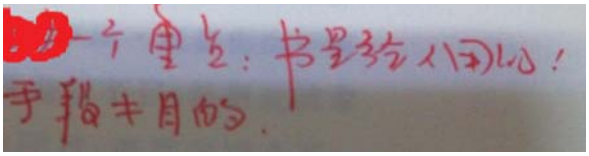
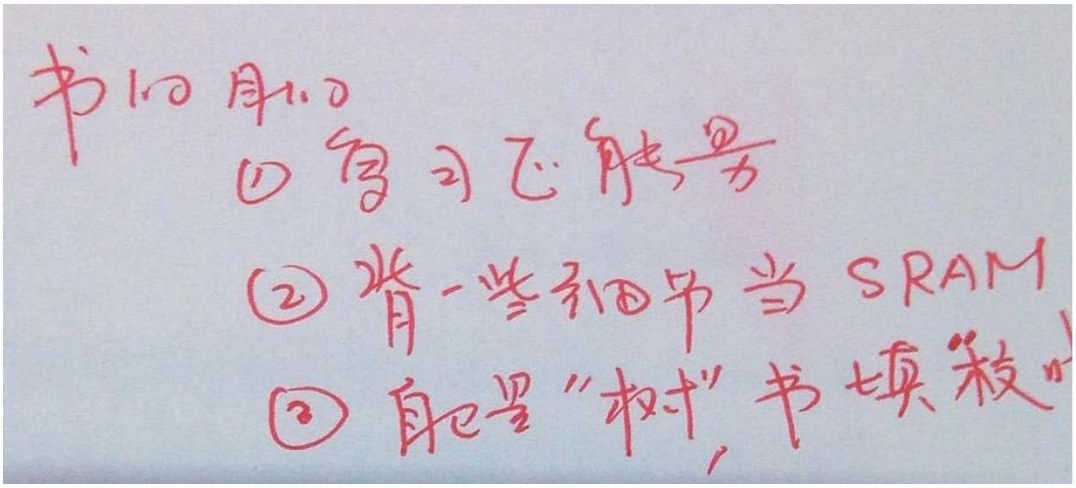
主要内容

1，why 为什么读书，读书的好处, 习大大 - 让读书成种生活方式

2. how 怎样读书，读书的方法？

怎样有效的读一本书？
图解思考法
树状的结构
林彪的读书方法





详细的读下面的

读书的目的

Studies serve for delight, for ornament, and for ability. Their chief use for delight, is in privateness and retiring; for ornament, is in discourse;and for ability, is in the judgment and disposition of business. Of Study ——《论读书》Francis Bacon王佐良先生，

1.读书足以怡情，

2.足以傅彩，

3.足以长才。

其怡情也，最见于独处幽居之时；其傅彩也，最见于高谈阔论之中；其长才也，最见于处世判事之际。林彪等的读书方法,是针对是第三个目的的，最常见！！！

大大读书：“让读书成为一种生活方式”

【精神】插队时，上山放羊，我揣着书，把羊圈在山坡上，就开始看书。锄地到田头，开始休息一会儿时，我就拿出新华字典记一个字的多种含义，一点一滴积累。

【why】现在，我经常能做到的是读书，读书已成了我的一种生活方式。读书可以让人保持思想活力，让人得到智慧启发，让人滋养浩然之气。

【how】读什么，是读书的第一步，它决定了读书的质量与方向。一个人读什么，自有其选择权，这与个人的需求、爱好和思想认识有关。但选择的对与错、好与坏，则直接决定了阅读之路的方向与终点的到达与否。因此，正确理解“读什么”，一是要有健康的阅读心态。书籍不是纯净器，它不可能过滤掉所有有害、错误和不健康的内容与思想。且不言个别非法出版物，既便是正常出版的图书，其中亦可能瑕瑜互现。此时，用健康的心态选择“读什么”，应放于第一位。其二，应摒弃过于功利性阅读的思维。如果一个人为升学，只读教科书，其知识面必然狭窄；如果读书只为消遣，浅阅读之下，对思想境界的提升，显然助益并不大。其三，要多读经典。经典是人类文化的精华，是知识和思想的灯塔，它历经时间的洗礼与选择，早已嵌入社会进步的阶梯之中。总书记饱含深情地说“读马列、学毛著,要精,要原原本本地学、仔仔细细地读,下一番真功夫。”

如何阅读一本书

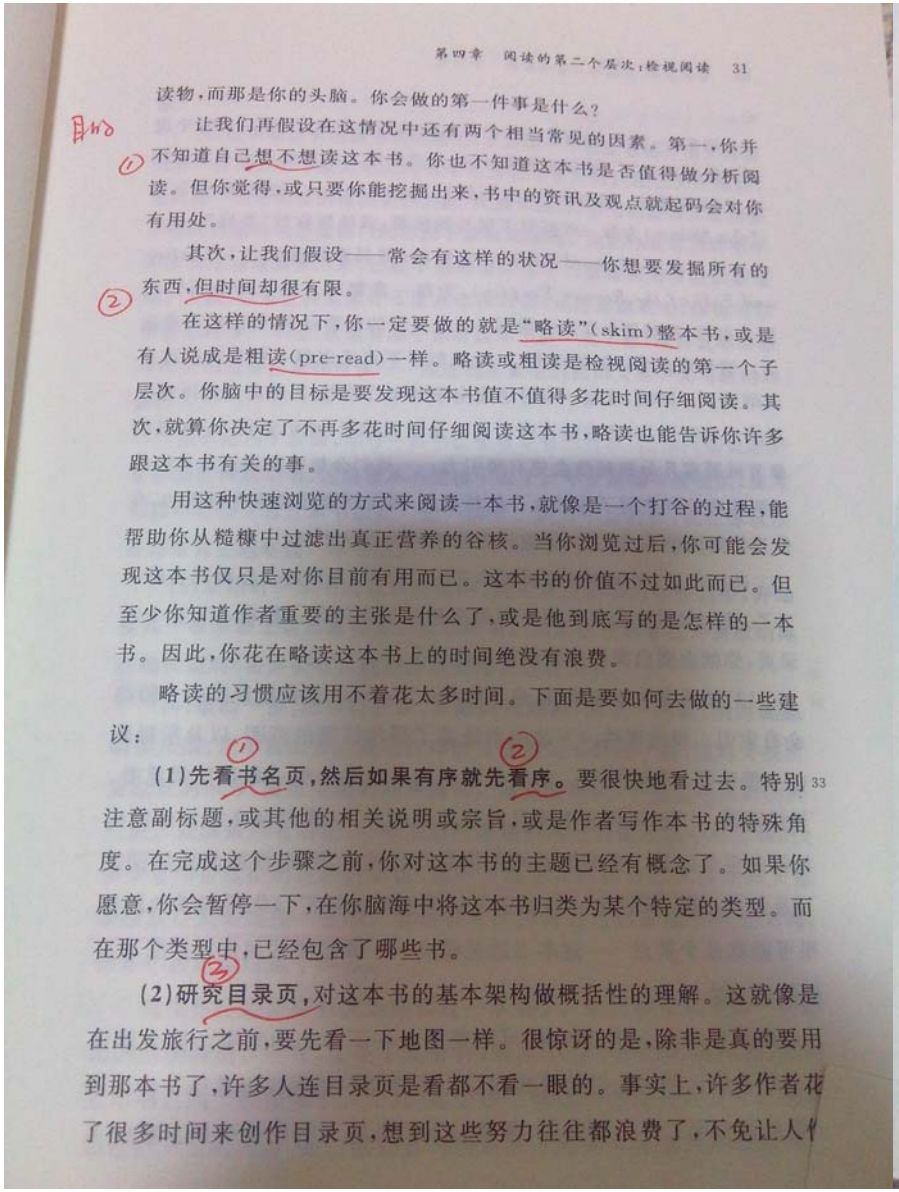
- 读书
  - why
    - 学习好态度
    - 与伟大的书对话
    - 心灵支柱、失落、烦恼、心灵创伤、心理支持
    - 梳理心情
    - 与自我[illegible] 交相扶
    - 用同我们的同学 以后同[illegible]和得到
  - how
    - 同时代本书一起看
      - 时间多更好 读什么
    - 一个好书架
    - 一支好笔
    - 一份读书笔记 包括书名 内容 时间 批注
      - 简单作业
    - 读完一本书后用自己的话做读书笔记
    - 标记以便查阅段落
    - 书上作记号、〇和线、折角
    - 创意、背、brainstorming 你可有意义
      - 重新组合
      - 安排信息 及之间关系 思维导图 用起来
    - 重读 定时
      - 以加深理解、分享、更快
    - 这本书讲了什么
    - 你最喜欢哪一页段
    - 这本书对你有何影响
    - 代表之
    - 讲给一本书 书后会更理解他人
      - 以总结出

如何阅读一本书？如何进入一个新的领域

首先是选对一本好书,那么怎么选书呢？

先用关键词在图书馆网站上找书,然后到那个书架前，开始博览群书,这些书不要细看,粗略的看一下

要粗略的看一下这本书，而不是上来就开始研读，如下图所述



第四章 阅读的第二个层次：检视阅读 31

读物，而那是你的头脑。你会做的第一件事是什么？

让我们再假设在这情况中还有两个相当常见的因素。第一，你并不知道自己想不想读这本书。你也不知道这本书是否值得做分析阅读。但你觉得，或只要你能挖掘出来，书中的资讯及观点就起码会对你有用处。

其次，让我们假设——常会有这样的状况——你想要发掘所有的东西，但时间却很有限。

在这样的情况下，你一定要做的就是"略读"(skim)整本书，或是有人说成是粗读(pre-read)一样。略读或粗读是检视阅读的第一个子层次。你脑中的目标是要发现这本书值不值得多花时间仔细阅读。其次，就算你决定了不再多花时间仔细阅读这本书，略读也能告诉你许多跟这本书有关的事。

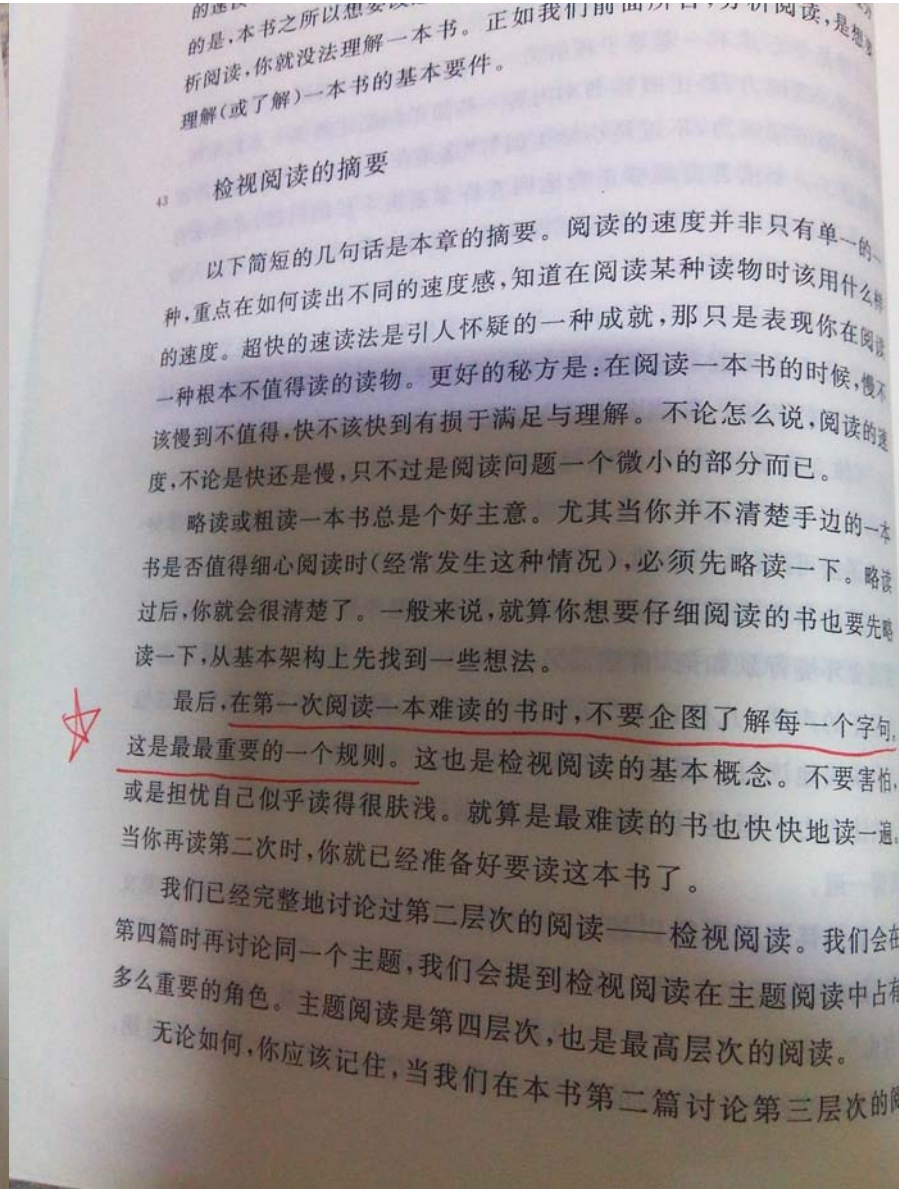
用这种快速浏览的方式来阅读一本书，就像是一个打谷的过程，能帮助你从糙糠中过滤出真正营养的谷核。当你浏览过后，你可能会发现这本书仅只是对你目前有用而已。这本书的价值不过如此而已。但至少你知道作者重要的主张是什么了，或是他到底写的是怎样的一本书。因此，你花在略读这本书上的时间绝没有浪费。

略读的习惯应该用不着花太多时间。下面是要如何去做的一些建议：

(1)先看书名页，然后如果有序就先看序。要很快地看过去。特别注意副标题，或其他的相关说明或宗旨，或是作者写作本书的特殊角度。在完成这个步骤之前，你对这本书的主题已经有概念了。如果你愿意，你会暂停一下，在你脑海中将这本书归类为某个特定的类型。而在那个类型中，已经包含了哪些书。

(2)研究目录页，对这本书的基本架构做概括性的理解。这就像是在出发旅行之前，要先看一下地图一样。很惊讶的是，除非是真的要用到那本书了，许多人连目录页是看都不看一眼的。事实上，许多作者花了很多时间来创作目录页，想到这些努力往往都浪费了，不免让人

33



的是，本书之所以想要
析阅读，你就没法理解一本书。正如我们前面所
理解(或了解)一本书的基本要件。

43 检视阅读的摘要

以下简短的几句话是本章的摘要。阅读的速度并非只有单一的
种，重点在如何读出不同的速度感，知道在阅读某种读物时该用什么样
的速度。超快的速读法是引人怀疑的一种成就，那只是表现你在阅读
一种根本不值得读的读物。更好的秘方是：在阅读一本书的时候，慢不
该慢到不值得，快不该快到有损于满足与理解。不论怎么说，阅读的速
度，不论是快还是慢，只不过是阅读问题一个微小的部分而已。

略读或粗读一本书总是个好主意。尤其当你并不清楚手边的一本
书是否值得细心阅读时(经常发生这种情况)，必须先略读一下。略读
过后，你就会很清楚了。一般来说，就算你想要仔细阅读的书也要先略
读一下，从基本架构上先找到一些想法。

最后，在第一次阅读一本难读的书时，不要企图了解每一个字句。
这是最最重要的一个规则。这也是检视阅读的基本概念。不要害怕，
或是担忧自己似乎读得很肤浅。就算是最难读的书也快快地读一遍。
当你再读第二次时，你就已经准备好要读这本书了。

我们已经完整地讨论过第二层次的阅读——检视阅读。我们会在
第四篇时再讨论同一个主题，我们会提到检视阅读在主题阅读中占有
多么重要的角色。主题阅读是第四层次，也是最高层次的阅读。

无论如何，你应该记住，当我们在本书第二篇讨论第三层次的

第一步就是要选对书，所谓要精读的书就是值得读上好多遍的书，是一本值得抄录的书，所以必须是一本好书。选择正确的书籍，可以避免在一本不太理想的书上花太多的功夫，把这本书当成精读的工具。这个选书的过程一定要经过你的检验标准；第一是好书，第二你要喜欢他，这两件东西合在一起，对你来说这种书才算好书。好之者不如乐之者，如果你不喜欢，你学习的效率、吸收的效果就会降低。尽管他很好，但是他不适合你，

就像鞋子一样，无关好坏，只有适合和不适合的问题。可以参见本章“知识树章节”之中的如何读书的部分中推荐的“检视阅读”方法来选择一本好书。

有两类值得精读的好书（或是好文章）

第一种就是书写得非常严谨、非常漂亮，层次结构都非常好，这种书值得精读、值得效尤（优）。对于这种书，它的内容可能不是很重要，甚至可能不是你的专业书籍，但是值得读很多遍，甚至值得让你用笔去做抄录，在细心抄写的过程中，体会好的文章是怎么写出来的，严谨和思维的逻辑是如何形成的，让你学到怎么去写文章，怎么去写一本书，怎么去勾画思路，这是一种写作方式的训练，此外还要注意的是，也是非常重要的一点，就是要多练习，要多用手来写，而不是在电脑中用copy/paste。弗朗西斯培根曾经讲过写作的重要意义：

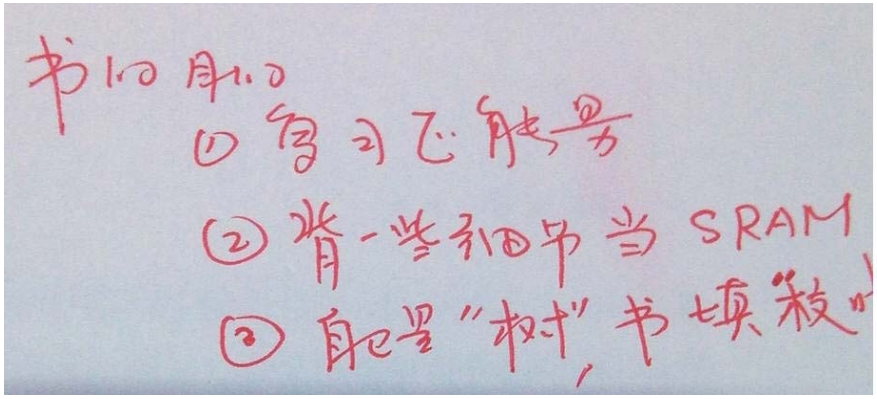
- 读书使人充实，讨论使人机智，笔记使人准确。 (Reading maketh a full man; conference a ready man; and writing an exact man.)

