

青春年华丛书



焦润明 李五一著

成就自己五要则

成就自己五要则

焦润明 李五一 著

中国青年出版社

(京)新登登 083 号

责任编辑：冈 宁

封面设计：杨大昕

成就自己五要则

焦润明 李五一 著

中国青年出版社出版 发行

社址：北京东四12条21号 邮政编码：100708

中国青年出版社印刷厂印刷 新华书店经销

787×1092 1/32 9印张 2插页 148千字

1993年6月北京第1版 1993年6月北京第1次印刷

印数1—1,700册 定价5.70元

ISBN 7-5006-1178-1/G·259

前 言

成才是个丰富智慧和发展能力的过程，无论我们成什么规格的人才或什么类型的人才，最终都必须以具有的智慧 and 创造能力作为评价标志，因此，成才的实质就是一个无限地接近和追求知识、智慧境界的过程。本书的宗旨即力图给青年朋友们指出一条通往智慧和科学殿堂的路向。

本书由《成才意识篇》、《成才素质篇》、《成才方法篇》、《成才途径篇》、《成才环境篇》五篇 29 章所构成，立体化、多角度地解答青年朋友在成才过程中从观念意识到具体理论方法上所面临的种种困惑的问题，突出现代性和实用性两大特点，既教给青年朋友们见效实用的成才方法，又介绍一些在当今剧变时代的条件下如何培养适应新环境对我们成才挑战的能力和办法。借以增强面向未来，面向 21 世纪的时代感和超前意识。

· 目 录 ·



一、成才意识篇

- 1 成才的目标意识.....(3)
 - “自我设计”与社会需要.....(3)
 - “第十流兴趣”也可成专业.....(6)
 - 15次失败,第16次冲击.....(8)
- 2 成才的基本功意识.....(11)
 - 大科学时代与基本功意识.....(12)
 - “万物皆动”与不断更新知识.....(14)
 - 从维持性学习到创造性学习.....(18)
 - 使知识具有“变量”的魔力.....(20)
- 3 成才的创新意识.....(22)
 - 创新是人类智慧的花朵.....(22)
 - “我爱吾师,我更爱真理”.....(23)

- 突破原有的思维定势.....(26)
- 4 成才的时效意识.....(28)
 - “分秒必争”与“微秒必争”.....(29)
 - 快餐店和方便食品的风行.....(31)
 - 失去时间是最大不幸.....(32)
- 5 成才的合作意识.....(34)
 - 合作结构不同产生的变量不同.....(34)
 - 在合作的“大我”中求“小我”.....(37)
 - 保持自己在合作中的个性.....(38)
- 6 成才的竞争意识.....(41)
 - 在竞争中成才.....(41)
 - 敢为天下先.....(45)

二、成才素质篇

- 7 思想品德与成才.....(49)
 - “用对人类的责任感代替对名利的赞扬”.....(50)
 - “科学没有国界，科学家属于祖国”.....(51)
 - 科学精神就是献身精神、革命精神.....(54)
 - 科学的态度与学术民主的作风.....(56)
- 8 智力与成才.....(59)
 - 智力是一种综合能力.....(59)
 - 我们“天生就笨”吗？.....(60)
 - 智力是可以培养起来的.....(65)

- 9 意志与成才.....(68)
- 意志自觉性是成才的动力.....(69)
 - 意志自制力是成才的前提.....(70)
 - 意志顽强性是成才的条件.....(73)
 - 锻炼意志勇攀登.....(75)
- 10 性格与成才.....(80)
- 蜜蜂靠什么酿出蜂蜜?(82)
 - 思维批判性与自我批评性格.....(83)
 - 在荣誉与耻辱的转换之间.....(85)
 - 开放的时代需要开放的性格.....(87)
- 11 心理健康与成才.....(89)
- 开拓你的兴趣点.....(89)
 - 矫正一种心态.....(91)
 - 胜利来自于再坚持一下的努力之中.....(93)
 - 摆脱“我不行”的烦扰.....(95)
 - 切莫人云亦云.....(98)

三、成才方法篇

- 12 培养观察力的方法.....(103)
- 没有目的的观察就等于没有观察.....(104)
 - 外行看热闹, 内行看门道.....(106)
 - 养成客观、全面、细致的观察习惯.....(107)
 - 仁者何以见仁, 智者何以见智?(109)

