\*\***主动的阅读**\*\*：阅读越主动，探索能力越强，收获更多，效果越好。

\*\***阅读的目标**\*\*：从只有模糊的概念到更清楚地理解为止

​ 为获得咨询而阅读，为增进理解而阅读

​ 任何一本书能增进理解或增加咨询时，也就同时有了消遣的效果

\*\***阅读的层次**\*\*：第一个层次——基础阅读（elementary reading)

​ 第二个层次——检视阅读（inspectional reading)

​ 第三个层次——分析阅读（analytical reading）

​ 第四个层次——主题阅读（syntopical reading）

检视阅读：有系统的略读或粗读

①书名页

②目录页

③索引

④出版者的介绍

⑤挑几个看来和主题息息相关的篇章阅读

⑥挑几页翻看略读（结尾两三页不可随意忽略）

分析阅读：

①\*\***确定阅读的书籍的类型与主题**\*\*——虚构的小说类和传达知识的说明性的论说类

②通过书名和序言等判断一本书的实用性；让知识变得实用，从知道原理，到运用它解决实际问题

③理论性作品的分类——历史（纪实）、哲学（思考观察，以人类的共通性作为例证支持自己的理论学说）、科学（定律或通则）等

④\*\***简洁地叙述整本书的内容**\*\*，大致了解书本主要内容，或是阅读书本序章和目录

⑤\*\***列举重要篇章，说明它们是如何按顺序组成书本整体框架**\*\*

⑥\*\***找出作者要问的问题或是想要解决的问题**\*\*

⑦\*\***透过重要单字与作者达成共识**\*\*，读者可以通过作者的文字，接触到作者内心的思想

⑧每个知识领域都有独特的专门用语

⑨利用上下文自己已经了解的字句，去推敲所不了解的字的意义

⑩\*\***找出关键句子来推断主旨，从相关文句的关联中设法构架出一本书的基本论述**\*\*，找出作者的论述后重新架构它们的因果，明确作者的主张

①①\*\***确定作者已经解决了哪些问题、还没有解决哪些问题**\*\*

①②\*\***在对书本做出评论之前，要确保自己已经对书本内容十分了解**\*\*

①③\*\***尊重不同的观点，在任何评判之前都要找出理论基础**\*\*

①④\*\***辅助阅读**\*\*，外在的辅助来源可分为相关经验、其他的书、导论与摘要和工具书

①⑤\*\***从四个方面看待文字**\*\*：文字是物质的、文字是语言的一部分、文字是符号、文字是约定俗成的

①⑥\*\***从四个方面看待事实**\*\*：事实是一种说法、事实是一种“真实”的说法、事实是真相的反应、事实是某种程度上的约定俗成

主题阅读：

①\*\***找到相关章节**\*\*，你以及你关心的主题才是基本的重点，而非你所阅读的书

②\*\***带引作者与你达成共识**\*\*，而非你跟着作者走

③\*\***厘清问题**\*\*，建立一组不偏不倚的主旨

④\*\***界定议题**\*\*，对于一个问题，每个作者会用不同的方式来回答，这是因为各人对主题都有不同的观点；许多议题围绕着一组互相关联密切的问题打转，从而形成这个主题的争议

⑤\*\***分析讨论**\*\*

⑥简单来说，主题阅读就是要做到\*\***面面俱到但是自己并不预设立场**\*\*