

---

# 从 Anki 到 Spaced Repetition

## 总结及建议

---

原装咖啡

2022 年 7 月

## 1 前言

本文档不涉及 Anki 的安装、制卡、牌组设置和自定义牌组模板（样式）等具体操作。这里仅列举了作为一个 Anki 的 3 年老用户学习/使用过程中的一些优秀资源，以下的一些链接中或许包含本人之前发布的一些内容，虽部分过时但仍推荐看一看。

另：文档中由于使用部分繁体字导致编译出错，这个技术问题本人暂时没有时间解决，配合着脚注先将就着看吧。

如果个人记忆系统 (这里指 Anki) 这么好，为什么人们没有广泛地使用他们呢？这个问题类似于两个经济学家的老笑话，当他们中的一个人看到地上一张 20 美元的钞票时，他说：“看，地上有 20 美元！”另一个回答：“不可能，如果真的有，早就有人捡到了。”——Anki 看起来就像是躺在地上的 20 美元

## 2 推荐阅读

- Anki 2.1 中文用户手册<sup>1</sup>
  - Why Anki: Background<sup>2</sup>
- augmentingcognition.com: Augmenting Long-term Memory<sup>3</sup>
- 个人博客: Master How To Learn<sup>4</sup>
- Bilibili: (入门) Anki 图表说明<sup>5</sup>
  - 转载自 Youtube: Anki 圖表說明<sup>6</sup>
- Bilibili: 用 Anki 增强专业学习能力<sup>7</sup>
  - 转载自 Youtube: 用 Anki 加專業能力, 影片解<sup>8</sup>
  - 如若条件允许, 可以查看该作者在 Youtube 上关于 Anki 的系列视频。
  - 视频作者为台湾作者, 写过一本关于 Anki 的一本书和一个网站: 分别为《英、日語同步 Anki 自學法<sup>9</sup>》和 魯<sup>10</sup>。书的内容对 Anki 的具体操作其实涉及的较少, 不推荐购买; 网站中有作者使用 Anki 的一些心得
- 书籍: How to take smart notes
  - 中文译版: 卡片笔记写作法

<sup>1</sup><http://www.ankichina.net/manual/anki/>

<sup>2</sup><https://docs.ankiweb.net/background.html#background>

<sup>3</sup><http://augmentingcognition.com/lrm.html>

<sup>4</sup><https://www.masterhowtolearn.com/>

<sup>5</sup>[https://www.bilibili.com/video/BV1cp4y1a7HZ?spm\\_id\\_from=333.999.0.0&vd\\_source=3ae7ae95fa254383ab9ae83f75abd29d](https://www.bilibili.com/video/BV1cp4y1a7HZ?spm_id_from=333.999.0.0&vd_source=3ae7ae95fa254383ab9ae83f75abd29d)

<sup>6</sup>[https://www.youtube.com/watch?v=eFqkI\\_RiSJM&t=5s](https://www.youtube.com/watch?v=eFqkI_RiSJM&t=5s)

<sup>7</sup>[https://www.bilibili.com/video/BV1364y1Q71o?spm\\_id\\_from=333.999.0.0&vd\\_source=3ae7ae95fa254383ab9ae83f75abd29d](https://www.bilibili.com/video/BV1364y1Q71o?spm_id_from=333.999.0.0&vd_source=3ae7ae95fa254383ab9ae83f75abd29d)

<sup>8</sup><https://www.youtube.com/watch?v=jXHRU5kT0Vw&t=1389s>

<sup>9</sup><https://www.books.com.tw/products/0010740471>

<sup>10</sup><https://tolu.tw/auth.html>

- Supermemo.com: Effective learning: Twenty rules of formulating knowledge<sup>11</sup>
  - 注: 不建议一般用户上手 Supermemo, 但是该软件相关的一套理论是通用的

## 3 Anki 插件

### 3.1 推荐阅读

- 微信公众号: Anki 的几款插件介绍<sup>12</sup>
  - 注: 文章内容或许已经过时
- Anki 插件库官网: Add-ons for Anki 2.1<sup>13</sup>
- Youtube: The AnKing<sup>14</sup> 的系列视频
  - 注: Anki 插件库中许多优秀插件都是这个组织开发的

### 3.2 推荐插件

- Review Heatmap<sup>15</sup>
- AnkiConnect<sup>16</sup>
  - 配合浏览器插件 在线词典助手<sup>17</sup> 使用
  - 插件扩展作者 @ 你家老黄的博客: 老黄老巢<sup>18</sup>
- Anki Zoom<sup>19</sup>
- Edit Field During Review<sup>20</sup>

## 4 Anki 制卡

### 4.1 视频制卡

- Bilibili: MPV 播放器 +Anki 制卡流程<sup>21</sup>
- Bilibili: MPV-最好的语言学习播放器-ANKI<sup>22</sup>

