



谈々学习方法

朱 觉 编写

上海人民出版社



談 談 學 習 方 法

朱 覺 編 寫

上 海 人 民 出 版 社

1957年·上海

內 容 提 要

本書首先指出要学习得好，必須培养学习的兴趣，鍛煉堅毅的学习意志；接着就用主要篇幅說明如何掌握学习方法，提高学习質量，以及如何把知識变为本領。对于学习必須循序漸进、集中注意、仔細观察、运用想象、独立思考、及时巩固等問題，作者都根据心理学、教育学原理作了比較生动具体的闡述。

讀 讀 学 习 方 法

朱 觉 編 写

*

上海人民出版社出版

(上海绍兴路54号)

上海市書刊出版业营业許可証出001号

上海新华印刷厂印刷 新华書店上海发行所发行

*

开本 787×1092 公厘 1/32 印張 1 7/16 字數 29,000

1957年11月第1版

1957年11月第1次印刷

印數 1—90,000


統一書号：7074·168

定 价：(6) 0.13

封面設計：范一辛

目 次

一	培养坚定的学习兴趣	1
二	锻炼坚毅的学习意志	6
三	掌握学习方法,提高学习质量	12
	(一) 循序渐进	12
	(二) 集中注意	17
	(三) 仔细观察	19
	(四) 运用想象	21
	(五) 独立思考	24
	(六) 及时巩固	33
四	把知识变为本领	41



一 培养坚定的学习兴趣

学习，即掌握知識，这是一項智力劳动。掌握知識，先要热爱知識，先要对学习具有坚定的兴趣。

馬克思曾經說过，他最爱好的事情是鑽研書籍。他不仅有自己的圖書館，在他定居英国倫敦以后，还經常到大英博物館去看書。由于他热爱知識，对学习和科学研究工作有着坚定的兴趣，因此他的知識既广博又精深。他不仅在社会科学方面作出了卓越的貢獻，創立了馬克思主义，同时在文学、語言学、数学、自然科学等方面也都有极其高深的修养。

列宁的好学不倦的精神也是如此。他在中学讀書和开始积极准备革命工作时，就努力地鑽研馬克思主义的理論了。因而当他在1893年到彼得堡去时，就以博覽馬克思、恩格斯的著作而使当地的馬克思主义者为之惊奇。

毛主席也是一样。他在青年时代就非常爱好讀書，而且閱讀的范围非常广泛，从本国的經史子集到世界各国的历史、地理、哲学、文学等各种書籍，他都有极大的兴趣。当时他特别喜欢到湖南省立圖書館去看書。一进了圖書館，就用心地閱讀着書籍，簡直不知道休息。

俄国的革命民主主义者和文艺批评家杜勃罗留波夫在13岁时就读了410种书籍。他对读书的浓厚兴趣，在他那时的一首诗中也表露了出来：

啊，我是多么希望拥有这样的才能，
在一天之中把这个图书馆里的书都读光。
啊，我是多么希望具有巨大的记忆力，
要使一切我所读过的东西终生都不遗忘。
啊，我是多么希望拥有这样的财富，
能够替自己买下这所有的书籍。
啊，我是多么希望赋有这样巨大的智慧，
要把书本中所写的一切东西都传达给别人。
啊，我是多么希望自己也能变成这样聪明，
使我也能够写出同样的作品。……

所有的革命家、思想家、科学家、文学家、艺术家……没有一个不是热爱知识，对于学习具有极其坚定的兴趣的。学习的兴趣鼓舞着人们去攻取知识的宝库。

但是，是不是所有的人对于各门知识都有浓厚的兴趣呢？不是的。在我们青年同学中间，有的人对文学有兴趣，对数学没有兴趣；有的人对物理、化学有兴趣，对历史、地理没有兴趣……对于有兴趣的功课就学，对于没有兴趣的功课就觉得厌烦。这种学习态度对不对呢？显然是不对的。

