

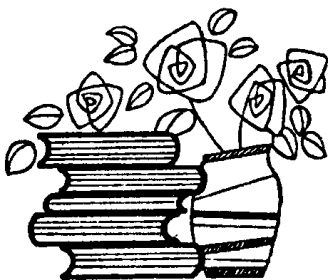
DUSHUFANGFA
T A N X U N

读书
方法
探寻

李 昂 著

读书方法探寻

李 昂 编著



长征出版社

封面设计：王 宇

读书方法探寻

(增订本)

李 昂 编著

*

长征出版社出版

(北京市阜外大街34号)

*

北京市新华书店发行 二二三〇工厂印刷

*

787×1092毫米 32开本 7印张 120千字

1983年10月第一版 1983年10月北京第一次印刷

1985年1月第二版 1985年1月北京第二次印刷

印 数：50,001——140,000

统一书号：9268·003 定价：0.95元

目 录

- 天天要吃饭 天天要 () () (1)
——代 序
- 书痴者文必工 艺痴者技必良 (5)
——读书的“秘诀”
- 谓学不暇者 虽暇亦不能学 (10)
——时间和毅力
- 专心致志 心不外驰 (21)
——绝虑凝神的境界
- 深钻细读 得其三昧 (27)
——方向的选择和专攻
- 广博泛览 专精攻读 (32)
——博览和精读相结合
- 知疑善思 举一反三 (40)
——灵犀开通的钥匙
- 勤学好问 不耻相师 (45)
——舌头是学海之舟的领航者

- 笔记之功 必不可少..... (51)
——不动笔墨不读书
- 积土成山 风雨兴焉..... (57)
——积累知识卡片
- 时时温习 反刍咀嚼..... (64)
——重复是学习的母亲
- 勇于探索 贵在创新..... (69)
——站在书上读
- 巩固记忆 战胜遗忘..... (77)
——聪慧的记忆方法
- 脑练则灵 手用则巧..... (85)
——记忆力的锻炼
- 摸清规律 科学用脑..... (91)
——最显效率用脑时间
- 学用结合 水乳交融..... (97)
——读和用的辩证关系
- 不兴其艺 不能乐学..... (104)
——兴趣：读书的潜在动力
- 虚心向学 防骄戒满..... (112)
——自满：读书的劲敌
- 互勉互学 相砥相砺..... (119)
——多交学友：读书的气氛

文武之道 一张一弛·····(128)

——健康体魄：读书的本钱

附：中外名家和自学成才者读书方法荟萃·····(136)

天天要吃饭 天天要()()

——代 序

《天天要吃饭，天天要()()?》

在一本青年杂志上，看到这样一个耐人寻味的标题，让读者自己思索、填充！

我也是读者中的一员——填什么呢？人自然需要天天吃饭摄取营养，然而，除了这种生理上的必需以外，我们的大脑、我们的心灵、我们的堂堂之躯，最缺乏和更需要的又是什么营养呢？

“知识是我最缺的营养！”张海迪在北京部队总医院的阅览室里，一边读书一边作了这样的回答。

“……大脑需要营养，除了在生理上需要血液的供应，在精神上还需要广博的知识去营养，否则，还是一个‘低能儿’。而我们青年一代如果不努力，出现‘低能儿’的可能性是有的，那便是一些不学无术的寄生虫。”张海迪日记中的这段话，又是她的答案的引伸。

那么，我想，一切愿意从张海迪身上汲取精神营养、不甘做“低能儿”的青年朋友，包括我这般的中年人以至老年人，似乎都会毫不犹豫地括号里填上这样

两个字：（读）（书）！

张海迪的生动实践，向人们揭示了这样的真理：人不吃饭，身体要衰亡；人不读书，头脑要枯竭。天天读书可以吮取知识的营养，而知识可以转化为觉悟，转化为品格，转化为能量。

自然，人各有志。填与此相反的答案的，也是可能有的。就我自己的体验来说，庸志、惰性、奢趣，又总是摆弄着一些眩人心目的答案，拉拢我们，诱惑我们。学如逆水行舟啊！只要我们稍以松懈，就会让种种“不学无术”的答案钩转船头，从而顺流漂下。从这个意义上说，我们在一生的奋斗中，天天警觉“玩物丧志”的威胁和结局，或许不会被人讥为忧天的杞人吧！

