

ΦΩΤΟΑΝΑΓΝΩΣΗ

Διάβασε αυτό το βιβλίο σε 25 λεπτά!

Το βιβλίο που έχεις στα χέρια σου είναι σχεδιασμένο έτσι ώστε να μπορείς να το διαβάσεις εύκολα και σε όσο χρόνο έχεις διαθέσιμο.



25 Λεπτά (1ο Επίπεδο). Μπορείς να πάρεις την κεντρική ιδέα αυτού του βιβλίου μόλις σε 25 λεπτά. Πρώτα ξεφύλλισε όλο το βιβλίο και διάβασε τα περιεχόμενα, τους τίτλους των κεφαλαίων και τους υπότιτλους. Ξεφύλλισέ το δεύτερη φορά και ψάξε για τα εικονίδια του Αϊνστάιν που κάνει ποδήλατο. Διάβασε την παράγραφο που αντιστοιχεί σε κάθε εικονίδιο με τον ποδηλάτη Αϊνστάιν. Αν έχεις περισσότερο χρόνο, συνέχισε στο 2ο επίπεδο.

30 Λεπτά Επιπλέον (2ο Επίπεδο). Χρειάζεσαι μόνο 30 λεπτά επιπλέον για να απορροφήσεις τις κεντρικές ιδέες αυτού του βιβλίου τόσο καλά ώστε να μπορείς να συζητήσεις πάνω σε αυτές. Αυτή τη φορά, ψάξε για τα εικονίδια του Αϊνστάιν που κάνει τζόγκινγκ. Διάβασε την παράγραφο που αντιστοιχεί σε κάθε εικονίδιο του Αϊνστάιν που κάνει τζόγκινγκ.



45-90 Λεπτά Επιπλέον (3ο Επίπεδο). Αφιερώνοντας έως και 90 λεπτά επιπλέον, μπορείς να έχεις πλήρη κατανόηση των δεξιοτήτων της μεθόδου της Φωτοανάγνωσης. Ξεφύλλισε ξανά το βιβλίο ψάχνοντας για τα εικονίδια του Αϊνστάιν με το λαμπτήρα πάνω από το κεφάλι του. Διάβασε την παράγραφο που αντιστοιχεί σε κάθε εικονίδιο του Αϊνστάιν με το λαμπτήρα. Καθώς ψάχνεις για τα εικονίδια επανεξέτασε τους τίτλους και τους υπότιτλους για να θυμηθείς αυτά που είχες διαβάσει προηγουμένως.

Όταν τα εικονίδια ενώνονται με μια γραμμή, διάβασε όλες τις παραγράφους δίπλα στη γραμμή. Όταν κάτω από κάποιο εικονίδιο του Αϊνστάιν βρίσκεται η φράση «Διάβασε τις βούλες», αυτό σημαίνει ότι θα ακολουθήσει κείμενο που ξεκινάει με βούλα και πρέπει να το διαβάσεις.

Την πρώτη φορά που θα ξεφυλλίσεις το βιβλίο, φρόντισε να αντισταθείς στον πειρασμό να διαβάσεις όλες τις παραγράφους δίπλα απ' όλα τα εικονίδια. Θα αποκτήσεις μεγαλύτερη κατανόηση του βιβλίου κάνοντας περισσότερα περάσματα.

Αν θέλεις, μπορείς να διαβάσεις το βιβλίο λέξη προς λέξη την πρώτη φορά και να χρησιμοποιήσεις κατόπιν τον τρόπο με τα επίπεδα, για να αποκομίσεις περισσότερα οφέλη από το βιβλίο.

Τι λένε οι συγγραφείς για τη Φωτοανάγνωση...

Η φωτοανάγνωση συνδυάζει τις εξαιρετες αντιληπτικές ικανότητες του ανθρώπινου εγκεφάλου με τις πιο αποτελεσματικές στρατηγικές ανάγνωσης που είναι αποδεδειγμένες από πανεπιστημιακές μελέτες όλα αυτά τα χρόνια.

Είναι αδιαμφισβήτητη η καλύτερη μέθοδος βελτίωσης της ανάγνωσης σήμερα. Και παρουσιάζεται με τόσο απλό τρόπο, που εύκολα μπορεί να ωφεληθεί καθένας μας και για όλη του τη ζωή.

Dr J. Michael Bennett, Πανεπιστήμιο της Μινεσότα
Συγγραφέας του *Efficient Reading for Managers*

Είναι το καλύτερο βιβλίο για τη βελτίωση της ανάγνωσης που έχει γραφεί ποτέ. Είναι γραμμένο από κάποιον που καταλαβαίνει πραγματικά τη διαδικασία της μάθησης.