第二种书就是结构和编写不很严谨、甚至混乱，但是内容非常具有知识性、具有启发性。这种书籍有两种作用，一种是激发你提问题，因为这种书里面矛盾和问题都很多，可以激发你的思考，激发你内心的冲动去改正它里面的错误。另外一种作用是启发你的灵感，经常拿来翻看，就会每次得到一些启示。古典名著、一些经典的文学和哲学类的的书和文章就属于这一类，你会发觉里面的内容会伴随人的成长而成长，好像刚刚读到一本新书一样的感觉。也就是说你在不同的人生时间点读同一本书，会有不同的主观感受和产生不一样的灵感。这种书不值得效尤，但是值得的多读。

应该先从读开始，然后可以从“抄”开始练习，在抄的过程中体会文章是怎么写出来的，最后才进入写作阶段。这个“抄”不是抄袭，而是体会。我们发现很多的学生文章精读的分量不够，所以“下笔没有神”。关于读和抄，这个“读”不是指“泛读”，而是指精读。

用5W1H来整理

读书的目的



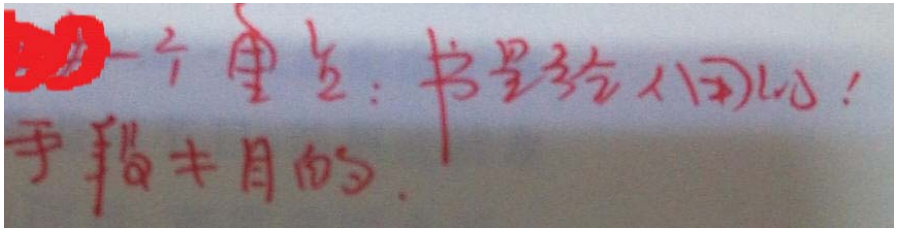
解释：

1.所谓复习正能量，就是社会的能量偏向负能量，必须时时警觉，把自己拉回到正能量，有了正能量，人的感觉才对，才有戏。 更多：
http://km2000.us/mywritings/zhong9.html

2.为什么人的思考需要一定『背』的储量呢？因为人脑在高潮思考的时候（高考、谈判、面试等）需要很快的联想到相关的存储量，然后快速重组，产生新意。如果『背』的储量不足，需要翻书，加之翻书附带的拖延，大脑无法迅速形成新意，思考不灵。所以，要『背』！ 在电脑里，SRAM是离计算中心最近的存储单元，人脑在思考、创新时，也需要一定的记忆存量，类似于SRAM，这就是“背”的储量 更多：http://km2000.us/mywritings/bei.html

3.所谓“树”，就是人的知识体系是一棵树，是有结构的，而不是分散的，对于新的知识，必须要搭在树的结构上，才会记忆的牢固。更多：
http://km2000.us/myphotos/2012China/20150811/#4

读书不是为了好工作+读书不是非做不可的事+读书而是想去要做的事 视频
http://www.tudou.com/programs/view/7L2P5e7SuCg/



http://km2000.us/myphotos/ref/imagepages/image8.html

关于精读: 读什么、怎么读、能不能坚持

http://km2000.us/mywritings/sunjingyan.htm

…… 所有学生都是读书的， 在于读什么、怎么读、能不能坚持。

…… 与填鸭般在假日里一天读十本书相比，培养细水长流的读书习惯无疑更为重要。读书的目的不在快、**不在多**，而在于从书中汲取营养，在于通过整个阅读过程修养一颗宁静而富有感知力的心灵。 我从在小学学会选择正确的书开始，

一本好书至少值得阅读两到三遍：

- 第一遍略读以满足自己的阅读兴趣并了解书的内容与结构，
- 第二遍精读以摘抄、把握整本书的布局以及其中一些巧妙的铺垫与伏笔，
- 如果还能再读一遍，我就会抽时间写一些类似专题研究的心得，比如对整本书思想的一个探讨，或者对书中某种表达的质疑。

…… 只有当你抱着学习的心态去品味、去研究、去思考甚至去质疑书本时，它于你才算得上有意义。

…… 除了阅读方法外，读书应当是一件精细而持续的事情。与填鸭般在假日里一天读十本书相比，培养细水长流的读书习惯无疑更为重要。

…… 这就是语感。为什么说读书能够培养语感呢？这是因为世界上的任何一本经典都是时间沉淀下来的精华，它之中的字词语句都是最为准确、最为质量上乘的。 读书多了，就会培养出语感。语感一种玄之又玄的东西，你叫一个有语感的人去做卷子，他或许

对于高中写作，也就是以应试为目的的作文，我的建议只有六个字：多读、多仿、多写。

文章这种东西，不管是何种题材、何种长短、何种文体，归根结底完全就是四个字：含道映物。明确了这一点，等于直接抓住了阅读题的答题技巧——无论是手法或作用分析、划线句赏析还是含义理解，都属于对于“物”的发问，而我们要做的事则非常简单，就是找到作者的“道”。

读书，与感兴趣的书对话

静静之得馨陪伴.

达到了满足之 自我充实.

书与自我意境相投.

共鸣，拍案叫绝.

学习的感觉.

学习的感觉

同时阅读几本书.

常常三本书.

杨宝钦、看物理、数学.同时看几本.

---

enjoy the handwriting

try 九

一支好笔.

大脑构造的启例.

简单作业的过程 节省作们的精力.

→课间休息 小考.   P 192

名言只有在写文!..

书的记号、折角、画○画线

读书体验比书本身更重要

心灵受挫、失落的时候

和自己未相识的书。

心理支撑、心的种悟、

由精理心情的书、励志书。

欢悦的时候。

养成重要的习惯。

增加阅读、坐书地读书。

另比

所谓创意、只要把庞杂的无序重新组合

关键在于安排重组信息与信息之间的关系。

运用圆读之书、稍为是体的以。

∴平背、
排重组、
钱读、
思考（临时）

一句话 读书笔记、坚持。

作为分别又讲解书中内容的时候，检查正

理解程度 → 以思想输出为前提去读书时。

读书笔记、从简以道、摘抄、态度。

抄一行。 摘抄让你心动的句子。

思维导图此书。

1. 先写下来你想记的话。

2. 画框子 联系 P77

读书的目的 是用自己的方式学习。

吸收时能自我更正有用的智慧和经验

只要一句话。

时能很重要的事，→ 读什么。

一味读下去
= 没有读过

这本书讲了什么内容
你最喜欢书的哪一部分　　P5.
这本书对你有什么影响
它的优缺点.

书之关键词.
笔记与书.
关键词、笔记.
和我的很类似.

枢纽书. 好词

怎样写？

【科技文章的结构】

下边介绍一下科技论文的写法，首先是结构分析，一篇科技文章和工程文章，分为以下几大部分：

0 前言和绪论
0.1 why？为什么要做？
0.2 who、when & where？有什么人在这之前做了什么东西？
0.3 what？总结一下我们在这篇文章的贡献

I 实验
1.2 方法（怎么做的）
1.3 表征（怎么测的）

II 结果与讨论
2.1 结果
2.2 讨论

III 结论

这是写科技论文的总体思路，论文的具体内容取决于工程学的行业与专业。科技论文中，文章的主体是描述 5W1H 中 why what how，而 who，when，where 在作者、期刊出版日、单位（组织）里都已经描述过了。所以主要是把科技论文里的 why what how 搞清楚。对于不同的科技刊物，报道过程和结果的次序有所调整。比如对于生物类的科技文献，会把结果放在前边（如左面：清华大学生命科学学院颜宁团队的发表在国际著名期刊《Cell Research》的一篇英文文章[1]），而对于电子类的工程杂志往往把实验的细节放在前边（右面：中国科学院微电子研究所陈宝钦团队在《压电与声光》中文核心期刊上的中文文章[2]）。换言之，生物类的科学更看重结果（5W1H 中的 What），而电子类的工程学技术更测重实验的细节和操作过程（5W1H 中的 How）。

以下与分别的讲解。

【标题和摘要】

[1] Gong X, Nieng Yan, et al. Structure of the WD40 domain of SCAP from fission yeast reveals the molecular basis for SREBP recognition[J]. Cell Research, 2015, 25(4):401.
[2]赵以贵, 刘明, 牛洁斌, &陈宝钦. (2010). Ebl 制备用于气体传感器的 saw 延迟线的方法. *压电与声光, 32*(3), 340-342.

第一就是关于标题和摘要部分，这两部分都是科技论文的很重要的部分，虽然他们是处在文章的首要位置，但他们不一定是一开始就形成的，因为这两部分需要细致的推敲与提炼。应该尽量的在这两部分中，把这篇文章中的，what，why，how 讲清楚。

一个好的题目，里边包含了 what why how 三个成分，好的标题应该：1.让读者明白做了什么和如何做的？2. 尽量做到有新意，就是要打眼球。这里举一个好的标题的例子，

- "Advanced passivation techniques for Si solar cells with high-j dielectric materials"[3]。
-

在这个标题中，在简短的文字中包含了 WhyWhatHow，是写得比较成功的一个标题：

- What：Advanced passivation techniques
- Why：for Si solar cells
- How：with high-j dielectric materials

一般的题目常常只会看到 what，有些标题里面还有 how，原因之一是标题有字数限制，在有限的字数之中把这三大主要部分讲清楚，需要有文字精炼的功夫才可以办到。但是至少应该用简练的语言把这三部分都写在摘要中，对于读者而言，有了这三部分才可以把握文章的主要点。

写标题的练习可以参照附录的示例。

摘要（Abstract）应该用简练的语言把这 why，what，how 三部分都写在摘要中，有了这三部分才可以把文章的主要的点讲清楚，让读者（编辑）在第一时间内掌控文章的内容。摘要这部分很关键，对相关的读者和编辑决定要不要读和录用起了很重要的作用。摘要一般的大纲和次序是这样的：

- Why
- What
- How
- What （results）

下面还是以会娟的文章（Advanced passivation techniques for Si solar cells with high-κ dielectric materials[4]）做一个例子来讲解摘要部分的内容的撰写。在阅读过程中，我们可以发现，虽然各个学科用的专业词汇不同，但是他们的写作方法和思路是类似的，忽略专业词汇，我们注意到下边的重点关键词，就会大概把握摘要书写的脉络。请留意加重字体的部分。

Abstract

Electronic recombination losses at the wafer surface significantly reduce the efficiency of Si solar cells. Surface passivation using a suitable thin dielectric layer **can minimize** the recombination losses. **Herein advanced passivation** using simple materials (Al2O3, HfO2) and their compounds H(Hf)A(Al)O deposited by atomic layer deposition (ALD) **was investigated**. The chemical composition of Hf and Al oxide films **were determined by** X-ray photoelectron spectroscopy (XPS). The XPS depth profiles **exhibit** continuous uniform dense layers. The ALD-Al2O3 film **has been found to provide** negative fixed charge (_6.4_1011cm_2), whereas HfO2 film provides

[3]Geng H, Lin T, Letha A J, et al. Advanced passivation techniques for Si solar cells with high-κ dielectric materials[J]. Applied Physics Letters, 2014, 105(12):042112.

[4]Geng H, Lin T, Letha A J, et al. Advanced passivation techniques for Si solar cells with high-κ dielectric materials[J]. Applied Physics Letters, 2014, 105(12):042112.

positive fixed charge (3.2_1012cm_2). The effective lifetimes can be **improved** after oxygen gas annealing for 1min. I-V characteristics of Si solar cells with high-j dielectric materials as passivation layers indicate that the performance is significantly improved, and ALD-HfO2 film would provide better passivation properties than that of the ALD-Al2O3 film in this research work.

具体的，前三句话讲解了为什么要做（Why）这项课题，请注意以下的关键词：

Fabricating …… requires the use
However, most of the ……
While for the ordinary ……,

随之，以 Herein 作为导引，在一个句子中概括了 What 和 How（请留意斜体字的部分）

- What：*Herein, advanced passivation* using simple materials (Al2O3, HfO2) and their compoundsH(Hf)A(Al)O deposited by atomic layer deposition (ALD) *was investigated*.
- How：Herein advanced passivation using simple materials (Al2O3, HfO2) and their compounds H(Hf)A(Al)O deposited by atomic layer deposition (ALD) was investigated.

又在下边的句子中补充了一下 How 的内容

The chemicalcomposition of Hf and Al oxide films *were determined by* X-ray photoelectron spectroscopy (XPS).

在以下的句子当中，在摘要允许的字数范围之内，扼要的总结了这篇文章的主要结果(what)（请留意斜体字的部分）。

The ALD-Al2O3 film **has been found to provide** negative fixed charge whereas HfO2 film providespositive fixed charge. The effective lifetimes can be **improved** after oxygengas annealing for 1min. I-V characteristics of Si solar cells with high-j dielectric materials aspassivation layers indicate that the performance is significantly improved, and ALD-HfO2 filmwould provide better passivation properties than that of the ALD-Al2O3 film in this research work.

通过阅读这个摘要，我们留意到，由于专业之间的差异很多单词我们是不认得的，不过尽管如此，我们也是可以确定摘要的基本结构。

关于写标题与摘要的练习题可以参照附录的示例与练习方法。

【正文】

正文部分要根据前面的大纲按顺序填写，虽然一篇论文的顺序是①Abstract-②Introduction-③Experiment-④Results&Disscusion-⑤Conclusions 或者 12453，但是在实际上写的时候先写最容易的 Experiment（其实就是实验报告那种，相对比较流水账，不需要动脑子），接着根据自己的喜好去写其他四部分，Abstract 一般是最后写。实验报告平时就要写，把流水账做好，可以按照文章的标准写流水账。写作的过程要提早进行，也就是在论文工作、实验工作没有进行完之前就可以先行。采用"先挖坑再种萝卜"的方法，即在缺乏数据的情况下做到"无中生有"，它的过程为：

在写论文、写书的时候，在内容不太确定、实验结果不清晰的地方，可以先用方块儿、灰色方块儿来代替，然后等有了内容以后，再往里添。在数据不全的情况下，怎么先把这篇文章“编“出来，就可以用这个办法。

这也是工程学、做科研的一个方法，这里面的潜台词是：不能因为这个地方的空缺打断你的前行，你还是可以把下边的东西先做完，然后再回来做这一部分。就像高考当中，如果第七道题做不出来，可以先做第八道、第九道，然后再回来做第七道。这种方式的另一个好处就是，可以根据未来的预期的结果对前边实验的方法及思路做微调，避免实验路程上边的偏差。

这可能也是哈佛人常用的一个方法，即在写科技论文的时候，在内容不太确定、实验结果不清晰的地方，用灰色方块添加了杨定一在演讲时引用的补充资料，然后继续下去。这个灰色方块儿里边的具体内容，等有了结果并且 verify 后再塞进去，这就是写科学论文的一个方法，先挖坑再种萝卜。

写作的一些注意事项和小技巧，

写作，要先搭框架，

框定要综述的问题，缩小范围。不要让自己的写作“随兴所至”而偏离了方向，失了重点。也就是不要想到什么就写什么，不要偏离太多

写作压力小。想到写一篇文章时，会联想到“写下至少五千文字和阅读一百篇文献”，一霎那压力倍增，而且不知道从何处入手。而细分之后，所要想的仅仅是对某个方法的某个参数进行讨论，只需一个小段落的文字。这样简单的多，可以立即完成，没有太大压力。

注重写作的连贯性：写作最好是一气呵成，不要在写 A 问题时去思考 B 的问题。这里有两层意思，写作 A 问题时发现了对 B 问题有用的材料；另一层意思是，写作 A 问题时发现了 B 问题存在的错误、疏漏或者其他。这个时候，不要停下来，只需要用便签备注一下，备注完之后，继续对 A 问题的写作，直到完成。再回过头来，整理 B 问题。

怎么读？

可以把要精读的文献打印出来，在重要的语句上用高亮笔划出。读完之后抄录到 A5 纸上，订到原来的文献上，作为精选。虽然文章很长，这个摘录是往往才是对你真正有用的知识点，“高亮笔划出+读书笔记”能够有效的帮助记忆。阅读用纸版，多动手，有助于记忆，有助于认识精细化。这样读书虽然刚开始很慢，随着十几二十篇文献做下来，你的积累多了，后面的摘录就越来越少了。而且，你的阅读速度也越来越快了。因为人都是基于旧有的知识去领悟新知识。刚开始的时候，你的知识储备少，一篇文章的知识点难以用自己的语言解释，或者大脑中不能浮出有效的实例去解释，所以接收起来非常困难。而随着积累的增加，理解越来越容易，也理解越来越充分，速度也越来越快。

分别实践过两种方法后得出的结论。

无论在手机里保存多少本书，书里的内容都不会被保存在脑子里。用这本书的关键词来比喻的话，就是这些内容既不能**融入你的身心**，也不能**变成你无形的财富**。与此相反，尽管抄完全书也不一定能记住全部内容，但某段文章、某个词、作者的语气和思想等等，都会随着抄写时的身体感觉被深深地刻印在头脑和身体里。

也许你会觉得这种想法很过时。我们暂且放下是否喜欢手写的问题，单就“写读书笔记的效果”来讲，这个结论是毋庸置疑的。

在这里，我们不要顾虑那些技巧性的东西，先放松心态，什么都不要想，拿起书开始阅读吧。我衷心地期待看过这本书后，你的读书生活会更加丰富多彩。

前 言

“一味读下去”等于没有读过

至今为止，你读过那么多书，到底记住了多少内容呢？

如果有人问你最喜欢哪本书，你也许能回答对方一个书名，说“我还是学生的时候读过这本书，它对我有很大的帮助”，而当对方问起下面的问题，你会怎样回答呢？

- **这本书讲了什么内容？**
- **你最喜欢书的哪一部分？**
- **这本书对你有什么影响？**
- **它的优点又在哪里？**

再认真回想一下，你会发现读书确实是件很难的事情。

人的记忆力是有限的，回想不起具体内容也情有可原，但是，你读书时有没有留下些随笔或者笔记呢？除了读书，

通过做笔记吸取书中营养

之所以说这种方法很简单，是因为你只需要准备一本笔记本。一本随处可见的笔记本可以帮你找到想读的书，辅助你的阅读，记录你阅读中的发现，或是回忆过去读过的内容。一本笔记本可以把读书生活的点点滴滴管理得井井有条。

就是这么简单。概括来说，需要记录的就是这些：

- **要买什么书**
- **要注意书中的哪个部分**
- **想到了什么**

把以上几个问题写在笔记本上，然后保存起来，时常拿出来看看，慢慢养成习惯。这看起来是件很简单的事情，但很少有人能真正做到。只要坚持下去，觉得自己“记忆力不好”的人也能准确地记住书中的内容，而“想要再读一遍那段文字”的人也可以迅速找到喜欢的段落。

笔记本是读书的助手，可以把读到的信息以准确的形式转变为你思想中的一部分。多读法和速读法也许也能达到这种效果，但这种读书方法很复杂，如果你坚持不下去，

就好好利用笔记本，认真地与每一本书交流吧。

不过分强迫自己，按照习惯的节奏来读书，从买书到读书，再到活用信息，一步一步地让你“与书共处”的关系更加亲密。要做到这一切，你只需要一本随处可见的笔记本。你的读书生活会因它而发生翻天覆地的改变，从而更有意义。

人与书关系的改变者

本书中提到的笔记，用的其实就是在便利店或文具店里随处可见的笔记本。利用这种普通笔记本，就可以实现这几个不普通的目标：

- **读书不再是“随随便便”地读，而是带着明确的目的，充满主动性地去读**
- **真正消化书中的信息，使之成为属于自己的东西**
- **深入理解书中的要点或思想，并随时拿来参考**

说得再简单一点，学会了怎样利用笔记，就能比现在更懂得如何**选书**、**购书**、**读书**和**活用**。那么怎样利用笔记，才能将读过的内容吸收为自己的东西呢？接下来，就让我介绍一下具体方法。

为了让读书成为一次更美好的**阅读经历**，仅仅“读过”是远远不够的。在读书生活中，除了要改变读书方法，还有必要在如何选书、购书、活用——也就是如何“**与书相处**”方面做全面的改善。

也许你买了很多不需要的书，堆积成山；也许你怎么也

想不起来以前读过一本怎样的书、书里有什么名言；也许你无法理解、吸收书里的内容，这些问题都可以通过做笔记来改善。

本书所讲的读书方法包括以下四方面内容（图1–1）：

- **如何选书：怎样选择自己真正想读的书**
- **如何购书：怎样买到对自己真正有益的书**
- **如何读书：怎样加深理解、深入思考**
- **如何活用：怎样运用从书中获得的知识**

