

学习效率高的人都有哪些生活/学习习惯?

学霸们都有一套自己的知识管理系统，有了它以后，你就可以把你所有学过或者需要记忆的东西，扔给外脑处理，再也不会忘掉，大脑负责思考，「外脑」负责记忆，和你的大脑形成互补，各发挥其所长，学习能力暴涨，威力简直逆天。

什么意思呢？

我直接给你个场景你来看~

假如你床头有 10 本书，你要在其中找到一本书，你会怎么找？

你可能会说，扫一眼就找到了啊。

但是，假如你现在身处世界上最大的图书馆：美国国会图书馆，藏书超 2.1 亿本，现在你想在里边找到某一本书，请问你如何找？

一本一本翻吗？

累死你，2.1 亿这个数字我给你换算了一下，把 2.1 亿本书铺起来可绕地球近两圈。

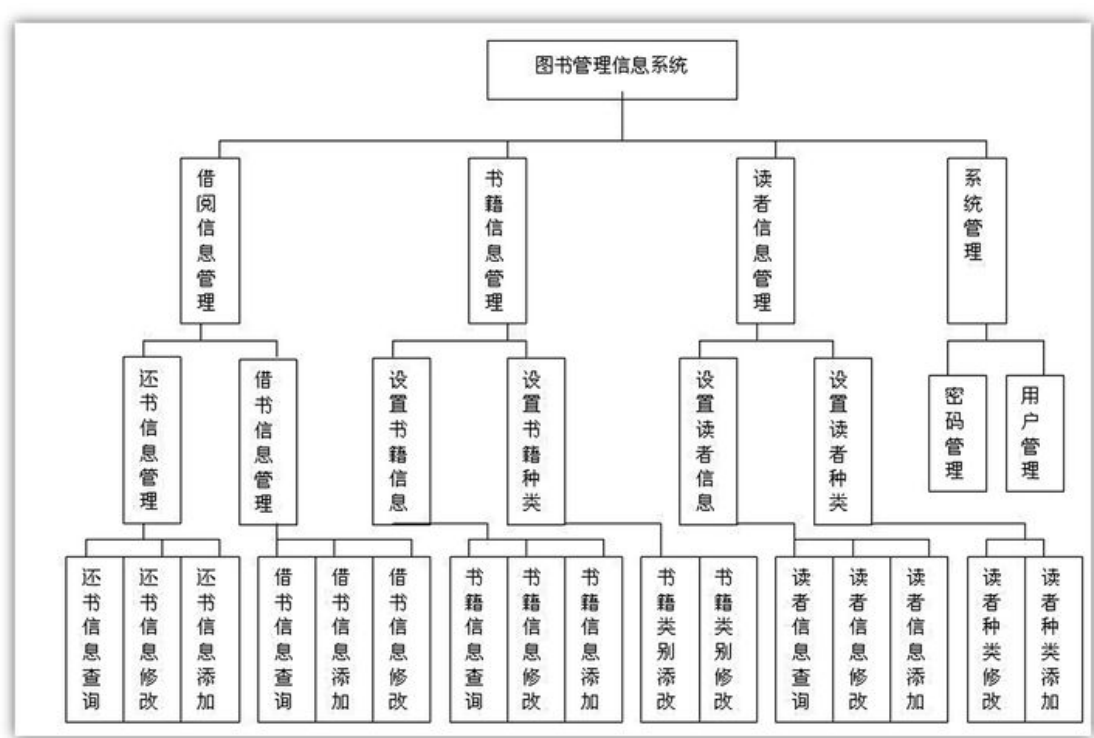
不仅仅找书，图书馆每天还要在其中处理上千万次的查询、借书、还书、入库.....

试问，假如你是图书管理员，仅凭借大脑，你能处理这么大的信息量么？

那么他们是如何是如何解决这些问题的？

当然是靠着一套管理系统，让一切规律化，规则化，系统化，把人解放出来。

你可以试想，如果他们没有这套管理系统将会怎么样？



同理，我们的知识管理系统就相当于这个图书管理系统，而知识就如同这一本本图书，当有了套系统去管理它们以后，我们就相当于拥有了另外一个大脑，如此就可以把我们大脑不擅长的东西，全部扔给这个外脑，让它帮助我们记忆，整理等等。

好了，通过以上，你知道了**知识管理系统就相当于我们外接一个大脑**，那么为什么说你必须建立外脑呢？

二：为什么你必须建立外脑？

1. 大脑是用来思考的，不是用来记忆的。

记忆，尤其是死记硬背，是最反人性的，进化论告诉我们，大脑只会记住最能帮助我们生存的信息，至于无关紧要的，它为了节省脑力资源会尽可能的忘记它们~

同样的大脑处理信息也是如此，它只能处理眼下的小部分信息，当面对大量信息处理的时候，它就会罢工。

我们平常用脑的时候，感觉思绪乱，头昏脑涨，就是因为大脑处理的信息已经超过了它的负荷，**大脑的机制天生就不是为了记忆和处理大量信息而设计的。**

但是在现实生活中，我们又需要处理和记住很多信息和知识点，以便使用的时候可以随用随取，那应该怎么办呢？

当然是建立外脑。

前面说了我们大脑不擅长的记忆和大规模信息管理，但这却是我们外脑所擅长的。我们的大脑会遗忘，但是外脑它永远也不会忘的，你建立的这个外脑就会和你的大脑形成互补，各发挥其所长。

正如上面的图书管理案例，我们不需要记住每本书的信息，我们想要的时候，只要知道怎么从图书管理系统中找到它们即

可。

所以想发挥大脑真正的威力，就把它从记忆中解放出来，让它去思考，而不是让它去记忆。



有同学看到这里可能会抬杠：有必要弄这么一个外脑吗，我大脑就够用了啊。

当你只想做个「撸瑟」的时候，觉得这辈子能搬个砖，扛个水泥就够了，那么你就可以离开了，因为你确实没有这个需求。

但是你想获得不断成长，要获得更强的能力，想要在社会激烈竞争中有足够的竞争力，你的知识储备必然需要被扩大，这种情况下，你要靠脑子记忆吗？

回想你上学的生涯就知道了，那是多么痛的领悟~

正如上文案例，你只有十本书的时候，当然不需要建立外脑，想要啥扫一眼就够了，但是当你有 1000 本、10000 本、一百万、一个亿本的时候呢？

以上只是我们必须建立外脑的一个理由之一，除此之外，还有一个更重要的理由。

2. 外脑是为了帮助大脑更好的记住：有逻辑关系的知识，你用的时候才能想起来。

为什么会这样说呢？

同样我们先不回答这个问题，给你来个小测试。

现在思考一下：我让你说水果的名字，你看看你能说出多少个水果。

你可能会说，这有什么难的：苹果，香蕉，梨、橘子、火龙果、西瓜....

但是你发现越往下，你思考的时间就越长，越说不出来。

你可以先暂停阅读试试~

那么我再换一个问题，请告诉如西红柿炒鸡蛋怎么做？

你可能想都不用想，直接就可以脱口而出：准备食材-->洗菜切菜--->爆锅开炒--->.....

