



9 閱讀筆記

/21

繪製紙本筆記框架

- ① 跨頁書寫
- ② 畫2條線把閱讀筆記分成4個區塊
- ③ 在閱讀筆記左上方，寫下書名/作者/閱讀日期，以及你的問題





9 閱讀筆記

/21

為什麼要第三次閱讀？

閱讀，只是被動吸收

閱讀筆記，才是主動思考

1. 第三次閱讀就是寫閱讀筆記。
2. 閱讀筆記，不是你閱讀的紀錄，是閱讀後思考的過程。重新用你的邏輯整理書中的知識，甚至將其轉變成為你的觀點，以及改變你的人生。
3. 使用固定的閱讀筆記模板，可以減少自由選擇的次數，把精力留給最重要的事情：強迫思考發生。
4. 如果你是第一次寫，先求有再求好。
5. 把一本書濃縮成一頁閱讀筆記。之後想要重看，只要看閱讀筆記就好。



9 閱讀筆記 /21

如何做第三次閱讀？

用100分鐘把一本書讀三次，幫你跳過鋪陳找出本質

第一次：掃讀 (10分鐘)

以 1 個問題與 3 個關鍵字，從目錄找出高度相關的章節，快速掃過內容，值得細讀就貼上標籤

第二次：化約 (50分鐘)

細讀貼上標籤的內容，找出值得畫線的知識碎片 (新知識、改變既有思維、能誘發行動)

第三次：筆記 (40分鐘)

把一本書濃縮成一頁閱讀筆記

This idea is stolen from John Kim 《三次閱讀法》



9 閱讀筆記 /21

如何做第三次閱讀？



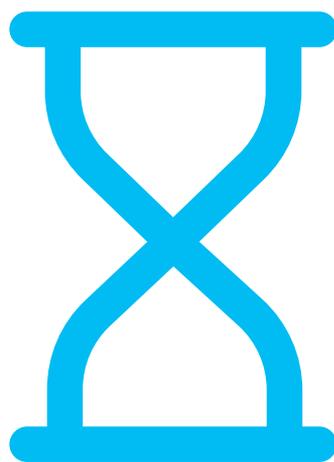
莫忘初衷

每次閱讀的目的都不同

第一次：找值得細讀的

第二次：找知識碎片

第三次：寫閱讀筆記



嚴守時間

每次閱讀的時間都不同

第一次：10 分鐘

第二次：50 分鐘

第三次：40 分鐘

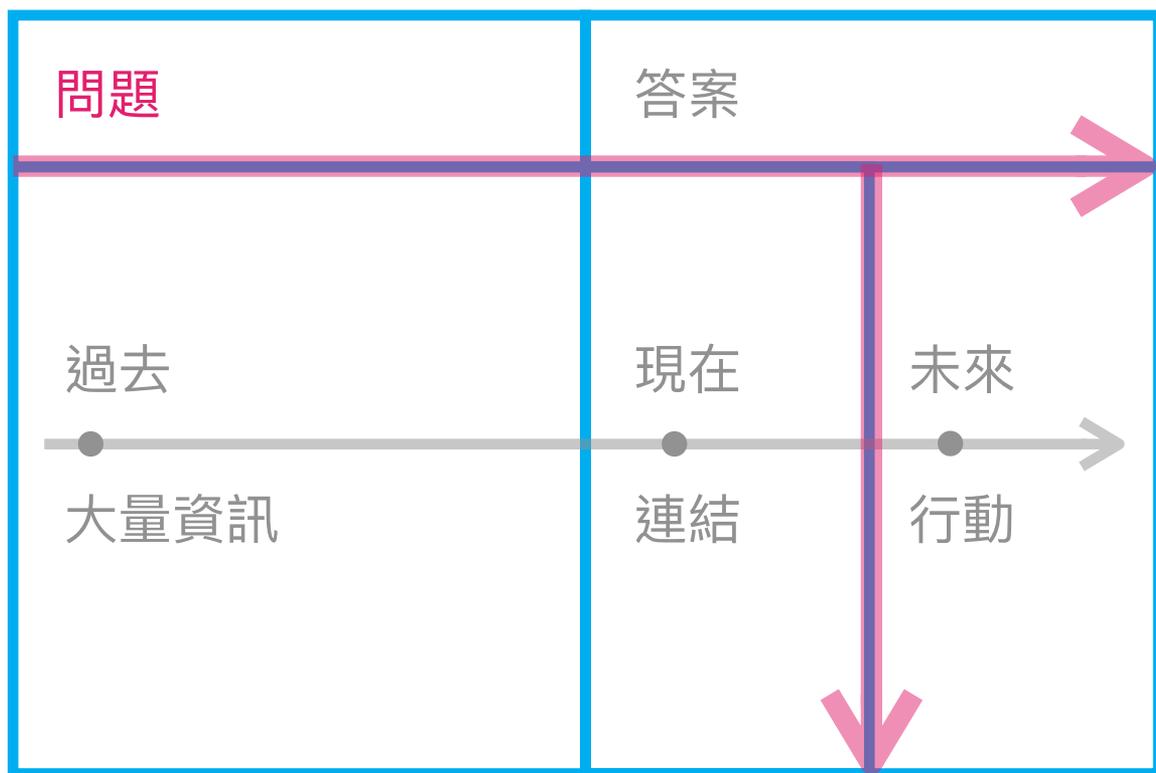
This idea is stolen from John Kim 《三次閱讀法》



9 閱讀筆記 /21

一頁筆記要畫幾條線？

跨頁書寫，畫2條線把筆記分成4個區塊。



This idea is stolen from 高橋政史 《為什麼聰明人都用方格筆記本？》



9 閱讀筆記

/21

3 《打進擊=大腦》 by Tiago Forte
如何儲存資訊. 才能在需要時跳出來?

APR 9, 2023

read @ Iep Land

1. 畫第一條線

3. 寫下書名/作者/閱讀日期，
以及你的問題

2. 畫第二條線