

超活用

Evernote

100个做笔记的好方法

数字化重整你的工作和人生

电脑玩物站长 异尘行者 著
刘志勇 改编

不再丢三落四的云端收纳术

数字笔记的时间管理秘籍

你也能轻松做到的整理技巧

PC、Mac、Android、iOS 适用

无法重来的人生，不想丢掉的回忆，
用笔记收集，未来实现目标的动力。

“记住”，你会比之前做得更好！



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

014037775



TP391
486

Evernote

100个做笔记的好方法

数字化重整你的工作和人生

献给所有喜欢做笔记的朋友

电脑玩物站长 异尘行者 著
刘志勇 改编



TP391
486

人民邮电出版社
北京

图书在版编目 (CIP) 数据

Evernote 100 个做笔记的好方法 / 异尘行者著 ; 刘志勇改编. -- 北京 : 人民邮电出版社, 2014. 5
ISBN 978-7-115-34709-1

I. ①E… II. ①异… ②刘… III. ①办公自动化—应用软件 IV. ①TP317.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第033660号

版权声明

中文简体字版©2014 由人民邮电出版社发行

本书繁体字书名为《Evernote 100 个做笔记的好方法：数位化重整你的工作与人生》，由城邦文化事业股份有限公司 PCuSER 电脑人出版事业部授权，同意经由人民邮电出版社出版该书中文简体字版本。非经书面同意，不得以任何形式任意复制、转载。

内 容 提 要

本书由 Evernote 台湾地区的推广大使——电脑玩物站长异尘行者撰写。本书不只教会你使用 Evernote，更重要的是，启发你如何通过使用数字笔记，改变观念和态度，提高生产力，管好你的工作和生活。书中提供了完整的方案、全新的视野、高科技的工具，以及作者亲身经历的故事，带领你用数字云端笔记满足“时间管理”、“生活整理”、“梦想打理”三件人生大事的整理需求。

-
- ◆ 著 电脑玩物站长 异尘行者
改 编 刘志勇
责任编辑 王峰松
责任印制 王 玮
 - ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路 11 号
邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
北京捷迅佳彩印刷有限公司印刷
 - ◆ 开本：700×1000 1/16
印张：14
字数：284 千字 2014 年 5 月第 1 版
印数：1-4 000 册 2014 年 5 月北京第 1 次印刷
- 著作权合同登记号 图字：01-2013-8259 号
-

定价：49.00 元

读者服务热线：(010)81055410 印装质量热线：(010)81055316

反盗版热线：(010)81055315

广告经营许可证：京崇工商广字第 0021 号

启动人生的记忆术

2013年年初被征召到军队里接受一个星期的军训，在军队里没有网络和电话的日子里，对我来说最焦虑的不是没有办法使用智能手机，也不是没有办法上网和用电脑，老实说我还是挺能够适应远离这些数字工具的生活的，但是，还是有一件事让我感到有一点点苦恼，那就是我无法使用Evernote做笔记。

因为在这几年使用Evernote的过程中，我已经养成随时随地做笔记，把任何工作、人生琐事记录到笔记中“重新整理”的习惯，而这也大幅度地提升了我做事情的效率和品质。那么到了军队里无法使用数字笔记怎么办？

于是我准备了一本纸质的笔记本，在军营里随身携带，一有什么想法或心得就立刻记录到纸质笔记本中，一个星期左右就把一本A4笔记本写完了！然后当我回到家里，所做的第一件事就是把纸质笔记记录全部拍照并扫描到Evernote中建档，我甚至为了让纸质记录更容易转换到Evernote数字笔记里，还研究了一种特殊的纸质笔记记事方法，可以参考本书3-03的心得。

“做笔记”这件事情远比使用什么工具做笔记重要，但最终把所有笔记都整合到Evernote后可以带来最佳化整合的优点。我在军营里努力记录的笔记，转存到数字Evernote笔记本后开始和其他相关的笔记资料连接，把那个星期许多宝贵的心得转化成更有用的想法，最终成为这本书中许多创意笔记方法的来源。

