

# AI时代的 个人信息系统

# 你是否遇到过 这些问题？

信息饥渴和信息过载其实是硬币的两面。

01

来不及记下来就忘记了

你在匆匆去吃午饭的路上，突然有一个很妙的**投资想法**，想着等回头仔细考虑，结果吃完饭就忘记了。

02

看到股票大涨才想起以前研究过

你隐约记得三个月前看过这家公司的**访谈、财报**，还做了笔记——但当时只是记下来，没有做出判断、没有设提醒。机会就这样过去了。

03

花大量时间收集和消化新信息

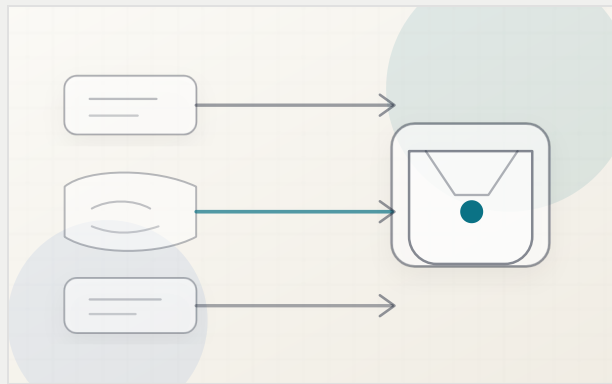
从不同网站、媒体、终端、邮件等信源抓数据，做**Excel分析和PPT汇报**——流程差不多，**每次都很费力气**。

