

不倒翁丛书

姜晓峰 主编

×××出版社

第十卷

考场不倒翁

目 录

志向 人生的航标	(1)
学思并进 必有所得	(1)
学会“闹中求静”	(2)
登堂入室论治学	(4)
不贪图虚名	(8)
找寻技巧	(9)
训练良好的注意力	(12)
大学的梦	(13)
学不成 己之惰	(15)
三更灯火五更鸡 正是男儿读书时	(18)
要想学得好 重复是件“宝”	(20)
读万卷书 行万里路	(23)
一步一个脚印	(24)
老苏生平概略	(28)
治学与为文	(31)
博导的广博之心	(33)
展开心灵的翅膀	(37)
运筹帷幄 决胜千里	(38)
用冥想法去训练注意力	(39)

切不可“死扛不换肩”	(40)
旁敲侧击 开拓思路	(41)
书山有路勤为径	(44)
好高骛远 贪多勿得	(44)
开发你的潜能	(46)
复习 启动记忆的马达	(47)
要掌握规律	(49)
处变不惊 应考有方	(51)
人脑的模拟训练	(53)
担忧与怯场 考场之大敌	(54)
寻找适合自己的方法	(56)
重复记忆法	(58)
沉重的博士帽	(59)
志正则业成	(62)
会当凌绝顶	(64)
专心致志 追求成功	(65)
集中精力 无坚不摧	(66)
循循善诱	(69)
机不可失 时不我待	(70)
温故而知新	(74)
临阵更须紧磨枪	(75)
应考妙招	(78)
学海无涯苦作舟	(82)
兼收并蓄的治学之道	(83)
呼唤兴趣	(85)

早立志 下苦功	(86)
契而不舍 金石可镂	(89)
灵活机动 促进学习	(91)
不积跬步 无以致千里	(94)
学习的几种方法	(95)
术业要有专长	(102)
该如何看待考试	(103)
兴舟游学海	(106)
治学要谦虚 做人须忠诚	(109)
如何对付思想开小差	(110)
重复是学习之母	(111)
考前复习 事半功倍	(112)
考究同异 剖断是非	(115)
一着不慎 满盘皆输	(116)
由近及远 酌情减少	(119)
敢问天下大事	(121)
准备充分 考场轻松	(123)
亭林先生论学	(124)
良好的习惯是高效的源泉	(126)
放松 正常发挥的关键	(128)
文章合为时而作	(129)
提前预习好处多	(132)
认清标准化考试	(134)
在社会的大熔炉中锻炼	(135)
一张一弛 文武之道	(137)

循序渐进	(139)
绳锯木断 水滴石穿	(140)
注意力的合理分配	(141)
切割组合复习法	(142)
好钢用在刀刃上	(144)
才思敏捷 左右逢源	(145)
博览群书 从容应对	(147)
拓展你的创意	(148)
不打无准备之战	(153)
一叶障目 不见泰山	(157)
莫为霜台愁岁暮	(157)
掌握规律 大胆预测	(159)
人与兽的区别	(161)
敏而好学 不耻下问	(162)
在竞争中成长	(164)
鼓舞自己的斗志	(167)
活到老 学到老	(174)
匠心独用 效果更佳	(175)
胜不骄 败不馁	(179)
谆谆教诲	(181)
人不怕笨而怕惰	(184)
莫让时光空流去	(184)
再叹“仲永”	(186)
如何激发兴趣	(188)
培养兴趣 强化复习	(189)

科学筹划巧管理	(193)
咬定青山不放松	(203)
有效地支配时间	(208)
让梦的翅膀高飞	(211)
走出焦虑 寓学于乐	(212)
积极投入 攻而不滞	(226)
荀子论学	(233)
少年应知勤学苦	(238)
改掉坏习惯	(239)

志向 人生的航标

求学的人要想达到圣贤的境界，正好像射箭的人要求射中箭靶一样。不用圣贤为标准而学习的人，就像射箭不立箭靶而盲目乱射一样。人没有一定的志向，就像洪水泛滥一样无所依归，那他很少有不变成无知妄为的人的。这就是立志的首要前提啊。既然有了一定的志向，就要找到实现这一志向的途径，这是那些没有志向的人是不能办到的。所以，拜师、访友、读书、研究事理都是为了实现志向所必须做的事。于是在平常无事的时候，没有疏忽这个志向；在处理事情，待人接物的时候，没有打乱过这个志向；在遭遇患难，心怀忧戚的时候，没有动摇过这个志向。一定要达到我的目的才罢休，这就是志向一经立定，永远不能改变啊。所以志向如果立好了，就是要成为圣人也是可以办得到的。从前的人曾经说过：“一个有志气的人，他所奋斗的事业终究会成功的。”古人又说：“只有志向不分散，才能把精神集中起来。”就是说的这个道理。