Eric Jensen, συγγραφέας του *The Learning Brain and Super Teaching*

Ακολουθώντας τη μέθοδο της φωτοανάγνωσης, μπορείς να βελτιώσεις τη μάθησή σου, μειώνοντας σημαντικά το χρόνο που καταναλώνεις με το συμβατικό διάβασμα.

Μπορείς αυτόματα να απομονώσεις πληροφορίες που θεωρείς σημαντικές και να τονίσεις νοητικά τις παραγράφους που θέλεις να θυμάσαι.

Γράφει η Charlotte Ward στο *Simply Live It Up*

Η φωτοανάγνωση έχει βοηθήσει πολλούς, και βέβαια εμένα, ώστε να μπορούμε να τρέχουμε μέσα στα κείμενα με ρυθμούς που φτάνουν έως και τις 25.000 λέξεις το λεπτό.

Γράφει η Bryan Mattimore στο *Success Magazine*

Αυτό που με εντυπωσιάζει δεν είναι μόνο το ότι η φωτοανάγνωση μπορεί να μεταμορφώσει τη ζωή σου με απροσδόκητους τρόπους. Είναι επίσης ότι το βιβλίο του Paul Scheele μας δίνει ένα μοντέλο για να παρουσιάσουμε με σωστό τρόπο καινούριες ιδέες και να κατακτάμε καινούρια εδάφη.

Peter Kline, συγγραφέας του *The Everyday Genius*

Η μέθοδος της φωτοανάγνωσης είναι ένα αριστούργημα. Περιέχει πολύ δυνατά εργαλεία για τη βελτίωση της ζωής μας. Το συνιστώ ανεπιφύλακτα.

David McNally, συγγραφέας του *Even Eagles Need a Push*

Η φωτοανάγνωση φαίνεται πως είναι ένα φυσικό βήμα προς την εξέλιξη των ανθρωπίνων ικανοτήτων σχετικά με το διάβασμα.

Γράφει ο Win Wenger, Ph.D., στο *Einstein Factor*

Η φωτοανάγνωση σου ανοίγει κυριολεκτικά τα μάτια... Ο στόχος είναι: Άσε το ασυνείδητό σου να πάρει μια φωτογραφία, αποτυπώνοντας μία ολόκληρη σελίδα με μία μόνο ματιά... Μπορεί να είναι ένα εργαλείο για τους υπερ-ήρωες της ανάγνωσης τον 21ο αιώνα.

Γράφουν η Sheila Ostrander και η Lynn Schroeder
στο *Super Learning 2000*

Αν διαβάζεις πιο αργά απ' όσο θα ήθελες, σκέψου να κάνεις ένα μάθημα φωτοανάγνωσης, όχι μόνο για να αυξήσεις την ταχύτητα του διαβάσματος, αλλά και για να απορροφάς ακόμη περισσότερες πληροφορίες. Η καλύτερη πηγή είναι η μέθοδος της φωτοανάγνωσης του Paul Scheele.

Jack Canfield, συν-συγγραφέας του
Chicken Soup for the Soul και του *The Success Principles*

Ζούμε στην εποχή του λογιστή, όχι του ποιητή...

...στην εποχή του πολιτικού, όχι του τραγουδιστή στην εποχή του διευθυντή, όχι του εξερευνητή. Κατά συνέπεια, ζούμε σε έναν ανισόρροπο κόσμο. Οποιαδήποτε εξέλιξη αποκαθιστά την ισορροπία είναι ευπρόσδεκτη και χειροκροτείται.

Η μέθοδος της φωτοανάγνωσης, που αρχικά αναπτύχθηκε και τώρα παρουσιάζεται σε γραπτή μορφή από τον Paul Scheele, είναι ένα πολύ μεγάλο πλεονέκτημα για την αλλαγή αυτής της ανισορροπίας. Η προσφορά του Paul είναι πολύπλευρη. Συγκεκριμένα, η δουλειά του αντιπροσωπεύει:

- » ένα πρακτικό σύστημα που οδηγεί σε σημαντικό βαθμό εγρήγορσης των ικανοτήτων.
- » μια σημαντική τελειοποίηση στην εξαιρετή και καθ' όλα αποδεκτή ως τώρα δραστηριότητα της ανάγνωσης. Συγκεκριμένα, ο Paul έχει χωρίσει το διάβασμα σε μια σειρά από επιλογές. Με αυτό τον τρόπο έχει τακτοποιήσει και καταγράψει μια συνεχή ροή συνεργασίας των δύο ημισφαιρίων του εγκεφάλου. Έτσι, εκείνος που χρησιμοποιεί τη μέθοδο με πειθαρχία, έρχεται αντιμέτωπος με μια

σειρά επιλογών οι οποίες είναι στην ουσία η φυσική (αλλά ακόμα μη αναγνωρισμένη) κληρονομιά του ανθρώπινου είδους.

