

ಅಯ್ಯೋ, ದೇಶ ಎಂಥ ದುರವಸ್ಥೆಗೆ ಇಳಿದಿದೆ! ಜನರು ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಚಿನ್ನವನ್ನು ಹಿತ್ತಾಳೆಯಂತೆ ನೋಡುವರು. ಪರದೇಶೀಯರ ಹಿತ್ತಾಳೆಯೇ ಇವರಿಗೆ ಚಿನ್ನವಾಗಿಬಿಟ್ಟಿದೆಯಲ್ಲಾ!”

ಹೊಸ ಸಹಸ್ರಮಾನವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿರುವ ನಾವು ಸ್ವಾಮೀಜಿಯವರ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯ ಮಾತುಗಳಿಂದ ಮತ್ತು ಜಪಾನೀಯರ ಉದಾಹರಣೆಯಿಂದ ಒಂದು ಬಹು ಮುಖ್ಯ ಪಾಠ ಕಲಿಯಬೇಕು. ಅದೇನೆಂದರೆ ಎಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯನ್ನು ನಾವು ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಸ್ಥಳೀಯ ಅಗತ್ಯಗಳಿಗೆ ಅನ್ವಯಿಸುವುದಿಲ್ಲವೋ, ಸ್ಥಳೀಯ ಸಂಸ್ಕೃತಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ರೂಪಿಸುವುದಿಲ್ಲವೋ, ಅಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಶೀಲ ರಾಷ್ಟ್ರವಾಗಿಯೇ ಉಳಿಯುತ್ತೇವೆ; ನಿಜವಾದ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯನ್ನು ನಾವು ಸಾಧಿಸಲಾಗುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ಸಾವಿರಾರು ವರ್ಷಗಳ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಪರಂಪರೆಯನ್ನು ಬಲಿ ಕೊಟ್ಟು ಸಾಧಿಸಬಹುದಾದ ಕೇವಲ ವಸ್ತುಪರಿಕರದ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯನ್ನು ‘ಅಭಿವೃದ್ಧಿ’ ಎಂದು ಕರೆಯುವುದಾದರೂ ಹೇಗೆ? ಅನ್ಯಸಂಸ್ಕೃತಿಯ ಅನುಕರಣೆಯಿಂದ ಹಳೆಯ ಕೀಳರಿಮೆ ಹೋಗಿ, ಅದರ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ಹೊಸ ಕೀಳರಿಮೆ ಬರುತ್ತದಷ್ಟೆ. ತಾನು ಒತ್ತಾಯಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಕಳೆದುಕೊಂಡ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ನೆಲೆಯನ್ನು ಒಂದು ಆಗಂತುಕ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯಿಂದ ತುಂಬಬೇಕಾದ ದುರವಸ್ಥೆ ಆಗ ಬಂದೊದಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಎರಡಕ್ಕೂ ಸೇರಲಾರದೆ, ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬ ಒಂದು ಬಗೆಯ ತ್ರಿಶಂಕು ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರಬೇಕಾದೀತು.

ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಮತ್ತು ಸ್ವಾವಲಂಬನೆ : ಭಾರತದ ಮುಖ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳೆಂದರೆ ಬಡತನ, ಹಸಿವು, ಅಜ್ಞಾನ. ಸ್ವಾಮೀಜಿಯವರು ‘ಹಸಿದ ಹೊಟ್ಟೆಗೆ ಮೊದಲು ಅನ್ನ’ ಎಂಬ ಸೂತ್ರವನ್ನು ಇಟ್ಟರು. ಅವರು ಹೇಳಿದರು, “ಭಾರತವು ಈ ಹಸಿವಿನ ಭೂತವನ್ನು ಹೇಗೆ ಎದುರಿಸುವುದು ಎಂದು ಚಟಪಟಿಸುತ್ತಿದೆ. ಮೊದಲು ಈ ಹಸಿವು ಬಳಲಿಕೆಗಳನ್ನು ನಿರ್ಮೂಲನ ಮಾಡಬೇಕು.” ಆದರೆ ಇದರರ್ಥ ಧರ್ಮಭತ್ತಗಳನ್ನು ತೆರೆದು ಉಚಿತ ಊಟದ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡುವುದು ಎಂದಲ್ಲ. ಸ್ವಾಮೀಜಿಯವರು ಒಂದು ದೂರದೃಷ್ಟಿಯ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಸೂತ್ರವನ್ನು ನಮ್ಮ ಮುಂದೆ ಇಟ್ಟರು. ಅದು ಹೀಗಿದೆ: “ಎಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಜನಗಳಿಗೆ ತಮಗೆ ತಾವೇ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ನಾವು ಕಲಿಸುವುದಿಲ್ಲವೋ, ಅಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚದ ಸಂಪತ್ತನ್ನೆಲ್ಲಾ ತಂದು ಸುರಿದರೂ, ಭಾರತದ ಒಂದು ಹಳ್ಳಿಯನ್ನೂ ಸಹ ನಾವು ಉದ್ಧಾರ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ.”

ಜನ ತಮಗೆ ತಾವೇ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಬೇಕಾದದ್ದು ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸ. ಅದಕ್ಕಿಂದೇ ಸ್ವಾಮೀಜಿಯವರು ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸಕ್ಕೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಒತ್ತುಕೊಟ್ಟರು, ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸದ ರೂಪರೇಖೆಗಳನ್ನು ವಿಶದಪಡಿಸಿದರು. ಹಾಗೆಯೇ ಸ್ತ್ರೀಯರ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಹಾಗೂ ಅವರ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಕುರಿತು ಒತ್ತಿ ಹೇಳಿದರು. ಅವರು ಈ ಬಗ್ಗೆ ಹೀಗೆ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ:

“ಮೊದಲು, ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸವನ್ನು ನೀಡಿ. ಬಳಿಕ ಅವರನ್ನು ಅವರ ಪಾಡಿಗೆ ಬಿಟ್ಟುಬಿಡಿ. ಹೀಗೆ ಮಾಡಿದ ನಂತರ, ಅವರೇ ನಿಮಗೆ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, ಯಾವ ಸುಧಾರಣೆ ತಮಗೆ ಅವಶ್ಯಕ ಎಂಬುದನ್ನು.”

ಸಮಾಜದ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಕೇವಲ ಪುರುಷರಿಂದ ಮಾತ್ರ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಇದನ್ನು ಬಹಳ ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆಯೇ ಸ್ವಾಮೀಜಿ ಮನಗಂಡಿದ್ದರು: “ಪಕ್ಷಿ ತನ್ನ ಒಂದೇ ರೆಕ್ಕೆಯ ಬಲದಿಂದ ಹಾರಲಾರದು. ಗಂಡು-ಹೆಣ್ಣು ಸಮಾಜದ ಎರಡು ರೆಕ್ಕೆಗಳಿದ್ದಂತೆ.”

ಇಂದು ನಮಗೆ ಬೇಕಾಗಿರುವುದು ಸ್ವಾವಲಂಬನೆ ತಂದು ಕೊಡುವ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸ. ಆದರೆ ಇಂದಿನ ಯುವಕರು ಭಾರತೀಯರ ಹಣದಿಂದ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸ ಪಡೆದು, ಕೊನೆಗೆ ಯಾವುದೋ ಬಹುರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಕಂಪನಿಗಳಿಗೆ ತಮ್ಮ ಬುದ್ಧಿ ಶ್ರಮ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಮಾರಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ನಮ್ಮ ದೇಶದ ಬಡತನ, ಅಜ್ಞಾನಗಳನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸಲು ಏನೂ ಮಾಡುತ್ತಿಲ್ಲ. ಇಂಥವರ ಬಗ್ಗೆ ಸ್ವಾಮೀಜಿ ಹೀಗೆ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ:

