

讀方書法

文經緯編著

世界書局印行

讀 書 方 法

文 經 緯 編 著

世 界 書 局 印 行

中華民國二十三年十一月
初版再版

讀書方法（全一冊）

（每冊定價銀三角）

（外埠酌加郵費匯費）

不准翻印

編著者 文經緯

出版者 世界書局

印刷者 世界書局

發行所 上海各省世界書局

自序

余初受舊教育，固苦於讀書之無方；後轉受新教育，由小學而中學，亦毫不知讀書之法，以致在校學業雖不後人，而身心卻已中毀，撫今追昔，至爲痛心。迨升入大學後，研習教育，受實驗科學之洗禮，深覺過去讀書之無法，於是淬厲奮發，集中外篇籍，融合個己之經驗，撮要記錄，以備攻讀之張本；同時顧念當今學子與余類似者，諒亦不少，設使於此編著成書，刊布問世，或於求學之士，不無小補，此卽編著本書之動機也。

本書起稿於民國十五年秋，余當時肄業於武昌師大，約經一月左右，完成第一章至第七章。嗣因革命軍興，圍攻武昌城，月餘未下，余困居城中，槍林彈雨，固足擾人，而羅雀捕鼠，尤爲惶恐，因此中途擱筆。迨武昌既下，學校因改組停頓，乃投筆從戎，奔走革命，至十七年冬由贛帶職返校，參與畢業考試，續成自第八章至第十一章，終以職務繁劇，未曾終卷。十八年秋返里開辦縣立鄉村師範學校，曾將已成初稿作該校補習班學生自修指導之教材，學生所得，似頗不小，只以校務太忙，未曾續完。近二年來轉任職省立五中兼授學科博雜，無暇執筆，本年專任省立六中課，經友人之催促，乃於最

近時日中得告完成，此本書編著經過之大概情形也。

本書第十一章以前，承杜佐周先生及趙演同學校閱初稿，貢獻意見甚多，又承陳樹三同事抄寫校對，併此誌謝！其中參考各書，因隨作隨輟，且生活飄泊不定，所參考中外各書，不能詳細註明章節，特別舉附於編末，以示謝意。至本書內容，謬誤或所難免，希讀者指正，是幸。

文經緯於

湖南省立第六中學校

民國廿一年六月廿二日

目次

第一章	緒論	一
第二章	讀書必要之兩種準備	五
第三章	讀書目的之確定	一一
第四章	書籍之選擇	一五
第五章	讀書習慣之養成	二一
第六章	筆記法	二九
第七章	經濟學習法(一)	三七
第八章	經濟學習法(二)	四三
第九章	經濟學習法(三)	四九
第十章	讀書與記憶	五三
第十一章	讀書思想之訓練	五九

第十二章	讀書興趣之養成	六五
------	---------	----

第十三章	讀書與個性	六九
------	-------	----

第十四章	讀書與衛生	七五
------	-------	----

附錄	腦筋之構造與活動	八二
----	----------	----

參考書		八五
-----	--	----

第一章 緒論

人自呱呱墮地，渾渾噩噩，一物不知，一事不曉，不過皮包肉混然一團軀壳而已；與各種動物相比較，可說人之初生，是最無能力的一種動物。彼誕生時，既不會走，又不會說，與夫一切語言動作技能知識理想事業等等，均須於長時之幼稚期中，與以漸次訓練或學習，逐漸發達，始能達成熟之境域；顧人類之環境與夫文化學術各種事業等等，均長在變化增進不居之境域，則人類欲求其順適，以進益人生，不能不隨時隨地竭盡智能與以訓練或學習，以進於發展與改造而後可。由是言之，故人之一生從初生以迄於死滅，全在訓練或學習的歷程中。

由上既已知人生長在訓練或學習的歷程中，則訓練或學習於人生之重要，不言可知而知。詎知我國數十年前，對於學習方法，尚未有人設為問題，從長討論，著為編籍，有之實自近二十餘年始開其端。緣近幾十年來，歐美各先進國，科學發達，於發生心理，生理心理，比較心理，兒童研究等，從生

