

## Нельзя купить время. Но не скорость! Скорочтение и быстрое запоминание для взрослых в школе LANDO®

РЕКЛАМА

### Нельзя купить время. Скорость – можно!

**Н**а сегодняшний день огромное количество информации обрушивается на наши несчастные головы. Телевидение, радио, книги, лекции в университете и прочее следуют за нами по пятам, пополняя наш мозг все новыми сведениями.

Чтобы успевать за таким скоростным темпом жизни, мы должны ускорить свой собственный ритм. Это один из важнейших залогов успеха и удач. Часто хорошая оценка на уроке, разви-

тие бизнеса или устройство на высокооплачиваемую работу зависит от того, как быстро мы переключаемся для получения новой информации, сколько времени у нас занимает процесс обучения и как ловко мы манипулируем данными, находящимися в нашей памяти. Для этого голова верить должна ох как быстро! Потому что от скорости нашего мышления зависит и скорость работы мозга с информацией.

А развить такую скорость может любой желающий. Причем всего за несколько дней. И начинать надо с самого простого – чтения. Именно скорость этого естественного для нас навыка является решающей, когда речь заходит о скорости мыслительного процесса.

Попробуйте пробежать глазами по десяткам страниц текста. Это займет у вас считанные минуты. А теперь закройте книгу и расскажите, что нового вы узнали из только что прочитанного? В лучшем случае вы вспомните название произведения, в худшем – пожмете плечами. Да и чтением такое «проглатывание» текстовой информации можно назвать с большим трудом.

Но изучив определенные методики, да еще под четким руководством опытного преподавателя, вы уже через пару часов сможете намного ускорить скорость чтения. Причем прочитанная информация никуда не испаряется и прочно оседает в долговременной памяти. Вместе с ускорением процесса чтения уве-



84

Однако, изучив определенные методики, да еще под четким руководством опытного преподавателя, уже через пару часов, скорость чтения достигает невероятно высоких результатов. Причем, прочитанная информация, никуда не испаряется и твердо оседает в долговременной памяти. Вместе с ускорением процесса чтения, увеличивается и скорость восприятия новых сведений. Рискните за 20 секунд прочитать страницу текста – мозг начнет скрипеть и пыхтеть, как несмазанная телега. Но если не бросать тренировки и твердо верить, что все получится – вашему мозгу понравится работать быстро. Он благополучно будет поспевать за глазами, усваивать информацию и, что самое приятное, легко выдавать вам ее в самый необходимый момент.

А секрет очень прост. Посредством специальных упражнений укрепляются определенные мышцы глаз, которые расширяют фокус зрения. И любой, прошедший комплекс специальных упражнений, может видеть не слог, и даже не слово целиком, а целые абзацы страниц! Такой тренинг – результат многолетних разработок ученого состава Санкт-петербургского института мозга им. Бехтерева.

Кстати, занятия скорочтением прошли серьезную адаптацию и у нас, в Латвии. Сегодня каждый может освоить этот уникальный навык в Школе быстрого запоминания LANDO. Честно говоря, это серьезная мозговая атака! Спустя несколько часов, сознание и отношение к учебе меняется кардинально. Занятия длятся всего шесть дней, а результатом участники могут наслаждаться почти сразу. Когда на смену неуверенности и медлительности приходит нереальная, на первый взгляд, скорость, жажда познания и уверенность в собственном успехе – возникает сладостное, неповторимое чувство «Я могу!».

Главное отличие преподавания Школы LANDO от российской методики, это отработка уникального навыка – не проговаривать прочитанные слова «про себя». Казалось бы, что сжать челюсти и усвоить информацию только глазами – невозможно! Это действительно непросто, но ведь когда мы смотрим фильм, мы не повторяем вслух все сюжеты и кадры, пролетающие мгновенно перед нами на экране? Так же и с чтением. Не нужно повторять информацию голосовыми связками, чтобы она дошла до мозга и осела там. Ему достаточно просто зрительно зафиксировать материал.

Кстати, о пользе скорочтения. За короткий период времени, скорость чтения утраивается, а значит, подсказывает и скорость восприятия. Кроме того, это возможность научиться моментально «схватывать» суть материала, бросив короткий взгляд на страницу текста. Согласитесь, что такое умение, даст возможность без затраты сил узнать много нового, «перелопатить» груды книг и сэкономить самое ценное – ваше время.

Но самое главное, вы приобретаете привычку ясно и быстро выделять главное, абстрагироваться от лишних деталей, сохраняя полную концентрацию. Такое умение – действительно уникально. Ведь оно открывает перед нами двери в мир, полный свободы, действия, знаний и успеха. Все-таки, нельзя лишать себя прекрасного шанса стать хозяином положения и получать удовольствие и интеллектуальное развитие от чтения больших объемов литературы. И неважно, кто вы – бизнесмен, юрист или студент, ведь каждый день приходится сталкиваться с новой

На сегодняшний день огромное количество новостей гигантским потоком обрушивается на наши несчастные головы. Телевидения, радио, книги, лекции в университете и масса прочего следуют за нами по пятам, пополняя наш мозг все новыми сведениями.

Чтобы успевать за таким скоростным темпом жизни, мы должны увеличить свой собственный ритм. Это один из важнейших залогов успеха и удач. Часто хорошая оценка на уроке, развитие бизнеса или устройство на высокооплачиваемую работу зависит от того, как быстро мы переключаемся для получения новой информации, сколько времени у нас занимает процесс обучения, и как ловко мы манипулируем данными, находящимися в нашей памяти. Для этого голова варить должна, ох, как быстро! Потому что от скорости нашего мышления, зависит и скорость работы мозга с информацией.