- 13 培养记忆力的方法.....(112)
- 你一定能记住.....(113)
 - “不会作诗也会吟”的奥妙.....(115)
 - 串起记忆的珍珠.....(117)
 - “记得绿罗裙，处处怜芳草”.....(119)
 - “文武之道，一张一弛”.....(121)
 - 耳眼手口心，一齐来“救忘”.....(122)
 - 食不厌精，记不厌简.....(123)
- 14 培养想象力的方法.....(125)
- 巴尔扎克在与谁争吵？.....(126)
 - 瞎子摸象为什么犯错误？.....(128)
 - 书中图画亿万卷.....(129)
 - “举杯邀明月，对影成三人”.....(130)
 - “思接千载，视通万里”.....(132)
 - 美人鱼是美人还是鱼？.....(134)
- 15 培养创造力的方法.....(137)
- 敢发“异想”，才有“天开”.....(138)
 - 引燃创造的火种.....(140)
 - “踏破铁鞋无觅处，得来全不费工夫”.....(141)
 - 砖只能用来建房屋吗？.....(143)
 - “水无常形，兵无常势”.....(145)
- 16 掌握见效的读书方法.....(147)
- 莫做皓首穷经的“书橱”.....(148)
 - “书籍犹如朋友，必须慎重选择”.....(150)

- 读书贵精读，不在贪多……………(152)
- 读书而不思考，等于吃饭而不消化……………(153)
- “男儿须读五车书”……………(155)
- “隔行”不能“如隔山”……………(156)
- 17 合理运筹时间的方法……………(160)
 - 开弓没有回头箭……………(161)
 - 窗外寒冬窗内春，别人迟暮我黎明……………(164)
 - 像钟表一样准确地运转……………(170)
- 18 把握成才机遇的方法……………(173)
 - 寒风感秋至，落叶触幽情……………(174)
 - 获诺贝尔奖的一个诀窍……………(180)
 - 不怕“枪打出头鸟”……………(182)
- 19 利用传播手段成才的方法……………(185)
 - 我们置身在没有围墙的大学中……………(185)
 - 善于在这所“无墙大学”里学习、成才……………(191)
- 20 在实践中成才的方法……………(193)
 - “行万里路”——求知的实践……………(194)
 - 实验和写作——创造的实践……………(196)

四、成才途径篇

- 21 教育成才……………(203)
 - 教育成才最可靠……………(203)
 - “60分”也能“万岁”？……………(205)

- 牢牢掌握学习的主动权.....(206)
- 22 自学成才.....(211)
 - 海阔凭鱼跃,天高任鸟飞.....(212)
 - 其路漫漫兮苦求索.....(214)
- 23 岗位成才.....(218)
 - 社会的“螺丝钉”也是一种人才.....(218)
 - 小事情与大事情.....(220)
 - 本职岗位善成才.....(222)
- 24 业余成才.....(225)
 - 业余成就耀古今.....(225)
 - 业余光阴寸寸金.....(227)
 - 眉毛胡子分开抓.....(230)
- 25 逆境成才.....(233)
 - 自强岂畏多磨难.....(234)
 - “逆中有顺”辩证看.....(235)
 - 巧避风浪善行船.....(238)

五、成才环境篇

- 26 时代环境与成才.....(243)
 - “时势”与人才的关系.....(244)
 - 信息时代与我们的使命.....(246)
- 27 群体环境与成才.....(252)
 - “学而相磋”.....(253)

●“择其善者而从之”.....	(257)
28 舆论环境与成才.....	(260)
●做追求自己事业的“皮格马利翁”.....	(260)
●巧妙地利用“马太效应”.....	(265)
29 情境与成才.....	(270)
●花笑鸟唱与凄风苦雨.....	(270)
●相同的事情，不同的影响.....	(273)
●关键在于我们自己.....	(275)
后 记.....	(278)

一、成才意识篇





1 成才的目标意识



正值青春年华的青年朋友，都有对自己未来的美好设计，希望自己将来能成为一个科学家、文学家或诗人，或者希望自己成为震动体坛的体育明星，红遍全国的歌星……这些都是我们成才的目标。当我们在有意识地在这方面努力的时候，它就成为了一种驱动我们奋斗的信念和意识了。朋友：当我们一旦确立了成才的目标意识，未来的成才之路才会在我们眼前明晰起来。

● “自我设计”与社会需要

“有志者事竟成”这句格言，通俗而生动地表达了立志的重要性。我们要想当科学家，必须有长期探索和刻苦钻研的毅力；我们要乘飞船遨游太空，必须有航天的志愿和决心。否则，不可能一觉醒来自己就变成了科学家或者跑到太空中去了，那只能是神话和幻想。青春是幻想的时代，也是立志的年