- » την παρουσίαση μιας πολύ εύκολης μεθόδου η οποία ταυτόχρονα σε μαθαίνει και σου ανοίγει μια πύλη, μέσα από την οποία μπορεί κανείς να πετύχει την ισορροπία των ασυνείδητων και συνειδητών διαδικασιών.

Μπράβο, Paul Scheele

John Grinder, συνιδρυτής του Neuro-Linguistic Programming

Πήρα τους υψηλότερους βαθμούς σε όλα τα τεστ

Ήθελα να τελειώσω το μεταπτυχιακό μου. Πριν από 18 μήνες, είπα να πάρω μια ενότητα μαθημάτων. Τελικά, δεν μπόρεσα να το ολοκληρώσω, γιατί μου έπαιρνε πολύ χρόνο και οι βαθμοί μου ήταν απερίγραπτοι.

Δοκίμασα τη μέθοδο της φωτοανάγνωσης σε κάποια μαθήματα αλληλογραφίας του Ναυτικού και είδα ότι λειτούργησε. Έπρεπε όμως να το επιβεβαιώσω. Γράφτηκα σε δύο μαθήματα του τοπικού κολεγίου, στο Εμπορικό Δίκαιο και το Μάρκετινγκ. Χρησιμοποίησα μόνο τη μέθοδο της φωτοανάγνωσης. Τα αποτελέσματα ήταν εκπληκτικά. Χωρίς καμία άλλη προσπάθεια παρά μόνο παρακολουθώντας στην τάξη, πήρα σε όλα άριστα, και μάλιστα οι βαθμοί μου ήταν οι υψηλότεροι της τάξης. Το ακόμη καλύτερο ήταν πως είχα πια άφθονο χρόνο για την οικογένειά μου.

Οι συνάδελφοί μου στη δουλειά και η οικογένειά μου λένε πως αυτό που κάνω είναι αδιανόητο. Θα είχα συμφωνήσει μαζί τους εάν βρισκόμασταν 18 μήνες πίσω. Αντί γι' αυτό, τους δείχνω τα γραπτά μου για να τους αποδείξω την εξέλιξή μου. Ακόμα δεν μπορούν να το πιστέψουν. Είμαι πραγματικά εντυπωσιασμένος και εγώ ο ίδιος.

Randy Now, North Highlands, California

Χρησιμοποίησα τη φωτοανάγνωση για να ειδικευτώ στη ρευματολογία και τη φυσιοθεραπεία

Είχα να μελετήσω χιλιάδες σελίδες για τις εξετάσεις. Φωτοδιάβαζα καθημερινά για πάνω από ένα μήνα, διαμορφώνοντας σε έναν νοητικό χάρτη το βιβλίο ασκήσεων της ρευματολογίας. Όταν έδωσα εξετάσεις, ήμουν βέβαιος και το ένιωθα, ότι γνωρίζω τις σωστές απαντήσεις. Ο βαθμός μου ήταν ο δεύτερος υψηλότερος. Επίσης, πήγα πολύ καλά στο τριήμερο εργαστήριο των εξετάσεων και ήμουν πρώτη στην προφορική εξέταση.

Ildiko Kiss, M.D., Zalaegerszeg Hungary

Ότι μου έπαιρνε δύο ώρες, τώρα μου παίρνει δέκα λεπτά

Όντας εφοριακός σύμβουλος, χρησιμοποίησα τη φωτοανάγνωση για να μειώσω το χρόνο που χρειάζομαι για να ψάξω πληροφορίες στον κώδικα της εφορίας, ο οποίος εκτείνεται σε 33 τόμους. Βρίσκω το κεφάλαιο που θέλω στα περιεχόμενα, το οποίο πιάνει συνήθως γύρω στις τριάντα με σαράντα σελίδες. Το φωτοδιαβάζω και είναι σαν οι απαντήσεις να ξεπηδούν κατευθείαν από τη σελίδα.

