

MINGRENXUEXIFAGAILUN

名人学习法概论

萧戈 雷智勇 / 著

中央文献出版社

图书在版编目(CIP)数据

名人学习法概论/萧戈 雷智勇 著. —北京:中央文献出版社,2005.5

ISBN 7-5073-1716-1

I. 名… II. ①…萧②雷… III. 学习法-名人-研究 IV. H134-53

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 088533 号

责任编辑:刘庆民

装帧设计:车参兵

出版发行:中央文献出版社

社 址:北京前毛家湾1号

印 刷:北京利民印刷厂(110113)

经 销:全国新华书店

字 数:150千字

开 本:880×1230 1/32

印 张:6

印 数:1-1500册

版 次:2005年5月北京第1版

印 次:2005年5月第1次印刷

定 价:16.00元

文献版图书如有印、装错误,工厂负责退换。

此书承蒙榆林学院出版基金
资助出版,谨致谢忱

谨以此书献给我们所钟爱的
学习学的教学与研究事业

绪 论

古今中外杰出的伟人、大家,无一不是靠自己勤奋刻苦的读书学习而成才的。人们在仰慕和崇拜他们的同时,往往会情不自禁地深深思索:他们又是怎样地读书学习而成才的呢?换句话说,他们读书学习有没有诀窍即科学的方法呢?

答案是肯定的。名人们各自所走的道路、机遇、成就尽管迥然不同,然而有一点却是绝对相同的,即除过自身的刻苦努力之外,还掌握了正确的、科学的学法。古人看书学习,不惜拜求名师指点,历代科学家都很注意科学的方法,道理也正在于此。这也正是古今中外名人成才的奥秘所在。

由此可见,研究伟人名人的“学法”,探寻其成才的奥秘,从而建立起适应现代社会的“学习学”,指引有志求学者少走弯路、早日成才,是一件很有现实意义和科学价值的工作。

研究“学法”,首先得研究“学习”这一概念。学习,从哲学意义上讲,属于认识论的范畴,即从感性认识到理性认识的过程。毛泽东同志在《实践论》《人的正确思想是从哪里来的》这两篇哲学著作中,对此有过精辟的论述。通俗地说,学习即是人们获取知识的过程。

现代科学技术的发展,信息产业的革命,中国的改革开放以及世界经济的一体化,使我们的生活环境发生着巨大的变化。这个变化产生的一个重要影响就是,个人以至整个民族的生存和发展对知识的需求和依赖愈来愈大。即:我们所面临的是一个知识含量极高的世界,是一个知识经济和知识创新的世界。要适应这样

一个环境并争取到更大的生存、发展空间,以便对社会和人类作出应有的贡献,就要善于学习和应用新的知识,使自己的知识结构得以不断地更新和优化。

说到学习,人们往往把它与学校教育联系在一起,而忽略了离开学校后在工作、生活中的学习。学校教育是将系统化的知识传授给学生,它只是一种特定的获取知识的方式。学校教育的功能主要是对基础知识的掌握和学习能力的训练。由于所传授的知识主要是基础性的,而且是有限的,因而无论从广度和深度上,都不可能涵盖和满足现代科学技术的发展和现代社会中所需要的应有的知识结构。因此,只有一个人在工作和生活中,能有效地发挥他在学校获取的知识和自学能力,在广度和深度上扩展其知识结构,并不断地予以更新、优化,学校教育的价值才能在他身上得到充分的体现。

可见,离开学校后的学习对人的一生更为重要。从方法论来讲,学习即是把离散的信息系统化、形成框架概念的过程。当然,这一过程需要经过多次的反复才能完成。学习方法就是要解决如何有效地完成这个过程的问题。

所谓“学法”,不仅是指正确的学习方法、途径和手段,还包括学习的法则、规律、过程 and 规定,包括自学的能力与习惯,学习的心理学等等更为深广的内容。一言以蔽之,学法是关于研究学习内在规律的提法,是相对于“教法”的概念,它与“教法”的概念保持着严格的同一性。