华。但立志贵在坚定，“无志之人常立志，有志之人立长志”，只有那些有志气、有毅力、有恒心的人，在经过长期坚韧不拔的努力之后，才能“事竟成”。

当然，我们所说的“志”是目标意识中的“志”，它不能违背我们成才的总体目标。目标明确了，还需通过立志奋斗来把握，来实现。所谓“志不立，天下无可成之事”，讲的就是这个道理。这里的“志”可有志向和志趣之分。“志向”是立志中的纲领部分，它所解决的是我们要成什么样的才，为谁成才的问题；“志趣”是立志中的实施部分，它所解决的是我们怎样成才，通过什么方式成才的问题。

我们的成才离不开我们生存的社会背景。从整个世界来看，随着新技术革命的发展，整个世界格局已发生了巨大变化，这就是以“地球村”为象征的信息时代的到来。广播、电视、卫星通讯等跨地区跨国界传播的大众传播媒介的发达，使得在地球任何一个角落发生的事件会很快传遍世界，为千家万户所知晓；任何一项科学发现和发明只要借助于传播媒介就会进行跨国传播并很快进入全球的知识信息网络中去，成为全人类共享的精神财富。可见，科学是无国界的，我们成才的目标意识当中必须具有全球意识，这包括思维水平和研究课题的选择，要跟上时代潮流，跨国获取学术信息，以及在价值取向上着眼于解决人类所共同面临着的种种困惑和难题。

科学虽无国界，但我们每个人都是属于不同民族、不同国度的。当我国正在努力实现社会主义现代化，需要亿万人民

齐心协力共造“诺亚方舟”，去追赶世界的先进科学浪潮的时候，作为炎黄子孙的每个青年人，更肩负着义不容辞的历史使命。为祖国和人民服务，为社会主义现代化建设做贡献，这就是我们成才的大目标意识。任何“自我设计”需要符合“社会设计”，只有在不违背社会需要、时代需要，实现了社会价值和时代价值的大前提下，才有可能寻找到实现我们个人自我价值的途径。

志趣是我们成才所要解决的中期目标和近期目标的问题。当我们确立起了愿为祖国的繁荣富强而献身的远大抱负，希望自己能成为祖国现代化的建设人才的时候，我们也就解决了成什么样的才，为谁成才的问题。然而这个宏大的志向还需要靠自己在某个领域或自己的本职工作上兢兢业业地工作，勤勤恳恳地努力才能逐步地接近和达到。需要我们设计好自己的中期目标和近期目标。我们可以在不违背社会需要和不影响本职工作的前提下，根据自己的兴趣和爱好来选择适合自己发展的领域。你喜欢数字，那你就选择数学作为自己发展的领域；我喜欢历史，那我就选择历史学作为自己发展的领域；他爱好艺术，那就把艺术作为自己发展的领域。总之，我们喜欢哪个专业领域，那么就应在这个领域持之以恒，不断努力，不要见异思迁，这山望着那山高。我们只有在具体目标上能够实现自己的意愿，作出成就，为祖国现代化建设做贡献的大目标才能落到实处。

苏阿芒是我国著名世界语诗人，掌握 20 多门外国语。他从 1956 年起，便开始用生动流畅的各国文字，向世界广泛介

绍我国的名胜古迹和文化遗产,有 80 多篇文章曾在世界五大洲的近 40 个国家发表。瑞典的世界语杂志《希望》登出他的大幅照片,称他为“文坛地平线上在东方闪耀着的一颗新星”。意大利著名文学家阿德里阿诺·马达洛博士用意大利文出版了《苏阿芒诗集》,而苏阿芒的半身铜像至今塑立在维也纳的世界语博物馆里。苏阿芒是一颗被世人瞩目的东方“新星”,是一个成功者。但他的成功是坚定的奋斗志向和毅力换来的。苏阿芒高中毕业后曾连续三年报考大学都没有被录取。但是他没有灰心,“要在外语方面做出成绩”这个奋斗目标在他心中坚定不移。他决心走一条自学之路。这是一条崎岖的路,他早起、迟睡,连走路也如痴如癫地念着外语,经过不懈的努力,他能流畅地使用多国语言文字。这位没有考上大学却蹲过监狱的人,硬是靠着坚强的意志和不懈的努力取得了成功。苏阿芒的成功靠的是他的执着。他在语言文学领域取得的成就,也为祖国争得了荣誉。

● “第十流兴趣”也可成专业

“知彼知己,百战不殆”,讲的是军事战略上既要了解自己的情况又要了解敌方的情况,这样才能百战不败的道理。这句名言在帮助我们确立成才目标,判断实现自己目标的可行性上不无启示。常言道,知人为聪,知己为明。可是知人不易,知己更难。一个不能正确认识自己的人,又怎么能把主观愿望和客观条件有机地结合起来,从而选择切合实际的奋斗