因为，我们目前在学习的每一门知识都是很重要的。这些知识都是基础知识。只有在全面地、认真地学好每一门知识的基础上，才能够真正地精通一门科学。要知道，任何科

学,彼此之間都是互相联系的。你要学好自然科学,你必須具备数学的知識;你要学好哲学,你需要有一定的社会科学和自然科学的知識;而学好語文,对于学习任何一門科学都是需要的。苏联科学院院士、偉大的化学家澤林斯基曾經在“不倦地学习”这篇文章中向苏联青年提出“要努力熟悉人类的各种知識”的忠告,就是这个道理。他說:“今天的医生和农业家常常发觉:除了彻底了解他自己的那一門知識外,掌握电学和天文学方面的起碼知識,不但是有用的,而且是必要的。数学家或物理学家懂得植物学或地質学就会对他的工作有很大的帮助。而掌握社会科学对每一个人都非常重要,不懂社会科学而作为我們这个时代的人,是不可想象的。”^①

兴趣,并不是天生的。兴趣是在学习中,在深入鑽研知識中逐漸地培养起来的。我們在学习中,为什么会对某些功課沒有兴趣呢?一般有这样一些原因:

一个原因是,我們对于这門功課沒有認真地进行学习,这門功課的基础知識还很不够,因此对于眼前所学的内容接受不下,于是就缺少兴趣。例如,当我們还不懂得加法和减法的时候,学习乘法和除法就会感到困难,就会沒有兴趣;当我們的数学知識还很缺乏的时候,学习物理、化学等自然科学就会感到困难,就会减少兴趣。因此,首先必須認真学习,巩固地掌握基础知識,这样才能理解眼前所学的内容,并在逐步地由淺入深的过程中,对每一步的学习都感到濃厚

^① “祝一帆风顺——苏联科学家給青年的几封信”,中国青年出版社 1954 年版,第 5 頁。


的兴趣。

另一个原因是，学习一曝十寒，学过的东西不能巩固下来，经常要走回头路，没有能够在原有的基础上前进一步，继续吸收新知识。在这样的情形下，对于虽然已经学过、然而似懂非懂的学习内容很容易感到厌烦，因而损害了学习的兴趣。但是，与此相反的情况就不同了。例如当我们在巩固地掌握了算术知识和运算技能以后，再进一步学习代数，就会觉得兴味盎然；当我们深刻地掌握了社会科学的基础知识以后，再进一步学习政治经济学，就会感到很大的兴趣。因此，我们在学习时，千万不能采取一曝十寒的态度。必须学习一步，巩固一步，不断前进，不断提高。因为，巩固了旧知识才能为吸收新知识提供条件；吸收了新知识，又会对旧知识的理解更加深刻。要知道，学习兴趣正是在知识的不断积累、不断巩固、不断丰富和不断深刻化的过程中提高起来的。

再一个原因是，没有把获得的知识和技能加以运用。如果我们在学习数学时不进行运算，在学习物理、化学时不进行实验，在日常生活和实际活动中不去应用已经获得的知识和技能，那末知识就会成为一堆僵死的东西，学习的兴趣就不会鼓舞起来。从这一点来看，为要巩固学习兴趣，必须运用知识和技能。同时，在实际运用知识的过程中，我们对于事物的内在联系和客观规律的认知和掌握才能深刻和巩固，这也就提高了我们学习的兴趣。

我们从事学习，是为了掌握知识，学得本领，以便为祖国服务，为人民服务，为在我国建成社会主义、共产主义社会而贡献自己的智慧和力量。正是为了这个崇高的目的和责任，

我們應該以严肃、認真的态度从事学习。當我們在学习中不断地有所收获的时候，當我們意識到在为祖国和人民的需要而从事学习的时候，我們就会感觉到，学习，实在是一項愉快的、饒有兴味的劳动。



二 鍛煉堅毅的學習意志

我們每個人對於馬克思的這句名言已經很熟悉了：“在科學上面是沒有平坦的大路可走的，只有那在崎嶇小路的攀登上不畏勞苦的人，有希望到達光輝的頂點。”① 不畏勞苦，就是說必須勤奮，必須以堅強的意志和毅力從事學習。

