

ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಪ್ರಭ

ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗಾಗಿ ಪ್ರತಿಜ್ಞೆಗಳು

ಸ್ವಾಮಿ ನಿರ್ವೇದಾನಂದ

ಅನುವಾದ ಮತ್ತು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನ:

ಸ್ವಾಮಿ ಕರುಣಾಕರಾನಂದ

(ಹಿಂದಿನ ಸಂಚಿಕೆಯಿಂದ)

ತಪಸ್ವಿ ತೇಜಸ್ವಿ ಶ್ರದ್ಧಾ ಚ ಪ್ರೀತ್ಯ ಸತ್ಯಂ ಚ ಅಕ್ರೋಧಶ್ಚ ತ್ಯಾಗಶ್ಚ
ಧೃತಿಶ್ಚ ಧರ್ಮಶ್ಚ ಸತ್ಯಂ ಚ ವಾಕ್ಯ ಮನಶ್ಚ ಆತ್ಮಾ ಚ ಬ್ರಹ್ಮ ಚ
ತಾನಿ ಪ್ರಪದ್ಯೇ| ತಾನಿ ಮೇ ಭವಂತು ಭೂರ್ಭುವಃ ಸ್ವರೋಮ್
ಮಹಾಂತಮ್ ಆತ್ಮಾನಂ ಪ್ರಪದ್ಯೇ|

ತಪಸ್ಸು, ತೇಜಸ್ಸು, ಶ್ರದ್ಧೆ, ಲಜ್ಜೆ, ಸತ್ಯ, ಕೋಪವಿಲ್ಲದಿರುವಿಕೆ, ತ್ಯಾಗ, ದೃಢತೆ, ಧರ್ಮ, ಸತ್ಯ, ಮಾತು, ಮನಸ್ಸು, ಆತ್ಮ ಹಾಗೂ ಬ್ರಹ್ಮ-ಇವುಗಳನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸುತ್ತೇನೆ. ಅವುಗಳು ನನಗೆ ಒಲಿಯಲಿ. ಭೂಃ, ಭುವಃ ಹಾಗೂ ಸ್ವರ್ಗಲೋಕಗಳನ್ನು ಆವರಿಸಿರುವ, ಅವುಗಳ ಒಳಗೆ ಅಂತರ್ಯಾಮಿಯಾಗಿರುವ 'ಓಂ' ಶಬ್ದ ವಾಚ್ಯನಾದ ಮಹತ್ತಾದ ಆತ್ಮನನ್ನು ನಾನು ಆಶ್ರಯಿಸುತ್ತೇನೆ.

೧. ತಪಸ್ಸು : ಒಂದು ಸಂಸ್ಕೃತ ಸೂಕ್ತಿಯಿದೆ: 'ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ವಾ ಸುಖಂ ತೃಜೇತ್ ಸುಖಾರ್ಥಿ ವಾ ವಿದ್ಯಾಂ ತೃಜೇತ್' ಎಂದು. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯಾದವನು ತನ್ನ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿದೇಸೆಯಲ್ಲಿ ದೇಹ ಪೋಷಣೆಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ಯಾವುದೇ ಶಾರೀರಿಕ ಸುಖವನ್ನು ಬಯಸಬಾರದು. ಹೀಗೆ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸುವುದೇ ತಪಸ್ಸು.

೨. ತೇಜಸ್ಸು : ತೇಜಸ್ಸು ಅಂದರೆ ಪರಾಕ್ರಮ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಒದಗಿ ಬರುವ ಅಡೆತಡೆಗಳನ್ನು, ಕಷ್ಟಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ಬೇಕಾಗುವ ಗುಣ ಇದು. ನಾವು ಬ್ರಹ್ಮಚರ್ಯವನ್ನು ಕಟ್ಟುನಿಟ್ಟಾಗಿ ಪಾಲಿಸಿದರೆ ಮುಖದಲ್ಲಿನ ಕಾಂತಿ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ. ಅದನ್ನೂ ತೇಜಸ್ಸು ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ವಿದ್ವಾಂಸರಲ್ಲೂ ಈ ತೇಜಸ್ಸನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು. ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ತೇಜಸ್ಸು ಎನ್ನುವುದು ಅಂತಃಶಕ್ತಿ ಇರುವ ಪ್ರತೀಕ.