Fred Fredricks, Hong Kong

Είμαι πιο παραγωγικός στη δουλειά μου

Φωτοδιάβασα τα εγχειρίδια των προγραμμάτων. Τώρα, όταν προγραμματίζω είναι σαν να βγαίνει ο κώδικας από το μυαλό μου και δεν χρειάζεται να σταματήσω για να κοιτάξω τα εγχειρίδια όπως πριν. Ξέρω από διαισθήση ότι το πρόγραμμα θα λειτουργήσει, όπως και γίνεται. Πριν μάθω τη μέθοδο, έγραφα λίγο κώδικα, μετά έκανα τεστ για να δω αν λειτουργεί, μετά κοιτάζα τα εγχειρίδια...

Lou Wilson, Middlesex, England

Πήρα 100% αύξηση

Αφού έμαθα τη μέθοδο της φωτοανάγνωσης, μείωσα τον αριθμό των βιβλίων που έπρεπε να διαβάζω κατά 40 βιβλία στις επόμενες 28 ημέρες. Πρότεινα κάποιες τεχνικές φωτοανάγνωσης σε μια επαγγελματική παρουσίαση και μου πρότειναν δουλειά με 100% αύξηση του εισοδήματός μου.

Joan Jimenez, General Council of Education,
Rio Piedras, Puerto Rico

Η δουλειά μου διπλασιάστηκε

Όντας επιχειρηματίας πάντα ψάχνω τρόπους αύξησης των πωλήσεών μου. Φωτοδιάβασα βιβλία μάρκετινγκ τα οποία πριν δεν προλάβαινα ούτε κατά διάνοια να διαβάσω και μετά έφτιαξα ένα πλάνο πωλήσεων που μου απέδωσε τα διπλάσια από πριν.

John DuCane, St. Paul, Minnesota

**Έγραψα 20 σελίδες σημειώσεων
χωρίς να ανοίξω το βιβλίο ξανά**

Χθες φωτοδιάβασα ένα νομικό βιβλίο. Σήμερα το πρωί το ενεργοποίησα.
Μετά, αποφάσισα να γράψω κάποιες σημειώσεις. Έχω εκπλαγεί!

Ray Simons, Las Vegas, Nevada

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Πρόλογος.....	15
Ευχαριστίες.....	17
Λίγα λόγια για το συγγραφέα.....	18

Μέρος Πρώτο: Διεύρυνε τις επιλογές σου

Κεφάλαιο 1

Η Καταγωγή της Φωτοανάγνωσης.....	23
-----------------------------------	----

Κεφάλαιο 2

Παλιές Συνήθειες Ανάγνωσης ή Καινούριες Επιλογές Ανάγνωσης.....	34
---	----

Μέρος Δεύτερο: Η Μέθοδος της Φωτοανάγνωσης

Κεφάλαιο 3

Βήμα 1: Προετοιμασία.....	53
---------------------------	----

Κεφάλαιο 4

Βήμα 2: Προαναγνώριση.....	64
----------------------------	----

Κεφάλαιο 5

Βήμα 3: Φωτοδιάβασμα.....	69
---------------------------	----

Κεφάλαιο 6

Βήμα 4: Μεταναγνώριση.....	84
----------------------------	----

Κεφάλαιο 7

Βήμα 5: Ενεργοποίηση.....	89
---------------------------	----

Μέρος Τρίτο: Ανάπτυξε και Ολοκλήρωσε ό,τι Έχεις Μάθει

Κεφάλαιο 8

Κάνε τη Μέθοδο της Φωτοανάγνωσης Μέρος της Καθημερινότητάς σου.....	119
---	-----

Κεφάλαιο 9

Ανταλλαγή Πληροφοριών Μέσα από την Ομαδική Ενεργοποίηση.....	134
--	-----

Κεφάλαιο 10

Εμπλούτισε την Εμπειρία της Φωτοανάγνωσης.....	143
--	-----

Κεφάλαιο 11

Χρησιμοποίησε το Συνθεματικό Διάβασμα.....	156
--	-----

Κεφάλαιο 12

Ερωτήσεις και Απαντήσεις για Αρχάριους Φωτοαναγνώστες.....	166
--	-----

Κεφάλαιο 13	
Ανακάλυψε τις Δυνατότητές σου με την Άμεση Μάθηση	188
Κεφάλαιο 14	
Το Μυστικό της Μεθόδου της Φωτοανάγνωσης.....	198
Σύντομος Οδηγός	
Τα Βήματα της Μεθόδου της Φωτοανάγνωσης	202
Ευρετήριο	207
Βιβλιογραφία	209

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Καλωσήρθες στην πιο εξελιγμένη μέθοδο ανάγνωσης. Η φωτοανάγνωση εκτείνεται πολύ πέρα από την ταχεία ανάγνωση (speed reading). Είναι μια εκπαιδευτική εμπειρία που διεγείρει τις ανεξάντλητες πηγές του μυαλού σου και διευρύνει τις ικανότητές σου.

