



**フ**ォトリディングは、一九八五年にポール・R・

シーリー氏が考案した。「文書を早く読むために、目を速く動かす」という従来の速読法に限界を感じた経験から、脳がもつ高度な画像処理能力を活用した読書手順であるフォトリディングを生み出したという。

シーリー氏いわく、企画書をつくったり、会議でプレゼンしたりするとき、新たな知識を短時間で吸収しなければならぬが、フォトリディングを使うことにより、「わずかな時間で、莫大な情報を処理でき、自分の考えをまとめられるようになる」という。

発信する——。日本人が苦手とされるスキルが向上するという。フォトリディングは誰にでも習得できるのだろうか。

シーリー氏は「漢字は形自体に興味があるので、日本語はフォトリディングに向いている」と話す。世界二十三国で講座が開かれているが、日本人の習得時間は「ほかの国よりも短い」とのことだ。識字率が高いこともあり、日本人は「大きなアドバンテージ」があるという。

### 米国企業が社員教育としてフォトリディングを採用

世界的な大企業で、フォトリディングは受け入れられている。フォトリディングを最初

に採り入れたのは、米金融大手「アメリカン・エクスプレス（アメックス）」の情報処理部門。シーリー氏によると、膨大な配布資料を事前にフォトリディングすることで、「会議出席者の全員が資料の内容を深く知っており、スムーズな意思決定が可能になった」という。そのほか、米化学素材メーカー大手「3M」や、米化学大手「デュポン」などの世界的大企業がフォトリディングを採用している。メキシコの裁判官らは、フォトリディングの習得を義務づけられているとのことだ。

日本では、これまでに約三万人がフォトリディングのトレーニングを受けている。

## 来日記念インタビュー

# ポール・R・シーリー

フォトリディング開発者

世界23カ国のビジネスマンが愛用するビジネススキル

## 世界の言語で日本語がいちばんフォトリディングに向いています

ビジネスマンに根強い人気のあるビジネススキル「フォトリディング」。フォトリディングとは、写真を撮るように本の情報を脳に送り込む速読術を指す。開発者であるポール・シーリー氏の来日を記念して、滞在ホテルのスイートルームでお話をうかがった。

取材・構成 金澤 匠

写真撮影：鶴田孝介

### 解説

フォトリディングは、基本的に、各ページを脳に写し取るようにイメージしながら1秒間に1ページほどの速度で本をめくり、ある程度の「なじみ」をつけたのち、今度は自分のペースでめくって必要な情報だけを得ていく。自覚的な読書の下準備を行なって、早く軽く読む作業を何度か積み重ね、必要と認識した箇所をじっくり読む——といった具合だ。

ポール・R・シーリー氏の本

【新版】  
あなたもいままでの  
10倍速く本が読める  
フォレスト出版  
1,470円(税込み)