馬克思本人，就是以驚人的意志和毅力，不畏勞苦地從事學習、從事科學研究的偉大榜樣。“雖然他永遠睡得很遲，但他總是每天早晨八、九點鐘就起來。喝了一杯黑咖啡和讀過報紙之後，他就到書齋中工作，直到深夜兩、三點鐘——就只在吃飯和傍晚（當天氣好的時候）到漢普斯特荒原去散散步時才把工作間斷一下。白天里他在沙發上睡一、兩個鐘頭。年輕時，他就有通夜工作的習慣。工作變成了馬克思的一種狂熱，它是如此吸引他，以致常常為工作而使他忘記了吃飯。他常常是要呼喚好幾遍才下樓到餐室里去，而且總是幾乎不等最後一口食物吞下肚，就又走回他底書桌去了。”② 正是由於這種勤奮和毅力，他才為全世界無產階級、為全人類創立了不朽的馬克思主義，寫下了許多輝煌的巨著。就拿他寫作那部沒有最後完成的“資本論”來說，就已經花了他整整 40 年的歲

月。这是多么惊人的毅力呵！有人把馬克思写作“資本論”的历史称为“英雄的革命性的奋斗史”，这是非常确切的。

古今中外，所有偉大的学者，他們的任何一点科学上的成就都是和他們平日的勤奋和不畏劳苦的精神分不开的。米丘林的光輝成就，正是他在生物学上60年如一日地辛勤研究的結果；李时珍編写“本草綱目”，經過了30年的岁月。这些事例都說明了，需有不畏劳苦的精神，需有坚强的意志和毅力，才能在学习和研究上取得成就。

有人認為，这些偉大的学者所以能够在科学研究上取得輝煌的成就，主要是因为他們有着平常人所沒有的天資。

这种看法对不对呢？这种看法是不对的。

固然，人的天資是有某些差別的。所謂天資有差別，只是說每个人都有他的天資的特点。某种天資，只是在一定程度上有利于某种能力的发展。但是，天資并不是能力，天資的差別并不是能力的差別。我們常常看到这样的事实：一个在生理上生来就有某些缺陷的人，因为系統地学习和坚持不懈地努力，他的某种才能得到了很好的发展，在某种事业方面达到了出色的成就。例如有些失去了听觉的人却成了音乐家（德国十九世紀的音乐家貝多芬，在他成了聾子以后，还写出了不少不朽的乐曲）；有些原来是口吃的人却能生动流利地朗誦詩

① 馬克思：“資本論”第一卷，人民出版社1953年版，“法文譯本之序与跋”。

② 拉法格、李卜克内西：“回忆馬克思”，人民出版社1954年版，第8頁。

篇(古希臘演說家德莫斯芬原来发音有缺陷)。一个人即使在生理上生来就有某些缺陷,尚且不能妨碍他的才能的发展,何况天資的差別呢?一个人有某种天資,虽然他在某种能力的发展上具有了有利的因素,但是还需要发展某种能力所必须具备的知識、技能和經驗。而这些知識、技能和經驗等等,都不是天生的,是必須在生活實踐中,在学习和鍛煉中去获得的。

我国著名的数学家华罗庚教授曾經就他自己的切身体会和經驗說明学习对于人的才能所起的作用。他說：“有些同志也許覺得我在数学方面有什么天才,其实从我身上是找不到这种天才的痕迹的。我讀小学时,因为成績不好就沒有拿到毕业証書,只能拿到一張修业証書。在初中一年級时,我的数学也是經過补考才及格的。但是說来奇怪,从初中二年級以后,就发生了一个根本轉变,这就是因为我認識到既然我的資質差些,就应该多用点時間来学习。別人只学一个小时,我就学两个小时,这样我的数学成績就不断得到提高。一直到現在我也貫徹这个原則:別人看一篇东西要三小时,我就花三个半小时,經過長时期的劳动积累,就多少可以看出成績来。并且在基本技巧爛熟之后,往往能够一个鐘头就看完一篇人家看十天半月也解不透的文章。所以,前一段時間的加倍努力,在后一段時間內却收得預想不到的效果。”^①由此可見,天資并不具有决定意义。决定性的問題是学习和鍛煉。“既然我的資質差些,就应该多用点時間来学习”,这句话是值得我們深思的。

