud	<i>n.</i> 泥；泥浆	拼音：木雕 记忆：木雕陷在泥浆里了			
197	wolf	<i>n.</i> 狼	拆分：wo（我）+lf（雷锋） 记忆：我和雷锋一起捕狼			
198	tail	<i>n.</i> 尾巴；尾部	拆分：tai（太）+l（1） 记忆：太长的1条尾巴			
199	lung	<i>n.</i> 肺；肺脏	谐音：狼 记忆：狼心狗肺			
200	standard	<i>adj.</i> 标准的	拆分：stand（站）+dard（大的） 记忆：站在大的舞台上的是标准的产品			
整体复习						
易 错 单 词 记 录						

课程介绍

精英班

1. 世界脑力总冠军记忆课程中级修炼

世界记忆总冠军王峰亲自教你学会世界冠军的记忆工具和方法，还将向精英班学员分享他当年的学习经历、系统的训练方法、参加世界级大赛的心态调整、打破世界纪录的秘诀。

2. 世界脑力锦标赛之快速记忆一副扑克牌

利用扑克牌训练大脑的想象力、注意力、创造力，提高反应速度，同时让孩子掌握记忆扑克牌这门特殊的技能。

3. 单词速记——文字的奥秘（基础词源学）

全面剖析英语的字母、词根、词缀，从英语的源头记忆单词，掌握一天记忆300个单词的秘诀。

4. 思维导图的高级运用（思维导图记忆文章、书本分析）

思维导图的高阶实战运用，用思维导图记忆文章、课本，练就深度全面的阅读能力，在作文、辩论、活动中创造性拓展思维，分析解决生活中的实际问题。

5. 精英素质（好习惯培养、精英心态训练）

好的学习成绩离不开好的学习习惯和学习心态，在精英班我们会教给孩子状元的学习习惯，培养孩子作为精英该有的心态，挖掘孩子本身就具备的学习潜能，促成深层次的心智蜕变，提升生命整体素质，练就顽强的意志力、全接纳的心态，学会转念思维等。

6. 智慧课堂（赏识思维、国学经典《弟子规》）

通过体验式的培训课堂让孩子体验理解和尊重的快乐，学会欣赏和赞美别人。让孩子用阳光心态与父母、朋友友好相处！唤醒心中的“好孩子”意识，修好学习的“发动机”，成为学习的“志愿军”。

7. 情绪模式掌控

在心灵游戏、心理学体验中实现：突破心理障碍，拆除自我设限，提升学生的勇气和胆量，快速突破生活和学校的瓶颈。

8. 半年咨询跟踪辅导

世界记忆冠军团队老师将为学员提供长达半年的咨询跟踪辅导。在此期间，学员可以直接通过电话或网络跟冠军团队精英师资保持联系；还可以在陈林老师和王峰老师去当地讲学时，享有面对面咨询的特殊机会！

弟子班

我们的教育理念：品格教育、方法教育、升学教育。

我们认为教育的本质是“道”与“术”的结合。帮助学生养成良好习惯，学会做人做事；学会在挫折面前不断地激励自己，在成功面前不断地反省自己；学会理智地思考和感受爱；树立正确的价值观，这是“道”。在此基础上“激励、唤醒和鼓舞”学生的学习、研究和创造的激情，教授他们学习的方法，这是“术”。所以提升学生做人做事的品格教育是第一大事，提升学生学习兴趣的方法教育是第二件大事。做好了前两件事，即实现了“道”与“术”的结合，而升学教育只是我们传授各种技巧后的一个结果而已。

弟子班定位在高端精英教育，跟着王峰老师、陈林老师全程学习一个学期，课程内容为四个版块：

学科培训：由优秀学科老师进行个性化教学，确保培训完回到学校后考试成绩有大幅度提升。

学习力培训：“世界记忆大师”教孩子们如何提高学习效率及优化学习策略，解决课本学习过程的记忆问题，提高学生学习能力。

好习惯培养：作为精英教育，学习成绩是最基本的要求，精英习惯将会伴随孩子的一生，这也是未来素质教育的趋势。

英语能力：弟子班的很多孩子今后都有可能出国，因此英语也作为日常记忆训练的一项常规任务。

申请报名电话：18684751800；邮箱：147477714@qq.com