然而,在学法中又不能不讲到学习方法问题。学习方法是“学法”中至关重要的组成部分。

“方法”这个词,在我国的语言文字中有许多表示法,诸如方、

绪 论

法、道、术、策、计、辙、谋略、办法、路子等等，足见我国人民从古到今都十分重视对方法的研究。其实对每个人来说，方法无所不在。如烹饪法、服装选择法、房间美化法等。我们差不多每天都在谈论方法。某同事的儿女们接踵考上了大学，我们说他“教子有方”；某个体户不善经营，总是亏本，于是哀叹自己“生财无术”……当然，“方法”中更为重要的，还是对人们最有意义和价值的那些方法，诸如学习方法、思想方法、工作方法、科学研究方法等等。总之，无论是读书学习，还是为人处事，都离不开方法。正确的方法，是引渡你到达成功彼岸的舟船，是辅佐你飞向理想高度的羽翼，是每个人都不能须臾离之的。

以学习知识为对象的学习活动，是一种特殊的科学认识活动。它的目的不是发现新事实，而是要掌握已被证明为真理的知识。由于一个人要在小学、中学和大学这短短十几年时间里，学习人类几千年积累的知识，这就决定了学习是一种高度浓缩的、模式化的认识过程。为了提高学习效率，几千年来，尤其是17世纪捷克教育家夸美纽斯建立教学论以来，人们总结了好多种学习方法。如果掌握了这些方法，最易使人们事半功倍。因此，了解和掌握正确的学习方法，在落实江泽民同志“学习学习再学习”号召的今天，无疑是非常重要的。

一个人知识的获得，智力的发展，能力的提高，在学校里依靠老师指导下的自学，应是主要途径；出了校门后，自学更是主要途径。那么，如何提高人们的自学能力及水平呢？研究并掌握学习方法，对于求知的人们一定会有很好的借鉴和启迪作用。如果他们在掌握了“学法”的一些基本规律及主要途径的同时，又能付出艰苦的努力，必然会大有收效。

好的学习方法,不仅有助于提高获取知识的能力和效率,而且在某种程度上还会改变一个人的思维方式和生活方式,对其综合素质的改善产生影响,使他得到许多意想不到的收获。其主要作用如下:

第一,培养学习的兴趣。有效的方法无疑会大大增强学习的欲望和信心。在一定意义上讲,只有体验出学习过程中乐趣的人,才会成为学习的成功者。

第二,会明显增强捕捉信息、处理信息的能力。如果把学习视为概念框架建立和形成的过程,那么,对信息的选择、处理就有了明确的目的性,使其成为一个收敛的过程。这种带有较强的自学意识的行为在获取知识的同时,对于信息的搜集及处理能力,也是一种专门的训练。

第三,养成思考的习惯。学会运用各种不同的思维方式,提高思维的能力。“推断”和“联想”这两种思维方式在学习过程中都是必不可少的。前者属于逻辑性思维,运用因果律确立系统中各部分的相互关系。后者是一种创造性的思维,它多适用于寻求随机过程和突变过程中事物之间的关系及整体框架结构。在一定意义上讲,思维方式和思维能力的掌握与提高,比获取知识本身更具有重要的价值。

第四,改善记忆力。记忆力往往取决于你对某种事物的价值判定和理解程度。也就是说,对你有用的就容易记住,你理解了的可能记住。学习过程中对信息的选择、识别和处理,实际上也正是一个价值判定和理解认识的过程。当你形成并掌握了科学的方法后,记忆功能会得到显著的改善。

第五,提高表达能力。它包括口头表达和文字表达,即“说”

