

# 第1章 学习是一件快乐的事情

学习是人类的本能

学习是一件快乐的事情

不断地学习能让你获得无穷的智慧

低层次的学习是为了生存和适应环境

一般水平的学习是为了成熟和获得技能

高水平的学习是一种主动学习、终身学习

——是为了实现自我！

我们需要学习什么、我们应该怎样学习？

怎样才算是“多才多艺”、怎样才能获得高效率的学习？

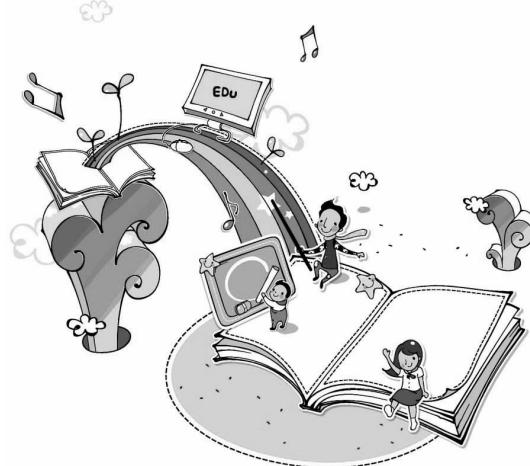
存在“人生的起跑线”吗？

我们的人生时时处处都是我们的起跑线！

只要你注意“事实、习惯、态度”的学习和养成

只要你遵从终身学习的理念！

你就会切身地体验到学习的快乐！



许多人做事喜欢从“三个 W”开始。从心理学角度分析，他们应该属于那种思维缜密，做事认真，爱学习的人。我们这本讨论学习的书，就是为爱学习的人准备的。按道理说并不是只有他们才热爱学习。但是，对待学习，态度是第一重要的。所以，无论你是什么样的人，缜密思考、态度认真就是学习开始的第一步。

“三个 W”，即“Why、What、When”。针对学习来说，就是：我们为什么学习？我们需要学习什么？我们在什么时间（时候）学习？我认为，这三个问题很好回答，而且、似乎并不需要回答。因为，不学习就不能生存；不管学习什么，只要你抱着认真的态度，都会是一种收获；至于什么时候，什么时间学习？回答就是——任何时间、任何地点，终身学习。

你可能会说，这样说太笼统，太“口号”了吧。是呀，对于“明白人”我们不需要解释太多，本身“明白人”就是因为很好地学习了，才变明白的。但是，这个世界上能有多少“明白人”呀？有彻底明白的人吗？没有！所以，我们还是要慢慢地、细细地讨论“三个 W”。

## 1.1 何谓“学习”，为什么要“学习”

有胆有识是成就伟大事业的基础，它们是永不磨灭的，所以也能够让你不朽。一个人掌握了什么样的知识，就会成为什么样的人。如果真的学识渊博，任何事情都难不倒他。无知的人就如同把自己困在一个没有光明的世界里。知识和勇气就好比人的双眼和双手，只有知识没有勇气的人，是不会有所作为的。

——《智慧书》(4)

我把这章的题目表述为学习是一件快乐的事情。也可以说，学习是为了快乐，快乐是为了生活，快乐的生活就是人生的全部意义。

### 1.1.1 学习是人的本能

刚出生的马驹要站起来。它用力把前面的两条腿伸直，支撑起身体的一部分。它开始活动后腿，用力一蹬，不但没有站起来，还来个“马趴”。它喘着气，重新爬正，前后腿一起用力，啊！站起来了，晃晃悠悠地站起来了！踉踉跄跄地站起来了，迈着步，走着，跑着，蹦着。这是一幕多么显明的学习、成长过程，又是一幕多么生动的生命本能活动。

人有意识，人的学习是人类超越生物的本能活动之一。如幼儿学走路时，他心里

已有了许多大人自由走来走去的活动情景，他很想知道走路的滋味。在大人们的鼓励和召唤中，他站在那儿往前探着身子，刚一迈步，噗的一声来个“马趴”，他也许摔疼了，哭了，但扶起来，他还要迈步！刚一迈步又来个“屁蹲儿”，孩子坐在那儿“琢磨”着，那眼神、那表情太有趣啦。孩子终于在跌跌撞撞中走一步、两步，直到学会跑步（图1.1）。

幼儿们的这种学习一直被人赞赏和羡慕，它体现了人类最本源、最和谐的天性。他们真是随时随地地学习，运用所有感官、能力、思想、情绪去学习，向周围的一切学习。他们毫无顾忌地吸取一切信息，不怕疼痛和失败，反复地练习。

本质上来说，学习就是身体的条件反射和大脑记忆的结合，因此可以把学习归为本能，这也是生物进化的一种方式。

然而，条件反射和记忆仅仅表述了先天性学习的需求。准确地讲，我们可以把学习分解为先天性学习和后天性学习两种。先天性学习以生存为单一目标，身体的条件反射和对环境的适应是它的主要特征；后天性学习以改善生存环境为目的，是通过积累、观察、整理和归纳而进行的。所以，先天性学习属于人和动物共有的本能，而本能是属于先天性行为；后天性（学习）行为，是需要对事物进行逻辑分析、判断，还需要对已掌握资料进行分析整理。所以，只有高智商的人类才能做到。

## 1.1.2 学习是生存和适应环境的手段

动物要在后天环境中求得生存和种群延续，首先要依靠先天遗传的种群本能行为，但这种先天本能只能适应相对固定或变化较小而缓慢的外界环境。所以，动物和人为生存下去，还必须通过学习获得个体经验。这种后天习得的行为经验可适应相对迅速的变化，与先天本能相比，其意义显然要重要得多。譬如，一只小羊羔通过不断地向羊妈妈学习，知道了哪里可以寻找到丰富的食物，知道了怎样躲避狼的追捕。如果小羊不学习，就不能适应不断变化的外界环境，也就无法生存下去。