04

写报告时想引用之前的分析

**原始数据、中间过程、结论**散在不同地方，拼不起来。你以前做过深度思考，但是**依据和逻辑**找不回来了。

# 保存只是第一步， 还要让信息真正发挥价值



01

**先能随手记进来**

新闻、会议纪要、研报财报、文章、语音、聊天记录。



02

**也留下你的思考**

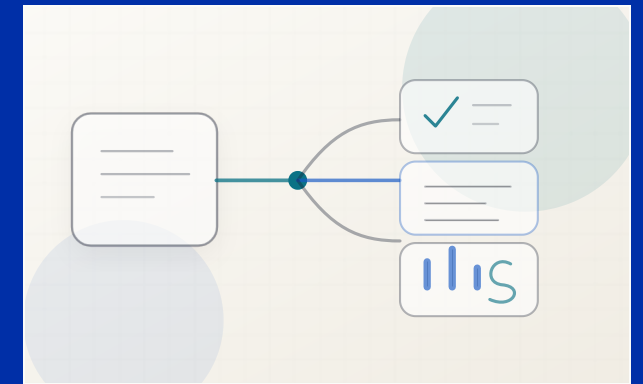
你的想法比原始信息更重要。



03

**用的时候能再出现**

做复盘、看模型的时候，能快速找到，甚至能自己跳出来。



04

**最后可以转化为产出**

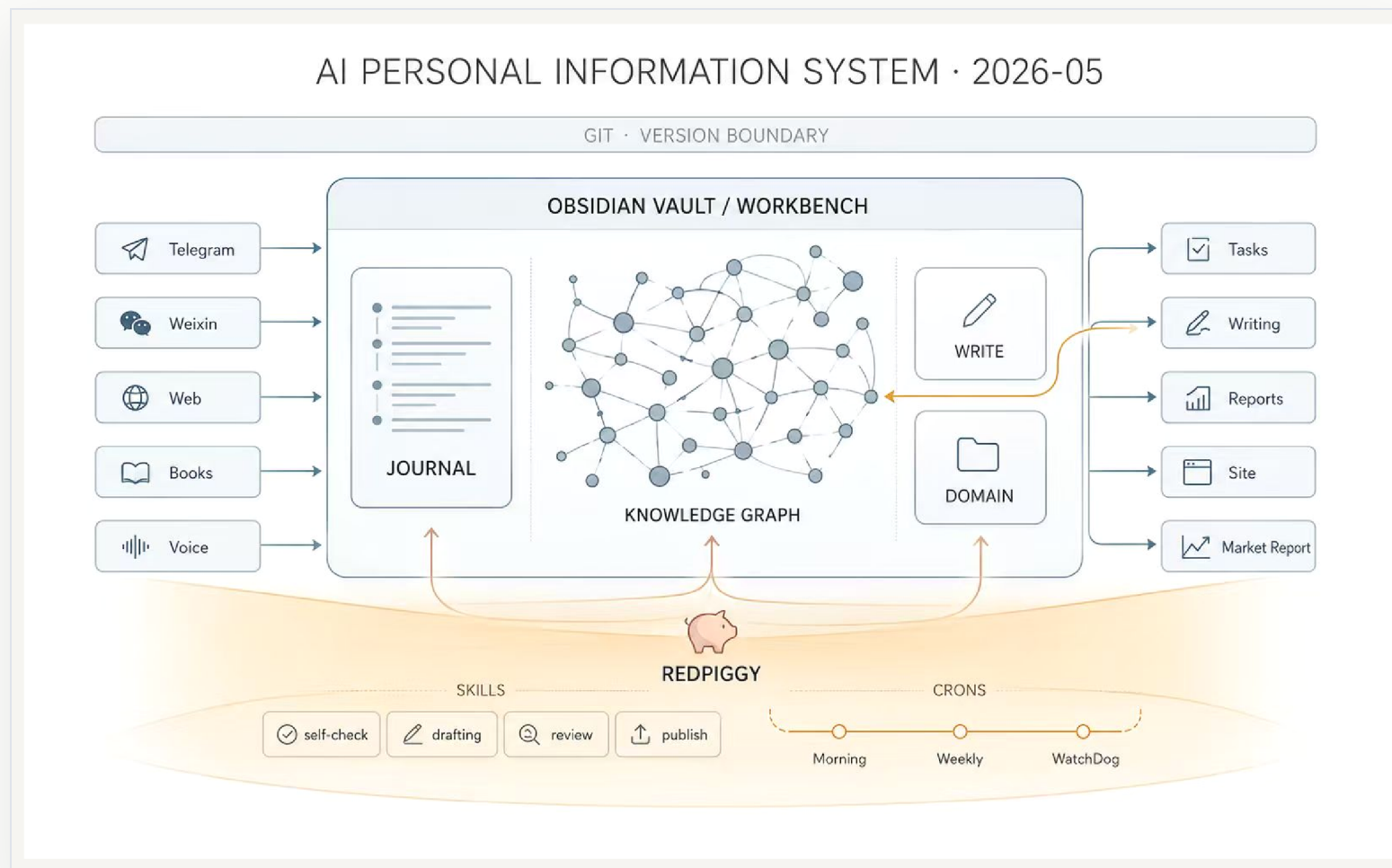
进任务、报告、模型、投资笔记，或下一次复盘。

# 我的信息系统

一张图看完

# 系统全貌

输入	网页、书、高亮标注、语音、对话、工作日志、研报、财报
捕捉	Clippings、Weread、HiNote、Instapaper、聊天命令
沉淀	Obsidian 本地 Markdown + Git 版本管理 + Agent Memory
输出	Tasks、文章、投资笔记、Talks、个人站点
反馈循环	产出和行动回到系统里，成为下一次检索、复盘和决策的线索



# 核心组件A：Obsidian 知识库

主要数据以本地 **Markdown** 保存；参考 Tiago Forte 的 **PARA** 体系，按信息的**可操作性**来组织内容。

01

## Knowledge

长期沉淀：概念、经验、可复用判断。

02

## Domain

比如 Finance、Health，用于存放具体的项目资料和任务。

03

## Write / Journal

写作、日常记录和系统回顾。

04

## RedPiggy

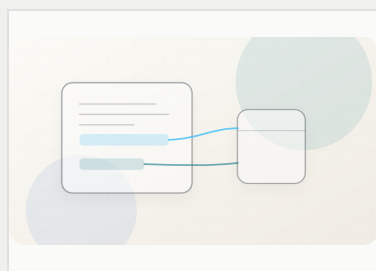
Agent 工作区，存放 Agent 的定期任务报告。



LIVE VAULT: DIRECTORY / OUTLINE / TABLE / TASKS / THINO / GRAPH

# Obsidian：通过插件进一步定制

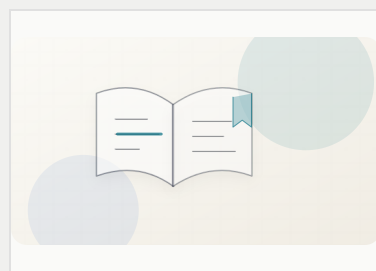
Obsidian 的核心优势在于丰富的社区插件生态 —— 按需安装插件，把笔记软件变成属于自己的工作台。



01

## Clippings

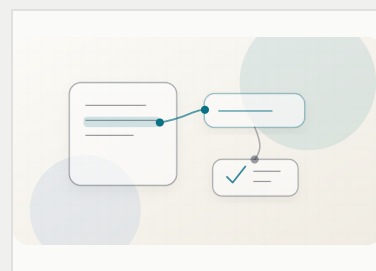
官方浏览器插件；  
网页文章**一键保存到本地**，原文和阅读线索先留下来，后续可以被**检索、引用和回顾**。



02

## Wered

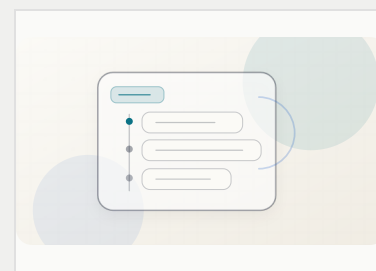
第三方插件；  
微信读书的**高亮和笔记自动同步到 Obsidian**，继续被检索和引用，**不再沉没在 App 里**。



03

## HiNote

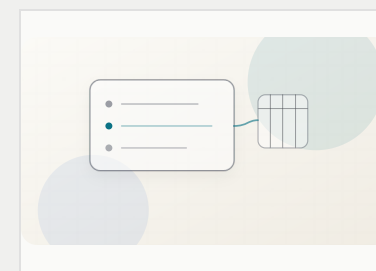
第三方插件；  
把阅读**高亮、批注和回顾线索集中到 Obsidian**，方便检索、回看和继续补充。



04

## Thino

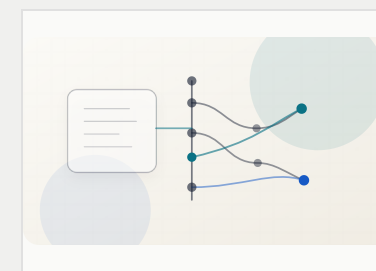
第三方插件；  
给 Obsidian 增加类似**微博/碎片日志**的输入界面，适合快速记录念头、现场片段和短内容。



