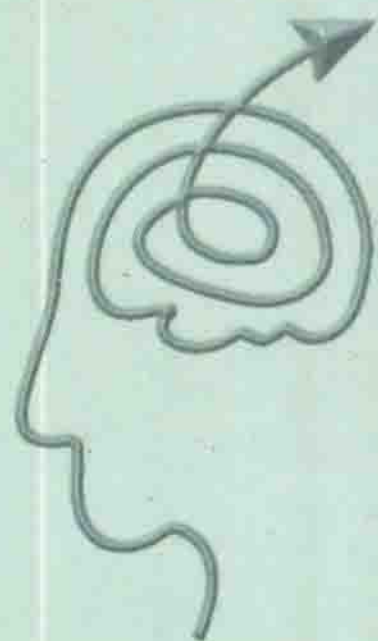


博导夫妇谈学习方法

解广润 陈慈萱 著



开启 智慧的 钥匙

武汉水利电力大学出版社

解广润 陈慈萱 著

开启 智慧 的 钥匙



武汉水利电力大学出版社

(鄂) 新登字 15 号

图书在版编目 (CIP) 数据

开启智慧的钥匙 / 解广润, 陈慈萱著.
—武汉: 武汉水利电力大学出版社, 1999.9
ISBN 7-81063-048-2

I. 开… II. ①解…②陈… III. 学习方法
IV. G791

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (1999) 第
39031 号

责任编辑: 刘娟萍 封面设计: 涂驰

武汉水利电力大学出版社出版发行
(武汉市武昌东湖南路 8 号, 邮编 430072)
湖北省汉川市地方税务局印刷厂印刷

*

开本: 787×960 1/32 印张: 5.125 字数: 62 千字
1999 年 9 月第 1 版 1999 年 9 月第 1 次印刷 印数: 1-5000 册
ISBN 7-81063-048-2/G·8 定价: 8.00 元



清华电机系51届同学合影
(前排右一为解广润，前排右三为朱镕基，1950年冬)



1989年在全国人大七届二次会议上李先念主席与陈慈萱教授亲切交谈。



1993年在全国人大八届一次会议上朱镕基总理与陈慈萱教授合影。



1994年电力部学术会议上解广润教授（前排右一）与张风祥副部长亲切交谈。



1999年春节湖北省委副书记杨永良（中）到解广润教授家中拜年。



1998年3月27日教育部部长陈至立（左一）到家中看望解广润、陈慈萱夫妇。



1998年解广润、陈慈萱夫妇赴台湾讲学。

前 言

这是一本想帮助大、中学生改进学习方法的书。

人们常常说，现在学生的学习负担很重。什么是学习负担呢？它可以用下列公式来表达：

$$\text{学习负担} = \frac{\text{学习内容} \times \text{作业量}}{\text{学习方法}}$$

可见在内容一定时，采取高质量的学习方法可以使学习负担大为减轻。

本书篇幅不长，有一定的可读性，读起来不致成为一种负担。每篇只谈一个问题，既谈方法，又谈这些方法的科学根据，以增强其说服力，同时还引用了不少古今中外名人的治学事例来激发读者的学习热情。阅读时既可从头到尾地读，也可随意抽出一篇来看，都可得益。

名人学者宁有种乎？如同将相无种一样，名人学者肯定也是无种的。关键在于立志，希望有志青年读了本书之后，能如虎添翼，攀上新的科学高峰。望读者：会当一览众山小，喜看东风万里来。

著者

1999年7月7日

目 录

1. 学习要有好方法
——谈学习方法的重要性…………… (1)
2. 澹泊俭朴志高远
——谈学习的自觉性…………… (3)
3. 千古名言学须静
——谈宁静致远…………… (8)
4. 心远何愁地不偏
——谈抗干扰……………(13)
5. 大弦小弦错杂弹
——谈轮换学习法……………(18)
6. 适时小憩精神爽
——谈短暂休息法……………(21)
7. 还宜全身总动员
——谈学习时的姿势……………(26)
8. 请君上课倾耳听
——谈“耳到”……………(31)
9. 困难只怕有心人
——谈“心到”……………(35)

10. 读诗三百会吟诗
——谈“口到” (39)
11. 百闻不如一见好
——谈“眼到” (43)
12. 一做更比百见强
——谈“手到” (48)
13. 去芜取精抓要领
——谈抓纲记要 (53)
14. 趁热打铁易成功
——谈遗忘律 (57)
15. 机械记忆是基础
——谈“死记硬背” (60)
16. 理解才能记得牢
——谈“理解”及“拟理解”的重
要性 (64)
17. 百败百战九霄飞
——谈正确对待挫折 (68)
18. 不预则废预则立
——谈预习 (72)
19. 有破有立才入门
——谈清算错误概念 (76)
20. 熟练掌握是要求
——谈熟能生巧 (80)

21. 循序前进是关键
——谈不可躐等躁进和学
贵专一…………… (84)
22. 逻辑思维是灵魂
——谈思维方法…………… (89)
23. 欲善其事先利器
——谈善用工具书…………… (95)
24. 天生我材必有用
——谈自信…………… (99)
25. 快速学习有良方
——介绍几种快速学习法……………(104)
26. 解放思想勤创新
——谈创新思考……………(108)
- 附录 一个资质中下的顽童
——我的失败与成功……………(112)