然而，学习对个体生活的作用和重要性的程度，在各种动物之间的差异很大。越高等的动物，生活的方式越复杂（图1.2），本能行为的作用也越小，学习的重要性就越大。在低等动物中，习得的行为很少，获得的速度也很慢，学习对其生活可以说不起什么作用。例如原生动物刚出生不久，其一生中的大部分动作就已出现了，后天所需



图1.1 婴儿的学习能力是最令人赞叹的

要的反应也已大都具备。它们学习的能力很低,保持经验的时间也很短,因而学习的结果对它们生活的作用是很小的。

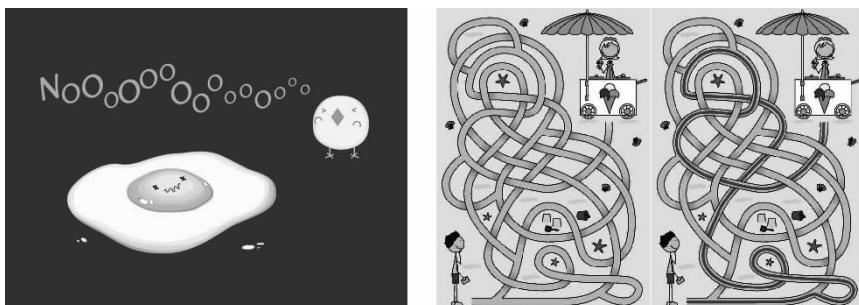


图 1.2 越高等的动物,生活的方式越复杂,就更需要学习

人是最高等的动物,生活方式极为复杂,固定不变的本能行为最少。人类行为的绝大部分是后天习得的,学习的能力以及学习在人类个体生活中的作用也就必然是最大的。人类婴儿与初生的动物相比,相对来说,独立能力低,天生的适应能力也低。可以说,离开父母的养育,婴儿是无法生存下去的。但是人类却有动物不可比拟的学习能力,可以迅速而广泛地通过学习适应环境。如,种植谷物,获取粮食,靠的是学习;战胜毒蛇猛兽等天敌,对付可怕的瘟疫,靠的也是学习。总体来看,人和自然界的其他动物如狮子、老虎甚至麻雀相比,很多方面都处于劣势,人能够成为万物之灵,靠的就是学习。有句国外的名言,叫做“不学习就灭亡”。1972年联合国教科文组织国际教育发展委员会发表著名的研究报告,题为《学会生存》,就把学习同生存直接联系在一起,可见学习对人类的重要性。

有时候,为了向学生强调学习和智慧的重要性,我会问他们一个问题:人跑的没有驯鹿快,人的力量没有大猩猩大,人跳的没有猴子高。那为什么我们是哺乳动物圈里的“领袖”呢?! 大家都会下意识地去指指自己的大脑。好吧,难听的来了……是呀,人是凭借高容量的大脑,才体现出比其他动物的“高贵”。可是,如果一个人不去使用他的大脑,那就只能是——连“畜生”都不如。

### 1.1.3 学习可以促进人的成熟

随着年龄的增长,人的生理和心理会逐渐成熟。但成熟并不是完全脱离环境和学习影响的纯自然过程。学习对成熟的影响作用,首先得到了动物心理研究的支持。许多心理学家的实验研究发现,动物,尤其是初生动物的环境丰富程度,可以影响其感官的发育和成熟,也会影响其大脑的重量、结构和化学成分,从而影响其智慧的发展。

一个具体的实验是这样进行的,实验者将幼鼠分成三组:对第一组给予丰富刺激,使它们的反应越来越复杂;让第二组在笼中过着正常的生活;第三组与环境刺激完全隔离。80天之后对三组幼鼠进行解剖比较分析。结果发现,在大脑皮层的重量和密度方面,第一组最优,第三组最差;在与神经冲动的传递密切相关的乙酰胆碱酯酶方面,三个组也呈现重大差异,第一组含量最丰富,第二组次之,第三组含量最少。第一组和第三组相比,在4~10周的实验中,前者大脑皮层的重量与厚度增加,神经胶质细胞数量增多,神经突触增大或增多,乙酰胆碱酯酶含量更丰富且活动提高,核糖核酸和脱氧核糖核酸的比率也有所改善。

关于人类学习对成熟的促进影响,儿童心理学家认为,可以通过技能的练习来促进儿童的成熟。“儿童年龄渐长,自然及社会环境影响的重要性将随之增加。”

关于对初生婴儿眼手协调的动作训练的实验研究说明了学习和训练对成熟的促进作用。经过训练的婴儿,平均在3.5月时便能举手抓取到面前的物体,其眼手协调的程度相当于未经训练的5个月的婴儿的水平。这就说明了学习、训练对成熟的促进作用,学习促进了潜能的表现和能力的提高。有学者的研究表明,在婴儿出生后的四五年里,除了营养条件外,缺乏适当的学习训练或教育不当,也会给脑的发展带来不利的影响。

有人研究聋哑人死后的大脑皮层,发现控制视听器官的部位趋于萎缩;对先天盲人复明后进行测验,发现他们眼运动不规则,难以集中注意于一点,不能精确地区分圆形和正方形。印度狼孩卡玛拉回到人类社会时虽然大约已七八岁了,但智力水平仅相当于6个月的婴儿;她死时大约16岁,可只相当于三四岁幼儿的智力水平。所有这些研究与事实说明,早期的学习、训练以及相应的文化环境,对人的感觉器官和大脑等机体功能的发展是有着一定影响的。