学思并进 必有所得

徐旷是隋末唐初的一个儒学大师。少年时因战乱，为了生活，哥哥去帮人家卖书赚钱，他在家做饭，小哥俩就这样艰苦地维持着生活。白天，哥哥就去卖书，徐旷在家里做好三餐饭，空余时间就到山上去捡些枯枝。晚上，哥哥带着卖剩的书回到家里，徐旷就用枯枝点火照明，专心致志地阅读。因为这些书第二天是要拿去卖的，

卖出去就再也见不到了，所以必须读得很快。徐旷常常读到天亮，每天都要读好几本书。他读书既快，又能融汇贯通，做到“学而思”，因此读书的效果很好。仅仅几年功夫，他就读完了四书五经，并有了自己独到的见解。由于徐旷读书学有所思，因此在后来，他因学问出众被提拔为博士，在太学里主讲《左传》等书。他功底扎实，基础雄厚，讲起来举例生动，论证有力，有条不紊，头头是道，使得听讲的人心悦诚服。

在学习过程中，我们首先要善于独立思考，通过对书本知识和社会知识的学习，接受和借鉴别人的思想。再将两者辩证地结合起来才能全面的、客观的认识事物。

学习一定要注重思索，否则就不会真正学懂。学而思是指边学边思索，学思并重。“学而不思则罔，思而不学则殆”就是这个道理。

学会“闹中求静”

注意力是心灵世界的天窗，没有它，知识的阳光是照不进来的，这是一种说法。

注意力像聚光镜的焦点，没有它燃点再低的物质也不会点燃。没有良好的注意力，再浅显的知识也记不住，学不会。

80%学习后进的学生不是记忆力、理解力有问题，他们记自己喜欢的歌星、球星的生活琐事，比老师记得还快，比学习尖子记得还快，有的猜谜语，参加智力竞赛常常超过尖子生。学习上不去的原因，主要是注意力差。他们的注意力像找不到焦点的聚光镜，盲目地东一头、西一头地照来照去。学习常常心不在焉，周围一有风吹草动，他立即东张西望，一有什么热闹，立即凑过去热闹一番。一

天下来，一无所获，还常常埋怨环境不好周围太热闹。

学生刚入学时，不少人注意力很差，自习课常常东张西望，哪有声音，哪有热闹，一些同学的目光就跟到哪里。自己的大脑成了四面八方信息的奴隶，不该做的事忙着做，该做的事却不知道做，成绩不好，还埋怨别人干扰了他。

学校应该要求学生训练自己“闹中求静”的能力，每个人都做自己大脑的主人，不管周围多乱，自己只管做自己的实事，周围有人说话，有声音、有震动，只要不是找自己的，那就不抬头去看，更不去参与。

比如学生正上自习课，老师推门进去，一听开门声，原来会有一多半学生抬头看，侧耳听。这时，老师可以说：“以后，老师再进来，有开门声，只要不要求大家听，大家就只管忙自己的事。谁不忙自己的事，放下自己正做的实事，侧耳听，抬头看，怎么办，大家说。”

有同学提议：“谁抬头就让谁写 500 字说明书。”大家一致拥护这条建议。

通过这一建议后，经过一段短时间的训练，自习课时，老师再进屋，用力关门，都没人去注意了，大家都低头忙自己的事。只有个别注意力不好的同学，听到关门声音大了，会有所反映。再训练一段，同学们便能达到只顾完成自己的学习任务，没注意老师进来、没听到关门声音的水平，那就具备了“闹中求静”的本领了。