绪 论

和“写”。实际上“说”和“写”也是认识过程中应有的两个环节。有了这种意识,尝到了甜头,就会在这方面下功夫,使自己的表达能力不断提高。

江泽民同志曾经严肃地指出:“学习问题,关系到广大干部自身的进步,关系到国家、民族的兴衰和社会主义现代化的成败。”他还多次强调领导干部一定要“讲学习”。实践证明,讲学习是同讲政治紧密相联的。没有扎实的知识和理论上的坚定,就不会有政治上的清醒。从这个意义上讲,讲不讲学习,是检验每个学生、党员、公务员和干部是否真正讲政治的试金石。同时,讲学习也一定要讲究科学的方法,以求达到事半功倍的最佳学习效果。

《论语·子罕》说:“仰之弥高,钻之弥坚。”清代大学者郑燮有诗云:“新竹高于旧竹枝,全凭老干为扶持。”我们相信,只要每个求学者认真研究名人学习法并掌握学习规律,熟悉学习的全貌并吸取学习科学的精髓,一定会受益匪浅的。正如一首勉励诗所说——

羨子年少正得路,
有如扶桑初日生。
夙兴夜寐勤学乐,
才情卓犖大有成。

目 录

目 录

绪论	(1)
第一章 名人学习欲望论	(1)
一、哪里有兴趣,哪里就有成果	(1)
二、痴迷而成才	(7)
三、嗜书如命方明理	(9)
四、虚心拜师,学必长进	(15)
第二章 名人学习美德论	(22)
一、理想——学习的源动力	(22)
二、有志者事竟成	(26)
三、“在有顽强毅力的人面前没有高峰”	(31)
四、专注——求知的犁铧	(36)
五、胆略是成才的奋进器	(42)
六、勤奋——成才的阶梯	(46)
七、钻研——获取知识宝藏的钻头	(53)
八、世界上怕就怕“认真”二字	(56)
九、“童心”和“恒心”	(61)
第三章 名人学习惜时论	(63)
一、做时间的主人	(63)
二、选时学习效果佳	(70)
三、宜早——力求年轻时成才	(76)

名人学习法概论

第四章 名人学习能力论	(83)
一、未来的文盲是不会学习的人	(83)
二、要站在书上读书	(89)
三、记忆是治学的良方	(92)
四、想象力比知识更重要	(95)
第五章 名人学习素质论	(99)
一、学习素质的增强要靠后天的培养	(99)
二、善于发现,乘势引导	(101)
三、环境的因素不可忽视	(102)
四、学习素质要不断扩展	(104)
五、培养学习素质的四个“不”	(105)
六、紧攥自励的长鞭	(109)
第六章 名人学习方法论	(112)
一、读书之法在循序而渐进	(112)
二、读书须如蜂采蜜	(115)
三、“绝对必须加强注意资料的收集”	(120)
四、“札记之功,必不可少”	(125)
五、坚持写日记	(131)
六、温故也能知新	(134)
七、名人读书的几种常见方式	(137)
八、名人学习的几种常见方法	(141)
第七章 名人学习实践论	(148)
一、实践出真知	(150)
二、实践出聪明	(151)
三、实践,就是要勤学苦练	(152)

目 录

四、实践、实践、再实践	(155)
第八章 名人学习创造论	(160)
一、创造是一种最高级的能力	(160)
二、创造力需要开发	(163)
三、开发创造力,多出创新成果	(170)
四、创造者应有的十个特点	(173)
立志与修身	
——从萧戈、雷智勇“学习学”系列文章谈起	
..... 田有成	(175)
后 记	(181)