05

## Tasks

第三方插件；  
在 Markdown 笔记里管理**待办、截止日期、状态和查询视图**，把任务放回项目上下文。



06

## Git

第三方插件；  
所有笔记用 Git 做**版本管理**，可以回滚、可以同步多设备，也为 Agent 提供了**可靠的读写基础**。

# 核心组件B： 我的 AI Agent RedPiggy

---

**独立设备** 基于 OpenClaw / Hermes，能制作不同文件、写代码、搜索和分析网页、驱动桌面应用。

---

**长期记忆** 能记住对话和偏好，能定时主动执行任务。

---

**多端触达** 连接常用的通信/协作平台，如微信、Telegram、WhatsApp、飞书，随时随地讨论、协作。

---

**合作模式** 方向我定，判断我做；AI 陪我迭代、降低阻力，把想法变成能跑的 Solution (Vibe Coding)。

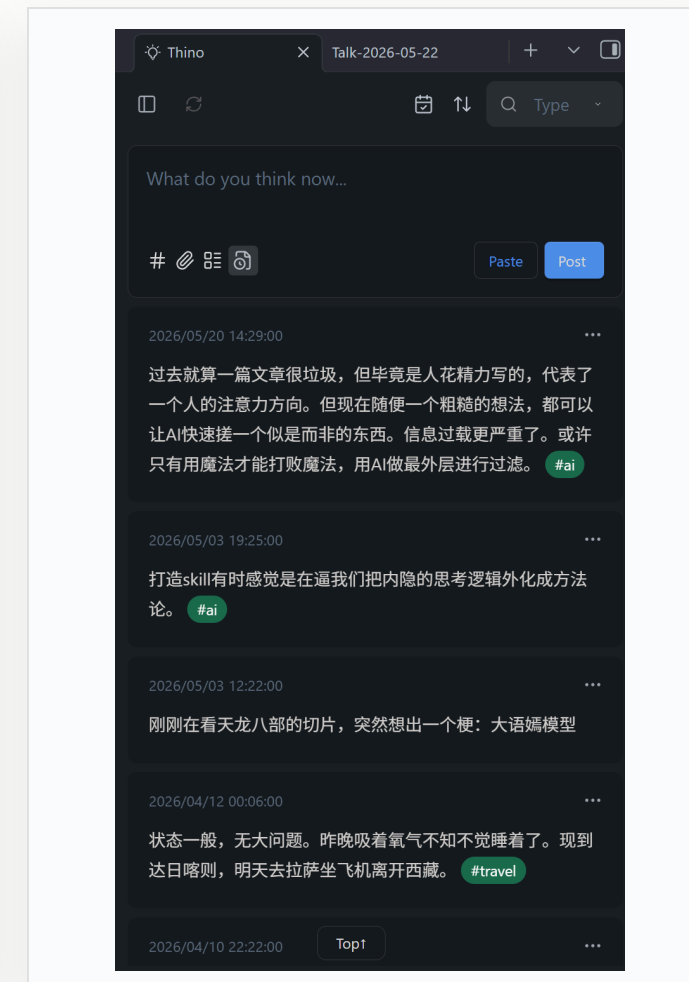
# 系统能力展示

# 快速记录

念头一闪就没了，别让它跑掉。

- 01 **Telegram** 或微信发一句 **!j**，带上文字或文件。
- 02 **Agent** 自动保存到 **Obsidian** 的 **Journal** 文件夹，并且做简短回应。
- 03 目前支持文字、标签、图片，未来会探索任意文件、语音。
- 04 保存的内容可以在 **Thino** 插件中打开，就像日记本或私有微博。