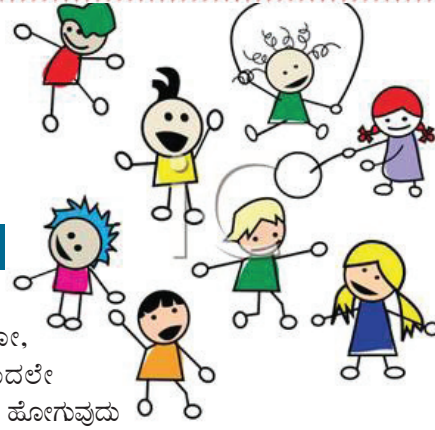
“ದೀನದಲಿತರ ಗುಂಪಿಗೆ ಸೇರಿದ ಲಕ್ಷಗಟ್ಟಲೆ ಶ್ರಮಜೀವಿ ಬಡವರು ತಮ್ಮ ರಕ್ತವನ್ನು ಬಸಿದು ಗಳಿಸಿದ ಸಂಪತ್ತಿನ ಪೋಷಣೆಯನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಂಡು ಯಾವನು ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಗಳಿಸಿದ್ದಾನೆಯೋ, ಅವನು ಆ ನಿಮ್ಮ ವರ್ಗದವರ ಬಗ್ಗೆ ಕಿಂಚಿತ್ತಾದರೂ ಚಿಂತಿಸದಿದ್ದರೆ, ಅಂಥವನನ್ನು ಘೋರ ಕೃತಘ್ನನೆಂದೇ ನಾನು ಕರೆಯುತ್ತೇನೆ.”

ದರಿದ್ರನಾರಾಯಣನ ಸೇವೆ : ಸ್ವಾಮೀಜಿಯವರು ತುಳಿತಕ್ಕೆ ಒಳಗಾದ, ಹೀನಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯನಲ್ಲೂ ಒಂದು ಅದ್ಭುತವಾದ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಸೆಲೆಯನ್ನು ಗುರುತಿಸಿದರು. ಆದ್ದರಿಂದ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬನೂ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸದಿಂದ ತುಂಬಿದ ಕ್ರಿಯಾಶೀಲ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಲು ಸಾಧ್ಯ. ಈ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಸೆಲೆಯನ್ನು ಅವರು ‘ದೈವಿಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ’ ಎಂದು ಕರೆದರು. ಈ ಒಳನೋಟ ಅವರಿಗೆ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರ ಒಡನಾಟದಲ್ಲಿ ಲಭಿಸಿತು. ಒಮ್ಮೆ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಗಿರೀಶನಿಗೆ ಹೇಳಿದರು: “ನೀನು ಅಗ್ನಿತ್ವತ್ವವನ್ನು ಹುಡುಕುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅದನ್ನು ಕಟ್ಟಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಹುಡುಕಬೇಕು; ಹಾಗೆಯೇ ಭಗವಂತನನ್ನು ಕಾಣಬೇಕೆಂದರೆ ಅವನನ್ನು ಮನುಷ್ಯನ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಕಾಣಬಹುದು.” ಈ ಮಾತನ್ನು ಕೇಳಿಕೊಂಡ ಸ್ವಾಮೀಜಿಯವರು ಈ ಭಾವನೆಯನ್ನು ಜಗತ್ತಿನಾದ್ಯಂತ ಸಾರುವುದಾಗಿ ನಿರ್ಧಾರ ಕೈಗೊಂಡರು. ಹಾಗಾಗಿ ಸ್ವಾಮೀಜಿಯವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು, “ನೀವೆಲ್ಲರೂ ‘ಮಾತೃದೇವೋ ಭವ’, ‘ಪಿತೃದೇವೋ ಭವ’ ಎಂಬುದನ್ನು ಕೇಳಿದ್ದೀರಿ. ಆದರೆ ನಾನು ಹೇಳುತ್ತೇನೆ ‘ದರಿದ್ರದೇವೋ ಭವ’. ‘ಮೂಢದೇವೋ ಭವ’ ಎನ್ನಿ. ಅವರೇ ನಿಮ್ಮ ದೇವರಾಗಲಿ. ಇವರಿಗೆ ಮಾಡುವ ಸೇವೆಯೇ ಅತ್ಯುತ್ಕೃಷ್ಟ ಧರ್ಮ ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿಯಿರಿ.”

