



Respect pentru oameni și cărți

FOTOCITIREA

Cum să citești o carte în 7 minute

FOTOCITIREA

Cum să citești o carte în 7 minute

Paul R. Scheele

Traducere: Nicoleta Radu

**Editura VIDIA
București, 2012**

FotoCitire

Cartea care te învăță să citiști rapid

de Bogdan R. Iancu

un nou mod de a citi? În ce? Într-o secundă? Cu un singur clic? Cu FotoCitire, este posibil!

Cartea care te învăță să citiști rapid
Bogdan R. Iancu - 2005
AZU 2005 - 2005 - stocuri în librăriile
FotoReading - 100% fotoCitire

0000-100-123-4567
www.libris.ro

PhotoReading®

Cuprins

Cum să citiți această carte • Prefață
Mulțumiri • Despre autor

Partea I: Cum să vă înmulțiți alegerile 23

- 1) Originile FotoCitirii 25
2) Vechi obiceiuri de lectură sau noi alegeri privind lectura 39

Partea a II-a: Învățați Sistemul Mental Integral de FotoCitire 57

- 3) Pregătirea 59
4) Previzualizarea 71
5) FotoCitirea 77
6) Postvizualizarea 95
7) Activarea 101

Partea a III-a: Vă perfecționați și vă integrați abilitățile 135

- 8) Încorporați FotoCitirea în rutina voastră zilnică 137
9) Împărtășiți informații folosind activarea în grup 155
10) Îmbogățiți-vă experiența de FotoCitire 165
11) Folosiți citirea sintopică
pentru a explora pe tot parcursul vieții 183
12) Întrebări și răspunsuri pentru începătorii în FotoCitire 195
13) Descoperiți-vă potențialul de geniu prin învățare directă 219
14) Secretul Sistemului Mental Integral de FotoCitire 231

- Ghid de referință rapid 235
Bibliografie 241
Index 249



Respect pentru oameni și cărti

elmagazinul de cărți

1

Originile FotoCitirii



Să citiți fotografic cu o viteză de 25 000 de cuvinte pe minut înseamnă să puteți „fotografia mental” această carte în mai puțin de trei minute. Deși ar putea să vi se pară o idee radicală, vreau să vă spun că acest concept există de cel puțin 100 de ani în momentul în care eu am creat termenul FotoCitire. Veți găsi dovezi care atestă că o astfel de procesare mentală este posibilă și că a fost utilizată în diverse domenii, în antrenamentele militare, în artele marțiale și în străvechile tradiții religioase.

Provocarea nu e să decidem dacă citirea fotografică e sau nu posibilă. Provocarea e să găsim o modalitate prin care voi, cei care citiți cartea de față, să reușiți să transferați această abilitate în viața de zi cu zi, pentru a parcurge rapoarte, ziar, cărți, pagini web sau orice altceva aveți de citit.



Pregătirea și experiența pe care am acumulat-o în domeniile programării neurolingvistice și învățării accelerate mi-au permis să abordez această provocare. Sistemul Mental Integral de FotoCitire a fost învățat de oameni din toată lumea, iar acum a sosit vremea să îl învățați și voi. În cele ce urmează o să vă povestesc cum a început totul.

La șapte ani după ce am obținut licență în biologie la Universitatea din Minnesota, am făcut un test de citire rapidă.

Am reușit să citesc 170 de cuvinte pe minut și să înțeleg în proporție de 70%. Nu mi-a convenit deloc că, după mai bine de 16 ani de școală, dovedeam abilități de citire sub nivelul mediu și eram maestru când venea vorba să las pe altădată tot ce aveam de citit.

Respect pentru oameni și cărți



Credeam că, dacă voi am să citeșc cum trebuie, cel mai bine era să încep cu primul cuvânt și să mă căznesc până la sfârșit. Trebuia să mă concentrez să văd toate cuvintele corect, să le înțeleg sensul pe măsură ce citeam și să-mi amintesc mesajul. Totodată, eram convins că demonstram că sunt un cititor eficient doar dacă îmi aminteam tot și analizam în mod critic semnificația celor citite.