据此,对儿童的帮助,要以其成熟程度为依据,又绝不能等待成熟。应该在合适的“生长点”上将恰当的学习内容、合理的训练方法和教育方式结合运用,促进其生理和心理的成熟。

人文素质和文化修养是人的成熟的标志之一,学习可以提高人的文化修养。人类在社会历史发展过程中创造了大量的物质文化与精神文化,特别是精神文化,如文学、艺术、教育、自然科学等方面的成果尤其需要我们通过学习去获得,以提高自己的文化素养。缺乏一定文化素养的人不能算作真正健全的人,现代社会的新型人才必须是具有较高文化素养的人。

心理成熟是一个人成熟的标志。学习可以优化人的心理素质。一个现代社会的新型人才,应该具备诸多方面的良好心理素质,如高尚的品德,超凡的气质,敬业的精神,目标专一的性格,以及坚韧不拔的意志,等等。现在说得最多的一句话不就是:你的智商(Intelligence Quotient, IQ)要高,这是必需的,更必需的是你的情商(Emotional

Quotient, EQ)也要高。这些都可以通过学习来达到。正如萨克雷所言：“读书能够开导灵魂，提高和强化人格，激发人们的美好志向，读书能够增长才智和陶冶心灵。”

### 1.1.4 学习是文明延续及发展的桥梁和纽带

美国著名民族学家，原始社会历史学家摩尔根认为，人类社会的历史可概括为三个时代，即蒙昧时代、野蛮时代和文明时代。在蒙昧时代，人类世代地生活在热带或亚热带的森林中，以野生果实、植物根茎为食，还有少部分栖居在树上。随着地壳的变化，气候的改变，人类不得不从树上移居地面，学会了食用鱼类、使用火、打制石器、使用弓箭、磨制简单工具等生存的本领，世代相袭。到了野蛮时代，人类又学会了制陶术、动物的驯养繁殖和植物的种植。这一时代的后期，还学会了铁矿的冶炼，并发明了文字，从而使人类历史过渡到文明时代。

由此看来，人类文明的延续和发展，就如同一场规模宏大而旷日持久的接力赛（图 1.3）：前代人通过劳动和生活获得维持生存和发展的经验，不断总结，不断积累，不断提高，形成知识和技能，传给后人；后辈人在学习前人经验的基础上，进行进一步丰富和提高，以适应时代与环境的变迁。如此代代传递，便形成了一部人类文明延续发展的历史。



图 1.3 学习是人类知识传承的重要手段

显而易见，野蛮时代的人类如果不世代相袭地向先辈学习使用火，就只能像自己的祖先一样过着茹毛饮血的生活；文明时代的人类如果不世代相袭地向先辈学习畜牧业和农业，也只能像自己的远祖一样靠现成的天然产物为食。

另外值得注意的是，由于人类文明在一定意义上存在加速发展的趋势，所以学习活动对人类社会的作用更加明显。

18 世纪的技术革命以蒸汽机的出现为标志。那时，格里沃斯、纽科门、瓦特等革新能手，通过学习，掌握物理学、机械学等知识，设计、制造、试验，最终发明了蒸汽机。

19世纪的技术革命以电力为标志。而这一新生产力的创造是无数人学习、创造的结晶。奥斯特发现电生磁,法拉第发现磁生电,建立电磁感应定律,麦克斯韦又建立电磁理论,西门子发明发电机,德普勒研制出高压输电技术,等等,从而促使人类进入电力时代。20世纪以电子计算机、原子能、空间技术为标志的新技术革命,又一次证明学习的巨大促进力。当前的信息时代,我们只要考虑一下这个事实:以极便宜的价格买到性能优良的个人电脑,自由地在网上漫游,不出门而立知天下事,就不能不惊诧于科学技术给现实生活带来的巨大变化,不能不心悦诚服地承认学习对我们人类的文明与进步的重要作用。

### 1.1.5 推动学习的四种力量

进入21世纪,人类和社会的发展速度都到了“无以复加”的程度。学习对我们的作用更大、学习也变得更加重要、更加受欢迎。它们最强烈的体现在推动学习发展的“四种力量”——新知识、新闲暇、新失业和新个人道德。

#### 1. 获得新知识

知识的更新程度早就令很多人“瞠目结舌”了,广播电视、互联网、报纸杂志都在反复地强调。人们正在越来越快地发现前所未有的、令人震撼的事实真相。各种新鲜事一天天与日俱增。没有人能阻止它,也没有人能深刻领会它。

你读过莫言先生最新的作品吗?使木材马上具有防水和防火功能的新型化学物质怎么样?在远离亚马孙河上游源头处发现的石油如此丰富,甚至所有南美国家的政治都将因它而改变。如今人们在说,是震动引起了恒星的形成和分解……你愿意和自己的同代人保持联系吗?如果愿意,就必须学得更快更多。不出一年,你就会揭开比亚里士多德一辈子了解的还要多的事实真相!

#### 2. 享受新闲暇

海量的信息传递、不断提速的交通能力、更高效率的工具,都在为我们创造出更多的“新闲暇”。我们已经对此并不陌生,甚至认为是理所当然的现象。然而,它也变成了一件多么令人难以理解的奢侈品!愕然、惊奇、讨厌,这都是人们对“新闲暇”的态度!在休闲方面的多数问题,社会传统都无法提供满意答案。

从手工劳动者到工业巨头和大学校长,工作日都正在缩短,假期延长了。人的智力不过才刚刚开始向文明社会渗透,而一个独立的想法就能自动以迅雷不及掩耳之势向整个世界弥漫,一转眼便能改变商业、制造业、信息产业、人类社会……许多事物威胁和破坏着社会的进步,新闲暇就是其中之一。而正是这些社会特征,使文明人处