由此，从探幽洞微的眼光来看，我们议论一个人特别是青年朋友是不是可能误入“低能儿”的歧途，大抵可以从他（她）是不是天天只满足于“前半句”的摄取，而忽视“后半句”的营养开始，看出端倪。

俗话说，“不怕没有知识，就怕不学知识”。这自然是很对的。然而，在把“不学”的魔鬼驱出脑门以后，怎样学习？怎样读书？怎样取得事半功倍的成效？又需要我们继续作出答案。对一个自学者，也就是说，在天天赢得能够利用的宝贵学习时间之后，又必须在天天的学习实践中，细心揣摩提高单位时间的读书效率、获得更高学习效益的读书态度和方法。态度有正偏之分，方法有巧拙之别，是很值得我们不断揣摩的。

我文化程度很低，和许多爱好自学的朋友一样，天天在自学的路上艰难地挪进，步子是蹒跚的、迟缓的。但我相信华罗庚说的一段话：“在人的一生中，进学校靠别人传授知识的时间，毕竟是短暂的，犹如妈妈扶着走，在一生中是极短的时间一样”。尽管自己还是蹒跚而行，然而原地停下来总是可怕的！离开了扶着走路的“妈妈”，就逼着自己到书本里找“走路”的方法，于是，开始摘录、积累古今学者关于读书态度、方法的论述和实践的资料。这种积累，原本是想从名人的学习宝库中，寻找一根拐杖拄着学步，矫正一下自己的蹒跚步子，鞭策自己在这条崎岖的路上有信心、有耐力地走下去，并没有想再把自己用的拐杖引荐给别人。因为，跛足人学步借助的拐杖，对健步如飞的人本是累赘；再说，需要拄着拐杖前进的人，原可自己找到更适用的拐杖，也无须庸人相扰；何况，自己并没有什么读书心得，转述别人的东西，难免以讹传讹，漏洞百出，又恐误人不浅。

一个偶然的机，促使我把仅仅是自己感觉到是“拐杖”的东西，摘抄、整理出来。那是两年前，安徽日报社和空军报社编辑通讯刊物的同行，约我联系报刊通讯员读书中遇到的问题，介绍一些名人的读书态度和方法，发表点自己的看法。由于自己水平有限，对名人的一些读书态度和方法并未真正弄通，开始只想试笔一二。不料，在我的同行的热情鼓励和督促下，竟拉拉杂

杂地罗嗦了若干篇之多；还是在他们的诚恳鼓励和真诚帮助之下，又将这些拙文充实修改汇集成册，以向新闻界同行和爱好业余自学的朋友们求教。

诸篇的题目，也不是动笔之初就想妥的，这便逼着我比较多地和通讯员接触、交谈，征求他们对写什么的意见。因此，尽管所推荐的读书态度和方法比较浮浅，而又未必正确，但是，如果篇章中所涉及的问题，对一些同行读书中遇到的思想障碍还有一点针对性，能引起读者的思索，自己另去探寻正确的答案的话，也是使我不至于歉疚过甚的。

在此，谨向安徽日报社和空军报社给我热情帮助的同乡致谢！

作者

一九八三年六月于北京

书痴者文必工 艺痴者技必良

——读书的“秘诀”

好多初学写作的通讯员，常常爱打听读书成才的“秘诀”。那么，如果说有“秘诀”的话，恐怕重要的一条是要读书成癖。

癖，大抵是指一种痴迷心境吧！据《晋书·杜预传》记载，晋武帝朝中的三位大臣杜预、王济、和峤，就各有不同的癖：

时王济解相马，又甚爱之，而和峤颇聚敛，预常称“济有马癖，峤有钱癖”。武帝闻之，谓预曰：“卿有何癖？”对曰：“臣有左传癖”（注：左传癖也就是指书癖）。

由此看来，我们每个人恐怕都有一种痴迷心境，据其所好不迷这，就迷那，但“钱癖”使人迷钱忘义；“马癖”诱人耽于嬉戏；唯有“书癖”，促人好学多思。

请看罗健夫。他，走出新华书店，登上公共汽车就看书，往往来时想不起到站，坐回去又忘记下车。半夜进厕所，边思考问题边脱上衣，及至发现衣服没处搁，

才猛然想起这儿不是宿舍。他，常常连续三天、五天、七天，一头扎进工作室，饿了啃块馍，渴了喝口水，因了在地板上躺一会儿，夜以继日，埋头不息……

再看蒋筑英。他，家住在长春的风景区南湖附近。他的两个孩子多次向爸爸提议，周末全家人到南湖玩一趟。爸爸答应了，却一再推延。大孩子十三岁、小孩子十一岁了，直到他病逝，也没能满足孩子的心愿。他，一心痴迷于祖国的光学事业，在书籍和实验的宝藏里钻研，每天五点左右就起床，一直学习和工作到夜里十点左右，年复一年，乐此不疲……