要练“闹中求静”的本领，首先自己的学习任务要特别明确，特别具体，易于达到。周围环境特乱时，学习任务订得更容易一些，选自己喜欢的学科、这样作用更好些。

第二，任务一旦明确，就一定要规定更明确、具体的完成任务的时间。效率最高之时，常常是规定完成任务的最后时限到来之前的那段时间。

自己学习效率一高，就无暇注意周围的人和事了。越不注意周

围的杂事，心越静；心越静，学习效率越高、心情越好，形成良性循环。

现代社会紧张喧嚣，信息量大，红尘滚滚，诱惑遍地，人如果不学会“闹中求静”，就很可能让四面八方、乱七八糟的无序信息，牵着自己的脑神经，东一头，西一头地乱撞，闹得自己心烦意乱，精疲力尽，还常常一事无成。

有了“闹中求静”的能力，守住了心灵中的一片宁静，才能掌握学习、生活、工作的主动权，成为学习的主人。

登堂入室论治学

大学都知道“点石成金”的故事。“点石成金”的故事，就是说明方法的重要。我们不能“点石成金”，但是应能“披沙拣金”。沙，就是浩如烟海的古典文献，我们研究传统文化，就是要从这些“沙”中淘出金来——筛选出其中的精华。而“披沙拣金”需要有一定的方法，这些方法也就是治学的门径。

要想研究学问，首先必须明确研究学问的目的。我们研究学问，是为了追求真理——为祖国、为人民而追求真理。在追求的过程中，不断提高自己的觉悟。在研究的过程中，发扬自己的爱国主义精神，提高自己的共产主义觉悟。

追求真理，要做到三个“真”字，即“真情实感”、“真积力久”和“真知灼见”。

首先要有真情实感。要满怀一腔热爱真理、热爱祖国、热爱人民的真实情感。做学问是为了祖国、为了人民，而不是为了自己装点门面，更不是为了哗众取宠。

第二是真积力久。《荀子·劝学》中说“真积力久则入”，真积：

真心诚意，日积月累。力久：力行而能持久。入：入门，有所成就。这就是说，在追求真理的道路上，应有一种坚定持久的精神，应不辞劳苦地、持续不断地积累所得到的知识，不断地有所前进。

第三是真知灼见。“灼”的意思是明确，像火光照耀那样的清楚。做学问要能够得到一个明白确切的见解，才算是真正的学问。

明确了治学的目的之后，我们还要正确理解四个方面的关系，即读书与思考的关系，哲学与科学的关系，思想与生活的关系，继承与创新的关系。

首先是读书与思考的关系。孔子说：“学而不思则罔，思而不学则贻”，讲的正是学与思的关系。在学习过程中，接触到的知识多了，必然会发现其中有许多不同的、甚至是对立的意见、观点，到底哪些对、哪些错呢？这就需要思考，要通过自己的思索，辨明是非，加以抉择。学而不思，不会有心得；但是，如果只是思而不学，那也会失之于偏谬。学与思，二者实不可偏废。

读书要读什么书呢？在浩瀚的书海中，我们不可能也不必一一阅读。读书要有选择性，有些书是必读的、有些则可以浏览。我们今天，对于古代的文化遗产，既不能全盘接受，也不应一概持否定态度。人类文明的发展是个漫长的过程，今天的成果应建立在昨天已取得的基础之上，不了解昨天，也就不能建设好今天。所以，我们提倡有所选择地读古书。在中国哲学和西方哲学方面，都应该精读一些名著。

中国先秦哲学方面的著作，最重要的是：《论语》、《孟子》、《老子》、《庄子》、《周易》、《荀子》。汉代是王充的著作；宋明时期，是周敦颐、张载、程颢和程颐兄弟、朱熹、王守仁以及明末清初的王夫之的著作和清朝戴震的著作。

研究中国古代哲学不能光读中国的古书，还必须读一些西方哲学的著作，西方古典哲学方面的著作，最重要的是古希腊哲学家柏拉图、亚里士多德、赫拉克利特和德谟克里特的著作；近代哲学

家笛卡尔、斯宾诺莎、洛克、休谟、康德、黑格尔和费尔巴哈的著作。

马克思、恩格斯、列宁的著作更是必读书。此外，现代哲学家如罗素、穆尔、怀特海、柏格森、尼采等人的著作也值得一读。

除读书外，对于哲学问题，我们还要进行独立思考，要学会读“无字天书”——即考察客观实际。读书时，要能心知其意；思考时，要能掌握时代的脉搏，了解当前的实际问题和至今尚未解决的问题。在进行思考的时候，要注意以下几个问题：

