

學

主編／孫克復 李洪鈞

● 叢書主編／王鴻賓 齊慕林 芮克有

老有所學

一 二 三

天津人民出版社

中國老年大學叢書

中国老年人系列丛书

主编 王鸿宾 齐慕林 芮克有

天津人民出版社

《中国老龄人系列丛书》之一

老有所学一二三

主编 孙克复
李洪钧

*

天津人民出版社出版

(天津市张自忠路 189 号)

发行所发行

188 千字

印刷

ISBN 7-201-02675-5/G·1148

定价:77.00 元(每套五本)

《中国老年人系列丛书》编委会

主任委员 陈素芝

副主任委员 李洪钧 陈 驰 张丽珠 宁培丛

郝砺生 王佩珠 赵凤生

主 编 王鸿宾 齐慕林 芮克有

副 主 编 孙克复 张丽珠 陆寿瑚 马振文

王 申 张志坤 鲁仲文 林振山

张东实

常 务 编 委 王鸿宾 齐慕林 芮克有 孙克复

李洪钧 渠时光 吴 琪 陆寿瑚

马玉良 王 申 杨 深

编 委 (以姓氏笔画为序)

马 涛 马玉良 马振文 王 申

王鸿宾 王佩珠 尹之萍 丛广玉

冯贵玉 宁培丛 伍逢亨 齐慕林

刘义德	刘世福	徐建国	孙克复
孙德昌	李洪钧	李耀东	杨深
芮克有	吴琪	陆寿瑚	陈福
陈驰	陈英福	陈素芝	陈若羽
张东实	张志坤	张丽珠	林振山
赵凤生	赵秉忠	赵锡山	郝砺生
凯群	袁作	秦经中	渠时光
鲁仲文	潘良明	臧永生	

关于编写《中国老龄人系列丛书》的倡议书

（代序）

近百年来我们先人为民族解放、祖国富强，在黑暗中摸索，抛头颅、洒热血，谱写了可歌可泣的历史篇章。直到有了中国共产党，才使老一辈的革命者走上了正确的革命道路。从此，中国人民在中国共产党领导下，艰苦奋斗，英勇牺牲，推翻了压在头顶上的三座大山，迎来了中华人民共和国的诞生，随后进入了伟大的社会主义革命与建设的新时期，国家实现了初步的繁荣和富强。而今，全国人民又在以邓小平同志建设具有中国特色的社会主义理论和党的基本路线指引下，阔步前进，一日千里。祖国日益强大，人民日益安康。这一切鼓舞着今天这一代老龄人。

作为党和毛泽东同志培养教育的这一代，是承上启下的一代，是社会主义革命和建设的中流砥柱。当年，他们没有辜负党和国家的期望、人民的重托，努力工作，兢兢业业，在中华人民共和国的土地上，洒下了辛勤的汗水，留下了坚实的脚印，为国家和人民做出了应有的贡献。如今，他们按照党和国家的规定，愉快地从各自岗位上退了下来，让位于

后来者，正安度自己的晚年。

这支老龄人队伍，有如滚雪球一般，越滚越大，据目前不完全统计已达一亿一千三百余万人。这是一支多么庞大的队伍啊！这些老龄人在离退休之后，得到了党和人民的关怀和尊重，生活上有了保证，这充分体现了社会主义社会制度的优越性。

在老龄人这支庞大的队伍中，还蕴藏着巨大的物质财富。他们之中不少人，老当益壮，余热生辉，潜力犹存，其力量不可低估。但是，不可讳言的是，人们到了离退休年龄，生命的旅程便面临一个重大的转折。在这个转折之中，人们会自然地产生不同的想法和做法，或振奋或沉沦；或老有所为，或无所事事；或老有所乐，或老之生悲；或老有所学，或老而自弃；或老有所养，养之有道，或听之任之，得过且过……。

为振奋老年人的余勇，扬其所长，避其所短，酬其壮志，调动他们继续参加四化建设的积极性，在这里，我们诚挚而热情的倡议：联合国内外从事老龄人工作的同志，各级各行业的老领导、老教授、老科学工作者、老新闻出版工作者及一切有识之士，为老龄人编写一套系列丛书，名曰：《中国老龄人系列丛书》，作为老龄人的精神食粮。第一批拟编以下五种，即《老有所养一二三》、《老有所医一二三》、《老有所为一二三》、《老有所学一二三》、《老有所乐一二三》（详见各书编写大纲）。这是一项具有深远意义的较大的“建设工程”。我们深知要完成这一出书任务，是一件非常不容易的事情，需要得到广大群众特别是老年朋友的响应，得到各级党政