为什么会这样？

因为前者大脑索引的是一个点一个点的信息，后者索引的一整个结构，一整套流程，一整张知识的网。

你看，点状的东西被大脑索引是很困难的，但是有逻辑有结构的东西则不同，后者一索引就是一大片，一整个体系。当你把点状的知识编织成一张网后，它们就会形成你的思维模型，这样，你用的时候才能想起来。

很多人抱怨，学过的东西用不出来，反思一下，从小到大，你调用你知识储备的时候是不是都像是上面想水果一样，想到哪是哪。

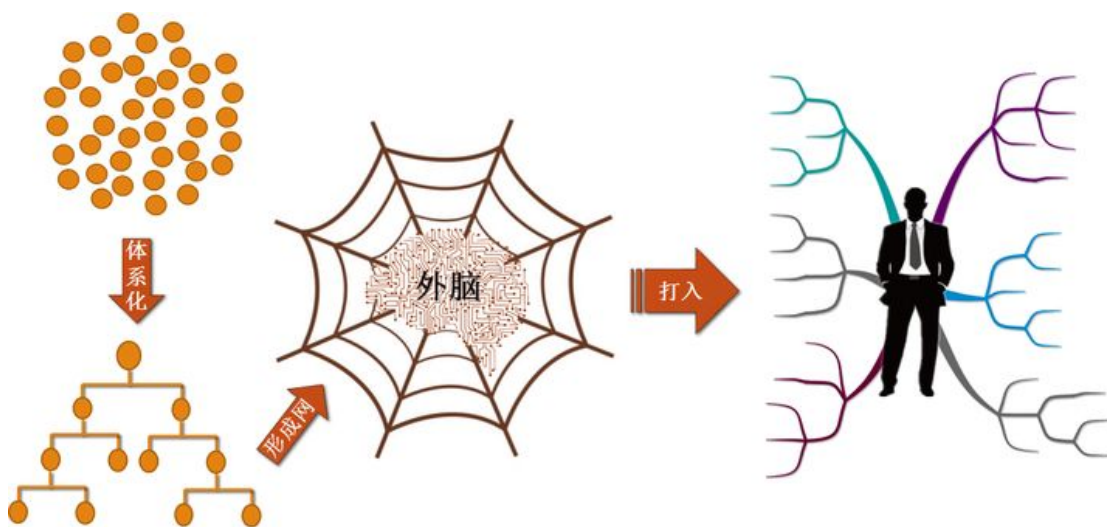
仔细反思下：

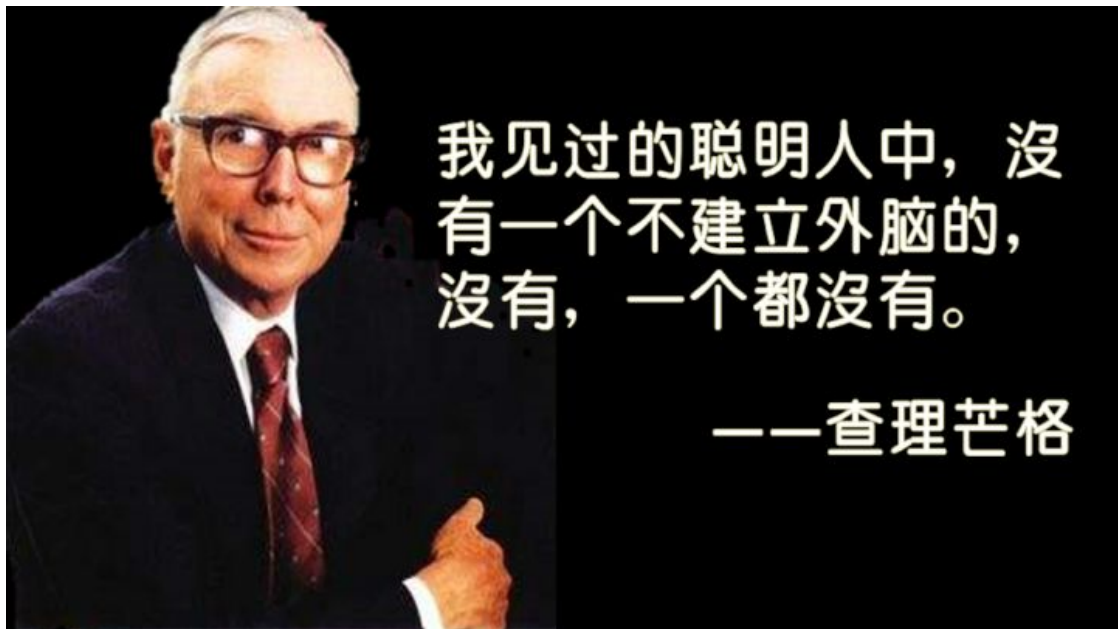
你整理过你的知识吗？

你的知识是成结构的吗？

你脑中有这么一张庞大的知识结构网吗？

而把知识打入外脑的过程就是在编织你这张网，所以**建立外脑的本质就是体系化你知识的过程。**





说了那么多，想必你已经知道建立「外脑」的重要性了，那么如何建立外脑呢？

三：如何建立外脑？

在正式开始前，我们先了解下外脑是由什么构成的~

其实整个外脑就是由两个系统构成的~

第一个是储存笔记的系统。

第二个则是索引笔记的系统。

这是什么意思呢？

你可以理解成一个放，一个拿，这里知道有这么个东西即可，后文会展开介绍。



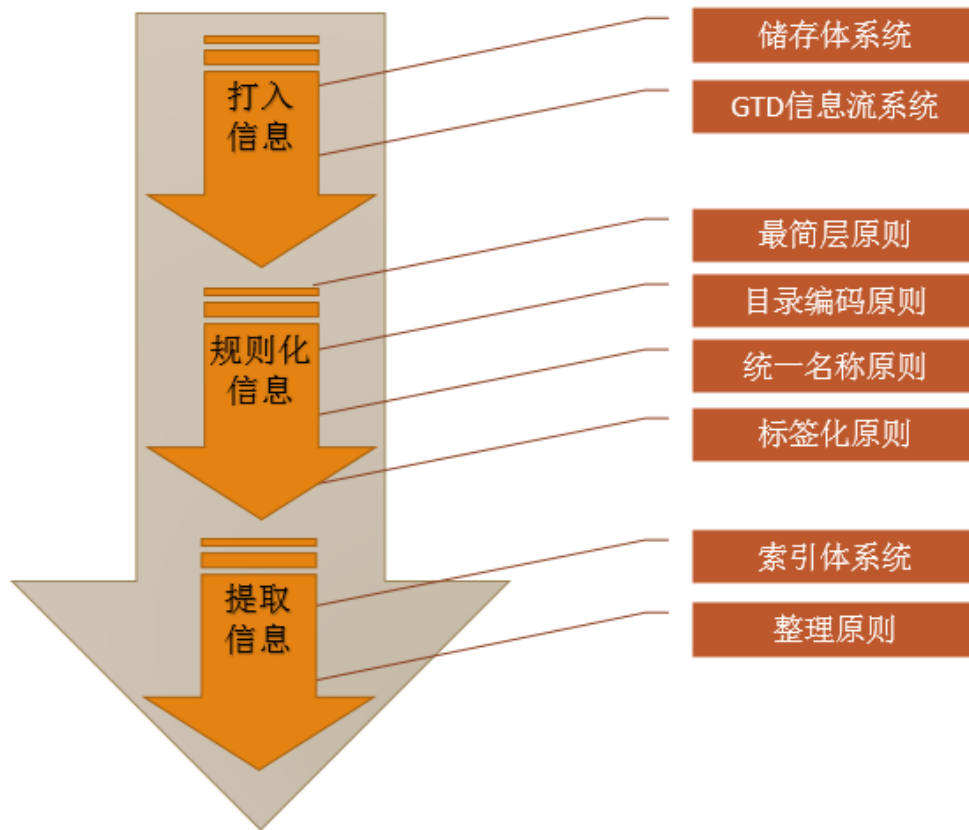
而整个外脑的搭建可以归纳为三步走~

第一步：把收集知识有序的装进去。

第二步：把知识整理好，设立规则，以供随时提用。

第三步：用的时候可以迅速的把需要的知识拿出来。

整篇文章的核心下面一张图就概括了，但是为了让你彻底搞定这件事，我会掰开了揉碎了，一步步手把手带你搭出你的知识管理系统。



下面我们先从搭建存放笔记的储存体入手，从零开始搭建整个外脑系统~

一. 选择外脑载体

一台能正常跑的电脑系统，前提就是主机，显示屏这些硬件载体，你操作系统再牛逼，没有主机你也跑不起来。

同理，我们的外脑的搭建也是如此，所以建立外脑的第一步，就是找到外脑的载体，即存放我们知识的工具。

那么市面上提供给我们现成的外脑载体都有哪些呢？



有道云笔记



印象笔记



OneNote

太多太多了，主流的有道云笔记、印象笔记、onenote 等，都可以作为我们外脑的载体，它们各有优缺点，想详细了解的同学请自行了解，我这里就不展开了，大家凭借喜好选择，总之，都是现成的，任君选择~