Ζούμε σε μια εποχή στην οποία χρειάζεται να απορροφήσουμε πολλές πληροφορίες και έχουμε πολύ λίγο χρόνο διαθέσιμο. Για να πετύχουμε, χρειαζόμαστε καινούριες ικανότητες επεξεργασίας και εκμάθησης πληροφοριών. Με τη μέθοδο της φωτοανάγνωσης δουλεύεις με τον μεγαλύτερο επεξεργαστή πληροφοριών που γνωρίζει η ανθρωπότητα, τον ανθρώπινο εγκέφαλο.

Σε αυτό το βιβλίο θα μάθεις τεχνικές για να χρησιμοποιείς τη δύναμη ολόκληρου του μυαλού σου. Η μέθοδος της φωτοανάγνωσης θα σου διδάξει όχι μόνο πώς να διαβάζεις γρηγορότερα, αλλά και να μαθαίνεις καλύτερα και σε πολύ μεγαλύτερες ταχύτητες απ' όσο πριν.

Όταν μάθεις τη μέθοδο, θα βιώσεις κάτι που ίσως θεωρούσες αδιανόητο. Θα φωτοδιαβάζεις μία σελίδα σε ταχύτητα μικρότερη του δευτερολέπτου, στέλνοντας τις πληροφορίες κατευθείαν να περάσουν από επεξεργασία στο πανίσχυρο «εργαστήριο» του εγκεφάλου. Εκεί, οι πληροφορίες συνδέονται με την προηγούμενη γνώση σου και θα μπορείς να τις χρησιμοποιήσεις για να πετύχεις το σκοπό σου. Ο στόχος είναι να τελειώνεις το διάβασμά σου στο χρόνο που έχεις διαθέσιμο και στο επίπεδο κατανόησης που χρειάζεσαι.

Με τη μέθοδο της φωτοανάγνωσης θα αναπτύξεις εκπληκτική επικοινωνία με τον εγκέφαλό σου. Η φωτοανάγνωση ξεπερνά τις περιορισμένες δυνατότητες του συνειδητού μυαλού σου και σε βοηθάει να βρεις την προσωπική σου ευφυΐα.

Το βιβλίο αυτό περιλαμβάνει τα πέντε βήματα της μεθόδου της φωτοανάγνωσης που διδάσκεται διεθνώς υπό μορφή σεμιναρίου. Τα βήματα προετοιμασίας, προαναγνώρισης, φωτοανάγνωσης, ενεργοποίησης και γρήγορου διαβάσματος έχουν αναδιοργανωθεί και αναφέρονται ως προετοιμασία, προαναγνώριση, φωτοδιάβασμα, μεταναγνώριση και ενεργοποίηση.

Έχουμε παρατηρήσει ότι αυτή η αλλαγή έχει βοηθήσει στους εξής τομείς:

- » καλύτερη πρόσβαση στη δύναμη της επεξεργασίας του εγκεφάλου για καλύτερη κατανόηση και μνήμη,
- » μείωση της παρέμβασης από τους περιορισμούς που θέτει ο λογικός νους, ώστε να επιτυγχάνονται μεγαλύτερες ταχύτητες και περισσότερη αυτοπεποίθηση, και
- » ευκολότερη εφαρμογή της μεθόδου σε όλους τους τύπους γραπτών, ειδικά στα ηλεκτρονικά όπου σε βοηθάει να έχεις τον έλεγχο στην ανάγνωση.

ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ

Με αυτή την 4η έκδοση η φωτοανάγνωση συνεχίζει να εξελίσσεται χάρη στην αδιάλειπτη εργασία εκατό και πλέον αφοσιωμένων ανθρώπων. Ευχαριστώ ειδικά την ανώτατη εκπαιδευτριά της μεθόδου, Lynette Ayres, η οποία δούλεψε μαζί μου για την αναδιοργάνωση της μεθόδου.

Ευχαριστώ τους πιστοποιημένους εκπαιδευτές της μεθόδου για το πνεύμα τους και την αφοσίωσή τους. Είναι οι πρωτοπόροι του σήμερα, οι οποίοι μας δείχνουν μια καινούρια μορφή εκπαίδευσης. Επηρεάζουν σημαντικά τη μέθοδο, αφού με τη δημιουργικότητά τους μας φέρνουν όλο και περισσότερους νέους τρόπους διδασκαλίας της.