①概念明确。一个概念要有确切含义，使用概念要求一定的准确性，以免产生歧义。当然，我们也可以创造新范畴，但运用新范畴应该有一个明确的定义。

②注意条理、层次的清晰。无论思考还是写文章，都要条理清晰，层次分明。要有意识地训练自己思维的逻辑性。

此外，思考还要培养灵感，所谓“踏破铁鞋无觅处，得来全不费工夫”，就是灵感忽然到来。但是，灵感不是无缘无故来到的，灵感到来的基础仍是艰苦的努力。这就是郭老所说的“一分神来，九分汗下”。

第二要了解哲学与科学的关系。研究哲学，必须同时学习一门具体科学，不能光靠哲学。光学哲学是做不好学问的。哲学是自然科学和社会科学的总结，只有以具体科学为基础，哲学才不致于成为一门空洞的学问。在西方哲学史上，哲学家精通具体科学的例子很多，柏拉图是古希腊著名的唯心主义哲学家，但他对数学很有研究；笛卡尔对于物理学和数学造诣甚深……。而无产阶级革命导师马克思、恩格斯，都既是哲学大师，又是经济学家。现代西方哲学，更重视自然科学的知识，许多哲学流派的哲学论点都是直接来自现代科学的知识。例如怀特海、罗素都既是哲学家又是数学家。

以上举了许多例子，都是要说明，研究哲学，必须兼学一门具体科学。除自然科学以外，兼学历史亦可。哲学史也是一门具体科学。德国古典哲学大师黑格尔就既是哲学家，又是哲学史家。中国

古代文史哲不分家，过去有四种学术的说法，即义理之学、考据之学、词章之学和经世之学。这四学都是互相联系的，互相沟通的。过去许多学者天文历算皆通，所以有较高的成就。

我们今天运用唯物史观研究学问，更必须掌握丰富的历史知识，如果我们对于历史不了解，又如何能运用唯物史观的方法来分析问题呢？研究中国古代哲学，更必须具备古代汉语的基本知识，那是不言而喻的。

第三是思想与生活的关系，也就是理论与实践的关系。中国古代传统哲学所谓“学”兼知行两个方面，讲究知行合一，强调知行符合。中国古代的“学”不仅指书本知识，而且指对于道德修养的身体力行。在生活实践中思考问题，提出理论见解，并把自己的理论见解在实际生活中表现出来。这也就是从实践到理论、从理论再到实践的辩证过程。

西方有些科学家，一方面在实验室中承认唯物主义，不自觉地运用唯物主义的方法研究自然科学，另一方面却信仰上帝。这是没有将理论与实际相结合的缘故，没有将自己的理论观点应用于生活的缘故。而我们信仰唯物主义，就不能信仰宗教。中国传统文化的一个特点，是以道德教育代替宗教，把人生理想及对理想的追求都放在日常生活中，在生活中体现理想，有所谓“广大高明不离乎日用”的说法，道德教育起到了代替宗教的社会作用。所以，中国不像西方那样，宗教的势力和影响并不深远。这是一个很好的传统。今天，我们就更应该发扬它。

现代的青年，既要有丰富的知识，又要有崇高的理想。要在日常生活中体现自己的信念。《易传》讲修辞“立其诚”，就是要求：信念一方面要符合客观实际，一方面要表现于生活行动之中。将思想与生活这二者统一起来，这就是“诚”的境界。

最后是继承与创新的关系。孔子“述而不作”，墨子“述而且作”，正确的态度应是既述且作。一方面温故知新，一方面破旧立

新。也就是说,既要了解前人已经发现的真理,又要突破前人的局限。要不断进行新的观察,发现新的问题。追求真理,应该有一种怀疑的精神。有大胆的怀疑,才能够有崭新的创见。传统文化有两个方面,一方面是优秀的积极的东西,是我们前进的基础;另一方面是陈腐的消极的东西,是一种包袱,是前进的障碍,需要加以克服。中国过去讲继承的多,讲创新的少,而文化大革命又颠倒过来,对于过去一概持否定态度。这两种都不是正确的态度。我们应该正确处理继承与创新的关系。对于传统文化应该加以扬弃,本着“取其精华,去其糟粕”的原则,在深刻分析传统文化的得失利弊的基础上,吸收其中优秀的、于四化建设有利的部分,摒弃其造成中华民族心理缺陷的部分。努力创新,就应该进行新的观察,发现新的问题,攀登前人未曾达到的高峰。

