

学术讨论增刊

读书·思考·记忆



南昌陆军学校

读书·思考·记忆

徐光辉 辑录



写 在 前 面

泛舟学海，有的人采撷了海的玛瑙珍珠，有的人领略了海的神采丰姿，有的人探索了海的奇幻奥秘，还有的人却空手而返，一无所获。究其原因，在于泛舟者楫舟方法是否科学。

政治部徐光辉同志收集整理的有关《读书、思考、记忆》的资料，经我们编辑成册，可资广大学海泛舟者以借鉴。

《学术讨论》编者

一九八四年六月

目

录

读书篇（一）

——书与读书

1. 茫茫书海知多少？……………（1）
2. 欲下雌黄先读书……………（1）
3. 最佳知识大厦建于何处？……………（3）
4. 读书要有好习惯……………（5）
5. 成熟读者的素质……………（6）
6. 分清良莠读好书……………（7）
7. 不要为书所愚……………（8）
8. 读书当忌乱……………（9）
9. 由少而多，精而不泛……………（11）
10. 目标专一见效快……………（12）
11. 名人的读书雅号……………（13）

读书篇（二）

——学习态度

12. 找准站立点……………（15）
13. 说“成”道“功”话艰辛……………（16）

14. 走向成功的“三”	(17)
15. 成功的四大要素	(18)
16. 学习秘诀“五”之歌	(18)
17. 八大顾问和十大“秘诀”	(19)
18. 毛泽东的一副自学对联	(20)
19. 时间的价值	(20)
20. 勤奋意味着成功	(22)
21. 挖金的启迪	(24)
22. 蜘蛛结网的启示	(25)
23. 求知与吃苦	(26)
24. 珍惜分分秒秒	(27)
25. 三年未过星期日	(28)
26. 巧接“碎布头”	(29)
27. 黑格尔的学习精神	(29)
28. 叶奕绳“约取实得”	(30)
29. 立志与勤奋的结晶	(32)
30. 深夜佛殿苦读书	(33)
31. 读书为何拎水桶?	(34)
32. 篱笆里的读书声	(34)
33. 自学十忌	(35)

读书篇（三）

——学习方法

34. “知识爆炸”与学习方法	(37)
35. 列宁做读书笔记的方法	(39)

36. 徐特立谈学习方法·····	(41)
37. 陈毅的“四多”·····	(42)
38. 一切入一话功底·····	(44)
39. 读书与注意力·····	(46)
40. 合理利用时间·····	(47)
41. 定体则无大体须有·····	(50)
42. 读书热中谈“学”“问”·····	(51)
43. 治学“三境界”·····	(52)
44. 听课“四要旨”·····	(54)
45. 学无常师·····	(54)
46. 柳比歇夫的“时间统计法”·····	(56)
47. 正负迁移学习法·····	(57)
48. 五段学习法·····	(59)
49. 织网学习法·····	(60)
50. 超级学习法·····	(60)
51. 一箭双雕和勤思苦想·····	(63)
52. 朱熹的熟读精思法·····	(64)
53. 王汶石的“三遍”读书法·····	(65)
54. 卢梭的交替读书法·····	(65)
55. 陆世仪的分类读书法·····	(66)
56. 茹志鹃的“煮书法”·····	(67)
57. “抄书”读书法·····	(68)
58. 悬测读书法·····	(68)
59. “硬看”读书法·····	(69)
60. “竭泽而渔”读书法·····	(70)
61. 海绵与网眼·····	(71)

62. “拣粪”精神诚可贵·····	(72)
63. 莫到用时方恨少·····	(73)
64. 怎样做读书卡片·····	(75)
65. 读书“快慢”谈·····	(76)
66. 锻炼读书中的抗干扰能力·····	(77)

思 考 篇

67. 多思·····	(79)
68. 学源于思·····	(80)
69. 健脑良方——勤思考·····	(82)
70. 引发思维的七把钥匙·····	(82)
71. 自然思考·····	(83)
72. 理论思考·····	(84)
73. 数学思考·····	(84)
74. 立体思考·····	(85)
75. 谈谈学中之“问”·····	(86)
76. 思考四诀·····	(86)
77. 名人谈思考·····	(87)
78. 马克思的大脑休息法·····	(88)

记 忆 篇

79. 记忆与录音机·····	(91)
80. 最浅的墨水也胜过最好的记性·····	(92)
81. 马克思非凡记忆的秘诀·····	(93)