ಹೀಗೆ ಸ್ವಾಮೀಜಿಯವರು ಸೇವೆಯ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸ್ವರೂಪದ ಜೊತೆಗೆ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಸೂತ್ರಗಳನ್ನು ಬೆಸೆದರು. ಈ ಹೊಸ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವು ನವಭಾರತದ ಸಮಾಜ ಸೇವಕರಿಗೆಲ್ಲ ಮಾರ್ಗಸೂಚಿಯಾಗಿದೆ. ತ್ಯಾಗ, ನಿರ್ವಿವೇಕತೆ ಹಾಗೂ ಸೇವೆ ಮಾಡುವ ತೀವ್ರ ಹಂಬಲ - ಇವು ಸಮಾಜ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ತೊಡಗುವ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬನ ಗುಣಧರ್ಮವಾಗಿರಬೇಕು. ಆಗ ಕೈಗೊಳ್ಳುವ ಎಲ್ಲ ಕಾರ್ಯಗಳಿಗೂ, ಸ್ವಾಮೀಜಿ ಹೇಳುವ ಸೇವೆಯ ವ್ಯಾಪಕ ಅರ್ಥ ಬದಗಿಬಂದೀತು. ❀

ಕಲಿಯುವುದನ್ನು ಕಲಿಯಿರಿ, ಸಂತೋಷದಿಂದ ನಲಿಯಿರಿ.

ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಪ್ರಭ



೪ ಲಿಯುವುದು ಒಂದು ಹೊರೆಯಲ್ಲ. ಕಳವಳ ಮತ್ತು ಒತ್ತಡ ದಿಂದ ಮಾಡುವ ಕ್ರಿಯೆಯೂ ಅಲ್ಲ. ಆದರೆ ಅನೇಕ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ, ನಾವು ಹಾಗೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ; ಅದನ್ನು ಹಾಗೆಯೇ ಎಂದು ಭಾವಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಸಂಕಟಪಡುತ್ತೇವೆ.

ಮೊದಲಿಗೆ ನಾವು ಏಕಾಗ್ರತೆಯ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಕುರಿತು ಸ್ವಲ್ಪ ವಿಚಾರ ಮಾಡೋಣ. ಎಷ್ಟೋ ಜನ ತಮಗೆ ಏಕಾಗ್ರತೆ ಕಡಮೆಯೆಂದು ಅಥವಾ ಅದು ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲವೆಂದು ಗೊಣಗುವುದನ್ನು ನೀವು ನೋಡಿಯೇ ಇರುತ್ತೀರಿ. ಆದರೆ ಇದು ಕೇವಲ ಭ್ರಮೆಯಲ್ಲದೆ ಬೇರೆಯಲ್ಲ. ಏಕಾಗ್ರತೆ ಎನ್ನುವುದು ನೀವು ಹೊರಗಿನಿಂದ ಗಳಿಸಿಕೊಂಡು, ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಂಗತಿಯಲ್ಲ. ಇದು ಸಾಧಾರಣವಾಗಿ, ಸಹಜವಾಗಿ ಇರುವಂಥದ್ದು. ಯಾವಾಗ ಗೊತ್ತೇ? ಆ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನಿಮಗೆ ಅನವಶ್ಯಕವಾದ ಸಂಗತಿಗಳನ್ನು, ಅವುಗಳನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸದೆ ಅಥವಾ ಅವುಗಳ ವಿರುದ್ಧ ಹೋರಾಡದೆ, ಹಾಗೆಯೇ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಹೊರಹೋಗಲು ಬಿಟ್ಟುಬಿಡಿ; 'ಈಗ' ಅಥವಾ ವರ್ತಮಾನಕಾಲದಲ್ಲಿ ಪೂರ್ವಿಯಾಗಿ ಮಾನಸಿಕ ವಿಶ್ರಾಂತ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಇದ್ದುಬಿಡಿ; ಆಗ ಏಕಾಗ್ರತೆ ತಾನೇತಾನಾಗಿ ಉಂಟಾಗುವುದು. ಏಕಾಗ್ರತೆಯನ್ನುವುದು ನಿಮ್ಮ ಮುಂದೆ ಇರುವಂಥದ್ದನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ 'ಕಾಣುವುದರಲ್ಲಿ'ಯೇ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಇದೆ. ಆದರೆ, ನಾವು ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಹಂಬಲಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಪರಿಶ್ರಮಪಟ್ಟು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬೇಕು.

