

ವಿಷಯಗಳ ನೆರವಿನಿಂದ, ಮುಖ್ಯವಾದ ಅಂಶಗಳಿರುವ, ನಿಮ್ಮದೇ ಆದ ಸ್ವಂತ ಚಿತ್ರಣೆಯನ್ನು ತಯಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಅದನ್ನು ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ವಾಕ್ಯಗಳಲ್ಲಿಯೇ ಬರೆಯಬೇಕು. ಇದನ್ನು ಹಲವಾರು ಬಾರಿ ಓದಿಕೊಳ್ಳಿ. ಇದರಿಂದ ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ಯಾವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಬರೆಯಬೇಕಾದರೂ - ಅದು ಪ್ರಬಂಧರೂಪದಲ್ಲಿಯೇ ಇರಲಿ, ಚಿಕ್ಕ ಉತ್ತರಗಳಿರಲಿ ಅಥವಾ ಆಯ್ಕೆ ರೂಪದಲ್ಲಿರಲಿ (Objective Type), ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ಬರೆಯಲು ಸಹಾಯಕವಾಗುತ್ತದೆ.

೧೦. ಓದಿದ ೪-೮ ಗಂಟೆಗಳ ನಂತರ, ಓದಿದ ವಿಷಯವನ್ನು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ನೆನಪು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯ ಎಂದು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಓದಬೇಕಾದುದನ್ನೆಲ್ಲ ಪರೀಕ್ಷೆ ಸಮಯಕ್ಕೆ ಬಹಳ ಮುಂಚೆಯೇ ಓದಿ ಮುಗಿಸುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಆರಂಭಕ್ಕೆ ಮುಂಚೆ, ಮನಸ್ಸನ್ನು ಶಾಂತವಾಗಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಇದರಿಂದ ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ಎದುರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

೧೧. ನೀವು ಪರೀಕ್ಷಾ ಕೊಠಡಿಯನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುವ ಮೊದಲು, ನಿಮ್ಮ ಇಷ್ಟದೇವತೆಯ ನಾಮವನ್ನು ಅಥವಾ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಜಪಿಸಿ. "ಓಂ" ಕಾರವನ್ನು ಜಪಿಸಿದರೂ ಒಳ್ಳೆಯದೇ. ಇದು ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ.

೧೨. ಪ್ರಶ್ನೆಪತ್ರಿಕೆಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡಾಗ, ಎಲ್ಲ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನೂ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಓದಿಕೊಳ್ಳಿ. ನೀವು ಉತ್ತರಿಸಲು ಬಯಸುವ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಗುರುತು ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳಿ. ಹೀಗೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಸಮಯ ವ್ಯರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸಬೇಡಿ.

೧೩. ನಿಮ್ಮ ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲೇ ನಿರ್ಧರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

ಹಾಗೆ ನಿರ್ಧರಿಸುವಾಗ, ಪ್ರಶ್ನೆ ಏನನ್ನು ಬಯಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಗಮನವಿರಲಿ. ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ಸಂಬಂಧಪಡದ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಬರೆಯಬೇಡಿ. ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ಅಷ್ಟು ಬೇಕೋ ಅಷ್ಟು ಮಾತ್ರ ಬರೆಯಿರಿ. ಜಾಸ್ತಿ ಬರೆಯಲು ಹೋಗಬೇಡಿ.

೧೪. ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ಬರೆಯುತ್ತಿರುವಾಗ, ಇನ್ನೂ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬರೆದಿದ್ದರೆ ಚೆನ್ನಾಗಿತ್ತು ಎನ್ನುವ ಕೇಳಿರಬಹುದನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ. ನಿಮ್ಮ ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸದಿಂದ ಬರೆಯಿರಿ. ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ನಿಮಿಷವೂ ಅಮೂಲ್ಯವಾದುದು.

೧೫. ನಿಮ್ಮ ಗಮನವನ್ನು ಕೈಬರಹದ ಮೇಲಿಡಿ ಮತ್ತು ಮುಖ್ಯಾಂಶಗಳ ಕೆಳಗೆ ಗೆರೆಯನ್ನು ಎಳೆಯುವುದನ್ನು (under-line) ಮರೆಯಬೇಡಿ.

೧೬. ನೀವು ಬರೆಯುವಾಗ, ವ್ಯಾಕರಣ ಮತ್ತು ಸರಿಯಾದ ಕಾಗುಣಿತದ ಬಗ್ಗೆ ಗಮನ ಕೊಡಿ.

೧೭. ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಕಾಲಾವಧಿಯನ್ನು ಗಮನದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡೇ ಪ್ರಶ್ನೆಪತ್ರಿಕೆಯನ್ನು ರಚಿಸಿರುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನೀವು ಸಮಯ ಸಾಲದಾಯಿತೆಂದು ದೂರು ಹೇಳಲು ಅವಕಾಶವೇ ಇಲ್ಲ. ನೀವು ಸರಿಯಾಗಿ ಯೋಜನೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳದಿರುವುದೇ ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ.

೧೮. ನಿಮ್ಮ ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿ ನೋಡಲು, ಕನಿಷ್ಠ ಹತ್ತು ನಿಮಿಷಗಳನ್ನು ಮೀಸಲಿಡಿ. ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಏನಾದರೂ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟಿದ್ದರೆ ಅದನ್ನು ಸೇರಿಸಬಹುದು. ಯಾವುದೇ ಕಾರಣಕ್ಕೂ ಕಾಲಾವಧಿಗೆ ಮುನ್ನವೇ ಪರೀಕ್ಷಾ ಕೊಠಡಿಯನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಬರಬೇಡಿ.