于比原始人更高的层次。据说，“衡量文明的标准，就是放弃眼下享乐留作将来备用的能力”。但是，已经从世世代代劳动者和思想家身上得到回报的新闲暇，几乎看不到眼前有什么值得为之奋斗的东西；因此它便停下来，沉湎于短暂的欢乐。而一辈子沉湎于这种闲暇似乎是不值得提倡的——即便是对一头猪也是如此。为了躲避这一灾难，从长远来看只有一种办法可以解脱：必须在勤奋地工作和有益的娱乐之间“调和”出自己优秀的品格，这就需要“与时俱进”不断地学习。

### 3. 应对新失业

第三种力量即新失业，它似乎还没有在现代社会中整体地显现出来。但是，新时代的来临，使得各个行业都在发生着深远的变革，使工程师每天都在失去工作岗位，而他们曾经是这些领域的行家。文明的社会也给我们带来了“文明的”发现：要想雇用那些在工作中能充分显示才华、欣然承担责任、甘愿付出体能的人，已经越来越难了。工业化的发展导致了所谓的“技术性失业”，现在，我们又必须加上时代发展速度的提升导致的“发展性失业”。看看那些知名企业的招聘广告，几乎都有一条赫然在列——有工作经验的优先考虑，怎样才能有工作经验呢？什么工作才最适合我们，或者说什么工作才需要我们呢？所以，我们需要不断地学习新经验、训练新技能，因为，我们永远不知道什么时候我们就不得不去学一门新的职业（图 1.4）。



图 1.4 要在每个碗里都有我们的“肉”

### 4. 培养新的个人道德

第四种力量是新的个人道德。这听起来有些奇怪，但它代表的东西能立即获得你和大众的认可。越来越“平等的”社会，意味着每个人越来越具备个性化的发展和个人道德。大众化的“社会进步”、虚伪的爱国主义、哗众取宠的体育金牌、只是代表“什么的”GDP。越来越被看成是整体的社会道德败坏。我们总是渴望能有一批批的“社会精英”具备高尚的社会品质，这样我们就需要相信：想真正活着的人，必须竭尽全力培养最高尚、最优秀的个性特征。构成社会的个性基数。总之，要想充分发挥潜能，首先必须搞清自己的爱好和天赋。这是一个人必须做的，只有系统地、愿望强烈地这样做，才能最大限度巩固你的优点。于是，我们开始学习，越来越多地渴望培养独立个性、在某些行业领域得到最大乐趣、取得最大成就的人，正在受到知识的感化。

## 1.2 “学以致用”真的那么“现实”吗

多才多艺,拥有许多优异才能的一个人,抵得上许多人。他把生活的乐趣传递给朋友圈里的人,从而丰富别人的生活。众多优异才能给生活增添了快乐。从一切美好的事物中受益是一门伟大的艺术。既然自然让人类浓缩了它的精华,发展至最高层次,那么就让艺术培养人的品位、训练人的才智,在他们身上创造出真正丰富多彩的微观世界吧。

——《智慧书》(93)

比陆地宽阔的是大海,比大海宽阔的是天空,比天空宽阔的是人的内心世界。我们总爱说——知识的海洋,你现在打开电脑,随便找一个搜索引擎,去搜索一个你需要的知识(点),迎面扑来的信息何止于海洋。所以,信息社会的学习更注重于知识的“选择”,而不在于知识的“积累”。我们从几个有趣的小故事开始。

### 1.2.1 九则小故事

#### 1. 三个旅行者

三个旅行者早上出门时,一个旅行者带了一把伞,另一个旅行者拿了一根拐杖,第三个旅行者什么也没有拿。晚上归来,拿伞的旅行者淋得浑身是水,拿拐杖的旅行者跌得满身是伤,而第三个旅行者却安然无恙(图 1.5)。于是,前面的旅行者很纳闷,问第三个旅行者:“你怎会没有事呢?”第三个旅行者听后笑笑说:“当大雨来时我躲着走,当路不好时我小心地走,所以我没有被淋湿也没有跌伤。你们的失误就在于你们有凭借的优势,认为有了优势便少了忧患。”



图 1.5 我们需要学习什么?态度永远是第一位的!

三个旅行者的故事告诉我们要先学习对待事物的态度。机遇总是倾向于有所准备的人，而心态的准备永远是首要的。

## 2. 赢得起，也输得起

一次残酷的长跑角逐。参赛的有几十人都是从各路高手中选拔出来的。然而最后得奖的名额只有三个人，所以竞争格外激烈。一个选手以一步之差落在了后面，成为第四名。他受到的责难远比那些成绩更差的选手多。“真是功亏一篑，跑成这个样子，跟倒数第一有什么区别？”这就是众人的看法。这个选手若无其事地说：“虽然没有得奖，但是在所有没得到名次的选手中，我名列第一！”

“重在参与”？我不想说这句话，一是这也太阿Q了，二是人生的机遇有限，我们不能都只是“参与”。有句话说：失败是成功之母、经验是成功之基。我们要说锻炼了意志、获得了经验。关键是告诉我们：人生中，输和赢都是需要学习的！

## 3. 不被接受的礼物

佛陀碰到一个不喜欢他的人。那人用尽各种方法诬蔑、诋毁佛陀。最后，佛陀问那人：“若有人送你一份礼物，但你拒绝接受，那么这份礼物属于谁呢？”那人答：“当然属于送礼的那个人。”佛陀笑着说：“没错。若我不接受你的谩骂，那你不就是在骂自己了吗？”于是，那人摸摸鼻子走了。

只要心理健康，别人怎么想、怎么看都影响不了我们。若我们一味地在乎别人的想法或说法，为人处世就会失去自主性。所以，要学习如何正确地看待自己以及正确地看待别人的评价。