第一章 名人学习欲望论

要理智地、自觉地、有效地投身于革命，就必须学习。

——列宁

任何时候我也不会满足，越是多读书，就越是深刻地感到不足，越感自己知识贫乏。科学是美妙无穷的。

——马克思

无论什么时候，永远不要以为自己已经知道了一切。不管人们把你们评价的多么高，但你们永远要有勇气对自己说：我是个毫无所知的人。

——巴甫洛夫

决不要企图掩饰自己知识上的缺陷，哪怕是用最大胆的猜度和假设作为借口来掩饰。

——巴甫洛夫

趁年轻力壮去探求知识吧，它将弥补由于年老而带来的亏损。智慧乃是老年的精神的养料，所以年轻时应当努力，这样年老时才不会空虚。

——达·芬奇

一、哪里有兴趣，哪里就有成果

以歌德的这句名言作题，旨在说明兴趣对学习的重要。

兴趣，在学习上叫做求知欲，这是重要的学习心理。学习需要兴趣，我国古代哲人早有论述。《论语·雍也篇》提出：“知之者不如好之者。好之者不如乐之者。”这里的“好之”和“乐之”，指的就是兴趣和喜爱。《礼记·学记》也指出：“不兴其艺，不能乐学。”这里的

“兴”和“乐”，指的也是兴趣和喜爱。

据现代心理学家研究，兴趣可分为三种类型：

直观兴趣。如看到周围是美丽的、引人注目的东西，自然引起兴趣。就反射活动来说，它是一种“不学而能”的条件反射。从认识阶段来说，它属于感性阶段。这种兴趣往往停留在表象，转瞬即逝。

自觉兴趣。这种兴趣除了情感外，还伴随着思维活动，能从引起兴趣的事物中，提出一系列问题，形成丰富的联想，使兴趣深化加强。

潜在兴趣。这种兴趣不仅包括思维，还加入了意志成分，与人们所从事的工作相联系。有的事物本来枯燥无味，不能马上引起兴趣，这时，就可通过意志使自己的思想专注于它，从研读中激发出兴趣来。潜在兴趣常有目的性、方向性和持久性。浓厚的学习兴趣，主要跟潜在兴趣有关。即使是在恶劣的环境里，潜在兴趣也能够保持。

爱因斯坦曾经说过：“兴趣是成功的一半。”有兴趣的学习，能使人全神贯注，积极思维，兴致勃勃，废寝忘食。人们在满怀兴趣状态下所学习的一切，常常掌握得迅速而牢固。兴趣，是潜在的学习动力，是使读书学习进入艺术佳境的“导游人”。坚持30多年研究才提出了生物进化论学说的达尔文，在其自传中写道：“就我记得的我在学校期间的性格来说，其中对我后来发生影响的，就是我有强烈的多样的兴趣，沉溺于我感兴趣的東西，深喜了解任何复杂的问题和事物。”达尔文从小就对昆虫感兴趣，一旦发现一只小甲虫，就如获至宝，蹲下去一看就是一两个小时，简直入了迷。有一次，他剥开一片树皮，发现三只稀有的小甲虫，就一手逮一只，把另一只放入嘴里含着带回。他就是这样怀着强烈的兴趣，在世界各地考察生物，经过30多年的辛勤工作，终于在50岁时发表了《物种起源》而闻名于世。这说明兴趣对于人的学习作用有多大啊！

兴趣是人对某种客观事物、某项活动的倾向和选择，是客观事

第一章 名人学习欲望论

物引起人的情绪共鸣而产生的。当人们选择了某项活动之后，往往伴随着积极、愉快的心情，兴趣盎然地参加，有的甚至贯注全部热情，全力以赴，达到忘我、忘返、入迷的程度。

大物理学家牛顿在街上散步，看见前面有一块黑板，于是掏出粉笔专心致志地演算起来。忽然，黑板动起来了，而且渐渐离他远去了——原来那“黑板”竟是马车的黑色车厢。

古希腊杰出的数学家阿基米德，把兴趣集中在数学王国里，端起碗忘了吃饭，在火盆的灰烬里画出各种几何图形；进了浴池又忘了洗澡，竟拿擦身用的油，在身上画起图形来。

美国科学家约翰·皮保克，在《读书的兴趣》一文中举了马考雷的例子。说马曾经权位显赫，家财万贯，名闻遐尔。然而，这些并未给他最大的乐趣。他把极大的兴趣用于读书，说自己一生最幸福的时光便是在书中度过的。他说：“书籍比任何馅饼、蛋糕、玩具和世上的一切风景名胜更有价值。即使有人提出，只要我不再读书，就可成为历史上最伟大的国王，身居王室，享受珍饈佳酒，拥有车马万乘，华服贵饰，侍卫随从，前呼后拥，我也决不答应。”