೩. ಶ್ರದ್ಧೆ: ತಾನು ಸತ್ಯವೆಂದು ಸ್ವೀಕರಿಸಿದ್ದರಲ್ಲಿ ಅಚಲವಾದ ವಿಶ್ವಾಸವೇ ಶ್ರದ್ಧೆ. ಇದು ಅಂಧವಿಶ್ವಾಸವಲ್ಲ. ಒಂದು ವಿಷಯವನ್ನು ಕೂಲಂಕಷವಾಗಿ ಪರೀಕ್ಷಿಸಿ ನಮ್ಮ ಬುದ್ಧಿಗೆ ಸತ್ಯವೆಂದು ಅನಿಸಿದಾಗ ಆ ವಿಷಯದ ಮೇಲಿನ ಅಚಲವಾದ ವಿಶ್ವಾಸವೇ ಶ್ರದ್ಧೆ.

೪. ಪ್ರೀ: ಕೆಟ್ಟ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ನಾಚಿಕೆ ಪಡುವುದೇ ಪ್ರೀ. ಕೆಟ್ಟ ಆಲೋಚನೆಯೊಂದು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಏಳುವಾಗಲೇ ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ನಾಚಿಕೆಯುಂಟಾಗಬೇಕು. ಅದನ್ನೇ ಪ್ರೀ ಎಂದು ಕರೆಯುವುದು.

೫. ಸತ್ಯ : ಇದ್ದುದನ್ನು ಇದ್ದಂತೆ ಹೇಳುವುದೇ ಸತ್ಯ. ಸತ್ಯವನ್ನು ನುಡಿಯುವಾಗ ಅಪ್ರಿಯವಾದ ಸತ್ಯವನ್ನು ನುಡಿಯಬಾರದೆಂದು ಓರಿಯರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗೆಂದು ಪ್ರಿಯವಾದ ಅಸತ್ಯವನ್ನೂ ನುಡಿಯಬಾರದು.

೬. ಅಕ್ರೋಧ: ಯಾರ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಕೋಪಿಸಿಕೊಳ್ಳದಿರುವುದು ಅಕ್ರೋಧ. ಇಂತಹ ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ನನಗೆ ಇಂತಹ ಅನ್ಯಾಯವಾಯಿತಲ್ಲ ಎಂದು ಇನ್ನೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಕುರಿತು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಏಳುವ ದ್ವೇಷ ಮನೋಭಾವನೆಯೇ ಕ್ರೋಧ. ಕ್ರೋಧವು ನಮ್ಮ ಮಾನಸಿಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಪೋಲು ಮಾಡುತ್ತದೆ.

೭. ತ್ಯಾಗ: ತಾನು ಗಳಿಸಿರುವ ವಿದ್ಯೆಯು ಹಲವು ಜನರ ತ್ಯಾಗದಿಂದ ಸಾಧ್ಯವಾದದ್ದು; ತಂದೆ-ತಾಯಿಗಳು, ಶಿಕ್ಷಕರು ಹಾಗೂ ಸಮಾಜದ ಸಹಕಾರ ತ್ಯಾಗಗಳಿಲ್ಲದೆ ತನ್ನ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸವು ಸಫಲವಾಗುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ ಎಂಬ ಮನೋಭಾವನೆಯಿಂದ ತಾನು ಗಳಿಸಿದ ವಿದ್ಯೆಯನ್ನು ಸಮಾಜದ ಒಳಿತಿಗೆ ಉಪಯೋಗಿಸುವುದೇ ತ್ಯಾಗ.

೮. ದೃಢತೆ : ಹಿಡಿದ ಕೆಲಸವು ಎಷ್ಟೇ ಕಷ್ಟಕರವಾಗಿರಲಿ, ಗುರಿಮುಟ್ಟುವವರೆಗೂ ಅದನ್ನು ಬಿಡದೆ ಮಾಡುವುದು ದೃಢತೆ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಎಂತಹ ಕಷ್ಟನಷ್ಟಗಳು ಒದಗಿಬಂದರೂ ಅವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಎದುರಿಸಬೇಕು. ಇದನ್ನೇ ದೃಢತೆ ಎನ್ನುವುದು.

೯. ಧರ್ಮ : ನ್ಯಾಯಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸುವುದೇ ಧರ್ಮ. ಪರೋಪಕಾರವೇ ಪುಣ್ಯ, ಪರಪೀಡನೆಯೇ ಪಾಪ ಎಂಬ ನೀತಿವಾಕ್ಯಕ್ಕೆ ಅನುಸಾರವಾಗಿ ಬಾಳುವುದೇ ಧರ್ಮ.