## 4. 每秒摆一下

一只新组装好的小钟放在了两只旧钟当中。一只旧钟对小钟说：“来吧，你也该工作了。可是我有点担心，你走完三千二百万次以后，恐怕便吃不消了。”“天哪！三千二百万次。”小钟吃惊不已。“要我做这么大的事？办不到，办不到。”另一只说：“别听他胡说八道。不用害怕，你只要每秒滴答摆一下就行了。”“天下哪有这样简单的事情。”小钟将信将疑。“如果这样，我就试试吧。”小钟很轻松地每秒钟“滴答”摆一下，不知不觉中，一年过去了，它摆了三千二百万次。

要学习做事，学习做“小事”，学习“一步步”地做事。

## 5. 为何而学

某机关有个人老是闷闷不乐好像很难过。办公室有个新来的同事，觉得很奇怪，便问他为什么难过。他说：“我怎么不难过？年轻时，我的上司爱好文学，我便学着作诗、写文章，想不到刚觉得有点小成绩了，却又换了一位爱好科学的上司。我赶紧又改学数学、研究物理，不料上司嫌我学历太浅，不够老成，还是不重用我。后来换了

现在这位上司,我自认文武兼备,人也老成了,谁知上司喜欢青年才俊,我……,我眼看年龄渐高,就要被迫退休了,一事无成,怎么不难过?”

经常听到某个人(同学)诉说某门功课没有学好的理由:不喜欢那个老师,不喜欢那个课本,不喜欢……我们究竟为什么而学习?学什么?小目标而言是为了我们自己,学习生存的技能;大目标而言是为了社会,学习是人类知识传承的必要手段!为了别人“高兴”或者“不高兴”,而学什么、不学什么,他首先就不具备独立的人格。

## 6. 变如果为“马上”

美国有位心理医生,在他退休的时候著作的病例就有3000多种,医生的成就让人钦佩。可他的所有学生们不愿让他离开,请求他做最后一次演讲。这位心理医生没有说太多,他说:“我们人人都是自己的医生,我们就是太放纵。”人生最大的障碍就一句话:“如果”,人们总在说:如果时光可以倒流,我将会如何如何,如果我要不那么做就好了,等等,根治这一疾病的处方就是把“如果”改成“下一次”,下一次我一定如何如何,下一次我会做好的。人生路很漫长,唯一没有的路就是回头路,我们要把上一次的挫败当作下一次的经验,这样才能走出人生的辉煌!

现在是中国的又一个“马年”,我想,我们是不是更“激进”一点,心理医生说把“如果”改为“下一次”,我们统统改为——马上!

## 7. 和尚过河

老和尚携小和尚游方,途遇一条河,见一女子正想过河,却又不敢过。老和尚便主动背该女子趟过了河,然后放下女子,与小和尚继续赶路。小和尚不禁一路嘀咕:“师父怎么了?竟敢背一女子过河?”一路走,一路想,最后终于忍不住了,说:“师父,你犯戒了?怎么背了女人?”老和尚叹道:“我早已放下,你却还放不下!”

君子坦荡荡,小人常戚戚;心胸宽广,思想开通,遇事拿得起、放得下,才能永远保持一种健康的心态。心灵净化的学习尤其重要!

## 8. 授人以鱼/渔/欲?

一位游人旅行到乡间,看到一位老农把喂牛的草料铲到一间小茅屋的屋檐上,不免感到奇怪,于是就问道:“老公公,你为什么不把喂牛的草放在地上,方便它直接吃呢?”老农说:“这种草草质不好,我要是放在地上它就不屑一顾;但是我放到让它勉强可以够得着的屋檐上,它会努力去吃,直到把全部草料吃个精光。”很多人持有“便宜无好货”的观点,明明是物美价廉的优质商品,如果你免费赠给他,他可能怀疑这是假冒伪劣品。授人以鱼,不如授人以渔;授人以渔,不如授人以欲(图1.6)。

这个故事我们听过了不知有多少次,多少个“版本”。一直对怎样才能授人以渔,感觉不是能很好地做到。现在的这个太好了,授人以“渔”是很难做好,但是授人以



图 1.6 授人以鱼/渔/欲?

“欲”，“忽悠”别人，大家都很擅长吧。我们要培养学习的欲望！

## 9. 跳上月球

有个妈妈在厨房洗碗，她听到小孩在后院蹦蹦跳跳玩耍的声音，便对他喊道：“你在干嘛？”小孩回答：“我要跳到月球上！”你猜妈妈怎么说？她没有泼冷水，骂他“小孩子不要胡说”或“赶快进来洗干净”之类的话，而是说：“好，不要忘记回来喔！”这个小孩后来成为第一位登陆月球的人，他就是阿姆斯特朗。

人的一生一定要努力避开一种人，那种时常泼你冷水的人。“热忱”就是一种热情，一种对人的热情、对事情的热情、对学习的热情，还有对生命的热情。人的热忱如果被浇熄了，真是很可惜的事。

这个故事是“编”出来的吗？听说，贴在哈佛图书馆的“校训”就是“编”出来的。这些我们不用去管，我们只是知道学习能让我们热情地去学习我们想要的东西就可以了！

### 1.2.2 人生的起跑线

别让孩子输在人生的起跑线上！这句话，现在已经很少有人提了。可是，它依然是“忽悠”了很多人。第一次听到这句话，就让我想起了一件事情。西方星占学的生辰占星术中，分有两个派别，主要的区别就在于如何确定人的生辰时刻。一种是从“你”进入妈妈肚子开始，也就是计算受精的时刻；另一种是“你”从妈妈肚子里出来开始，就是计算“出生”的时刻。我想，历世几千年的“星占学”都不能精确地确定人生从何时开始，那某些人是如何“规定”人生的起跑线的呢？话又说回来，我们的人生有起跑线吗？如果说有，那就应该说，人生的每时每刻都是我们的起跑线；如果说没有，那就应该说，我们是每时每刻都要跑在人生的正确的道路上。

这样就带出了一个问题，我们，尤其是针对少年儿童，究竟什么该学？什么不该学？！

有些人学习是因为别人都在学，有些人是因为天生喜欢，有些人是为了安身立

命。孩子们是什么都不懂的,漫长的学生时代,大多的选择由家长作出。家长们满怀着各种希冀,为孩子思前想后、百般操劳。他们的种种苦心,最是能让人感动连连。然而善意不一定能结善果,在做选择的时候,满腔的爱是不够的,弄清楚自己在做什么,为了什么,才能更好地达到目的。

那我们应该学什么呢?孩子们应该学什么呢?