Nu m-am gândit deloc ce înțelegeam eu prin „a citi”. Aveam senzația că îmi era scris să fiu un cititor lent. Știam că dacă citeam mai repede, înțelegeam mai puțin. După șapte ani în care oferisem consultații în domeniul dezvoltării resurselor umane, abilitățile mele de cititor nu cunoscuseră nicio îmbunătățire.

În 1984, am considerat că soluția logică era să mă înscriu la un curs de lectură rapidă. După cinci săptămâni de antrenament, eram capabil să citeșc aproximativ 5 000 de cuvinte pe minut și să înțeleg 70%.

În timpul unei ore de curs, o Tânără așezată lângă mine se plângea că s-a blocat la 1 300 de cuvinte pe minut, după zece săptămâni de școală. Eu i-am zis în felul următor: „Imaginează-ți cum ar fi dacă ai reuși să te eliberezi și să atingi viteze mai mari acum”. La următoarea carte a înregistrat o viteza de 6 000 de cuvinte pe minut, iar nivelul de înțelegere a fost mult mai bun decât înainte.

Deși părea extraordinară, eu nu eram deloc încântat de această citire rapidă. În scurt timp am înțeles că nu mă mulțumeau cătușii de puțin să-mi plimb ochii pe o pagină, mi se părea o

corvoadă. După trei luni de la terminarea cursului, rareori foloseam tehniciile predate acolo; eram însă extrem de interesat de potențialul mintii de a procesa cuvintele scrise.

Am început să înțeleg unde era problema: mă simțeam prinț între două sisteme de crezuri care se băteau cap în cap. Un crez îmi fusese inoculat prin modelul de citire practicat în școală elementară. Crezul opus venea din convingerea că mintea omului este capabilă să obțină rezultate mult mai bune. Același sentiment confuz, de blocaj, l-am avut la o ședință de pilotaj.



Îmi amintesc că eram la 2 500 de metri în aer și instructorul mi-a zis să zbor cu viteză minimă, ca și cum aș ateriza. În momentul acela am redus viteza și am tras de manșă pentru a menține altitudinea.

În scurt timp, botul avionului a ajuns aproape la verticală. Vântul care circula deasupra aripilor nu mai crea suficientă forță ascensională pentru a menține avionul în aer. Nu mai putea să zboare, aşa că se îndrepta spre pământ, cădea ca o piatră.

Îngrozit, am început imediat să trag de manșă, disperat să repun avionul pe linia de plutire. În felul asta am înrăuățit și mai mult lucrurile. Instructorul părea să se delecteze văzând că am intrat în panică.

De ce nu mergea? De ce nu voia să zboare? Ne îndreptam spre pământ cu viteză din ce în ce mai mare când instructorul mi-a zis, calm: „Accelerează”.

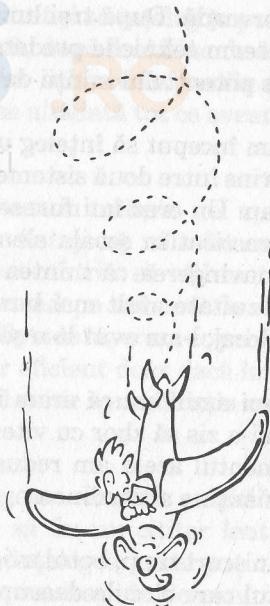
Habă n-avea ce trebuia să facem. Cum adică, eu mă căzneam să ridic avionul trăgând de manșă, iar el îmi spunea să mă apropii mai repede de pământ?! Era clar, își pierduse mintile!