೧೦. ವಾಕ್: ವಾಕ್ಯ ಎಂದರೆ ಮಾತು. ಮಿತವಾಗಿ, ಹಿತವಾಗಿ, ವಿವೇಕಯುತವಾಗಿ ಮಾತನಾಡಬೇಕು. ಈ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ರೂಢಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

೧೧. ಮನಸ್ಸು: ಗುರಿಗಳನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಬೇಕಾದ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವುದು - ಇವುಗಳನ್ನು ಮನಸ್ಸಿನ ಮೂಲಕವೇ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಒಳ್ಳೆಯ ಆಲೋಚನೆಗಳಿಂದ ತುಂಬುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ.

೧೨. ಆತ್ಮ: ಆತ್ಮ ಎಂದರೆ, ಅನಂತ ಶಕ್ತಿ, ಆನಂದ. ಜ್ಞಾನಗಳ ಸೆಲೆಯಾಗಿರುವ ನಮ್ಮ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ಮೂಲ.

೧೩. ಬ್ರಹ್ಮ : ಬ್ರಹ್ಮ ಎಂದರೆ ಬ್ರಹ್ಮತಾದುದು; ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಸೃಷ್ಟಿಸಿರುವ, ನಿಯಂತ್ರಿಸುತ್ತಿರುವ ಮಹಾನಶಕ್ತಿ.

ಇವುಗಳೆಲ್ಲವೂ ನಮಗೆ ಅನುಕೂಲಕರವಾಗಿರಲಿ ಎಂದು ನಾವು ಮೇಲಿನ ಮಂತ್ರದ ಮೂಲಕ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಆಶ್ರಯಿಸುತ್ತೇನೆ ಎಂದರೆ ತಪಸ್ಸಿನಿಂದ ಹಿಡಿದು ಮನಸ್ಸಿನವರೆಗಿನ ಮೇಲೆ ಹೇಳಿದ ಗುಣಗಳನ್ನು ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ಅಂಗಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ ಹಾಗೂ ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು ಅಥವಾ ಬ್ರಹ್ಮನನ್ನು ಉಪಾಸಿಸುತ್ತೇವೆ, ಪೂಜಿಸುತ್ತೇವೆ ಎಂದರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ.

ಅವು ನನಗೆ ಒಲಿಯಲಿ ಎಂದರೆ ಮೇಲೆ ಹೇಳಿದ ಗುಣಗಳು ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ಅಂಗಗಳಾಗಲಿ ಎಂದೂ, ಪರಮಾತ್ಮನು ನಮ್ಮ ಪ್ರತಿಜ್ಞೆಗಳ ಪಾಲನೆಯಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲಿ ಎಂದೂ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ.

ಒಂದನೆ ಪ್ರತಿಜ್ಞೆ:

**'ಶರೀರಮಾಧ್ಯಂ ಖಲು ಧರ್ಮಸಾಧನಮ್' ಇತಿ ನೀತಿವಾಕ್ಯಮ್
ಅವಧಾರ್ಯ ಶ್ರಮ-ಕ್ರಮ-ನೀರೋಗ-ಶರೀರಾಯ ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯ-
ವಿಧಿಪಾಲನಪರೋ ಭವಿತುಮ್ ಅಹಂ ಯಥಾಸಾಧ್ಯಂ ಯತಿಶ್ಚೇನ'**

'ಶರೀರವೇ ಮೊಟ್ಟ ಮೊದಲ ಧರ್ಮಸಾಧನವು' ಎಂಬ ನೀತಿ ವಾಕ್ಯವನ್ನು ಮನವಲ್ಲಿ ಧರಿಸಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಯೋಗ್ಯವಾದ, ಆರೋಗ್ಯವಾದ ಶರೀರಕ್ಕಾಗಿ ಆರೋಗ್ಯ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸುವಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಸಾಧ್ಯವೋ ಅಷ್ಟು ಮಾಡಲು ನನ್ನನ್ನು ನಾನು ತೊಡಗಿಸಿ ಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ.

ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿರುವುದು ನಮ್ಮ ಜವಾಬ್ದಾರಿ. ನಮಗೆ ಆರೋಗ್ಯ ತಪ್ಪಿದರೆ ಎಷ್ಟು ಜನರಿಗೆ ತೊಂದರೆ! ಅದರಿಂದ ಹಣದ ಖರ್ಚೂ ಕೂಡ. ಜೊತೆಗೆ ಮನಸ್ಸು ಸರಿಯಾಗಿರದು. ಮನಸ್ಸು ಸರಿಯಾಗಿರ ದಿದ್ದರೆ ಆಧ್ಯಯನವೂ ಸರಿಯಾಗದು. ಹೀಗಾಗಿ ಆರೋಗ್ಯದಿಂದ ಇರುವುದೇ ನಮ್ಮ ಮೊಟ್ಟಮೊದಲ ಜೀವನವ್ರತವಾಗಬೇಕು.