Αυτός που συνεισφέρει περισσότερο στη μέθοδο της φωτοανάγνωσης είναι ο μαθητής, ο οποίος συμβάλλει σημαντικά στη συνέχεια της εξέλιξης της μεθόδου με τη γνώση του και την ελπιδοφόρο πρόοδό του.

Ευχαριστώ τους ανθρώπους της Learning Strategies Corporation και τους συνεργάτες μας σε όλο τον κόσμο, για τη σκληρή δουλειά τους στην προσπάθεια να κάνουν τη μέθοδο της φωτοανάγνωσης γνωστή παγκοσμίως. Χάρη σε αυτούς έχουμε εκατοντάδες χιλιάδες ανθρώπους οι οποίοι φωτοδιαβάζουν παντού στον πλανήτη.

Ευχαριστώ όλους εκείνους που συνέβαλαν στην εξέλιξη της φωτοανάγνωσης.

Τέλος, ευχαριστώ εσένα, τον αναγνώστη, που αναγνωρίζεις ότι έχεις τη δύναμη να καταφέρεις ό,τι επιθυμείς. Κάνεις τη φωτοανάγνωση πραγματικότητα. Σε παρακαλώ, γράψε μου για τις επιτυχίες σου.

Paul R. Scheele

ΛΙΓΑ ΛΟΓΙΑ ΓΙΑ ΤΟ ΣΥΓΓΡΑΦΕΑ

Ο Paul R. Scheele εργάζεται για να μεταμορφώσει τη ζωή ανθρώπων σε όλο τον κόσμο. Τριάντα χρόνια και πλέον, η δουλειά του έχει ευεργετήσει πάνω από ένα εκατομμύριο ανθρώπους. Τα δυναμικά του προγράμματα καλλιεργούν τις ανθρώπινες δυνατότητες και ξυπνούν την ιδιοφυΐα του ανθρώπου. Διδάσκει πώς να θωρακίσεις την υγεία και να αυξήσεις τον πλούτο σου, πώς να βελτιώσεις τις σχέσεις σου και πώς να βάλεις σε εφαρμογή καινούριες γνώσεις, με ευκολία. Εμπνέει σε βάθος άτομα και οργανισμούς να επεκταθούν πέρα από τον συμβατικό τρόπο σκέψης, κάτι που είναι όντως εφικτό.

Ο Paul Scheele μαθαίνει στους ανθρώπους πώς να αποκτήσουν πρόσβαση σε ολόκληρο το δυναμικό τους, χρησιμοποιώντας δυναμικές στρατηγικές μάθησης.

Η εξειδικευμένη εκπαίδευσή του περιλαμβάνει πτυχίο επιστημών στη Βιολογία από το Πανεπιστήμιο της Μινεσότα, μεταπτυχιακό στην Εκμάθηση ενηλίκων και στην Ανάπτυξη ανθρώπινου δυναμικού από το Πανεπιστήμιο του St. Thomas, διδακτορικό στην Ηγεσία και την Αλλαγή από το Antioch University, και έχει πλούσιο παρελθόν στον νευρογλωσσικό προγραμματισμό (NLP), στην επιταχυνόμενη μάθηση και την προσυνηδητή επεξεργασία.

Ο Paul είναι συνιδρυτής της Learning Strategies Corporation, έναν από τους πρώτους οργανισμούς ανάπτυξης της αυτοβελτίωσης, της εκπαίδευσης και προγραμμάτων για εξασφάλιση καλής υγείας. Ο ίδιος έχει σχεδιάσει και έχει φέρει στο φως πάνω από πενήντα προγράμματα που σχετίζονται με την επαγγελματική και προσωπική ανάπτυξη. Είναι επίσης συγγραφέας του βιβλίου *Natural Brilliance*. Το έργο του έχει μεταφραστεί σε 18 γλώσσες.

Χάρη στον Paul Scheele, πολλοί άνθρωποι έχουν καταφέρει να χαίρονται τα αποτελέσματα που επιθυμούν έχοντας κατακτήσει μεγαλύτερη αφθονία στη ζωή τους. Όταν «Μαθαίνεις πώς να μαθαίνεις» εμπλουτίζεις ό,τι μελετάς, ακόμη και άλλα προγράμματα. Η διδασκαλία του έχει επιστημονική βάση και φτάνει στα υψηλότερα όρια της ανθρώπινης δυνατότητας και δυναμικής. Τα προγράμματά του σου δίνουν τη γνώση που χρειάζεσαι για να κάνεις τη διαφορά, στη σημαντική εποχή που αλλάζει συνεχώς και είναι γεμάτη προκλήσεις.

