

ادرس

بذكاء

وليس

بجهد

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

أدرس
بذكاء
وليس
بجهد

كيفن بول، حاصل على الماجستير

✓ أيقظ العبقرى الكامن بداخلك

✓ تعلم كيف تتعلم

✓ ضاعف من سعة ذاكرتك ١٠٠ مرة

✓ نشط بطاريات عقلك



... ليست مجرد مكتبة (المملكة العربية السعودية)

+ ٩٦٦ ١ ٤٦٦٦٠٠٠	تليفون	ص ب ٢١٩٦
+ ٩٦٦ ١ ٤٦٥٦٢٦٢	فاكس	الرياض ١١٤٧١
+ ٩٦٦ ١ ٤٦٦٦٠٠٠	تليفون	المعارض : الرياض (المملكة العربية السعودية)
+ ٩٦٦ ١ ٤٧٧٣١٤٠	تليفون	شارع العليا
+ ٩٦٦ ١ ٢٠٥٧٠١٠	تليفون	شارع الأحساء
+ ٩٦٦ ١ ٣٧٨٨٤١١	تليفون	الحياة مول
+ ٩٦٦ ١ ٣٧٥٤٧١٠	تليفون	طريق الملك عبد الله (حي الحمراء)
		الدائري الشمالي (مخرج ٦/٥)
		القصيم (المملكة العربية السعودية)
+ ٩٦٦ ٦ ٢٨١٠٠٣٦	تليفون	شارع عثمان بن عفان
		الخيفر (المملكة العربية السعودية)
+ ٩٦٦ ٣ ٨٩٤٣٣١١	تليفون	شارع الكورنيش
+ ٩٦٦ ٣ ٨٩٨٢٤٩١	تليفون	مجمع الراند
		الدمام (المملكة العربية السعودية)
+ ٩٦٦ ٣ ٨٠٩٠٤٤١	تليفون	الشارع الأول
		الأحساء (المملكة العربية السعودية)
+ ٩٦٦ ٣ ٥٢١١٥٠١	تليفون	المرزق طريق الظهران
+ ٩٦٦ ٣ ٣٤٠١٥٥٥	تليفون	الجبيل . الجبيل الصناعية
		جدة (المملكة العربية السعودية)
+ ٩٦٦ ٣ ٦٨٣٧٦٦٦	تليفون	شارع صاري
+ ٩٦٦ ٣ ٦٧٣٢٧٢٧	تليفون	شارع فلسطين
+ ٩٦٦ ٣ ٦٧١١١٦٧	تليفون	شارع التنمية
+ ٩٦٦ ٣ ٤٢٠٢٠٥٠	تليفون	شارع الأمير سلطان
+ ٩٦٦ ٣ ٦٨٧٢٧٤٣	تليفون	شارع عبدالله السليمان (جامعة بلذا)
		مكة المكرمة (المملكة العربية السعودية)
+ ٩٦٦ ٣ ٥٦٠٦١١٦	تليفون	أسواق الحجاز
		العينينة المنورة (المملكة العربية السعودية)
+ ٩٦٦ ٤ ٤٤٦٦٧٦١	تليفون	جوار مسجد الفيلتين
		الوحوحة (دولة قطر)
+ ٩٧٤ ٤٤٤٠٢١٢	تليفون	طريق سلوى . تقاطع رمادا
		أبو ظبي (الإمارات العربية المتحدة)
+ ٩٧١ ٣ ٦٧٣٣٩٩٩	تليفون	مركز الميناء
		الكويت (دولة الكويت)
+ ٩٦٥ ٣٦١٠١١١	تليفون	حولي . شارع تونس
+ ٩٦٥ ٤٩٢٨٣٣٤	تليفون	السويح . شارع الجبراء (البيسبي)

موقعنا على الإنترنت www.jarirbookstore.com

للمزيد من المعلومات الرجاء مراسلتنا على :

jbpublications@jarirbookstore.com

إعادة طبع الطبعة الرابعة ٢٠٠٨ م

حقوق الترجمة العربية والنشر والتوزيع محفوظة لمكتبة جرير

Copyright © 2005 by International Self-Counsel Press Ltd. All rights reserved.
Arabic language edition Published by arrangement with International Self-Counsel Press, Ltd. North Vancouver, British Columbia, Canada.