ಏಕಾಗ್ರತೆಗೆ ಅವಶ್ಯವಾದ ಸ್ಪಷ್ಟ ನೋಟ ಹೊಂದುವುದು ನಿಮಗೆ ಅಸಾಧ್ಯ ಎಂದು ನೀವು ಭಾವಿಸಿದರೆ, ಆರಾಮವಾಗಿ, ಆ ನಿಮ್ಮ ದೌರ್ಬಲ್ಯವನ್ನೇ ಗಮನಿಸುತ್ತಾ ಹೋಗಿ. ನಿಮ್ಮನ್ನು ಚಂಚಲರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುವ ಆಲೋಚನೆಗಳಿಗೂ ಅವಕಾಶ ಕೊಡಿ. ಅವುಗಳೊಡನೆ ಹೋರಾಡಬೇಡಿ ಅಥವಾ ಅವುಗಳನ್ನು ತಿರಸ್ಕಾರ ಮಾಡಬೇಡಿ. ಏಕೆಂದರೆ, ತಿರಸ್ಕರಿಸುವುದೇ ಒಂದು ಬಗೆಯ ಚಂಚಲತೆ. ಯಾವುದನ್ನೂ ಸ್ವಾಗತಿಸಬೇಡಿ ಅಥವಾ ದೂರಬೇಡಿ, ಸುಮ್ಮನೆ ನೋಡುತ್ತ ಹೋಗಿ. ಹೀಗೆ ಮಾಡಿದಾಗ, ಬಹಳ ಬೇಗನೆ ನಿಮ್ಮಲ್ಲೇ ಹುದುಗಿರುವ 'ಗಮನಿಸುವ ಶಕ್ತಿ' ಯು ಮಾತ್ರ ಉಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಅದನ್ನು ನೀವು ಬೇಕಾದರೆ ಏಕಾಗ್ರತೆಯೆಂದು ಕರೆಯಬಹುದು.

ಈಗ ಶಾಲೆಯ ಕಲಿಕಾವಿಧಾನದಲ್ಲಿನ ಕೆಲವು ಸಂಕೀರ್ಣ ವಿಷಯಗಳತ್ತ ಗಮನ ಹರಿಸೋಣ. ಇವುಗಳನ್ನು ನೀವು 'ಅಷ್ಟಾಂಗ ಮಾರ್ಗ' ಗಳೆಂದೂ ಕರೆಯಬಹುದು:

೧. ಪೂರ್ವಾಧ್ಯಯನ (Pre-reading): ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ

ಶಿಕ್ಷಕರು ಏನನ್ನು ಇವತ್ತು ಪಾಠ ಮಾಡುತ್ತಾರೋ, ಆ ಭಾಗವನ್ನು ಮೊದಲೇ ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿ, ಓದಿಕೊಂಡು ಹೋಗುವುದು ಬಹಳ ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿ. ಇದರಿಂದ

ಪಾಠದ ವಿಷಯವಸ್ತುವಿನ ಮೇಲೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಆಸಕ್ತಿ ಮೂಡುತ್ತದೆ. ಅದಲ್ಲದೆ, ಈ ಭಾಗವನ್ನು ಉಪಾಧ್ಯಾಯರು ಹೇಗೆ ವಿವರಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂಬ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಕುತೂಹಲ ಕೂಡ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಗಮನವಿಟ್ಟು ಕೇಳುವುದಕ್ಕೆ ಅನುಕೂಲವಾಗುತ್ತದೆ.

