

忙しい、時間がない、自分の考えに自信が持てない…
この先どうしていいのか、わからない現代だからこそ

読む^{すぐ}→動ける。

だから自信がつく。



本を9割忘れるからこそできる

右脳で閃き、心で動く読み方を身に着け

あなただけの感性を目覚めさせる講座

即読塾

アクトジャーナル式

「こなす」日々から、「実感のある」毎日へ

こんにちは、ワンダー拓です。

5つのチャレンジ、おつかれさまでした！このチャレンジを通して

「即読術」・・・5分読んで、1つ行動する読書術

について、ある程度「できる！」という実感を
得ていただけたのではないかなと思います。

コメントを拝見しても

「これまでやったことのない読書法で、
簡単に理解も深まり、続けていけそうです」

「集中できた時ほど5分が長く感じることに驚きました！
もっと体感したいです！」

「行動することで、心が動き、心に残りやすい」

「「即読」チャレンジの効果で、いつもなら遅々として
進まない仕事にも取り組むことができたので、
意識の変化もあったのかなと感じました」

と、前向きなお声をいただけて、
僕もチャレンジをやってよかったなと思いました。
ありがとうございます！

ですが、**ここからがスタート**です！

「即心閃動」の「即読習慣」が身についていくことで、
「速く、深く読めて忘れない」読書への扉が開かれます。

僕が体験した

- ・これまでの半分より短い時間で
- ・毎回の読書で深い気づきを得られて
- ・さらに、たくさんの本を読んでも疲れない

変化に加え、読むことで右脳・潜在意識が活性化され

- ・ 思考が静かで、ごちゃごちゃしたらすぐに分かる
絡まりをほぐすことで、クリアな思考で意思決定が速くなる
- ・ 文字通り、日々「見える景色」が変わる
世界がより色彩豊かに、繊細な情景まで見える
- ・ 感覚が働き、各所のつながりを発見できて、
物事の「タイミング」が合うようになる
- ・ やりたいことに「GO」を出せるようになり「こんなことも
できるかも！」とワクワク・ドキドキする気持ちがある

と、日常の充実度が上がる効果も得られます。

皆さまのコメントにもあった

「**インプットとアウトプットが高速回転し、**
らせん状に成長し続ける状態になりたい」

「この読書法で**とにかく圧倒的インプット**を行い、
自分の立てた問いに対して**閃きを得る体験**をしたいです」

「**独創性が炸裂する自分**になって
周囲の方々に**貢献できる**ようにしたい」

「全部を理解しないといけないという思い込みから勝手に消化不良
になっている自分を抜け出して、たくさんの情報にふれ、
ありきたりでない、自分だけのアイデアを出せるようになる」

