

ಓದುವ ಕಲೆ ಮತ್ತು ರೀತಿ

ಸ್ವಾಮಿ ಧರ್ಮವ್ರತಾನಂದ

ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಜೀವನದಲ್ಲಿ ರೂಢಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ಕೆಲವು ಗುಣಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ಉಪಯುಕ್ತವಾದ ಗುಣವೇ ಓದುವ ಕಲೆ. ಎಲ್ಲರೂ ಓದಲು ಬಲ್ಲರು; ಆದರೆ ಓದನ್ನು ಕಲಿಕೆಯ ಉತ್ತಮ ಮಾಧ್ಯಮವನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸರಿಯಾದ ತರಬೇತಿಯ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ಈ ಕುರಿತು ಬೆಳಕು ಚೆಲ್ಲುವ ಲೇಖಕರು ಬೆಂಗಳೂರು ರಾಮಕೃಷ್ಣ ಮಠದಲ್ಲಿ ಸೇವೆ ಸಲ್ಲಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಉತ್ತಮ ಬರಹಗಾರರೂ, ವಾಗ್ಮಿಗಳೂ ಆಗಿರುವ ಅವರು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಯುವಜನತೆಯ ತರಬೇತಿ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ತಮ್ಮನ್ನು ತೊಡಗಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ.

ಇದು ಸ್ವಲ್ಪ ದೀರ್ಘ ವಿಚಾರವಾದ್ದರಿಂದ ವಿಶದವಾಗಿಯೇ ಹೇಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯಿಂದಲೂ cut short ಮಾಡುವಂತಿಲ್ಲ. ಮೊದಲು ನಮ್ಮ ಸನಾತನ ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಯಲ್ಲಿ ಇದ್ದ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸದ ವಿಧಾನವೆಂದರೆ ಶ್ರವಣ, ಮನನ ಮತ್ತು ನಿರ್ದಿಷ್ಟಾಸನ ಎಂಬ ವಿಧಾನದಿಂದ ಬೋಧನೆಯು ನಡೆಯುತ್ತಿತ್ತು. ಅಂದರೆ, ಕೇಳುವುದು, ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಕುರಿತು ಧ್ಯಾನಿಸುವುದು. ಈ ಮೂಲಕ ಜ್ಞಾನ ವನ್ನು ಪಡೆಯಲಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಆಗ ಬರವಣಿಗೆ ಇರುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ನೆನಪಿನ ಶಕ್ತಿಯನ್ನೇ ಅವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತಿದ್ದರು. ಆದ್ದರಿಂದ ಅವರಿಗೆ ಮರೆವು ಎಂಬುದು ಗೊತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಬರವಣಿಗೆ ಬಂದ ನಂತರ ಎಲ್ಲವೂ ಬರವಣಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಪುಸ್ತಕದ ರೂಪದಲ್ಲಿ ದೊರೆಯಲಾರಂಭಿಸಿತು. ಯಾವಾಗ ಬೇಕೋ ಆಗ ಅದನ್ನು ತೆರೆದು ಓದಿ ಇಡಬಹುದಾಯಿತು. ಇದರಿಂದ ಓದಿದ್ದನ್ನೆಲ್ಲಾ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಡುವ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇಲ್ಲದಾಯಿತು. ಇದ್ದರೂ ಅದು ಅರ್ಥಮಾತ್ರವೆಂಬಂತಾಯಿತು. ಪ್ರಯೋಜನಕ್ಕೆ ಬಾರದಂತಾಯಿತು.

ಆದರೆ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಈ ಪರೀಕ್ಷೆ ಎಂಬುದು ಅವರ ಬುದ್ಧಿ ಮತ್ತು ನೆನಪಿನ ಶಕ್ತಿಗಳ ಪರೀಕ್ಷೆ ಎಂಬಂತಾದ ಮೇಲೆ ಮತ್ತೆ ಈಗ ಅದರ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಬಂದಿದೆ. ಒಮ್ಮೆ ಕೇಳಿದ್ದು ಅಥವಾ ಓದಿದ್ದನ್ನು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು ತುಂಬಾ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಿತು. ಈಗ ನಾವು ಆ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಮಾಡೋಣ.

