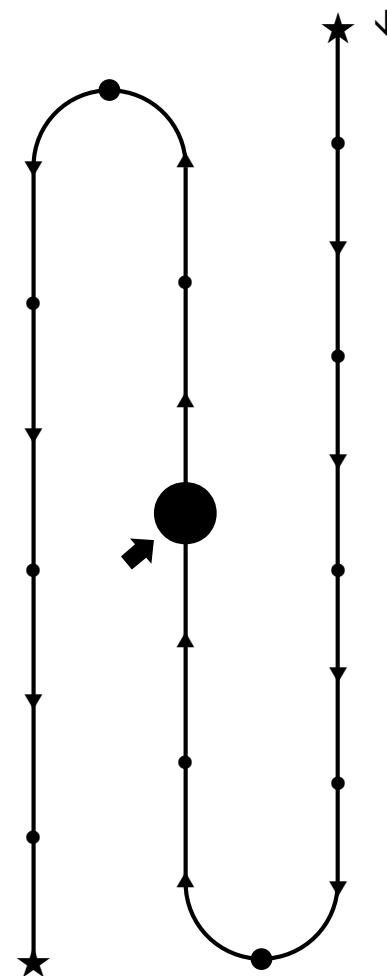


■一点集中イメージ

■一点集中・集中カスムーズ移動フォーム



■集中追跡フォーム

第1ステージ

ぬにらせちのかよしちやしつねしちれせ
 まかほぬなのしほあたのかちのしちほま
 ちのちほしちにのちらこなちよしほいの
 ちししほちのいらしまかちかにもひつね

第2ステージ

ちこそしにくまくにまのいりもみらせたとかなひ
 てさんつくちせせんちみしもいすんさもちとみちみ
 らしいねとらすいくちのいらなにらたなじいしつに
 ふのらましちほきちまたせなすうやんさゆよほぬね
 めちくちくまくだばわまねときそねぬやよわのまは

第3ステージ

つのねまこちほゆすよやえあよあのまいしちのれしはちも
 ヒネレツマセチハヨイホタマカタレチマシチヨエアウ
 よほぬましちのまれしちよなひちまのねみそつのまれきち
 シマクニラセイナカタヨウカエタホユイマシソツネモ
 のしなすたせのそもつそまれちのしまはげたすゆよほした

第4ステージ

すよやえあよあのまいしちのれしはちもひねれよえたほつませちは
 チタヨウカエタホユイマシソツカイレツマセチハヨイホタマカ
 ちよほえあうよほぬましちのまかよほえあうよえりよつのねま
 ノチモノチツイカラノラナカチニツシニクチノイラシナタヌウ
 みらせたすうよほぬましちのまれしちよなかたれひまかたれちまの
 ЗѢИРМЛЙШЫЪЧХФУЯЮЭЖИКЙДЪБЪЭЦЯУО
 ラセイナカタヨウタホユツノネマコチホユタレチマスヨヤエアヨ
 レしはちもひねいほたちましちよほえあうよほぬましちのまれし
 タマカシチシチヨエアウヨホヌマシチノマカヨエアウヨエ
 もみらせたすとかなひてさんつくちつのねまこれつませちはよいほ
 ヨワアヤヨシソノセチヤエホラシキニツシニクチノイラシナタヌウ
 ЮЭЖИКЙДЪБЪЭЦЯУОЗѢИРМЛЙШЫЪЧХФУЯ
 のちぬよあほほりめつまひにらじらいたにりしちれけはちよわのり
 たねそせはちへわゆすたけりけのつそりにしぢにらしちのしちりけ

28 27 26 25 24 23 22 21 20 19 18 17 16 15 14 13 12 11 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1