在这样的过程后，书里的内容才会真正成为自己的东西。

看到这里，你会不会觉得我是在要求你“把所有的事情记在笔记本上”呢？其实并没有那么麻烦。举个例子，接下来我会提到把想买的书记在“购书清单”上、把读后

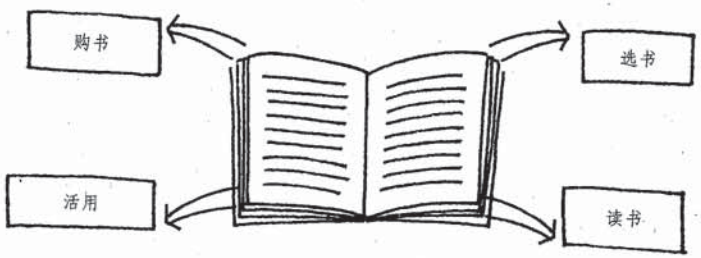


图1–1 用笔记来管理读书生活

感总结在“读书笔记”里等等的具体做法，你会发现这些都是大多数人平时就在有意无意中做的事情。

而本书的作用也正是如此：指导你用好笔记，经过规划、梳理，学习怎样选书、怎样读书和怎样把书中的内容刻在脑海里并加以活用，然后把这些做法转化为**实用**、**可持续**、**属于自己**的技巧。

让笔记成为读书时的好伙伴

接下来，就由我介绍笔记的使用方法，大体可以分为以下四种：

① **随想笔记**：记下平时的感悟，这与日后的选书息息相关。

跟书有关系的信息就隐藏在日常生活中的各种情境里。看电视、跟朋友聊天、走在街上触景生情的时候，都是灵感闪现的好机会：

面上的书都会把书名、封面和腰封上的宣传语写得很有煽动性，让人在目不暇接的同时也会浪费很多时间。考虑到这些情况，我从来不会以“找找看有没有好书”为目的去书店。我只要看看购书清单，就能找到很多本来就很想读的好书了。

因为平时已经通过报纸书评、杂志报道等途径收集了跟书有关的信息，并贴在笔记上做好了记录，剩下要做的就只是把书名列在购书清单上去书店指名购买了。有了这个过程，在书店就不会再被过度包装的广告左右，自主、快速地找到目标书籍了。

买到书以后，下一步就是步骤③“读书”了。就像刚才所说的，在这个过程中基本上是用不到笔记本的。不管你是坐在电车上还是躺在床上，都可以通过折上书页的一角、画出重点等方法做好记号，日后只需要确认想要落实的内容，记在读书笔记里就好。

读完一本书后，再一边回味想要重新确认或是画出的重点，一边制作读书笔记。接下来就是步骤④，根据书的内容以及对读书体验的重视程度撰写笔记，分为扎扎实实

地花时间记录和几分钟就写好的情况。至于步骤⑤“活用”，需要按照相应的工作需要、学习需要和兴趣来决定。

就像刚才所说的，我不只是在笔记本里制作读书笔记，还会按照时间顺序写一些日常的随笔和日记，把所有信息都收录在同一本笔记里统一管理。这样做看似混乱，但只要用到接下来讲到的方法，就可以很快找到想看的读书笔记，通过重读将知识灵活运用到工作、生活和自我提高上。

看到这里，你还会不会觉得这样做只是把书放在一条流水线上毫无感情地处理了一遍呢？

当然，人与书的邂逅与交流应该更多元、更浪漫一些。可是我认为，为了更加真切地与好书对谈，使这本好书扎根在脑海里，很有必要不加思考地把书中的营养彻底地系统化，并有组织地消化这些内容。

亚瑟·叔本华说过，读书最重要的是“**不读死书**”。坚持“只选好书、只读好书”的做法可能不太现实，但只要我们张弛有度地贯彻“好书要细细研读，其他书就粗读略读”的原则，还是很有可能实现的。

爱书之人大都喜欢同时阅读几本书，我也不例外（见图1–5）。我有很多正在阅读的书，也有很多已经读完但还没有撰写读书笔记的书，原因是这样的：虽然有些书在重读几次、做好读书笔记后可以催生很多对工作有益的思考；但也有些书刚买回一个小时就可以进行到步骤④，并让人不想再读第二遍；还有一种书，不知为何就是读不下去，在步骤③停留了好多年。

但是，不管阅读速度是快是慢，只要运用这种流水线式的读书方法，就可以同时应对多本书。

根据书的深度和自己对书的重视度，任何书都可以通过这个程序进行处理。就是这样简单的过程，可以让书中的内容真正属于自己。

把读书相关信息记入同一本笔记

① 选书

② 购书

③ 读书

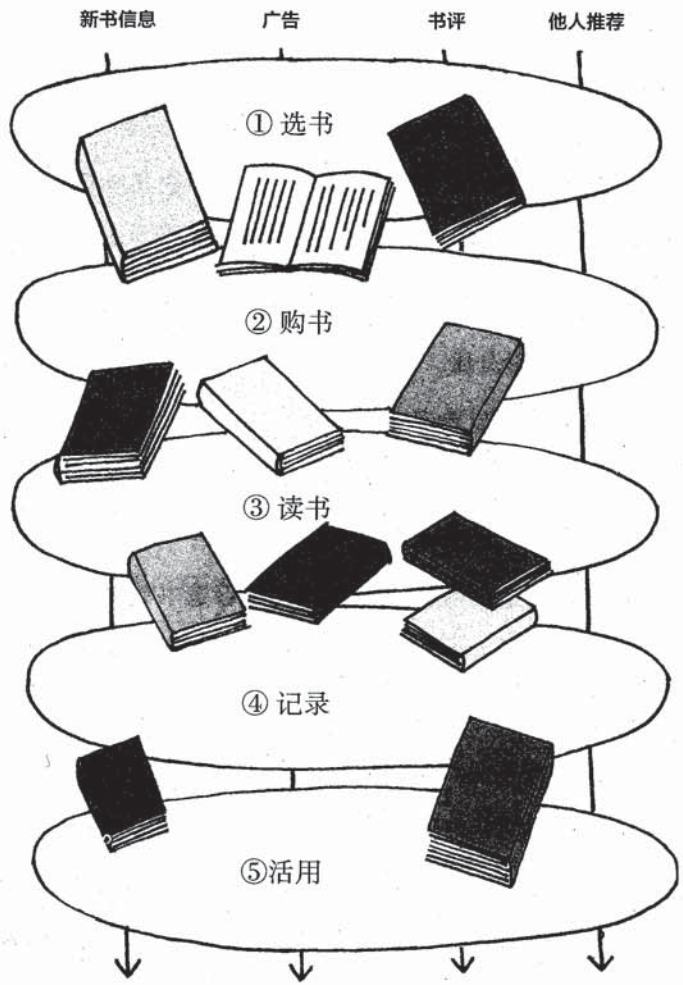


图 1–5 同时处于读书五个步骤中的多本书

日常笔记或报纸剪报→购书清单→读书→重读笔记或剪报

这种过程的目的是让书中内容变成自己智慧财产的重要一环。幸亏我们有笔记本，这些工序都变得简单了。

找到能帮助自己找书的“枢纽书”

有样东西是购书清单上的常客，更是我最可靠的好帮手，那就是“书里推荐的书”。读过新书的读者应该知道，每个领域的入门书籍最后都会附上参考文献一览。我会首先在这里寻找感兴趣的书，甚至在读书期间，在文中看到“作家○○老师所著的《××》中这样说”的表达，都会把书名记下来。

但是有一点很让人烦恼，去书店很少能买到参考文献里的书，即使是古典名著类也有很多无法在店内买到，所以在去书店前还是先在网上确认一下比较好。

经历过多次找书体验后，我就能越来越多地在书里找

到想读的书了，而且，比起广告和书评里介绍的书，这些在书里找到的书读起来更有意思。因为广告毕竟是出版社的宣传工具，而书评的首要目的则是登载在刊物上，两者多少都会有些夸张的描述。

每家媒体都会以周或月的频率在连载里推荐一些适合自己定位的书，可是这种连载介绍的都只是某个时期内的畅销书或者符合该媒体主题的书，而并非经典好书。

然而作家每年出书的数量都是有限的，所以他们在书里介绍的书一般都在作者手里经历了重重筛选，一定是值得收藏的好书。以读过的书为起点接触更进一步的研究主题，可以引发连续阅读的过程、促进知识的体系化，这种让读书永不结束的过程实在是太珍贵了。

另外，有像“为○○准备的读书向导”这种书名的指导类图书也会介绍很多有用的书籍，可以多加利用。如果只是看一大堆推荐列表可能会有些无聊，无法坚持阅读，在这里我推荐多看看读书随笔，其中的介绍不长不短，刚好适合阅读。

我把这种可以不断引领我找到其他书的书称为“**枢纽**

的东西”，但是我认为，就算是这样简单地记笔记，也一定能让你有所收获，因为把读书笔记坚持下去才是写读书笔记最基本的要求。

至于能否得心应手地做好读书笔记，进而熟练地参考记录过的笔记，都是坚持写读书笔记几年甚至是几十年后才能收到的效果。所以，为了达到这样的境界，一切都应该以“**能坚持下去**”为先。

再以刚才的“一句话读书笔记”为例，这句话并没有给我们多少信息，除了读书的日期是8月5日、这本书读起来很有意思以外，什么也看不出来。但是，正是这句话的存在，让这次读书成了一次看得见的体验。

别看只是简短的一句话，写和不写还是有很大区别的。

法国文学专家鹿岛茂先生是位知名的读书爱好者，他曾在随笔中这样阐述读书笔记的作用：“图书都是有重点的，没有必要从头到尾详读。重要的是不管篇幅多少，都要下点功夫让自己对读过的书有印象。即使只记下这本书的作者、书名、阅读时的情景或是做些摘抄都好，要坚持写读书笔记，这是最有效的读书方法。”

毫不夸张地说，只有**坚持下去**，读书笔记才能发挥作用。读书时应该时刻记得这个目的，正确地对待写读书笔记这件事。

读书笔记改变读书方法

当你决定以写读书笔记为前提去买书、读书的时候，对读书的认识也会发生巨大的转变（见图3–1）。

人们经常说“你为别人讲解书中的内容时，才会真正理解它”，把记读书笔记作为目标去读书，得到的效果也是一样的。当你**以思想输出为前提**去读书时，思想输入的质量也会有所提升，而且亲手写文章的好处比口头叙述要多。

举个例子，我在我的读书法里介绍了一种“**摘抄＋感想**”的组合方式。书写的确是一道很费时间的工序。谁也不想在结束了繁重的工作之后还要再趴在桌子上抄两三个小时的书。所以，写读书笔记应该尽量从简从速，尽量缩短记

述的篇幅，但也要全面地反映文章的精髓。

到底要怎样才能做到既简略又全面呢？

为了写出精练而深刻的读书笔记，你应该在读完一本书以后认真回想需要摘抄哪一页哪一行，思考怎样撰写读书笔记，然后严格地筛选需要摘抄的内容，尽量提炼自己的感想，争取用最短的语句表达深刻的含义。

“这部分和那部分讲的虽然是同样的内容，但刚才重读的时候感觉这部分更容易看懂。”

“这一页讲的虽然不是作者想要表达的主旨，但如果去掉这部分就没法承上启下了。”

“我对这句话印象非常深刻，只要摘抄了这一句，其他内容都不用再抄了。”

当你像这样一边思考一边选择要摘抄的文章时，会不由自主地想多读几遍，尤其是对还没有读懂的部分。在不断思考、不断重读的过程中，你会惊讶地发现自己已经读过三五遍了。

如果某些内容你实在理解不了，或者没有兴趣，就没必要写在笔记本里了，只要略读一下就好，不要钻牛角尖。

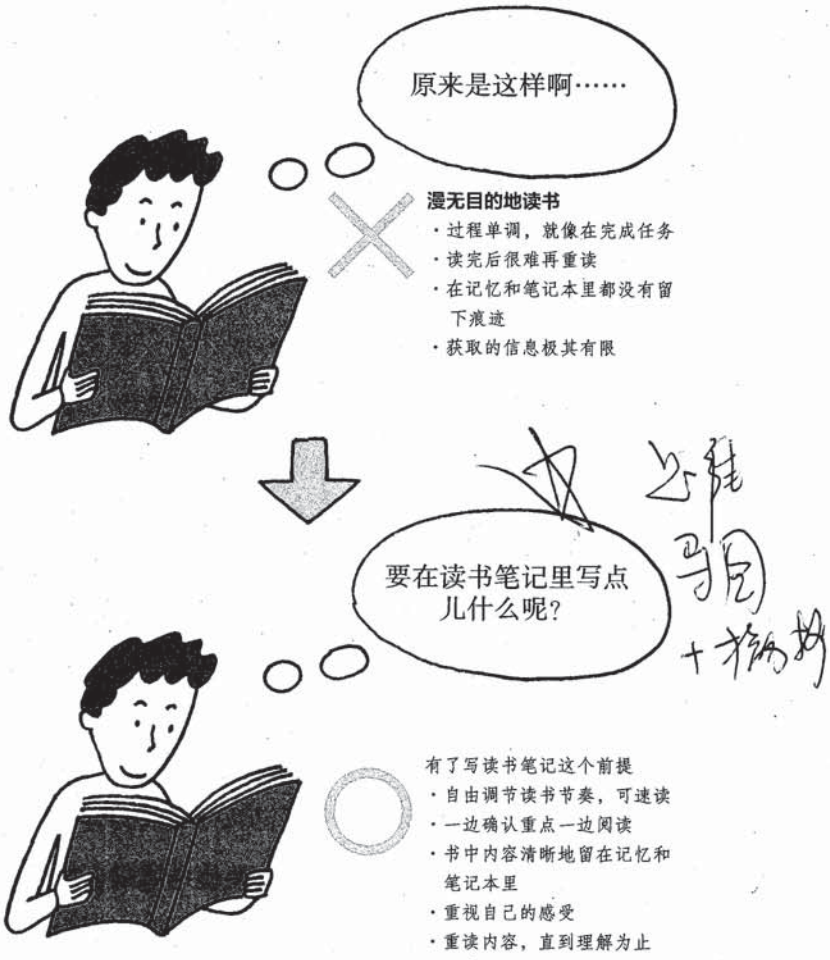


图 3-1 目的不同的读书方式

积极地“跳读”和“速读”，保持张弛有度的节奏，可以把更多精力集中在好书的精华内容上。

就这样，读书的目的从“读完就好”变成了“**写读书笔记**”，读书的重心也自然发生了变化：不再是“因为读了书而写读书笔记”，而是“为了写读书笔记而读书”。

从一句话开始

写读书笔记也是有窍门的，简单来讲，就是要彻底地专注于“**对自己很重要的事情**”。

读书的目的是用自己的方式学习，而不是模仿评论家的做法，学习、吸收对自己真正有用的智慧和语句才是最重要的。反过来说，如果有些信息对自己来说无关紧要，那就干脆丢掉。读书的重点是自己认为哪些内容重要，并将其彻底消化。**从这一点来看，写在读书笔记上的感想可以只是一句话。**因为有的书可以让人学到很多东西，也有的书“虽然大部分没什么意思，但有几页确实能给人很大

启发”。这不是语文考试，没有必要去拼命思考“笔者想要传达什么”，只关注自己想关注的内容就好了。

在记录感想的时候，不要写一些揣测的或者外来的想法，而是要写下自己的心声，也就是感受和想法，这样会让读书笔记更有内涵。哪怕是一句话，只要写的是发自内心的语句，那么这次读书笔记就是有意义的。

补充一下，书写这一动作，也有**整理自己想法**的含义。举个例子，读完冒险题材的纪实文学以后，就会想在读书笔记里写上“这个人真厉害”。你拿起笔时，会想到“等一下，不写上这个人是哪里厉害、为什么厉害的话，下次再读到这句话时会看不懂吧”，于是你会这样写：

作者的体力和精神承受力都太强了。普通人在失明后一定会感到绝望，就算他比一般人强壮，在这样的环境下也很难生还。为什么作者可以如此坚强？

本来只想写一句话，却把自己的感受一股脑儿地写了下来，并由此展开思考，读书笔记就这样充实了起来。

所以，即使感觉自己没什么可写的，也要先拿起笔来写写，说不定就有惊喜在等着你。

无法坚持做笔记的原因

为什么很多人无法坚持做读书笔记呢？这就是我建议使用专用的笔记本的原因之一。读书笔记就像日记一样，一旦停止就很难恢复，如果搁置了很久，重新开始做笔记时就会产生强烈的抵触感。

我上小学时，街边的公园每年暑假都会组织做广播体操，只要早早起床去参加，就可以在卡片上盖一个印章。看到厚纸片上罗列的红色印章，心情就会一片晴朗。相反，如果纸片上全是空白格，就会感到很不愉快。印章虽小，却带来了很大的动力，这是无法用理论解释清楚的，或许是一种本能反应。而读书笔记也有同样的作用。

在做一件事的中途如果出现了一天的空白，或者做事的频率放慢了，就会让人感到失去乐趣。同理，几天不记读书笔记，再翻开笔记本的时候就会觉得提不起精神。但是，写读书笔记比积累印章的难度要小多了，就算只写一句话，也能让人感觉充实。

准备好专门用来写读后感的笔记本，每次读完一本书

后才需要打开笔记本做读书笔记。所以只要不是一天读一本书，读书笔记的利用率是很低的。为了能坚持写读书笔记，在读书过程中做些应变也是很重要的。

如果没有时间，就严格筛选要摘抄的段落，或是贴上标记代替记录，这些都是初级的解决方法。更高明的办法是利用坐地铁或公交车的一些空闲时间，拿出便利贴写写对正在读或已经读完的书的感想，贴在笔记里。

需要注意的是，千万不要为了坚持写读书笔记而走形式主义。不管采用什么方式，都要踏实地写笔记，并真正理解书的内容。

巩固印象的笔记

在说明具体做法之前，请让我阐述一个观点：做好读书笔记，会让自己对书中的内容印象更加深刻。

在写读书笔记这个前提下，**读书方法会发生改变，你会进入主动寻找书中“打动人心的内容”的工序**。“工序”