要积极培养自己的创造性思维,这也是创新的一个关键。所谓新,就是对于微观世界作更进一步的微观,微而更微;对宏观世界作更进一步的宏观,宏而又宏。我们现在研究哲学,既要掌握丰富的历史知识,同时又要不断学习新的科学理论。今后我们应积极参加国际性的学术讨论、了解国际学术发展新动向。运用正确的治学方法,通过自己艰苦的劳动,使我们的学术水平居于世界的前列。

“九层之台起于累土,千里之行始于足下”,只要我们脚踏实地,循序渐进,我们就必能为祖国、为人类做出一定的贡献。

不贪图虚名

鲁迅在南京矿路学堂读书时,生活极度贫困。冬天他无钱去买棉裤,只好穿着夹裤过冬,身上一件棉袍,也是破旧不堪,两肩地方已经没有一丝棉絮了。

尽管生活上极其贫困,鲁迅却常跑到城南的旧书店里,用节省下来的钱把一本又一本的书籍买回来认真阅读。矿路学堂每次考试都是有奖的。鲁迅在班级里年龄最小,但学习成绩最优秀,考试时十回有九回得第一名,鲁迅得了金质奖章以后,总是把奖章拿去卖了,得来的钱一不用来吃喝,二不用来添置衣服,而是全部用来买书阅读。

物质利益与时间相比较,时间一去不复返,而暂时丧失的物质利益却可以重新获取,这就是时间的重要之处。鲁迅先生重时而学的精神是永远值得后人学习的。

几乎每个人都知道时间的重要性,但人们总有一种时间可以随时获取的观念。重时就是要求人们纠正这种不正确的时间观念。

找寻技巧

复习备考时付出了许多劳动,为的是在考试中取得一个好的成绩,但多日的劳动也可能因为考场疏漏而付之东流。为了确保考试成功,你也应该掌握一些的应试技巧。下面这些是否会对有所帮助?

1. 做好考前准备,以免因小失大

这些问题有:提前核实考试地点,不要等到考试那天早上才去到处找考场,免得因不能按时找到考场而引起不必要的惊慌;搞清楚考试时间,准时到达,免得匆匆忙忙,坐到考场半天了不静不下心来;在考试前一天晚上保持一个清醒的头脑,不要为了多温习一点功课而使自己在考场上头昏脑胀;在考试的前一天晚上,要准备好考试时使用的钢笔、墨水、手表,以及允许带进考场的其它用具、表

格等。

2. 仔细通读整张卷子

刚一看到试卷,即使那些准备很充分的同学也难免有些紧张:一些把握很大的内容没有出现,而出现的题目看起来似乎不很难。因此答题之前最好花点时间来思考一下整张试卷,注意卷面上所有关于题目的要求等。

3. 合理安排时间

在浏览试卷时,要弄清题目的总数、各道题的重点,还要注意它们的不同的分值,然后迅速地做一个时间规划。考试中分配时间有一条基本原则:一定要设法使你掌握的学习内容赢得分数。为此,有必要注意两个方面:确定答题顺序、考虑疲劳因素。一般来说,答题顺序应根据你对有关考试内容的掌握程度和各试题的分值来确定。疲劳因素也应考虑,如要求选写几篇短文并完成一系列多项选择题,也许应该先写一、二篇短文,再转向多项选择部分,然后继续写其它短文,这样适当转换一下节奏的做法比较可取。

4. 动手做任何一道具体题目之前,你都要非常认真地将它通读一遍,务求正确地理解这个题目

在每一个题目中都要找出那些“关键性”词汇,比如像“论述”、“概述”、“比较”、“简述”等,务需确切地理解这些词的含义。

下面是一些在考试中常用的术语。你应对其中每个术语的确切涵义都相当清楚。

填空:根据所给的上下文,填上最恰当的字或词。

选择:出现一个问题,并给出若干可能的答案,要求你从中选出正确的答案来。

定义:写出一个词或词组的确切涵义,而且有必要写明在不同场合下,这个词或词组的不同意思。

判断:给出一组命题,要求你根据所学的知识判别其真伪,若是错的,有时还要求你改正。