

SECCIÓN INFORMATIVA

Curso sobre lectura rápida, una tecnología de punta al alcance de todos

Ángel Gómez Rodríguez

Cuando se escucha la frase “tecnologías de punta”, lo primero que viene a nuestras mentes es la biotecnología, la genética, la computación, la cosmonáutica, la robotización, las telecomunicaciones, es decir, tecnologías muy costosas que sólo pueden desarrollar los países más ricos y poderosos; en ellas, con frecuencia, no se incluye la lectura rápida.

En un mundo cada vez más globalizado, neoliberal y hegemónico, los países más pobres, los que tienen la urgente necesidad de garantizar un mejor aprovechamiento de su recurso más valioso -el hombre- como factor decisivo para el éxito en la descomunal lucha por la supervivencia y el desarrollo; están urgidos de encontrar soluciones económicas para desarrollar sus propias potencialidades; porque es el hombre, su nivel de información e intelectual, su voluntad y amor a la causa que representa, la piedra angular en cualquier rama del saber.

La lectura rápida, como tecnología de punta, a diferencia de otras, ofrece ventajas cada vez más significativas: bajo costo, posibilidad de introducción rápida, accesibilidad a todos, con independencia de su nivel económico-social. En el caso particular de Cuba, por las características de su desarrollo y las condiciones en que enfrenta su crecimiento, el uso de esta tecnología podría representar un despegue significativo en el nivel de información de nuestros científicos, profesionales, técnicos y personal de dirección, con implicaciones catalizadoras, incluso, para la eliminación de los niveles de estrés negativo y falta de atención a tareas personales ante la escasez de tiempo que generalmente presentan estas categorías ocupacionales.

La avalancha informativa se hace sentir en todos los profesionales, y muy especialmente en el sector de la salud, donde la cantidad de información especializada, hace imposible su consulta en cualquier área, con la misma velocidad de lectura que las que poseían los contemporáneos de Cervantes.

Un lector alcanza como promedio de 200 a 250 palabras por minuto, cuando con un entrenamiento adecuado podría alcanzar hasta las 3 000 ó 3 500 en igual tiempo, es decir, multiplicarse por 5 sin pérdida de la comprensión. En textos ligeros como novelas, periódicos, y otros, podrían alcanzarse cifras astronómicas, que según algunos especialistas llegarían hasta las 10 000 ó 12 000 palabras en un minuto.

Estamos en la obligación de romper el “cuello de botella” que está en nosotros: la capacidad de lectura no desarrollada. La necesidad de recurrir ineludiblemente a las técnicas

de lectura rápida, hecha en forma silente, para sí mismo, nos lleva a cuestionarnos algunos aspectos previos, porque realmente, *¿estamos preparados para asimilar y desarrollar estas nuevas técnicas?*

De muy poco nos valdría construir un edificio moderno si no tiene los cimientos requeridos. De manera análoga, para desarrollar habilidades en la aplicación de esta técnica, es necesario tomar en consideración las características propias de cada participante, evaluar los parámetros iniciales para el entrenamiento e iniciar un trabajo que permita desarrollar sus potencialidades, elevar sus capacidades y el nivel de información, para que esté en condiciones de responder a las problemáticas diarias. Un curso de lectura rápida ofrece oportunidades insospechadas para el desarrollo armonioso e integral del hombre. Se insiste que como parte integrante de él, se deberán solucionar las interrogantes siguientes:

- *¿Cómo se podría leer rápido, si existen deficiencias en la lectura oral?*
- *¿Qué hacer para eliminar el estrés negativo y el estado de ansiedad que impiden pensar y lograr la eficiencia esperada en lo que se hace, y en particular en la lectura?*
- *¿Cómo encontrar el tiempo necesario para hacer algo nuevo, si no alcanza ni para lo que nos golpea constante y urgentemente?*
- *¿Cómo proponerse alcanzar nuevos objetivos, si no está desarrollada la fuerza de voluntad, es muy baja la autoestima, se rechaza todo cambio o la organización personal es inadecuada?*
- *¿Qué puede hacerse para controlar la mente, concentrarse en algo, porque, por ejemplo, cuando se lee, con frecuencia, se tiene que volver a empezar porque se estaba pensando en otra cosa?*
- *¿Para qué leer rápido, si la memoria no está entrenada para recordar volúmenes grandes de información?*

- *¿Qué hacer con toda la información si el pensamiento no es capaz de ser creativo, armonioso y sagaz para tomar las determinaciones adecuadas y oportunas cada vez que se requiera?*

La situación actual de los participantes en cursos de lectura rápida en el país está muy relacionada con todas o la mayoría de estas interrogantes. Partiendo de esta realidad, además de enseñar las técnicas específicas de la lectura rápida, el curso se orienta a elevar el interés por el perfeccionamiento humano.