我本人的外脑载体为有道云笔记，下文演示，均以此笔记做案例，其他载体同理~

当我们确定了大脑的载体以后呢？

建立几个文件夹后，就开始一顿操作猛如虎，类似下面这样的吗？



这样的外脑系统有什么问题呢？

① **层次结构混乱**：这样长长的列下来，我不知道你头大没有，别说提取了，我单单看到这一串，头就先大一圈了。

因为这样混乱的结构，含糊其辞的目录，会让你翻看这些东西的时候，对这种凌乱有一种厌恶感。

② **提取困难**：混乱的内容，会让真正用的时候找不到，所有的笔记，如果用的时候找不到，或者需要很大的功夫才能找到，那这个外脑系统就没多大意义了。

当你笔记内容少的时候，你还能记得那是哪，但是当大到一定量级了呢，你的外脑一定会崩溃。

③ **知识碎片化**：以上所建立的文件夹，之间都是割裂的，笔记与笔记间连接不起来。

我们在文章开始的时候就说了，外脑的作用除了帮我们承担记忆的负担，还有一项职能就是辅助我们大脑为我们建立起知识体系，如果你的笔记之间都是一个个散乱的点，那么外脑的意义就要被砍掉一半。

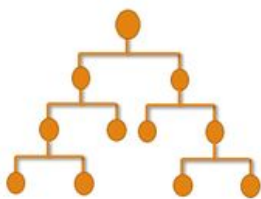
一句话来说，上面的那些都不是一个好的外脑，因为它并没有解决我们为什么建立外脑的本质问题。

那么什么是好的外脑呢？

① **知识结构体系化**：笔记与笔记间的知识点不分散，不是乱七八糟的，不是碎片化的。

② **方便管理**：看到不头大，结构清晰，一目了然。

③ **提取方便，高效**：最好高效到如同探囊取物，想到就能秒拿到。如果这一点满足不了，找一个想要的信息要半天，那么这套系统就没有多少意义。



体系化



便管理



易提取

好了，到了这里你知道了，一个好的外脑的标准，随之而来的一个问题就是，如何才能让你的外脑达成以上标准。

那么如何让外脑满足以上条件呢？

正如电脑的 windows 系统一样，装上了，我们就无需用乱七八糟反人性的 dos 命令去让计算机工作，所有的一切都有秩序的跑在这套清爽的图形化系统**之上**。

同理想让外脑不乱，你必须部署一套规则化的操作系统，让我们的知识笔记全部跑在这套管理系统之上，保证底盘不乱，根基稳，而不是随性而建。

所以找到载体之后，不是一顿操作猛如虎，而是要给我们的外脑装上一个类似 windows 一样的底层系统，而我们这套跑在外脑载体上的系统就是 GTD 系统，所以我们建立外脑的第二步就是给它装上**这套系统**。

二：部署 GTD 操作系统

1. 什么是 GTD 系统？

GTD 的英文全称是：Getting Things Done

这是由著名的时间管理人戴维·艾伦在他的著作《尽管去做》里提出的一套**移动硬盘式的任务管理方法**，它的核心精髓是**把所有待办任务都从大脑里移出去，清空大脑，用外部的工具去管理任务，让大脑的全部资源都用来思考，而又不会遗漏任何一件事**。

部署了 GTD 系统在笔记本上，我们就可以借助 GTD 的工作流，不仅拥有了知识管理系统，而且还把我们的日程管理系统也都囊括其中了，极大幅度的解放了我们的大脑。



2. 如何部署 GTD 系统到笔记本上?

GTD 工作流总共有 5 个步骤：收集、厘清、整理、归档、回顾。

而把它用到我们的外脑上就变成了**信息管理流**，同样也是五个步骤：

GTD 信息流：收集箱、等待处理、将来可能、归档资料、专题研究。

GTD 工作流



GTD 信息流



什么意思呢？

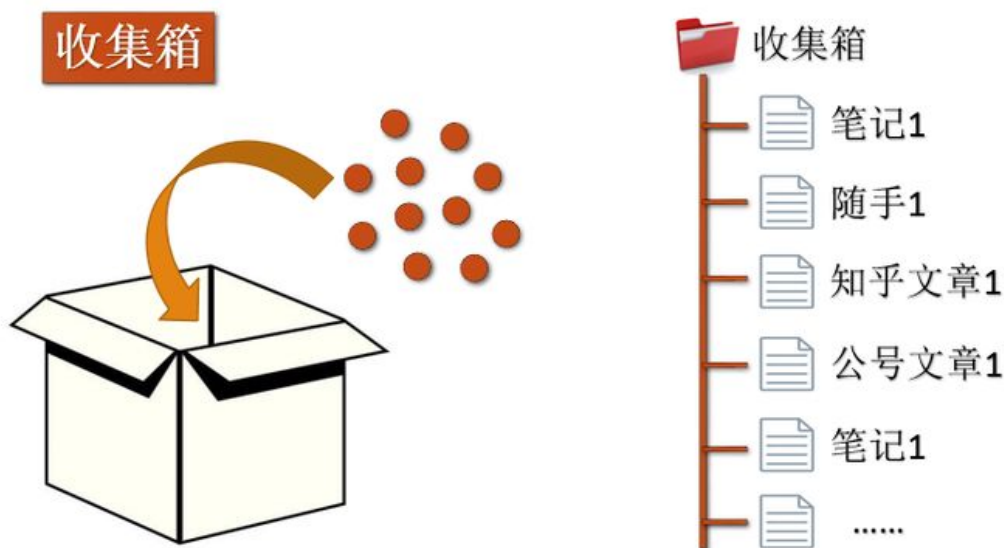
下面分别介绍一下，我们设置的这五个文件夹可以干什么。

1. 收集箱

这个就相当于你在各大平台点的收藏，比如我们拿手机刷到好文了（比如这篇文章哈~），我们就可以把各大平台的好文，一键集中扔到这个收集箱中。

这个东西的作用就是负责收集，你不必操心该放到那个分类，所有的好东西，一股脑扔进去就 OK 了，这样就可以大幅度的解放我们分类归类的时间。

等到了固定的时间，比如晚上统一处理，这样既不打断我们当前手头的事情，同时又确保了收藏的文件不会乱七八糟，又能让你认真的评估和精读这篇文章，确保进入你笔记的都是精品。



2.等待处理

这个文件夹承载我们当天的日程，备忘录，记事本，沉思录、日记本等等。

你应该有体会，大脑凭记忆力处理这些事情有多坑爹，我们就可以把这些大脑不擅长的事情交给外脑处理。把日程，待办事项等全部移到这个文件夹里，把这些事情全部从大脑中清理出去，想知道接下来要做什么事情直接来翻这个文件夹，效率高的飞起。