Είναι εξαιρετικά διορατικός δημόσιος ομιλητής και σύμβουλος σε εταιρείες και οργανισμούς διεθνώς.

Ο Paul Scheele ζει με τη γυναίκα του Libby σε ένα προάστιο της Μινεάπολης, στη Μινεσότα. Έχουν τρεις γιους – Ben, John και Scott.

Μπορείτε να επικοινωνήσετε μαζί του γράφοντας στη LEARNING STRATEGIES CORPORATION, 2000 PLYMOUTH ROAD, MINNETONKA, MINNESOTA 55305-2335, e-mail: mail@learningstrategies.com

Ο Paul Scheele αφιερώνει το έργο του στην οικογένειά του.

Το πάθος του για το διάβασμα και η ευγνωμοσύνη του για τη ζωή, τον εμπνέουν και τον κινητοποιούν καθημερινά.

Μέρος Πρώτο

**Διεύρυνε
τις επιλογές σου**

Κεφάλαιο 1

Η Καταγωγή της Φωτοανάγνωσης

Το να φωτοδιαβάσεις 25.000 λέξεις το λεπτό, σημαίνει ότι θα μπορούσες να φωτογραφίσεις νοητικά αυτό το βιβλίο σε λιγότερο από τρία λεπτά. Παρόλο που αυτό μπορεί να ακούγεται σαν μια καινούρια ριζοσπαστική ιδέα, η έννοια αυτής της ιδέας υπάρχει εδώ και τουλάχιστον εκατό χρόνια, πολύ πριν επινοήσω τον όρο Φωτοανάγνωση. Μπορείς να βρεις στοιχεία ότι μια τέτοιου είδους νοητική διαδικασία είναι εφικτή και ήδη έχει χρησιμοποιηθεί με ποικίλους τρόπους στη στρατιωτική εκπαίδευση, σε πολεμικές τέχνες, ακόμη και σε θρησκευτικές παραδόσεις.


Επομένως, η πρόκληση δεν βρίσκεται στο να αποφασίσω αν το φωτοδιάβασμα είναι δυνατόν να συμβεί. Η πρόκληση βρίσκεται στο πώς θα σου διδάξω ως άτομο που διαβάζεις αυτό το βιβλίο, να μεταφέρεις αυτή τη φυσική σου ικανότητα σε εφαρμογές της καθημερινής σου ζωής, δηλαδή σε αναφορές, εφημερίδες, βιβλία, ιστοσελίδες ή σε οτιδήποτε θέλεις να διαβάσεις.

Η εμπειρία μου στον νευρογλωσσικό προγραμματισμό και στην επιταχυνόμενη μάθηση, μου έδωσαν τον τρόπο να αντιμετωπίσω αυτή την πρόκληση. Πολλοί άνθρωποι σε όλο τον κόσμο έχουν μάθει




τη μέθοδο της φωτοανάγνωσης και τώρα ήρθε η ώρα να τη μάθεις και εσύ. Η εξιστόρηση που ακολουθεί, εξηγεί πώς ξεκίνησαν όλα.

Επτά χρόνια αφότου αποφοίτησα με πτυχίο επιστημών από το Πανεπιστήμιο της Μινεσότα, πήρα μέρος σε ένα τεστ ταχείας ανάγνωσης (speed reading). Το αποτέλεσμά μου ήταν 170 λέξεις το λεπτό, με ποσοστό κατανόησης 70%. Ένιωσα ντροπή όταν συνειδητοποίησα ότι, έπειτα από 16 και πλέον χρόνια φοίτησης στη δημόσια εκπαίδευση, οι δεξιότητές μου στην ανάγνωση ήταν κάτω από τον μέσο όρο και ήμουν ειδικός στο να αναβάλλω συνεχώς το διάβασμά μου.



Νόμιζα ότι για να διαβάσω σωστά ένα κείμενο, έπρεπε να ξεκινήσω από την πρώτη λέξη και να φτάσω στην τελευταία, να συγκεντρωθώ στο να βλέπω σωστά τις λέξεις, να βγάζω νόημα από αυτές καθώς προχωράω και να θυμάμαι τι λένε. Πίστευα επίσης ότι η απόλυτη μέτρηση της αποτελεσματικότητας της μελέτης μου ήταν η απόλυτη ανάκληση και ανάλυση του νοήματος.



