

ಪರೀಕ್ಷೆಯೆಂಬ ಭೂತದಿಂದ ಪಾರಾಗಿರಿ



ಡಾ. ಬಿ.ಆರ್. ಬಾಲಸುಬ್ರಹ್ಮಣ್ಯ

ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ಭಯಪಡುವುದು ತಪ್ಪು. ಅವರು ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಸಂತೋಷದಿಂದ ಬರಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಕಲಿಯಬೇಕು. ಇದು ಸಾಧ್ಯವಾಗಬೇಕಾದರೆ, ಕೆಲವು ಮುಖ್ಯ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಗಮನದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು.

೧. ಮೊದಲಿಗೆ, ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಸೂಕ್ತ ತಯಾರಿ ಅತ್ಯವಶ್ಯಕ. ಅದು 'ಯುದ್ಧಕಾಲದಲ್ಲಿ ಶಸ್ತ್ರಾಭ್ಯಾಸ' ಅಂದರೆ ಪರೀಕ್ಷೆ ಹತ್ತಿರ ಬಂದಾಗ ನಡೆಸುವ ತಯಾರಿ ಆಗಿರಬಾರದು. ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಅಧ್ಯಯನವನ್ನು ವರ್ಷಪೂರ್ತಿ ಮಾಡಿದ್ದರೆ ಮಾತ್ರವೇ, ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಉತ್ತಮ ತಯಾರಿ ಯನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು.

೨. ನಿಮ್ಮ ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಇಟ್ಟಿರುವ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ಮಾಹಿತಿ ಇರಬೇಕು. **ಗೂಳಿಯನ್ನು ಅದರ ಕೊಂಬಿನ ಮೂಲಕ ಎದುರಿಸು** ಎನ್ನುವ ಗಾದೆಯ ಹಾಗೆ, ಮೊದಲು ನಿಮಗೆ ಕಷ್ಟವೆನಿಸುವ ಭಾಗವನ್ನು ಆಯ್ದುಕೊಂಡು, ಅದನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ. ಹೀಗೆ ಮಾಡಿದರೆ, ಉಳಿದ ಭಾಗಗಳು ತಾವಾಗಿಯೇ ಸುಲಭವಾಗಿ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತ ಹೋಗುತ್ತವೆ.

೩. ಮೇಲಿನ ನಿಯಮವನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವಾಗ, **ಏಕಾಗ್ರತೆಯೇ ಜ್ಞಾನಭಂಡಾರಕ್ಕೆ ಕೀಲಿ** ಎಂಬ ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರ ನುಡಿಯನ್ನು ಜ್ಞಾಪಕದಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಓದುವಾಗ ಪೂರ್ಣ ಏಕಾಗ್ರತೆಯಿಂದ

ಪರೀಕ್ಷೆಯೆಂಬುದು ಭಯಪಡಬೇಕಾದ ಸಂಗತಿಯಲ್ಲ. ಅದು ನಮ್ಮ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಪ್ರದರ್ಶಿಸುವ ಸುವರ್ಣ ಅವಕಾಶ. ಈ ಅಂಶವನ್ನು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮೂಡಿಸಿರುವ ಲೇಖಕರು ನಿವೃತ್ತ ಕಾಲೇಜು ಅಧ್ಯಾಪಕರು.

ಓದುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಮುಖ್ಯವಾದ ಅಂಶಗಳ ಟಿಪ್ಪಣಿಯನ್ನು ಕೂಡ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಓದುವಾಗ, 'ಏಕಾಗ್ರತೆ' ಯೇ ನಿಮ್ಮ 'ಮಂತ್ರ'ವಾಗಲಿ; ಏಕಾಗ್ರತೆಯೇ ನಿಮ್ಮ 'ತಂತ್ರ'ವೂ ಆಗಿರಲಿ.

೪. ಒಂದು ಭಾಗವನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ತೆಗೆದಿರಿಸಿ, ನೀವು ಓದಿದ ವಿಷಯವನ್ನು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲೇ ಮೆಲುಕುಹಾಕಿಕೊಳ್ಳಿ. ಇದನ್ನೇ **ಮನನ** ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ನೀವು ತಯಾರಿಸಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡ ಟಿಪ್ಪಣಿಯನ್ನು ನೋಡಿಕೊಂಡು, ಯಾವುದನ್ನೂ ಬಿಟ್ಟಿಲ್ಲ ಎಂದು ದೃಢಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಈ ವಿಧಾನವು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ದೀರ್ಘಕಾಲ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಕಾರಿ.

೫. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಒಂದು ಕಲಿಕೆಯ ವೇಳಾಪಟ್ಟಿ ಇರುವುದು ಬಹಳ ಆವಶ್ಯಕ. ನೀವು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿರುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವಿಷಯಕ್ಕೂ ಇಂತಿಷ್ಟು ಕಾಲಾವಕಾಶ ಎಂದು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಿ, ಹೀಗೆ ವೇಳಾಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ, ಎಲ್ಲ ವಿಷಯಗಳನ್ನೂ ಸಕಾಲಕ್ಕೆ ತಪ್ಪದೆ ಓದಲು ಸಾಧ್ಯ ವಾಗುತ್ತದೆ.

೬. ವೇಳಾಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ತಯಾರು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ವುದಷ್ಟೇ ಮುಖ್ಯವಲ್ಲ, ಅದನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಪಾಲಿಸುವುದೂ ಅಷ್ಟೇ ಮುಖ್ಯ. ನಿಮ್ಮ ವೇಳಾಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಚಾಚೂ ತಪ್ಪದೆ ಪಾಲಿಸಿ.

೭. **Practice makes a man perfect** - 'ಅಭ್ಯಾಸವು ಒಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯನನ್ನು ಪರಿಪೂರ್ಣನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ' ಎಂಬ ನಾಣ್ಣುಡಿಯನ್ನು ನೀವು ಕೇಳಿರಬಹುದು. ಸತತ ಅಭ್ಯಾಸವೇ ಯಶಸ್ಸಿನ ರಹಸ್ಯ. ಅದಕ್ಕೆ ಹಳೆಯ ಪ್ರಶ್ನೆಪತ್ರಿಕೆಗಳನ್ನು ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಅವಲೋಕಿಸಿ, ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಬರುವ ಎಲ್ಲ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೂ ನಿಮಗೆ ಉತ್ತರ ಬರುತ್ತದೆಯೇ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

೮. ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರ ಬರೆದು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ನಿಮಗೆ ಅಂತಃಸೈರ್ವ್ಯ ಮತ್ತು ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸಗಳು ಬೆಳೆಯುತ್ತವೆ; ಉತ್ತರಿಸುವ ಕಾಲದ ಸರಿಯಾದ ನಿರ್ಣಯ, ಬರೆಯಬೇಕಾದ ವೇಗದ ಬಗ್ಗೆ ಕಲ್ಪನೆ - ಇವು ಮೂಡುತ್ತವೆ. ಅದಲ್ಲದೆ ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಉತ್ತರಗಳು ಸರಾಗವಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮೂಡಿ ಬರುತ್ತವೆ.

೯. **ಉದ್ಧರೇತ್ ಆತ್ಮನಾತ್ಮಾನಂ** - "ನಿನ್ನನ್ನು ನೀನೇ ಉದ್ಧರಿಸಿ ಕೊಳ್ಳಬೇಕು" ಎಂದು ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನು ಹೇಳುತ್ತಾನೆ. ನಮ್ಮ ಅಂತಃಶಕ್ತಿಯೇ