**金融场景** 一家公司的路演正在进行，你有个**直觉判断**——先记下来，别让它散掉。

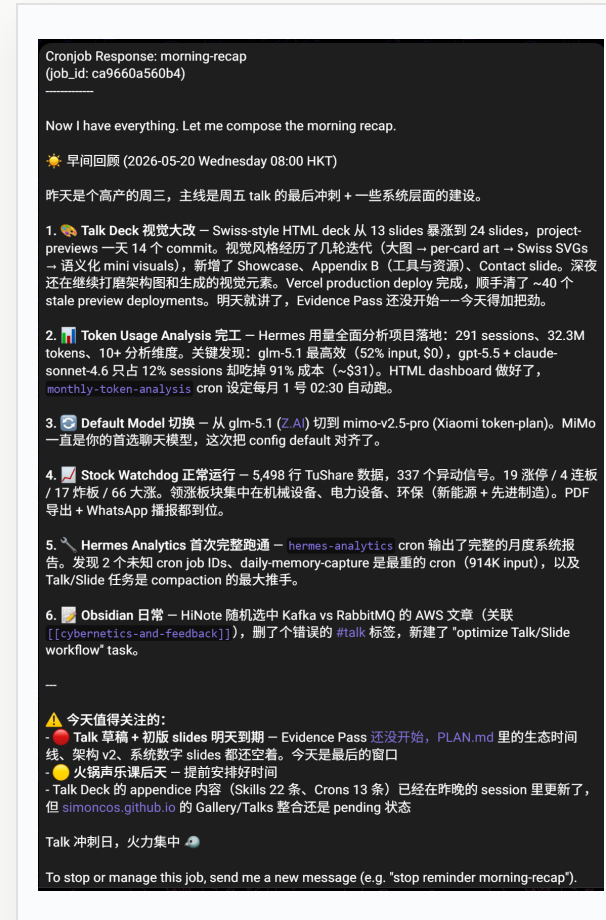


# 每日晨报

系统每天早上会**定时推送一份晨报**。回顾昨天重点工作和讨论，提示今天可以做的任务。

01 晨报的内容可以根据你的要求**不断优化、个性化**。

**金融场景** 路演、会议、研究——每天有**大量输入**。早上醒来，让它帮你**理一遍**。



# 温故而知新

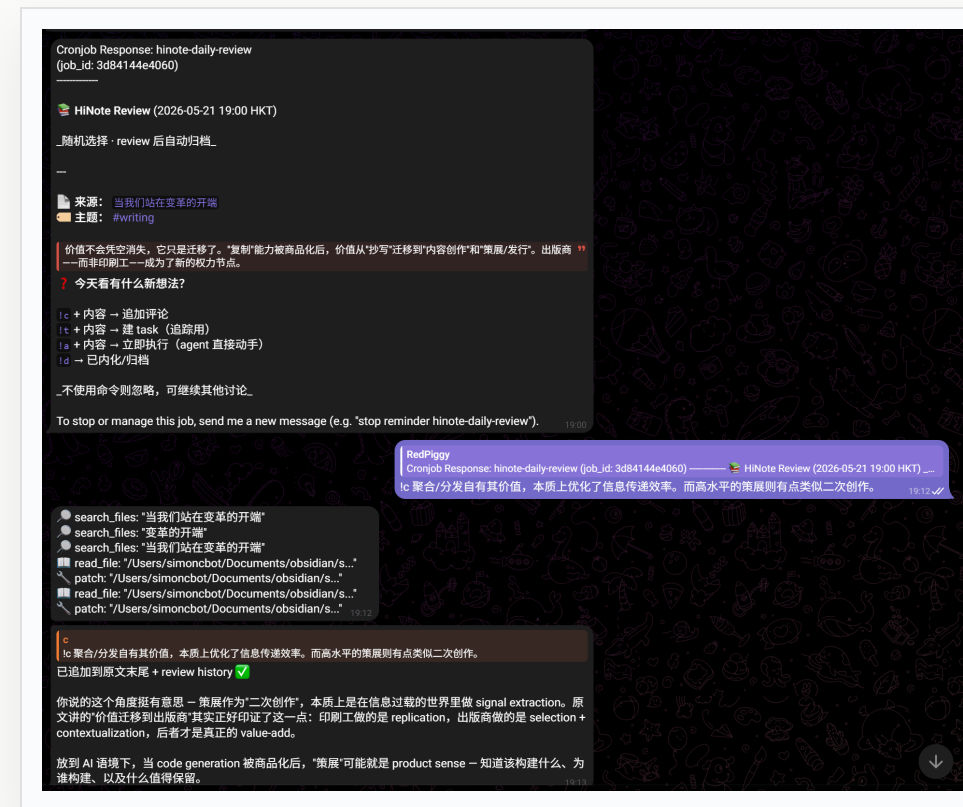
很多时候不是搜不到，是忘了自己记过。

01 系统每日会定时推回我过去阅读时做的一条标注，激发新思考。

02 我可以回复新的想法，批注在原始位置，并可在 HiNote 插件中查看。

03 也可以新建跟进任务，将思考转化成下一步行动。

金融场景 你长期沉淀的投资知识、经验和见解，也可以用这种方式重温。



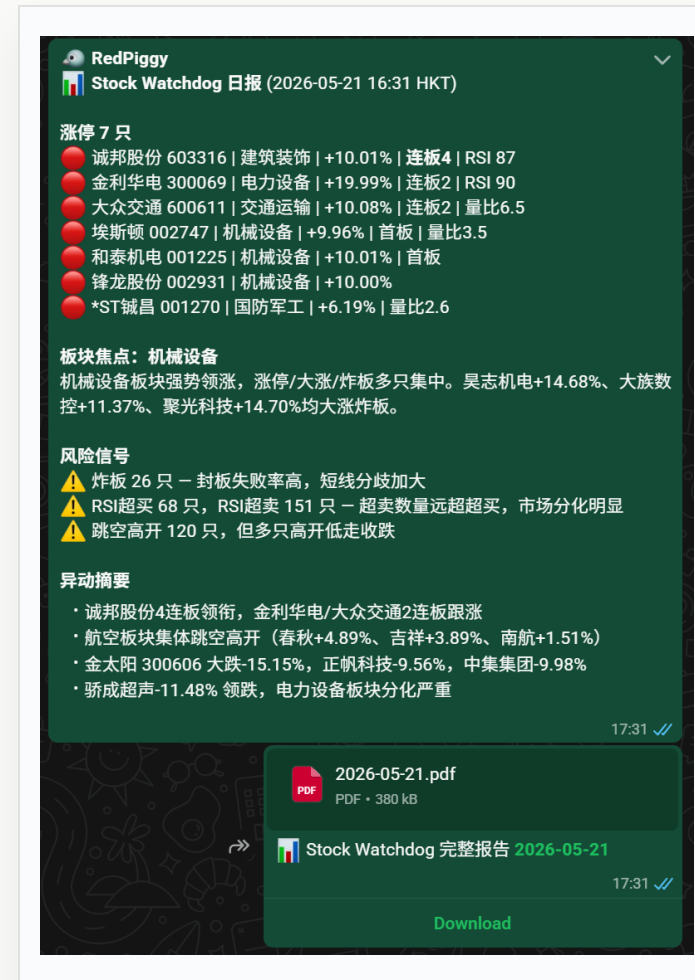
# 追踪市场信号

系统每天自动把公开市场信号整理成日报，定时推送给我。

01 日报目前包含A股个股异动和板块整体情况分析。

02 每日数据会存入数据库，支持定期策略回测。

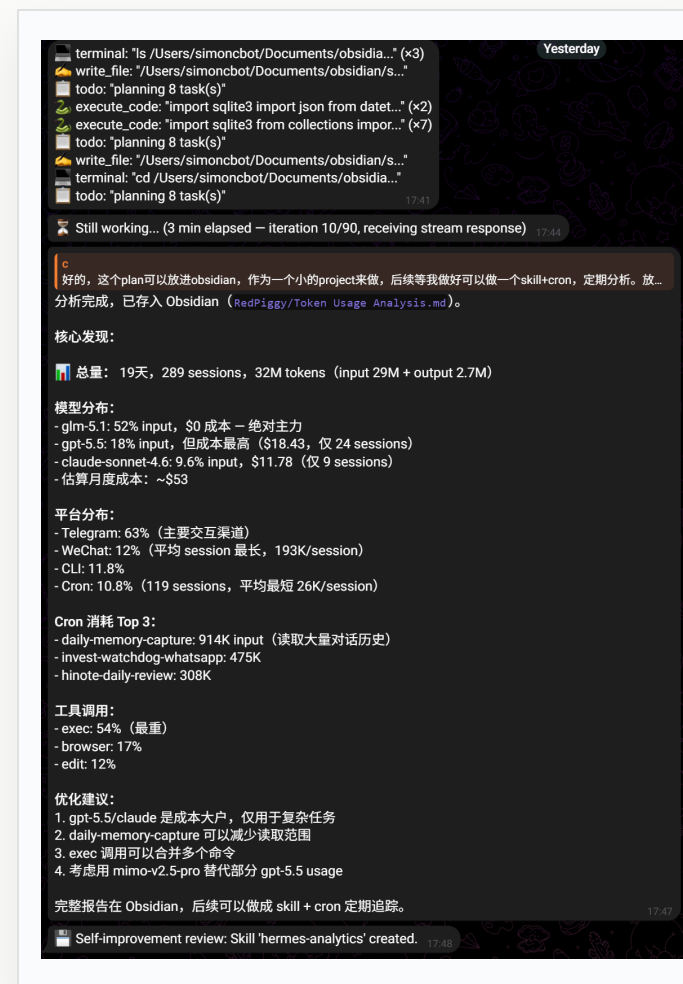