ನಿಯಮಿತವಾದ, ಆರೋಗ್ಯಕರ, ಹಿತ-ಮಿತವಾದ ಆಹಾರ ಸೇವನೆಯಿಂದ, ವ್ಯಾಯಾಮದಿಂದ, ನಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿಡಬಹುದು. ಕಳಪೆ ಆಹಾರವೇ (junk food) ಇಂದಿನ ಹುಡುಗರಿಗೆ ಬಹಳ ಇಷ್ಟ. ಇದರಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ, ಅಂತಹ ಆಹಾರ ಬೊಜ್ಜು ಮುಂತಾದ ದೀರ್ಘಕಾಲಿಕ (chronic) ರೋಗಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತವೆ. ಅಂತಹ ಆಹಾರಗಳು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಉದ್ರೇಕಿಸಿ ಚಂಚಲವನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಅಧ್ಯಯನವು ಸರಿಯಾಗಿ ಆಗದು.

ಶರೀರಕ್ಕೆ ರೋಗನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ಬರಬೇಕಾದರೆ ದೇಹಕ್ಕೆ ಶ್ರಮದ ಅಭ್ಯಾಸ ಬೇಕು. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ನಿಯಮಿತ ಮನೆಗೆಲಸ, ವ್ಯಾಯಾಮ ಬೇಕು. ಈಗಿನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಶ್ರಮಯುಕ್ತವಾದ ಕೆಲಸ ಬಹಳ ಕಡಿಮೆ. ಎಲ್ಲ ಕೆಲಸಗಳಿಗೂ ಯಂತ್ರಗಳನ್ನು ಬಳಸುವ ಪದ್ಧತಿ ಬೆಳೆದಿರುವುದರಿಂದ ಪ್ರಕೃತಿ ನಮಗೆ ನೀಡಿರುವ ಉತ್ತಮ ಉಪಕರಣಗಳಾದ ಕೈಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ರೀತಿಯೇ ನಮಗೆ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಶಾರೀರಿಕ ಶ್ರಮವನ್ನು ಮಾಡುವುದನ್ನು ನಾವು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಪ್ರಣಾಮ:

ಓಜೋಽಽ ಓಜೋ ಮಯಿ ದೇಹಿ ಬಲಮಸಿ ಬಲಂ ಮಯಿ
ಧೇಹಿ ಪುಷ್ಟಿರಸಿ ಪುಷ್ಟಿಂ ಮಯಿ ದೇಹಿ ಊರ್ಜಾಸಿ ಊರ್ಜಾಂ
ಮಯಿ ದೇಹಿ ಪೇಶಯೋ ಮೇ ಲೋಹಸಮಾ ಭವಂತು
ಸ್ನಾಯುಪೋ ಮೇ ಅಯಾಂಸೀವ ಭವಂತು ಹೃದಯಂ ಮೇ
ವಜ್ರಸಾರಂ ಭವತು ಅಸೀಮ-ತೇಜೋರೂಪಾಯ ಶೌರ್ಯ-
ವೀರ್ಯ-ನಿಲಯಾಯ ಅನಂತ ಶಕ್ತಿಮೂರ್ತಯೇ ನಮಃ
ಪರಮಾತ್ಮನೇ ಸ್ವಾಹಾ

ನೀನು ಓಜಸ್ಸೇ ಆಗಿರುವೆ, ನನಗೆ ಓಜಸ್ಸನ್ನು ಕೊಡು. ನೀನು

ಬಲವೇ ಆಗಿರುವೆ, ನನಗೆ ಬಲವನ್ನು ಕೊಡು. ನೀನು ಪುಷ್ಟಿಯೇ ಆಗಿರುವೆ, ನನ್ನನ್ನು ಪುಪುಷ್ಠನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡು. ನೀನು ಶಕ್ತಿಯೇ ಆಗಿರುವೆ, ನನಗೆ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ನೀಡು. ನನ್ನ ಮಾಂಸಖಂಡಗಳು ಉಕ್ಕಿನಂತಾಗಲಿ. ನನ್ನ ಸ್ನಾಯುಗಳು ಕಬ್ಬಿಣದಂತಾಗಲಿ. ನನ್ನ ಹೃದಯವು ವಜ್ರದಂತೆ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಲಿ.

