

読書法アドバンス (シントピカル読書)

1 ゴール設定

★ 読む目的を決める

2 目的に関連する本を4冊準備する

3 読書法スタンダードをする — 36分 —

A本→B本→C本→D本

全体像の把握 — 4分 —

- ★ タイトル
- ★ まえがき
- ★ あとがき
- ★ 著者プロフィール
- ★ 目次

本の下見 — 5分 —

- ★ ノー・ナッシング・ステートの状態を作りましょう。
- ★ 本の下見『前』の無意識へのオーダーをしましょう。
- ★ 周辺視野を使って本の下見(ペラペラ)をしましょう。
- ★ 本の下見『後』の無意識へのオーダーをしましょう。

例:『設定したゴール』のために、この本の情報が必要

例:この本のすべての情報は右脳(潜在意識)に記憶される・利用できる

例:この本の情報の処理をすべて無意識にまかせる

例:この本の情報は必要なときにいつでも利用できる

1冊合計9分×4冊

4 情報の脳内発酵 — 5分〜24時間 —

★ コーヒーブレイクしましょう。 ブレイク中にシードメモの準備

5 読書メモの準備をする

- ① 目的 を書き込む
- ② タイトル
- ③ 著者名 を書き込む

6 アウトプット — 80分 —

20分(5分×4冊)

④ 自分の目的に関連した一節を書き込む(1〜2個)

A本
B本
C本
D本

10分(任意)

⑤ 質問を4つ作る(1冊に1つの質問×4冊)

A本の四角の空間に質問を書き込む
B本の四角の空間に質問を書き込む
C本の四角の空間に質問を書き込む
D本の四角の空間に質問を書き込む

40分(10分×4冊)

⑥ 質問の答えを探す

10分 質問1(A本) A本→B本→C本→D本
10分 質問2(B本) B本→C本→D本→A本
10分 質問3(C本) C本→D本→A本→B本
10分 質問4(D本) D本→A本→B本→C本

10分(任意)

⑦ 空いたスペースに自分の見解を書き込む

7 自分の目的に活用する

シェアリング
アウトプット