03 后续可进一步加入指数、资金面和宏观/政策线索。



# 学习与提升

Agent 可以消化之前做过的事情，分析流程与方法，并转化为可以自主使用的 **Skill**。

- 01 前面展示的几个能力，都是通过我和 Agent 共同建立的 **Skill** 完成。
- 02 别人发布的 Skill，也可以喂给 Agent 学习，就像是在手机上安装新的 app。
- 03 Hermes 框架也支持自动建立 Skill，但我更推荐主动指导它创建 **Skill**，并定期整理和优化。
- 04 这套 slides 本身也是由多个 **Skill** 配合完成：从草稿、批注、视觉规范到 HTML 幻灯片的生成，整个流程可重复使用。



真实项目

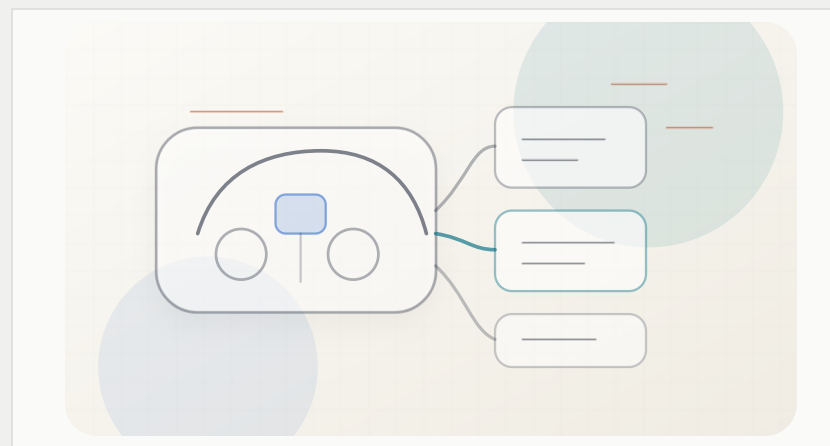
# 从信息系统到真实产出



01

## Sleep Essay

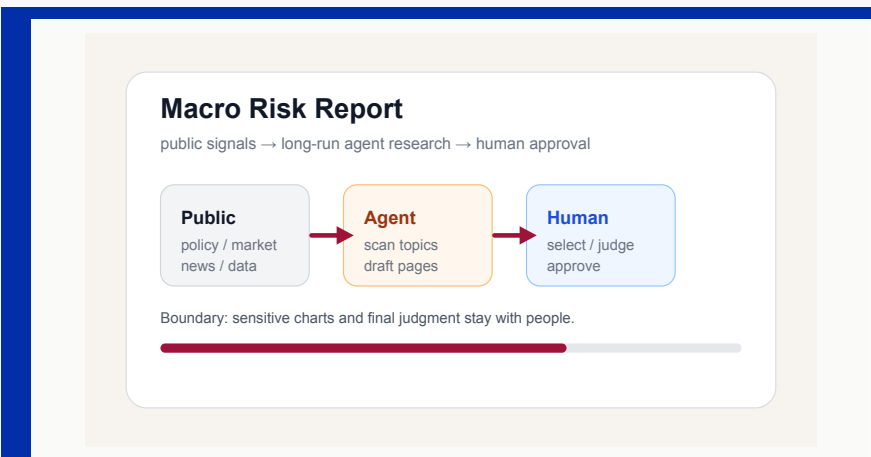
数据采集 → 分析 → 多轮写作 → 发布。从 2016 年开始积累的十年睡眠数据出发，系统自动采集、清洗和分析数据，辅助多轮写作迭代，最终生成可视化报告并发布到个人站点。整个流程中，**Agent** 承担了数据处理和初稿生成的工作。