3. 将来可能

这里主要承载计划、规划、想法、点子类的东西。

比如你看到了一个点子，发现了一个项目，你就可以先把它扔到这里，作为你的灵感库。

将来可能



- 将来可能
- 复盘
- 点子
- 规划
- 策划
- 总结
-

4. 归档资料

这个是我们的知识的大本营，最终所有的信息和笔记都会被归入到这个文件夹中，我们收集到的信息通过整理完毕以后，就放入这里，以供随手复习和使用的时候随时调取。

归档资料



- 归档资料
- 归档1
- 归档2
- 归档3
- 归档4
- 归档5
-

5. 专题研究

比如我最近对唱歌比较感兴趣，那么我就可以单独这专题这里建立一个文件夹，专门服务于唱歌，当研究出成果了，再把它归入到归档资料中。



当你在你的笔记本上，创建了这个 5 个文件夹后，你的 GTD 系统就部署完成了。

你看，部署了 GTD，通过 GTD 来处理信息后，你的外脑是不是特别有层次感，是不是感觉外脑像是有了灵魂一样~，而不是类似于上面那四个笔记长长的一串。



那么部署完 GTD 系统后就完了吗？当然不是。

完成了最底层系统的搭建，我们就要开始去处理输入进来的笔记了，前面说了，最终所有的笔记都会被汇总归档到「归档资料」这个文件夹之中，所以我们管理笔记的核心就在此文件夹中。

但是那么多的笔记，怎么去管理啊，还是像上面图中那四个案例一样，列出长长的一串文件夹吗？

下面我们进入本文的第三个模块，来解决以上问题。

三：规则化信息

给外脑立结构、给笔记立规矩~

我们都知道无规矩不成方圆，如果归入进来的笔记没有规则，那就会乱七八糟，完全没效率可言，所以我们必须要给输入进来的笔记进行处理，教给它们规矩，让它们变得清晰有规律，只有这样，你提取它的时候才能迅速找到你想要的。

但是要设立那些规矩呢？如何设立呢？

下面提供四大原则，保证让你的笔记规规矩矩的。

1. 最简层原则

什么是最简层原则？

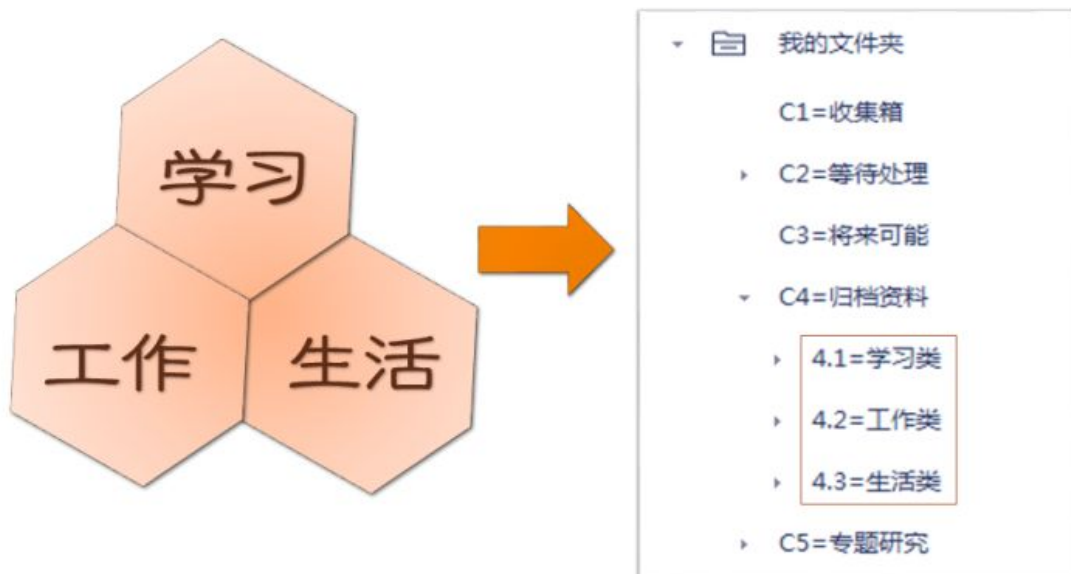
所谓最简层原则就是让文件夹尽可能的少，层级尽可能的少，因为只有数量少，你看起来才不会头大，如果还是一层又一层的文件夹，那就和前面你看到的那四张笔记没啥差别了。

那么如何才能尽可能的少呢？

当然是找一个可以把所有东西都包括进来的维度，它符合之前文章提到的 MECE 原则，既涵盖了所有笔记特性，又不遗漏，同时又不冗长。

我这里就提供给你一个这样的维度，以笔记的「用处」这一个维度进行划分，即：「学习」「工作」「生活」。

你可以随便想，从用处来论，任何笔记都不会逃过这个三个分类的，所以它是符合 MECE 的，我们就以它作为划分知识的标准，作为「归档资料」的打底文件夹，这样我们就实现了最简层。



打底文件夹有了，我们就需要根据自己的需求对文件夹做一些进一步细分，但如果你还是建立一串文件夹，整个笔记体系必然会乱，那么如何管理下一级的文件夹呢？

这就用到了让你笔记规矩的第二个原则。

2. 目录编码原则

什么是目录编码原则？

你可以先思考下这个问题，一本书有那么多知识点，它是怎样排版才让内容清晰一目了然的？

当然是把图书知识结构整理成目录按照层次编码啊，如下图，这样你看起来结构就会非常清晰，一目了然~

同理，我们对文件夹的层级管理，同样采用这种方式，让文件夹的层级与层级之间建立起逻辑关系。

目 录

摘 要	1
Abstract	2
1 引言	3
1.1 我国中小企业的划分标准.....	3
1.2 我国中小企业的社会地位和作用.....	3
1.2.1 中小企业在国民经济中占有十分重要的地位.....	3
1.2.2 中小企业是缓解就业压力和保持社会稳定的基础.....	3
1.2.3 中小企业是深化改革的排头兵.....	4
1.3 中小企业现有发展资金的主要来源.....	4
1.3.1 企业自有资金的积累.....	4
1.3.2 向商业银行贷款.....	4
1.3.3 民间机构担保融资.....	4
1.3.4 国家扶持性融资.....	4
2 我国中小企业融资中存在的主要问题.....	5
2.1 中小企业的融资渠道比较狭窄.....	5
2.2 中小企业获得外部融资支持较少.....	5
3 我国中小企业融资难的原因.....	5
3.1 中小企业融资难的内因.....	5

中小企业融资难的内因

那如何目录编码呢？

这里不进行赘述，我给你做了一张图，扫一眼估计你就会了。



除了建立起清晰的逻辑层次外，为什么你一定要用目录编码？

因为有了目录编码后，笔记就能实现自动排序。

云笔记一般都是按照名称排序的，比如，数字 1 在数字 2 前面，字母 A 在字母 B 前面，如此就会非常有序，可参考微信好友目录哈~

如果你没给它这样规则化命名，则会出现乱序情况，会让笔记看起来乱七八糟的，但如果你设置了编码，就能实现自动排序，非常爽啊~

所以我们采用图书目录编码，一箭双雕，不仅让结构逻辑层次清晰，而且还能实现自动排序。

以上我们说了让你笔记规矩的四个原则的前两个原则，有了它们可以让你的笔记结构层次有了一个质的提升，但仅仅是层次清晰还远远不够，想要你的笔记规矩，你还需要第三个原则。

3. 统一命名原则

什么是统一命名的原则？

即：无论是文件夹还是笔记本身，都要遵循一套标准的命名原则，只有这样你的笔记才不会乱，切记把笔记命名成这样的无格式笔记，一旦养成这样的习惯，后期会让你有一种想锤死你自己的感觉，相信我~



☒ 重新定义问题，不要纠结问题本身，要挖掘问题的本质...	01-15
☒ 高度敏感别人的需求	01-13
☒ 学习的真相	01-07
☒ 人和人链接的，符合人性的生意才是赚钱的本质	01-02
☒ 情绪的管控	12-27
☒ 这个世界上有太多我没有见过的人和事，我永远无...	12-24
☒ 人分三六九等：人性的本	12-16
☒ 我们的核心意识默认认为这个世界上大部分人都正常...	12-04
☒ 当我们的脑子没有思路的时候，我们可以通过提问的方式	10-29