因为在拿起笔的瞬间，集中在书上的注意力会被分散。而且，如果没有笔就不能读书，那么读书也就失去了“随时随地都能享受和吸收知识”的乐趣。

那么应该怎样做记号呢？我建议实施如下“**筛选程序**”，分阶段把最重要的内容筛选出来：

① 通读

一边阅读，一边把觉得有价值的那一页折角。

② 重读

读完一遍之后，再把折角的几页重新读一遍。如果仍然觉得很好，就把那一页另一个角也折起来（见图3-2）。

③ 标记

再重新读一遍折起上下两角的几页，如果第三次阅读后仍然觉得值得一读，就用笔在上面做记号。

接下来，再读一遍③中的内容，把最后还是无法舍弃的内容抄在读书笔记上就可以了。

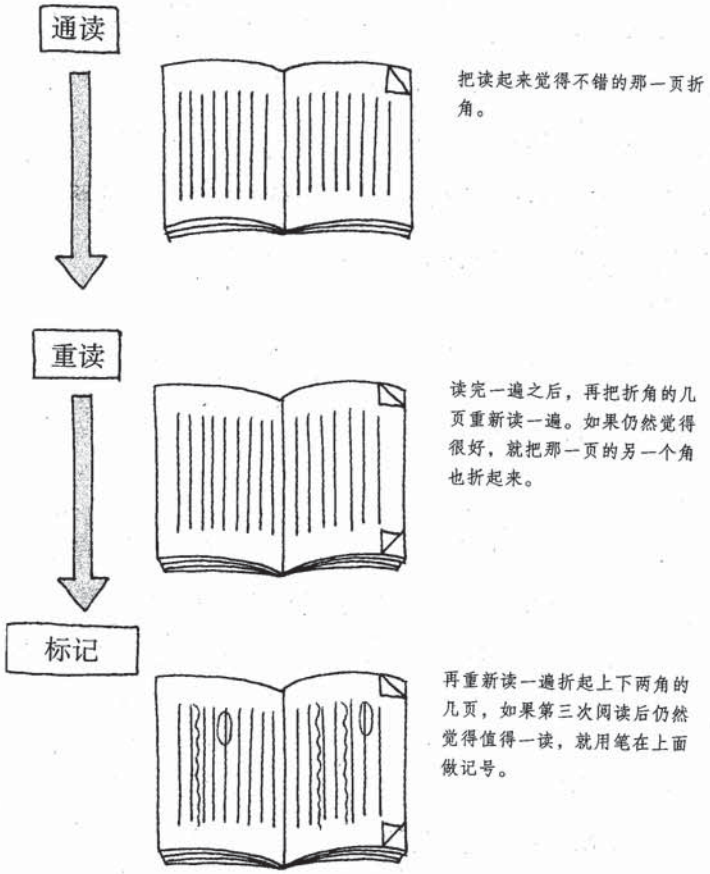


图 3-2 分阶段把最重要的内容筛选出来

- **中断“② 重读”程序以后，开始“③ 标记”程序，中断时夹好“标记书签”**
- **三枚书签都夹在书里以后，就可以准备写读书笔记了**

使用这样的三枚书签，在阅读的同时就不再需要钢笔或铅笔了。

读书的时候专心读书，要做记号的时候再拿起笔来。在阅读的过程中如果感觉腻了，就返回前面的内容重读或是做标记，这样就有了多种阅读方式。

以我为例，我在地铁里站着的时候会集中精力进行“①通读”。如果有了空座可以坐下，就开始“② 重读”和“③ 标记”程序，根据当时的情况随时变更读书步骤。

巧用标记区分对象

我一般会用黄色的三菱拉线笔来画线，这种铅笔是我在板坂元所著《思考的技术·绘画的技术》一书中看到的，至今依然爱不释手。铅笔使用起来最方便的一点是

它的笔尖不会像荧光水笔一样易干，而且这种彩色铅笔即使在文字上写写画画也不会覆盖住文字，黑白复印后也看不出来。

不过彩色铅笔的缺点是比普通铅笔粗，不太容易找到合适的笔帽，所以在需要携带的时候，我一般会拿马克笔或圆珠笔的笔帽来盖住笔头。

可以用以下不同的画线方式对标记的对象进行区分：

- **普通直线：**用于“重要”“客观上很重要”“暂时先画出”的情况。
- **波浪线：**用于“非常重要”“主观觉得值得重视”“想记住这里，以后加以运用”的情况。
- **圆圈：**用来圈出重要的专有名词、关键词、关键句等需要吸引眼球的内容。

如果笔记本上画的线条太多，重读的时候会影响心情，所以最好尽量少画线，具体例子如下。

值得注意的是，根据《后汉书》的记载，倭国不只是与朝鲜半岛往来，也开放了与中国直接交流的途径。由此可见，在日本列岛的文明化中，存在着朝鲜和中国两种外交途径，两者复杂且紧

密地联系在一起。（《大和王权》吉村武彦 / 岩波新书）

像这样使用不同的符号做标记，既可以省去连续画多行直线的工夫，也可以利用不同的线条区分不同的意图，方便重读时理解符号。

“葱鲔火锅[1]式”读书笔记

做好标记后，可以暂时把书堆放在桌子上，准备有空的时候做读书笔记。写读书笔记之前，要注意以下三项信息：

- **写读书笔记的日期**
- **书名**
- **作者名**

这三个要素足够让你想起“原来那个时候我读过这本书”。如果你还没有养成做读书笔记的习惯，可以从记述这三个要素开始。如果你想多补充一些内容，或是想让这次

[1] 即葱段金枪鱼火锅，是以葱和金枪鱼为材料烹制的日本特色料理，其中葱段属于配菜而非调料。——译者注

读书体验更加深刻，我推荐你尝试后面讲的“葱鲔火锅式”读书笔记，这是个让你将读过的好书铭记于心的妙方。

除了上述三个要素，也可以加上以下两个要素。

- **对自己来说重要的内容（摘抄）**
- **自己对这篇文章的感想（评论）**

接下来就可以着手写读书笔记了。

第一步就是按照前面所说的，写上六位数的日期，内容要用大一些的字体，写得越清楚越好。每次换行都要留一行空白，而每个段落之间留两行空白，写起来会更轻松，还便于日后重读、插入文字和更正修改。

第二步就是摘抄和写评论。首先，重读一遍用笔做过记号的内容，严格筛选出自己认为可以多读几遍的部分。经过五六遍的反复阅读，最后筛选出的内容不会太多。

接着，在摘抄完的文章后面留出一些空白，写上自己的评论。之所以把这种读书笔记取名为“葱鲔火锅式”读书笔记，就是因其摘抄和评论并存的特征，正如这道菜中鱼肉和大葱的关系一样。

摘抄部分用“○”表示，而运用自己的语言表达的感

也许你会觉得没必要抄写，可不可以只写要点？要知道，想总结出完美再现作者意图的要点是很困难的。试一试就知道，总结要点比抄写原文还需要动脑，更容易让人产生疲劳心理，所以还是抄写原文的好。

摘抄不需要多加考虑，只需要抄写原文就够了。而且，因为作业量=字数，很容易估算摘抄需要的时间。如果只写要点，日后重读读书笔记的时候就会感到迷茫，“这到底是引用原文还是我自己的感想呢”。

摘抄的第二个好处就是，这样做可以**加深理解**。

在摘抄的过程中，你很容易发现作者经过反复思考、藏在文章里的机锋。虽然写得太详细容易脱离本书主旨，但这种发现也是一种有效的学习和积累。

最后让我来介绍几个可以让摘抄变得更顺利的小窍门。首先，抄写时要尽量减少视点的移动。如果书和笔记本的距离太远，很容易在视线转移的过程中逐渐忘记自己要写的内容。还有，为了防止写串行，可以在想要抄写的内容上贴好便利贴再抄写，或是直接把笔记本叠在书上，让书离笔记本更近一点。还可以用大号的别针或镇纸等固定好书籍，这样即使不小心把书合上了也不用担心。

寻找最具代表性的语句

只有让自己感动的段落才值得摘抄，比如遇到以下情况时：

“第一次看到这种描述，可以把那种感觉表现得那么好。”

“原来还有这种看法！”

“这种说明让人信服。”

“这种表现太酷了！”

“虽然不太懂什么意思，但还是觉得挺棒的。”

重点是，**一定要摘抄让自己心动的语句**。至于其他的内容，不管是客观来讲很重要的段落，还是作者想强调的部分，只要没有共鸣，都不用摘抄，毕竟那种内容只要看看目录和前言就懂了，其他人会在博客或亚马逊书评里替你总结好的。带着主观的心情去读书，是学者和编者都没有的、只属于普通读者的特权，应该放心享受才是。

年，而要更加关注那些依旧魅力不减的内容，摘抄、复印那些你**仍然觉得很棒**的文章，写上**过了半年以后你又想到的事**。这些都是需要经过时间积淀才能做到的。

这样一来，也许你当初看这本书的时候画出了十处以上自认为不错的内容，一段时间后就会变成两三处。按照刚读完时的感动程度，写这本书的“葱鲔火锅式”读书笔记需要一小时以上，而过一段时间后只需要十五分钟就能轻松解决了。

尽管如此，没处理的书堆得太多还是会造成心理压力，而且放在桌上也会很碍事。为了不积攒太多未做读书笔记的书，还是规定自己每周做一次读书笔记比较好。

笔记塑造生活

读书笔记是**与书交流过的证据**。一般来说，把书放上书架就代表自己已读过这本书了，但做过读书笔记以后，即使手边没有书，也可以留下与书交流过的证据。

如果没有重读一本书的计划，可以通过重读读书笔记来重拾对这本书的了解。

可以这样说，只要在写“葱鲔火锅式”读书笔记时把书中重要的部分和自己的感想统一总结在笔记本里，就没有保存原书的必要了。如果日后想读那本书，就可以拿出读书笔记来重读。

我每年都会处理几次旧书，把不用的书扔掉，藏书就不会挤占生活空间。《书斋曼荼罗》（矶田和一/东京创元社）一书用形象的插画表现了日本最具代表性的读书爱好者们如何对待不断堆积起来的书籍——有人把书铺在地板上，踩着书籍生活，确实很有意思。

这里我推荐用读书笔记来减少藏书量。如果有些书真的令人爱不释手，或是需要经常重读，可以放在家里取放方便的书架上，不必丢弃，只留下真正的好书。丢弃其他书籍时，你会有一丝不舍，因为这可能是你与这本书最后的诀别。所以，至少要做好读书笔记，在想起那本书的时候才能有所慰藉。

读书体验比书本身更重要。

请找到那本能够成就自己的书。失落的时候，走投无路的时候，那本书都会成为自己的心灵支柱。拿我自己举个例子，很多书塑造了现在的我，但如果一定要挑出一本，那本书就是法国哲学家阿兰的《幸福散论》。

作家北方谦三先生曾经写道，去旅行的时候，他会在行李里塞上一本自己已经读过的很有意思的书。理由很简单，就是“很想把这本书带在身边”，仔细想想，这样做确实有道理。

我们需要一些能与自己长期共处的书，比如旅行时想读的书、难过时想读的书，而寻找它们正是我们平时读书的目的。等精神上感到挫败后，再去寻找能让自己振作的书就来不及了，所以平时要多做笔记，把能让自己焕发精神的书记录在笔记本里，这样才能有备无患，心理健康方面出现问题时才能及时得到帮助。

通过写读书笔记，你就可以找到一本“**读了它我就可以做自己**”的书，给自己坚实的心理支撑。

我在书架的一角开辟了“爱读之书区域”，这里放着对工作有帮助的实用技巧书、值得参考的优秀文集、令人心旷神怡的文艺作品、帮助梳理心情的哲学书，还有烦恼的时候阅读会为你提供启示的励志书。平时读书的时候，不断寻找能放进这片区域的书也是一种乐趣。

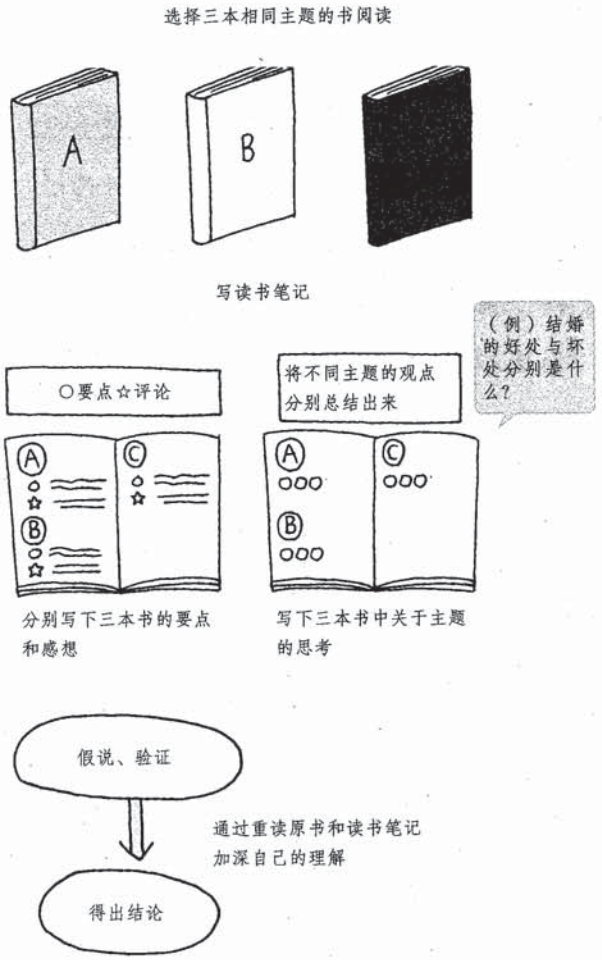


图 4-1　如何用读书笔记解决烦恼

创意源自既有信息重组

读书笔记在头脑风暴时也能派上用场。

“所谓创意，只是把原有的元素重新组合而已。”

美国广告大师詹姆斯·韦伯·扬在《创意的生成》一书中如是说。

如果你经常看这方面的书，这句话大概已经听得耳朵里都起茧子了。筑山节医生把这句话诠释得更加清楚：

“儿时的体验、父母和老师的教导、课堂上学到的知识、自己的兴趣爱好、自我提高时获取的信息、最近读过的书里写的东西、朋友说过的话、工作过程中自然而然学到的知识……这些五花八门的信息再加上临时集中收集的信息，能组合出别人意想不到的独特创意。”（《大脑与心情的整理术》/NHK出版）

不管有多少信息，如果不重新组合碰撞，是不会产生创意的。一个创意好不好，关键在于**如何安排信息与信息之间的关系。**

信息看起来五花八门，把它们联系起来却并非难事。

话虽如此，如果没有**具体事例**，恐怕谁也无法马上明白该怎么做。

为了激发创意，可以找出过去的读书笔记重读一遍，或是浏览自己的书架盘点、比较各种各样的信息，通过这些途径都能取得很好的效果。举个例子，我对“工作是什么”和“职场是什么”两个问题很感兴趣，但又有些懵懂。我有时也会烦恼是该跳槽还是辞职，对“工作方式”和“职业规划”等方面的问题感同身受，因此会对这个主题更加关注。

在这里，我对同辈和年轻人们有些建议。如果你想以此为主题写一篇文章，可以拿出过去的读书笔记，试试下面这个方法。首先，重读一遍读书笔记。比如《工作三年就辞职，那个年轻人去哪儿了》（城繁幸/竹万新书）的读书笔记，内容如下：

☆跳槽姑且放在一边，我认为一味宣扬干脆辞职或去做义工的观念也是很危险的。现在有些年轻人为了生活，要被迫向权威低头，他们应该怎么做呢？

《上两年班就辞职》（山崎元/幻冬舍新书）表达了相近

的观点，于是我写道：

☆作者关于职业规划的建议，在大型公司或上市公司干得起劲的人会更能感同身受。低学历者或20岁出头的年轻人可能会看不懂。这明明是本好书，却没有让最需要它的人看到。

通过重新阅读笔记，我更能理解当时提出这种问题的自己了。所以如果要以“工作方式”为主题写点什么，我会把对这两本书的感想组合起来，以这两个问题为轴心进行思考：

- **工作能力不强的年轻人该如何谋生**
- **中小企业员工该如何进行职业规划**

作者想表达的信息，也就是这次写文章或制定计划的主旨，应该这样写：

年轻人应该进入社会积累工作经验，不管就职公司是大还是小，这并不代表要与社会对立或者迎合社会。如果不绞尽脑汁做好两手甚至三手准备，如何能与前辈们竞争？为了生存下去，年轻人有必要变得圆滑一些。这是迄今所有关于跳槽和职业规划的书中从没写过的一种自保的“处世之道”。

如果事先做好了读书笔记，当时的所读所想就可以直

读的那一天做准备，重要的是让这本书保持自己随时可以接触到的状态。不管是放在枕边催眠用，还是随意放在客厅的桌子上，只要能在想读的那一个瞬间拿起书来，除了书架哪里都可以放。现在有很多名著都被翻拍成了电影或画成了漫画，也可以拿来借鉴。

当你终于凭借阅读的激情把名著读完，会发现自己感受到了它们在岁月长河中历久弥新的精华。

仔细想想，也许这种无法被轻易读懂的特质也是古典名著的魅力之一。如果你受不了开始读、读不下去、遗忘、接着重新开始读的循环模式，也可以先读读其他相关书籍，为读原著的攻坚战做好准备。

8 常带三本书同时阅读

我是没什么耐性的人，因此经常会带三本书在身上，以应对看腻了某本书的情况。再加上收录了百科全书的电子词典，所以我是绝不会无书可读的。

决定好这三本书涉及的领域也很重要。贪心地说，我得把包括古典名著、现代小说、报告文学、随笔、评论、

实用技巧书和商务书籍在内的各种图书，不管平装精装各带一本在身上才能100%安心。但是这样包会很重，而且出一次门是不可能读完几十本书的，于是我决定，三本中就应该带一本平装书。因为如果拿着精装书，很难在电车上一边抓着吊环一边读，所以要选择轻便小巧的书作为其中一本。

读小说的时候，如果对冗长的故事感到不耐烦，就马上换成政治评论；读了两三篇又觉得厌烦的话，可以再换本书读读轻快的随笔。没错，你可以根据心情随时转换目前阅读的书，别让多变的心情影响了读书。只要形成了这样的习惯，即使读到一本非常不好读的书，也可以通过换书来转换心情，轻松地渡过阅读难关。

如果你对读书感到厌烦了，那就开始写笔记吧。按照第三章的说明，马上开始在书上做记号、写笔记。同时阅读三本书，就意味着同时完成了三本书的**通读、重读、标记**这九道程序（见图5–4）。

把读书过程工序化以后，你在通勤时间里都会变得很忙：站着的时候要抓着吊环读书，坐着的时候要在书上

纸一边徒手做剪报了。

12 不能小看的有声学问

就像此前说的，对较难的内容，要先找“软肋”。从这个角度看，知识的获取途径并不仅限于读书。有时候针对某个领域，听演讲、看视频比读书更合适。所以，有声图书也是一种“软肋”。通过耳朵进行思想输入，得到的刺激一定与看书时不同。

不过最有效果的，还是在现场听到的。去参加研讨会和演讲会是非常主动的行为，所以更容易记住。而且在参加活动的过程中，你会同时用到视觉、听觉和嗅觉，这比只听声音更让人印象深刻。

大型连锁书店会定期邀请作家举办演讲或研讨会，如果想去，可以定期查找这方面的活动信息。而各地的企业大厦会举办演讲活动，大学也会开设公开讲座，只要多去官网看看就知道。

如果不想为这件事花钱，也可以多加注意，找到可以免费参加的演讲会或研讨会。比如在日本，各个代表活动

团体相应的活动领域如下：

- **商工会议所：商务、手工、人事、人才培养**
- **日本贸易振兴机构：贸易、国际商务、海外投资**
- **自治体：文化、历史、趣味、健康**
- **博物馆、美术馆：文化、历史、学术**

做笔记的方法和读书笔记一样，都是“葱鲔火锅式”的。这就像跟讲师对话一样，○后面是演讲者发言，☆后面是自己的感想，两者交互写在笔记本上。由此看来，笔记并不只是单纯的听写本，也是重要的思想仓库。

13 准备一支你想珍藏的钢笔

为了写读书笔记，我建议准备一支陪伴自己工作的钢笔（见图5-8）。用起来舒服的笔肯定比随手拿来的普通圆珠笔好多了。

对我来说，钢笔是读书笔记用笔的不二之选。德国品牌百利金旗下“帝王”系列的一款钢笔可以写出笔触较有分量的文字，正好适合用来踏踏实实地写读书笔记。用这支笔写字时既有充实感，又能在日后重读的时候感受到乐趣。

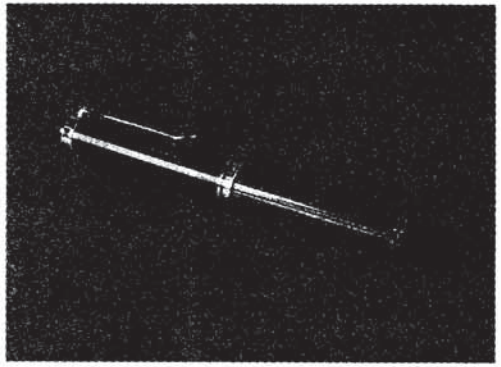


图 5-8 关键时刻使用的钢笔
图为我最爱的百利金“帝王”系列。用这支笔写字时会有种“闪亮登场”的感觉，因此让人精神一振。心情好了，摘抄自然也会变得顺利。

另外，使用用起来比较麻烦的笔，比如钢笔或铅笔等，会更容易激发干劲。据说作家杜鲁门·卡波特在写作前就会先用小刀削几支铅笔。削好一打左右的铅笔以后，他才会觉得“好，差不多该写稿子了”。大概在卡波特眼里，削铅笔就是调动起工作热情的方式吧。