ಮೊದಲು ನಾವು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ್ದೇನೆಂದರೆ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು. ಇದು ಒಂದು ಸುಂದರ ಮತ್ತು ಅತಿ ಶಕ್ತಿ ಶಾಲಿಯಾದ ಸಾಧನ. ಇದನ್ನು ನಾವು ಉಪಯೋಗಿಸಿದಂತೆ ಅದು ನಮ್ಮ ಒಳಿತು ಅಥವಾ ಕೆಡುಕುಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಮೊದಲು ಅದಕ್ಕೆ ನಾವು ನಾವು ಹೇಳಿದಂತೆ ಕೇಳುವುದಕ್ಕೆ ಕಲಿಸಬೇಕು. ನಾವು ಓದುವಾಗ ಅದು ಒಂದೋ future or past ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತಿಸುತ್ತಿರುತ್ತದೆಯೇ ಹೊರತು present ಬಗ್ಗೆ ಅಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಾವು ಓದುವ ಮೊದಲು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿಗೆ



ಹೇಳಬೇಕು, ನೀನು ಈಗ ಓದಿನ ಕಡೆಗೆ ಮಾತ್ರವೇ ಗಮನ ಹರಿಸು ಎಂದು.

ಅಧ್ಯಯನವು ಒಂದು ಮಹಾಯಜ್ಞ

ಅಧ್ಯಯನ ಅಂದರೆ ಒಂದು ಮಹಾ ಸಾಧನೆ. ಅಧ್ಯಯನ ವೆಂದರೆ ಕೇವಲ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿರುವುದನ್ನು ಒಮ್ಮೆ ಕಣ್ಣಾಡಿಸಿ, ಓದಿ ದ್ದೇನೆಂದು ಭಾವಿಸುವುದಲ್ಲ. ನಾವು ಓದಿದ್ದು ನಮ್ಮ ಕಡೆಯ ದಿನದವರೆಗೆ ಬರುವಂತೆ, ನಮ್ಮ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ವೃದ್ಧಿಸುವಂತೆ ಇರಬೇಕು. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ನಾವು ಓದುವ ಸ್ಥಳ, ಸಮಯ, ವಿಧಾನ ಗಳು ಬಹು ಮುಖ್ಯ.

ಓದುವ ಕಲೆ ಅಥವಾ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹಲವು ವಿಧಾನಗಳು ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗಗಳು ಇವೆ. ಅವನ್ನೆಲ್ಲಾ ಒಂದೇ ಬಾರಿಗೆ ನೋಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದ್ದರಿಂದ ಸುಲಭವೂ ಮತ್ತು ಮುಖ್ಯವೂ ಆದ ಕೆಲವನ್ನು ಒಂದೊಂದಾಗಿ ನೋಡುತ್ತಾ ಹೋಗೋಣ.

ಮೂಲ ವಿಧಾನ

ಕೇಳುವುದು

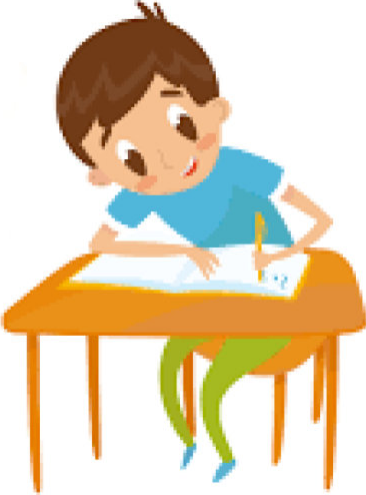
ಓದುವುದರ ಮೊದಲ ಮೆಟ್ಟಿಲೇ ಕೇಳುವುದು. ಹೌದು, ಇದು ಆಶ್ಚರ್ಯವೆನಿಸಿದರೂ ನಾವು ಕೇಳುವುದನ್ನು ಮೊದಲು ಕಲಿಯಬೇಕು. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಗುರುಗಳು ಬೋಧಿಸುತ್ತಿರು

