

右脳のスイッチを入れて読む！

右脳速読の3ステップ

はじめに：右脳のスイッチを入れて読む

こんにちは、渡辺拓です。今回は、右脳のスイッチを入れて圧倒的なスピードで読んでいく方法、いわゆる「**右脳速読**」についてお伝えしていきます。あらゆる速読の基本は一緒なところがありますので、まずは根本のところをお伝えしてやってみていただこうと思います。

誰にでもできる！右脳速読の3ステップ！

やり方は次の3ステップです。特別なスキルではなく、誰にでもできる読み方です。

・ステップ1：パラパラとめくる

本を手にとったら、まずはパラパラパラとめくっていきます。速読って聞くと、どんどんページをめくっていく印象があると思いますが、まずはあれをやります。

・ステップ2：気になった情報をチェックする

パラパラめくりながら、「ここ、もしかしたら気になるかも」と思ったらチェックしておきます。

僕のやり方だと本の端を折る「ドッグイヤー」をよくやっています。気になったキーワードに対して線を引いたり、付箋を貼ったりしても構いません。後で「これあったな」とちゃんと取り出せるようにしておくのがポイントです。

・ステップ3：止まったところを後でしっかり読む

一通りめくり終わった後に、ステップ2でチェックしておいたところだけを、改めてしっかり読んでいきます。

AIの処理と右脳的な読み方は同じ

この右脳速読をやるとき、「**頭から読まないのは気持ち悪い**」「**途中から読んでも大丈夫？**」と思う方がいるかと思いますが、実はこれ、今のAIがやっていることと一緒になんです。

AIは、僕らが投げたプロンプトから連想して、大量のデータを元に、合いそうな言葉をつないで返してくれます。

それと同じように、本をパラパラと見て気になったキーワードを押さえ、組み合わせて情報を得ていく。

これってほぼ同じことなんです。AIが大量の情報を処理しているように、僕らも同じように大量の情報処理ができるようになればいいんです。

左脳で読まずに、右脳の画像処理に任せる

そのためのやり方が「右脳のスイッチを入れる」ということです。僕らは一般教育を受けて育っていると、どうしても本を読んで情報を取ろうとするときに「一言一句間違えずに、一字一句踏み外さずに」読もうとしてしまいますが、これが左脳のブレーキです。

そうではなく、見開きを「パッ、パッ、パッ」と見ていく。実はもう画像として頭の中に入っているので、右脳的なイメージや画像処理に任せてしまうんです。「これで読めてるの？」と不安かもしれませんが、「**脳によろしく！**」ってことで、脳を信じて任せます。そうすることで、たくさんの情報を脳に入れ込むことができます。

💡 欲しい情報を引き寄せる脳「RAS」の機能

今必要な情報を手に入れるためのポイントがあります。それは「**今、自分はこういう情報が欲しいぞ」「こういうことが気になるぞ**」と思いながらページをめくることです。

脳の奥（脳幹の部分）には、すべての情報のフィルター役をしてくれる「RAS（網様体賦活系）」という箇所があります。あらかじめ欲しい情報を意識しておくことで、このRASが働き、パラパラめくっているだけでも関連する情報が目に飛び込んでくるようになります。

🏃 やってほしいこと：どうなりたいか決める

そこでこの音声を聞いて、ぜひすぐにやってみてほしいのは「**目的を決めてから本を読む**」ということです。特に**ここでは、これからの理想を決めましょう。**

あなたに、この右脳でパーツと読める力や、必要な情報が必要なタイミングで得られる力が身についたとします。そうなった時に、あなたは何をしたいですか。その力を使ってどんなことを成し遂げてみたいですか。どんな風になってみたいですか。

この「読めるようになったら何をしたいか」を、本からヒントを得て作ってください。

まずはそれを設定し、それを作り出すように読んでみてください。最初にある程度決めておき、読みながらそれをより具体的な言葉にするつもりで進めても構いません。

それではぜひ、やってみてください。ありがとうございました。

★ここまで読んだら！即！★

即読術プログラム！ステップ2：

「どうなりたいか、理想を決める」つもりで本を読んでください。その感想・気づき・学びをこちらからコメントしてください。

<https://wonder-zero.com/p/r/gLQ73Sqr>

コメントした方に、今回のステップ2の解説と、次のステップ「ステップ3：右脳・左脳を統合する」の課題をお届けします。