82. 背书十法·····	(94)
83. 记忆三窍·····	(95)
84. 寻找规律更好记·····	(96)
85. 潜力、难度与学习效率·····	(97)
86. 一次记忆论·····	(97)
87. 运动记忆·····	(98)
88. 靠节奏感来唤起记忆·····	(99)
89. 从短期记忆到长期记忆·····	(100)
90. 记忆与忘却·····	(100)
91. 记忆方法补谈·····	(101)
92. 形象记忆效果好·····	(103)
93. 一次记忆的项目不宜过七·····	(103)
94. 读出声来记得牢·····	(104)
95. 增强记忆六诀·····	(105)
96. 右脑与创造力的开发·····	(106)
97. 科学地安排用脑时间·····	(108)
98. 谈谈记好听课笔记·····	(110)
99. 如何听好外语录音? ·····	(111)
100. 读速与听速的潜力·····	(112)

茫茫书海知多少？

我国古今书籍浩如烟海。据统计，中国历史上出书的数目，自先秦至清末有十八万一千七百五十五部，二百三十六万七千一百四十六卷；自1911年至1944年有十万种；自1949年至1980年有十二万七千四百零二种，六百七十亿二千零二十四万册。

单是一部清朝乾隆年间编纂的《四库全书》就有七万九千多卷，计达三万六千册，即使以每天读一册的速度，也需连续读一百年才能把它读完。

据《文摘周报》

欲下雌黄先读书

《颜氏家训》中有一句话：“观天下书未遍，不要妄下雌黄”。意思是说，看书不多，不能随便发议论。这句千年“陈词”，在一定意义上，仍值得今天的青年借鉴。道理很显然，要评论一个事物或一种观点的高低优劣，是非曲直，总要在全面了解的基础上，对其进行认真研究分析，才能评之有理，论之有据。浮光掠影，浅尝辄止，或凭道听途说，主观臆测，便评头论足，说长道短，就难免有信口雌黄之嫌。

了。

纵观古今中外，凡学有成果，有所作为者，学习态度总是非常严谨，刻苦认真。古人说：“不学五车书，不行万里路，不识老杜诗。”明末清初的学者王嗣爽就是一个好例。他从二十岁起开始读杜甫的《新安吏》，直到黄土临颈的八十岁高龄，才在枕上系统地写出了对该诗的全面分析，才敢称自己真正理解了这首诗。治学之严，令人叹服。

革命导师马克思为了研究资本主义社会，用了四十年时间，读了一千五百多种著作，做了大量的调查研究，终于在人类历史上第一次无可辩驳地揭露了资本家剥削工人的秘密，唤起了无产阶级的觉醒。同样，恩格斯为了“啃”“杜林系统”这颗“酸果”，放下了手头的其它工作，用了整整两年的时间，分析了杜林的理论，针锋相对，据理驳斥，将不可一世的杜林批得体无完肤。

由于十年内乱，许多青年丧失了认真读书的宝贵光阴。而空虚的头脑，正便于歪风邪气乘虚而入。最近几年，随着对外交往的扩大，西方资产阶级一些腐朽思想也通过各种渠道渗透进来。有些青年被某些似是而非的东西所诱惑，加之社会上资产阶级自由化的邪风一吹，头脑就迷糊了，以为找到了认识人生和社会的什么新武器，并由此对马列主义、毛泽东思想产生了怀疑。其实，这恰恰是读马列和毛主席著作太少的缘故。

马克思列宁主义、毛泽东思想，是全党全军全国人民必须坚持的四项基本原则之一。而要坚持好，首先就必须学习好。当前，为了反对资本主义思想和资产阶级生活方式的腐蚀，做一个清醒的坚定的革命者，我们就更有必要学习马列

著作和毛泽东著作，用共产主义思想体系武装头脑，指导自己的思想和行动。否则，头脑简单，荒腹空空，就很容易上当受骗，被诱入歧途。善于独立思考，敢想敢说敢做，这是当今青年的一个特点。但是，如果离开了马列主义、毛泽东思想的原则、立场，敢想，便只能是胡思乱想；敢说，便只是能乱说一气；敢做，便难免出现亲痛仇快的事。所以，我们应当谨记：欲下雌黄，必先读书。

据《解放军报》

最佳知识大厦建于何处？

古话说：“九层之台，起于垒土”。高楼大厦一定要建造在坚实的基础上；参天大树必须植根于肥沃的土壤之中。要想建立“最佳知识结构”，同样有一个基础问题，它必须建立在丰富和坚实的自然科学知识之上。