ಯುವ ಜಾಗೃತಿ

ವಾಗ ಗಮನವಿಟ್ಟು ಕೇಳಬೇಕು. ಕೇಳುವುದರಿಂದಲೇ ನಮ್ಮ ಅರ್ಥ ಅಧ್ಯಯನವು ಆಗಿಬಿಡುತ್ತದೆ. ಅಂದಿನ ಪಾಠವನ್ನು ಮೊದಲೇ ಒಮ್ಮೆ ಓದಿಕೊಂಡು ಶಾಲೆಗೆ ಹೋದರೆ ಬಹಳ ಒಳ್ಳೆಯದು. ಓದುವಾಗಲೇ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಅರ್ಥವಾಗದ ವಿಷಯವನ್ನು ಗುರುತು ಮಾಡಿಟ್ಟುಕೊಂಡಲ್ಲಿ ಇನ್ನೂ ಒಳ್ಳೆಯದು. ಅದು ಉಪಾಧ್ಯಾಯರು ಪಾಠವನ್ನು ವಿವರವಾಗಿ ಹೇಳುವಾಗ ಬಗೆಹರಿಯುತ್ತದೆ. ನಾವು ಪಾಠವನ್ನು ಕೇಳುವಾಗ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಉಪಾಧ್ಯಾಯರಲ್ಲಿ ಕೇಂದ್ರೀಕೃತವಾಗಬೇಕು. ಇದು ನಮ್ಮ ಭವಿಷ್ಯಕ್ಕೆ ಅನುಕೂಲವಾಗುತ್ತದೆ. ನಂತರ ಯಾವುದೇ ಅನುಮಾನವಿದ್ದರೂ, ಅವರನ್ನು ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಕೇಳುವುದರಿಂದ ಅಥವಾ ಪಠ್ಯಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಓದುವುದರಿಂದ ನಿವಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಹೆಚ್ಚಿನ ಟ್ಯೂಷನ್ ತೆಗೆದು ಕೊಳ್ಳುವುದೂ ಕೂಡ ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ. ನಂತರ ನಾವು ಕೇಳಿದ್ದನ್ನು ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ನಮ್ಮ ಮಿತ್ರರಲ್ಲಿ ಚರ್ಚೆ ಕೂಡ ಮಾಡಬೇಕು. ಇದರಿಂದ ಓದಿದ್ದು ಮತ್ತು ಕೇಳಿದ್ದು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿ ಉಳಿಯಲು ಅನುಕೂಲವಾಗುತ್ತದೆ.

ಬರೆಯುವುದು

ಹತ್ತು ಬಾರಿ ಓದುವುದಕ್ಕಿಂತ ಒಂದು ಸಾರಿ ಬರೆಯುವುದು ಮೇಲು ಎಂಬುದೊಂದು ಗಾದೆ. ನಾವು ಓದುವಾಗ ಮತ್ತು ಪಾಠವನ್ನು ಕೇಳುವಾಗ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಎಲ್ಲಿರುತ್ತದೋ ತಿಳಿಯದು. ಆದರೆ ಬರೆಯುವಾಗ ಅದು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಪದವನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಬರೆಯುತ್ತದೆ. ಆಗ ನಮಗೆ ಅರ್ಥವೂ ಆಗುತ್ತದೆ. ಬರೆಯುವುದರಿಂದ ಅಕ್ಷರವೂ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಆಗುತ್ತದೆ, ಜೊತೆಗೆ ಬರವಣಿಗೆಯ ವೇಗವೂ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ; ಇದರಿಂದ ಅಭ್ಯಾಸವೂ, ಅರ್ಥವೂ ಆಗುತ್ತದೆ. ಈ ನಾಲ್ಕು ಉಪಯೋಗ ನಮಗೆ ಒಮ್ಮೆ ಬರೆಯುವುದರಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಅಂದಿನ ನೋಟ್ ಅಂದೇ ಬರೆಯುವುದು ಮುಖ್ಯ. ನಾಳೆಗೆ ಎಂದೂ



ದೂಡಬಾರದು. ನಾಳೆ ಎಂಬುದು ಎಂದಿಗೂ ಬರದು. 'ನಾಳೆ ಎಂದವನ ಮನೆ ಹಾಳು' ಎಂದು ನಮ್ಮ ಹಿರಿಯರು ಹೇಳುವುದನ್ನು ನೀವು ಕೇಳಿರಬಹುದು.