所以，这本书的核心在于如何使用更多有创意的笔记方法来完成工作、改造生活。Evernote是我使用的笔记工具，但因时制宜，我会在本书的许多范例中提出让Evernote可以真正与各种人生问题结合的解决办法。

或许你看过我的上一本关于Evernote的书——《Evernote超效率数字笔记术》，上一本书展现的是原来Evernote还可以记住如此多样化的事情，大家可以把Evernote当做第二大脑来记住任何事。而在这本书当中，则是要解决“记住以后怎么办”的问题——不只要记住，还要找出让记忆产生效果的方法，让你的第二大脑活化，通过聪明的记住，真正地“启动你的人生”。

这依然是一本给正在或即将使用Evernote的用户阅读的书，但并不只是分享工具，更重要的是分享使用笔记改造人生的经验，相信这样的方法也可以推广到Evernote之外更多的地方使用。

改编者序

能有幸改编电脑玩物站长异尘行者的这本书，真的非常非常开心！经过近两个月紧张的工作，这本书终于即将付梓。

异尘行者曾著有《Evernote超效率数字笔记术》一书。如果说他的第一本书带领读者认识并熟悉了Evernote，学会了各种技巧，那么今天付梓的这本书，正如其书名，会让读者知晓如何活用Evernote重整自己的工作与人生。这本书向读者传达的并不是什么软件技巧，而是一种理念——作者异尘行者在使用Evernote的过程中总结的经验，真的非常有参考价值。

而我则是Evernote的铁杆粉丝、忠实用户，从使用Evernote 2.x单机版软件一路走来，见证了Evernote的成长。我曾经有过为大陆读者撰写Evernote/印象笔记图书的想法，但由于种种原因，未能付诸实践，心中留下遗憾。后来机缘使然，得以有幸改编这本书，这多少也弥补了我未能亲自著书的缺憾。

值得一提的是，在本书的改编过程中，由于我此前并没有安卓手机，而原书中有不少安卓版的截图，翻译改编的要点就是要忠实于原著，一时间让我颇为为难，为了顺利完成本书的改编，我决定购买小米公司新出的红米手机，谁知一机难求，一个月竟然没有抢购到。也许是命中注定让我改编这本书，我妻子的闺蜜瑞华，无意知道我的窘境后，当即表示可以帮我弄到F码，这才让我得以顺利完成了本书的改编，在此表示衷心的感谢。同时也感谢本书的责任编辑和原书作者异尘行者在改编过程中给予我的帮助。

最后，我要说的是，如果你还没有Evernote/印象笔记的账户，那么请你在浏览器地址栏输入地址：<http://t.cn/z88ABHo>，尽快注册印象笔记的账户，尽情享受你的数字人生吧！

对了，还要补充一点，面对我即将出世的孩子，我和妻子将会运用本书的理念，借助Evernote这一工具，记录孩子将来成长过程中的点点滴滴，记录难忘的时刻，保存重要的资料……我相信，Evernote一定会成为百年公司，Evernote也必定会给父母们期待和欣喜。

刘志勇



Contents

- p002** 1-01 记住，其实还记得不够多
- p003** 1-02 记住，累积就能有所收获
- p004** 1-03 记住，关键是Hack你的记忆
- p005** 1-04 记住，是人生链接的开始
- p006** 1-05 记住，还要能主动召唤记忆
- p007** 1-06 记住，带给我们行动的动力
- p008** 1-07 记住，请用你的五感笔记
- p009** 1-08 记住，你会比之前做得更好