[查看 →](#)

02

## Paper Research

帮朋友从社会科学领域的研究论文中提取结构化数据，经历 **5** 轮迭代、处理数十个研究问题，最终输出结构化的 **Excel workbook**。Agent 从非结构化的论文 PDF 中识别、提取和规范化数据，大幅减少了手动整理的工作量。



03

## Macro Risk Report

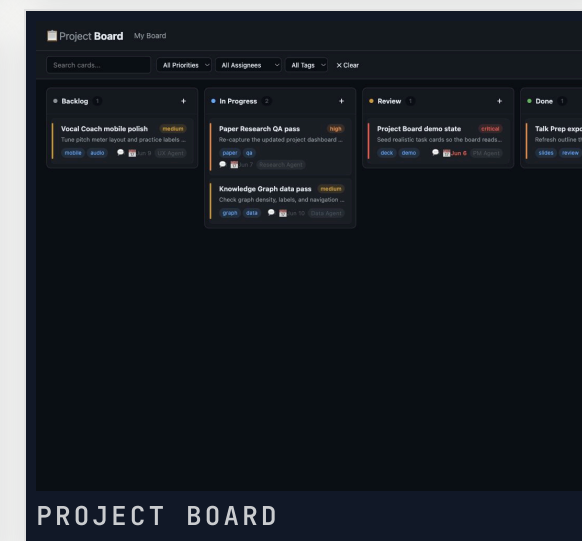
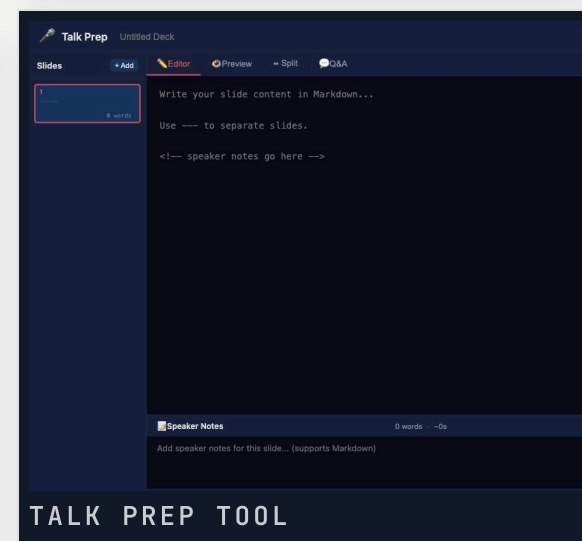
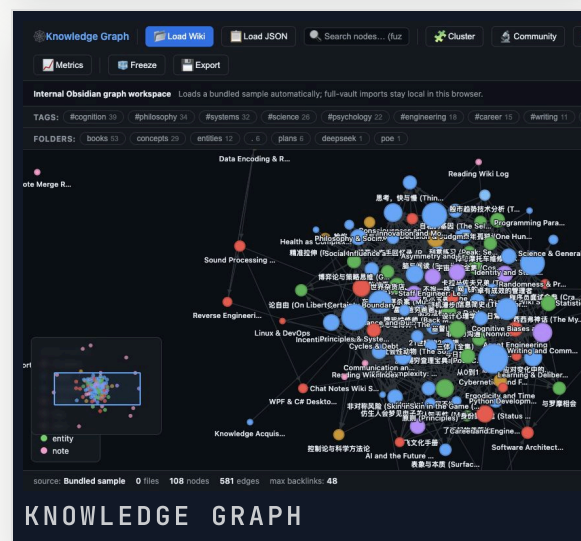
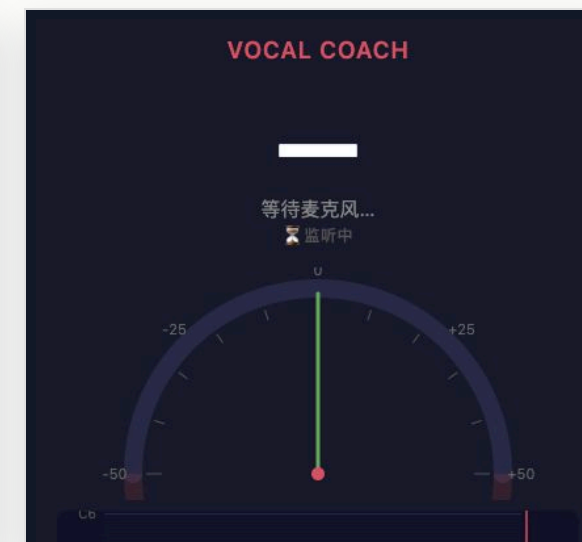
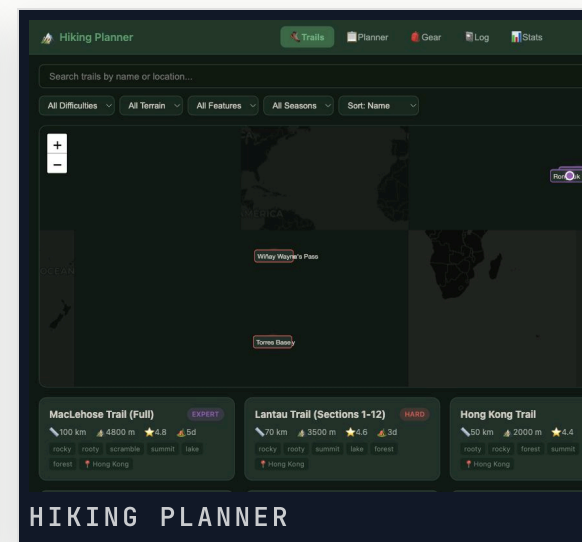
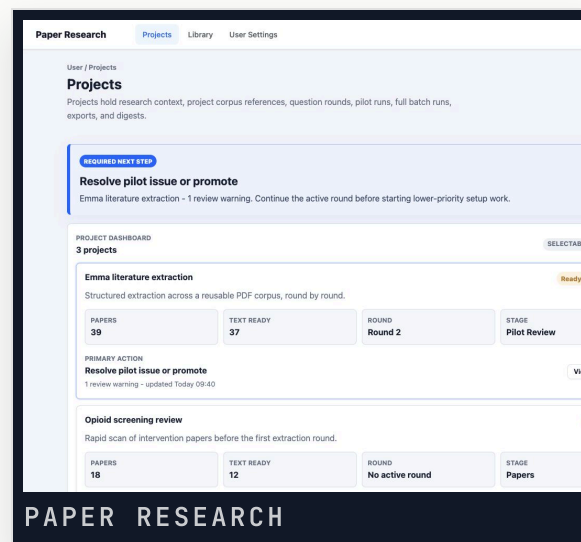
一个月度宏观风险报告 demo: **Agent** 长时间运行，围绕**公开信息**做选题扫描、资料整理、深度研究和多轮草稿迭代；**人**负责**微调内容、补充关键数据、审核判断**。最终输出图、表、文并茂，有原始材料制成的**PPT**报告。