^① “中国青年”,1956年第7期,第15—16頁。

所謂天資差，說得具體些，就是領會知識和掌握技能比較遲鈍、緩慢。既然如此，那末就需要多花點時間，多用些工夫來透徹地領會知識，鞏固地掌握技能。我們的天資和能力就是在学习中得到發展的。因為，當我們在学习的時候，我們吸收着知識，也培養和鍛煉着自己的注意力、觀察力、想象力、思考力等等認識能力。當我們的学习一步一步地進展，一步一步地深入的時候，我們獲得的知識也就逐漸地豐富，逐漸地深刻。在運用知識和實踐技能的过程中，我們的能力也就一次又一次地受到鍛煉，得到發展。

蘇聯科學院院士、著名的地質學家弗·阿·奧布魯切夫曾經說過這樣的話：“能力同肌肉一樣，鍛煉時才能生長。”^①這句話也就說明了必須勤奮學習的道理。

勤奮學習，這就需要堅強的意志。意志，也不是天生的，它也是在日常的生活和學習中，進行系統的緊張勞動、自我教育和自我鍛煉的結果。

我們怎樣培養自己的意志呢？

首先，要有明確的學習目標，規定在一定時期內學習什麼。目標確定後，還要有達到這一目標的堅持性。例如前些時候報上報導說，有一個全身癱瘓的青年江幼農，他從12歲起就患了嚴重的類風濕性關節炎，終年躺在床上。但是他12年如一日地堅持自學，在學完了中等學校的基礎課程以後，又學習了農業科學、營養學和有關的化學，並且用了四個月時

^① “祝一帆風順——蘇聯科學家給青年的幾封信”，中國青年出版社1954年版，第29頁。

間，在一位教師的幫助下學會了俄文。他依靠了兩個僅僅能動的手指，寫作和翻譯了將近 100 萬字的書籍。他所以能夠取得這樣的出色成績，就是因為有明確的學習目標，並有堅持不懈的精神。這種堅持性，正是我們鍛煉意志的榜樣。

其次，要能夠克制自己某些妨礙學習的情緒和行為。列寧在青年時代，為了求得知識，曾經以堅決的態度掃除妨礙學習的一切障礙。“列寧告訴克魯普斯卡婭說：‘當我還在中學念書時，我最愛滑冰，但是滑冰使我疲倦，使我想睡覺，它妨礙我學習，因此我放棄了滑冰。’列寧還愛下棋，但是他為了同樣的原因也放棄了。下棋是很有趣的，但是‘它妨礙工作’。”^①放棄什麼，正如必須做什麼一樣，這種自我克制也正是培養意志的自我鍛煉。

再次，要學會獨立地工作。我們可以看看卓婭的事例。卓婭的母親這樣寫道：“卓婭的學習成績很好，雖然某些功課她學着很吃力。有時候她作數學和物理學功課作到深夜，可是始終不肯讓舒拉幫助她。有好多次是這樣：舒拉早已預備完功課了，可是卓婭仍舊伏在桌上。

‘你做什么哪？’

‘代數。算不好這個題。’

‘來，我算給你看。’

‘不用，我自己想想吧。’

過去半點鐘了，過去一點鐘了。

① 格拉塞：“馬克思列寧主義經典作家的工作方法”，三聯書店 1954 年版，第 52 頁。

舒拉气忿地说：‘我睡觉去了！答案在这里。你看，我放在这里了。’

卓娅连头也不转。舒拉遗憾地一挥手就睡去了。卓娅还要坐很长时间。在十分困倦了的时候，她就用冷水浇脸，浇完了仍旧在桌旁坐下。算题的答案就在旁边放着，伸手就可以取来，可是卓娅连往那边看也不看。