PART I 笔记开工篇





Contents

- p012** 2-01 分类无用？爱用行动收集箱
- p016** 2-02 养成行动中记录灵感的习惯
- p019** 2-03 笔记库愈大，灵感库也愈大
- p021** 2-04 预先设计好高效率会议记录
- p027** 2-05 用数字手写取代纸笔手写吧！
- p031** 2-06 不要再辛苦抄板书了！
- p032** 2-07 不要再把PDF讲义印出来了
- p035** 2-08 Evernote也能当Dropbox用
- p037** 2-09 用笔记专案整理文件的好处
- p040** 2-10 用Evernote统整零碎信息
- p044** 2-11 提前构建统一的专案资料库
- p049** 2-12 把资料库转化成个人知识库
- p054** 2-13 Evernote就是移动工作平台
- p059** 2-14 用笔记进行专案进度管理
- p064** 2-15 用笔记让重复工作更有效率
- p067** 2-16 记录任何事就有化学反应

技巧 1 p014
设定“默认笔记本”教学步骤

技巧 2 p018
录音与拍照笔记教学步骤

技巧 3 p023
建立“链接笔记”教学步骤

技巧 4 p029
可以同步Evernote的手写笔记

技巧 5 p030
更弹性自由的手写笔记App

技巧 6 p034
过滤出你保存过的PDF文档

技巧 7 p039
取出Evernote中的附加文档

技巧 8 p042
让发送、转发的邮件变成笔记

技巧 9 p046
不只剪贴网页，还要画重点

技巧 10 p052
活用合并笔记串连资料

技巧 11 p057
从手机截取网页到Evernote

技巧 12 p061
可勾选的笔记内待办事项

PART2 工作整理篇





- p070** 3-01 无纸化让你省去整理时间
- p076** 3-02 名片收集这样做轻松有用
- p083** 3-03 为了数字保存而写的纸质笔记
- p087** 3-04 带一个书库让你出口成章
- p092** 3-05 电影迷的一生电影笔记
- p096** 3-06 不要忘记生活里的特殊经历
- p099** 3-07 用创意收集箱打败脑袋空空
- p100** 3-08 建立实体实物品的数字索引
- p101** 3-09 第二大脑提醒有效期限物品
- p104** 3-10 笔记也可以收纳生活杂物
- p105** 3-11 用笔记购物比价精打细算
- p106** 3-12 用笔记保存常用外卖菜单
- p109** 3-13 记住就能克制欲望的方法
- p115** 3-14 不需要用流水账就能理财
- p119** 3-15 笔记让朋友不再忘记还书

技巧13 p079
让笔记自动用事件当标题

技巧14 p085
Evernote纸张拍照优化

技巧15 p090
善用搜索照片内中文的功能

技巧16 p098
用Skitch制作生活教学步骤

技巧17 p102
在Evernote笔记加上时间提醒

技巧18 p108
把Evernote当做PDF阅读器

技巧19 p111
建立有层次的标签分类

技巧20 p118
在Evernote笔记里画表格

技巧21 p120
用邮寄笔记提醒朋友

技巧22 p121
用Evernote Hello记住互动

PART3 生活整理篇





- p124** 4-01 心动不如马上记住
- p127** 4-02 意外的旅程，自动导游笔记
- p133** 4-03 随时都能出发的玩乐笔记
- p137** 4-04 可以让感情加温的旅行计划
- p141** 4-05 打造最适合自己的旅游手册
- p145** 4-06 不再忘记带重要旅行资料
- p147** 4-07 旅行重点地图离线携带
- p151** 4-08 准备好旅游常用外语卡片
- p152** 4-09 旅游购物托买使命必达
- p154** 4-10 重复利用的行李打包笔记
- p155** 4-11 旅行中用笔记管理意外琐事
- p158** 4-12 旅游手账这样记最简单漂亮
- p163** 4-13 笔记，准备一生最美的回忆

技巧 23 p129
解决剪贴网页时格式混乱问题

技巧 24 p139
建立多人共享笔记本

技巧 25 p149
怎么让Evernote离线旅行？

技巧 26 p156
把笔记内私密资料加密保存

技巧 27 p161
Evernote Food不只是食记

PART4 旅行规划篇





Contents

- p166** 5-01 用笔记抓住你的时间之贼
- p172** 5-02 最大化活用零碎时间的笔记
- p176** 5-03 目标优先，建立年计划笔记
- p179** 5-04 琐事搞定，处理日计划笔记
- p183** 5-05 最少整理才能更多时间处理
- p191** 5-06 让你的知识库变成行动基地
- p195** 5-07 建立每个专案的时间进度表
- p196** 5-08 现在的琐事v.s.未来的琐事
- p201** 5-09 拥有更多时间的秘密：工具
- p202** 5-10 拥有更多时间的秘密：个人

