

Flash Libros de Euge Oller. Lector Inteligente.

Resumen de los cursos de Super Lector y Lector Inteligente.

Capítulo 1:

Lección de lectura "Súper Lector"

- ¿Por qué leer? Para no caer en los errores del pasado.
- Crear hábito poco a poco. Se puede empezar con 5 min al día.
- Leer cosas que se pueda aplicar en mi vida.
- Los libros son amigos, platicas diario con el experto en el tema.
- Apuntar las barreras mentales: "Leo lento", "no me gusta leer", "me desconcentro" en una hoja.
- Auto diagnosticar esas barreras mentales de vez en cuando y compararse.

Tips

- NO leer cada palabra
- NO leer en "voz" alta cada palabra.
- NO hace falta entender todo.
- NO es necesario acordarse de todo.
- NO leer por cantidad, leer por calidad, ir al grano, "pepitas de oro".
- NO hay problema si lees en diagonal, forma rápida.
- NO importa si escribes en los libros.
- NO leer por leer. Coste de oportunidad es de suma importancia, hay que seleccionar lo que leemos.
- NO leer lento, te permite distraerte.

Extra Tip

- Señalar donde vas leyendo no es malo, al contrario, puede ayudar a no perder la línea.

Motivación

- ¿Por qué lo estoy leyendo? Si no hay razón buena, omitir el libro.
- ¿Para qué necesito esta información? Pensar en esto para no empezar a desilusionarse

Entorno

- Cuidar donde leer.
- Distracciones de otras personas
- Teléfono
- Música que no ayude a la concentración
- Olvidar la tele
- Evitar lugares cómodos
- No estar preocupados
 - Para evitar esto, agarrar un papel y escribir todo, guardarlo.
- Leer en mal momento

“No tengo tiempo para leer...”

- Medir el tiempo unos cuatro días para ver en que pasamos nuestro tiempo.
- Hay que ser conscientes con nuestro tiempo.

¿Cuándo leer?

- Se recomienda lo más pesado en la mañana, pero se puede durante todo el día.
- Leer en la noche cosas sencillas que relajen.
- Priorizar en nuestra vida lo que más aporte, darle mayor tiempo de calidad.

Ser críticos

- Investigar sobre el autor.
- Sobre a quién va dirigido el libro.
- Aprobado por expertos.
- No por estar escrito en un libro tiene que ser verdad.

¿Cómo tomar apuntes?

- Última página del libro, poner número de página y breve resumen de lo que trata.
- Subrayar en la página lo que te llamó la atención.

Conocer cómo leemos

- Leemos con saltos. Palabra por palabra. Lento. Entre otras cosas.

Hay que tratar de reducir los saltos. Leer todo un espectacular de un solo vistazo.

Leer con velocidad media.

Marcadores

- No es malo poner el dedo en los renglones, esto ayuda a forzar la velocidad de lectura.

Regresiones

- Regresar a leer es malo y debe evitarse
- Usar algo para tapar la información de arriba.

Técnicas para leer mejor

Palabras clave

- Intentar leer evitando las palabras pequeñas (a, de, los, la...)

Esa maldita voz...

- No se puede callar, es la realidad, pero tratar que sea menor.
- Trata de imaginar una película con lo que lees.

Leer entre líneas

- Leer en vez de fijar la vista en las palabras, tratar de leer en el espacio en blanco entre los renglones.
- Elimina las paradas entre palabra y palabra

Unidades de palabras

- Tratar de leer conceptos o ideas y reducir los mini conceptos.
- Leer de 2 a 4 palabras

No se puede leer con la técnica **palabras clave** y esta técnica

Técnica de Ultra Rapidez

- Leer cosas de menor interés súper rápido
 - No importa si se entiende 10%, el chiste es agarrar práctica de velocidad para cuando baje la velocidad el entendimiento sea superior al de antes y leas más rápido entendiendo aún más.
- Más vocabulario = más velocidad.
 - Tener libreta donde apuntes palabras que no entendiste.
- No interrumpir la lectura
 - Dejar para después eso que no entendiste. Es muy probable que el contexto de la frase te explique después lo que no captó tu mente.

El secreto de Tim Ferris (Autor de libros)

- Al cambiar la página, empezar leyendo por la segunda o tercera palabra. Y antes de cambiar la página, leer hasta la penúltima palabra. Esto es posible por la capacidad visual que tenemos.

Planteamiento 1:

El ojo ve más a lo ancho. Si empezamos en la orilla desperdiciamos nuestra visión, ejemplo:

Espacio desperdiciado

Empezar de aquí

Espacio no desperdiciado

Leer agresivamente

- Leer activamente, forzar al principio. Aplicar consejos anteriores.

