

Learn how to speed read: best speed reading techniques

- 1 Is your bookshelf full of books that you've never read because you don't have the time?
- 2 I'm going to show you how to speed read.
- 3 Read all those books on your bookshelf faster than you ever thought possible.
- 4 Check this out!
- 5 The average person reads two hundred to two hundred and fifty words per minute.
- 6 There's no reason that you shouldn't be able to double, triple or even quadruple that with these very simple steps.
- 7 The first key to reading faster is, number one, when you get the book, read the table of contents, read the review, read the chapter summaries.
- 8 These are often the most important things that the author wants you to get from their text, so, by reading these, your brain will be aware and looking for them as you read.
- 9 Next, don't subvocalize.
- 10 In other words, whenever you read, don't say the words to yourself.
- 11 Don't read to yourself.
- 12 Even if you're saying them very softly to yourself, the act of saying them is going to slow your reading speed down.
- 13 Do not subvocalize the word.
- 14 Some people would even chew gum to keep themselves from saying the words as they read, because there's no other way that they can fight that.
- 15 Studies also show that, if you listen to music, especially classical music, when you read, it's going to improve your reading speed.
- 16 I don't know why this is: maybe because classical music relaxes your brain.
- 17 But whatever the reason is, listening to music while you read—it has been shown to speed up your reading speed, so get some Mozart or Beethoven and read faster.
- 18 This next step of forcing your eye to move across the page by using your finger or a pen is the most important part of speed reading.

Aprenda a leer rápido: las mejores técnicas de lectura rápida

- 1 ¿Tiene el estante lleno de libros que nunca ha leído porque no tiene tiempo?
- 2 Le voy a mostrar cómo puede leer rápido.
- 3 Lea todos esos libros de su estante más deprisa de lo que jamás pensó posible.
- 4 ¡Mire esto!
- 5 Una persona normal lee de 200 a 250 palabras por minuto.
- 6 No hay ninguna razón para que usted no pueda doblar, triplicar o incluso cuadruplicar eso con estos pasos muy simples.
- 7 La primera clave para leer más deprisa es, número uno, cuando tenga el libro, lea el índice general, lea la reseña, lea los resúmenes de los capítulos.
- 8 Estas suelen ser las cosas más importantes que el autor quiere que usted saque de su texto, así que, leyéndolas, su cerebro será consciente [de ellas] y las estará buscando según vaya usted leyendo.
- 9 Siguiente, no subvocalice.
- 10 En otras palabras, cada vez que lea, no se diga las palabras a sí mismo.
- 11 No se lea a sí mismo.
- 12 Incluso si se las está diciendo a sí mismo muy bajito, el hecho de decirlas va a ralentizar su velocidad de lectura.
- 13 No subvocalice la palabra.
- 14 Algunas personas incluso mascan chicle para evitar decir las palabras mientras leen, porque no tienen otra forma de luchar contra eso.
- 15 También [hay] estudios [que] muestran que, si se escucha música, especialmente música clásica, al leer, va a mejorar la velocidad de lectura.
- 16 No sé por qué es esto: quizá porque la música clásica relaje el cerebro.
- 17 Pero, sea cual sea la razón, escuchar música mientras se lee se ha demostrado que acelera la velocidad de lectura, así que coja algo de Mozart o Beethoven y lea más deprisa.
- 18 Este siguiente paso de obligar al ojo a recorrer [horizontalmente] la página usando el dedo o un bolígrafo es la parte más importante de la lectura rápida.

- 19** Whenever you see a sentence, and the sentence says, “The boy ran to the store,”
- 20** most people will read that sentence this way:
- 21** “The—The boy—The boy ran—The boy ran to—The boy ran to the—The boy ran to the store.”
- 22** In other words, it’s called *visual regression*.
- 23** What your eye is doing is this going back and it’s reading all the words that you’ve read before.
- 24** And it’s doing it so fast that you don’t even realize that you’re doing it.
- 25** And that is the biggest thing that slows you down when reading.
- 26** It’s the visual regression: your eye bouncing all over the page.
- 27** So, instead, whenever you read, take your finger or take a pen or a pencil or a marker or highlighter, and read with that.
- 28** And force your finger or force that pen across the page.
- 29** That forcing your—the pen or your finger across the page—
- 30** and then force your eye to follow your finger—
- 31** that alone should double your reading speed, because your eye’s not bouncing all around.
- 32** The next key to speed reading is learning to see groups of words.
- 33** For example, if you see the three words *Statue of Liberty*, you’ve seen it so many times and you know it goes together, your eye is trained to see that phrase as a group: *Statue of Liberty*.
- 34** You’re not reading *Statue – of – Liberty* as individual words.
- 35** If you can learn to do that and learn to see in groups of words as you read, it is going to speed up your reading speed.
- 36** The next step to speed reading is to read the first sentence of each paragraph, and read the last sentence of each paragraph, but kind of zoom through the middle.
- 37** And here’s why:
- 38** The first sentence of each paragraph often tells you what it’s going to be about, and then the last sentence of each paragraph sums it up.
- 39** And if you read those two and then just kind of zoom through the middle, you will probably get the gist of that paragraph.
- 40** And the final step to speed reading is go faster than you think is possible.