心理学家指出，出于大脑构造的原因，简单作业的过程会带动起人们的热情，使其专心致志地投入工作，这就是工作热情。晚上收拾好房间以后反而会变得精神饱满，也是因为这个原因。

在我眼里，钢笔是最适合带动工作热情的文具了。想要写点什么的时候，可以先观察和调节出水状况，然后吸

足墨水、用纸巾擦掉多余的污迹。虽然准备起来工序很多，但从激发工作热情这一点来讲，钢笔比其他更顺手的笔更适合写字。而且，保养和维护自己喜欢的工具也是很令人惬意的，这一点只要看机动车迷对自己的爱车有多爱不释手就知道了。

14 名言要贴在显眼处

遇到让你深受感动的某句话时，就应该一字不差地记在读书笔记里。尽管只要重读几遍就不会轻易忘记，但我还是推荐下面这个方法，它可以把这句话更深刻地印在脑海中。

如果一本书中有句话让你觉得“一辈子都不想忘记”，可以把这句话复印下来，用透明胶带贴在桌上，笔记本的封面、文件夹等收纳用品的表面也都是适合贴名言的好地方（见图 5-9）。

在日后的生活中，我们每次看到贴着名言的东西，就会习惯性地注意到上面的内容。通过这样的行动，名言拥有了强大的存在感，十分吸引眼球。

三种笔：1. 喜欢的钢笔。2. 彩笔。

No.4	一支可以画出各种线条的软头笔
制造商	派通
商品名	多笔触签字笔
用途	写笔记、做记号

这种笔的笔尖可以像毛笔一样变形，只用这一支笔就能写出从极细到较粗的不同笔画。用软头笔写字会很省力，所以我经常用它来抄文章、写评论。软头笔画出来的线有着独特的起伏，在书上做记号是很醒目的。推荐选择几个喜欢的颜色一起用，根据心情换颜色。每次重读都用不同的颜色标注，还可以提醒自己重读了多少次。

No.5	笔迹流畅的水性圆珠笔
制造商	派通
商品名	Pentel 圆珠笔
用途	写笔记、做记号

本书中经常会出现需要手写的情况，即使书写量不大，这种单调劳动也是很辛苦的。这个时候可以准备很多类型的笔轮流使用，也许就能让心情变好。不管多便宜的笔都会给字迹带来变化，而享受这些字迹的转变也是写读书笔记的一个乐趣。我尤其推荐书写省力的钢笔、笔芯较软的铅笔和笔迹顺畅的圆珠笔，这些都不会为书写增加负担。

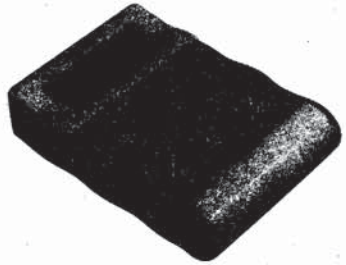
Spine Book Tower

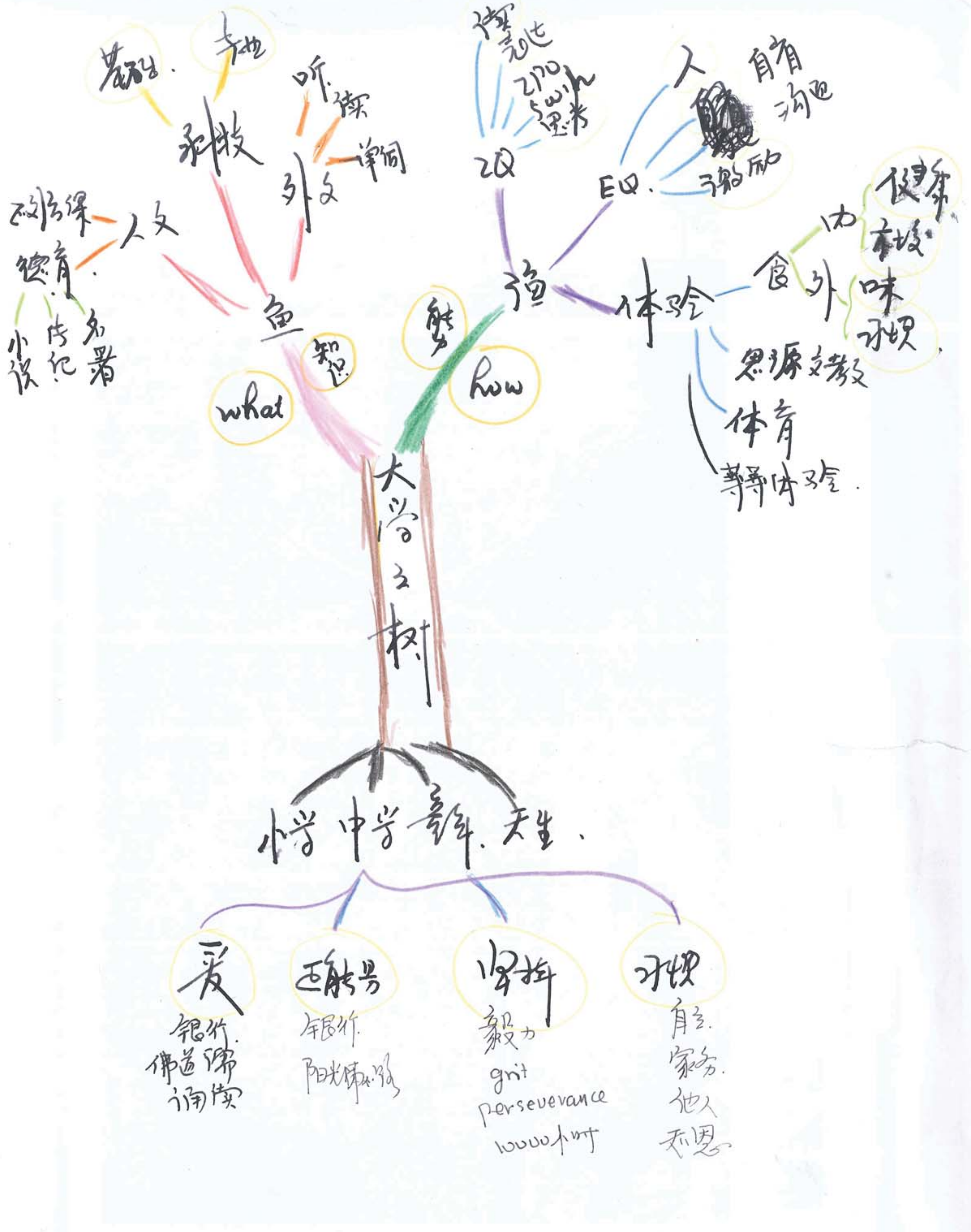
No.24	书山的好伙伴“一字板书架”
制造商	Sapiens
商品名	书架
用途	堆书、保存

这是我在购物网站看到后凭冲动买下的书架。这种书架可以把书堆得高高的，即使想从“山腰”取出想要的书，也可以轻松拿出。现在我正在把这组书架当作我的书山使用，旅行前一天从中选择十本左右正在阅读的书，就算随便抽取也不用担心发生“雪崩”。你可能会问“这不就是个放东西的平台吗”，没错，不喜欢堆书的人可能理解不了这种书架的好处吧。

No.25	厨房定时器
制造商	百利达
商品名	震动提示定时器
用途	时间管理

为了获取信息而阅读实用技巧书时，可以用定时器设置1小时后提醒，这样就能专心致志地速读了。你可以一边用余光看着定时器里的倒计时，一边调整读书的节奏，神奇的是，只要计划好了，就真的能在约定时间前三分钟读完。这就是定时的效果。图中的定时器还可以转换为震动模式，这样在公司、图书馆、地铁或宿舍里就不用担心打扰别人了。

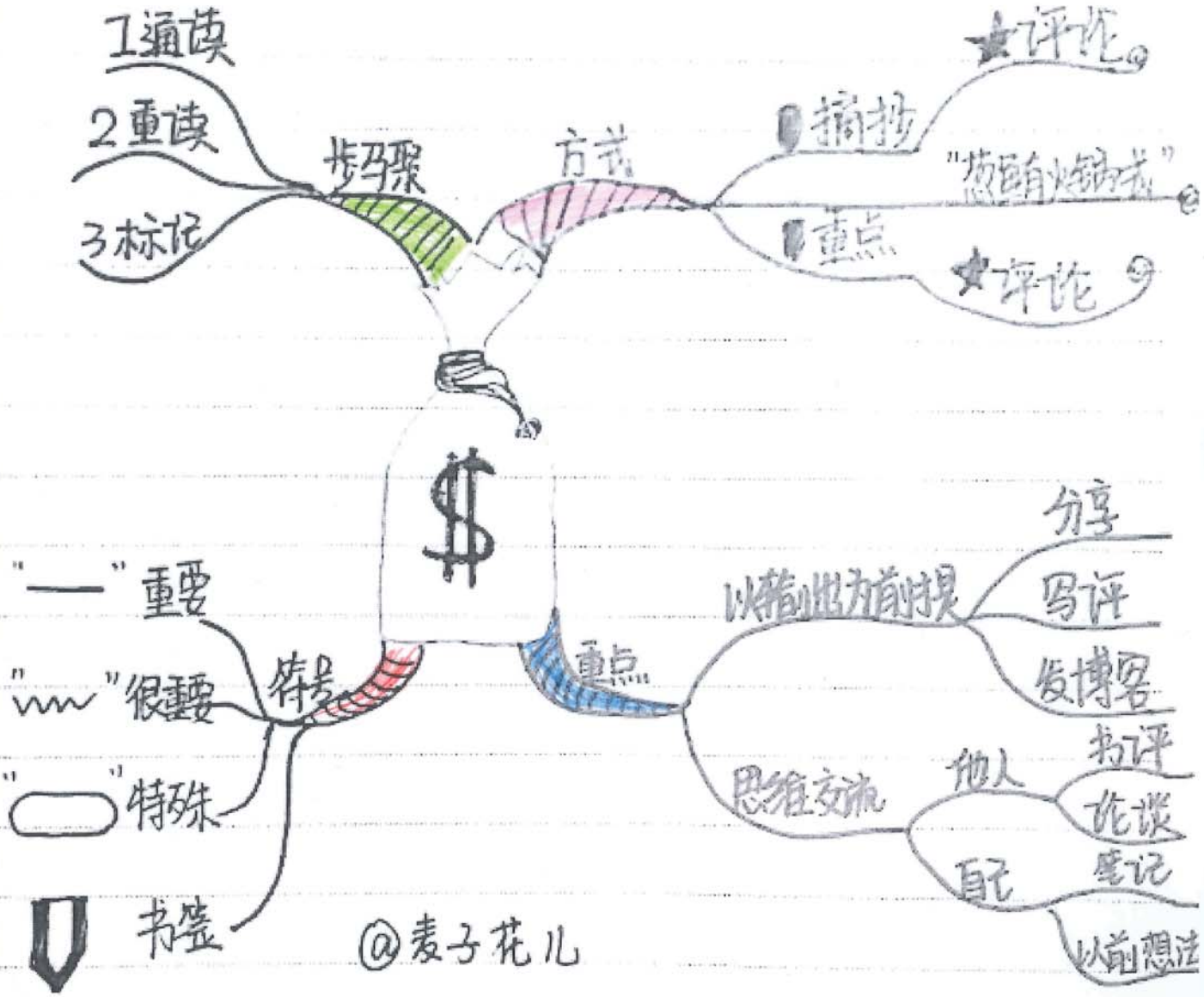




大学之树
鱼
渔
知识
what
how
科技
外文
人文
德育
小说
传记
名著
听
IQ
EQ
强
体验
食
外
味
体育
爱
坚持
习惯
毅力
grit
perseverance
10000小时
自主
家务
他人
感恩

160810 《如何有效阅读一本书》

Part 3 用笔记把书变成财富



♥ 写读书笔记实际上是把书"啃"一遍、通过摘抄、评论促进对书的消化。怎样检验自己是否已经"内化"呢？积极输出，分享、交流、应用。

Spine Book Tower

160810 《如何有效阅读一本书》

Part 3 用笔记把书变成财富

♥ 写读书笔记实际上是把书"啃"一遍、通过摘抄、评论促进对书的消化。怎样检验自己是否已经"内化"呢？积极输出，分享、交流、应用。

160812 《如何有效阅读一本书》

① 不依赖网络的用参考书《地图、百科全书、年表、词典…》

② 勿读百科全书 ? + 思想 好奇心

③ 通过订阅来提醒自己

④ 书店里不只有新书旧书还有意外发现

⑤ 由浅到深吃透难懂图书

⑥ 把书堆成山读书不再难

⑦ 把名著放枕边

⑧ 常带三本书同时读 1 2 3

⑨ 家里的每个角落放满书

⑩ 去掉外封让读书变得更轻松

⑪ 杂志要边撕边读

⑫ 不能小看的有声学问 演讲 视频 音频

⑬ 准备一支你想珍藏的钢笔

⑭ 名言要贴在显眼处

⑮ 读后感从摘抄开始

⑯ 用复印机让读书更方便 copy

⑰ 用"独创版权页"记录书的履历 "年-月-日"

⑱ 书与笔记交叉使用 书 ⇄ 笔记

⑲ 书架是生活的基地

⑳ 立刻动手拿起书读！

日暮风吹过，想起 你

@麦子花儿 —《让读书更充实的19个小技巧》

读我

Readme.in

2018年8月19日 由ADMIN

林彪的读书法：用此法思想会更成熟费力会更少

1951年11月21日，林彪在中央军委第二次全军宣教文化工作会议上作报告。

从浩瀚的马列主义著作中寻章摘句，然后制成语录卡片，通过读语录卡片来学习马列主义理论，这就是林彪的读书法。

1965年他学习毛泽东的《实践论》、《矛盾论》的时候，除了读语录卡片外，还要李春生把书中阐述的理论关系**用图表体现出来**，然后由我抄写在一整张图画纸上，挂在客厅里供他阅读。林彪还用过“剪贴法”来读书：在读一篇文章或是一本书时，选择他认为“有用”的话剪贴起来。据老秘书讲，一本《共产党宣言》被他剪到最后只剩下“大工业、大机器”几个字。

我发现林彪读书有很明确的目的性，总是**围绕着他当前考虑的问题来读书**。一个时间段，围绕一个什么专题制作卡片，主要从谁的书上选择卡片内容，都是林彪自己提出的，**秘书只需照他的要求看书**，从书中把相关论述查找出来就行了。1964年10月到1965年初，他主要是围绕军队工作要“突出政治”这个问题读书。所以，那段时间制作的卡片都是马、列、毛泽东关于政治与经济、政治与军事、政治与业务、政治与技术的关系以及物质与精神的相互关系等有关论述。

1965年春他重点学习毛泽东的《人的正确思想是从哪里来的？》和毛泽东的《实践论》、《矛盾论》，制作了大量关于唯物主义认识论和唯心主义先验论有关论述的卡片。文化大革命爆发后，林彪集中的读书活动少了许多，直到1969年初为准备“九大”政治报告，他才一面让陈伯达起草那份《为把我国建设成强大的社会主义国家而奋斗》的报告稿，一面自己着手研究马列主义关于大力发展社会生产力，努力满足人们日益增长的物质和文化生活需要这方面的论述，为自己在“九大”作口头报告做准备。

林彪说，“学习毛主席著作，要带着问题学，活学活用，学用结合，急**用先学，立竿见影，在用字上狠下功夫”**，实际上，是他自己读书学习的切身体会。

林彪为什么不去一本一本地读马列原著，系统地、完整地掌握马列主义理论，而只热衷于读书中的语录呢？这个问题也许可以从林彪1960年在军委扩大会议上的讲话中找到答案。在那次讲话中，林彪说：“什么东西**是‘完整’的、‘系统’的？我说这些都是糊涂观念**。不同

的对象，应该有不同的学习方法，对自然科学的学习，是应该比较系统的。比如说，学数学、物理、化学，**前面不学，后面就没有办法理解。**对社会科学，就不一定那样去学，这是另外一种对象。社会科学无非是历史唯物论和辩证唯物论，它是用不同的形态，渗透在每一个问题中间去的。在个别中间有一般，这个一般就是历史唯物论和辩证唯物论。你学一部分东西，就可以了解这个一般。”

“马克思、恩格斯、毛主席，**他们并没有编出一本书，叫你从第一课学到最后一课。**”

“搞什么‘完整的’那一套，把那个东西神秘化，费力大，得不到什么好处。**费力很大，使用很少。**”

“应该是用啥学啥，需要什么东西，学什么东西。”林彪强调：“**我们要站在书上来读书，不要爬在书下来读书。**要批判地读，要吸收地读。**书应该为我服务，而不是我为书服务。让书牵着鼻子走，我不干。**”

从这段话可以看出林彪读马列著作的态度和方法：做书的主人，学书中渗透着的具有一般指导意义的立场、观点、方法。“用啥学啥”，而不是为了“系统”、“完整”而“让书本牵着鼻子走”。

林彪认为，围绕专题做卡片是读马列著作的好方法，**卡片法帮他从本本中跳了出来。**

1964年3月，林彪口授说：“经典著作有黑格尔文风，**难读。**”

“卡片办法解决了食古不化、融会贯通、茫无头绪、浩如烟海的困难。早有此法，**思想就会更成熟，费力会更少。**”

林彪在盛赞卡片法的同时，对怎么看书、怎么选语录、怎么做卡片也有过明确要求。他交待秘书说：

“看书做卡片。卡片分两类，一类是基本卡，一类是临时卡。比如宗教、艺术、道德；又如农业合作化等等，可以随时查找，做临时卡。而历史唯物主义这方面的问题做基本卡。”

“书主要读马克思、恩格斯的著作，这些著作中主要是看历史唯物主义方面的东西。马克思、恩格斯**最重要的理论贡献是历史唯物主**义。如生活、生产与消费、技术工具的作用；如论人的作用、思想的作用以及上层建筑的作用；社会生活、社会划分为阶级、阶级斗争；论党、论无产阶级组织政党之必要等等。这些问题都是散在他们的著作中，（通过做卡片）把分散的论点按问题集中起来。凡属

于同一内容、同一含义的都要，**字句差不多的也要，不要怕重复。只有一两条就记不住，有几十条就可以加深印象。**”林彪说，这样学力量就够，才可能，不然力量不够，也不可能。这也要集中精力打歼灭战。

林彪从读马列语录中尝到了甜头，因此他就倡导部队干部战士学习毛主席语录。从指示解放军报每天结合头版头条内容刊登一段毛主席的话，到指示总政编辑出版《毛主席语录》，“像发武器一样”发给部队每一个干部战士，都是基于他自己学习马列著作的体会，从当时部队文盲成分多，干部战士文化素质普遍偏低的实际情况出发做出的决定。士兵和老百姓读毛选四卷有困难，读《毛主席语录》就比较容易。**《毛主席语录》是林彪发明的现代《论语》**。通过它把毛泽东思想普及给全中国人民，应该说是一个创举。