という理想も達成されていきます！そこで、ここでは簡潔に

「即読で右脳が開けるロードマップ」をお伝えします！
まず

「速く、深く読めて忘れない」 読書のカラクリ

は、実は「知っていることを深める」という読み方です。
これはいわば「**幹の読書**」です。

「速く」： 知っている幹を頼りに読む

→知識が増えれば増えるほど、速く読みやすくなる

今、「小学校の算数の教科書」を読もうとしたら、
きっと速く読めると思います。
それは、知っているから。

読み進めるのに、怖がる気持ちもないと思います。
なぜなら、知っていることを知っているから。

知っている領域を読むのは、必然、速いということです。
そして、**とても大事なのが「この本を読める」という気持ち**です。

「深く」： 本の幹を掴む

→本と対等に向き合い、核心へじっくり近づいていく

「この本を読める」と思えると、
「不安や焦りがなく、落ち着いて本と向き合える」
という状態がベースになります。

その状態で向き合って、本が大事にしている核を掴んでいく。

「なぜ、こんな言い回しをしているんだろう？」

「こう書いてあるけど、どういう意味で言っているんだろう？」

「僕のこの理解と、この著者の感覚は、同じだろうか？」

自分の幹、真ん中をたよりに本と向き合えるからこそ、

「対等な対話」が生み出され、深く本へと入っていきます。

「忘れない」：自分の幹を太くする

→自分の軸を太くするための「知恵」として知識を活かす

得た知識は、自分の幹を太くするために使う。

新しい情報に踊らされるのではなく、自分の軸が太くなっていく。

幹が太くなる、ということはどういうことかというと、

自分の知識のユニバーサル率、普遍性が高くなるということ。



たとえば、最近はYoutubeで色んな分野の方々の対談が見られますが（トヨタ社長「豊田章男」さんとイチローさんなど）、

それぞれ自分の分野の話をしているのに、「なるほどね」とお互い
わかり合い、「閃きあって」いる様子が見られます。

これが、普遍性の高い「太い幹」を持っている人同士の会話。

ざっくり、本質をとらえて、それを幹にスタートすれば
あらゆることに迷わなくなるということです。

「速く、深く読めて忘れない」 は「幹の読書」で実現できる

少し、見通しが良くなりましたでしょうか？

僕は色々な速読術を調べ、実践してきましたが、
この「幹の読書」が基本であり、そこに「右脳開発」「目の開発」
などが乗っかっている、と考えていくと

「なるほど、みんな結局同じことを言っているんだな」
と理解できていきました。

(つまり、**幹の読書が”速読術”の幹である**、ということ)

この「幹」は、ただの知識だけではありません。

生き方が「幹」を作っていく

知識を元にした行動、そして得られた体験値を”経験知”にして
自分の心・身体へと落とし込まれていったものが

その人の「幹」をなしています。

この「幹を育てる読書法」が「即読術」です。

「読んだら行動して体験しよう」・・・という読み方なので、
まあ、そうですね。笑

ただ、何より大事なのは、それを

「できる」幹のもとに実践する

ということです。

幹が「できない」人の場合：

- ・「できない」自分を変えるために新しい知識を得ようとする
- ・ちょっとした失敗で挫折し「できない」幹を深めていく
- ・上手くいったときは「できない」人を責め「できる」自分を保つ

幹が「できる」人の場合：

- ・「できる」自分がさらに自分を発揮するために知識を得る
- ・ちょっとした失敗も”改善点”ととらえ、目指す方向へ進んでいける
- ・上手くいったときは「できる」人を増やすべく知恵を伝えていく

