

阅读与思维导图

坚持-热爱-专注 ◇

为什么用思维导图记读书笔记？

- 把一本书变成一张纸，加深理解和记忆，方便复习
- 提炼关键词信息，辅助阅读和思考
- 让你的思维逻辑更清晰，建立自己的知识网
- 书看得多了，学习和理解到的知识点就越多，这个时候你就要化零为整，去理清每个知识点之间的关联，用思维导图做出来的笔记，逻辑清晰，可以帮助你碎片、零乱的笔记从复杂变得有序，梳理和建立自己的知识网络。

在日常阅读中，如果能够在阅读过程中将输入和输出有效地结合在一起，利用线性关系厘清书本行文逻辑和作者的感情逻辑，更能提升学习效率。

在《思维导图阅读法》中，作者将阅读理解力分为四个层次：

1. 掌握关键点，5W2H（人、事、时、地、物、因、果、成本）。
2. 掌握重点间彼此的逻辑关系。
3. 了解隐含的意义以及其与自己的关系。
4. 思考如何将理论实践于自身。

可以看到，阅读的终极目标，就是内化作者的观点，并将作者的观点与自身经验结合，将策略自由运用在自己身上，对人生有所帮助。这四个层次是循序渐进的。

如何用思维导图写读书笔记？

1. 对照书本目录，按照作者的章节排序做第一张思维导图的目录笔记。有些朋友看完一本书不知道要如何去理解它，那么你直接对着书本的章节目录去做一张思维导图，在这一步不需要你加上自己的理解去进行修改，但如果标题太长，你也可以提取关键词去精简文字。

2. 仔细看看这本书的封面、封底、腰封以及目录、还有前言的内容，大致了解这本书后，可以做第二张思维导图了。

主要了解这三个点：

- 这本书主要讲的是什么？
- 作者为什么要写这本书？
- 这本书能解决什么问题？

若你能针对了解到的信息，在读这本书之前就提出三个问题，就更好了。

因为二八定律存在于任何领域，书也是这样的。一本书不可能全部都是精华要点，如果你能找到其中的 20% 进行精读，其他 80% 进行泛读、速读，那么你肯定会又快又好的读完一本书。而能不能找到那其中的 20%，就看你有没有在阅读前做自我提问了，带着问题去读书，会让你更有效率；这就像你去商场买鞋，如果你一开始就知道你想买的是一双什么鞋，那么你一到商场就会直奔主题，而不会东逛西看，浪费时间。

3. 开始进入正文的阅读部分，进行标注。看到有感触、想法的内容、可以用笔划线、重要的内容可以折个角，比如重要的概念解释、名人金句、方法、案例，作者观点等这些内容都是我们在看书的过程中可以去标注的。有人会建议我们在看书的时候，边看边记笔记，但是我自己看书的习惯是，中途看书不要停，我会在看完之后统一去做好笔记。正文部分的内容，可以结合你的阅读习惯，精读、快读都可以。我是精读和快读结合来的，看到我感兴趣的，对我来说比较重要的内容，我才会精读，对于一些看不太懂、不理解，对我目前作用不大的，我会快读、甚至是跳读。不要担心，快读或跳读会不会影响我们的阅读效果，你要学着相信自己的大脑，放松身体，享受看书的过程，而不是担心我会错过什么。如果你在阅读前就做好准备，潜意识会‘引’着你读到重点部分，所以我觉得用什么方法来读书，并不重要，重要的是，它对你有用就行。就像俗话说的：“别管黑猫白猫，能抓到老鼠的就是好猫”，我看书就经常这样，别管别人说什么，只要我看到了，觉得不错，我就会去试一下，好用就借鉴，不好用就不用。

4. 读完后、填充和整理第二张思维导图的笔记。回看第

一张和第二张导图，看看你提出的问题，在哪个章节部分有答案。这个时候，你可以直接用你的问题作为导图的一个分支节点，去总结归纳知识点，进行列点梳理；比如要解决这个问题，你要知道这个问题的概念、导致的原因、以及解决的方案分别是什么，你能不能通过关键词用自己的话去概述出来？如果不能，也不用急，去针对需要总结的知识点可以回看第二遍，还是用关键词去提炼，然后填入你的思维导图。要做好这一步，其实还是有一定难度的，因为它会比较考验你的耐心，能力还有执行力的问题。如果你的耐心不够，能力也有欠缺，执行力又不强，那么这一步你很可能就进行不下去了。但是我觉得，如果你是想真正通过读书去改变自己，实现自我成长和升级，那么你要去学会输出，做好读书笔记是必不可少的一个环节。从输入到输出，再到输入，循环往复地不停歇，如果你能跟着这个学习的循环结构去行动，那么在这个过程中，你就会慢慢的进步和成熟。书会越看越多，越看越快，笔记会写得又快又好，你思考问题的角度，观点也会越来越深刻。读书写作不分家，它们不会让你很快就获得改变，但却会细水长流，慢慢滋养你的内在和灵魂。