首先是态度。前面的故事是不是都很值得回味?它们有一个共同的特点,就是,人生的态度决定了人生的高度。孩子们的态度怎样培养?答案是——习惯!心理学家告诉我们,人的一生中,超过90%的时间、经历是由习惯所支配的。行为心理学家甚至做过一项测试:大多数人的某个“习惯”,不管是好的习惯还是坏的习惯,只需经历26天就可以养成。换句话说,一件事情你重复做26天,第27天你不做了,你会感觉到——不习惯!所以,每当学生的家长咨询到我(尤其是小学生),孩子上学时应该注意什么?我的回答就是培养他良好的习惯——学习的习惯、生活的习惯、待人接物的习惯。具体到学习就是那三句老话:上课认真听讲,按时完成作业,认真对待考试。

其次是技能。学习(教育)的首要目的是教会孩子立足社会的本事。学习不是为了找到工作,但学习了那么多年找不到工作养不活自己,确实是大大的悲哀。学校给了孩子一方净土,以便他们修炼成才,往后在社会里闯荡。一个人需要有谋生的能力、与人交往的能力、自我保护的能力等,这些都是学习(教育)的任务。

再次是丰富的感觉。孩子们得学会感受生活。所谓君子不器,没有家长会愿意自己的孩子将来过着机器般的生活。一个人活得精彩,心灵的富足很重要。美丽的图画,优雅的音乐,甚至是数字的规律,语言的抑扬,都能给予人美好与快乐(图1.7)。有些快乐是出于本能体会到的,更多的快乐却是通过学习才懂得欣赏的。博学之人活得丰富,他们或兴趣广泛,或情有独钟,却总能在所爱、所钻研的事物里获得快乐。



图1.7 感受丰富多彩的生活

生活中的许多点滴,也需要我们有一颗善感的心。学习(教育),也要让孩子们爱上生活,去发现人世间的美与好。

再者就是爱思考的头脑。神奇的自然规律,规矩的社会法则。大到宇宙,小至水滴,都充满了奥妙与哲理。太多的事情需要思考。思想和意识是最难以驾驭的,但它们是最珍贵的。不是每个人都要成为哲学家,但每个人,都应该有自我,都应当有自己的生活。学习(教育)给了孩子寻找自我的途径。

最后是人格。能活出自己风格和人格的人是少数。可我们依然觉得学习(教育)可以发现、改变、提升一个人的人格。

听起来有点玄乎,似乎很空洞。但是,时光一去不返,关于孩子的每一次选择,都需谨慎,更应及时。分数、名次、荣誉很重要,真的很重要。如今的教育体制让我们不得不承认这些东西的重要性。然而,一切过后,当走出校园后,真正剩下的是什么?不会有人追究你过去风光与否,不会有人关心你当年怎样过关斩将,大家只能感受到眼前的你,你的性格、你的能力、你的态度、你的风度。教育不是培养做题机器、考试天才。题目只是手段,不断地学习才是整个人生。

学习是一个复杂的过程,有明显的学与教,也有潜移默化的教与学。知识是教不完的,也没有教完的必要。能力和态度,才是核心。只不过这两者过于抽象,既没有分数予以量化,也排不出名次分不出高下,便渐渐成了形而上的托词。其实,如果孩子开朗、健康,对生活充满向往,会为了自己渴求的付出,他的学习一定是成功的,他受到的教育一定不是失败的。

我们需要学的很多,多得天花乱坠,渐欲迷眼。然而剥去层层外衣,最本质的,也就是几个简单而质朴的字:学会做人。

### 1.2.3 多才多艺

我们这一节开头的《智慧书》中提到:多才多艺的人,会给自己和他周围人的生活带来快乐!

那么怎样才会被称为多才多艺呢?字面的解释是:文武双全、全知全能。实际上,多才多艺本身就有着很大的相对性,比如,一个小学生的眼里,大学生的哥哥、姐姐当然是多才多艺啦!再有,具备多少才艺才称得上“多”呀!这些个可以说都没有定论,然而,如果你能持续地、多方位地、努力地去学习,相信你就是众人眼里“多才多艺”的那个人!

“格物、致知、正心、诚意、修身、齐家、治国、平天下”,孔老夫子似乎告诉了我们多才多艺应该是一个怎样的人。

数理逻辑、语言、空间感、肢体运用、音乐、个人内省和人际交流,被称为人类的

“七种智能”。

我们是不是有了方向！能够完全具备其中智能的人是少之又少，但是，我们每一个人从出生开始以下的六种技能或称之为学习艺术是应该学习的。

人类在婴儿时期要学习肌肉运动，走来走去并触摸周围的物体。这就带出了我们应该最早学习的两种技巧（技能）：第一，学习最低身体层次的自我管理艺术；第二，学习操纵客观物体的艺术。随着神经系统的不断发育，我们接下来要学习用符号（通常为语言表达）来交流。为了做到这一点，我们必须领会很复杂的抽象联系，而且要具有概括能力。这是我们都要学习的第三种人所特有的专门艺术。可惜，从来没有人能完全掌握它，带给我们的经常是措辞混乱和造成尴尬的局面。不过，这也促使我们去不断地学习。

