



链滴

顺滑地输出与费曼学习法——笔记方法论

作者: [Dawn99](#)

原文链接: <https://ld246.com/article/1619878388009>

来源网站: [链滴](#)

许可协议: [署名-相同方式共享 4.0 国际 \(CC BY-SA 4.0\)](#)

最近假期，人比较闲，得以仔细思考一下笔记的组织结构与方法。同时在思考大纲式笔记为什么会难以记录。顺便准备为思源写推广打打基础。

这次我想先说一说我个人对于理解性知识体系构建的见解。以及为什么**顺滑地输出对于理解性内容非常重要**。

费曼学习法应用于笔记

费曼学习法，我仍然认为这是**对于理解性内容（理科，概念理解，体系构建）最好的学习方法**。只对pdf标注，永远无法理解知识；不进行输出，永远清楚自己的掌握水平。如果将习题看做是一种输出那么**习题+反思**也算是一种费曼学习法的变体。

那么我们如何将费曼学习法应用到自己的笔记中呢？首先要明确，这种方法的**核心在输出**，而非对象：

一个聪明人进入一个有大猩猩的房间，解释他的想法是什么，而那个大猩猩只是坐在那里吃它的香蕉结束这段谈话后，那个解释的人出来时一定变得更聪明了。——查理·芒格

第一步——问自己问题

对于一个概念，我们可以采用经典的逻辑形式，问三个问题，**针对这些问题回答就是输出**：

- 是什么（这个概念怎么概括，有什么用，有什么表现形式）
- 为什么（概念推导思路，使用了 **哪些其他概念**，他们之间的逻辑关系是什么）
- 怎么做（这个概念有什么用，我们从它出发能 **得到什么其他概念**？）

双链，嵌入等工具帮助我们更好地寻找知识之间的联系（上面加粗部分）；但是对于每一个概念的理，必须实打实地自己推导和消化，这是笔记工具无法帮助的区域。**笔记工具不是万能的**。

第二步——循环复习与改进

不得不说这一点上，RemNote或许才是做的最好的结合体：基于算法复习笔记。

回归正题，哪怕是在记笔记的时候努力思考其结构，也终究会有遗漏，这一点在[Learning How to Learn](#)中已有介绍（基于**神经科学**和**认知心理学**的一些研究成果讲述高效学习的理论和技巧）。复习是任学习过程中都必不可少的。经过复习，知识本身就会**自然地成体系地**（以节点的方式，具体内容或许会）储存在脑中；此外，在一次次地复习中，笔记中的链接也**自然而然地建立起来**。

在使用其他笔记的时候，**我遵循以下方法**：

1. 每天筛选出最近几天更新的文档（page，主题等）
2. 进行结构上的思考与重构。（PS：如果觉得非常完善，不要改动，这样更新的时间就不会刷新，下次不会被筛选出来。）

顺滑地输出

上面提到，这种方法：

- 最大的要点在于 **输出**
- 具体的 **结构处理可以交给复习**

所以**记笔记时的体验是重中之重**。

大纲式的输出方式让我**无法专注于要输出的内容**，总是会考虑：并列？从属？新建一个bullet还是新建？要缩进？但是前面已经有四道竖线了！

但是文档式的结构则非常顺滑：当下我不需要考虑什么结构的问题，我只需要针对上面的问题写出我答案。**流畅而自然**。

针对费曼学习法，我认为文档式结构（至少没有缩进）是最好的选择。

附录

针对思源，我会利用**模板**的方式（不用模板没有时间变量自动生成）调用SQL搜索包含最近更新块的档块（之前少了个括号，半天没发现，在此谢谢D大）：

语句：`SELECT * FROM blocks WHERE (id in (select root_id from blocks where (updated > "{{now | date_modify "-120h" | date "200601021504"}}")))) order by created DESC`

从而达到循环复习改进的目的（但是显示出来有点占空间，方法还有待改进）。