

УДК 37.03:159.953.5

ББК 88.4:78.073.5

П14

# **Палагин, Павел**

П14 Скоротчение на практике. Как читать быстро и хорошо запоминать прочитанное / Павел Палагин. — М. : Манн, Иванов и Фербер, 2015. — 288 с.

ISBN 978-5-00057-229-0

Эта книга — тренажер, позволяющий каждому освоить скоротчение с помощью комплексной методики с запоминанием и хорошей концентрации при чтении. Скорости в современном мире очень возросли, и эта книга — попытка автора уравнивать быстроту изменения мира и скорость вашего мышления для познания нововведений в нашем мире.

Вы последовательно узнаете, в каких сферах скоротчение пригодится вам больше всего, узнаете об основных ошибках, которые совершает большинство людей при чтении, пройдете тест на предрасположенность к скоротчению и начнете его системно осваивать.

Книга основана на проверенных техниках и методах, которые используются автором на занятиях и курсах по скоротчению с 2009 года.

УДК 37.03:159.953.5

ББК 88.4:78.073.5

Все права защищены.  
Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.  
Правовую поддержку издательства обеспечивает юридическая фирма «Вегас-Лекс»

**VEGAS LEX**

ISBN 978-5-00057-229-0

© Палагин П., 2015

© Перевод на русский язык, издание на русском языке, оформление. ООО «Манн, Иванов и Фербер», 2015

# Оглавление

## Часть I. Проблемы чтения

Глава 1. Как мы читаем .....	11
Глава 2. Аудит вашей скорости чтения .....	21

## Часть II. Закладываем фундамент качественного чтения

Глава 3. Основы методики «Путеводная звезда скорочтения» .....	41
Глава 4. Запоминание информации .....	51
Глава 5. Просмотр текста перед чтением .....	67
Глава 6. Цель .....	95
Глава 7. Внимание .....	111

## Часть III. Увеличение скорости чтения

Глава 8. Психологические ловушки и ускорители в развитии скорочтения .....	129
Глава 9. Чтение на скорости II: фразовые фиксации .....	153
Глава 10. Чтение на скорости III: по диагонали .....	175
Глава 11. Чтение на скоростях IV (вертикальное) и V (фоточтение) .....	197

## **Часть IV. Применение скорочтения в жизни**

Глава 12. Личная эффективность при чтении ..... 225

Глава 13. Быстрый рост и достижение ваших целей ..... 247

Благодарности ..... 277

Об авторе..... 279