发展语言交流能力的同时，我们也在学习（发展）我们的人际交流能力。这是我们都要学习的第四种专门艺术。它会涉及一个人对自身的态度、话语能力和情感持续时间的控制技巧。这可以称之为是一门运用到极致的社会工程艺术。从来没有人能炉火纯青地运用它，在这门艺术面前我们所有人都是“小儿科”、“小学生”。学习和掌握这门艺术，要涉及社会学、心理学等多方面。

第五种被称为“普通的抽象联系艺术”，比如数学中出现的抽象关系及其在工程学中的运用方式。它们涉及对物质世界的科学思考和艺术体认的学习，会通过观察、统计分析和严格控制的测试来达到学习的目的。

第六种也是最后一种（其实并不是最后要学习的）艺术，就是对特定艺术的学习，如诗歌、雕刻、绘画、音乐等。此时的学习趋向于专门化，所以，并非一定人人都要掌握它。

不过，七种智能也好，六种学习艺术也罢，感觉还是有一些抽象、空洞。能具体一些吗？告诉我们最需要学习什么？！这个，真的不能，或者说是很难的。因为，第一，学无止境；第二，人各有志；第三，每个人的主观条件、客观条件的差异可谓大矣！一定要说出一些什么的话，我们可以列举出，三种长期存在的东西和三种有益存在的东西。三种长期存在的东西：地理学、心理学、数学；三种有益存在的东西：一种体育锻炼手段、一门艺术、一门外语。

为什么一定是这六门“功课”呢？真的不为什么。我想它们所体现的应该是人（类）的一些共性的东西。不过，最新的“脑科学”研究表明，这六种“东西”的学习能够很好地促进脑发育、脑健全。

我们总是说：“身体是革命的本钱。”是呀，随着年龄的增长，你会越来越体会到身体健康的重要性。起码，你如果三天两头地跑医院，你还有时间做别的事情吗？再有，我们总是说，人需要“精、气、神”，神清气爽学习的效率也会提高。

一种锻炼手段，哪一种呀？这完全是因人、因时、因地而异，只要能起到锻炼身体

的效果,哪怕你参加的就是大妈们的“广场舞”呢(但愿不扰民)!一般来讲,对身体锻炼最能起到均衡效果的运动有两种,即游泳和爬山(图 1.8),它们尤其适合于想锻炼身体、减肥,而又怕锻炼“过度”使身体“畸形”的爱美人士。



图 1.8 参加一项体育锻炼,最好是集体项目

锻炼身体的另一个问题,就是如何坚持。这真的是一个问题,怎样才能坚持呢?三点要注意,第一,选择一种你自己喜爱的体育项目,比如,学生选择篮球就比较合适,一是看完“NBA”,你会不由得产生到球场打球的冲动;二是,打篮球,很容易找到志向相投的“小伙伴”。如果能组织起一支自己的球队,如果还能经常战而胜之,相信就能坚持下去。第二,参加一项“最”适合自己的,这里的“最”我们指的是你的主观和客观条件。如果你就住在山脚下或者大海边,你最应该坚持的锻炼方式不就很清楚了吗?第三,人都是有从众心理的,尤其是男人。所以,你可以去参加某一个健身俱乐部、某支球队、某一个团体,让自己的集体荣誉感产生效应。

学习(掌握)一门艺术(图 1.9),广义地来看,可以开发个人的学习潜能。即便是为了即时可行的目的,也可以掌握一种自娱自乐,甚至表现自我能力的一种手段。教育家为我们总结了艺术教育会给人们带来的 10 大好处。

(1) 想象力和创意的开发:艺术的表现形式开朗奔放,艺术教育鼓励人勇于创新,学习以不同的角度思考和做事,想法不受传统束缚,适应激烈转变的社会和智慧型经济体系的人才需求。

(2) 提高毅力和解难能力:艺术能提高人的毅力,人们在学习艺术时会不断地尝试新的方法以达成目标。

(3) 专注力的培养:艺术创作对人有很强的吸引力,在色彩和不同材质的引导下,会慢慢培养出专注力。

(4) 延迟满足的能力:艺术创作需要一个或长或短的过程,我们在过程中看见自己的作品一步步地走向完美,从中学习到延迟满足的耐性,而非要求什么都要立刻取得。



图 1.9 学习(掌握)一门艺术

(5) 与社会沟通互动的能力：艺术创作鼓励交流，共同创作，同时增强人的表达能力，利于培养我们在社会上与其他人沟通和互动的能力。

(6) 达成目标能力：所有艺术和手工艺的创作过程都能够促进我们达成目标的能力，学会不半途而废。

(7) 计划性：绘画艺术里运用到大量几何、对称图形的运用；形体艺术讲究全身心的协调合作；表演艺术提高我们对自我和环境的协调、掌控能力。都会有效地提高我们的逻辑思维能力和条理性等。

(8) 自我表达：艺术作品是人们表达自己情感体验与生活经历的最直接的途径之一，创作过程是利用非语言性的工具，把自己对周围事物的感知，还有潜意识内被压抑的感情与冲突全部都呈现出来。

(9) 开阔的视野：艺术开放自由的特色，让我们勇于面对评判，接受别人的意见，利于建立开阔的视野。

(10) 自我形象的建立：在艺术的领域里好与坏的界限很模糊，创作的成果能够帮助我们建立自信，更好地认识自我。

学习一门外语(图 1.10)，给我们带来的好处，更加显而易见了。就拿英语来说吧（据说，掌握了一门外语，再去学另一门，相当容易），考试、求职、升职、旅游都少不了它。粗略来看，起码有五大好处。

