

康豪塞爾原著

陳友松譯述

實用學生修學法

胡適題

康豪塞爾原著
陳友松譯述

實用學生修學法

商務印書館發行

實用學生修學法

此書有著作權翻印必究

中華民國十九年二月初版

每冊定價大洋貳角伍分

外埠酌加運費匯費

原著者 康豪塞爾

編譯者 陳友松

發行兼
印刷者 上海寶山路
商務印書館

發行所 上海及各埠
商務印書館

HOW TO STUDY

By

A. W. KORNHAUCER

Translated by

CHEN YOU SONG

1st ed. Dec., 1930

Price: \$0.25, postage extra

THE COMMERCIAL PRESS, LTD., SHANGHAI

All Rights Reserved

原序

本書原爲應芝加哥大學商科新生之需要而作，其中材料卻十分普通，很合其他各科及中學生之用。幫助學生改進修學方法，這種努力不是新事。論到這個題目，坊間已印了許多書籍與論文；但遍查所得材料，找不出一本簡略而切實的作品，是特別適宜於大學生之用的。這本小書要試試彌補這個缺陷。

本書各章的內容，乃多年輔導學生經試驗而得的材料。格式仍照一九二三——二四年間所用，沒有大更改，許多學生視爲有用。但一堆紙上的規條，自然不能拿來代替教師與指導者較爲親身較爲有恆的教授。在可能時候必要診斷各個學生的困難，並過細指導長時間的工作。課室指導的學習，也是很有價值的。這都是較重要的修學方法的教學法。本書並不是要來代替一切，祇可

以作爲補助品。

我對於用此書的學生，有一個忠告。我的忠告是：應用所提議的！祇是走馬看花是無益的。每到新見之點，須審問所指示的是否合於自己的學習。先打算要怎樣去實行，纔去實行。所有的規則不是同等重要的，不是專爲一人而用的。找出自己所最需要的規則來，着力堅持地做去。間或回到書上來參看，自己看自己的進步如何。有效的修學法，祇須着力有恆地幹去，纔得成爲習慣。

實用學生修學法

目 錄

第一章	修學的意義……………	一
第二章	有效修學的主要條件……………	四
第三章	適應專注的環境……………	九
第四章	修學之規律與習慣……………	一三
第五章	有效能的讀書法之發展……………	一九
第六章	精讀之訓練……………	二三
第七章	速讀之訓練……………	二八

第八章	課室中的讀書法聽講與筆記·····	三二
第九章	記憶力的補助法·····	三七
第十章	臨時強記與考試·····	四一
第十一章	應用自己的知識·····	四四
第十二章	修學效能規則總覽·····	四八
附錄	胡適之先生講讀書法·····	五六

實用學生修學法

第一章 修學的意義

修學有兩個目的：其一是獲得某種知識，其二是獲得某種作事的能力。我們學歷史，爲要得着古希臘或戰前德國的知識，我們學算學或法文爲要得着解決問題，或會看法文書的能力。這兩者之中沒有嚴格的界限是明白的。知識能指導將來的思想與行爲，也是作事能力的一部份。同樣我們學了如何作事，每每包含知識的獲得。要有新知識須有思想的能力。而在新境地中學習如何做事，如何思想，必須有新的事實，即新的知識。然而獲得知識與獲得應用知識與作事的能力，二者在注重上是不同的。學校大部份所注重的，實在發展能力，

這是無疑義的，大學教育，應當增進我們的能力與才幹——就是我們工作，遊戲，選舉，治人，看書，思想，營業，辯論，醫病……等能力，這並不是要狹小知識的地位，不錯，知識應當在應用知識的能力之次，然而卻是必不可少的東西。聰明的思想與行為，常常以堅實的學問為基礎。

最有價值而需發展的為修學的能力。就是解決問題所需要的智力，能洞悉一個問題，精熟某種作事的方法。學得修學的效能，比學得死知識要緊得多。大學教育，若能發展修學的真能力，雖然不能做別的事，可算是成功了，若是學生不學習如何修學，他的大學學程便拋棄了最大的責任了。

修學不獨指着書本與課室而言，也包括直接觀察與實地練習之所得。所以修學的知識，就是指如何思想，觀察，專注，分析的知識。大而言之，修學包括一切探討研究而言，就是使用知力來了解，控制我們周圍的世界學習修學，就是

學習思想與生活的方法。

大學中的修學一大部份是書本的講演的。因為大部份的知識與各種學說不能直接或太費力採集的。

學生的修學效能之增進，迭經試驗認為是可能的。所謂修學之效能增進就是發展讀書，聽講，觀察，思想的良好格式，好比學足球，打字，與野球所要的適當方法一樣重要，以下各章就是對於讀書，及課室作業要如何發展好的方法略略貢獻些意見。

本書專為真正有志改良修學方法的學生而作的，凡不覺學習修學之需要的學生，其用很微。假使他不欲修學（指大學中之讀書，聽講而言），他可經自問，空空浪費寶貴光陰於大學之中，是否合算。但真欲藏修的學生，自信他與學校有密切關係的，必能在此小書中，找出幾點有用的改良修學的訣竅來。

祇能這樣得着。惟其如此所以本書所討論的祇限於這種學習。

第二章 有效修學的主要條件

一切特殊的忠告，如怎樣閱讀，怎樣筆記，怎樣解決問題，怎樣養成讀書的好習慣，都是屬次要的。修學的效能，有一個主要的，必需的條件，比什麼規則技巧都要根本些。沒有這個條件，雖然無論什麼別的條件都好，修學是決不可能的。這就是一個「鞭策的動機」(adiving motive)。一個求學立功的熱望，對於理智的事情有興味，對於學校的工作有決心，這個條件，就是修學的鑰匙。倘若你要求學，第一要覺悟自己，定要操縱你所學的，你自然必能操縱一切，一切別的條件，都是次要的。