Avionul a început să coboare în vrie, iar pământul devenise o pată spre care ne roteam cu repeziciune. Mă opuneam cu fiecare fibră comenzi instructorului, care insista și-mi spunea cu glas ferm: „Accelerează în vriel!”

În cele din urmă instructorul mi-a deskleștat mâna de pe manșă (o strângem de mi se albiseră încheieturile) și a împins. Imediat, aripile și profundorul s-au îndreptat, curentii de aer de deasupra lor s-au corectat și s-a creat o forță ascensională. Avionul s-a stabilizat; încet, instructorul a manevrat manșa spre înapoi pentru a câștiga altitudine. Mie mi se făcuse inima cât un purice. Pfu!

Ce legătură au toate astea cu cititul? Până atunci citisem în ritmul care îmi permitea să înțeleg cuvintele de pe pagină. De fiecare dată când citeam prea repede și nu mai înțelegeam ce citesc, mă controlam și încetineam, de frică. Mă temeam că n-o să fiu un cititor bun dacă nu înțeleg tot ce am citit. Am încercat mai multe strategii pentru a reuși să citesc mai repede și mai bine, dar nu am făcut decât să înrăutățesc lucrurile. Eram prinși în vrie, iar când citeam era ca și cum m-aș fi prăbușit cu avionul.

V-ați dorit vreodată să existe un mentor care să vină și să vă scoată dintr-o situație neplăcută? Eu, da, asta îmi doream. Din păcate, nu conștientizam că problema pe care o aveam cu cititul putea fi rezolvată printr-o capacitate mentală mai cuprinzătoare, mai puternică. Din fericire, se întâmplă și minuni. O serie de evenimente din următorii ani avea să contureze o direcție nouă pentru mine.



În toamna anului 1984, m-am înscris la cursuri postuniversitare pentru a studia tehnici de învățare și dezvoltare umană la adulți. Voiam să știu cum învață oamenii cel mai eficient. Compania mea, Learning Strategies Corporation, exista de peste trei ani și avea mulți clienți care ar fi beneficiat de pe urma studiilor mele. Totodată, eram puternic motivat de dorința de a-mi îmbunătăți abilitățile de cititor.

Participând la diverse cursuri și seminare, am auzit despre un instructor de la o școală de citire rapidă din Phoenix, Arizona. În timpul unei ore de curs, acest instructor a propus clasei un experiment ciudat. După ce a așezat mai multe pagini cu susul în jos și de la coadă la cap pentru ca studenții să învețe tipare de fixare a privirii, le-a spus că vor da un test de înțelegere, așa, doar ca să se amuze. Și au obținute rezultate cu mult mai bune decât până atunci. Să fi fost, pur și simplu, o întâmplare fericită? Instructorii de la acea școală au spus că era posibil ca studenții să fi transformat pagina într-un stimул care era procesat la nivel subliminal.

Cam în aceeași perioadă în care am auzit despre ipoteza lor, am participat la un atelier de lucru cu Peter Kline, specialist în învățarea accelerată. Când i-am povestit că mă interesează orice descoperire inovatoare legată de citit, Peter mi-a oferit o provocare. Un client de-al lui, IDS/American Express, avea nevoie de un program prin care să aplice lectura rapidă la învățarea accelerată. Pe neașteptate, aveam prilejul să fiu consultant, adică exact domeniul în care îmi luasem masteratul, și să dau curs pasiunii mele pentru tot ce înseamnă învățare.

În toamna lui 1985, am început să fac cercetări profunde despre perceptia subliminală și procesarea preconștientă. Am descoperit dovezi importante care demonstra că omul este înzestrat cu un procesor mental preconștient capabil să preia informația vizuală fără intervenția minții conștiente. Am făcut experiențe proprii cu materiale scrise, folosind în anumite moduri ochii și procesorul preconștient. Procedeul prin care „fotografiile mentale” pagina tipărită l-am botezat FotoCitire.