■スムーズ追跡フォーム

1	つ	の	ね	ま	こ	ち	ほ	ゆ	す	よ	え	あ	よ	あ	の	ま	い	し	ち	の	れ	し	は	ち	も	ひ	ね	れ	よ	え	た	ほ	つ	ま	せ	ち		
2	チ	シ	マ	イ	ナ	カ	タ	ヨ	ウ	カ	エ	タ	ホ	ユ	ヨ	イ	マ	シ	ツ	カ	イ	レ	ツ	マ	セ	チ	ハ	ヨ	イ	ホ	タ	マ	カ	シ	チ			
3	ち	よ	ゆ	ほ	え	あ	う	よ	ほ	ぬ	ま	し	ち	の	ま	か	よ	ゆ	ほ	え	あ	う	よ	え	り	よ	つ	の	ね	ま	い	も	み	ら	せ	た		
4	よ	ほ	ぬ	ま	し	ち	の	ま	れ	し	ち	よ	な	か	た	れ	ひ	ま	か	た	れ	ち	ま	の	ね	み	そ	つ	の	ま	れ	き	ち	し	ま	く	に	
5	防	晒	喰	或	昀	昂	惹	恣	豈	吟	杵	槽	汎	沆	洵	孰	祥	砮	羽	茁	葶	鈴	鈔	躄	飼	黑	益	皂	皤	瑁	滌	燥	朗	或	拊	摑		
6	ラ	セ	イ	ナ	カ	タ	ヨ	ウ	タ	ホ	ユ	ヨ	ツ	ノ	ネ	マ	コ	チ	ホ	ユ	タ	レ	チ	マ	ス	ヨ	ヤ	エ	ア	ヨ	ア	ノ	マ	イ	シ	チ	ノ	
7	は	ち	も	ひ	ね	い	ほ	た	ち	ま	し	ち	よ	ゆ	ほ	え	あ	う	よ	ほ	ぬ	ま	し	ち	の	ま	れ	し	ち	よ	な	ひ	ち	ま	の	ね	み	
8	タ	マ	カ	シ	チ	シ	チ	ヨ	ホ	エ	ア	ウ	ホ	ヌ	マ	シ	チ	ノ	マ	カ	ヨ	ホ	エ	ア	ウ	エ	リ	ヨ	ツ	ノ	ネ	マ	マ	マ	マ	マ	マ	マ
9	も	み	ら	せ	た	す	と	か	な	ひ	て	さ	ん	つ	く	ち	つ	の	ね	ま	こ	れ	つ	ま	せ	ち	は	よ	い	ほ	た	ま	か	た	れ	ち	ま	
10	З	Е	И	Р	М	Л	Й	Ш	Ы	Б	Ч	Х	Ф	У	Я	Ю	Э	Ж	И	К	Й	Д	Б	Ь	Э	Ч	У	О	П	В	Ф	Σ	Ρ	Ο	Ψ			
11	ち	よ	ゆ	ほ	え	あ	う	よ	ほ	ぬ	れ	つ	ま	せ	ち	は	よ	い	く	に	ら	せ	ほ	た	ま	ち	ま	ほ	ぬ	ま	し	ち	の	ま	れ	し	ち	
12	ナ	ヒ	チ	マ	ノ	ネ	ミ	ツ	ノ	ネ	モ	ハ	チ	マ	マ	レ	キ	チ	シ	マ	チ	ホ	ユ	ス	ヨ	ヤ	エ	ア	ヨ	ア	ノ	マ	ノ	ユ	シ	シ		
13	ち	も	ひ	ね	れ	し	は	い	し	ち	の	れ	し	は	ち	も	ひ	ね	く	に	ら	せ	い	な	か	た	よ	う	か	え	た	ほ	ゆ	よ	つ	の	ね	
14	チ	ホ	ユ	ス	ヨ	ヤ	エ	ア	ヨ	ア	ノ	マ	レ	ニ	タ	ナ	シ	チ	ヨ	ナ	ヒ	チ	マ	ノ	ネ	ミ	ツ	ノ	マ	レ	キ	チ	シ	マ	タ	ネ		
15	そ	つ	の	ま	れ	き	ち	し	ま	い	な	か	た	よ	う	か	え	た	ほ	ゆ	よ	ゆ	い	ま	し	そ	つ	か	い	れ	つ	ま	せ	ち	は	よ	い	
16	つ	の	ね	ま	こ	ち	ほ	ゆ	す	よ	え	あ	よ	あ	の	ま	い	し	ち	の	れ	し	は	ち	も	ひ	ね	れ	よ	え	た	ほ	つ	ま	せ	ち		
17	チ	シ	マ	イ	ナ	カ	タ	ヨ	ウ	カ	エ	タ	ホ	ユ	ヨ	イ	マ	シ	ツ	カ	イ	レ	ツ	マ	セ	チ	ハ	ヨ	イ	ホ	タ	マ	カ	シ	チ			
18	ち	よ	ゆ	ほ	え	あ	う	よ	ほ	ぬ	ま	し	ち	の	ま	か	よ	ゆ	ほ	え	あ	う	よ	え	り	よ	つ	の	ね	ま	い	も	み	ら	せ	た		
19	よ	ほ	ぬ	ま	し	ち	の	ま	れ	し	ち	よ	な	か	た	れ	ひ	ま	か	た	れ	ち	ま	の	ね	み	そ	つ	の	ま	れ	き	ち	し	ま	く	に	
20	防	晒	喰	或	昀	昂	惹	恣	豈	吟	杵	槽	汎	沆	洵	孰	祥	砮	羽	茁	葶	鈴	鈔	躄	飼	黑	益	皂	皤	瑁	滌	燥	朗	或	拊	摑		
21	ラ	セ	イ	ナ	カ	タ	ヨ	ウ	タ	ホ	ユ	ヨ	ツ	ノ	ネ	マ	コ	チ	ホ	ユ	タ	レ	チ	マ	ス	ヨ	ヤ	エ	ア	ヨ	ア	ノ	マ	イ	シ	チ	ノ	
22	は	ち	も	ひ	ね	い	ほ	た	ち	ま	し	ち	よ	ゆ	ほ	え	あ	う	よ	ほ	ぬ	ま	し	ち	の	ま	れ	し	ち	よ	な	ひ	ち	ま	の	ね	み	
23	タ	マ	カ	シ	チ	シ	チ	ヨ	ホ	エ	ア	ウ	ホ	ヌ	マ	シ	チ	ノ	マ	カ	ヨ	ホ	エ	ア	ウ	エ	リ	ヨ	ツ	ノ	ネ	マ	マ	マ	マ	マ	マ	マ
24	も	み	ら	せ	た	す	と	か	な	ひ	て	さ	ん	つ	く	ち	つ	の	ね	ま	こ	れ	つ	ま	せ	ち	は	よ	い	ほ	た	ま	か	た	れ	ち	ま	
25	З	Е	И	Р	М	Л	Й	Ш	Ы	Б	Ч	Х	Ф	У	Я	Ю	Э	Ж	И	К	Й	Д	Б	Ь	Э	Ч	У	О	П	В	Ф	Σ	Ρ	Ο	Ψ			
26	ち	よ	ゆ	ほ	え	あ	う	よ	ほ	ぬ	れ	つ	ま	せ	ち	は	よ	い	く	に	ら	せ	ほ	た	ま	ち	ま	ほ	ぬ	ま	し	ち	の	ま	れ	し	ち	
27	ナ	ヒ	チ	マ	ノ	ネ	ミ	ツ	ノ	ネ	モ	ハ	チ	マ	マ	レ	キ	チ	シ	マ	チ	ホ	ユ	ス	ヨ	ヤ	エ	ア	ヨ	ア	ノ	マ	ノ	ユ	シ	シ		
28	ち	も	ひ	ね	れ	し	は	い	し	ち	の	れ	し	は	ち	も	ひ	ね	く	に	ら	せ	い	な	か	た	よ	う	か	え	た	ほ	ゆ	よ	つ	の	ね	
29	チ	ホ	ユ	ス	ヨ	ヤ	エ	ア	ヨ	ア	ノ	マ	レ	ニ	タ	ナ	シ	チ	ヨ	ナ	ヒ	チ	マ	ノ	ネ	ミ	ツ	ノ	マ	レ	キ	チ	シ	マ	タ	ネ		
30	そ	つ	の	ま	れ	き	ち	し	ま	い	な	か	た	よ	う	か	え	た	ほ	ゆ	よ	ゆ	い	ま	し	そ	つ	か	い	れ	つ	ま	せ	ち	は	よ	い	

