



张念宏 韩平 主编
冶金工业出版社

大学生之友

学习·理想·情操



大 学 生 之 友

学 习 · 理 想 · 情 操

张念宏 韩 平 主编

冶 金 工 业 出 版 社

内 容 简 介

本书根据大学生的特点，对大学生的思维方法、学习特点、学习方法、思想品德方面的修养，情趣爱好等各方面的问题作了较为系统的分析和介绍，解答了大学生经常遇到的一些问题，特别是对大学生的学习方法及特点作了较充分的介绍。本书对大学生的成长能起到良好的指导作用，对自修大学课程的广大青年、高中生和广大教育工作者也有较好的参考价值。

何长工同志为本书写了“我的一点希望”，张承先同志为本书作序。

大学生之友

学习·理想·情操

张念宏 韩 平 主编

*

冶金工业出版社出版

(北京北河沿大街嵩祝院北巷33号)

新华书店北京发行所发行

河北省曲阳县印刷厂排版

冶金工业出版社印刷厂印刷

*

850×1168 1/32 印张11 $\frac{5}{8}$ 字数302千字

1988年7月第一版 1988年7月第一次印刷

印数00,001~5,900册

ISBN 7-5024-0264-0

G·8 定价3.30元

我的一点希望

何长工

《学习·理想·情操》一书就要出版发行了，应作者的请求，我在这里写几句话。

我们这些上了年纪的人，看到年轻一代在茁壮成长，看到我们的宏伟事业后继有人，可以说是一件最高兴的事。我今年已是八十七岁的老人了，但我十分愿意和年轻人谈话，为年轻人办事，和年轻人交心，与年轻人交朋友。我们的毛泽东同志早就对青年人说过一段精采的话，这就是“世界是你们的，也是我们的。但是归根结底是你们的。你们青年人朝气蓬勃，正在兴旺时期，好象早晨八、九点钟的太阳，希望寄托在你们身上。”是啊，青年同志们是我们祖国的未来和希望，是社会主义现代化建设的栋梁。如果说没有过去我们这些年轻人的英勇奋斗，就没有今天的话，那么没有现在你们年轻的一代的艰苦努力，也就不会有美好的未来。建设祖国的今天，筹划祖国未来的重任，将历史地落在年轻人的肩上。

青年同志们要担当起这个历史重担，就必须刻苦认真地学习社会科学和自然科学知识，既要向书本学习，又要到社会实践中去深造，不断掌握为人民服务、建设社会主义祖国的本领。要有远大的理想和抱负。理想，是人们的精神支柱，青年人要立志把老一辈高举的共产主义远大理想的火炬接过来传下去。要始终不渝地坚持马列主义毛泽东思想，坚持中国共产党的领导，坚持人民民主专政即无产阶级专政，坚持社会主义道路。青年人要锻炼出强壮的体魄，要知道良好的身体素质，是你们担当重任的本钱。

当然，青年人的成长还要有健康的环境。这就需要我们的思想理论界、新闻出版界、教育界乃至全社会都以极端负责的精

神，关心青年的成长，帮助他们选择正确的人生道路和志向。从这个意义上讲，多出版些有意义的青年读物是至关重要的。

这本《学习·理想·情操》就是为青年同志们提供的一份精神食粮，我推荐给青年同志们特别是大学生抽暇读一读。

一九八七年十月一日

于北京

序 言

张 承 先

一九三九年，在延安青年群众举行的“五四”运动二十周年纪念大会上，毛泽东同志发表了题为《青年运动的方向》的著名演讲。那时，中国人民民主革命快要进入一个转变点了。讲话把马克思主义与中国革命实践结合起来，总结了中国革命的经验教训，阐明了中国人民民主革命的性质和夺取这一革命胜利的道路，并指出中国革命已经发展到一个新的历史阶段，由于新的社会力量兴起，在工人阶级领导下的新民主主义革命代替了旧民主主义革命。而新民主主义革命的胜利必将发展到社会主义去，这是历史的必然。毛泽东同志曾经殷切地希望中国青年学习革命的理论，研究中国革命历史经验，把好的发扬起来，把错误去掉，使全国青年和全国人民团结起来，使革命由失败转变到胜利。中国青年没有辜负祖国的希望，在中国共产党正确路线指引下，投入到我国历史上最伟大的人民民主革命斗争中去，终于夺取了中国革命的胜利，创建了新中国。