ಆಲೋಚಿಸುವುದು

ಹಸುವೊಂದು ಆಹಾರವನ್ನು ತಿನ್ನುವಾಗ ಸಿಕ್ಕಿಸಿಕ್ಕಿದ್ದನ್ನು ಗಬಗಬನೆ ತಿಂದು ಬಿಡುತ್ತದೆ. ನಂತರ ವಿಶ್ರಾಂತಿಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಹಾಗೆ ತಿಂದದ್ದನ್ನು ಮತ್ತೆ ಬಾಯಿಗೆ ತಂದು ಮೆಲ್ಲಗೆ ಮೆಲುಕು



ಹಾಕಿ, ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅರೆದು ನುಂಗಿ, ಜೀರ್ಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಅದೇ ರೀತಿ ನಾವು ಕೇಳಿದ್ದು ನಮಗೆ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿ ಉಳಿಯಬೇಕಾದರೆ ಮತ್ತು ಅದು ನಮ್ಮ ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಉಪಯೋಗವಾಗಬೇಕಾದರೆ ಅದನ್ನು ಕುರಿತು ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಆಲೋಚಿಸಬೇಕು. ಆಗ ಅದು ನಮ್ಮದಾಗುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಅದು ನಮ್ಮದಲ್ಲ. ಒಮ್ಮೆ ಕೇಳಿದ್ದು ಎಂದೂ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಸ್ಥಿರವಾಗಿ ಉಳಿಯದು ಎಂಬುದು ನಿಮಗೆಲ್ಲ ಗೊತ್ತಿರುವ ವಿಚಾರವೇ. ಒಂದು ಕಲ್ಲಿನ ಮೇಲೆಯೂ ಉಗುರಿನಿಂದ ಒಂದೇ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಗೀಚುವುದರಿಂದ ಗೆರೆಯನ್ನುಂಟುಮಾಡಬಹುದು. ಹಾಗೆ ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಓದಿದ್ದನ್ನು ಮತ್ತು ಬರೆದಿದ್ದನ್ನು ನೆನಪುಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಅದನ್ನು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಮರೆಯದಂತೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಇದು ಮೂಲಭೂತವಾದ ಓದುವ ವಿಧಾನ.

ಇತರ ವಿಧಾನಗಳು

ನಾವು ಓದುವ ಸ್ಥಳವು ಶುದ್ಧವಾಗಿಯೂ, ಗಾಳಿಯಾಡುತ್ತಿರುವಂತೆಯೂ ಮತ್ತು ಉತ್ತಮ ಬೆಳಕಿನಿಂದಲೂ ಕೂಡಿರಬೇಕು. ಅಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಶಬ್ದಮಾಲಿನ್ಯವಿರಬಾರದು. ಶಬ್ದ ಅಥವಾ ಗಲಾಟೆಯ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಏಕಾಗ್ರತೆಗೆ ಭಂಗ ಬರುವುದೇ ಹೆಚ್ಚು. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಗುಂಪಾಗಿ ಓದಬಾರದು ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ಒಂದು ಸಬ್ಜೆಕ್ಟ್ ಅನ್ನು ಕನಿಷ್ಠ ಒಂದು ಗಂಟೆಯಾದರೂ ಓದುವಂತಿರಬೇಕು. ಕ್ಷಣಕ್ಷಣಕ್ಕೂ ಆ ಸಬ್ಜೆಕ್ಟ್ ಬದಲಾಯಿಸಿದರೆ ಉಪಯೋಗವಿಲ್ಲ. ಓದುವಾಗ ಕೈ ಬೆರಳನ್ನು ಸಾಲಿನ ಕೆಳಗೆ ಕದಲಿಸುತ್ತಾ ಓದುವುದು ಉತ್ತಮ. ಇದರಿಂದ ಸಾಲುಗಳು ನಮ್ಮ ಕಣ್ಣಿನಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಪೆನ್ನು ಮತ್ತು ಪೆನ್ಸಿಲ್ ಉಪಯೋಗಿಸಬಹುದಾದರೂ ಆ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಅನಾವಶ್ಯಕವಾಗಿ ಮಾರ್ಕ್ ಬಿದ್ದು, ಅಸಹ್ಯವಾಗಬಹುದು. ಮತ್ತೊಂದು ಅಂಶ ವೆಂದರೆ ಓದುತ್ತಿರುವಾಗ ಆಯಾ ಪ್ರಾರಾಂಗಳಲ್ಲಿನ ಮುಖ್ಯ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಒಂದು ನೋಟ್ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಬರೆದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಅಥವಾ ಆ ಸಾಲುಗಳನ್ನು ಹೈಲೈಟ್ ಅಥವಾ ಪೆನ್ಸಿಲ್ ಉಪಯೋಗಿಸಿ ಮಾರ್ಕ್ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಉತ್ತಮ. ಆ ಪಾಠವನ್ನು ಓದಿ ಮುಗಿಸಿದ ನಂತರ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಮುಖ್ಯಾಂಶಗಳನ್ನು ಓದಲು ಇದು ಅನುಕೂಲ ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ. ಪರೀಕ್ಷಾ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕಡಿಮೆ ಸಮಯವಿದ್ದು, ಹೆಚ್ಚಿನ ಓದಿಗೆ ಅವಕಾಶವಿಲ್ಲದಿದ್ದಾಗ ಈ ನಮ್ಮ ಕೆಲಸ (ಹೈಲೈಟ್ ಮಾಡುವುದು) ಬಹಳ ಉಪಯೋಗಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಅದೂ ಅಲ್ಲದೆ ನಾವೇ ಸ್ವತಃ ಫುಟ್ ನೋಟ್ಸ್ ಬರೆದಿಟ್ಟರೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾಹಿತಿಯೂ ದೊರಕುತ್ತದೆ.