技巧28 p190
节省时间的搜索技巧

技巧29 p200
活用收藏工具条

PART5 时间管理篇





Contents

p204 6-01 为自己留下值得努力的目标

p205 6-02 过去自己给现在自己的建议

p206 6-03 打开被封存的时光宝盒

p207 6-04 绕过的路犯过的错都是宝物

p208 6-05 冷静的秘密，耐力的训练

p209 6-06 重读珍藏的半途而废笔记本

p210 6-07 写日记养成好习惯

p211 6-08 我的Evernote使用心得总结

p212 6-09 搭配Evernote的其他好工具

技巧 30 p214

Evernote的终极笔记利器：IFTTT

PART 6 梦想实现篇



PART 1

笔记开工篇

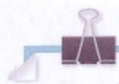
Evernote 100个做笔记的好方法：数字化重整你的工作和人生

需求

- 统一的笔记本
- 聪明的笔记本

方法

让记住自动发酵、让记忆主动行动



1-01 记住，其实还记得不够多

寻找一个统一集中快速的笔记方法

只要“做笔记”真的就会产生正向效果吗？确实如此，市面上也有很多笔记方法的书告诉大家笔记的魔力。而在这本书里，我要提出一个新的笔记工具和不同的笔记方法，对我来说它更方便、更简单，对于一般人来说更容易做到，并且更容易长期坚持下去。

虽然好像做笔记后感觉把握住什么，可是还是很多朋友虽然记了，但这些笔记却没有发挥效用。为什么呢？原因很多，而我觉得一个最大的原因在于他们还记得不够多。什么是记得不够多？那就是大多数人在做笔记时只注意到记住当时那件事情，却没有意识到要把“自己做笔记了”这个行动也记下来。

就让我来举个例子吧！当在办公室接到电话任务，把任务内容写在便笺上，是记住了，但你记住“把任务记在便笺上”这件事情吗？或者开会时把开会内容写在发的纸质讲义上，是记住了，但是你记住“把开会记录记在某某讲义上”这件事情吗？抑或是回到电脑前规划一个专案进度，忽然有了一些灵感，打开Word把灵感记下来，但你记住“把灵感记在某某Word”这件事情吗？

你或许会说：“记住这些有用吗？”当然有用，因为不记住这些你以后就无法知道自己曾经记过什么笔记，如果你无法知道自己做过什么笔记，又怎么会去使用它？更进一步的，如果你没有记住自己把笔记记在哪里，你又该如何快速地找出笔记？

看到这里你应该多少知道问题出在哪里了，为什么那么多人一开始热衷于学习做笔记，但记久了都会放弃？因为不管他们是用纸质笔记还是数字笔记，他们记笔记的方式都非常零散，他们都还是想用自己的脑袋去记住“自己做过什么笔记”、“自己在哪里做了笔记”，但几乎最后脑袋都会抛弃你，你会忘了这些事情，于是你当初那些笔记就毫无用处了。

于是什么样的笔记方法更有效？要怎么解决上述的笔记问题？那就是要寻找一个统一集中、简单快速地能帮助你记住所有事情的工具，也就是本书里应用的“Evernote”，因为这个数字笔记可以帮你记住所有的事情并且统一保存在一个笔记本里，这样我就不用记住自己记在哪里，因为所有的笔记一定都在Evernote里。