那么用什么标准命名呢？怎么命名？

下面我给出三个方法，让你解决这个问题。

1. 用黄金圈法则命名文件夹

你学习的任何一个知识点或专题都逃不过黄金圈的终极三问，即：是什么（what）、为什么（why）、如何做（how）。

比如你想研究演讲的话题，那么你就可以创建三个文件夹：

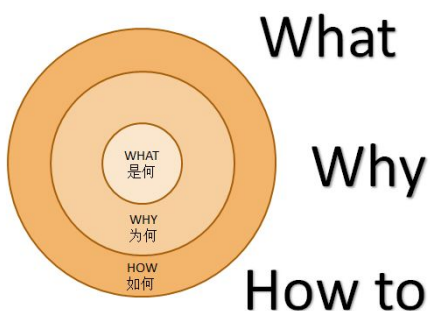
1. 什么是演讲？（what is 演讲）
2. 为什么要学习和训练演讲？（why 演讲）
3. 如何训练演讲？（how to 演讲）

当你创建了这个三个文件夹后，你就可以把演讲相关的所有知识点按照黄金圈分出的三个文件夹分别归属，如此每个文件夹

对应啥内容，一眼望穿~

你看，三个文件夹解决一切，而且看起来是那么的清晰，那么的一目了然~~

黄金圈命名法则



2. 笔记文件规范化命名

上面讲的是文件夹的命名方法，这里则是具体到的某个笔记文件命名。

这里也没有太多可讲的，我给你做了一张图，提供了一个公式，你看一眼就秒懂了。

规范命名格式

格式： 主题+作用类别+标题

举例： 【写作-技巧】 如何煽情？
【写作-案例】 小清新排版风格
【写作-方法】 文章框架如何搭建？

规则化命名，效果示范~~

你看，这样的笔记标题命名和上图的两小人那张笔记标题命名，那个看起来让人爽？



3. 意义不明的层，坚决不要。

很多同学在整理笔记到时候都会建一个「其他」的文件夹，请问，你这个「其他」是什么？

你之所以建这个「其他」就是因为，你也搞不通某个笔记文件属于那个类别了，不好分类的所幸一股脑的扔到这里边。

我告诉你，你在用的时候是根本不会去翻「其他」这个分类的，因为它在你脑中就没有啥概念，你都不知道你放了些啥，应该放些啥，又怎么能指望提取的时候找到呢？

所以，这种意义不明的层，坚决不要。

意义不明，坚决不要



到了这里，你知道了让笔记规矩的三个原则，但是仅仅知道以上三个原则，还不能让它们很规矩，想要他们更规矩一些，你还需要第四个原则。

4. 标签化原则

什么是标签化原则？以及为什么要用标签去管理我们的笔记？

我先不回答这个问题，给你出道小题~

假如让你给伟人归类，你会把毛爷爷归到哪一类？

给伟人归类

你会把毛爷爷
归到哪一类？



你会把毛爷爷归到政治家？思想家？军事家？抱歉，这些头衔毛爷爷都占了~



你看，你是没有办法把他按单一的维度归类的。

如果你单一的把毛爷爷归到一个分类中，比如「诗人」，那么搜索其他分类，就找不到毛爷爷了，那你就把毛爷爷给定住在某个分类中了，这样做就是有漏的，同理，我们再来看个案例~

你会把前两年大火的《战狼 2》归到什么分类中？你能对它进行单一归类吗？



我们之前的文章中讲维度的时候就已经说了，任何一件事物都可以有很多个维度，如果你把某事物按照一个维度归类，你就相当于把它给定死了。

同理我们的知识依旧如此，很多人的笔记之所以没有效率，用的时候找不到，很大的原因就是你把知识给限定死了。

比如你学到了一个写作技巧「如何煽情」~

如果你单纯的把这个技巧归入到「写小说」这个分类中，只有写小说的时候，你才会想起它，那么这个这个知识点就让你学死了，因为这个技巧完全可能套用到写文案，写报告等等....

那么如何解决这个问题呢？

这就回答了上面，为什么要用标签来管理笔记了的问题了。

打标签就是为解决这个问题设置的，你可以给一个知识点打上无数个标签，当你搜索任何一个标签维度的时候都能够索引到这个知识点。

正如上面案例中，只要你给毛爷爷打上了标签，无论你搜 XX 家，都能找到毛爷爷。而《战狼 2》中你搜索商业片也能找到它，搜索战争片也能找到它，搜索吴京也能找到它....

如此，我们就不用纠结于某个知识点具体该归入「储存体」的那个文件夹中，无论是你放到那，只要标签打上了，就不用担心索引问题。

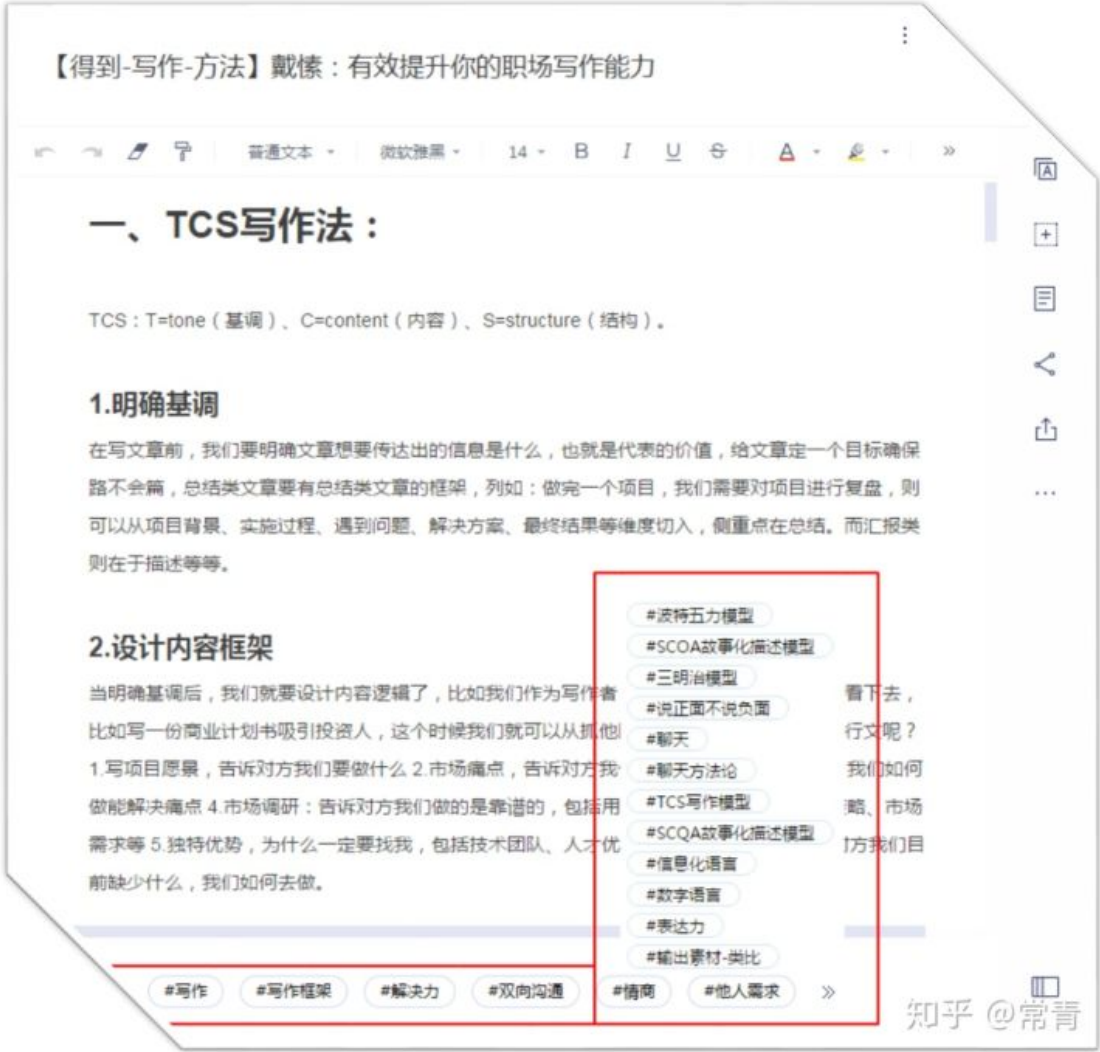
当你部署了一系列标签的时候，你的知识就活了。

比如：「记忆」这个标签，当你想要这个标签的内容的时候，云笔记就会帮助你，把所有这个被你标记过这个标签的文章给找出来

无论它是你过去的读书笔记，或者是电视剧看到的，演讲听到的，课程中学到的，总之，只要包含这个标签的，一股脑的都会给你抓出来，供你调遣使用.....