ಓದುವಾಗ ಎಡಗೈಯ ತೋರುಬೆರಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿ. ಬಲಗೈಯಿಂದ ಬರೆಯಲು ಅನುಕೂಲ. ಎಡಗೈ ಉಪಯೋಗಿಸುವವರು ಬಲಗೈಯಿಂದ ಓದಿ. ಎಡಗೈಯಿಂದ ಬರೆಯಬಹುದು. ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಬರೆಯುವ ಕೈ ಬಿಡುವಿನಿಂದ ಇರಬೇಕು. ಇದರಿಂದ ನಮ್ಮ ಬಲ ಮತ್ತು ಎಡ ಮೆದುಳುಗಳು ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಆರಂಭಿಸುತ್ತವೆ. ಇಲ್ಲದಿದ್ದಲ್ಲಿ ಮತ್ತೊಂದು ಮೆದುಳು ಅನಾವಶ್ಯಕವಾದ ಚಿಂತನೆ ಮಾಡುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಬಹುದು. ಒಬ್ಬೊಬ್ಬರೇ ಓದುವಾಗ ಒಮ್ಮೊಮ್ಮೆ ನಿದ್ರೆಯೂ ಬರಬಹುದು. ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಇರಬೇಕು. ಆಗ ಸ್ವಲ್ಪ ಜೋರಾಗಿ ನಮಗೇ ಕೇಳಿಸುವಂತೆ ಓದುವುದನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು. ಇದರಿಂದ ನಿದ್ರೆಯಿಂದ ಸ್ವಲ್ಪ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಜೊತೆಗೆ ಓದಿದ ವಿಚಾರಗಳೂ ಸ್ವಲ್ಪ ಸರಿಯಾಗಿ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಇತರರೊಡನೆ ಗುಂಪಾಗಿ ಇರುವಾಗ ನಾವು ಮತ್ತೊಬ್ಬರಿಗೆ ಕೇಳಿಸುವಂತೆ ಓದಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮುಖವನ್ನು ಆಗಾಗ ತಣ್ಣೀರಿನಿಂದ ತೊಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು, ನಿಂತುಕೊಳ್ಳುವುದು ಅಥವಾ ಜೋರಾಗಿ ಒಂದೆರಡು ನಿಮಿಷ ಓಡುವುದು ಉತ್ತಮ ಉಪಾಯ.

ಯಾರು ಮೊದಲು ಪದಪದವನ್ನು ನಿಧಾನವಾಗಿ, ಸರಿಯಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡು ಓದಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವರೋ, ನಂತರದಲ್ಲಿ ಅವರ ಓದುವ ವೇಗವು ಹೆಚ್ಚುತ್ತಾ ಬರುತ್ತದೆ. ಅದು ನಮ್ಮ ಓದುವಿಕೆಯನ್ನು ೨ ಅಥವಾ ೩ ಪಟ್ಟು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಸಮಯದ ಅಭಾವವೂ ನೀಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಒಂದು ಎಚ್ಚರಿಕೆ : ಓದಿದ್ದು ಅರ್ಥವಾಗಬೇಕು. ಕೇವಲ ದಿನಪತ್ರಿಕೆ