今は、前者の「**できない**」ベースの学習が蔓延している状態です。

情報が溢れている中に「できない」自分が置かれてしまうと
誰しも、迷いも増え、情報取得を「こなす」状態・・・

手当たり次第に手を付けていくも、幹がないから身につかない
身につかないから、自分を責めて、また何かないかと周りを見る

そんな悪循環が当たり前になってしまいます。

「現状に満足していないわけではないが、
決してこのままでいいとは思っていない」

そうやってモヤモヤをためてしまうけど、
このモヤモヤに向き合う姿勢・体力・根気がなく、
誰かの言うことを盲信して、さらに自分を失っていつてしまう。

なんとなく、そんな状況があることを感じています。

読書で「できる」を育てる

そんな状態を払拭するためにも、読書があります。

幸いなことに、読書においては、

9割の「できない」は
「行動できない」から積み上がる

ため、

すぐ行動する「即読」をやっていれば、
読書の「できない」はいつの間にか消えて
「読める」自分が積み上がっていく

ことになります。

「即読」の姿勢が身についていると、あらゆることで

「即、行動できる」自分が身についています。

先のコメントにも

「「即読」チャレンジの効果で、いつもなら遅々として

進まない仕事にも取り組むことができたので、

意識の変化もあったのかなと感じました」

ということをおっしゃっていただきました。

読書が「学び方」の幹を作る

そしてお気づきの方もいると思いますが

読書に限らず

9割の「できない」は

「行動できない」から積み上がる

ため、つまるところ

すぐ行動する「即読」をやっていれば、

あらゆる「できない」はいつの間にか消えて

「できる」自分が積み上がっていく

ということになります。

自分の「**健全な学び方**」の幹が育っていくのです。

こうして、自分の「できる」幹を太くしていく
「できる」ベースの学習観が当たり前になれば、

「できる」自信のもと、新しい知識・体験を増やし
周囲の人へと貢献していくことができるようになります。

ちなみに、これも

続けてこそ意味がある

ものです。

「**読書がいいのはわかるけど、習慣というほど続かない・・・**」

ということは僕自身、重々感じていますので、
今回のチャレンジを機に、読書習慣、「学びの習慣」を
みんなで身につけていく講座を作ろうと思いました。

「即読」は、続ければそれだけ、**確実に自信になります。**
知識も増え、**自ら必要な学びを掴み取っていける**ようになります。

「即」の姿勢が身につけば、毎日の生活にも活かされ
「やればできる」実感が増え、人生がさらに充実していきます。

今回の「即読塾」では、そんな「即読習慣」を定着させるとともに
”ついで”に、いわゆる「速読」も体得していただきます。

この機会で、この先「一生役立つ」読書を通した学びの基礎を、一緒に作っていきましょう！



本を9割忘れるからこそできる

右脳で閃き、心で動く読み方を身に着け

あなただけの感性を目覚めさせる講座

即読塾

アクトジャーナル式

「こなす」日々から、「実感のある」毎日へ

> 「即読塾」講座概要

- ・「即読」をベースにした「速く、深く読めて忘れない」読書術を身に着けます。
- ・「できる」ベースの健全な学び方の習慣を磨き、自信に満ちた充実した毎日を送れるようになります。
- ・右脳を開き、人生に新しい閃きがある充実した日常を目指します。

> 「即読塾」講座

全4回の講座にて、読書術とその活かし方を伝授いたします。

収録も兼ねて、読書会ライブ (Youtube)を実施いたします。

6月からの「第2・第4火曜」6月10日・24日、7月8日・22日

20時半～22時で開催予定です。

■ 「右脳活性」速読の基本

- ・ 右脳速読の”一般的”な原理を把握する
- ・ 右脳が活性化されたらどうなるか？をイメージする
- ・ 右脳を活かすために圧倒的に詰め込む
- ・ 右脳が働きやすい「呼吸法」を身につけ、頭から雑念を消す

■ 多読より他読で「閃き」を強化する

- ・ 他ジャンルとつなげることで本質を見抜く
- ・ 他と組み合わせることで、新しいアイデアを作り出す
- ・ 他人に伝えるために読むことで「自分の言葉」を生み出す
- ・ 「体感」をあわせて、その人にあった「たとえ」を作る

■ 「即」の読書を日常へと波及させる

- ・ 仕事を「即完了」させることで脳のリソースを増やす
- ・ 悩んでいる人は悩み”続けている”。対応して止める
- ・ 「即応転臨」をあらゆるものに対して当てはめてみる
- ・ 「マインド・セット」で難しいタスクを「完了状態」にする

■ 「即」行動できる身体を作る

- ・ 背骨と表情筋を動かし、健康なマインド・豊かな感性を思い出す
- ・ ブレーキ筋を緩め、アクセル筋の意識を高め行動力を上げる
- ・ 姿勢が整い「引き寄せ感覚」が身につく歩き方を身につける
- ・ 地に足をつけて、行動を促す「心・意・体」統合禮法

■その他のコラム

- ・小説の読み方：五感で時代と情景に即するマルチバース即読
- ・読書力・行動力・継続力は「食べ物」で決まっている
- ・触れた情報は点でしかない。ラグビーボールにして、円にする
- ・「問い」が発動する生き方を体感し、普段の問いを変える

これらは、だいたい各回に対応していますが、
いただいたコメントや学習度により、お伝えする内容は変わっていきます。

これらの講座を、「読書会ライブ」として提供いたします。

> 「即読」習慣づくり

3つの企画により、読書習慣を身に着けます。

・即！1週間チャレンジ！

毎回の講義のあとは「1週間チャレンジ！」として、
講義で学んだ読書を実践していく期間をとります。

その期間で、わからないことや実践への不安を解消し、
しっかりと学びを定着させていきます。

アウトプットフォームも作りますので、
よろしければアウトプットをしてみてください。

やればやるだけ応えてくれる、それが「読書」であり「学び」です。

ぜひ、あなたにあったペースで実践を進めていってください。

・ 毎日！即！おすすめ書籍

渡辺より、毎日、おすすめの書籍を

「即」実践できるコメントとともにメールでお届けいたします。

読み放題の「Kindle Unlimited」に収録されている書籍や、
無料で見られるYoutubeの動画もお伝えしていきますので
「即」学びにもつなげていただけます。