第二天她的数学分数得了‘很好’，这事并不使级里的任何人惊异。可是我和舒拉却知道这些‘很好’的代价是什么。”

卓娅的学习成绩所以能够获得“很好”的评分，正是因为她坚持独立工作，善于独立工作。我们应该学习卓娅那样不贪懒，不依赖别人，坚决克服困难的独立工作的精神。

此外，在日常生活中严格遵守作息制度，在规定时间内完成功课等等，都是培养意志的自我锻炼。

坚持性、自我克制、独立工作，等等，这些都是意志行为。这种意志行为从学习劳动中锻炼起来，从而也使学习获得成就。这种意志行为是我们按照既定目的而自觉地去进行实际活动的行为，是为了要达到既定目的而克服各种障碍和困难的行为。“伟大的毅力只为伟大的目的而产生”，因此，对于学习具有明确的目的性，是意志锻炼的重要前提。

当我们深刻地认识到，我们从事学习是为了建设社会主义、共产主义时，当我们为了这个伟大的目的而从事学习时，我们对于学习就产生了强烈的愿望，强烈的责任感。学习，就成为我们自觉的要求。学习，就成为我们勤奋地、坚定地去进行的一项严肃的、愉快的劳动。



三 掌握学习方法,提高学习質量

任何劳动,都有它的特点和适应这个特点的工作方法;学习,也有它的特点和适应这个特点的学习方法。

通过学习,我們从不知到知,从不完全的知識到完全的知識,从肤淺的知識到深刻的知識。通过学习,我們从不能到能,从不会到会,从沒有本領到学得本領。而且在运用知識、掌握技能的过程中,又为更进一步获得知識和技能打下基础。这就是学习的規律和特点。

适应这样的規律和特点,我們在学习时必须遵守一些必要的原則和方法,才能提高学习效果和學習質量。

(一) 循序漸進

学习必須循序漸進,这是一条极为重要的原則。

循序漸進,就是說必須按照科学知識的体系而系統地进行学习。

我們不妨打个比喻,学习好似建筑房屋。誰都知道,建筑房屋首先必須打基础,然后一层一层地造上去。如果有人說,建筑房屋可以不打基础,不先造好底层却可以悬空地建筑上

层，誰都会笑話这是不可能的蠢事。学习必須循序漸进也是这样的道理。

我們还可以打个比喻，学习好似攀登高峰，必須按着山阶逐級地攀登上去，才能到达峰頂。捷克的著名教育家夸美紐斯对于在学习中必須严格遵守循序漸进的原則就曾經作过这样一个生动的比喻。

夸美紐斯說：“世界上沒有任何悬崖，沒有任何高塔，是一个有兩只脚的人所不能攀登上去的，只要在塔旁边有梯阶可按級上去，或者悬崖上凿有石級，并繞以欄杆，使人不致落到崖下去。同样地，在世界上沒有这样的科学高峰，是人类所不能达到的。”

他問道：“我們有許多人憧憬于这些 光芒万丈的 科学高峰，渴望攀援上去，为什么只有少許人能够到达，而我們于到达最初的几級之后，就要喘气、心跳、头昏呢？这是否說，这些高峰并非任何人的智力都可以达到的呢？不，这是說，梯阶被破坏了，我們不能按級走上去，而迫不得已，一下子要跨多少級。”^①

夸美紐斯这番話的意思是，学习必須踏踏实实地从实际的知識水平出发，循序漸进。不能好高騖远，不能貪多求快。这里所說的“梯阶”，指的是科学知識的体系。我們进行学习，如果違背了循序漸进的原則，那就是說，把攀登科学高峰的“梯阶”破坏了，知識的体系中有空白点，“不能按級走上去”，

① 杜賀夫內伊：“教学法原理”，作家書屋 1952 年版，第 71 頁。
“夸美紐斯”該書譯为“郭敏斯基”。