学习要有好方法

——谈学习方法的重要性

多年来，一些青年同学常来讨论改进学习方法的问题。点滴之言，不登大雅，但对于个别学习有困难的同学也许不无裨益。

我国要在 21 世纪中期达到中等发达国家的目标，我们的青年同学必须要善于学习。要学习得好，必须苦学加巧学，否则就算不得“善于学习”。因此，改善学习方法是一件很重要的事情。有的青年同学学习上很刻苦，但由于方法不对头，结果事倍功半，甚至造成神经衰弱等疾病不能坚持学习。相反地，有的青年同学在改进了学习方法之后，进步很快，取得了优异的成绩。历史上这样的例子也不少。在学术上取得很大成就的郭沫若先生在青年时曾



经有过一段时期，由于“过于躐等躁进”，得了“剧度的神经衰弱症。……头脑昏聩得不堪，炽灼得象火炉一样。……悲观到了尽头，屡屡有想自杀的时候。”（郭沫若：《历史人物》第76页）后来他改进了学习方法，终于成为一代文豪。我国历史上杰出的书法家王羲之从小练字，“七岁善书”，继续练了五年，但总感到进步不大。有一天他从父亲的枕头里发现了一本专讲写字方法的书《笔说》，非常高兴，于是按照这本书所讲的方法练字，“不盈期月，书便大进”（张怀瓘：《书断》）。可见吸取前人学习的经验，掌握正确的学习方法，是多么重要。而数学家高斯，他由于小时候就很注意学习方法，所以当老师要求全班同学计算“ $1 + 2 + 3 + \dots + 98 + 99 + 100 = ?$ ”时，他能很快地写出正确的答案——5 050，而其他孩子算得头昏脑胀还是算不出来，最后只有高斯的答案是正确的。这些例子，说明掌握学习方法是非常重要的。



澹泊俭朴志高远

——谈学习的自觉性

要想学习好，最重要的是要有为社会主义祖国学习的自觉性，要高标准地严格要求自己。

曾见有个同学数学考了 98 分，就有点得意了。且住！将来如果让你设计一项工程，由于你在计算上有两处错误，建成后出现了事故，你想这会给人民带来多大损失。所以我们对自己的要求是一点也不能放松的。

有的同学考虑生活条件太多，形成学习被生活所累的局面。有的同学受各种因素影响，不仅上课时间思想开小差，而且课余时间不能正确处理文娱活动和学习的关系。如果把学习比喻成打仗，当脑子里



装满生活琐事来学习时，就好比战士背着锅碗瓢勺和坛坛罐罐上战场一样，怎么能够冲锋陷阵呢？

让我们听听诸葛亮是怎样向他的儿子和外甥谈学习的吧，“志当存高远”，“非志无以成学”，“非澹泊无以明志”，“俭以养德”，“去细碎”……

“非澹泊无以明志”，“非志无以成学”，是学习上一条重要的规律。古今中外都有大量事例为证。

我国古代十分好学、在学习上号称能“闻一知十”的颜回，原来是一个“一簞（竹筒）食，一瓢饮，居陋巷，人不堪其忧，回也不改其乐”的人。以“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”为己任的范仲淹，青少年时期昼夜苦读，过的是每天两顿稀粥加几根盐菜的生活，“断齑划粥”传为佳话。北宋改革家王安石青年时期谢绝应酬，一心读书，“吟哦图书谢庆吊，坐室寂寞生伊威（小虫）”。创立相对论的爱因斯坦在普林斯顿的家庭十分简朴，他给人



的印象是“满头白发，十分凌乱，未经熨烫的衣服，非常随便地套在身上”，有时居然忘记了换鞋子——穿着拖鞋就跑到街上，边走还在边思考着问题，有时居然连自己住宅的门牌号码也忘记了。在量子力学上作出重要贡献的费米的名言则是：“在生活上一切从简。”

为了实现祖国的社会主义现代化，一些生活上的“细碎”，哪里值得我们放在心上！我们在生活上用的精力和要求应当最低，而在学习和工作上的要求却应当最高。我们必能做到“澹泊俭朴志高远”，必能做到轻装上阵，必能攻克学习上的一道道难关，一座座堡垒！陈景润先生在这方面给我们做出了榜样。他在向“哥德巴赫猜想”进军，一心为祖国争光的“战斗”中，多年来在仅有六平方米的小房间里过着澹泊俭朴的生活。他用白开水送两个馒头算一顿饭，穿的是通风透气不会得脚气病的破鞋子。他昼夜不分，上下班不辨，食不品味，寝不入眠，四十多岁不结婚，长期忍



受着结核性腹膜炎的病痛，把全部心智和理性都放在攻关上，才取得了世界领先的赫赫成果！还是鲁迅说得对：“无论爱什么，……只有纠缠如毒蛇，执着如怨鬼，二六时中（一天十二个时辰中）没有已时（没完没了）者有望！”陈景润正是这样做的。

革命导师在“澹泊俭朴志高远”方面为我们树立的光辉榜样更使我们“景行行止”了。马克思一生饱受生活煎熬，孩子没钱上学，妻子无钱医病，儿子死了买不起小棺材，由于过度劳累，身患多种疾病，但这些从未能使马克思后退一步。他在完成《资本论》第一卷时曾在信中写道：“我一直在坟墓的边缘徘徊。因此，我不得不利用我还能工作的每时每刻来完成我的著作，为了它，我已经牺牲了我的健康、幸福和家庭。”他临终前还在学习和工作。他是坐在自己常年工作和学习的书桌前的椅子上安详地与世长辞的。列宁无论在任何困难条件下都在坚持学习和工作。1895年12月 he 被捕入狱达十四个月，在狱中也没