物學之見地，作發生之研究；實驗教育學，實驗心理等，由實驗之方法，為測驗之研究；如此種種研究之結果，著為論文或書籍以行於世。如用心術（How to use your mind）學習過程（Learning process）讀書法（How to study）學習法（How to learn）學習心理（Psychology of learning）等書；同時教育心理學書中亦有關於學習作用之標題。至是學習方法始為人注意，出而專門研究，以求進步。吾國科學幼稚，一切科學均從歐美各國介紹而來，於學習方法之研究，自無例外。故歐美各國於學習方法之研究已大著成效，而吾國對此似尚無人研究，著為專篇，有之不過僅僅一二本翻譯本而已。

在從前教育學者對於學習方法是以教師為主動，學生為受動，故以如何注入，如何啟發，為當前之主題。迄於晚近，知兒童自身具有生長發達之可能性，老師只能從旁互助指導；且兒童具有個性，個性所在，不能強為一律，於是尊重獨創之呼聲應運而生，將舊有之重傳統，尊威權之觀念，根本摧破；更進而由實驗心理學之發達，對於簡單之運動及作業練習，疲勞，遺忘，記憶，與思考作用等學習上之問題，均加以實驗之研究，於是經濟之學習為人所重視。觀以上種種，是以學生為自動之學習，或自力之研究，而老師只能居輔導補助地方之緣由也。

學生自動之學習或自力之研究，既經學理與事實之確定，認為學生求學唯一無二之法門，則以學生求學經驗之缺少，而欲藉人求學之經驗或發見之方法以爲己助，俾得費最低限度之勞力，而收最大之效力，斯則學習方法之所由生，亦即本書區區用意之所在也。

處今日科學發達，科目繁多，各科書籍浩如淵海，以人生有限之光陰當之，不言可知有不及之感。顧今世文明愈盛，則人類應用之知識愈切且博，正非古時簡樸之世可比。故學生爲應付今世文明起見，於各科學固宜求其精，然亦不能不求其博。既欲求其精且博，則於人生有限之時日中，宜如何求時間節省，閱多量之編籍；換言之，即如何設法下最小限度之努力，而收最大之效果，論至此，故學習方法尙焉。設使無學習方法，盲猿瞎馬，亂跑奔騰，則於渺茫之士林，充棟之編籍，正不知何所適從，結果，不徒一無所得，恐精力已耗費不貲矣。間嘗見不講學習方法之學子，雖終日手不釋卷，心不離學，孜孜屹屹，忙忙碌碌，其形不惟不苦矣，其學不惟不勤矣，然日竟而叩其所得，則茫然一無所有，學與未學等，似此學習方法之於人生，於此可以想見其切要矣。

第二章 讀書必要之兩種準備

每見同一資質者，下同一之努力，而其所得之結果每不一致；此固有別種原因者在，但於（一）身心，（二）環境，兩種準備之欠缺爲其重大之原因。茲就二方逐一分述之：

（一）身心之準備——身心之準備，可分二層來說。一層屬於生理——身；一層屬於心理——心。

（A）屬於生理者——身體之姿勢，坐宜端正，腰宜伸直，手足均須有一定之恭正位置，目專注意於書，耳摒絕一切外來聲音，呼吸脈搏均令其入於平淡之境域。總之，凡身體所有之器官，均須令其避免一切障礙，而呈現一種平和清穆之狀態。

（B）屬於心理者——第一要 決心。換言之，要控制意志，對於功課爲深刻與細密之研究，切忌遊移不定，作粗疏浮淺之研究。須知讀書之成就與意志控制程度之高低成正的相關度。語