多 AGENT 项目探索

# 并行探索 项目 idea

我把它当作一个**项目孵化器**：用并行 Agent 放大探索面，再由人决定哪些方向值得继续。

- 01 先批量做出可打开、可试用的 **prototype**，而不是停在想法清单。
- 02 同一个 idea 里，也可以让不同 Agent 分别做**实现、文档、review 和 QA**，形成小组作战。
- 03 人负责决定保留、合并、修复还是淘汰；多 Agent 的价值在于探索覆盖面、速度和验收流程。



# 搭建你的 AI 信息系统

先想三个问题

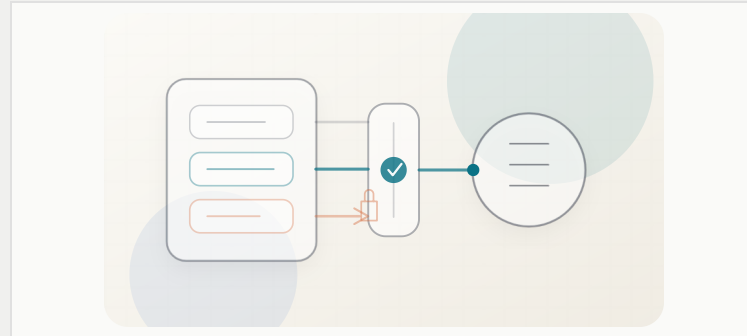
# 三个问题：数据、框架与边界



01

## 数据放在哪里

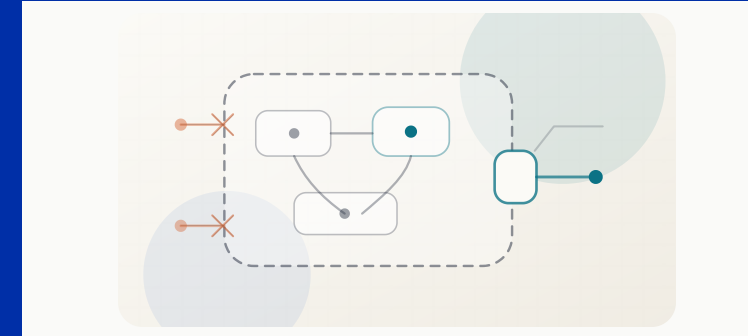
- Obsidian、Notion、飞书、Apple Notes, 甚至本地文件夹都可以。
- 关键是：是否愿意**长期用**？数据能否**导出**？哪些目录方便 **Agent 访问**，哪些必须隔离？
- 长期系统我更偏向 Obsidian / 本地 Markdown 这类**可迁移方案**。



02

## Agent 框架怎么选

- 一个有用的 Agent 至少要能**读写本地文件、调用工具和脚本、连接通讯入口、定时运行**。
- 选型要看：平台变化时数据和 workflow 能否带走，**可定制性**够不够。
- 接入场景要分层：**个人笔记和公开信息先试**，公司终端和客户资料不要默认接入。



03

## 边界怎么设

- AI 进入真实流程后，能力变强，**风险也变真实**。
- 提前想清楚：可读目录、可登录账号、必须人工确认的动作、不能经过外部模型的数据。
- 我的做法是**独立设备、独立账号**，只开放**必要目录和渠道**；approve、sandbox 和权限分级不能替代自己的**边界设计**。

