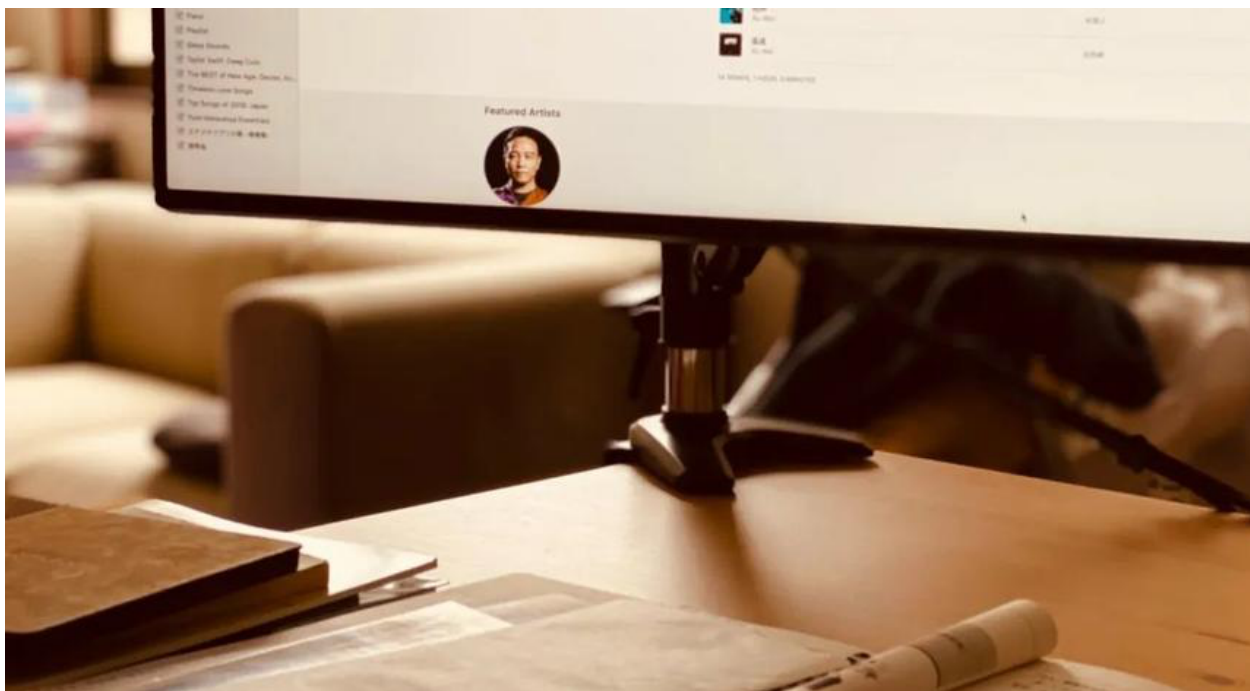


读书方法分享：如何阅读一本书？

2020/03/09 15:55



今天我想推荐一本我最近读过的好书 —— 《如何阅读一本书》。

这本书的作者是莫提默·J. 艾德勒，他曾经担任《大英百科全书》的主编，阅书无数，由他来写这样一本如何阅读的书，再合适不过。

但我得承认，这是我读的相当吃力的一本书，断断续续读了 3 周，还少见的跳过了一些章节。另一方面，这本书给我的帮助很大。“工欲善其事，必先利其器”，既然接下来还会读很多书，花一些时间改进一些读书的方法，也算是资本支出前置吧（这是投资走火入魔的典型症状，什么事情都往投资上靠）。

在书中，艾德勒认为最好的阅读是一种“主动”的阅读，这里的主动是指，你应该能提出自己的问题，“隔空”和作者对话。

今天我就按照艾德勒的方式，提出我的问题，和他一起探讨。

1) 读书的目的是什么？

- 2) 作者和读者的关系是什么？
- 3) 怎样快速阅读一本书？
- 4) 如何仔细阅读一本书？
- 5) 读的多重要还是读的精重要？
- 6) 这本书跟我们有什么关系？