А развить такую скорость может любой желающий. Причем, всего за несколько дней. И начинать надо с самого простого – чтения. Именно скорость этого, естественного для нас навыка, является решающей, когда речь заходит о скорости мыслительного процесса.

Попробуйте пробежать глазами по десяткам страниц текста. Это займет у вас считанные минуты. А теперь закройте книгу и расскажите, что нового вы узнали из только что прочитанного? В лучшем случае, вы вспомните название произведения, в худшем – пожмете плечами. Да и чтением такое «проглатывание» текстовой информации можно назвать с большим трудом.

Однако, изучив определенные методики, да еще под четким руководством опытного преподавателя, уже через пару часов, скорость чтения достигает невероятно высоких результатов. Причем, прочитанная информация, никуда не испаряется и твердо оседает в долговременной памяти. Вместе с ускорением процесса чтения, увеличивается и скорость восприятия новых сведений. Рискните за 20 секунд прочитать страницу текста – мозг начнет скрипеть и пыхтеть, как несмазанная телега. Но если не бросать тренировки и твердо верить, что все получится – вашему мозгу понравится работать быстро. Он благополучно будет поспевать за глазами, усваивать информацию и, что самое приятное, легко выдавать вам ее в самый необходимый момент.

А секрет очень прост. Посредством специальных упражнений укрепляются определенные мышцы глаз, которые расширяют фокус зрения. И любой, прошедший комплекс специальных упражнений, может видеть не слог, и даже не слово целиком, а целые абзацы страниц! Такой тренинг – результат многолетних разработок ученого состава Санкт-петербургского института мозга им. Бехтерева.

Кстати, занятия скорочтением прошли серьезную адаптацию и у нас, в Латвии. Сегодня каждый может освоить этот уникальный навык в Школе быстрого запоминания LANDO. Честно говоря, это серьезная мозговая атака! Спустя несколько часов, сознание и отношение к учебе меняется кардинально. Занятия длятся всего шесть дней, а результатом участники могут наслаждаться почти сразу. Когда на смену неуверенности и медлительности приходит нереальная, на первый взгляд, скорость, жажда познания и уверенность в собственном успехе – возникает сладостное, неповторимое чувство «Я могу!».

Главное отличие преподавания Школы LANDO от российской методики, это отработка уникального навыка – не проговаривать прочитанные слова «про себя». Казалось бы, что сжать челюсти и усвоить информацию только глазами – невозможно! Это действительно непросто, но ведь когда мы смотрим фильм, мы не повторяем вслух все сюжеты и кадры, пролетающие мгновенно перед нами на экране? Так же и с чтением. Не нужно повторять информацию голосовыми связками, чтобы она дошла до мозга и осела там. Ему достаточно просто зрительно зафиксировать материал.

Кстати, о пользе скорочтения. За короткий период времени, скорость чтения утраивается, а значит, подсказывает и скорость восприятия. Кроме того, это возможность научиться моментально «схватывать» суть материала, бросив короткий взгляд на страницу текста. Согласитесь, что такое умение, даст возможность без затраты сил узнать много нового, «перелопатить» груды книг и сэкономить самое ценное – ваше время.

Но самое главное, вы приобретаете привычку ясно и быстро выделять главное, абстрагироваться от лишних деталей, сохраняя полную концентрацию. Такое умение – действительно уникально. Ведь оно открывает перед нами двери в мир, полный свободы, действия, знаний и успеха. Все-таки, нельзя лишать себя прекрасного шанса стать хозяином положения и получать удовольствие и интеллектуальное развитие от чтения больших объемов литературы. И неважно, кто вы – бизнесмен, юрист или студент, ведь каждый день приходится сталкиваться с новой

информацией, изучать новые сведения, данные, факты. И в этом случае, очень важно, чтобы абсолютно каждая единица информации прочитывалась быстро и внимательно. А позволить читать медленно, вы, увы, позволить себе не можете, просто потому, что у вас нет на это столько свободного времени (аврал, сессия, командировка, семинар).

*www.lando.lv*

Между прочим, наше медленное чтение, само по себе, результат многолетнего, скрупулезного изучения информации. Мы вчитываемся в каждое слово, «притормаживаем» на знаках препинания и так далее. Вот и выходит, что требуется час, чтобы прочитать статейку в журнале и больше месяца, чтобы осилить какой-нибудь романчик. Сначала вы не обращаете внимания на такие «мелочи», потом, вас это начинает, мягко говоря, раздражать. И недаром. Обидно, что за свое свободное время (его, как правило, очень мало), осваивается, ровным счетом, минимум нового материала. А ведь за это время можно прочитать несколько томов серьезной литературы.

Сейчас очень важно осознать, что условия нашей жизни, профессиональная необходимость просто вынуждают нас поглощать гораздо большее количество литературы за крошечные промежутки времени. В противном случае, просто будет чувствоваться дискомфорт от того, что вы элементарно не успеваете за тем ритмом жизни и приходящей информацией, которые вас окружают. И чем быстрее мы поймем это, тем быстрее мы будем достигать больших высот в личной жизни, работе, учебе.

И недаром, еще великий Сальвадор Дали отметил, что тот, кто бездарно может потратить час времени, еще не осознал ценность жизни. И мы с вами, обладаем чудесной возможностью, вливаться в новый мир информационных технологий, гармонично развиваться, достигать поставленных целей и экономить свое бесценное время. Ведь это единственное, что нельзя купить.

*www.lando.lv*