**《如何阅读一本书》读书心得**

首先本书中的精髓在于讲述阅读的好处和阅读的技巧。通过这些，让你学会如何在当下信息爆炸时代里通过阅读获取知识，提升自我。

本书中谈论的，不只是读书的方法和技巧，更是探讨了阅读的本质意义。1940年原版至今70多年，经久不衰，就是因为内在价值，这是一本教你怎么读书的实用工具书。如果你一直以来都不清楚怎么读书，那么这本书可以让你少走很多弯路，如果你本就喜欢读书，那么这本书会帮助你对阅读产生更深的领悟。

本书主要内容分为两部分：好处和技巧。

第一阅读的好处。作者运用了一个去荒岛生活的假设，抛出了一个问题：人为什么需要读书？作者阐述的答案是：人的心智及思考能力，和肌肉一样，如果不经常运动就会萎缩，而读书正是防止心智萎缩、延缓心智衰老的最有效手段。

第二阅读的技巧。随着教育的普及、媒体和网络的发展，阅读这件事在今天跟作者写这本书的时代，已经有很大的不同了，但是有些内在的东西是不会随着时间而改变的。今天的信息爆炸时代到处提倡“速读”，但本书告诉我们一个准则：读不同的书，速度是不同的，不是所有书都可以用最快的速度来阅读。

对于什么书应该快读，什么书应该仔细慢读的问题，作者认为，书或者说阅读物，可以分为两类：一种是读得懂的东西，另一种是必须要读的东西。读得懂的东西就是报纸、杂志等一些我们一下子就能消化的，属于资讯，却并不能够增加我们的理解能力，并没什么营养。第二种，必须读的东西，就是指一个人要试着去读他并不怎么了解的东西，也就是略高于自己的读物。回想自己读过的那些对自己有营养的书，无一例外都是这类。

而作者所谓的“如何阅读一本书”，主要指的就是第二种书，本书认为，一个好的读者应该更多地去读那些锻炼自己心智的书。要成为合格的读者，首先必须主动，主动的读者会从阅读中获得更大的收益。一个主动的读者，打开一本书之前，必须牢记四个问题：第一，整体来说，这本书到底在谈些什么？第二，书中的细节，作者是怎么谈的？第三，这本书说的有道理吗？第四，这本书跟你自己有什么关系？

根据这四个问题相对应的，是阅读的不同层次，每个层次也都各有相应的技巧，这四个层次由低到高分别是：基础阅读、检视阅读、分析阅读和主题阅读。

第一个层次，基础阅读，即初级阅读，只需要能看懂字面意思就可以完成。

第二个层次，检视阅读，简单来说就是阅读理解，快速浏览。它也分两个阶段。第一阶段，学会系统地略读，先看书名、序言和副标题，接着研究目录和索引，然后看看作者简介，再翻看一下书名相关的篇章，之后开始阅读。此处难点在于需要右背景知识。第二阶段，快速通读，就是说一本书不管你能不能看懂，都从头到尾翻一遍。用这个方法读完一本书后，无论你用了多短时间，你都能够对这本书的类别、题材、内容，有一个初步了解。

第三个层次，分析阅读，是比较复杂且最系统化的层次，作者在该层次花了很多篇幅。分析阅读主要分为三个阶段。第一阶段，了解范围：搞清楚书的结构，需要明白本书在谈什么，需要确定主题和书的分类，列出重点章节并找出作者在各部分谈论的问题。第二阶段，理解内容：找出反复出现的关键词、重要句子，从而找出作者的中心思想，用做笔记的的方式重新搭建书里的前因后果，在脑子里迅速过一遍全书内容，从而把握作者写这本书时是怎么展开论述的。第三阶段，评价：这本书写得如何？要有自己的态度和评价，才算完成阅读。阅读任何一本书都需要有独立的辨证批判思维。但是注意不要在读完之前随意下结论，若读完后你不同意作者的看法，你需要学会总结并列举原因。

第四个层次，主题阅读，简单来讲就是按图索骥。照着你自己的兴趣和需求去找书读。该层次的阅读需要更强的主观能动性，并且需要读者有一定的判断力。主题阅读是说你带着你想要解决的问题，去读不同的书里的不同章节，是为了解决实用性的问题或者思想困惑而主动地摄取性地看书。主题阅读的精髓概括起来主要有两个阶段，第一个阶段是准备期你需要设计一份与你需求主题相关的书单，并快速筛选确定哪些与自己主题相关。第二个阶段是主题阅读本身，需要做到五个步骤：1.浏览筛选出的书，找出最相关章节；2.根据主题制定关键词的词汇；3.建立一个相对客观的自己的观点，并列出自己想知道的问题；4.区分问题主要和次要问题，列出各问题的答案；5.分析这些问题，把你自己的问题和答案按顺序排列，以此来凸显你的主题。

此外对于浩如烟海的书籍，作者给出了选择好书的准则：选择可以和你的心智一起成长的书，即每当你重读时，它的层次都会高于你的心智，此类书极少。再者，阅读的目的是想要变成一个更好的人，就必须要有选择地读书。作者谈到，读一本好书一定会会给你巨大的回报，一是当你成功阅读了一本难懂的好书之后，你的阅读技巧会大有长进，二是从长期来讲，一本好书能够教会你了解自己，以及了解这个世界，你不仅更加有知识，也更加懂得生命的意义。

总而言之，《如何阅读一本书》主旨在于：读略高于自己的读物，为解决问题而读书！