這種精神，當如何得來呢？第一要立定明確的宏願與志氣，爲你求學的歸

宿地。自己要坦坦白白認清工作的好壞，必有好壞的結果與報酬隨之。把成功所得來的愉快與失敗所由致的失望，自己在心中看個清楚明白。

有好多學生因為緊急之事，使他們興起，對於自己與將來加一番嚴重的考慮。竟能改變向來懶散冷落，得過且過的態度，而為熱烈的、強毅的努力。你須間或自己問自己，你到學校來何為，你到底向什麼目的走去呢？對於自己及自己所為的事，這樣加一點考慮是力學最好不過的激勵。

第二能鞭策真能力學的條件，就是所學的科目之內蘊的興味。上述外來的種種刺激所起之主要目的及反應固當發展，但同時須發展對於特殊問題的興味——就是為學問而學問的慾望。發展興味之規則有四，茲條列如下：

(1) 對所學的學科須旁搜博採；你對於已知許多事實的東西必定有興味，無論是棒球，或無線電，你對於那一項知道詳細些，你對於那一項必有

興味，學校的科目也是一樣。

(2) 把新知識和舊知識連串起來。闡發與有興味的舊事物有關係的新事實。比方從現代方面的關係看歷史，必能發生興味。

(3) 把新知識個人化（切己體察）使知識與你自己發生切實的關係。比方本書「修學法」對於你有興味，祇因你想牠是能助你讀書的。

(4) 應用新知識；應用之於思想談話，作文，使他在你的活動中佔一部份，把相關係的問題，從甲類推到乙類。和朋友或同級討論疑難之點。對於所學的新觀念要想到他們的含義和結果。

你對於學校一部份的學科，必能發生熱烈的興味。再不以為苦工了，其中自有真正的樂處與妙境。你的學問將一心向前進展，克服一切障礙與分心之事，再不需要努力與意志力了。譬如看小說，電影，你的學科越像這樣爽快，越好。

無論什麼學問，久而久之，自能養成這種內蘊的興味來，祇要你能保持這種興味在你的思想中活潑運用。

但有的學科，在開始是決定沒有興味的，而且其中有的部份，將永久的沒有興味，對於甲生有興味的，對於乙生則很少。然有些無論是有興味，無興味的，卻是一切學生所必要戰勝的。在這個當兒，學生要冒險審酌其必要與報酬，決定意志，學成牠。

想要把好的決心實行出來，須有斬釘截鐵的行動。大多數的學生對於所學的，有很好的願望與崇高的目的，然而總是心有餘而力不足。以下的幾個規則或可有有些助力。

(1) 你面前的工作，迫切待爲，須有勇猛的覺悟心。看清現在的工作與你較大的宏願與雄心的關係，想到此事的成功與失敗，對於你的將來，你對

於你自己的態度，以及和你有關係的人的感觸，有什麼影響。修學的動機很多，祇須用力來使用牠們。

(2) 確定你自己的工作。決定什麼是要做的，並確定在什麼時候去做。假使工作太大，令人灰心，可以分開爲許多部份。看第一要做的所包括的，確實是什麼，然後做去。集中精神在你面前的那一定的工作。

(3) 馬上開始工作。無論如何，立即開始，不要注意所想像的困難以及別的東西。祇是把面前的這一件事，清楚捉定，忘掉一切別的事。一旦起頭起得好，則本功課的興味，自然能發展起來。以後就不必多用氣力來堅持着你的工作。

(4) 說時遲，那時快，立即讀書。坐下，坐在一個適當的讀書的地方，打開書，拿着紙筆，簡而言之，立刻幹去！

(5)集中你的精神，遏止一切幻想的趨向，放心（即心不在焉）是修學最大的仇敵。一點鐘的專注，值得十點鐘的意馬心猿。工作時須勇猛，嚴格地遏止心的放蕩。每到心放時，須如懸崖勒馬地收回。在適當的環境中工作，發展功課中的興味，是專注最好的方法。放心多半是因為不十分了解生字，或對於本課的根底有缺欠。倘遇此種問題，須不顧艱難回頭去準備基礎學問，必有大益。

第二章 適應專注的環境

有效的修學，極需專注；專注的本領，多半以個人的環境以及自己的身體狀況為轉移。把心吸收在讀書裏面，就是說忘掉了一切別的東西，學習專注就是要學習戰勝一切分心的事物，須抵擋的分心事物有三種：

(1) 環境的分心事物（噪聲，閃光等）

(2) 由身體而起的分心事物（疲勞，頭痛等）

(3) 不相關係的糊思亂想。

修學的問題大半是如何克服這些分心事物的問題。

許多分心事物，是可以預先撤消的。凡想要專心工作的學生最好是開頭就把一切不需用的分心之物除去。選擇一個靜讀的地方，除掉一切噪聲，談話聲，活動的人與物，輝煌的光線，鮮明的顏色，變化的新奇物和一切環境的擾攘。至於身體方面的分心之物，就是說要免掉不適宜的疲勞，保持健康及身體的魄力。沒有消化不良的病，小心過用眼睛，注意光線，熱度與空氣等之適當，也要小心安排坐位，不使有礙於身體。

關於怎樣免掉分心的事物，有許多提議，但比較重要的規則很少，茲概述