云有志（限於天資者當不在此例）竟成。實至理名言，吾人宜玩味而深記焉。第二要聚精養神，換言之，即精神之集中。論語云：「心不在焉，視而不見，聽而不聞。」可見精神不集中，則耳目失其功用，由是可知古人云「誠心」、「無二其心」均係經驗之良言，吾人宜體貼用之。第三要態度安詳。因為態度不安詳，每引起心境不爽適，因此影響於學習徒有耗費而無獲益。常見有人對於各種學科先存好惡之偏見，此種態度，於求學實有百害而無一利。須知人生在世，是求做一完人，以應付宇宙一切事物；若於各種學科之間，任有所好惡，則應付宇宙事物與爲人，必有所欠缺而不全。設有人以爲人壽有限，欲於學問有所專一，以成專家，於各種學科先存好惡之心，似不全非；吾實驗爲不然，吾以爲宇宙事物，其中均有互相牽連關係，決不致彼此渺不相涉，吾人在世爲人，欲應付宇宙一切事物，對於各種學科常識均須有充分之獲得而後可。不然，雖於某種學科專有所成，而不能爲一完人以應付宇宙事物，成爲偏宕不全之人，甚非得計。況於各種學科常識欠缺，而欲成一學問專家，在事實上是不可能之事。故知求學之態度宜取其安詳而廣博之爲得也。第四要有豐富之興趣。興趣是引人樂於進取，向前而不生厭。設無興趣，則心神枯燥，廢然思退，雖欲勉強求進，則所得之結果必不佳。第五要有熱烈之情感。情要非常愉快，足以鼓舞精力，作有力之

進取，因之作業效率，隨之增加。不然，興趣索然，則必心灰意冷，頹然無神，讀書效率必因之大減矣。

(二) 環境之準備——環境與讀書之關係至重大，人類受環境之薰染，於不知不覺間而影響於一生行為與事業。彼生於阻塞多山之人民，則其民性多靜滯老實；生於平地近水之人民，則其民性多活潑圓滑；居於交通便利城市之人民，則從事於工商學各種事業之機會多；居於偏鄙阻滯鄉間之人民，則只從事於農業之機會多。由此可知環境影響於人生之重且大矣。環境之影響於讀書，其理亦然。故吾人入山谷，必生靜寂之想，如臨花前，饒有愉悅之致，走入羅列齊整而且莊嚴燦爛之書齋，則亦必不免生敬羨努力求學之快感。此環境之感人，夫人而知之，吾亦不必以此贅贅也。茲就讀書切不可少之環境，撮要述之如次：

(A) 書齋之周圍，不宜有工廠，並不宜在繁盛嘈雜之區，以免其崢嶸喧雜之擾亂，而得其靜穆清幽而且深邃悠悠之宜。

(B) 書齋宜擇用西式房屋或中西合璧之房屋，因吾國舊式房屋，光線薄弱，窗戶開放，壁牆粉飾，不合科學，很不適合衛生，且不擇土地之乾燥卑溼；故今日之書齋，宜擇窗戶開放，容受日光，牆壁潔白，土地乾燥，空氣流通，諸得適宜者用之。且其房屋之高矮大小，均得適宜之度而後可。

(C)書齋之光線，宜從南方或東方射入。坐位之光線，宜以左方射入。因為光線若採之不得其宜，使目多費氣力，結果引起頭暈之生理變化，而感到困倦不能作事之痛苦。

(D)書齋溫度，宜保持在華氏(65°-68°)之間。因為過熱過寒，均足以影響於身體不爽快，而使不能安心讀書。

(E)桌椅之高低，宜適於坐者身體之長短，以合於正當之姿勢。桌高與身長之比，約三比七。椅要有靠背，以便伸靠。

(F)書籍排列在架上或箱內，宜整齊分類，條理整然，以便取閱，而壯觀瞻。

(G)書齋牆壁周圍宜懸貼名人書法與名畫，或黏貼讀書，為人處世，接物等格言。能如是不特能引起身心之美感，並於無形中對於人格養成與感化為力至巨且大。至於室內几椅打掃拭抹清潔，以重衛生，尤不用言。末後尚有必須注意準備者是：

(H)各種字典，均須置放一定之地方，以便隨時查檢。如將要習何種學科，宜先將該科之參考書籍放於一處，以免須要時尋覓之麻煩。並所用之鉛筆，墨水，紙簿及特備之札記簿等常用之什物，均須置於當前。

以上不過略就普通必要之準備述之。此種普通必要之準備，爲吾人讀書必須注意之點，若於此種普通之準備有所欠缺，則其讀書之效率減少必矣。至若必須特殊之準備，以適合個人之情形，當另作別論。