1-02 记住，累积就能有所收获

一个让你更易于联想的数字笔记本

前面解决了两个问题中的一个，就是通过一个统一、集中的笔记本——“Evernote”，我们甚至可以把“我在哪些地方记过这则笔记”这件事情也记住。因为我不会再有部分笔记在便笺、部分笔记在手账、部分笔记在演讲的讲义背面、部分笔记在电脑文件里的问题，只要所有笔记都集中保存在Evernote，那么我只要记住：“我就是记在Evernote中”。

这就让做笔记这件事情跨过了第一个门槛，我在需要的时候不会找不到我的笔记，只要找得到笔记，笔记就能应用到未来的工作中。而当笔记能够产生效果，我们就会愈来愈有动力去做笔记，这将产生一个正向循环。

不仅如此，前面只是讲到把笔记全部保存在同一个地方的好处，但是另外一个问题是：我要怎么知道自己曾经做过什么笔记，并且在需要时会拿出来使用？这大概也是一般笔记方法很难解决的问题，是记住了，甚至当时用了非常精彩漂亮的图表做了一页笔记，但如果自己忘记自己曾经做过这则笔记，那跟没做笔记没有两样，因为你根本不会拿出来用第二次。

于是要怎么记住自己曾经做过什么笔记呢？相信我，我们记不住这件事情！

什么？难道记不住就放弃了吗？当然不是。这本书贯穿的一个在你需要时想起你做过什么笔记的方法就是——“搜索联想法”。以Evernote这样统一的数字笔记本来说，因为所有资料都保存在同一个笔记资料库中，所以当我需要某个主题的资料，只要用关键词去搜索就能立刻找出即使是两三年前做过的笔记。

“搜索联想法”不用我们记住自己真的做过什么笔记，而是我相信自己在Evernote笔记中已经累积足够多的笔记，我相信累积就会有收获，所以当我需要什么时，我就用关键字去Evernote找，我不一定记得会找到什么，但累积得够多，就会翻出之前记住后但我现在已经忘记的宝贵想法。

而且Evernote可以搜索笔记内容、图片里的中文、PDF文档里的文字。可以说所有资料都能搜索得到，因为搜索得到，你的这些累积就不会白费，可以在需要时真的找出来用。



1-03 记住，关键是Hack你的记忆

善用数字笔记但小心数字的便利陷阱

不管是纸质笔记还是数字笔记，有一个共通的法则就是：笔记不是“抄书”、不是“抄黑板”，也不是法院里要把所有对话一字不漏记下来的“书记员”。这本书要谈的笔记不是文抄公，而是可以“最佳化你的记忆”的笔记方法。

是的，笔记绝对不会只是记忆的转录而已，笔记的同时应该想到的是创造新的记忆、创造未来的记忆这件事情，只有具有创造力的笔记方法做出来的笔记，只有那些Hack你自己的记忆，而不是只把记忆转成日记的笔记方式，才能产生笔记的效果。

例如以一则会议记录来说，我在做笔记时是把会议上大家讲什么、交待什么记录下来，这样就叫做做笔记了吗？还是说我可以Hack一下我的记忆，我在做笔记的时候，在每个人讲的重点后面附上我当时产生的反对或赞成意见，或在记录交待下来的事情时加注上我想要执行它的时间点与次序。

这样做出来的会议笔记不仅仅是会议当时的记录而已，而是我通过笔记去最佳化这一次会议对我来说的结果，让这个Hack后的结果可以对我以后的工作更加有帮助。这就是“笔记是Hack你的记忆而非转录记忆”的意思。

虽然我很推崇使用数字笔记工具，这本书也是要教大家活用数字笔记（Evernote）的方法，但这里一定要先把可能的陷阱告诉大家，因为数字笔记太便利了，会议记录甚至可以直接录音，但“只是录音”叫做笔记吗？当然不算！

数字笔记可以记录声音与图像，可是我们不能因为方便就只是录音、只是拍照，重点在于我要怎么赋予这则笔记未来使用的意义，如果只是录音，我保证这则笔记未来也是属于你不会再拿出来使用的那一类（除非你原本的工作就是要录音）。