ಮೇರೆಯಿಲ್ಲದ ತೇಜಸ್ಸಿನ ರೂಪದಿಂದಿರುವವನಿಗೆ, ಶೌರ್ಯ ಮತ್ತು ವೀರ್ಯದ ನಿಲಯನಾದ, ಅನಂತ ಶಕ್ತಿಮೂರ್ತಿಯಾದ ಪರಮಾತ್ಮನಿಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ. ಅವನಿಗೆ ಹವಿಸ್ಸನ್ನು ಅರ್ಪಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ, ಸ್ವಾಹಾ.

ಅಖಂಡ ಬ್ರಹ್ಮಚರ್ಯದಿಂದ ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಓಜಸ್ಸು ಉತ್ಪನ್ನವಾಗುತ್ತದೆ. ಅದು ನಮ್ಮ ಮಿದುಳಿಗೆ ಔಷಧಿಯಂತೆ ಪೋಷಣೆಯನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಅದರಿಂದ ನಾವು ಓದಿದ ಯಾವುದೇ ವಿಷಯವು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅತ್ಯಂತ ದೀರ್ಘಕಾಲ ನಮ್ಮ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಬ್ರಹ್ಮಚರ್ಯಕ್ಕೆ ಅತ್ಯಂತ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಕೊಡಬೇಕು. ಬ್ರಹ್ಮಚರ್ಯದಿಂದ ನಮ್ಮ ಶರೀರ ಹಾಗೂ ಮನಸ್ಸುಗಳಿಗೆ ಬೇಕಾದ ಬಲ, ಪುಷ್ಟಿ ಹಾಗೂ ಶಕ್ತಿಗಳು ಸಿಗುತ್ತವೆ.

(ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ)

ಓದುವ ವಿಧಾನ : ಓದಿನಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ

ಓದುವ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ನಿಮಗೆ ಆಸಕ್ತಿ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಏಕಾಗ್ರತೆ ಸಿದ್ಧಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅದನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಲು ನಾಲ್ಕು ಮಾರ್ಗಗಳಿವೆ:

೧. ನಿಮಗೆ ಆಕರ್ಷಕವೆನಿಸುವಂತಹ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಆರಿಸಿಕೊಂಡು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿ. ಆದರೆ ಶಾಲಾ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಆಯ್ಕೆಯ ಸೌಕರ್ಯ ಇಲ್ಲದೆ ಇರುವುದರಿಂದ, ನಿಮಗೆ ಇಟ್ಟಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ಇರುವ ಸ್ವಾರಸ್ಯಕರ ಸಂಗತಿಗಳ ಮೇಲೆ ಗಮನ ಕೊಟ್ಟು ಓದುವುದರಿಂದ ಕ್ರಮೇಣ ಎಲ್ಲಾ ವಿಷಯಗಳೂ ಆಕರ್ಷಣೀಯವಾಗುತ್ತವೆ.

೨. ದೈನಂದಿನ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮನೋಭಾವದಿಂದ ಜ್ಞಾನಾರ್ಜನೆಗೆ ಮುಂದಾಗಿ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ವೈದ್ಯಕೀಯ ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯು ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬೇಕೆಂಬ ಉಪಕಾರ ಮನೋಭಾವನೆಯಿಂದ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿದರೆ, ಆಗ ಓದು ಆಸಕ್ತಿಕರವಾಗುತ್ತದೆ.

೩. ನೀವು ಆರಿಸಿಕೊಂಡ ಅಥವಾ ನೀವು ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿ ಓದಬೇಕಾದ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಕೇವಲ ಪರೀಕ್ಷೆಯ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಪೋಷಕರ ಅಥವಾ ಶಿಕ್ಷಕರ ಒತ್ತಾಯಕ್ಕಾಗಿ ಓದಬೇಡಿ. ಸ್ವಯಂಸ್ಫೂರ್ತಿ ಮತ್ತು ಸ್ವಯಂಪ್ರೇರಣೆ ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕೆ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ.

೪. ಕಷ್ಟವಾದ ವಿಷಯವನ್ನು ಓದುವಾಗ, ತಾಳ್ಮೆ ಇರುವುದು ಅವಶ್ಯಕ. ವಿಷಯದ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅರಿತು, ಗಾಂಭೀರ್ಯದಿಂದ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿದರೆ, ಎಂತಹ ಕ್ಲಿಷ್ಟ ವಿಷಯವೂ ಸುಲಭವಾಗುತ್ತದೆ.

(ಮುಂದಿನ ತಿಂಗಳು: ಓದುವ ಸರಿಯಾದ ಬಗೆ)