Mi-am consacrat tot timpul pe care îl aveam la dispoziție pentru a organiza un seminar bazat pe modelul învățării accelerate, strategii esențiale de citire rapidă, tehniciile de dezvoltare personală din programarea neurolingvistică și studii despre procesarea preconștientă. În scurt timp, seminarul de FotoCitire era gata.

Unul dintre experimentele făcute de mine a fost să merg din nou la școala de citire rapidă unde învățasem. I-am cerut profesorului mai multe cărți și teste. După ce, folosind citirea fotografică, am parcurs o carte cu viteza de 68 000 de cuvinte pe minut, am demonstrat că înțelesesem în proporție de 74% conținutul același tip de test scris pe care îl dădusem în urmă cu cățiva ani.

Prea frumos ca să fie adevărat?! Dacă ne raportăm la citirea obișnuită sau la citirea rapidă, aşa e, era prea frumos ca să fie adevărat. Însă FotoCitirea nu e nici una, nici alta. Se întâmplase ceva extraordinar, iar școala a confirmat rezultatele obținute.

În luna ianuarie sau februarie a anului 1986 am ținut primele șase seminare experimentale – unul pentru IDS, celălalt pentru clienți ai companiei mele. În timpul seminarelor, participanții se ridicau și povestea despre avantajele imediate pe care le obțineau, spuneau că nivelul de stres s-a redus, au o memorie mai bună, citesc fluent, obțin note mari la testele școlare, câștigă mai bine ca agenți comerciali sau avocați – și multe altele.

Încurajat de entuziasmul lor, eu și asociații mei am început să lucrăm pentru a îmbunătăți programa de studiu și materialul didactic. Pe 16 mai 1986, după ce a verificat activitatea firmei și programa analitică pentru seminarul de FotoCitire, Ministerul Învățământului din Minnesota a acordat companiei Learning Strategies Corporation dreptul de a funcționa ca școală vocatională privată.

În momentul în care a declarat că anii 1990 sunt „deceniul creierului”, președintele Statelor Unite ale Americii a lansat o

invitație pentru a extinde și aprofunda cercetările în domeniul științei cognitive. Au urmat descoperiri importante privind modul în care creierul nostru procesează informația, descoperiri care ne-au oferit datele necesare pentru a aborda învățarea din perspective nebănuite până atunci. FotoCitirea și-a câștigat reputație la nivel internațional pentru inovațiile aduse procesului de învățare.

Instructorii special pregătiți și atestați de Learning Strategies Corporation perfecționează în permanență sistemul FotoCitirii și îl modeleză într-o experiență de dezvoltare umană capabilă să schimbe vieți, încorporând cele mai recente cercetări din domeniul creierului pentru a ne ajuta să atingem succesul. FotoCitirea se predă în toată lumea, prin seminare publice și cursuri dedicate studiului individual, la acestea adăugându-se instruirea prin telefon și online.

FotoCitirea vă ajută să dobândiți abilități noi și să citiți mai eficient. Însă, aşa cum declară mulți dintre cei care folosesc acest sistem, FotoCitirea nu lucrează doar asupra abilităților de citire. Sistemul Mental Integral de FotoCitire vă arată cum să „accelerați în vrie” și să descoperiți geniul natural care se ascunde în fiecare dintre voi. Aceasta înseamnă să zburăți lin prin informații în loc să vă învărțiți fără rost și să pierdeți controlul. Cartea de față vă prezintă acest sistem într-o manieră clară, etapă cu etapă.

Previzualizare a ceea ce va urma

Cele cinci etape pe care le include Sistemul Mental Integral de FotoCitire se numesc acum: pregătire, previzualizare, FotoCitire, postvizualizare și activare.



Sistemul se prezintă ca un set de etape succesive, dar de fapt este un set de opțiuni care pot fi folosite în orice ordine, în funcție de nevoile voastre. El modeleză strategiile utilizate de cititorii competenți.