在半个世纪以后的今天，中国社会主义革命和建设发展到一个新的历史阶段，我国又处在一个伟大历史转折关头。中国共产党举行了第十三次代表大会，把马克思主义与中国社会主义建设实践结合起来，总结建国以来进行社会主义建设的正反两方面的经验教训，加深对社会主义社会发展规律的认识，从理论与实践的结合上论证了我国仍处在社会主义发展的初级阶段，生产力落后，商品经济很不发达，集中力量发展社会生产力，有计划地发展商品经济是我国进行社会主义建设不可逾越的阶段。认清了我国的国情，从而确定了我国进行社会主义建设的基本路线是：“领导和团结全国各族人民，以经济建设为中心，坚持四项基本原则，坚持改革开放，自力更生，艰苦创业，为把我国建设成为富强、民主、

文明的社会主义现代化国家而奋斗”。当代中国青年所肩负的光荣而伟大的历史使命是进行一次新的长征，投身到建设有中国特色的社会主义的伟大斗争中去，实现现代化的宏伟目标。

祖国的未来寄希望于中国今天的大学生；而改革的洪流也考验着每个青年知识分子。新时代的青年怎样才能不辜负人民的期望，适应时代的潮流，推动中国社会向繁荣昌盛前进呢？这是每个大学生必须认真思考的问题。

首要的是紧密联系中国的实际，学习革命的理论，认清中国所处的历史阶段以及今后发展的道路。希望大家认真学习十三大所制定的建设有中国特色的社会主义的基本路线。把坚持四项基本原则和坚持改革开放搞活的方针统一起来，融会贯通，在改革实践中反对僵化和自由化两种错误倾向，推动中国社会沿着正确的方向前进。只有掌握了建设有中国特色的社会主义的理论和路线，才能方向明，心里亮，在复杂的斗争中，经得起历史的考验，肩负起历史的使命。

要密切联系人民群众，投入到社会变革实践中去，增长才干。我国青年知识分子在中国革命中，历来起着某种先锋队的作用，但只有当他们与广大人民结合在一起时，才能显示出其巨大作用。脱离社会实践，脱离人民群众，是不可能有什么作为的。在社会主义现代化建设中，科学技术是推动社会前进的巨大因素。要特别尊重知识，尊重人才。但青年知识分子必须深入社会实践深入群众，才能施展其宏才，才能使自己健康成长，逐渐成熟起来。目前我国广大知识青年是渴望祖国兴旺发达的，是热心于社会改革的，但由于对中国的社会情况不甚了解，对历史上革命和建设的经验教训也知之甚少，只凭热情考虑问题，就难免主观片面，出现偏差。最近大学加强了对实践环节的教学，组织学生参加社会实践活动，许多青年学生感到收获不少，对许多问题的认识引起了反思，加深了对改革开放路线的理解。这个经验是很值得发扬的。

高等院校担负着培养大批社会主义建设人才的任务。我们所培养的人才应当是有理想、有道德、有文化、有纪律的一代社会

主义新人。他们应当热爱祖国、热爱社会主义，立志献身于社会主义现代化建设事业。对我们所培养的人才的素质和规格的要求，是历史和时代提出来的。学校一定要端正办学思想，贯彻德育、智育、体育、美育和劳动教育全面发展的教育方针，培养全面发展的社会主义新人。大学生在成长过程中，既要明确方向，又要从各个方面加强自身的修养，经过学习和实践锻炼，使自己成为革命事业的合格接班人。

由张念宏、韩平同志主编，首都部分高等院校中青年理论工作者编写的《学习·理想·情操》一书的出版，将会对大学生的健康成长起到积极的促进作用，将有助于大学生明确前进的方向，增强历史的责任感，将有助于大学生的全面成长，同时也将对广大青年和中学生产生积极的影响。

我衷心祝贺《学习·理想·情操》一书的出版，衷心祝愿大学生在新的历史条件下健康成长，衷心祝愿大学生为社会主义祖国的繁荣富强，为人民的幸福而刻苦学习，勤奋进取，毕业后为社会主义现代化事业做出积极的贡献。

1987年11月

044183

前 言

大学生朋友都会承认这样一点：每个人都有自己不同于他人的人生坐标系，有些人可能相似些，有些人则相差很远。

但是，从哲学的角度看，人类又有着共同的发展轨迹，它们构成了人生的主干。这一点已被人类社会的发展史所证明。

问题是我们面对着共同点和不同点，在设计自己的人生轨迹时，应当采取何种方法。现实中我们发现，有很多青年朋友只注重不同点，忽视了共同点，他们喜欢独树一帜，不愿意接受他人的经验，而且认为这才是“个性”。