军领导和国内外有识之士的鼎力支持,得到新闻出版部门的热情帮助。我们希望上述方面的同志根据自身实际情况和能力,为本套丛书献计献策,或提出编写意见,或提供资料,或帮助征订发行,或给予物力财力的资助。我们确信,这套丛书编成后,将会受到老龄人的欢迎和喜读!让我们共勉之。

本丛书承蒙天津人民出版社领导的大力支持,才使本书得以问世。对此,我们深表衷心的感谢。

编 者

1995年12月24日

《中国老龄人系列丛书》之一

老有所学一二三

主编 孙克复
李洪钧

《老有所学一二三》

主 编	孙克复	李洪钧	
副主编	渠时光	丛广玉	吴 琪
编 者	(按姓氏笔画为序)		
	丛广玉	孙克复	孙德昌
	刘贵珍	李洪钧	李秀智
	吴 琪	张立贞	张风云
	焦克琦	渠时光	

前 言

参加这本书编写的人，大都是从教育岗位的讲坛上离退休下来的六七十岁的老头、老太太。有人说我们是“人类灵魂工程师”；有人说我们是“教书匠”。“人类灵魂工程师”也好，“教书匠”也罢，既然要“教书”，要“育人”，自己就首先应该多读书，多学习。然而回首往事，在那“学问越多越反动”的“文化大革命”的十年和“以阶级斗争为纲”、大批“白专道路”的年代里，何尝能静下心来认认真真地读书学习？离退休下来以后，深感虽在教育岗位上工作几十年，但认真读书学习的时间却实在太少。

由此联想那些在农、工、商、军、政以及各行各业工作的广大同龄人，他们有的戎马倥偬；有的政务纷繁；有的忙于生产经营，读书学习机会可能更少些，至少不会比我们这些人更多。因此，对于读书学习问题上的缺憾，一定会有同感。

往者不可鉴，来者犹可追。要弥补以往的缺憾只有“老有所学”。这本《老有所学一二三》小书，就是试图为老年人读书学习提供一些帮助和借鉴而写的。在这本书里，我们根据老年人的生理和生活特点，对老有所学的有关问题，诸如

人为什么要活到老学到老？老有所学有什么裨益？老有所学的内容、方法以及注意事项等，作了一些说明和论述，供老年人学习时参考；同时还简介了古今中外历史上老有所学的人物及其先进事迹，以激发老年人的学习兴趣，提高老有所学的积极性。

当然，老有所学绝非单纯为了弥补以往的缺憾，更重要的是为了面向未来。因为，老有所学会为老龄人的晚年带来许多更现实更直接的裨益。这些，本书都分别作了论述。其中最重要的直接裨益是读书有助健康长寿。据《韩诗外传》记载：孔子弟子闵子骞原来身体瘦弱，脸色枯黄。从孔子读书学习后不久，脸色红润起来，身体也强壮了。孔子问他是什么原因。子骞回答说：我在没有读书之前，看到达官贵人乘坐的是华贵马车，吃的是珍馐美味，羡慕得寝食不安。如今，通过读书学习和老师的教导，明辨了是非，懂得了美丑，因而心平气和，不再羡慕那些东西，脸色自然红润起来，身体也强壮了。闵子骞把身体健康归功于读书明理，是有一定道理的。因为知识渊博的人，能明辨是非，心胸开阔，淡泊名利，起到调解感情，解除烦恼，淡化抑郁心情的功效，达到心理平衡。

在我们现实生活中，不也是能经常看到一些老同志特别是担任过领导工作的老同志，离退下来以后，失落感很重，精神压力很大，颓废不振，抑郁寡欢，身体很快垮了下来。现代医学证明，精神刺激可调解人体的免疫功能，有助于健康长寿。因此，愿老龄人都能珍惜自己的晚年，参加读书学习，丰富文化知识，淡泊名利思想，培养高尚情操，增强

身体健康,积极发挥余热,为社会多作贡献,为人民再立新功!