我抄写的读书卡片到了林彪那里，他会先让秘书或内勤念给他听一遍，**然后再精挑细选，反复研读**。从我每次给他念卡片的情形看，他听得很认真，对感兴趣的卡片会让挑选出来，只有他让选出来“留下”的卡片他才会自己拿着看。常常是，几十张、上百张卡片读完后，留下的不过一二十张。而当林彪戴上老花镜或拿起放大镜用自己的双眼阅读这些卡片的时候，又会扔在地毯上一些。经过这样一遍遍阅读、筛选程序剩下来的卡片常常仅有几张、十来张而已，这才是林彪留着自己反复读的“书”，而“书”中哪些字句是“有用”的，哪些字句是“废话”，他还要甄别。

Of Study ——《论读书》Francis Bacon王佐良先生，
读书的目的

Studies serve for delight, for ornament, and for ability. Their chief use for delight, is in privateness and retiring; for ornament, is in discourse;and for ability, is in the judgment and disposition of business.
读书足以怡情，足以傅彩，足以长才。其怡情也，最见于独处幽居之时；其傅彩也，最见于高谈阔论之中；其长才也，最见于处世判事之际。

林彪的读书方法是针对是第三个目的的

提到“老三篇”，略微上了点年纪的人都知道，这是对毛泽东《为人民服务》《纪念白求恩》《愚公移山》三篇文章的合称。这三篇文章确实对中国人的精神境界和人生品格产生过极大影响。那么，这三篇文章为什么被合到一块儿称之为“老三篇”?它出版前后的情况如何?却鲜为人知。

人们爱读的三篇文章

提到毛泽东上述文章为什么被合称为“老三篇”，应该承认的是，这确实是人们爱读的三篇文章。

《为人民服务》一文，是**1944年9月**，毛泽东在中央警备团追悼一个普通战士张思德的会上的讲演，新中国成立后收入《毛泽东选集》第3卷。毛泽东在这篇讲演中赞扬了张思德身上体现的为人民服务精神，提出了“我们这个队伍完全是为着解放人民的，是彻底地为人民的利益工作的”著名论断，并且把**为人民服务上升到共产党人的人生观、价值观的高度，提出了为人民利益而死比泰山还重的价值观**。毛泽东还把为人民服务作为共产党人自身修养的根本出发点，提出了“对人民有好处”是我们坚持真理修正错误从而加强自我修养的立足点。非常明显，毛泽东这篇文章，是适应时代要求而产生的一种新的道德思想。中国经过几千年封建统治后转变为殖民地半殖民地，陈腐的观念长期占统治地位，影响着国人的思想，中国人在忍受深重灾难的同时，也受着落后观念的浸染，包括一部分共产党员在内的许多中国人，在世界观、道德观、修养观方面，还处于迷离状态。而毛泽东的《为人民服务》一文，恰恰在此时树立了一种全新的精神境界。这种精神境界不仅和共产党的纲领相合，而且为中国人提升思想境界，改造精神面貌，指明了总方向。因此，毛泽东这篇文章一发表，立即受到共产党员和追求进步的中国人的喜爱。一直到新中国成立，为人民服务，不仅是共产党员的宗旨和口号，而且成为一种全民拥护并努力践行的准则。改革开放时期，邓小平进一步发展了毛泽东的“为人民服务”思想，明确地指出，人民满意不满意、人民高兴不高兴、人民赞成不赞成，应当成为检验我们一切工作的标准。今天，习近平总书记更加强调共产党人必须确立为人民服务的宗旨，并将其上升到社会主义道德建设核心的地位。正是因为毛泽

习近平主持十九届中央深改组第一次会议
蒋某人既然是千古完人，为什么有这么多的人反
钮文新：金融需要“言行一致”
李若谷：中国会出现债务危机吗？
田间一滴雨：巧遇AF再评《战狼2》——观看《
陕西成吨苹果堆积
郭松民观影笔记：“父亲”形象的变迁——观
涨知识：认识湿气、浊气、寒气，冬季养生的必备
富士康辞职打工妹哭诉:在工厂上了8年“夜班
钟乔|身体革命：新工人剧场

点击排行 24小时 一周 一月
铁路部门传来大消息 意义深远
尹国明：这已非个人间恩怨，而是影响社会未来的重
张全景《诗书画毛泽东》序言：献给十九大的一部
黄奇帆与重庆：一座山城的逆袭之路
北大青年教师：认为马克思主义洗脑 本身是一种
老田：当一个暴躁的精致利己主义者遭遇到南街傻

林彪的读书生活

□ 李 德/口述 舒 云/整理

李德，解放军总后勤部副军职离休干部，1928年生于苏州，1945年参加革命。1959年12月至1965年任国防部部长林彪办公室中校秘书，之后任高等军事学院社会科学教授会教员、总后指挥学院副教授、总后政治部副秘书长等职。

“书虫”林彪：独特的读书方法

1960年1月，林彪在广州珠江宾馆主持召开全军高级干部会议。作为新任国防部部长，林彪要在会上就形势与任务发表讲话。新任伊始，有许多问题需要明确回答，特别是战争与和平问题此时在国际上被搅得十分混乱。虽然林彪并不是发表公开讲话，但面对几百万解放军官兵，在这个大是大非问题上必须旗帜鲜明亮出自己的观点，林彪决定从列宁的著作中看一看他对战争与和平问题的基本观点。因为列宁的话更具权威性。他向秘书交代：“从广州军区政治部借一套《列宁全集》来，现在就要！”

秘书把书找来后，他数了数共有38卷。林问：“就这些吗？”秘书答现在已出版这么多。于是林彪和秘书分了工，第1卷至19卷由秘书看，第20卷至38卷由他自己读。他指示秘书把凡是讲到战争问题的语句章节都摘抄下来做成卡片。他自己读的部分由他用红笔划出，找别人帮助摘抄。并且要求两天之内完成。秘书担心，后19卷分量大，是不是秘书多承担一些，林彪回答说：“从1914年到1918年正是第一次世界大战时期，这一段时间，有关战争与和平问题列宁的论述最多，还是我自己来看。”两天过去了，林彪的办公桌上放着200多张卡片。

他一边翻检，一边分类，有的还用红笔在旁边加注，显然已胸有成竹。为了对“战争与和平”问题作出权威性的回答，竟然把《列宁全集》全面复习了一遍，这种严谨的态度确实

台湾的视角看江青，比如详细考证“江青与蒋家的裙带关系”，甚至还列出“江青与蒋家的关系表”——因为江青前夫俞启威（黄敬）与台湾前“国防部部长”俞大维有着亲戚关系，而俞大维与蒋经国是儿女亲家，于是江青与蒋家也有着“裙带关系”。另外，还有“陈立夫救过江青的丈夫”之类，也是台湾作者才会有浓厚兴趣加以查证的。

毕竟隔着一道海峡，台湾作者对于江青历史的研究有许多明显的误区。我发现，这篇文章的错误之处比比皆是。比如说，20世纪30年代江青在上海被国民党特务逮捕时“乃将党证吞下”。那时中国共产党党员并无党证，中国国民党党员才有党证，作者显然是以国民党来推论共产党。文章称江青在“1939年1月下嫁毛泽东”，把时间弄错，毛、江结婚是在1938年11月。文章又称，“1976年10月5日，叶剑英、华国锋、李先念、陈锡联、汪东兴等5人在解放军总部召开秘密会议，决定立即逮捕四人帮”，这纯系子虚乌有；文章还称，“汪东兴在10月6日凌晨到钓鱼台逮捕王、张、江、姚四人”，更是与史实明显不符……

其实，这篇文章给我以有益的提示：作为大陆作者，在写及台湾的历史情况时，千万要仔细查证，因为两岸毕竟隔着一道海峡。

读《新新闻》，我如同穿过时光隧道，在当年的台湾政坛漫游，从中得知台湾许多政治事件、政治人物、政党的来龙去脉，大有温故而知新之感。由于大量复印了《新新闻》上我所感兴趣的报道以及相关的台湾图书，以致回上海时托运的行李重了许多。这批复印件，无疑将成为我研究台湾政坛的重要文献资料。

（作者系文史学者、作家，本刊编委）

不同寻常。随后林彪在会上作了长篇发言。

会议结束了，大政方针基本上定下来了，于是如何带兵、爱兵、用兵的问题又提上议事日程，会上确定的大政方针也要一项一项落实。林彪对秘书说："你再给我找一些书，主要是古代的兵书。这些书里有许多带兵之道、养兵之道、用兵之道，很有用处。能借就借，不能借就买。"这时已进入2月，临近春节，林彪正是想利用假期，较少日常公务的干扰，多读些书。秘书从广东省图书馆古籍书刊部查出一部《武经七书直解》，是清代末年的木刻本，一共10册，看起来还未曾借出过。秘书立刻请广州军区政治部协同办了借书手续，把书借到手。《武经七书直解》是从先秦到唐朝初年先后刊行的七部兵书的合编，包括《孙子兵法》等。

林彪看到这部书十分高兴，像得到什么宝物似的，马上喊叫"叶群，叶群！"没等叶群问话就说："叶群，我告诉你，今天借到一部好书，我们两个人一起来看。"就这样整个2月份，林彪从早到晚除了吃饭、睡觉，一直埋头读这部书。叶群也跟着读。办公室也忙起来，两个秘书，一个尉官，还有两个只有初中文化的内勤，一齐动手，都来参加抄兵书语录。按照林彪红笔勾画的记号，一句或一段话抄一张。然后分别按坚定正确的政治方向，艰苦朴素的工作作风，灵活机动的战略战术，团结、紧张、严肃、活泼这七个专题分类汇集。

从林彪的神情看，这段时间，他显得轻松、惬意，一有空就和叶群谈这部书，说这是"中国古代兵家的重要遗产"，还说"要是都翻译成白话文就好了，可以让干部都读一读"。后来叶剑英来看林彪，林彪向叶帅推荐了《武经七书直解》，并且建议：是不是可以组织一些专家，把该书翻译成白话文。（事过20多年，到了1980年代，由中国人民解放军军事科学院编译成的古文和现代文对照的《武经七书》终于出版，这是后话。）

提起这部《武经七书直解》，还有一段插曲。林彪有个习惯，凡是他读过的书就单独保存，其他人员甚至叶群都不能随意翻动。

这部书是借图书馆的，只能用一个月。40天过去了，图书馆向广州军区政治部经办人催要。秘书向叶群请示怎么办好。叶群知道林彪的习惯，又何况林彪十分珍爱这部古籍，就让秘书以国防部办公厅秘书的名义同图书馆商量，再延期三几个月归还，但一定不要透露是林彪正在用这部书，等回到北京想办法买一部。秘书也只好这样办了。后来回到北京，秘书几乎跑遍了所有的中国书店旧书门市部，都没有找到，而且许多老营业员都不知道有这么一部典籍。秘书几乎绝望了。每天抱着试试看的心情去逛旧书店。一天偶然在隆福寺小街，发现一家门面很小的旧书店，就进去询问有没有这样一部书。营业员回答说没有，但又说店后面有两间书库，你要有兴趣可以自己找找。秘书在书库足足翻了两个小时，终于发现一部《武经七书直解》，与广州借的那一部同一个版本，只花了10元钱就买下了。秘书向叶群汇报了买书经过，叶群也喜出望外，向林彪作了报告："101，我们又买到一部《武经七书直解》。这回好了，可以还给广东省图书馆了。"从此，林彪给秘书交代了一个任务："有空的时候多去旧书店走走，发现好书就买下来，就算是你们替我逛书店。"这里需要说明的是，"101"是林彪在东北野战军任司令员时的代号，叶群几十年来一直用"101"称呼林彪。

3月，林彪看到叶群通读《武经七书直解》后，打下了一定的读古籍文献的基础，就让她趁热打铁，读《纲鉴易知录》。他自己读《资治通鉴》。林彪读书很快，他有自己独特的方法。秘书们有时也一起议论，首长看书速度怎么这么快。后来有一次林彪和秘书闲谈时谈到，如何读大部头书。他说：每读一本书都要有明确的目的，有重点，有针对性，有些章节要精读，有些可以粗读，有些索性不读。读书切忌平均使用力量。有时一目一页，有时一目十行，有时则十目一行，这样就可以大省精力。为了让秘书提高读书的效率，事半功倍，林彪曾多次重复讲这些话。

4月，林彪回到北京，他让秘书到书店买一些古代名家论述政治方面的书。秘书听后有些发愣，不知该买些什么书。林彪立刻补充说：比如贾谊的《过秦论》、诸葛亮的《（前后）出师表》等都属于这一类。秘书恍然大悟，于是到书店给他买回了一部线装的《昭明文选》。林彪连连说：对，对，我想找的就是这一类的书。一连十多天，他就读这部《昭明文选》。

在读书上，林彪还有个习惯，他的书桌平时只摆一部书，其他书刊统统不能放。这部书读完，再换另外一部。他曾引用一位古人说过的话："心中书不可少，案头书不可多"，这样才能专心致志做学问。

这一年4、5月间，林彪围绕"政治工作是

我军的生命线”这个命题，反复研读了毛泽东有关政治工作方面的论述，在这个基础上提炼了“政治工作是提高我军战斗力诸因素中的首要因素”这句话，以题词的形式公开发表。

一封群众来信进一步坚定了林彪的“政治观”

1960年8月间，林办收到军委办公厅秘书处转来的一封群众来信。信封上写着：寄中华人民共和国国防部林彪部长亲收。因为是亲启信件，秘书处信访组未擅自拆封，林彪秘书拆开信封看完，是一封控告信，控告军人违法乱纪，信写得很长，主要内容是：

我是一名女青年，我热爱解放军。解放军是保卫老百姓的。可是我万万没有想到解放军里也有坏人。上星期日，在卢沟桥以西，我步行回家，有一名穿着军服的人在身后跟着走，因为是解放军我没在意。当走到一片玉米地时，该人突然从后边抱住我，把我强行拽到庄稼地里，我拼命挣扎喊叫，四周无人，我敌不过他，无可奈何……请您帮助我把这个衣冠禽兽查出来，给我雪耻。我受害地点附近有一所装甲兵学校。我记得在我跟他拼打时，曾揪掉他军上衣的一个扣子。请林部长快点清查，把坏人从军队里清除出去……

秘书看过信后，向林彪作了口头汇报。林彪对这封信极为重视，让秘书把原信再从头至尾念一遍。他紧锁双眉，一言不发。停了好一会儿，让秘书把控告信放在桌上，语气沉重地说：“你给萧向荣（军委办公厅主任）打电话，请他来一趟。现在就来。”

此时，前毛家湾的寓所正在翻修，林彪的小办公室暂时设在万寿路新六所，这里离国防部大楼约15公里，萧向荣最快也要20分钟才能到达。林彪就在过厅散步，这是他的老习惯。每逢约见客人的时候，他总在门道或过厅漫步，边想问题，边等客人。当萧向荣在秘书引导下走进客厅时，林彪立即朝沙发的方向一指：“来得好，请坐。”随着话音自己也坐到沙发上。

林彪对萧向荣说：“刚刚看到一封群众来信，告状的。写信人对解放军很热爱，可是她受了害。你把信带回去多打印几份，送军委办公会议成员每人一份。当前部队思想工作有不少问题，有的领导人什么都抓，就是不抓作风建设，忙于事务。这样忙下去，坏人坏事越来越多，没有人管嘛！这封信又是一个警告，切中要害，军委要考虑开个会，专门议一议这件事。”林彪又交代说：“可以先开一次军委办公会议，把这封信作为一个议题，同时告诉总政治部，尽快查明坏人，严肃处理。”

由于这封信提供了具体时间地点，特别是“揪掉一个扣子”这个情节，总政保卫部在装甲兵学校密切配合下，很快查到作案人，公审后判了刑。有关部门对受害人也做了善后工作。作为一个案件可以说告一段落了，但林彪的思路并未停止，他仍在思考。联系前不久看到的海军所属某水警区一个基层单位党支部“基本烂掉”的《情况通报》，林彪更加肯定地认为思想工作松不得。

林彪感到不解的是，近几年来每次讲话都特别强调政治的重要，给政治机关撑腰，鼓励政治干部大胆工作，为什么在实际工作中没有回声？

独特的夜间思考方式

林彪意识到虽然断断续续讲得不少，之所以没有引起有关部门的注意，可能是讲话缺乏深度，遂决定从调查研究做起。林彪让秘书帮忙办两件事，一件是让秘书到附近的连队、机关搜集现在连队士兵使用的政治教材，从总政治部、大军区政治部直到军政治部编写的统统要；同时找一些不同类型的连队指导员，了解连队政治课是怎么讲的，连队对上级政治机关有什么要求，教材搜集得越多越好。林彪对秘书说：“我想知道现在连队政治教育是怎么抓的，必要的话你可以找几个战士座谈。”

林彪让秘书做的另一件事，是要秘书看一些书，搜集理论资料，主要是马、恩、列、毛关于物质第一性、物质的作用，精神第二性、精神的作用，物质与精神的关系，精神、思想起不起重大的决定作用。林彪嘱咐秘书把这些相关内容摘抄成卡片，并说：“这些天我想了很久，马克思主义哲学讲物质第一性，精神第二性，这是就世界的本原讲的。但是，是不是第一性就是第一等的重要，第二性就是第二等的重要？它们之间能不能相互转化？有关这方面的论断不怕多，摘录的越多越好。不同年代讲的同样内容的话，即使一字不差也摘下来，注明不同的出处。”

秘书从附近的连队、驻京院校图书馆、总政治部宣传部士兵教育处等部门一共找到30余种连队政治教材。整整一个月，林彪一直翻阅

这些材料和讲话，还有一张张卡片。他对搜集到的士兵政治教材看得很细，说："红军时期不用说，就是解放战争时期连队要看张报纸也很困难，更难得有这么多教材。现在连队要比以往条件好得多，有条件把政治教育搞好，这些教材编得不错，问题在于不应该照本宣读。很好的一本教材，硬是规定几个月分几次讲完，像教科书一样，缺乏生气。青年人的思想很活跃，不同时间、不同任务都有不同的变化，硬性规定讲一本书，讲来讲去老一套，听不听一点钟。长此下去，势必流于形式。"

林彪研究马、恩、列、斯、毛的语录卡片时，不时有旁批。

在这些日子里，内勤公务员每天早晨做清洁时，总要从林彪床边的地板上收拾起一些写有几个字的办公用纸。这是林彪的重要工作习惯之一，在他的办公桌、客厅、床头柜都要放一些十六开的白报纸和削好的一支支铅笔。每逢他思考问题有所得的时候，就立即随手记下，有时是整句的话，有时只是反映思想火花的一两个字。夜间也是如此。当他躺在床上突然想到什么问题或有所悟的时候，不必开灯，顺手在床头柜摸到铅笔写在纸上，为了避免重叠而字迹不清，他写一张就往地上扔一张，既不会遗忘，又不致影响入睡。他把这一点一滴的思路看成是思想智慧的"珍珠"。第二天把这些零散的"珍珠"收拢起来，经过逻辑排列，编织成连贯的讲话提纲。他的大部分讲话，特别是党内、军内重要会议的讲话，就是在这样的基础上深思熟虑而成的。这也从一个侧面反映了林彪的独特风格。在没有电脑的年代，这种方法也算难能可贵了。（顺便提一下，7月林彪全家到庐山度假时，带了两本书，一本是《曹注孙子》，也就是曹操对孙子兵法的评注。这本书他不知已读过多少遍，封面都破了，还在书上做了不少眉批和腰批；另一部是克劳塞维茨的《战争论》。林彪读过许多西方名著，他的小图书室内陈列的书说明了这一点。但是他常常挂在口头上的，也是他比较喜欢的西方名著有"四论"，即赫胥黎的《天演论》、达尔文的《进化论》、克劳塞维茨的《战争论》和马克思的《资本论》。有一次林彪自言自语："四论四论，都是学问。"）