读书的目的是什么？

我喜欢读书，对我来说，读书是为了看到更大的世界，聆听大师的教诲。你想，那些很厉害的人，一辈子就写了几本书，如果你真的能读懂他们想说的，多过瘾。

艾德勒的定义更系统化，他认为阅读有三种目的：消遣、获得资讯或增进理解力。

消遣和获得资讯不必多说，这里解释一下“增进理解力”：这里的“理解力”可以看成我们自身“系统”的一部分，或者说一种能力。

艾德勒认为当我们阅读过一本好书之后，我们对那本书论述主题的观点会多少有点儿变化，而我们对一般事物的看法也会多少有些调整。这说明这本书已经变成了我们自身的一部分。

这个角度仔细想想也是满恐怖的，我们读的每一本书，都在日积月累、不知不觉的塑造着我们自己。

因此，选择读什么书，尽可能读懂书中传递的“知识”，把它变成我们身体的一部分，就非常重要了。

从这个角度出发，艾德勒提出有四种阅读方式：基础阅读、检视阅读、分析阅读以及主题阅读，这四个层次的要求依次提升。

艾德勒告诉我们，这个世界上 95% 的书连“略读”（检视阅读的一部分）

都不值得，但有很少的一些书值得我们用“分析阅读”和“主题阅读”的方式仔细阅读，甚至一读再读，让我们和这本书一起成长。

作者和读者的关系是什么？

我之前认为作者和读者的关系很简单，作者写、读者看。

艾德勒不这么认为，他认为作者和读者的关系就像是棒球中“投手”和“接球手”的关系。作者很像一位投手，好的作者知道如何“控球”，他们知道如何与“接球手”沟通，可以精确的把球送到“接球手”手中。而一个毫无“控球”能力的“暴投”作家，他投出的球很难被读者“接住”。

这个比喻真的很棒。对于作者和读者而言，成功的沟通，都发生在作者想要传递给读者的信息，刚好都被读者掌握住了。在这个过程中，作者和读者需要共同付出努力，才能达到共同的终点。

虽然我并不写书，但我写了很久的公众号文章，也可以算一个作者。

这是一个信息泛滥的世界，我对自己有一个要求，我的每篇文章，一定要有独特的观点和价值，有它独立存在于这个世界的理由。如果只是一些时效性的信息或者重复的观点搬运，对我和读者而言都是浪费时间。

但我似乎从来没有思考过，我的观点是否清晰的表达出来？读者是否“接住”了那些球？如果用百分比来衡量的话，我想表达的东西，有百分之多少最终被读者收到了？

以前在读一本有关写作的书的时候读到过有关写作的三个步骤：

- 1) 像音乐一样构思
- 2) 像建筑一样构造
- 3) 像纺织一样织成

当作者想要写一本书或者一篇公众号的文章，他从构思一个观点开始，

然后开始制造骨架，最后则是在骨架上添加血肉，使得作品丰满起来。而读者则恰恰相反，他需要去从血肉中发现骨架，最终得到作者希望表达和传递的东西。

如果是一个完美的作者和一个完美的读者，作者拟定的骨架（纲要）和读者发现的骨架（纲要）应该是完全相同的。

这太美妙了，我从来都没这么想过。

怎样快速阅读一本书

我读书有两个顽疾：

- 匀速阅读
- 不能弃书

按照艾德勒所说，80%的“理解力”来源于20%（甚至更少）的书。因此，大多数书应该先做略读，之后再决定是否值得用“分析阅读”的方式仔细研读。

怎样略读呢？

- 1) 先看书名页，如果有序的话就快速的看一下，注意作者的视角和目的。
- 2) 研究目录页，对这本书的基本框架做概括性的理解。这就好比出发旅行之前先看一下地图一样。遗憾的是，大多数人读书根本不看目录（包括我），事实上很多作者在编排目录上是花费巨大精力的。
- 3) 查看索引和新书腰封，读一下出版者的介绍。
- 4) 从目录中挑一些你熟悉或者感兴趣的章节来看。
- 5) 把书打开来，东翻翻西翻翻，找几段甚至几页来读读。
- 6) 读全书的最后两三页。艾德勒认为很少有作者能够抵抗在结尾将自己