就像本书后面我会教大家用拍照保存管理纸质名片的方法，但只是拍照算是笔记吗？当然不算，所以我的名片笔记整理方法里还要带出包含相遇原因的记录和这位朋友后续的互动如何产生链接的方法，这样的Hack才是笔记。



1-04 记住，是人生链接的开始

知识其实是一张链接的大网

我觉得纸质笔记方法最大的问题其实不是它的功能性或保存性，使用纸质笔记或任何分散的笔记方法时，会遇到的最大问题是你无法把自己的笔记串连在一起。就纸质笔记来说，你的笔记都是一本一本、一页一页分开的，如果A本和F本笔记之间有相关的知识怎么办？如果24页和50页有相关的记录怎么办？怎么链接？

如果回想下知识的样貌，就会知道其实知识本来就是互相链接在一起的，知识不会独立，一定是有前因后果，与各种不同知识链接在一起，构成一张庞大的知识网络。如果说知识本来就是一张网，而你的笔记方法把知识变成一则一则的记录，这样说得过去吗？

这也是我会推荐数字笔记，并且在数字笔记里推荐Evernote的原因，因为Evernote最接近把知识变成一张网的样貌，不仅同样一个资料库里的笔记可以随时找到相关的资料，而且还有类似维基百科的笔记链接功能，可以在不同的笔记之间建立实际的链接，让我可以依照这个知识的网络在所有的笔记之间互相串连。

而当笔记把知识这张网链接起来后，就可以进一步把知识链接到工作、生活上的行动之网。光是“做笔记”这件事就很有用，这个动作不只是帮你“记住”，更重要的是帮你“链接”。

即使是从只有一句话的笔记开始，把零碎灵感与信息链接起来后也能产生大量。只要坚持做笔记，那么就可以：

“链接未来”：从记下不起眼的小想法开始，链接出未来大型计划的执行拼图。

“链接过去”：那些走过的路与犯过的错，链接到人生每个阶段的最佳借鉴。

当你的各种记录、知识、行动都是彼此零散的，是没办法汇整出力量的，只有把这些内容链接起来才能产生效果，也就是只有能够构成链接有机体的笔记才能产生更多的效用。



1-05 记住，还要能主动召唤记忆

被动的笔记本与主动的笔记本

无论使用纸质笔记还是数字笔记，一个共同的原则就是千万不要让你的笔记本只是一本被动的笔记本（当然，如果你只是想要写日记的话除外），什么是被动的笔记本，就是记录归记录，但没有第二次打开来看的机会，为什么不会再打开来看？有很多原因，可能是你记录得没有条理，也有可能你没有适当地安排“笔记现身”的时机。

即使是纸质笔记本，我们一样可以利用一些颜色标签贴纸、利用情境的规划，让笔记在我们需要的时候自己跑出来。其实这没有想像中那么难，就好像在重点处加上一个红色贴纸，就能随时提醒我这本笔记里那个地方有个重点。

只是，在数字笔记本里这样的召唤记忆可以更加主动。

以本书介绍的Evernote笔记软件来看，因为它的最新版加入了时间提醒、待办清单功能，有了数字的时间提醒，当我需要时这则笔记它就能自动在手机里发出警告，主动地把记忆召唤到我的面前。例如我一个月前写下来一个今天要处理的笔记，我只要一个月前设定好闹钟，那么今天这则笔记记忆就会自动跳出来，这是最大的主动性。

当然，不只如此，本书在后续很多实践范例，以及时间管理篇中，更想强调的是如何利用数字整理来做到让笔记可以在你需要时主动召唤记忆。我们做笔记是为了要在未来的行动中使用，让未来的行动因为现在做的笔记而产生好的效果，所以很大的关键就是我必须保证在未来行动时，这则笔记一定会出现在我的面前。

这要在Evernote数字笔记中做到并不难，不只可以靠新的时间提醒，即使没有时间提醒，只要活用标签整理、分类排序，一样可以做到让需要的记忆在需要时被召唤出来，这不需要什么超能力，只需要一个正确聪明的整理方法即可。