高尔基对读书兴趣极浓。他的体验是：“我扑在书籍上，像饥饿的人扑在面包上一样。”把读书看作生命之必需。

有人对英国作家掌握的词汇多寡作过统计：作家萨克雷掌握5 000个，诗人拜伦和雪莱掌握8 000—9 000个，戏剧家莎士比亚使用的词汇竟达17 000多个。而一本普通的英汉小词典所收的词目是14 000条，还不及莎士比亚掌握得多。人们说，莎士比亚身上潜在的学习动力——兴趣，恰是繁育和催生灿烂花朵的养料。

我国东晋的孙盛“论学忘餐”，明末清初的思想家、史学家黄宗羲“鸡鸣就枕”，二人的“忘食”与“废寝”，皆是因兴趣盎然入迷所致。

蒲松龄的学习乐趣终生不衰，诚如他在《寂坐》一诗中自叙的那样：“生平喜摊书，垂老如昔狂；日中就南牌，日斜就西窗。”

著名艺术家赵丹一生的兴趣倾注于影剧表演艺术。他在艺术方面的表演力和记忆力都强极了，能把几十年前别人和自己演的戏，包括动作和台词，在几十年后叙述得一清二楚，描绘得活龙活现。然而，一离开全神贯注的舞台与银幕，他便成了“糊涂”人。甚至连生活中最普通的事也分不清，有时甚至连自己的岁数、住址、门牌都弄不准确。这说明浓厚的兴趣，正是使他成为一名著名表演艺术家的重要原因。

蔡祖泉造灯，满脑子都是灯，整天想着灯。就是外出开会和参观，也念念不忘那个灯。他的每一本记事簿、笔记本上，都画着许许多多的灯的图样。他被人称为“灯迷”。正由于他对灯有着这样浓厚的兴趣，所以在造灯方面贡献很大。

同样，我国地质学家李四光对矿石的喜爱，数学家陈景润对演算的兴趣，聂卫平对围棋的迷恋，陈肖霞对跳水的热情，陈爱莲对舞蹈的追求等等，都说明兴趣对于人们从事各项工作，具有重大的意义。

那么，为什么兴趣会使人们忘我、入迷呢？这与人的需要等和客观事物的特点相吻合有关。大致分为四种情形：

第一，与人的需要有关。人的需要是多种多样的，兴趣也随需要而异。儿童对糖果、玩具的渴望，姑娘对时装的向往，主妇对菜市场的关心，这是人对物质需求带上了情绪色彩，即物质的兴趣。自然，舒适的住房，漂亮的衣着，精美的食品是人们感兴趣的，这种物质的兴趣鼓舞着人们去创造与追求。

同精神需要有联系的是精神兴趣。表现为追求科学知识，热衷于科技研究、文学艺术等活动。精神兴趣可增强人的求知欲，丰富人的情操，陶冶人的性格，使人博学多才。

第二，与人的年龄、职业、性格特点有关。不同的年龄有不同的兴趣：儿童迷恋于听故事和游戏，青年人追求知识，积极参加文体活动，老年人喜欢聊天、下棋。职业不同，兴趣亦异：演员、解说员对绕

第一章 名人学习欲望论

口令感兴趣,教师对发现和培养学生能力感兴趣。人的性格不同,兴趣也不同:性格外向者喜欢与人交际,乐于从事社会活动,热心于群众的福利事业;内向者则把兴趣转向自己的内部世界,喜欢埋头计算、研究,不愿与人交往;生活乐观者热爱生活,兴趣广泛;悲观厌世者对任何事物都感到无聊、乏味。