೨. ಅಧ್ಯಯನ ಕಾಲದ ವಿಂಗಡಣೆ (Allocation of Study Periods) : ನಿಮ್ಮದೇ ಆದ ಸ್ವಂತ ವೇಳಾಪಟ್ಟಿ ಅಥವಾ ಅಧ್ಯಯನದ ಕಾಲನಿಯಮವನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಎಲ್ಲ ವಿಷಯಗಳಿಗೂ ನಿಮ್ಮ ಅನುಕೂಲಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ, ಕಾಲವನ್ನು ವಿಂಗಡಣೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಬೇರೆಯವರು ಹೇಗೆ ತಮ್ಮ ಅಧ್ಯಯನವನ್ನು ಆಯೋಜಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ಎಂಬ ಬಗ್ಗೆ ಅನಗತ್ಯವಾಗಿ ತಲೆಕೆಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ. ಇನ್ನೊಬ್ಬರೊಡನೆ ನಿಮ್ಮನ್ನು ವಿಪರೀತವಾಗಿ ಹೋಲಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ಆ ಪ್ರಕಾರ, ನಿಮ್ಮ ಅಧ್ಯಯನ ಯೋಜನೆಯಲ್ಲಿ ಅನವಶ್ಯಕ ಮಾರ್ಪಾಡುಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಸರಿಯಲ್ಲ. ಇದರಿಂದ ಅನುಕೂಲಕ್ಕಿಂತಲೂ ತೊಂದರೆಯೇ ಜಾಸ್ತಿ.

೩. ಅಧ್ಯಯನ ಅವಧಿಗೆ ಮುಂಚಿನ ಸಿದ್ಧತೆ (Orientation before each study session): ನಿಮ್ಮ ಅಧ್ಯಯನ ಅವಧಿಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಆಯೋಜಿಸಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಅವಧಿಗೆ ಮುಂಚೆ ಕೆಲವು ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ತಯಾರಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ, ನಿಮ್ಮ ವೇಳಾಪಟ್ಟಿಯ ಪ್ರಕಾರ ನಿಗದಿತ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿಯೇ ಪ್ರತಿದಿವಸವೂ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಿ. ಅಧ್ಯಯನವನ್ನು ಆರಂಭಿಸುವುದಕ್ಕಿಂತ ಮುಂಚೆ, ಅದಕ್ಕೆ ಅಗತ್ಯವಾದ ಎಲ್ಲಾ ಪುಸ್ತಕಗಳು ಮತ್ತು ಅಧ್ಯಯನದ ಪರಿಕರಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಜೋಡಿಸಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಯಾವುದಾದರೊಂದು ವಿಷಯವನ್ನು ಓದುವುದಕ್ಕೆ ಮುಂಚೆ, ನೀವು ಈ ಹಿಂದೆ ಆ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಓದಿದ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಪಾಠದ ಮುಖ್ಯಾಂಶಗಳು ಅಥವಾ ಭಾಗವನ್ನು ನೆನಪಿಗೆ ತಂದುಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ. ಹೀಗೆ ಮಾಡಿದರೆ, ನೀವು ಹಿಂದೆ ಓದಿದ ಭಾಗದೊಡನೆ ಸಂಬಂಧ ಕಲ್ಪಿಸಲು ನಿಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸವೂ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ.

೪. ಸರಿಯಾದ ಗುರಿಯನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು (Setting of a Target): ಅಲ್ಪಕಾಲದ ಗುರಿಗಳು ದೀರ್ಘಕಾಲದ