Δεν αμφισβητούσα τον τρόπο που χρησιμοποιούσα για να διαβάζω. Απλώς ένιωθα πως είχα κολλήσει σε χαμηλές ταχύτητες και καταλάβαινα ότι όσο πιο γρήγορα διάβαζα τόσο χειρότερη γινόταν η κατανόησή μου.

Έπειτα από επτά χρόνια επαγγελματικής εμπειρίας ως σύμβουλος ανάπτυξης ανθρώπινου δυναμικού, οι ικανότητές μου στην ανάγνωση δεν είχαν καμία βελτίωση.

Το 1984, παρακολούθησα μαθήματα ταχείας ανάγνωσης (speed reading). Ύστερα από πέντε εβδομάδες εκπαίδευσης, τα αποτελέσματά στα τεστ ήταν κατά μέσο όρο 5.000 λέξεις το λεπτό, με ποσοστό κατανόησης 70%.

Κατά τη διάρκεια ενός μαθήματος, μια νεαρή γυναίκα που καθόταν δίπλα μου παραπονιόταν ότι είχε κολλήσει στις 1.300 λέξεις το λεπτό ενώ είχε παρακολουθήσει μαθήματα για δέκα εβδομάδες. Κάποια στιγμή, λοιπόν, της είπα: «Φαντάσου πώς θα ήταν αν μπορούσες να φτάσεις μεγαλύτερες ταχύτητες τώρα». Στο επόμενο βιβλίο που διάβασε, η ταχύτητά της έφτασε τις 6.000 λέξεις το λεπτό και η κατανόησή της ήταν μεγαλύτερη απ' όσο στα προηγούμενα τεστ.

Όσο σπουδαία και αν ακούγονται όλα αυτά, η ταχεία ανάγνωση (speed reading) δεν μου ταίριαξε. Όλη αυτή η διαδικασία, να πιέζω τα μάτια μου από το επάνω μέρος της σελίδας μέχρι κάτω, δεν άργησε

να γίνει αγγαρεία. Τρεις μήνες μετά, σπάνια χρησιμοποιούσα τις τεχνικές που είχα μάθει. Η περιέργειά μου όμως για τις ικανότητες που μπορεί να έχει ο ανθρώπινος εγκέφαλος στην επεξεργασία γραπτών λέξεων, δεν έφευγε.

Άρχισα να συνειδητοποιώ το πρόβλημά μου. Ένωθα πως ήμουν παγιδευμένος ανάμεσα σε δύο αντίθετες πεποιθήσεις. Η μία προερχόταν από το μοντέλο εκπαίδευσης που πήρα από το δημοτικό σχολείο για το διάβασμα, και η άλλη ήταν ότι ήξερα πως ο ανθρώπινος εγκέφαλος μπορεί να πετύχει σπουδαιότερα αποτελέσματα. Ένωσα το ίδιο παγιδευμένος και μπερδεμένος όταν έκανα μαθήματα για να μάθω να πιλοτάρω αεροπλάνο.

Θυμάμαι μια φορά που ο δάσκαλός μου με ανέβασε στα οκτώ χιλιάδες πόδια και μου είπε να πετάξω με ελάχιστη ταχύτητα, όπως θα έκανα εάν σκόπευα να προσγειωθώ. Για να το κάνω αυτό, μείωσα την ταχύτητα και τράβηξα το μοχλό για να διατηρήσω το ύψος. Ο αέρας που γλιστρούσε στα φτερά δεν μπορούσε πια να διατηρήσει ψηλά το αεροπλάνο, και έτσι άρχισε να πέφτει από τον ουρανό σαν πέτρα.

Τρομοκρατημένος, άρχισα να τραβάω προς τα πίσω το μοχλό απεγνωσμένα, για να ανεβάσω τη μύτη και να πετάξω πάλι το αεροπλάνο. Αυτό έκανε τα πράγματα ακόμη χειρότερα. Εντωμεταξύ, ο δάσκαλός μου έμοιαζε να απολαμβάνει τον πανικό μου.

“Μα γιατί δεν δουλεύει; Γιατί δεν μπορούσε να πετάξει το αεροπλάνο;” αναρωτιόμουν.

Καθώς έπεφτα με ξέφρενη ταχύτητα, ο δάσκαλός μου είπε ήρεμα «Σπρώξε το μοχλό προς τα εμπρός». Ήμουν σίγουρος ότι δεν είχε ιδέα για το τι μας συμβαίνει. Ενώ προσπαθούσα να σηκώσω το αεροπλάνο τραβώντας το μοχλό προς τα πίσω, εκείνος μου έλεγε να βουτήξω ακόμη πιο βαθιά προς το έδαφος.