下面给你展示一下，我是如何给一个课程打标签的。



好了，看到这里你可能会说，完成以上部署，笔记的整体效率是高了很多，知识也给盘活了，但是以上知识之间仍然是割裂的。

笔记与笔记间仍然形成不了体系，而且笔记量和标签一多，标签本身也就乱了，都不知道标签那个是哪个了，那如何解决这一系列问题呢？

下面，我们就进入本文的最后一个模块，部署索引体，让你的外脑的效率彻底飞起来~~

四：部署索引体系统

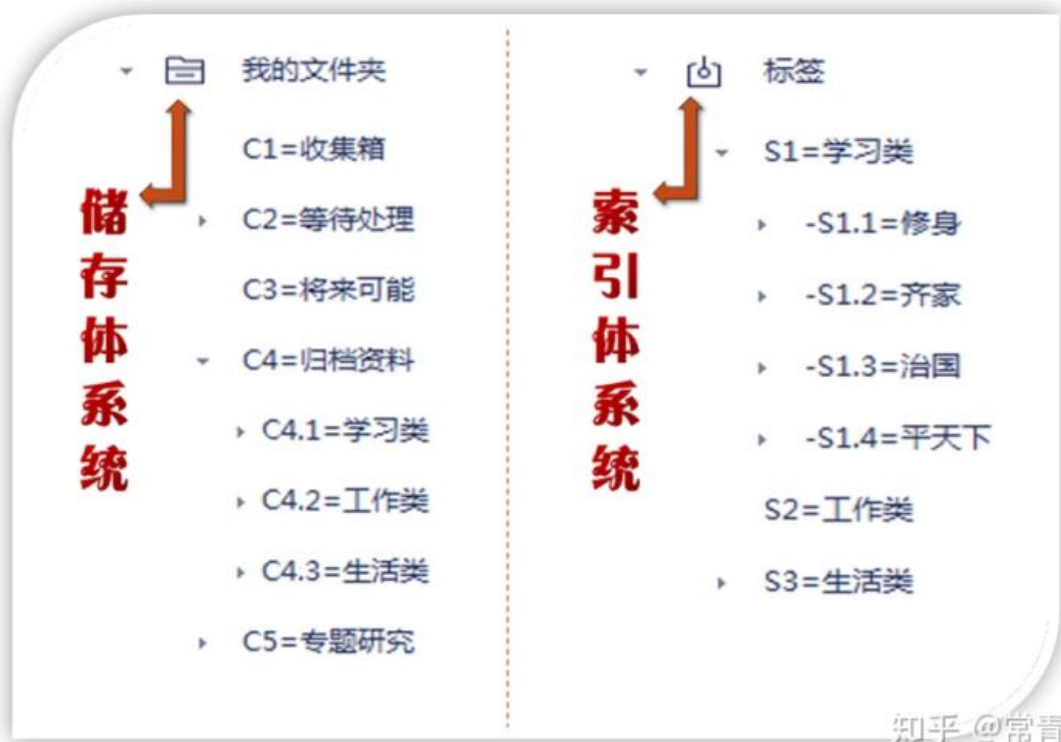
1. 什么是储存体和索引体系统？

储存体就是我们以上忙活的，那都是在部署储存体的系统，即在文件夹里的那一套。

我们前面说了，我们通过标签调取笔记或信息，而索引体系统，就是把标签与标签之间也建立起逻辑关系，形成体系和结构，最后内化成我们的知识体系。

一句话解释，储存体用于管理「文件夹的系统」，而索引体则用于管理「标签的系统」。

为了让两者更有辨识度，文件夹系统作为储存体识别符号「C」，标签系统作为索引体，识别符「S」。

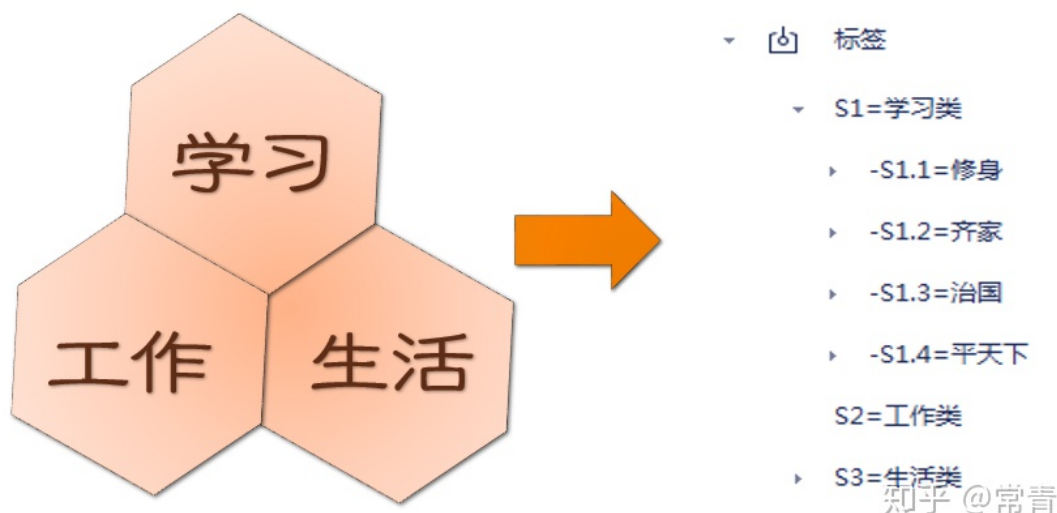


2. 如何搭建索引体？

① 底层系统搭建

储存体有 GTD 作为底层操作系统，那么索引体同样也应该有操作系统作为分类。

索引体的分类规则就是我们前文说的「学习」、「工作」、「生活」三个分类，因为你笔记上所有的东西都逃不过这三点，它是符合 MECE 的。



工作和生活的分类我这里不多介绍，因为这个体系不体系无所谓，大家按照自己的喜好打标签即可。

这里主要介绍的是「学习」，因为这才是承载我们知识标签的大本营，我们所有的知识标签都以这个分类为底。

那么在「学习」这个分类底下，应该怎么去构建知识架构呢？

② 一个维度分类所有知识标签

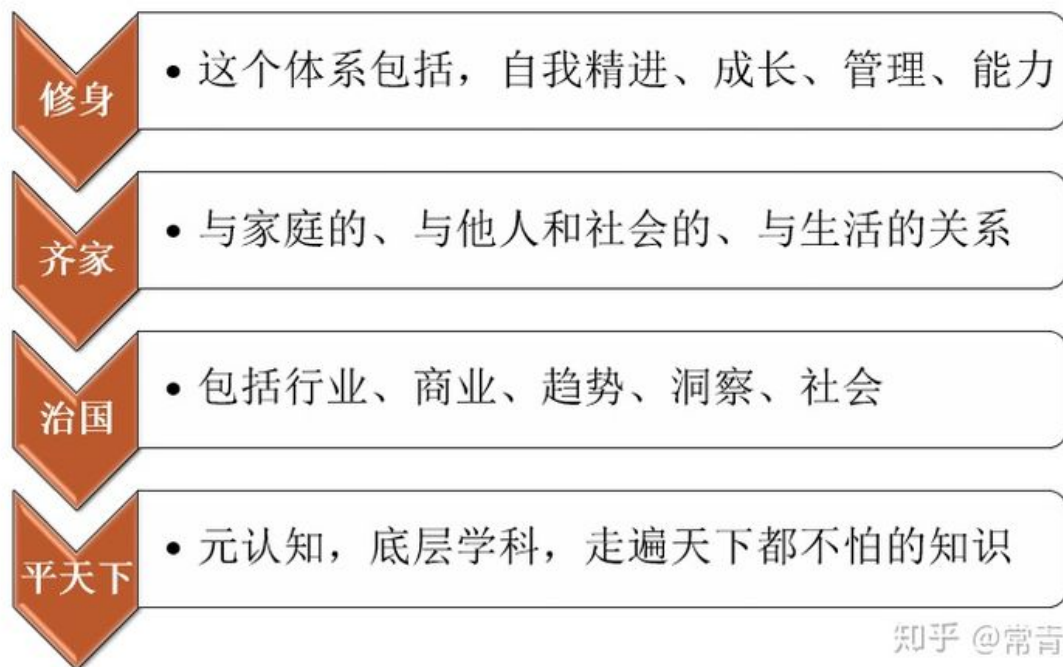
体系的构成一定有底层分类作为支撑的，所以想要把零散的标签，编织成系统就需要对他们进行分类，那么从作用的维度，你会把「所有的知识」标签分成哪几类？