Para llegar a ser un lector rápido es necesario invertir tiempo en leer los textos o artículos que se orienten y esta oportunidad, que puede calificarse de única, porque se trabaja con temas útiles para llenar “lagunas” propias de la formación social y personal. La enseñanza universalmente, por ejemplo, no está orientada para formar a los futuros padres y garantizar que sus hijos tengan un desarrollo adecuado de las capacidades mentales, físicas, emocionales y espirituales desde la edad temprana. Muchos no saben qué hacer para subir de ese bajísimo 11 % de aprovechamiento del cerebro humano, que pesa como una condena sobre todos los descendientes o cómo atender a una persona accidentada, que puede ser un hijo. Nadie nos ha dicho tampoco que nuestra salud dependerá no sólo de lo que comamos, sino también de cómo y cuándo lo hagamos. No se tiene ideas de cómo podemos curarnos o prevenirnos de las afecciones más comunes sin tener que ingerir productos químicos, que al

eliminar un trastorno pueden generar otros. Nadie nos ha puesto a desarrollar la voluntad, la atención o la memoria. Con frecuencia, se pide que estemos atentos, que aprendamos algo, etc.; pero no se enseña la forma de llegar a obtener esas habilidades o convicciones. Es sobre estos aspectos que se ha centrado la atención al seleccionar los materiales de entrenamiento en el curso elaborado, además de los temas específicos de la especialidad en la que usted se desenvuelve.

El entrenamiento que se pone a su disposición se recoge en el siguiente plan temático:

I. Introducción

Capítulo 1 Generalidades

Capítulo 2 Objetivos y organización del curso

Capítulo 3 Medición de parámetros iniciales

Capítulo 4 Registros y controles estadísticos

Capítulo 5 Ejercicios básicos iniciales

II. La lectura como trabajo creador

Capítulo 6 Antes de leer rápido hay que leer bien.

Capítulo 7 Desarrollo de habilidades en la lectura oral.

III. Técnicas de lectura rápida

Capítulo 8 Ejercicios básicos para la lectura rápida

Capítulo 9 Visión periférica

Capítulo 10 Desarrollo visual y percepción instantánea

Capítulo 11 Búsquedas

Capítulo 12 Lectura concepto por concepto

Capítulo 13 Consolidación de las técnicas de lectura rápida

IV. Círculo de lectores rápidos

Capítulo 14 Bases organizativas y programa de trabajo

La lectura, como proceso del pensamiento humano, fue catalogada por nuestro poeta *Raúl Ferrer*, como “*el gimnasio más poderoso que tiene el hombre*”. Convertirnos en lectores rápidos es hacernos atletas de alto rendimiento.

El curso se propone los siguientes objetivos generales:

- Realizar de forma rápida y eficiente la lectura, así como el análisis de textos científicos y documentos de cualquier tipo.
- Eliminar las dificultades que puedan subsistir en el proceso de lectura oral, así como de los factores que frenan la velocidad de lectura.
- Controlar el estrés negativo que afecta la lectura y otras actividades de la vida laboral, personal o social.
- Contribuir a la organización personal del alumno, en el trabajo, el estudio y su vida familiar, con un énfasis muy especial en el aprovechamiento efectivo del recurso más valioso que todos tenemos: el tiempo.

- Determinar qué tipo de memoria predomina en el alumno y cómo puede desarrollarla, considerando los aspectos teóricos, prácticos y terapéuticos necesarios.
- Desarrollar, mediante ejercicios y técnicas, los demás factores psicológicos vinculados con la lectura rápida (voluntad, atención, pensamiento, etc.).
- Garantizar el mejor aprovechamiento de la visión periférica y una percepción instantánea, mediante el entrenamiento y cuidado de los órganos de la visión.
- Agilizar el proceso mental de entrada y análisis de información, así como identificar las técnicas o procedimientos más eficientes para cada uno, al momento de abordar la lectura de un libro, la prensa o de materiales especializados.
- Entrenar el pensamiento divergente, tanto para el perfeccionamiento del curso como para la búsqueda y solución de problemas laborales, personales o sociales.
- Enseñar cómo ahorrar tiempo en la búsqueda de información dentro de un texto
- Adiestrar en cómo asimilar y fijar las ideas centrales en un mínimo de tiempo.
- Formar un estudiante autodidacta, con un entrenamiento totalmente personalizado, tanto en las técnicas propias de la lectura rápida, como en la superación técnica o profesional
- Desarrollar habilidades complementarias que faciliten el aprendizaje de idiomas.

Agradecimiento

A la compañera Aracelys Gómez Rodríguez por su participación en la elaboración del presente documento.

Recibido: 5 de octubre del 2001. Aprobado: 15 de octubre del 2001.

Lic. Ángel Gómez Rodríguez. Centro Internacional de La Habana. Ave 41 No. 1103 entre 9na y 11, Playa, Ciudad de La Habana. Cuba. Correo electrónico: cih@ceniai.inf.cu