ಯನ್ನು ಓದಿದಂತಲ್ಲ ನಮ್ಮ ಈ ಶಾಲಾ ಪುಸ್ತಕಗಳ ಅಧ್ಯಯನ. ಓದುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ನಿಮ್ಮ ಮೆದುಳೂ ಕೂಡ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬೇಕು. ನಾವು ಏನನ್ನೇ ಮಾಡಿದರೂ ನಮ್ಮ ಮೆದುಳು ಅದನ್ನು ಚಿತ್ರಗಳ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಮುದ್ರಿಸಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಪಾರಿವಾಳದ ಗೂಡಿನಂತೆ. ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಒಟ್ಟಾಗಿ ಸೇರಿಸಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಸಮಯ ಬಂದಾಗ ಹೆಚ್ಚು ತೆಗೆದುಕೊಡುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅದನ್ನು ಮೊದಲು ಸರಿಯಾಗಿ ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮುಖ್ಯ. ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಮೆದುಳಿಗೆ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಸದಿದ್ದರೆ ಅದು ಹಗಲುಗನಸನ್ನು ಕಾಣುತ್ತಾ ನಿಮ್ಮ ಮುಖ್ಯ ಸಮಯವನ್ನು ಹಾಳು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಮನಸ್ಸು ಮಂಗನಂತೆ. ಸ್ವಲ್ಪ ಗಮನ ನೀಡದಿದ್ದರೂ ಅದು ನಮ್ಮಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಈ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡದಿದ್ದರೆ ನೀವು ಓದಿದ್ದನ್ನೇ ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಓದಬೇಕಾಗಬಹುದು.

ಓದುವಾಗ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಕಣ್ಣುಗಳ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಸ್ವಲ್ಪ ಗಮನವನ್ನು ನೀಡಬೇಕು. ಕಣ್ಣನ್ನು ಆಗಾಗ ತಣ್ಣೀರಿನಿಂದ ತೊಳೆಯಿರಿ. ಇದರಿಂದ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಶ್ರಮವು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ ಅಲ್ಲದೆ ಅದು ನಿದ್ರೆಬರುವುದನ್ನೂ ತಪ್ಪಿಸುತ್ತದೆ. ಕಣ್ಣು ಉರಿ ಬರುವುದು, ಕೆಂಪಾಗುವುದು ಕೂಡ ತಪ್ಪುತ್ತದೆ. ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಕಣ್ಣಿನಿಂದ ಸುಮಾರು ಒಂದು ಒಂದೂವರೆ ಅಡಿ ದೂರದಲ್ಲಿಟ್ಟು ಓದುವುದು ಉತ್ತಮ. ಇದರಿಂದ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಆಗುವ ಅನಾನುಕೂಲವನ್ನು ಮತ್ತು ದೃಷ್ಟಿದೋಷ ಉಂಟಾಗುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಬಹುದು. ಓದುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಆಗಾಗ ಹಸಿರು ಗಿಡ-ಮರಗಳನ್ನು, ಹೊರಗಿನ ಪ್ರಕೃತಿಯನ್ನು ನೋಡುತ್ತಾ ಇರಿ. ಮಧ್ಯಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ನೀರು ಕುಡಿಯುವುದು, ನಿಧಾನವಾಗಿ ಉಸಿರಾಡುವುದು, ಅಥವಾ ನಿಧಾನವಾದ ದೀರ್ಘ ಉಸಿರಾಟವನ್ನು ಮಾಡುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಇದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ದೇಹಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಆಮ್ಲಜನಕ ದೊರೆತು ಉತ್ಸಾಹ ಮೂಡುವುದು. ಮೆದುಳಿಗೆ ಆಹಾರವೇ ಈ ಆಮ್ಲಜನಕ.



ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯ ಲಕ್ಷಣ

ಯಃ ಸತತಂ ಪರಿಷ್ಕಚ್ಛತಿ ಶೃಣೋತಿ ಸಂಧಾರಯತ್ಯನಿಶಂ |
ತಸ್ಯ ದಿವಾಕರಕಿರಣೈಃ ಸಂವಿವಿಧವಿವರ್ಧತೇ ಬುದ್ಧಿಃ ||

‘ಯಾವನು ಯಾವಾಗಲೂ ಪ್ರಶ್ನೆ ಮಾಡುತ್ತಾನೋ, ಕಿವಿಗೊಟ್ಟು ಕೇಳುತ್ತಾನೋ ಮತ್ತು ಯಾವಾಗಲೂ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮನದಟ್ಟು ಮಾಡುತ್ತಾನೋ ಅವನ ಬುದ್ಧಿಯು ಸೂರ್ಯನ ಕಿರಣಗಳಿಂದ ತಾವರೆ ಬೆಳೆಯುವಂತೆ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ.’

— ಪಂಚತಂತ್ರ