可能每个人都有自己的标准~

我本人按照和参考了「儒家的最高理想」把一个人的一生所有的知识分成了四类：

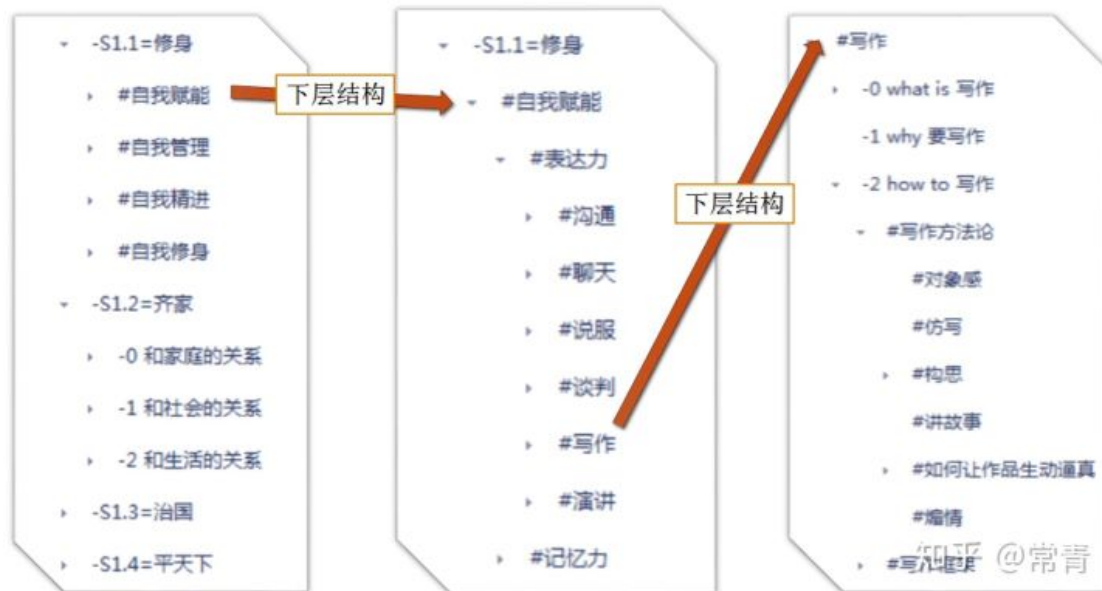
即：修身的知识、齐家的知识、治国的知识、平天下的知识~

哈哈，比较中二，不过我看着很顺眼，这个分类仅供参考，如果你也觉得这个维度不错，可以直接拿去用~



好了，有了这个维度，你就可以把你在储存体里打上的标签，按照这四个维度，分门别类的整理在这里边即可，我截取一段我「索引体」系统中的整理效果，供大家参考~

你可以看出来，当「索引体」逐渐完善以后，它就是一套完整，清晰的知识体系~~



③ 区别符号

你可能看到索引体中每个对象的前面都有个符号，有的符号是「#」有的符号是「-」，这是什么意思呢？

这两个符号是区别符号，前面有「#」的，说明它是标签，而前面有「-」的说明它不是标签。

这些东西的存在仅仅是为了连接标签，把标签串联成系统的连接符号，帮助我们看的更清晰，更有结构和层次感，它们是不参与索引的。

当然「-」符号你可加可不加，但是「#」这个符号，我建议一定要加上，原因会在下面说。

④ 通过「索引体」快速提取内容

当一切都搭建完毕以后，剩下的就是我们提取东西的时候了，你可以通过单击标签提取，但是我最常用的就是搜索提取，想要啥，直接搜索，如探囊取物一样酸爽。

比如：在我笔记中，我搜索「写作」这个标签，你看~，云笔记会把我打这个标签的所有内容都给我找了出来。

无论是我个人的随手感想、我读书的笔记，或者我收集到的任何东西，只要它是在这个标签之下，瞬间提取~~



⑤ 如何让提取效率更高？

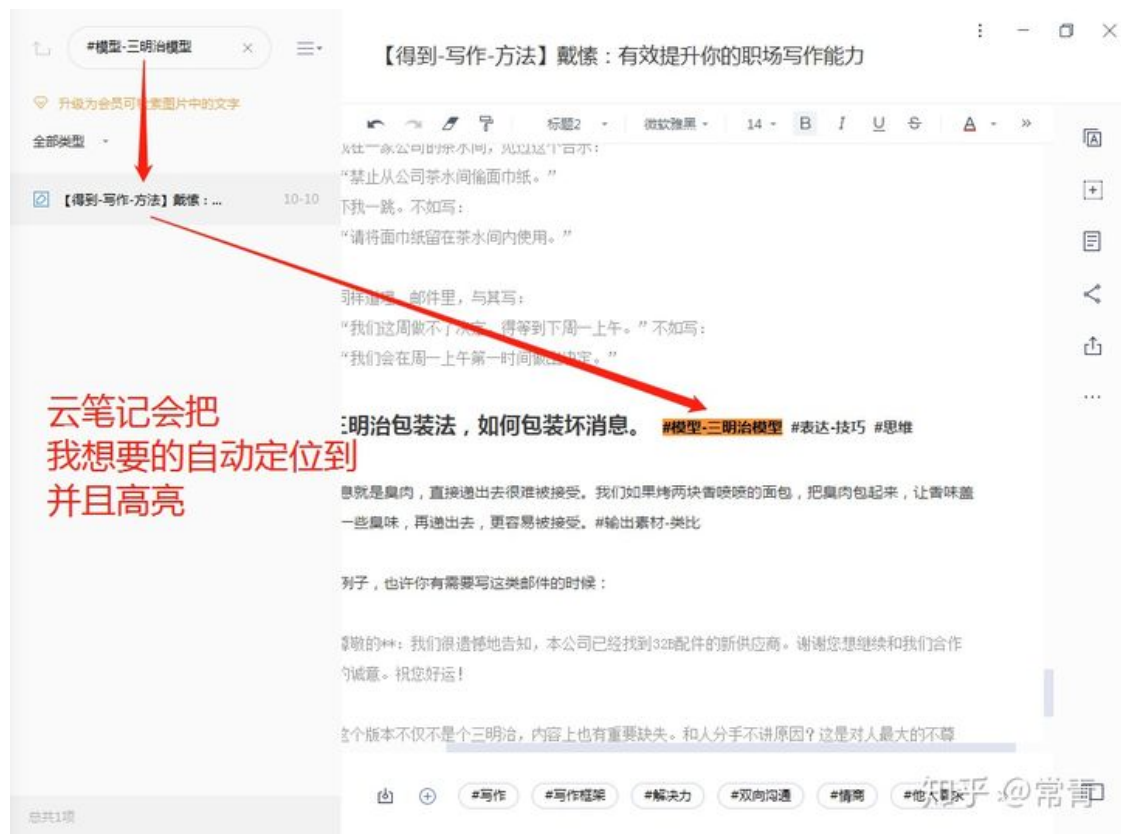
我们在实际的提取笔记的场景中，经常会遇到一个问题~

比如一本书的读书笔记，就在这一篇笔记中，它就可能涵盖无数个知识点，即使我用标签定位到了这篇笔记，想要找到笔记中的我想要的东西，也要翻看好久，那么有没有瞬间就能找到我想要的信息的方法呢？