马克思曾在1863年说过一句名言：“自然科学是一切知识的基础。”你想掌握系统的历史知识吗？你就要学习了解自然科学史。人类历史在很大程度上是一部份人对客观世界的认识史。在这部历史上，可以看到若干个划时代的发现和发明，正是这些发现发明，赋予了人类社会进步、物质生产发展的巨大推动力，成为各个时代的理论体系、思想体系，以及文化知识体系不断更新的前导。

你想懂得一点军事吗？请你先学一点自然科学，它会帮助你更快地掌握军事科学知识。气象学将会告诉你怎样利用

天候，摆兵布阵；电子学将给你提供各种条件下部队的通信联络，保障指挥；光学将会教你如何更好地隐蔽自己，观察敌人；机械学将会使你更加科学迅速地组织部队的机械化开进……等等。

你想具备丰富的文学艺术知识吗？请你也不妨学一点自然科学，文学艺术是客观世界在文学家、艺术家头脑里的反映，学习掌握自然科学将会使你有更敏锐的文学艺术灵感，将使你的文学艺术作品更加真实，更加完美。

你想对马克思主义有更多的了解吗？也还是那句话，请你学一点自然科学。当然最先进的理论体系和思想体系的马克思主义，也正是伴随着十九世纪科学技术的发展，欧洲出现了大工业及其当代革命的主力军工人阶级而产生的。马克思在写作《资本论》时，曾研究过技术史、科学发明史，也研究过数学、地质学和生理学等学科。恩格斯在写作《自然辩证法》前，曾花了多年时间，刻苦钻研自然科学。学习自然科学，将会使你更好地更深刻地领会马克思主义。

总之，如果你能在围绕自己的工作范围之内，有计划有重点地学一点自然科学，这对你建立“最佳知识结构”是会有很大帮助的。至于从事新闻工作的编辑记者，学一点自然科学更是十分必要的，这不仅是因为编辑记者要广泛地接触社会生活面，而且还因为编辑记者的工作会影响社会。了解现代自然科学高度发展的水平，掌握必要的自然科学知识，至少不会出现十六世纪的德国著作家那样，把钟表制造业（简单的手工业制作）叫做“有学问的手工业”，也绝不会象中世纪罗马人那样，站在教会势力一边为烧死伽里略喝彩。要支持一切先进的科学思想和科学发现，激励和推动社

会前进，不学习了解先进的自然科学成果，实在是很难办得到的。

据《解放军报通讯》

读书要有好习惯

在喜欢读书的年轻人当中，有的人往往缺少一种读书的好习惯。或不抓要领，或没有计划，或不备工具书、不摘笔记……结果，收效甚微。

什么是读书的好习惯呢？当代著名教育家叶圣陶先生说：读书“先看序文或作者、编者的前言，知道全书的梗概，是好习惯；把全书估计一下，预定分若干日看完，而且果真能按期看完，是好习惯；有不了解处，不怕查工具书，不怕请教老师和朋友，是好习惯；自觉有所得，随手写简要的笔记，是好习惯。”叶老提出读书的好习惯，是应该效法的，因为一本书的序言或前言，一般都概述了全书的内容，是书的纲目，它是一位知情的“导游”，所以得到一本书，首先应该读序言或前言。读书应该既有长计划，又有短安排。列宁就曾经要求他的弟妹“按照一定的计划读书。”读书还要购置一些常用的工具书，可备碰上疑难问题时查找。不动笔墨不读书，随手分门别类地摘录或写简要的学习心得，这也是完全必要的。另外一种好习惯就是读书要有姿势，明代薛岗《天爵堂笔余》说：“读书，作文俱要一付真精神，坐则神奋，卧则神驰，此常情也。然卧常可以作文，

而必不可以读书”。读书应坐得端端正正，不宜卧读，这也是一种读书的好习惯。

据《江西青年报》

成熟读者的素质

一些专家学者认为一个成熟的读者应具有如下素质：

△对阅读要有真正的热情。阅读的旨趣是：

1. 读那些提供乐趣、扩大眼界、激发创造性思维的读物；
2. 读那些促进自己不断认识自己，认识他人，认识社会、道德、伦理性质问题的各种读物；
3. 集中在中心课题及与基础知识有关的专门领域内阅读。