Doble de velocidad al instante

- AudioLibro y Libro en físico, avanzar x2. Ayuda a la concentración.

¿Cómo retener más información?

- Tener un sentido para leer ese libro que tienes en la mano.
- Poner tu situación en lo que vayas leyendo.
- Interesarte por la lectura que harás.

Segundo impacto de Ryan Holidays (Autor de libros)

- Volver por segunda vez por esas "pepitas de oro".
- O a los resúmenes que hayas hecho.

Kaizen del conocimiento

- Buscar siempre la mejora constante en las herramientas que hoy en día tenemos.
 - Cursos online
 - Libros e-books

Capítulo 2:

Lector inteligente

- El conocimiento no ocupa lugar en el cerebro.
- Seguir dando acceso a información relevante.
- Hábito de la lectura.
- Estrategias para recalcar y acabar acordándose e integrando en la vida lo que acaba de leer.
- Saber escoger libros adecuados

Los hábitos Lectores

1. Inercia

Cuanto más haces una cosa más fácil va a hacer hacerlo.

Si no tienes hábito de leer, no hay que forzarte, leer de poco en poco. Empezar con 5 min por unos días. Ir aumentando tus tiempos.

2. Integrar

Encontrar tu mejor hora para leer.

3. Cambiar tu entorno

Poner en lugares estratégicos tus libros para que estén a la mano.

El sesgo de disponibilidad, cuando las cosas se encuentran más cercanas las acabas usando más.

Cambiar de sitio, si hay muchas distracciones, ir a otro lado.

4. Regala libros

Rodéate de gente que lee para leer más.

¿Qué hacer con el libro?

1.- Darle un objetivo

Cuando alguien pone objetivos, se libera dopamina y te motivas.

2.- Estudiar al autor y leer un resumen.

Ayuda a la credibilidad y eso motiva a leer el libro.

3.- Contenido

Ver en el índice lo interesante.

4.- Tiempo

Saber aprovechar tu tiempo de lectura. Si en el índice encontraste 5 de 10 capítulos interesantes, lee solo esos 5, **no importa no leer libros completos.**

5.- "Pepita de oro"

Sacar al menos una para que la trabajes en el día.

6.- Bolígrafo o lápiz

Subraya, circula, dibuja, escribe al final del libro y complementa con tus palabras esa pepita de oro que encontraste, con ideas tuyas.

7.- Costo hundido

Cuanto más inviertes en algo más cuesta dejarlo, leer la parte que más te interese para al menos invertir algo en ese libro.

8.- "*Fear of missing out*"

Miedo de no leer el libro completo.

Lo importante es lo que te va a servir.

Selección de libros

Hay 4 áreas de nuestra vida que hay que alimentar

- Riqueza
- Salud
- Relaciones
- Felicidad

Buscar libros que ayuden a potenciar estas cuatro áreas.

Buscar en autores o personas que admires, sus libros favoritos.

Velocidad

Es mucho más importante la continuidad.

Leer en esos momentos que tengas muertos.

1.- Velocidad **Lenta**

Concepto de interés y suma importancia.

2.- Velocidad **Media**

Tranquilo, sin prisa, la velocidad normal que utilizamos.

3.- Velocidad **Rápida**

Temas de curiosidad que ya conocemos, pero puede que encontremos una pepita de oro.

Leer por trozos

| Hola, ¿Cómo estás? |

Y no

| Hola | ¿Cómo estás? |

Leer con la parte derecha del cerebro

El lado creativo, imaginar ese trozo de palabras. Evitar que el lado izquierdo reciba esa información.

No frustrarse

Lo mejor son los hábitos, con eso, todo será más sencillo.

Retención

1.- No es posible retener información atascándote de esta, es mejor tener varias "citas" con esa información.

2.- El tiempo y la situación es clave. No hay que obsesionarse con meter toda la información a la cabeza.

3.- Leer lo que necesites. Aplicar lo leído en tu vida.

4.- Enseñar lo que estás aprendiendo. Tratarás de simplificar lo leído y forzarás a tu cerebro a ver opciones e imaginar escenarios.

5.- Memoria que impacta. Probablemente te acordarás lo que hacías cuando un evento o una noticia de gran magnitud llegó a tus oídos. Imagina roles sobre el concepto para replicar ese impacto.

A handwritten signature in black ink that reads "Jorge López". The script is fluid and cursive, with the first letter of each name being capitalized and prominent.