我们认为，这种观点是不现实的。我们应首先寻找共同点，因为世上的一切都是人类共同的财富。只有努力地寻找人类创造的共同财富，同时又针对自己的特点加以消化、吸收、创新，才能健康地发展自己。

那么，对待大学生生活的态度应该是什么样呢？我们在亲眼看到且经历了大学生活中的欢乐与不快，得意与失望，满足与空虚……之后，深深感到：寻找并掌握大学生生活的规律是何等的重要。因此，我们感到有责任和大家一起探讨大学生成长共同轨迹。

这就是我们编写本书的目的。

正是出于这种动机，在本书的写作过程中，我们考察了大学生由中学向大学的转变阶段、充实阶段（二、三年级）、抉择发展方向的毕业阶段，感到大学生在志向、思想、学习、志趣、修养等方面都有共同之处，因为他们负有共同的社会责任，他们生长在共同的时代和国度，他们同是中华民族的子孙。国家、民族，特别是社会主义这个伟大时代对每一个大学生有着共同的要求。这些共同之处构成了大学生成长轨迹的主干线。事实上，许多已经走上了不同的工作岗位并取得成功的大学生都证明了这个必然的结局。

我们在编写本书过程中强烈地感觉到，寻找大学生成长的共同轨迹是一个复杂的系统工程，它需要全社会的关心，衷心地希望广大读者和我们一起，共同讨论这个问题。我们相信本书的出版会对广大青年朋友特别是大学生朋友有所帮助。

本书由张念宏和韩平同志任主编，郎好成和桑世志同志任副主编。参加本书编写工作的有郎好成、韩平、桑世志、李维民、张念宏、吴坚、商丽丽、李大平、李小虎、王秋、任冠英、张春华、杨经学、李静文、孔昭林、许新源、许贵才、郝培儒等同志。本书在编写过程中得到了贾岩、冯晓宏、何光晔等同志的帮助，他们参与了书稿的组织工作并提出了宝贵意见，特此表示谢意。

我们期待着广大读者的批评指正。

作 者

目 录

学 习 篇

获得成果的钥匙

- 谈专心致志…………… (19)

每天的太阳都是新的

- 谈从中学到大学的转变…………… (21)

从狭义相对论到DNA

- 思维漫谈…………… (24)

打开思维王国大门的金钥匙

- 谈科学思维方式及其培养途径…………… (27)

“行”是“知”之始

- 实践是知识的源泉…………… (34)

绝知此事要躬行

- 理论要联系实际…………… (34)

斯芬克司的谜语

- 要珍视宝贵的学习机会…………… (37)

基础课

- 知识大厦的根基…………… (40)

什么是基础课

万丈高楼平地起

怎样学好基础课

选修课

- 向知识的广度和深度进军…………… (45)

选修与必修

选修课的由来和发展

选修课与学分制

实行选修好处多

学选修课也要花气力
做出你的最佳选择

外语

——知识走向世界…………… (51)

学习外语是愉快的
语言环境和语言实际
开拓更多的学习渠道
对自己心中有数
如何在原有的基础上扩大词汇量
要提高阅读的地位

读书

——知识的入门…………… (63)

把要读的书分类
从越读越厚到越读越薄
书到用时方恨少
读书的心理过程
书山有路“趣”为径
不动笔墨不读书
怎样做读书笔记
读书中的迂回战术
阅读四法
读书的层次递进
“一目十行”并非不可取
提倡“创新”性读书

学习

——知识的获得…………… (81)

学习过程的阶段特点
 $A = X + Y + Z$ ——爱因斯坦的成功之路
时间的“相对论”
学习效果 = 学习效率 × 学习时间
为自己订个“规划”
在校学习的“四步曲”

选准你的“长跑线”

纸上得来终觉浅

“一切环绕一点，但也要照顾全面”

学问，学问，既学又问

不要做考试的奴隶

记忆

——知识的储备……………(102)

什么是记忆

培养良好的记忆品质

记忆对象可以分为哪些类型?

