



読者は1冊のノートに
書き込めなさい
如何有效阅读一本书
超实用笔记读书法
【日】奥野宣之 著 张晶晶 译
机械工业出版社

您为此书添加的 KINDLE 笔记：

如何有效阅读一本书（日本畅销书作家独创的超实用笔记读书法，彻底改变你的读书方式，让你的读书效率最大化！）

作者：奥野宣之、张晶晶

免费 Kindle 极速预览：<https://z.cn/eNAqYsf>

28 条标注 | 1 条笔记

标注（黄） | 位置 599

一般来说，去书店的需求分为以下三种：① 想读书，但还没决定好读什么 ② 寻找某一特定领域、系列或作者的书 ③ 想读某本特定的

标注（黄）和笔记 | 位置 663

我们经常说“要对所有事物抱有好奇心”。好奇心固然很重要，但如果不随时记录下来，也只会是一个漫不经心的小想法。瞬间的思考就像沸水里的气泡，只会出现

每一个想法,可能只是灵光一现,如果不记录下来,就只是一个漫不经心的想法,最重要的是记录下来

标注（黄） | 位置 700

然而作家每年出书的数量都是有限的，所以他们在书里介绍的书一般都在作者手里经历了重重筛选，一定是值得收藏的好书。以读过的书为起点接触更进一步的研究主题，可以引发连续阅读的过程、促进知识的体系化，这种让读书永不结束的过程实在是太珍贵

标注（黄） | 位置 788

读书的目的从“读完就好”变成了“写读书笔记”，读书的重心也自然发生了变化：不再是“因为读了书而写读书笔记”，而是“为了写读书笔记而

标注（黄） | 位置 825

在写读书笔记这个前提下，读书方法会发生变化，你会进入主动寻找书中“打动人心内容”的

标注（黄） | 位置 880

·普通直线：用于“重要”“客观上很重要”“暂时先画出”的情况。·波浪线：用于“非常重要”“主观觉得值得重视”“想记住这里，以后加以运用”的情况。·圆圈：用来圈出重要的专有名词、关键词、关键句等需要吸引眼球的

标注（黄） | 位置 894

·写读书笔记的日期 · 书名 · 作者

标注（黄） | 位置 900

·对自己来说重要的内容（摘抄） · 自己对这篇文章的感想（

标注（黄） | 位置 927

摘抄对自己来说很重要的文章”和“写主观

标注（黄） | 位置 998

好主意不会凭空出现。不论是什么想法，都一定是对某种刺激做出的

标注（黄） | 位置 1016

如果你觉得读书就是为了模仿别人的想法，那么这是思想上的懒惰。请丢开书本自己思考。”虽然我们不必做得那么决绝，但读书在某种程度上确实是让自己“搭上了思想的

标注（黄） | 位置 1205

如果你决定了要在什么地方重读笔记，却迟迟不能开始行动，不如尝试把重读时间也安排好。具体做法是量化重读频率，可以是一周一次，也可以三天

标注（黄） | 位置 1261

首次阅读一本书的时候，就要注意不只要享受其中的内容，还要为了重读而认真地做好

标注（黄） | 位置 1284

所谓“摘抄”的对象是当时自己认为很重要的段落，“评论”的对象是当时自己的问题、思想和表现力。单是作为思想的仓库，读书笔记就具备坚持下去的

标注（黄） | 位置 1288

如果把读书过程比喻成做菜，那么第二章的“购书清单”就是购买食材，第三章的“写读书笔记”就是洗菜切菜，接下来要说明的“通过读书笔记进行思想输出”就是开火炒菜

标注（黄） | 位置 1290

好的读书笔记就像认真洗好切好的蔬菜和鲜肉一样，可以随时拿出来根据需要进行

标注（黄） | 位置 1338

本书介绍的读书笔记可以帮助我们 深刻吸收书的内容，磨炼出更好的原创

标注（黄） | 位置 1363

如果你在烦恼要不要跳槽，那么不一定只有找朋友讨论这一个选择。想参考别人的做法、从书中获得建议，可以先定好“跳槽”“职业规划”“职场选择”“工作方法”这几个主题，选择三本中意的书来阅读。熟读之后边做读书笔记边思考，最后得出结论。这个方法和找熟人商量相比更有说服力，更容易让人做出明智的

标注（黄） | 位置 1391

“所谓创意，只是把原有的元素重新组合而已。” 美国广告大师詹姆斯·韦伯·扬在《创意的生成》一书中

标注（黄） | 位置 1394

“儿时的体验、父母和老师的教导、课堂上学到的知识、自己的兴趣爱好、自我提高时获取的信息、最近读过的书里写的东西、朋友说过的话、工作过程中自然而然学到的知识……这些五花八门的信息再加上临时集中收集的信息，能组合出别人意想不到的独特创意。”（《大脑与心情的整理术》/NHK

标注（黄） | 位置 1397

不管有多少信息，如果不重新组合碰撞，是会产生创意的。一个创意好不好，关键在于 如何安排信息与信息之间的

标注（黄） | 位置 1580

书的价值是通过时间体现的。有些书只有在读完一段时间以后才能让人源源不断地感受到其中的

标注（黄） | 位置 1601

如果发现了感兴趣的事物，就马上写到笔记本里吧。没错，这就是“随想笔记”。只要想到了，不管是什么内容都可以写下来，无论是红白喜事的礼仪规矩还是正式信函的书写格式，与其在网上到处搜索，不如直接买来参考书学习一下，通过书中附带的统计数据或地图加深

标注（黄） | 位置 1642

那些与现代视角截然不同的思想输入可以让自己对事物的见解得到进一步的

标注（黄） | 位置 1652

人都会对和自己有些联系的事物抱有好奇，所以，写读书笔记时也可以 结合自己的实际体验 来抒发感想，以此来丰富笔记的

标注（黄） | 位置 1672

欲速则不达，其实读三本好懂的书比读一本难懂的书要简单得多。所以，如果书里的内容太难，实在看不进去，倒不如退一步，看看这些版本： · 漫画版 · 解说版 · 图解版 · 精编版 · 讲演录 · 对谈 · 大字

标注（黄） | 位置 1684

一说到“把书堆成山”，人们最先想到的可能是读书不勤奋，但我有一个奇特的读书方法，就叫“把书先堆起

标注（黄） | 位置 1708

读名著的窍门只有一个，“等这本书变得有趣的那一天