有的，解决方案就是在笔记文件内处处打标签，如此可以瞬间找到我们想要的内容。

比如下图，我就在这个笔记的某一处的知识点，打上了三个标签，当我需要找这三个标签任意一个的时候，云笔记会迅速帮我找到它所在的位置，并且打上高亮，这样整篇文章都变成了我标签系统中的一个一个知识点，它不再属于原作者，而是属于我体系中的一部分。

这就回答了上面所说的为什么要在标签上加一个#，原因就在这，如果你不加这个识别符号，搜索到的东西就会乱七八糟，异常痛苦啊，这是坑，我已经替你们踩过了~



好了，到了这里，整篇文章也到了结尾了，这个剩下的你只需要在不断的学习过程中去完善和填充这个骨架，最终它就会形成一张庞大的知识结构网，到时候你就神功大成，就可以任意纵横了。

打造完毕后的注意事项

打造完毕后最重要的事情是什么？

1. 把笔记软件本身玩熟

因为这篇文章不是介绍软件功能的，所以几乎没有提到软件本身提供给我们的功能，包括日程模板、思维导图、ORC 等等太多太多了.....

你要是懂得笔记软件提供给我们的各种功能，那么你一定可以玩的非常 6，这个大家请自行了解，网上有的是介绍的，我这里不进行赘述了。

2. 规律性的清理收集箱

正如你装修房子一样，在装修的时候你可以一次性装修的美轮美奂，但是在生活中如果你邋邋遢遢，臭袜子，脏东西到处扔，很快你的新房子也就破旧了，想要让他一直焕然一新，高效运行，你就必须养成干净，卫生，自律的生活习惯。

同理我们的笔记系统依然如此，我们这次打造了一套超级牛逼的系统，但是如果你收集到的资料，长期堆积在收集箱中不去清理，内容被到处归类，那么这套系统很快就会被你搞残。

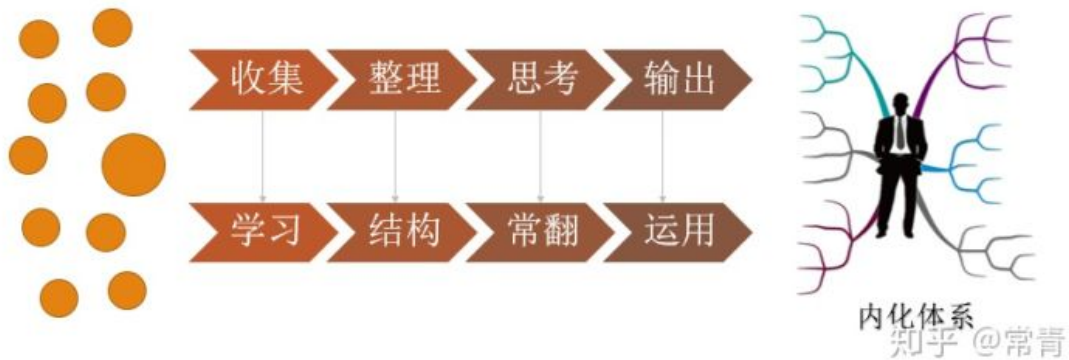
所以你的习惯，才是保持这套系统高效运转的关键。

我个人的清理习惯是，每个周末拿出固定的时间，清理一次收集箱，当然如果你比我勤快，且时间充裕，完全可以一天一清理，这样肯定会更好。

3. 迭代内容，删掉过时的东西，填充空白的内容。

刚开始建立起你的外脑的时候，不可能一下子就建成类似我外脑那样的丰富，肯定会有很多需要完善的地方，不断迭代，更新，这才是你的外脑能持续运转，并且越用越顺手的核心。

最后提醒一句：外脑要时常翻阅，只有你时常翻阅它，它才会内化到你的大脑中。



文章到这里就结束了，下面我们把上面的内容总结一下。

小结一下

一：什么是知识管理系统？

知识管理系统就是帮助我们管理和记忆知识的第二大脑，外脑。

二：为什么要搭建外脑？

1. 信息量多了，我们的大脑是无法记住的，我们需要通过别的方式记住它，并且在用的时候，可以随手提取。

2. 搭建外脑，本身就是把零碎的东西体系化的过程，就是搭建知识体系的过程，大脑喜欢有结构的东西。

三：如何搭建外脑？

外脑的构成分成两个部分，第一部分为储存体搭建，第二部分为索引体搭建。

①：搭建储存体

什么是储存体？

储存体就是管理文件夹、储存笔记的系统

如何搭建储存体？

1. 以 GTD 信息流作为底层系统
2. 规则化信息需要遵循四大原则，即：
 - (1) 最简层原则
 - (2) 目录编码原则
 - (3) 统一命名原则
 - (4) 标签化原则

②：搭建索引体

什么是索引体？

索引体就是管理标签的系统。

如何搭建索引体？

1. 以「学习」、「工作」、「生活」三分类为底层。

2. 用一个维度涵盖所有「学习」的知识标签：修身的知识、齐家的知识、治国的知识、平天下的知识。

如何进一步提升索引效率？

笔记内处处打标签

③：保证外脑的高效运转

- 1. 玩转笔记软件功能
- 2. 规律的清理收集箱
- 3. 不断的填充完善，迭代更新笔记。

本文复习导图



知乎 @常青

我还有其他好文，你也许感兴趣~

看似厉害的人是怎么分析问题的？

世界上真的存在记忆宫殿吗？常人能掌握吗？

怎么有效锻炼自己的记忆力？

学过的东西马上就忘了怎么办？

常青：小白如何养成运动健身的习惯？

常青：超级干货！让你快速恢复精力的高效休息法！！

常青：快速入眠，无痛早起，规律作息！绝不外传的高效睡眠法！！

常青：精力管理：提升你颜值，让你精力充沛的饮食习惯！

常青：超级干货！如何让你的精力充沛到令人发指！！！！

（二）

常青：超级干货！如何让你的精力充沛到令人发指！！！！

常青：超级干货！分分钟让你成为时间管理高手！（三）

常青：超级干货！分分钟让你成为时间管理高手！（二）

常青：超级干货！分分钟让你成为时间管理高手！

20-30 岁怎么规划自己的人生呢？

常青：如何制定计划？为什么你做的计划执行不下去？

常青：目标必达！如何做到长期、持续、稳定的努力？

常青：理解能力差怎么办，如何提高理解能力？

常青：拯救懒癌！如何提升行动力，想到就能做到？

常青：如何成为问题分析高手，拥有化腐朽为神奇的力量？

常青：如何练就超强的分析能力，一眼看穿事物的本质？

常青：如何快速搭建知识体系？

常青：这或许是最牛逼的做笔记的方法！

常青：如何迅速成为一个领域的专家？

常青：读书不懂这个方法，你永远只能被洗脑！

常青：三步让你 30 分钟，读完一本书！

常青：4 招让你快速读懂一本书！！

常青：读书：4 步告诉你，如何选出有价值的书？