三看周礼荣。他，一心扑在学习和工作上，二十多年来，几乎没有休息过一个星期天。他唯一的财富是书本和奖状。为攀登当今世界显微外科的高峰，他感到只懂英文还不够，就拼命地自学德文、俄文、法文和日文，就是去食堂吃饭和回家的路上，也利用分秒时间背诵外语单词。一次到粮店买油，一路默默背诵外文，等回到家，爱人炒菜问他买的油放在哪里？他才恍然大悟，原来把油瓶忘在粮店……

我国古代学者早就留下不少关于“痴迷而成才”的论断。诸如“好之不如痴之，不痴不成才”。“书痴者文必工，艺痴者技必良。”等等。历史上多少为中华崛起而献身的有志之士，也都有这种痴迷心境。不久前，看过一篇记述昆虫学家洪式闾教授痴迷于科研事业的散文，题目是《科学美景胜西湖》。作者去访问他时，他

正在一间堆满了书籍的房间里写作。告别时，他送给每人一把折扇，抱歉地说：“这是杭州的特产，凡是远道而来的客人，我都送他一把做纪念，这是我的老规矩。不过很对不起，你们游西湖，我不能作向导，因为我在这里住了十几年，一次也没有游过西湖。”为此，作者感慨地说，明代的文学家张陶庵写过一篇著名的小品文，记载他曾经冒雪乘舟游西湖，一到湖心亭，却见早已有人在亭里饮酒赏雪。归途中，舟子对他说：“莫说相公痴，更有痴似相公者。”痴于游山玩水，自古到今是很不少见的，但只是痴于读书、痴于工作、痴于事业的人，才是值得提倡的。只因世界上有了痴于事业的人，才有造福于人类的事业，才有灿烂的人类文明史。有抱负的人，谁能不厌弃前者而敬慕和效仿后者。

有句古语，叫“大事若智，小事若愚”。就是说痴心谋求为党和人民的利益多做贡献的人，在追求个人利益的小事上必然显得滞笨；全心迷恋于学问和事业的人，在个人享受面前自会淡泊寡趣。蒋筑英、罗健夫、周礼荣等同志在调整工资、晋升职务、分配住房、出国进修、休息娱乐等方面，所表现的那种高尚感人的淡漠与滞迟，不正形成了光采照人的痴迷风格的另一面吗！有舍弃才有追求。青年数学家杨乐、张广厚痴迷在数学的国度里探寻，坚持每天学习演算十二个小时。他们没有过过星期天，没有过过节日。请看下一篇报道中，对他们痴心于事业的心境的描述吧：“香山的红叶

红了”，让它红吧，我们要演算题！“中山公园的菊花展览漂亮极了”，让它漂亮吧，我们要学习！“十三陵发现了地下宫殿”，真不错，可是参观得占半天时间，割爱吧！“给你一张国际足球比赛的入场券”，真是个难得的机会，怎么办？牺牲了吧，还是看我们自己的纸头上的国际竞赛吧！这忍心的舍弃，正是为了痴心的追求；有了痴心的追求，才有追求的成功。蒲松龄在《聊斋志异》里说过一句很有见地的话：“世之落拓而无成者，皆自谓不痴者也。”

痴迷，是唤而后起、推而后行的一种精神力量，从不是天生的。过去没有这种痴迷心境的，要尽快唤起它，培育它。中今古外由不“痴”变“痴”、进而成才的名人的经历，都说明了这一点。相传，唐朝诗人李白开始也并不怎样痴于读书和创作，是受了一位拿铁杵磨绣花针的老太婆的启示，才发愤痴读痴写，终于成为“诗圣”的。据说，俄国的托尔斯泰年青时是个翩翩公子，痴于修饰打扮，莫斯科的成衣匠从他身上挣了一笔大钱。后来，他觉醒过来，唤起了勤奋读书和写作的痴劲，主动穿农夫的粗制布衣，自己补鞋，用木碗木匙在破桌上吃饭……把两种“痴迷”颠了个个，志趣和追求高尚了，终于成为名作家，为人民的文学事业作出贡献。可见，那种“咱过去没‘痴’，现在‘痴’已经晚了！”的想法，是必须破一破的。过去没“痴”，现在“痴”也不晚；过去“痴”得不够，现在可以充实；过