毛泽东阅后批示："这是个创造"

需要是创造之母。通过几个月的读书、思考、查资料，林彪终于完成了在军委扩大会议上讲话的准备工作。

1960年9月中旬的一天早晨，林彪匆匆吃过早饭，招呼副官："走！开会去。"这时候只见他手里拿着一张白纸，上面用铅笔写着四行大字：

人的因素第一，政治工作第一，思想工作第一，活的思想第一。

200多名高级军官聚精会神地听林彪讲话。林彪胸有成竹，滔滔不绝，一气呵成。酝酿了几个月，讲了一小时。最后林彪如释重负，"四个第一"产生了。

会议期间，决定仿照古田会议的形式起草军委扩大会议决议。为了广泛汲取到会同志的智慧和经验，成立了两个起草小组，一组由空军吴法宪中将牵头，二组由济南军区政治委员梁必业中将主持。两个组同步进行，拟两个决议稿，然后分发各组研究讨论、比较。最后确定一组的稿子为主，吸收二组的有关章节，合二为一成为送审稿。会议结束后，林彪的讲话和《关于加强军队政治思想工作的决议（草案）》送毛泽东审批，同时报送中共中央各常委。

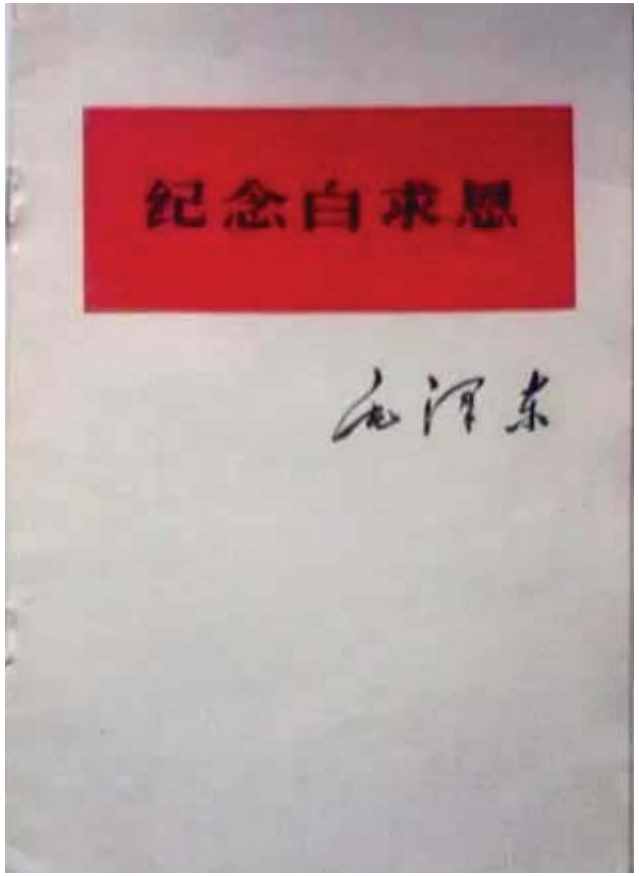
总政治部在上报决议草案时，把林彪所讲的"四个第一"的部分，稍加文字修改后纳入决议的序言中。

林彪的原话是：在政治工作领域中，要正确处理四个关系。一是武器和人的关系。打仗时武器也要，人也要。但是武器要人去使用，人不勇敢，武器就不能充分发挥作用，所以战争的胜利还是靠人；二是各种工作和政治工作的关系。军队工作有司令部工作、后勤工作，有军事训练、文化教育，等等。政治工作做好了，人的积极性、创造性发挥起来了，各种工作就都能做好。从这一环着手，一通百通；三是政治工作中各种工作和思想工作的关系……四是书本思想和活的思想的关系。书本要读，但是重要的是掌握活的思想，书本教育要同实际相结合……

林彪讲话的记录稿报送毛泽东审阅。毛阅后立即批示："四个第一好，这是个创造。"林彪看过毛泽东的批件之后，默默一笑，随口说："四个第一也是逼出来的，这本来是总政治部的事，我越俎代庖了。"

（作者系文史学者）

东《为人民服务》一文具有这样的重大历史价值，因此，它受到包括共产党人在内的广大人民群众的喜爱，在国人中流传，就成为一种自然而然的现象。



◆《纪念白求恩》。

《纪念白求恩》一文，是毛泽东于**1939年12月**为八路军政治部、卫生部于1940年出版的《诺尔曼·白求恩纪念册》所撰写，原题为《学习白求恩》。新中国成立后将此文编入《毛泽东选集》第2卷时，题目改为《纪念白求恩》。毛泽东在这篇文章中，除了高度赞扬了白求恩的共产主义、国际主义精神外，更重要的是提倡一种共产党人应该具备的品德，即：毫不利

宋涛同朝鲜劳动党中央领导人会谈 通报中共十
妈妈眼中的致丽大火：这辈子再也不去广东了！

评论排行 24小时 一周 一月

鲁迅语录精选
李印祥：美国不但“政治衰朽”，而且“经济衰朽”
刘伯行：十月革命颂
清江游：美国·反恐·战略骗局
王忠新：毛泽东夺取东北“棋高四着”（上篇）
辽宁王忠新：毛泽东夺取东北“棋高四着”（下
中国开启更高层次开放型经济新征程
岳青山：矛盾的普遍性万万否定不得——纪念《矛

己专门利人的精神，毫无自私自利之心的精神，对工作的极端的负责任，对同志对人民的极端的热忱。他强调：“一个人能力有大小，但只要有这点精神，就是一个高尚的人，一个纯粹的人，一个有道德的人，一个脱离了低级趣味的人，一个有益于人民的人。”毛泽东在这篇文章中，把共产党人应该具备的品格加以高度概括，发表后即成为共产党人和积极上进者进行自我修养时可供对照也可供自励的简明扼要又道理深邃的读本。

《愚公移山》是**1945年6月毛泽**东在党的七大上致的闭幕词。愚公移山这篇中国古代寓言成为展开全文的故事基础，并且直接作为文章标题。文章中倡导的愚公精神，实际上就是共产党人的钢铁意志，毛泽东用“下定决心，不怕牺牲，排除万难，去争取胜利”概括了这种意志，同时毛泽东也说明了共产党的上帝是全中国的人民大众，我们一定要依靠人民的道理。可以说，《愚公移山》这篇文章，既简明扼要地阐明了共产党人的精神意志，又说明了共产党力量的源泉。

毛泽东上述三篇文章发表的时间有先后，但都无一例外受到了共产党员、人民军队指战员的喜爱。国统区追求进步的人们也很喜爱这些文章，当年国统区各大中学校的学生中暗自传阅着这些文章的油印本。进步的人们为什么喜爱毛泽东这三篇文章?其实，从大的历史视角看，这与当年中国人民经历上百年黑暗和战乱，**精神上陷入迷茫，迫切需要有一种健康的精神追求，有极大关系。也与共产党正在走向辉煌，它的理念正在播向全国人民有极大关系。**共产党的根本宗旨、精神境界、奉献精神、坚强意志，正适应时代和人民的进步需求，中国人中的先进分子，对于上述精神层面的追求，有普遍的认同感，并且达到了入心入脑的程度。

毛泽东上述三篇文章受到人们喜爱，还在于写得短小精悍，文字生动。毛泽东在写这三篇文章之前，写过很多文章，大都是文字雄健有力，逻辑推理严谨，道理阐述深刻之作。**但这三篇文章**为什么受到更广泛的欢迎?这与它们的特点有关：**三篇文章中都有人物，有故事;三篇文章中都用简明语言阐述深刻道理;道理讲述入情入理，**又十分深刻;三篇文章都通俗易懂;文化程度高的人为文章的逻辑和哲理所折服，文化程度不算高的人也读得懂，记得住。

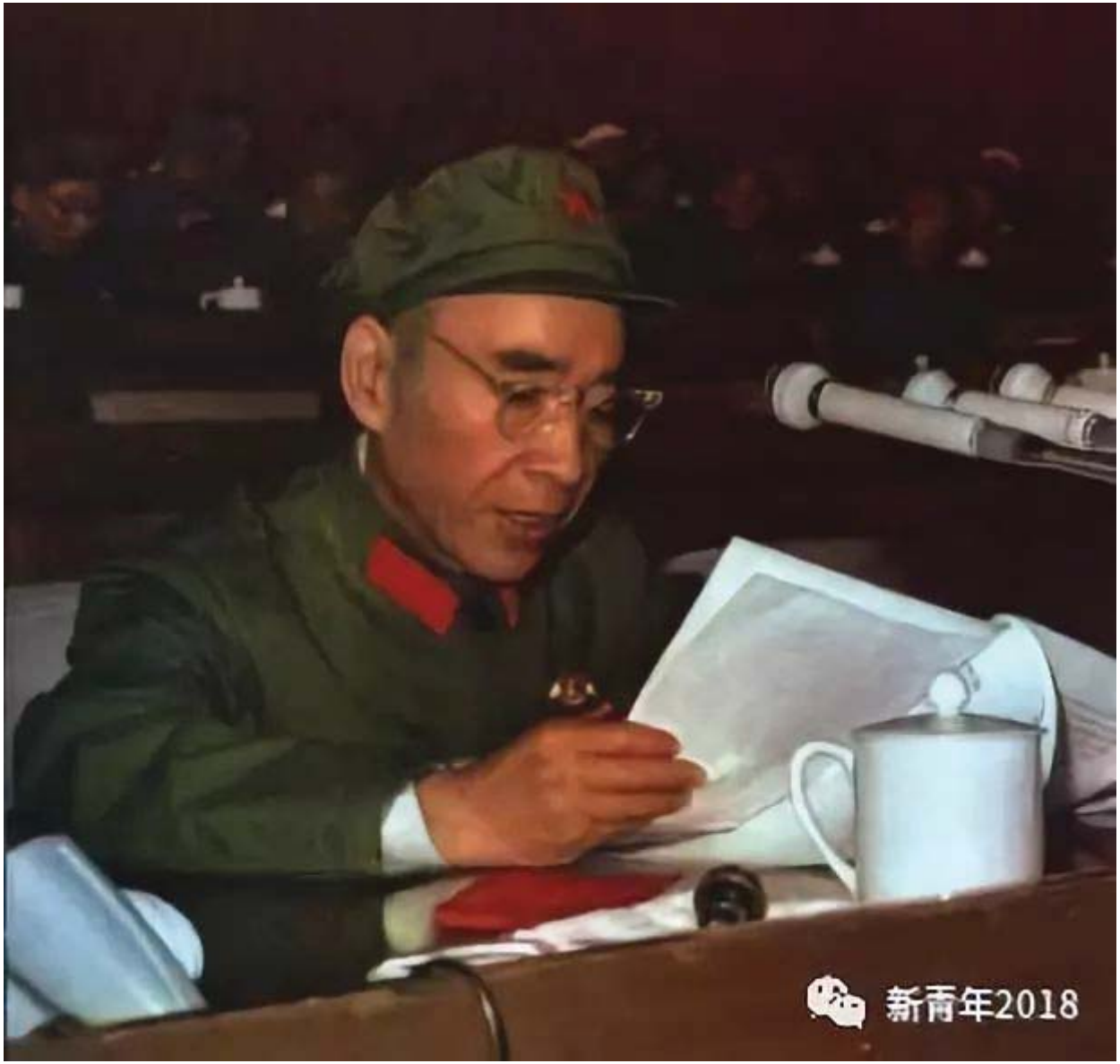
务》《纪念白求恩》《愚公移山》三篇文章，文字基本没有修改，但增加了一些注释。1966年3月，人民出版社将《为人民服务》《纪念白求恩》《愚公移山》三篇文章合起来出一本书，并且在出版说明中写道：“本书是根据《毛泽东著作选读(乙种本)》1965年6月第2版所载原文重排的。”

就在人民出版社将毛泽东的《为人民服务》《纪念白求恩》《愚公移山》三篇文章合起来出版前，毛泽东著作编辑委员会和人民出版社拟请林彪写一段话放在这三篇文章合出本前边，林彪欣然答应了。过了几天，林彪写的话拿来了，**大家一看，都很吃惊**，林彪写的话实在太短了，**不算标点符号，总共只有59个字，全文如下：“‘老三篇’，不但战士要学，干部也要学。‘老三篇’，最容易读，真正做到就不容易了。要把‘老三篇’作为座右铭来学，哪一级都要学，学了就要用，搞好思想革命化。”**

林彪这段话，写得虽然短，但有四个标志性的东西：**一是首次由林彪这样的中央高层领导用通俗的话称毛泽东的三篇文章为“老三篇”，**并且公开发表。二是指出“老三篇”虽然容易读，做到却不容易。三是提出把“老三篇”作为座右铭来学。四是强调学习“老三篇”目的是搞好思想革命化。林彪的话很快被毛泽东著作编辑委员会和人民出版社通过，**并且决定用林彪的手书字体印在书前。**

“老三篇”出版后，受到了全国读者的广泛欢迎。全国各地新华书店前排起了长长的买书队伍。从1966年3月“老三篇”出版，到12月，就重印了13次，每次印刷的数量，不是以万计，而是以几十万计。“老三篇”的英文版不久也正式出版了，接着，民族出版社出版了中国一些少数民族文字的“老三篇”版本，有维吾尔文、朝鲜文、蒙古文等，甚至还于1967年1月出版了中国人数非常少的锡伯族文字的“老三篇”。之后，党内外、军内外，全国各地，掀起了学习“老三篇”的新热潮。

当年的人们学习“老三篇”确实起到了涵养人们的精神，帮助人们树立正确的人生观、价值观，提高人们的思想境界的作用。直到今天，仍然有许多人肯定这一点。(2015年4期)



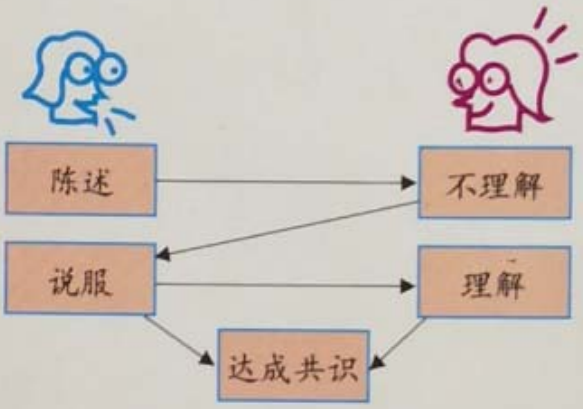
林彪对他选定的“书”读得很认真，边读边用红油笔在“书”上圈圈画画、勾勾连连。有的句子下面画一条横杠，有的画两条横杠；有的在某个字、词上画一个圆圈，有的画两个圆圈；有时把这一句与那一句用红线连起来，有时也会把这个字与另外一行的那个字用红线连起来；有时还会在卡片上写下心得体会，有时也会把心得体会写在另外的散纸上，或者口述让我们记录下来。

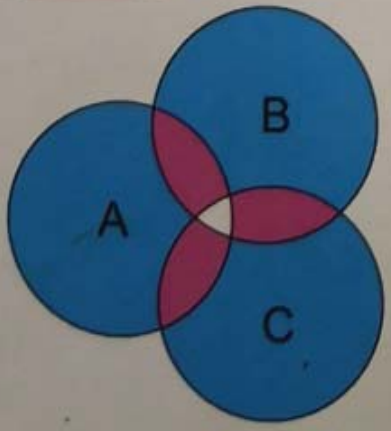
世界上最简单的解决问题的思考法

上海交通大学图书馆
33212782

翟文明 楚淑慧 著

图解思考法





图解思考法可以奇迹般地改善你的思维方式，帮你快速理清思路，轻松面对生活中的琐碎问题、工作中难以解决的问题，以及人生中关乎前途发展的大问题，让你的生活变得更轻松惬意，工作更有成效，人生更加成功。

黑龙江科学技术出版社

用图解来做购物计划，既可以避免遗漏该买的物品，又可以避免心血来潮的盲目消费，既节省时间，又节省金钱。

第十一节　阅读一本书

图解可以把一本书的内容绘制到一张纸上。也许你会怀疑，一本书几十万字，它的内容怎么能够在一张纸上体现出来呢？别忘了，图形的表现力远远超过文字，它能帮助你运用想象力把信息之间的关系组织起来。一张纸就可以展现一本书的全景图。

不少学生对历史知识和政治理论感到很头痛，那么多的内容死记硬背确实很困难，就算一时记住了，也很容易遗忘。如果对课本的内容进行图解，把知识用图形和关键词的方式展现出来，就能帮助学生对课本内容理解和记忆。前面我们已经介绍过图解相对于文字的种种优势，图解可以展现课本内容的全局和关键，书本上的文字是按照一定的顺序一行一行写下来的，从中看不出哪里是重点，也很难统观全局。

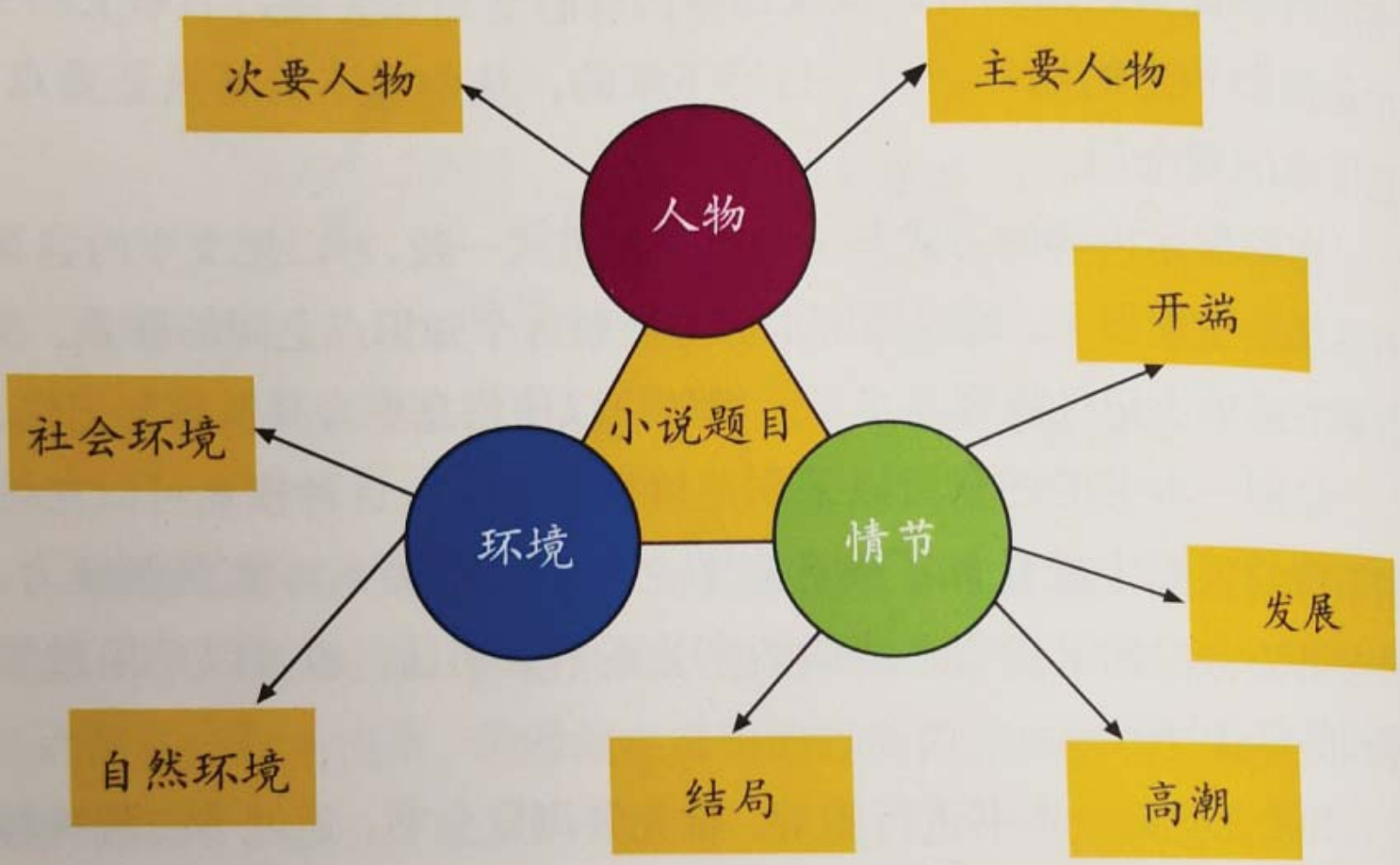
图解展示内容的方式与大脑的工作方式一致，可以把文字内容更有系统地整理出来。通过图解很容易理解各个知识点之间的联系，在理解的基础上记忆就容易多了。图解可以使信息更容易理解和记忆。

绘制一本书的图解可以采用逻辑树的模式，这种模式可以在绘制图解的过程中就让你了解各章节之间的逻辑关系，增强理解力，提高记忆力。如果章节之间的顺序关系不太明显，也可以采用思维导图的模式。

如果你想对一本书进行图解，首先要浏览全书，通过书的题目和

的大体框架绘制出来之后，就可以自由添加细节内容。这时你不必按照书本内容的先后顺序来阅读，你可以从任意一点入手补充信息，最后都能展现出书本的全景图。当图解绘制完成之后，你就会像看一本相册一样，每一个图形和关键词都会引起一连串的联想和记忆。

你还可以把小说绘制成图解。要弄清楚小说的中心思想和人物之间的关系，最好不要使用小说的章节做主要分支，使用小说的三要素能够更清楚明了地展现小说的内容。从人物、环境和情节3方面入手来分析小说，可以使用三角形的图解模式。在三角形中心写上小说的题目，3个主要分支分别写上人物、环境、情节。人物可以分为主要人物和次要人物，环境可以分为社会环境和自然环境。一些大部头小说中往往有上百个人物，人物之间的关系错综复杂。你可以单独对小说中的人物进行图解。



2018.10.9. 星期二

TIPD. Never criticize always encourage

从手子做起. 别人也一样.