增强记忆的自信心

艾宾浩斯曲线的启示

记忆的加强和抑制

记忆的有意和无意

理解是记忆的基础

感官协同记忆法

联想记忆法

增强记忆十法

科学思维

——茫茫学海的游泳术……………(118)

思维——人类的骄傲

思维的逻辑因素和非逻辑因素

分析与综合——思维的基本过程

再造性思维与创造性思维

怎样培养创造性思维

你的头脑就是一个实验室

“独立思考”是个宝

注意克服思维中的弱点

能力

——腾飞的翅膀……………(133)

你的任务是学习知识吗

知识和能力

大学生应具备哪些能力

观察力——求知的窗口

记忆力——智慧的仓库

理解力——掌握知识的前提

思维力——智力的核心

想象力——思想的翅膀

注意力——智力活动的保障

自学能力的培养

科研、实验和社会调查

说和写

图书馆

——求知获识的良师益友……………(147)

图书馆的藏书结构

目录——开启知识宝库的钥匙

工具书——检索文献的探测器

书目——搜集资料的指南

索引——查找文献资料的向导

文摘——文献的粹

新技术革命

——向大学生的挑战……………(153)

新技术革命与信息社会

既要专才，又要通才

文理渗透，相得益彰

既要“干粮”，更要“猎枪”

大学生应具备的几种基本素质

终身教育势在必行

毕业论文

——大学学习成果的总结……………(160)

学术论文的种类

毕业论文的准备

毕业论文的选题

收集材料

确立论点
拟定提纲
毕业论文的构成项目
起草与修改
定稿和答辩

快快成才

- 奋斗的目标……………(166)
 - 德、识、才、学四位一体
 - 人才链，人才群体及自学成才
 - 成才的最佳年龄
 - 从师与超师
 - 搞好自我设计
 - 有志、有序、有恒
- 专业方向中的法律约束
- 法律对不同专业的要求……………(173)
- 学无止境，永不息足
- 谈毕业后的学习……………(176)

理 想 篇

- 我们的旗帜是共产主义
- 理想纵横谈……………(181)
- 筑楼必先固其基
- 谈大学生的政治方向……………(184)
- 并非宗教的信仰
- 共产主义与宗教的区别……………(187)
- 一切以人民的利益为重
- 谈谈理想的阶级性和自我选择……………(189)
- 从张英杰改名谈起
- 谈立志……………(191)
- 岳母刺字与陈毅教子

——立志的基点和时代特色	(194)
应当让人生燃烧	
——树立高尚的人生观	(196)
西绪福斯推石头的价值	
——人生的哲学反思	(199)
探索人生的真谛	
——在人生道路上校正航向	(201)
心底无私天地宽	
——谈大学生无私的品行	(204)
道德修养的完善	
——大学生的自我认识和自我监督	(207)
事若求全何所乐	
——学会辩证地看待周围的事物	(210)
从“失踪”了的“独胆英雄”谈起	
——要正确地对待荣誉	(213)
躬身自厚而薄责于人	
——正确地对待批评和自我批评	(216)
树德莫如滋，去疾莫如尽	
——谈校园里的“公私”观	(219)
社会是“第二课堂”	
——谈大学生的社会实践	(223)
从实际需要出发	
——正确对待职业选择和“用非所学”	(226)
实践的必由之路	
——大学生要与工农结合	(228)
九层之台，起于累土	
——从“我”做起，从现在做起	(232)
献身不惜做尘泥	
——谈大学生的责任	(235)

从“自我”中解放出来	
——谈“自私”不是人的本质·····	(238)
祖国的需要是大学学生的“第一志愿”	
——谈大学学生的义务·····	(241)
实现人生价值的正确途径	
——“个人奋斗”析·····	(244)
志坚则不畏事之不成	
——关于理想、前途和幸福·····	(247)
执着地追求	
——谈大学学生的入党问题·····	(250)
书山有路勤为径	
——勤奋学习是大学学生的基本任务·····	(253)
从老庄思想到洪武精神	
——中国传统文化对当代大学生的影响·····	(256)
从尼采到弗洛伊德	
——西方文化对当代大学生的影响·····	(259)
天下为己任	
——谈大学生应具备的观念·····	(262)
人类社会发展的调节器	
——谈道德与正确思想的形成·····	(267)
“光是什么？”	
——对“法律与自由”的零星思考·····	(271)
乐园和校园	
——大学生中常见的违法犯罪现象·····	(275)
由“濞”字想到的	
——浅谈资产阶级的法律面前人人平等·····	(278)

情 操 篇

数时无计愧偷生	
——谈增长才干·····	(283)