去“痴”的方向不对，现在可以端正过来。

伟大教育家陶行知先生有诗云：“……傻瓜傻瓜，能救中华。”象蒋筑英、罗健夫、周礼荣那样，“傻”于读书、“傻”于工作、“傻”于我们的崇高事业的人，正是“致力振兴中华”的“脊梁”。这种痴迷于事业并取得成就的人，他们的“傻”，是具有远大的共产主义理想，甘愿把自己的全部智慧无私地献给四化事业的优秀品德的表现；而痴迷于“吃喝玩乐”的“绝顶精明”的人，他们的“精明”，恐怕也恰恰反映在心灵里缺欠“傻瓜”们具有的那种理想、信念和品德。

一个人生活的中心是什么？我们毕生的精力应该痴迷于什么？我们生命的年轮应该围绕什么来旋转？这一切，无疑是在我们探寻读书态度和方法时，首先值得思考和弄清的。

让我们摘录两段名言，作此文的结尾吧：

我们必须吃、喝、睡觉，必须玩乐、恋爱，接触生活中最甜蜜的东西。但是不应该受它们的支配。同时，除去这些以外，在我们可怜的头脑里占优势的，必须是一个终身全力追求的理想。

——皮埃尔·居里

一个具有崇高德性的人，能够把吸引他的一切多样的憧憬克服了，使之服从他的主要憧憬。不错，为了这，他必须常常同自己斗争。

——车尔尼雪夫斯基

谓学不暇者 虽暇亦不能学

——时间和毅力

最近，和刚做新闻工作不久的一些通讯员同志谈起学习，不少同志惋叹道：“我啊，很想学习，就是没有时间！”

由此联想到西汉的思想家、文学家刘安的一句名言：“谓学不暇者，虽暇亦不能学。”意思是说，那种整天叫喊没有空闲时间学习的人，有空闲时间他也不能学。

自古以来，多少有志于读书、写作的人，都曾憧憬和眷恋“无限”的学习和工作时间。唐代诗人李白曾对天长吟：“恨不得挂长绳于青天，系此西飞之白日！”清代文学家龚自珍也曾作诗自砺：“若使鲁戈真在手，斜阳只乞照书城”。当然，日月旋转，周而复始，太阳是捆不住、钩不回的。天天勤奋不懈学习的著名画家齐白石，为自己刻了一记印章，题字：“痴思长绳系日”。明知“系日”是“痴思”，还是百思千想用长绳捆住太阳，不让它落山。这表达了多少有志之士恋读书、惜日短的痴迷心境！如果惋叹“没有时间”学习的人，是属

于珍重时间，而惋惜易逝，那是很自然的；如果是属于放纵时间，埋怨时间零碎而感叹学习“不暇”，那么，这个“不暇”，就很值得打几个问号了！

(一)

感叹学习无“暇”的人，首先是无“识”，就是对学习的重要性缺乏认识。

有的同志天天忙着写稿，写着这篇，想着那篇，用他们自己的话说，就是：“一年三百六十五天，天天想着写稿见报，哪有时间和心思学习！”这种写稿积极性自然是可贵的，但是光写不学，写作“有暇”而读书“无暇”，就不太对路了。一位老新闻工作者谈到学习和写作的关系时说：“只写不学，眼界狭窄；提高不快，如牛拉车。”可见，要想比较快地提高自己的写作水平，就应把写作和学习紧密结合起来。虽然多写多练，从实践中摸索写作规律是对的，但是，还需要借鉴前人或别人的写作经验，博览群书，广泛吸取古今中外一切有用的学问。古今许多著名的政治家、军事家、科学家、文学家、教育家和新闻工作者，所以能够取得令人羡慕的成就，无不得力于自己重视学习和善于学习。早在二千五百多年前，孔子就总结自己和门生的读书体验，指出：“我非生而知之者，好古，敏以求之也。”意思是说，人的知识从来不是天生的，是一生爱好读书，勤奋学习而求得的。唐朝诗人杜甫诗云：“读书