从零开始，不需要一步到位

# 先搭环境，再做三个尝试

## 环境 01

### 硬件

- 最好是一台独立机器。
- **32G 内存、512G 硬盘**的 MacBook 或 Mac mini 比较舒服。
- 旧机器也能跑，只是并发和体验差一些。

## 环境 02

### 知识库

- **Obsidian + 浏览器插件**
- 一键收藏网页文章。

## 环境 03

### Agent

- 安装 **Hermes** 或 **OpenClaw**。
- 连接微信 / Telegram / WhatsApp, 配好**模型 API**。
- 中等模型已经能覆盖很多场景，熟悉之后可以尝试不同模型。

## 尝试 01

### 做一个小项目

- **财报分析、市场跟踪**
- **做 PPT、写文档**
- 只要你想得到的任务，都可以试试。

## 尝试 02

### 安装一个 Skill

- 让 Agent 帮你做一个随手记录想法、**AI 帮你整理**的 skill。
- 进阶可以去网上找热门 agent skill, 让 Agent 帮你安装。

## 尝试 03

### 建一个 Cron

- 让 Agent **每天早上**做日报。
- 哪怕每天只推一条知识库内容也行。

# 现在就开始。

---

有你的**主动参与、不断反馈**，系统才会逐渐进化，变为你的专属系统。  
不用等更成熟的 Agent 框架或者更强大的模型；  
**越早开始**，就越早开始积累**数据、经验**，转动飞轮。

# Skills

## 输入捕捉

01 obsidian-journal — !j → Obsidian Journal

02 obsidian-create — 按规范创建笔记/任务

## 知识管理

03 hinote-review — 每日推送旧 Highlight

04 weekly-reading — 自动阅读 Clippings + Wiki

05 reading — 文章共读与结构化讨论

## 输出与发布

06 content-drafting — 讨论/阅读 → 文章草稿

07 obsidian-publish — 文章发布到个人站点

08 talk-deck-editing — HTML slides 迭代与部署

09 talk-deck-image-gen — slides 配图/截图素材管理

## 判断与工程

10 task-routing — 决定新想法该记到哪里

11 independent-judgment — 给出真实独立判断

12 self-check — 输出完成后的批判性自查

13 explain-flow — 解释代码库/系统流程

# Crons

## 每日

04:15 cron-drift-audit — 配置一致性检查

05:00 daily-memory-capture — 整理对话 → daily memory

08:00 morning-recap — 昨日回顾 + 任务提醒

19:00 hinote-daily-review — 随机推送旧 Highlight

## 周度

六 10:00 weekly-github-stars — 审查 starred 项目

日 06:00 weekly-log-review — 审查系统日志

日 07:30 weekly-reflection — 深度审视核心文件

日 09:00 weekly-reading — 自动阅读 Clippings

## 月度

每月 1 日 pm-system-log-update — 汇总月度进展

每月 1 日 monthly-token-analysis — token 用量 dashboard

注：未来我计划开源部分 Skills。

# 核心工具

---

## 知识库

**Obsidian** — 本地 Markdown 笔记，免费，丰富插件生态

Obsidian Clippings — 官方浏览器插件，网页文章保存到本地

Obsidian Weredad — 第三方插件，微信读书笔记自动同步

Obsidian HiNote — 第三方插件；在我的系统里用于旧笔记定时推回

Obsidian Tasks — 第三方插件；在我的系统里连接任务与 Agent workflow

**Obsidian 插件市场**

## Agent 框架

**Hermes Agent** — 开源，新手友好

**OpenClaw** — 开源，社区活跃

## 大模型

**OpenRouter** — 统一模型访问入口

**GLM-5.1 (Zhipu AI)**

**Mimo 2.5 Pro (Xiaomi)**

**DeepSeek V4 Pro**

# 推荐资源

---

## 方法论

**PARA Method** — Tiago Forte

**Building a Second Brain**

## Skills

**OpenClaw Skill Marketplace**

**guizang PPT Skill** (歸藏开源 Skill)

**hv-analysis** — 横纵分析深度研究 (数字生命卡兹克开源 Skill)

## 政策 / 合规

**SFC GenAI 通函 (2024.11)** — 生成式 AI 使用指引

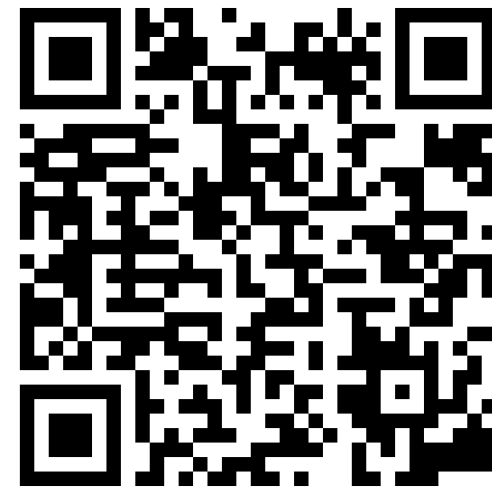
## 教程

**Hermes 官方文档**

# 赵澈 Simon Zhao

香港中文大学博智感知交互研究中心 (CPII) 解决方案架构师。全栈工程师，长期从事语音和语言 AI 应用研发。

THIS TALK



本场分享 · Slides

WECHAT



个人公众号