<sup>11</sup><<https://www.supermemo.com/en/archives1990-2015/articles/20rules>>

<sup>12</sup><<https://mp.weixin.qq.com/s/JAbNP1tuPzwhurr00aEfsQ>>

<sup>13</sup><<https://ankiweb.net/shared/addons/2.1>>

<sup>14</sup><<https://www.youtube.com/c/TheAnKing>>

<sup>15</sup><<https://ankiweb.net/shared/info/1771074083>>

<sup>16</sup><<https://ankiweb.net/shared/info/2055492159>>

<sup>17</sup><<https://chrome.google.com/webstore/detail/online-dictionary-helper/lppjdajkacanlmpbbcdkccjkdbpllajb?hl=zh-CN>>

<sup>18</sup>老黄老巢: <<https://www.laohuang.net/>>

<sup>19</sup><<https://ankiweb.net/shared/info/538879081>>

<sup>20</sup><<https://ankiweb.net/shared/info/1020366288>>

<sup>21</sup><[https://www.bilibili.com/video/BV1Wz4y11721?spm\\_id\\_from=333.337.search-card.all.click&vd\\_source=3ae7ae95fa254383ab9ae83f75abd29d](https://www.bilibili.com/video/BV1Wz4y11721?spm_id_from=333.337.search-card.all.click&vd_source=3ae7ae95fa254383ab9ae83f75abd29d)>

<sup>22</sup><[https://www.bilibili.com/video/BV1v64y1D7UZ/?vd\\_source=3ae7ae95fa254383ab9ae83f75abd29d](https://www.bilibili.com/video/BV1v64y1D7UZ/?vd_source=3ae7ae95fa254383ab9ae83f75abd29d)>

- 转载自 Youtube: mpv: The Best Video Player for Language Learning<sup>23</sup>

## 4.2 阅读制卡

- (Win/Mac): 浏览器插件 在线词典助手<sup>24</sup> 使用
  - 浏览器插件 Anki 划词制卡助手<sup>25</sup> 用起来没有上面这款流畅, 推荐使用上面的在线词典助手, 两个插件都是同一个开发者
- (Android): Anki 划词助手, 可以从酷安应用市场上下载
  - Github: Anki 划词助手 - 用户手册<sup>26</sup>
  - 通过该 APP 进入到内部交流群, 可以打通安卓手机上 Anki 阅读制卡的新方式

## 5 了解更多

- Reddit 讨论组: Anki: a forum about the Anki flashcard app<sup>27</sup>

## 6 一些个人建议

阅读了上面的一些链接, 假设你已经对 Anki、Supermemo、Remnote 等间隔重复 (Spaced Repetition) 软件有了一些了解。但是在这里, 作为 Remnote 使用半年的用户, 这里不是很推荐使用 Remnote 这款工具, 具体可查阅本博客之前的文章: 为什么放弃使用 remnote<sup>28</sup>。但是作为最近几年新开发的软件, 这款软件可能仍处于快速更新迭代的状态, 最近半年本人已经完全弃用了这款产品, 因此这篇文章的可靠性可能还需要读者自行判断。

其次, 下载 Anki 推荐从其官网 ankiweb<sup>29</sup> 上下载, 而不是从 ankichina<sup>30</sup> 上进行下载。由于 Anki 是开源软件 (其他平台免费, 但 IOS 系统上的 APP 是付费的), 免费提供同步服务, 但由于服务器不在国内的缘故, 同步过程可能稍有些慢, 但是相信我, 相比于前几年 Anki 2.0 版本时的同步, 速度已经是快很多很多了, 如果不是一次性同步大量媒体资源 (比如导入一个几十兆的卡包), 同步过程也是挺快的。而 ankichina 组织针对这个同步问题, 对其进行了二次开发, 虽然在同步速度上占优势, 但却对 Anki 的某些使用场景/功能上启用了收费。我想说的是, 原生的 Anki 已经完全够用了, 同步速度稍慢也正好是对我们滥用媒体资源 (比如笔记中插入图片、视频、音频等) 的克制。这里也极度不推荐自己搭建 Anki 同步服务器、将 Anki 装机 U 盘等行为, 毕竟数据无价, 谨慎操作。

<sup>23</sup><https://www.youtube.com/watch?v=bbg6ztWeCbU>

<sup>24</sup><https://chrome.google.com/webstore/detail/online-dictionary-helper/lppjdajkacanlmpbbcdkccjkdbpllajb?hl=zh-CN>

<sup>25</sup><https://reurl.cc/mom8q7>

<sup>26</sup><https://github.com/mmjang/ankihelper>

<sup>27</sup><https://www.reddit.com/r/Anki/>

<sup>28</sup><https://cofeelize.top/posts/b0b73b25.html>

<sup>29</sup><https://apps.ankiweb.net/>

<sup>30</sup><http://www.ankichina.net/>