届くメールの本を読んでみたり、それをペース作りにしてみたり、
「拓さんも読んでいるんだな」と思っていたきつつ

少しでも「読む」習慣を作ってみてください。

・ 「即読会」

即『道は開ける』、即『7つの習慣』など、
名著を「即」実践して、実際に体感してみよう！

・・・というような「即読会」なども
できたら楽しそうだなと思っています。

できるだけ

「読みたいけど、ハードルが高そう・・・」
「読んでいるけど、実践できていない・・・」

というような書籍を選んで実践することで、

即！行動の作り方を学んでいただいたり、
「難しい本も「即！」実践できた！」という感覚を

得ていただけるようにしたいと思っています。

月に1度は開催したいと思っていますので、
「この本「即！」実践したいです！」という本があれば、
ぜひ僕に教えてください。

そして、次はこの先の展開・発展としてご覧ください。

> 「学ぶ」コミュニティ（案）

↑上記のような

- ・おすすめ書籍
- ・即読会

などを、いずれは僕からだけでなく、
皆さまと一緒に作っていきたいなと思っています。

皆さまのおすすめ書籍も教えあったり、
その書籍を「即！」行動にしてみよう！という読書会を開いたり。

僕の発信を受け取っていただいている方々は、特にテーマが限定されていないので、そういった皆さまで**書籍をおすすめし合うことで
囚われない、多種多様な知識を得て、閃きも増える**はず。

なにより「**インプットして、アウトプットする**」習慣をつけること
が一番、学び・読書の習慣形成に役立つので、そうやってみんなで
成長していけるようになっていきたい。

ただ、「特に皆の前にアウトプットをせずに、情報を受け取りたい」という方もいらっしゃると思うので、ここは相談しながら、進めさせていただければ幸いです。

※よくご参加いただいている方は

「Slackのコミュニティを作るんですよ」と
思われるかもしれませんが、
今回はまずメール・ライブを軸とした講座で
進めさせていただきます。

＞サポート特典

特典として、「即読観」を深めるセミナー動画をお届けします。

■「本なんて、読まなくていい」心を豊かにする読書会（2時間17分）

- ・ABC理論「もったいない」が自分を読書から遠ざける
- ・「本なんて、読まなくていい」から出発すると、読める
- ・読書は5%しかない。活かす体験が95%。

■読書のニガテをなくそう！勉強会（1時間25分）

- ・読書の「動詞」を変えれば、ニガテはなくなる
- ・「本＝○」読書体験が広がる本との向き合い方とは？
- ・五感で驚くほど読める「パラパラ眺め」のやり方

■サポート資料

即読を理解するのに役立つ本やYoutubeなどを厳選し、
まとめて紹介いたします。

受講費：

64,000円（税込）

《申込先着「20名様限定」特別価格》
→32,000円

お支払い方法：

銀行振込もしくはカード（Paypal）

カード決済の場合は、手数料5%をいただきます。

さいごに：

今、日本は閉塞感が漂い、先を描きにくい時代に入っています。

大人は学ばず、その背中を見て育つ子どもも学ばない。

「自分にはできない」と、行動を起こすこともない。

読書の習慣を取り戻すことが、この打開になると思っています。

今こそ、一人ひとりが学ぶことを通して「できる」ことから毎日
良くなっていく。その小さな積み重ねが、きっと大きな力になって
「できる」日本を取り戻すことに繋がっていくと信じています。

まあ、ちょっと湿っぽい話になりましたが、

読書を通して、楽しく「可能性」大爆発！させていきましょう！

一緒に本を読めることを、楽しみにしています！



> 「即読塾」講座に申し込む <