△具有理解词意的能力。这种能力可以保证明确地领会和理解词汇所叙述的思想，还可以清晰地意识其所包含的语气和感情。

△在理解和阐述文章思想内容方面，具有利用自己所掌握的全部知识的能力和习惯。

△培养在所阅读的材料中把握重点的能力，这种能力使你察觉出文章的倾向性和叙述方式，使你批评性地思考文章所提出的有关观点的正确性和价值，思考作者的叙述、观点、结论的广度和深度。

△善于用先前所介绍的经验，通过阅读融合所获得的新

观点的能力，从而得到新的、更清晰的理解，扩大兴趣，也更富有理智，最终改善思维和行动的方式，使个性更丰富、更生动。

据《南昌晚报》

分清良莠读好书

八三年“八一”建军节，叶剑英同志向警卫战士赠书，他老人家语重心长地说：“书籍犹如朋友，需要慎重地选择。好的书籍才是贵重的珍宝，是人们的良师益友。”好书，是人生的向导，是奋斗的号角。历史上，曾有不少好书，指引和鼓舞着无数青年寻求真理，走向光明。有位教育家曾深刻指出：“一个人如果从童年时期就受到美的教育，特别是读过一些好书，如果他善于感受赞赏一切美好事物，那么，很难设想，他会变成一个冷酷无情、卑鄙庸俗、贪淫好色之徒”。这些话说得很有见地，发人深省。张海迪的成长，一个重要因素是她从许多好书中汲取了精神营养。

青年读了坏书，就会污染心灵，腐蚀灵魂。别林斯基早就说过：“不好的书告诉你错误的概念，使无知变得更无知”，阅读一本不适合自己的书，比不阅读还要坏”。有些青年人，对坏书很“敏感”，听说有些书有问题，或是被查禁，他就觉得很神秘，总想“开开眼界”，尝尝“禁果”。坏书好比精神鸦片。鸦片可作麻醉剂，用得适量，可以治病。但若上瘾，那就如鬼缠身，很难戒除，使健康的人

变成废物。精神鸦片也如此，人们一旦中毒，就会政治上迷失方向，思想上不辨真假、善恶、美丑，被魔鬼拉下罪恶的泥沼！

苏联著名教育家苏霍姆林斯基谆谆告诫儿子：“对黄色读物，你要畏之如火。”青少年的好奇心和求知欲很强，但分辨是非的能力和自我控制的能力却较差。又因为他们正处在性成熟的朦胧阶段，所以很容易受到黄色录像、书刊的引诱和腐蚀。一颗子弹只能打倒一个人，而一本坏书则可吞噬一大批青少年的心哪！

我们所说的读好书，指的是读马克思列宁主义、毛泽东思想的经典著作，读对于指导我们建设社会主义有积极作用的优秀作品，读能够鼓舞斗志、陶冶情操、使人向上的革命作品。

据《新疆青年》

不要为书所愚

读书，是培养心灵美的必经之路。雨果曾说过：“各种蠢事，在每天阅读好书的影响下，仿佛烤在火上一样，渐渐熔化。”我们读好书越多，精神世界的大厦就建造得越趋于完美。

书，是前人从事物质生产和精神生产的经验的总结，是一笔宝贵的财富。但是，由于作者在历史条件、阶级地位、认识和方法方面的差异，因而书中反映的实际也就千差万

别。有的反映了客观真理，有的就有悖于事实。我言在读书的时候必须独立思考，鉴别真伪，要在书中索取有用的知识，不要被书所愚。

康熙皇帝曾在他的《庭训格言》中说：“凡看书不为书所愚为善。即如董子所云：‘风不鸣条，雨不破块，谓之升平世界。’果使风不鸣条，则万物何以鼓动发生？雨不破块，则田亩如何耕作布种？以此观之，俱系粉饰空文而已。似此者，皆不可信以为真也。”在一般情况下，人们都认为风调雨顺，适时种收，才是好年成。而董仲舒却认为无风无雨，就是升平世界，这种村学之见，的确没有什么价值。孟子曰：“尽信书，不如无书。”因而，读书要明辨深思，善疑。要把书读活，不要为书所愚。

对于坏书，我们青少年就不是“活读”的问题，而是要坚决抵制。爱因斯坦说：“在所阅读的书本中找出可以把自己引到深处的东西，把其它一切统统抛掉，就是抛掉使头脑负担过重和会把自己诱离要点的一切。”

据《新疆青年》

读 书 当 忌 乱

关于读书的指导，无疑是多方面的。读书应当忌“乱”，这是指导者常常强调的。

其一，贪多求广。也就是说，“博”与“精”的关系处理不当。