前面已经说过,我们参加编书的这些人,都是在读书学习问题上的“缺憾”者,编写这样一本书,实在是勉为其难。书中的缺点错误,诚恳地欢迎读者批评指正。

编 者

目 录

前 言	(1)
一、从“知识就是力量”谈起	(1)
1. 什么是知识	(1)
2. 知识是无价之宝	(8)
二、人类知识知多少	(14)
1. 世界知识集锦	(14)
2. 中国知识撷英	(35)
三、活到老学到老	(53)
1. “九十方知我无知”	(53)
2. 跟上时代的步伐	(58)
3. 防止思想僵化	(64)
四、老有所学大有裨益	(70)
1. 开扩视野,拓宽眼界	(70)
2. 陶冶情操,静化身心	(75)
3. 增进懿德,晚节生辉	(81)
4. 弘扬文化,功在千秋	(88)
五、学习政治,关心政治	(91)
1. 学习马克思主义,坚持党的基本路线	(93)

2. 学点法律知识,增强法制观念	(101)
3. 学习时事,放眼世界	(112)
4. 学点历史,以史为鉴	(127)
六、学习文学艺术知识	(141)
1. 学点文学和写作知识	(141)
2. 学点文学名著	(155)
3. 学习书法和绘画	(172)
七、学习方式与方法	(182)
1. 学习方式种种	(182)
2. 学习方法举要	(187)
八、老有所学七要	(200)
1. 提高认识,培养学习兴趣	(200)
2. 排除干扰,创造学习环境	(203)
3. 明确目标,制定学习计划	(205)
4. 持之以恒,贵在坚持	(207)
5. 量力而行,避免过劳	(209)
6. 常于浏览,开卷有益	(211)
7. 学其有志,慎选书籍	(213)
九、老有所学历史人物简介	(215)
后 记	(277)

一、从“知识就是力量”谈起

“老有所学”在某些老龄人看来,似乎没有什么意义了,“还学习什么,都土埋半截的人了,学点知识又有什么用处呢!”于是,在脑海中泛起一种莫名的愁怅和虚无感。殊不知在人类社会生活中,时时有一股力量在支撑着你,在鞭策着你,使你勇往直前,不断进取。这就是知识的力量。

1. 什么是知识

在我国典籍中,提到“知识”二字的篇章不少,例如《庄子·至乐篇》有云:“吾使司命复生子形,为子骨肉肌肤,反子父母妻子知识,子欲之乎?”后汉孔融在《文选》中也曾提到:“岁月不居,时节如流……海内知识,零落殆尽,惟有会稽盛孝章尚存。”^① 后来,清代洪亮吉虽然也曾说:“孩提之时,知欲食而不知礼让,然不可谓非孩提时之真性也。至有知识,而后知家人有严君之义焉。”^② 上述典籍虽多次见到“知识”二字,但都没有涉及“知识”的概念和它的定义。到了近现代由于社会的进步和科技的发展,对于知识概念的认

^① 《文选》“论盛孝章书”。

^② 《洪北江集·真伪》。

识也越来越深化,于是对于什么是知识,做了比较科学的解释。如1968年出版的《辞海》定义是“知识:人们在社会实践中积累起来的经验。”^① 1984年商务印书馆出版的《现代汉语词典》关于知识的定义更明确了,即“人们在改造世界的实践中所获得的认识和经验的总和。”^②

中国人民的伟大领袖毛泽东同志对知识曾经做过精辟的论述:“什么是知识?自从有阶级的社会存在以来,世界上的知识只有两门,一门叫做生产斗争知识,一门叫做阶级斗争知识。自然科学、社会科学,就是这二门知识的结晶,哲学则是关于自然知识和社会知识的概括和总结。”^③ 这是对于“知识”的最科学最完整的概括。人类知识是从哪里来的?在我们先人中对知识来源这一问题,长期存在着两种不同观点,即唯心主义史观和唯物主义史观。

唯心主义史观认为,人们的意志决定社会存在,人类社会的一切知识都是少数伟大人物的智慧与意志创造出来的。伟大人物可以随心所欲地左右人类社会历史的发展。用梁启超的话来说,大人物“心理之动进稍易其轨,而全部历史可以改观。”^④ 他们不从历史实际出发,过分夸大了所谓英雄人物的作用。

相反,历史唯物主义史观则认为,人类一切知识,不是从天上掉下来的,也不是人们自己头脑中原来就有的,更不

① 《辞海》,第3969页。上海辞书出版社,1979年9月,第二版。

② 《现代汉语词典》,第1481页。商务印书馆,1984年12月,第3版。

③ 《毛泽东选集》,第815—816页。人民出版社,1991年6月第2版。

④ 《饮冰室合集》,第十六册。