①. 去对待. 看出做就事项.

②. 待人以宽 哈哈哈哈哈哈哈哈

TIPD 待人 谁不会啊. 简单.

③. 周哲思考法. 第P82. 何谓思考. 什么是TIPD.

比较 P77 P60 P61. 这三种表达

什么叫做思考?

思考是一个归纳.归类.提炼的过程. 周哲称之为提炼思考

Brainstorming 就是P60页.

思考就是 P77.

P107. 阅读一本书. 也是个再提炼之过程.

108 讲的是一个大伙. 何为意义. 而 科技

④ 工程人的概念. 不叫 TIPD 工程师了 Engineer 了 要学习学了. 因为科技多也是工程人了. 因为 什么组科好了.

如何提高企业利润：

吸引回头客

减少开支

加强企业管理

扩大企业规模

减少设备投资

降低生产成本

创立品牌

提高科技含量

增加销量

加大宣传

吸引新顾客

开发新产品

做促销活动

降低工资

增加购买量

提高员工素质

降低材料成本

创建企业文化

开拓市场

打败竞争对手

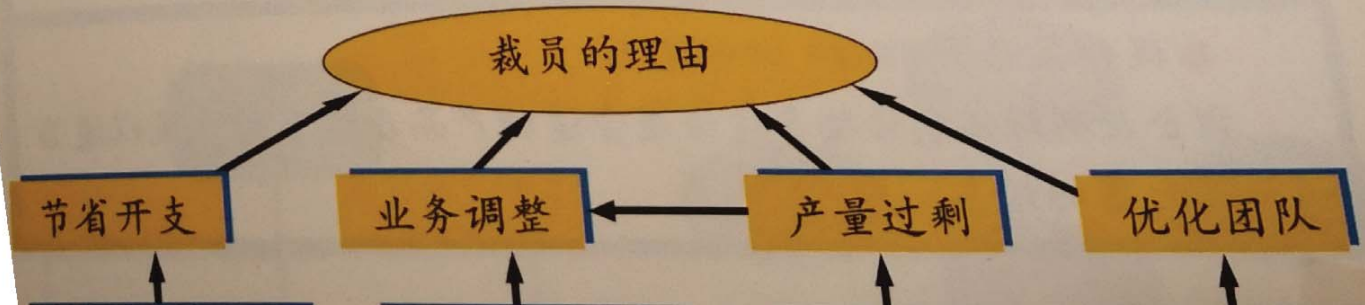
整理。如：

增加公司利润的方法	
降低成本	加大广告宣传
增加销量	减少人事费用
减少折扣率	减少包装费用
减少设备投资	减少水电费用
降低加工费用	创立品牌
活用股票市场	商品高级化
增加既有顾客的购买量	做各种促销活动
开发新产品	降低固定费用

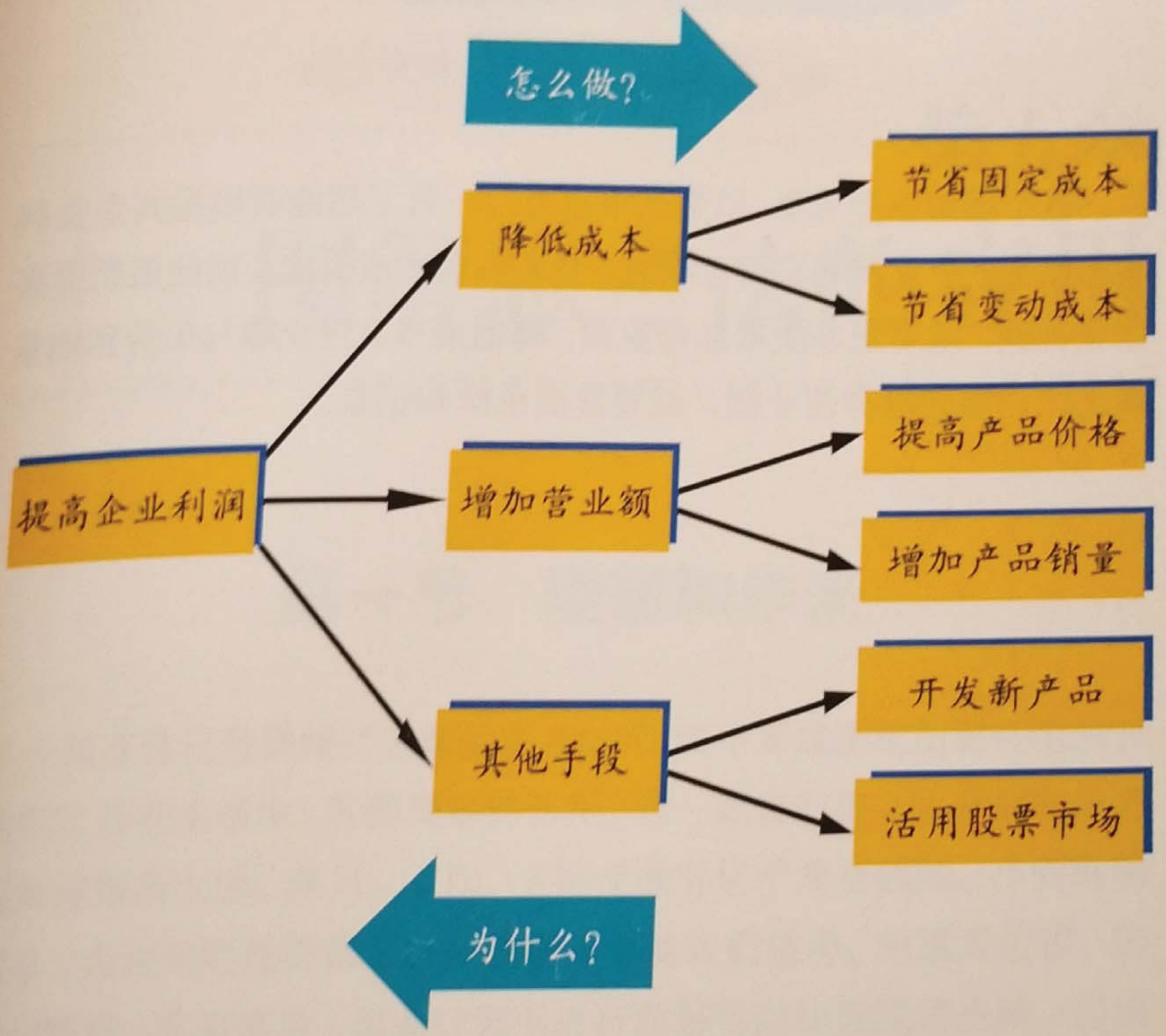
这种条文式的罗列只是简单地罗列出了一些关键词，表格两端的内容没有什么逻辑关系，令人感觉十分杂乱。我们从图解中很难看出是否存在遗漏或重复的信息。总之，这样的图解条理不清晰，层次不分明，看不出导向结论的必然性因素，说服力很差，基本上没有起到什么作用。

信息之间的关系混乱

箭头是用来表达信息关系的重要工具，但是如果箭头胡乱指引就会使信息之间的关系变得混乱。

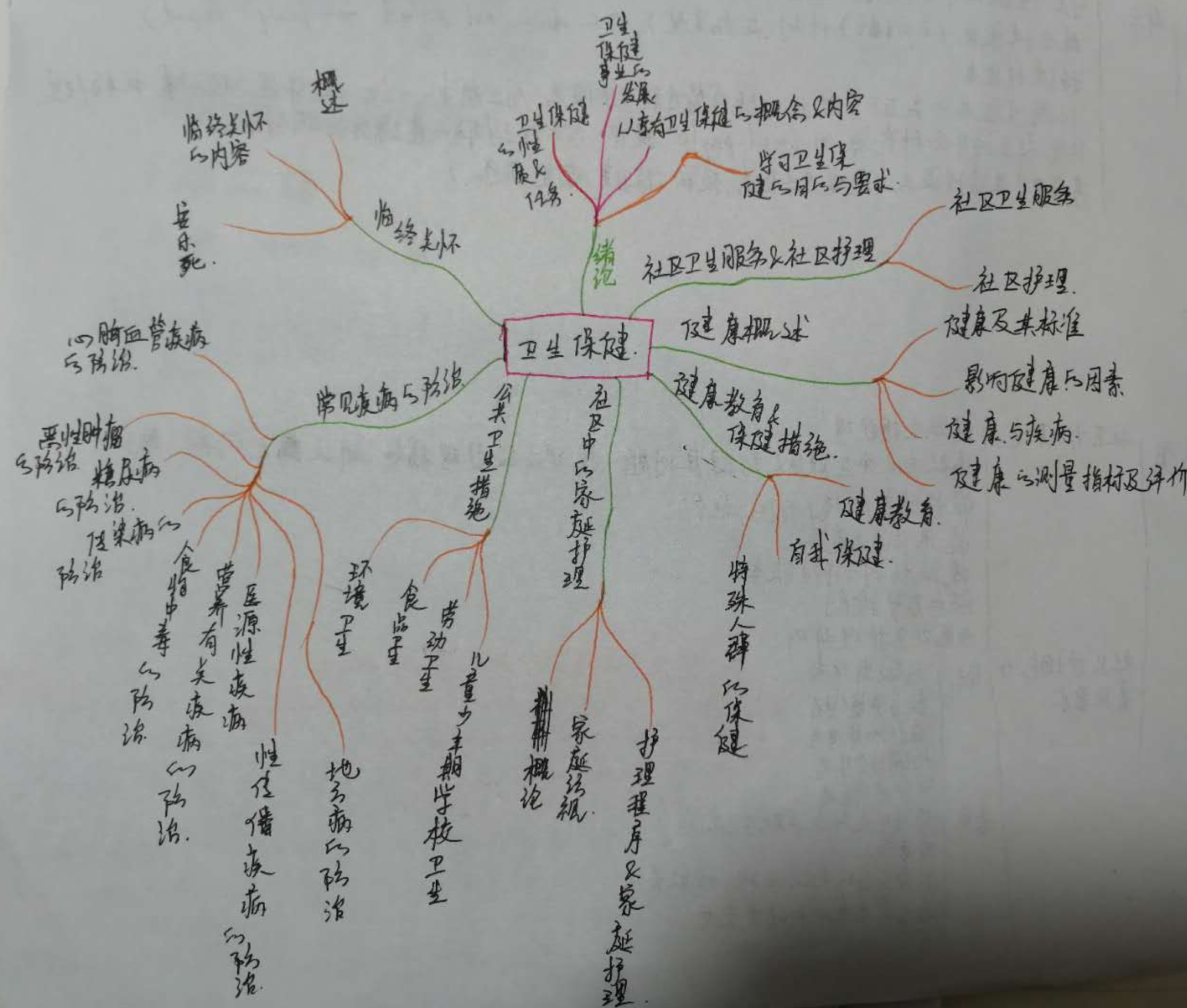


接下来要对下一级分支进行细分，分别把降低成本、增加销量和其他手段作为目的，寻求实现它们的手段。依此类推，每一次细分就增加一个新的阶层，这样就可以使图解丰富起来了。



绘制逻辑树的一个诀窍是，从左向右问“怎么做”，寻求实现目的手段，然后从右向左问“为什么”，加以确认并检查是否存在不合逻辑的地方。

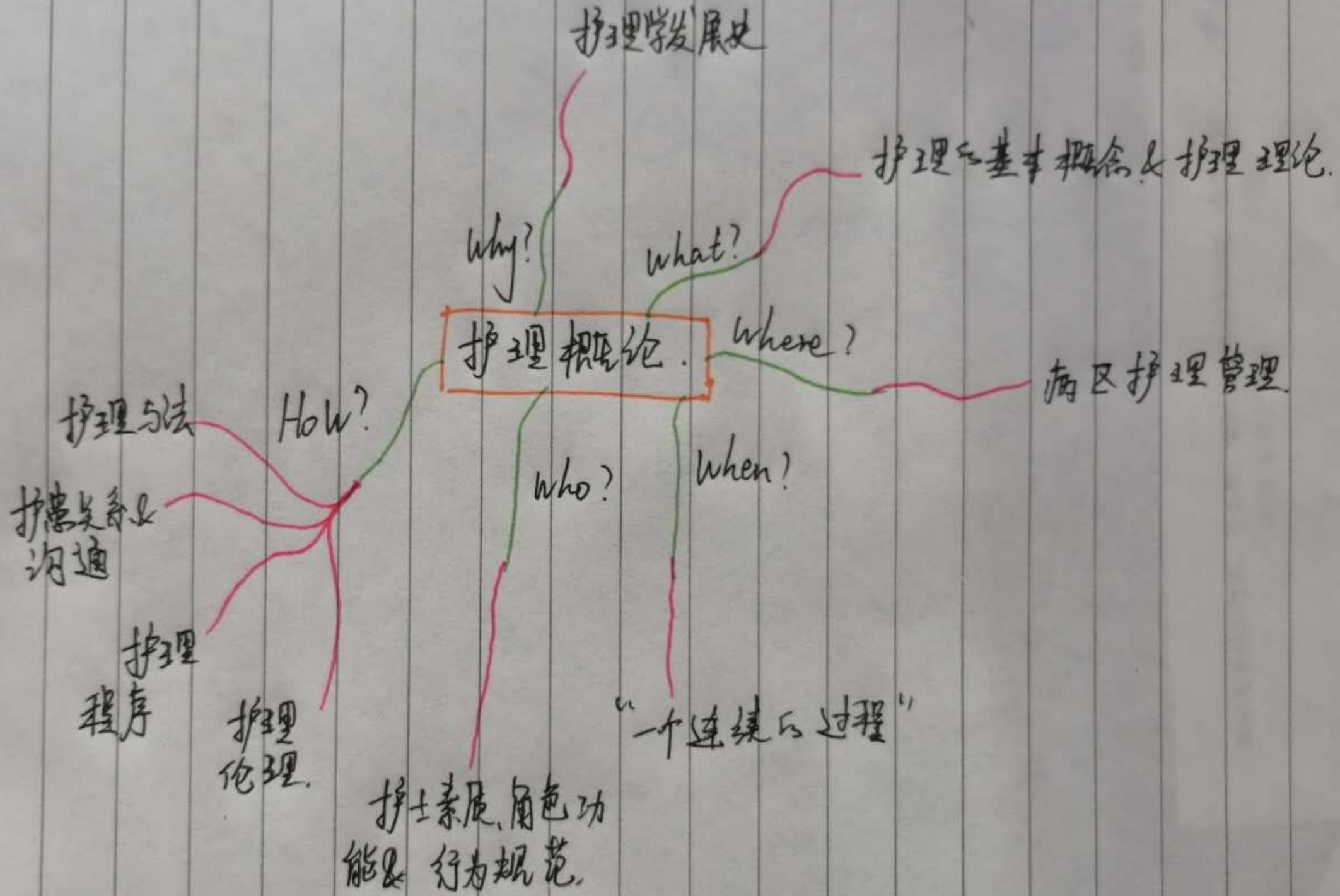
除了逻辑树和金字塔结构的图解之外，还可以运用算式来表达信息之间的逻辑关系。逻辑关系本来就来源于数学领域，在“+”，“−”，“×”，“÷”等数学符号的帮助下可以清楚地表示信息之间的关系。比如：



卫生保健
绪论
卫生保健事业的发展
从事有卫生保健的概念及内容
卫生保健的性质及任务
学习卫生保健的目的与要求
临终关怀
概述
临终关怀的内容
安乐死
社区卫生服务及社区护理
社区卫生服务
社区护理
健康概述
健康及其标准
影响健康的因素
健康与疾病
健康的测量指标及评价
健康教育及保健措施
健康教育
自我保健
特殊人群的保健
社区中的家庭护理
概论
家庭访视
护理程序及家庭护理
公共卫生措施
环境卫生
食品卫生
劳动卫生
儿童少年期学校卫生
常见疾病的防治
心脑血管疾病的防治
恶性肿瘤的防治
糖尿病的防治
传染病的防治
食物中毒的防治
营养有关疾病的防治
医源性疾病
性传播疾病的防治
地方病的防治

护理概论

- 护理学发展史
  - (一) 护理学的形成与发展
  - (二) 南丁格尔对近代护理的贡献
  - (三) 我国护理事业的发展
- 护士素质、角色功能及行为规范
  - 护士素质
  - 护士的角色及功能
  - 护士的行为规范
- 护理基本概念及护理理论
  - 护理的定义、性质、范畴
  - 护理的基本概念
  - 护理的相关理论与模式
  - 自护理论
- 护理程序
  - 概述
  - 评估
  - 护理诊断
  - 计划实施评价
  - 护理病案
- 病人的权利与义务
- 护理伦理学概述
- 护理道德的基本原则
  - 范畴
  - 规范
  - 准则
- 护理伦理学概述
- 护理道德的基本原则
  - 范畴
  - 规范
  - 准则
- 护理与法
  - 护理工作中的法与用法
  - 护理立法的意义及基本原则
- 护患关系与沟通
  - 护患沟通
  - 护患关系
- 病人的管理
- 病区护理管理
  - 病区护理管理的特点及内容
  - 病区环境管理


护理概论.
why?
护理学发展史
what?
护理的基本概念&护理理论.
where?
病区护理管理.
How?
护理与法
护患关系&沟通
护理程序
护理伦理.
who?
护士素质、角色功能&行为规范.
when?
"一个连续的过程"