- 19** Cada vez que se vea una oración, y la oración diga: «El niño corrió hacia la tienda»,
- 20** la mayoría de las personas leerán esa oración así:
- 21** «El... El niño... El niño corrió... El niño corrió hacia... El niño corrió hacia la... El niño corrió hacia la tienda».
- 22** En otras palabras, se llama *regresión visual*.
- 23** Lo que está haciendo el ojo es volver y leer todas las palabras que ha leído antes.
- 24** Y lo está haciendo tan rápido que uno no se da cuenta de que lo está haciendo.
- 25** Y ese es el principal factor que lo ralentiza a uno al leer.
- 26** Es la regresión visual: el ojo saltando por toda la página.
- 27** Así que, en vez de eso, cada vez que lea, use el dedo o use un bolígrafo o un lápiz o un rotulador o un rotulador fluorescente, y lea con eso.
- 28** Y obligue al dedo o al bolígrafo a recorrer [horizontalmente] la página.
- 29** Al obligar así al bolígrafo o el dedo a recorrer [horizontalmente] la página...
- 30** y luego obligar al ojo a seguir al dedo,
- 31** eso solo debería doblarle la velocidad de lectura, porque el ojo no está saltando por todas partes.
- 32** La siguiente clave para la lectura rápida es aprender a ver grupos de palabras.
- 33** Por ejemplo, si uno ve las cuatro palabras *Estatua de la Libertad*, las ha visto tantas veces y sabe que van juntas, [que] el ojo está entrenado para ver esa frase como un grupo: *Estatua de la Libertad*.
- 34** Uno no va a leer *Estatua – de – la – Libertad* como palabras individuales.
- 35** Si se puede aprender a hacer eso y se aprende a ver en grupos de palabras según se va leyendo, va a acelerar la velocidad de lectura.
- 36** El siguiente paso para la lectura rápida es leer la primera oración de cada párrafo, y leer la última oración de cada párrafo, pero pasar como zumbando por el centro.
- 37** He aquí la razón:
- 38** La primera oración de cada párrafo suele decirnos de qué va a tratar, y luego la última oración de cada párrafo lo resume.
- 39** Y si uno lee esas dos y luego pasa como zumbando por el centro, probablemente captará lo esencial de ese párrafo.
- 40** Y el último paso hacia la lectura rápida es ir más deprisa de lo que uno cree que es posible.

- 41 When you're using your finger or that marker and you're pushing your eye across the page and forcing your eye to follow your finger, go faster than you think is possible.
- 42 You will be amazed at how much you can remember and retain and the speeds that you can go at.
- 43 But the important thing is to push yourself and go faster than you think is possible.
- 44 And you will be reading faster than you ever thought before.
- 45 One of the biggest things in speed reading is you need to know how fast you're currently reading so you can gauge your progress.
- 46 Click the link right here and I'll show you how to calculate your reading speed.
- 47 Or you can click the link down below in the description.
- 48 Now go on guys, go ahead and click that link.
- 49 It's absolutely free.
- 50 You need to find out how fast you're currently reading.
- 51 I'll see on the next page!
- 52 Okay. Hey guys, I hope that you enjoyed that and learned something.
- 53 We got tons more: videos on speed reading, the memory training, how to think faster...
- 54 Go ahead and subscribe right here so you'll be the first to get those videos and check out our other videos as well.

- 41 Cuando esté usando el dedo o ese rotulador y esté obligando al ojo a recorrer [horizontalmente] la página y forzando al ojo a seguir al dedo, vaya más deprisa de lo que usted crea que es posible.
- 42 Se asombrará de lo mucho que puede recordar y retener y de las velocidades a las que puede ir.
- 43 Pero lo importante es obligarse a ir más deprisa de lo que usted crea que es posible.
- 44 Y estará leyendo más deprisa de lo que jamás pensó antes.
- 45 Uno de los elementos más importantes en la lectura rápida es que uno necesita saber a qué velocidad está leyendo actualmente para que pueda medir su progreso.
- 46 Pulsen el enlace aquí mismo y les mostraré cómo calcular su velocidad de lectura.
- 47 O pueden pulsar en el enlace de abajo en la descripción.
- 48 Venga, vamos, adelante, pulsen ese enlace.
- 49 Es totalmente gratis.
- 50 Necesitan averiguar a qué velocidad están leyendo actualmente.
- 51 ¡Hasta la próxima página!
- 52 Vale. Oigan, espero que les haya gustado y hayan aprendido algo.
- 53 Tenemos muchísimo más: vídeos sobre lectura rápida, entrenamiento de la memoria, cómo pensar más deprisa...
- 54 Anímense y suscríbanse aquí mismo para ser los primeros en recibir esos vídeos y ver nuestros otros vídeos también.