第三,与他人、集体及地区的影响有关。学生的兴趣常常受到教师兴趣的影响。14岁的中学生宋世雄听了体育比赛解说员张之的实况解说后,立刻兴趣大发,天天模仿学习。一天,他索性鼓起勇气给张之写信,终于拜他为师,把解说体育比赛作为终生职业。个人兴趣也受集体的影响。读书成风的集体宿舍,每个成员差不多都是孜孜不倦的读者。

第四,与培养、教育有关。兴趣在开始往往是自发的,不知不觉、油然而生的。参加了一次音乐会,参观了一次画展,就对音乐、美术迷上了。但是,这种兴趣不会长久。要想持久,就需要培养、教育。教育的作用就在于使人懂得,要学有所成,仅靠兴趣是不够的,要使兴趣升华,变成理想、大志,才能持久、深刻。聂卫平学围棋,始于兴趣;后来胸怀打败日本九段棋手的志气,潜心学习才见成效。

俄罗斯大教育家乌申斯基说:“没有兴趣的强制学习,将会扼杀学生探求真理的欲望。”兴趣对学习如此重要,那么,怎样才能培养和产生学习的兴趣呢?

第一、必须树立远大志向,明确学习的目的意义。兴趣总是和理想、志气等联结在一起的,只有把个人的奋斗目标与祖国和人民的命运,与实现现代化的伟大事业相联系,才能产生真正的兴趣。事实上,我们的学习及工作,并非件件都能使人感兴趣,不感兴趣但又耍学好、做好。如学外语是枯燥、乏味的,站岗、卖票、开机床是单调烦人的。但是,当你认识到你的学习和劳动是必须的、很有意义的,那么,你对学习、工作的兴趣就会油然而生。

第二,学以致用,以积极的态度去参与、尝试一些新活动,更会

激发学习兴趣。新,对于人总是有吸引力的。这是因为在各种外界事物对人的意识的刺激中,新鲜事物留下的痕迹,激起的反映是强烈的。那些或补充、或证实、或反驳、或扰乱我们心理的新鲜事物,客观上很易引起人们注意,引起兴趣。新的课题和新的研究方法,也可进一步探索更深的奥秘和开阔实践的天地,使人们享受到一种较强烈的兴奋,体会到学习生活的丰富和趣味。

第三,通过设置对立面等方法,培养兴趣。兴趣不是天生的,它的产生主要靠后天的外界环境影响和主观培养。例如,一个人不喜欢学英语,但是爱看推理小说。为了培养自己的兴趣,他就可找来一本较浅显的英文推理小说阅读。起初进度会慢些,但由于书中的情节深深地吸引着他,能看懂原文书的成功又大大激励了他,他就会继而对学习英语产生兴趣。同理,当一个人受到挑战和遇到交锋时,当他意识到获得成功还必须攻克某些难关时,就会产生一种责任感,激励和推动自己去探求更深更新的知识,使心理、情绪趋于兴奋状态。如英国发明家法拉第,年青时当书店学徒,对电学一无所知。后来,他在装订新出版的《大英百科全书》时,书中的电学知识引起他的好奇心。由于能读进去,入了门,便对电学产生了浓厚的兴趣,开始以顽强的毅力钻研它。终于发明了世界上第一台发电机,还发现了三个重要的电解定律,成了现代电工学的奠基人。

第四,用学习的高效率和不断的成功,提高学习兴趣。兴趣浓厚、情绪高涨时,学习效率就高;而不断的成功,又能提高学习兴趣。高玉宝开始对学文化没有兴趣,由于他下功夫钻进去,尝到了甜头,越学兴趣越浓,连做梦都在学文化。终于写出了二三十万字的自传体小说《高玉宝》来。

第五,努力打好知识根基,多多积累知识。知识逐渐多了,兴趣也就随之来了。基础越厚实,知识越多、越广博,兴趣也就越大、越广阔。化学家门捷列夫当年在对“什么是组成物质的最简单元素,什么是建造宇宙的砖块”等一系列问题的研究中,积累了许多知识