## 1. 知识和信息通道

当今社会，最明显的体现在以下的三个方面。

### (1) 互联网

互联网上大部分的网页都是使用英语。每天都在传播着无限的信息，其中一些要求读者会英语才能理解。熟练的英语可以让你与来自世界各地的人在聊天室里交谈，发邮件和享受其他服务。



图 1.10 学习一门外语

### (2) 新闻

我们收听到的国际新闻一般都是用英语广播的,比如 CNN 和 BBC,其每天的更新速度比局域网还要快。如果你懂英语,那么就可以迅速掌握瞬息万变的世界。同样地,世界上很多国际性报纸也是用英语来书写的。

### (3) 科技

几乎 90% 的科技期刊都是用英语撰写的。因此,如果你想了解现在的科技世界,先把英语学好吧。对于精通行业英语的专家们而言,能够和全球的同行无障碍交流领域知识将是多么有益。

## 2. 职业

外语能力和职业的关系,下面的两个方面相信大家都有体会。

### (1) 提升你的职业生涯

如果你想在商界一展拳脚,英语绝对是一件制胜法宝。我们都要同那些说英语的国家互通贸易,因此英语也作为一种通用语言而被大部分国家使用。墨西哥的工程师通过英语从他的中国朋友那里得到了技术帮助,这种事情现在已经很普遍了。如果你精通英语,那么你就可以从美国的技术人员和专家那里得到对公司有益的支持。你也可以与那些把英语作为商业语言的国家做生意。现在很多公司都把员工的英语水平作为薪水的支付标准。

### (2) 求职

英语是块敲门砖,帮助你获得很多来自全世界的公司提供的好工作。同时,如果你会英语,在你自己的国家里找工作并不是一件难事。拥有双语技能会让你的简历看起来更有吸引力。如果你能说一口漂亮的英语并且读写能力很强,你获得工作机会的几率将会比别人大得多。

### 3. 娱乐

英语很好,起码可以欣赏“原版”的美剧吧!

#### (1) 书籍

懂英语的人可以看美国人写的书,英国、澳大利亚、新西兰等国人写的书,根本不需要翻译直接就可以享受原汁原味的文化。很多经典小说也是用英语写的,比如莎士比亚的著作。

#### (2) 杂志

世界上一些著名的杂志比如《Time》和《Cosmopolitan》都是用英语出版的。

#### (3) 电影

看原版英文电影不需要看字幕了。很多好莱坞电影的名字和英语电影对白经过本国语言翻译以后都失掉了它原有的味道了。这也是为什么总是好莱坞大片获得奥斯卡大奖?电影英语也是一门艺术。

#### (4) 音乐

学会了英语,你就可以理解那些你喜欢的英语歌曲到底在唱些什么。美国和英国的音乐是世界上最流行的音乐了,一些音乐家们还是想通过歌词来表达思想而不仅仅是音律本身。

### 4. 旅行

学会英语以后,你就可以去那些说英语的国家旅行了,比如美国、加拿大、英国和澳大利亚。当然,你也可以用英语跟欧洲和亚洲以及全世界国家的人们进行交流。全世界有一百多个国家说英语,在有些国家英语还是唯一的交流语言。能够说英语,问路就不再是一件难事了。另外,去一个陌生的国家旅行,旅行手册能帮你大忙,但是,旅行手册大多是用英语写的。如果你能听得懂别人说的话,理解周围发生的事情,那么你的旅行将会更有收获。有什么比在一家高雅餐馆里看不懂菜单里的牛排更令人觉得尴尬呢?

### 5. 个人满足感

学会一门语言的确使人感觉有满足感。直接看英文电影、英文小说本身就是一种“自我陶醉”。如果一位来旅游的英语国家朋友需要你的帮助,然后你用英语准确地告诉他一些重要信息,这些难道不令人觉得高兴吗?告诉你的朋友你正在听的一首英文歌讲述的内容,不也是一件快乐的事吗?

在一个英语国家旅行时,能够用英语无障碍交流会让人觉得满足。当你结束一段谈话,潇洒地离开并对自己说“哈哈,那家伙说的什么我都知道”,这个时候你会觉得自己是多么酷!

如果告诉你，在校大学生中，有超过三分之一的人分辨不清方向，尤其是女生，你会感到吃惊吗？很不幸，这是事实。我开设“天文知识基础”的选修课已经 12 年了，每个学期的学生都过百。每个学期最少有 2、3 次我要带他们去“辨认星空、熟悉星座”。当我说到太阳、星星的东升西落时，总是有人在问：“老师，哪边是东呀？”最初我的感觉是，你好调皮，这个时候和老师开玩笑。然而，可悲的是，他（她）是真的不知道……我只能说，麻烦你每年的春分、秋分两天早点起床，去看看太阳从哪里升起，那里就是东……

地理学的重要性很容易被大众忽视，实际上，我们留意一句话，你就能明白我们大家都应该学习、学好地理学。记得那句话吧——一方水土，养一方人。这就是说的地理，由此延展开来的，就是人文，就是社会，就是人生。我经常给人推荐一本书《房龙地理》，去读读吧，那根本就是地理、人文、历史、社会、政治、经济的“大杂烩”。而且是你一定喜欢吃的“大杂烩”。

而地理学并不是简单的辨识方向，它包含了整个的地球科学（图 1.11）。相信人们对“2012 年世界末日”还记忆犹新吧。如果你了解地球，熟知地理学，你就不会相信（或者是将信将疑）那些骗人的把戏。地理学能够让你了解地球，地理学能够让你了解世界，地理学还能够让你了解身边的东西——为什么你身边的水土养育了你这样的人，地理学还能让你成为“博学之士”，有句话不是说“上知天文、下晓地理”吗！



图 1.11 学习地理学可以让你成为“博学之士”