Puterea secretă a sistemului respectiv nu rezidă în tehnici, ci în schimbarea de perspectivă pe care o produc aceste tehnici. Pentru a folosi sistemul și a vă îndeplini scopurile, trebuie să vă opuneți dorinței imperioase de a aplica în mod curent strategii ineficiente.



În paginile care urmează veți afla despre limitările care vă blochează în abilitățile voastre prezente. Veți învăța modalități prin care să depășiți abilitățile de procesare limitate pe care le are mintea conștientă și să vă conectați la abilitățile de procesare extinse ale creierului vostru, pentru că în ele se află geniul vostru natural. Comportamentele simple pe care le veți învăța vor putea fi folosite imediat.

În momentul de față, abia dacă vă puteți imagina beneficiile pe care le veți avea pe măsură ce veți folosi mai multe dintre talentele voastre înăscute. În anii de când îi învăț FotoCitirea pe mii de oameni din lumea întreagă, am fost martorul multor transformări în viața lor personală și profesională. Am să vă dau câteva exemple:

- o elevă de liceu a parcurs de mai multe ori dicționarul folosind FotoCitirea, iar rezultatele obținute la testul de vocabular pentru admiterea în facultate s-au îmbunătățit în mod spectaculos;
- un avocat a utilizat FotoCitirea pentru a identifica rapid datele esențiale din cărți de drept foarte groase; acum, în loc să stea la bibliotecă jumătate de oră, îi ajung cinci minute;
- un specialist în întocmirea documentației tehnice a parcurs prin FotoCitire manualul despre sisteme software al unui client înainte de a se întâlni pentru prima oară cu inginerii de proiect; a fost capabil să discute în cunoștință de cauză despre sistemul respectiv după doar 15 minute de pregătire;
- un depanator de computere reușește să identifice în câteva secunde informațiile esențiale din manualele de instrucțiuni;

- folosind FotoCitirea, un avocat a parcurs în doar trei minute un manual de drept de trei sute de pagini de la Ministerul Transporturilor; a identificat instantaneu exact acel paragraf din text în care se aflau informațiile de care avea nevoie pentru a câștiga procesul; expertul desemnat de stat ca martor, care nu reușise să găsească acel paragraf, a fost uluit văzându-i performanța;
- un specialist în ape reziduale de la E. I. Dupont avea de citit un teanc gros de opt centimetri cu ordonațe federaile primite de la Administrația pentru Siguranță Profesională și Sănătate (OSHA), în vederea unei întruniri la care trebuia să participe; în timpul călătoriei de 35 de minute cu avionul, a parcurs documentele folosind FotoCitirea. La întrunire, a declarat (pe bună dreptate) că OSHA nu era dispusă să accepte date referitoare la tratarea apei, care erau vechi de peste trei ani – o informație tehnică ascunsă în ordonațele pe care tocmai le parcursese prin FotoCitire;
- înainte de prima întâlnire cu un potențial client, o corporație, o doamnă consultant de afaceri a mers la biblioteca locală și, folosind FotoCitirea, a consultat revistele de specialitate pe teme industriale; cunoscând tendințele din industrie, problemele principale și tehnicele inovațioare, a reușit să se impună în fața celorlați consultanți, care se prezentaseră la interviu și a obținut contractul;
- un student a folosit FotoCitirea ca să-și ia licență, a reușit să se angajeze la o firmă de înaltă tehnologie și să se remарce în rândul noilor angajați; e convins că succesul lui se datorează avantajelor pe care i le-a oferit FotoCitirea;
- un grup de liceeni din Puerto Rico a folosit FotoCitirea pentru a câștiga medalii la o olimpiadă internațională dedicată performanțelor mentale;
- în discursul de mulțumire pentru acordarea unui premiu important, un scriitor de proză scurtă a declarat că FotoCitirea era ingredientul secret care i-a permis să atingă excelență în domeniul scrisului și al creației.