ಸ್ನೇಹಪ್ರಭ

ಹಿರಿಯರು ಕಿರಿಯರೊಂದಿಗೂ, ಕಿರಿಯರು ಹಿರಿಯರೊಂದಿಗೂ ಹೇಗೆ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು?

ಒಂದು ಗಿಡವು ಹೆಮ್ಮರವಾಗಿ ಬೆಳೆದು ಬೀಜಗಳನ್ನು ಉತ್ಪಾದಿಸಿ ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ತನ್ನ ಎಲ್ಲ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನೂ ಹುದುಗಿಸಿರುತ್ತದೆ. ಆ ಕಿರು ಬೀಜದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಮರವೇ ಸುಪ್ರವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇದೇ ರೀತಿ ಹಿರಿಯರು ಕಿರಿಯರನ್ನು ತಮ್ಮವರೆಂದೇ ಪರಿಗಣಿಸಿ ತಮ್ಮದ್ದೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಅವರಿಗೆ ನೀಡಬೇಕು. ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ತಮ್ಮ ಎಲ್ಲ ತಪಶ್ಚರ್ಯನ್ನೂ ಶಿಷ್ಯರಿಗೆ ಧಾರೆ ಎರೆದರು. ಅವರೆಲ್ಲರೂ ಮುಂದೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ದಿಗ್ಗಜಗಳಾಗುವಂತೆ ಮಾಡಿದರು. ಹಿರಿಯರು ಕಿರಿಯರಲ್ಲಿ ತುಂಬು ವಿಶ್ವಾಸ ಇರಿಸಬೇಕು. ಅವರು ತಿಳಿವಳಿಕೆ ಇಲ್ಲದವರೆಂಬ, ತಾವು ತುಂಬ ಅನುಭವಸ್ಥರೆಂಬ ಅಹಂಕಾರದ ಭಾವನೆ ಇರಬಾರದು. ಹಿರಿಯರು ಕೇವಲ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಹಿರಿಯರಾಗದೆ, ಅವರಲ್ಲಿ ನಿಜವಾದ ಹಿರಿತನವಿರಬೇಕು. ಹಿರಿಯರು ಹಿರಿತನವನ್ನು ಮೆರೆಯುವಂತೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಕೇವಲ ಸಿರಿವಂತರಾಗಲು ತ್ರೇರಣೆ ನೀಡುವುದಲ್ಲ. ಅವರಿಗಾಗಿ ಅರ್ಥವನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಹೋಗುವುದಲ್ಲ, ಅರ್ಥಪೂರ್ಣ ಜೀವನವನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಹೋಗಬೇಕು. ಅವರ ಮುಂದಿನ ಜೀವನ ಅನರ್ಥಕೀಡಾಗದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನೀವು ಬಯಸಿದಂತೆ ಅವರಾಗಬೇಕೆಂದು ಬಯಸದೆ ಅವರು ಬಯಸಿದಂತೆ ಅವರಾಗಲು, ಅವರ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಅವರು ಬೆಳೆಯಲು ಅವಕಾಶ ಕೊಡಿ. ಕಿರಿಯರು ಹಿರಿಯರನ್ನು ಗೌರವಿಸಬೇಕು. ತಾವು ಹಿರಿಯರಾದಾಗ ಕಿರಿಯರಿಂದ ಏನನ್ನು ಬಯಸುತ್ತಾರೋ ಅದನ್ನೇ ಹಿರಿಯರಿಗೂ ನೀಡಬೇಕು. "ಹಳಿಬೇರಿಗೆ ಸರಿಯಾಗಿ ನೀರೆಯದಿದ್ದರೆ, ಹೊಸ ಚಿಗುರು" ಮೈತುಂಬಿ ಬೆಳೆಯಬಲ್ಲದೇ? ಹಿಂದಿನದನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸಿ ಮುಂದಿನದರ ನಿರ್ಮಾಣ. ವಿಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿಯೂ ಹಿಂದಿನ ಅವಿಷ್ಕಾರಗಳನ್ನು ಆಧರಿಸಿಯೇ ಮುಂದಿನ ಹೊಸ ಹೊಸ ಸಂಶೋಧನೆಗಳು ಬೆಳೆಯುತ್ತವೆ. ಹಿಂದಿನ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಅಪ್ರಸ್ತುತರಾದರೂ ಅಗೌರವಕ್ಕೆ ಪಾತ್ರರಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಹಿಂದಿನ ಅವಿಷ್ಕಾರಗಳೂ ಮುಂದಿನ ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕೆ ಅವಶ್ಯಕವಾಗುತ್ತವೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಹಿರಿಯರು, ಇಂದಿನ ಧಾವಂತ ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ, ಅಪ್ರಸ್ತುತವೆನಿಸಿದರೂ ಅವಿಷ್ಕಾರರಾಗಿಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ - ಏಕೆಂದರೆ ಅವರ ದುಡೆವು ಅನುಭವಗಳಿಂದಲೇ ಇಂದಿನ ವ್ಯವಸ್ಥೆ (ಅವಸ್ಥೆ) ನಿರ್ಮಾಣವಾಗುವುದು. ಒಟ್ಟಲ್ಲಿ ಹಿರಿಯರು ಕಿರಿತನವನ್ನು ಬಿಡಬೇಕು, ಕಿರಿಯರು ಹಿರಿತನವನ್ನು ಮೆರೆಯಬೇಕು.

ಬರಹ: ಸ್ವಾಮಿ ನಿತ್ಯಸ್ಥಾನಂದ