观点重新整理一遍的诱惑，因此读一下最后两三页是很重要的。

这样 6 个步骤就完成了对一本书的略读，这是一种非常“主动”的阅读，大概一个小时就能完成。

略读完成后，你已经得到了一本书的“骨架”，并且可以决定是否值得用“分析阅读”的方式继续精读。

如何仔细阅读一本书？

艾德勒认为关于一本书，我们应该提出四个主要的问题：

- 整体来说，这本书在谈什么？
- 作者细部说了什么，怎么说的？
- 这本书说得有道理吗？是全部有道理，还是部分有道理？
- 这本书跟我们有什么关系？

特别是第四个问题，作为合格的读者，我们一定要超越“知道这是怎么回事儿”，而要进一步明白“如果我们想做些什么，应该如何利用这些知识”。这才算增加了“理解力”。

为了回答这四个问题，我们需要采用“分析阅读”的方式。

在阅读的过程中，应该特别重视作者提出的“论点”和“假设”。这部分内容通常会比较枯燥，但实际最为重要。这是作者要重点表达的东西，也是一本书真正要传递的知识。为了证明论点而具体展开的案例部分，则可以快速阅读。如果你对这个论点没有异议的话，甚至可以跳过不读。

艾德勒认为一个好的读者应该有能力控制阅读的速度。阅读并不是越快越好，而是能做到“该快则快”、“该慢则慢”。戴雨森写过一篇有关高效阅读技巧的文章（见阅读原文），文中他也说过类似的话：“读书和投资、做企业一样，平均分配精力是愚蠢的。读书人的精力应该重点放在书中提出的论点，以及论述逻辑上面。”

另一件重要的事情是读书笔记。阅读是一项主动的行为，如果不把思考

写下来，通常我们并不知道自己在想什么。这个写下来的过程，也是帮助我们回答那四个问题的过程。

读书笔记分为三个层次：

- 1) 在重点以及有力量的句子下划线；
- 2) 把自己提出的问题，或者与自己的经历和见解共鸣或相悖的内容记录在书页的空白处；
- 3) 将全书的整体架构写下来，列出基本的大纲与前后篇章，以及最重要的核心论点。

当我们努力的完成这些，回答了前面的 4 个问题，才算是和作者通过文字完成了心灵上的交流。

读的多还是读的精重要？

杨绛先生说：“中国人的问题在于想的太多，而书读的太少”，而英国哲学家霍布斯则说：“如果我像一般人一样读那么多书，我就跟他们一样愚蠢了”。

这两句话都没有错。

有人不读书，有人读书很广泛、却并不精（比如我）。

我从艾德勒这里得到的答案是：

- 1) 读书的质量很重要。同一本书，躺在床上任由文字从眼前划过，和上面介绍的主动阅读的效果是完全不一样的。如果我们足够努力，读的足够精，我们可以尽可能的达到作者的程度；
- 2) 好书值得反复读。我相信你也有同样的感觉，很多好书在重读的时候会有不同的感悟。这是因为在初读的时候，这本书的层次远超过我们，随着阅历的增加，重读的时候我们才能明白一些以前没有读懂的东西；

3) 通过略读和粗读扩大阅读量，但也应该要抓住书的框架和作者想表达的核心观点。

这本书跟我們有什么关系？

读完这本书，我想回答一下艾德勒提出的最后一个问题：这本书跟我們有什么关系？

虽然书名是《如何阅读一本书》，但艾德勒告诉我們的，不止读书。

这是一个信息爆炸的时代，我们生怕被时代拉下而拼命增加信息的获取量。你订阅了多少公众号？买了多少知识付费的课程？参加了多少各种各样的培训？

如果我们的目的是通过获取“知识”来提升我们的系统的话，“质量比数量”、“精比多”，要更加重要。

“筛选”真正好的信息（无论是公众号、课程还是书），主动的“精”读它，提问题、找框架、反复读、做笔记，努力理解作者想传递的信息，达到与作者匹配的程度，才能真正的增加“理解力”。

少即是多，少才是多。