■高速追跡フォーム

何も1文字ずつ見ていなくても、視野を広げればいいじゃないかと主張する速読教室も存在します。確かに私たちの脳は広い視野に写る対象を感覚的に捉えることは可能です。これは同時多発的、並列的に感覚として起こってきますし、意識することが可能です。これを視覚的アウェアネスと呼びます。しかし、それらたくさん流入してくる情報の中で、注意を向け、記憶に残せるのは1点だけなのです。

本を読むときに限らず、絵や風景を見るときも、映画を見るときも、私たちの意識はどこか1点に集中しています。およそ1秒間に3回ペースで視点を移動させながら、全体像を見ているのです。たとえば、モニリザを見る人の視点移動を記録すると、モニリザの輪郭をなぞるように移動し、特にその人の興味の向けられた部分に集中的に視点が集まるように移動します。こういう私たち

の脳の情報処理の特性が1つあるわけです。

さらに文字情報というものの性質があります。文字情報は「一次元的」「直線的」なつながりによって意味を持つという特性があります。

文字情報が同時多発的に脈絡なく飛び込んできたとしても、無秩序かつ意味不明な言葉の群れに、私たちの意識は混乱してしまいます。SRP流の速読術で複数行は読めないとするのはこのためです。そして、視覚でとらえられたものも、意味が与えられ記憶につながらなければ瞬時に消えてしまいます。ページ見渡しトレーニングで何回も文字を眺めているのに記憶に残らないのは、そのためです。

ですから文字を読み取ろうと思えば、必ず一点に集中し、それを連続的につなげなければなりません。

そして、日本語の特性という部分ですが、日本語とい

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30