ARABIC language edition published by JARIR BOOKSTORE. Copyright © 2006.
All rights reserved. No part of this book may be reproduced or transmitted in any form or by any means, electronic or mechanical, including photocopying, recording or by any information storage retrieval system without permission.

Study Smarter, Not Harder

Kevin Paul, M.A.



Self-Counsel Press
REFERENCE SERIES

www.self-counsel.com

المحتويات

شكر وتقدير	١
الجزء الأول: مقدمة	١
١. ثورة المعرفة	٢
٢. يمكنك أن تتعلم أي شيء	٧
أ. أنت شخص عبقرى	٧
ب. من يستطيع القيام بهذا؟	٩
ج. كيف يمكن أن يكون هذا ممكناً؟	١٠
د. لماذا من المهم أن تحرر العبقرى الكامن بداخلك؟	١٠
هـ. من أين أبدأ؟	١٢
و. ماذا يجب أن تتوقع؟	١٢
ز. المسؤولية الشخصية	١٤
الجزء ٢: الأساسيات	
٣. إمكانيات عقلك المذهلة ونسبة ذكائك المدهشة	١٧
أ. يمكن لهذا الفصل أن يغير حياتك	١٧
ب. الأعداد التي سوف تغير حياتك	١٨
ج. يوجد أكثر من كمبيوتر واحد بداخل رأسك	١٨
١. ثلاثة عقول في عقل واحد	١٩
٢. وضع عقلك في الحالة المثلى لأقصى تعلم	٢١
د. العقل ثنائي الجوانب	٢٢
هـ. كيف نركب موجات العقل	٢٣
و. ثلاثة أشكال للتعلم	٢٥
١. الرؤية	٢٥
٢. السمع	٢٦
٣. الفعل	٢٦
ز. سبعة أنواع للذكاء	٢٧
١. الذكاء اللغوي	٢٧
٢. الذكاء الحسابي/المنطقي	٢٧

٢٨	٣. الذكاء الموسيقي
٢٨	٤. الذكاء المرئي/المكاني
٢٩	٥. الذكاء البدني
٢٩	٦. ذكاء التواصل مع الآخرين
٢٩	٧. ذكاء التواصل مع الذات
٣٠	ح. وماذا بعد؟
٣١	٤. الإعداد: أهم جزء من أجزاء عملية التعلم
٣١	أ. إن إعداد نفسك للتعلم هو أهم جزء من عملية التعلم
٣٢	ب. ما الذي تهدف لتحقيقه من وراء عملية الإعداد؟
٣٣	ج. إعداد مكان الاستذكار
٣٤	١. قم بإيجاد مكان للمذاكرة
٣٥	٢. اجعله مكاناً مريحاً
٣٦	٣. افحص الإضاءة
٣٦	٤. احتفظ بكل شيء في متناول يديك
٣٦	٥. أرسل الكثير من الرسائل الإيجابية حول المكان
٣٧	٦. قم بإثراء بيئتك المحيطة
٣٨	د. إعداد عقلك للاستذكار
٣٨	١. حدد غاياتك وأهدافك
٣٩	٢. خطط للكثير من الأنشطة
٣٩	٣. قم بإعداد حالتك العقلية، والجسدية
٥٤	٤. قم بتنشيط وتفعيل معارفك
٥٥	هـ. التسلسل الواجب اتباعه لإعداد نفسك للاستذكار
٥٦	و. كلمة أخيرة بخصوص عملية الإعداد للاستذكار
٥٩	٥. الذاكرة
٥٩	أ. القواعد المتعلقة بالذاكرة
٥٩	١. ما الذاكرة؟
٦٠	٢. المراحل الثلاث المميزة للذاكرة
٦٠	٣. النموذج الأساسي للذاكرة
٦١	٤. النسيان
٦٢	٥. تأثير الحواس المتعددة
٦٢	٦. التأثيرات الأكثر حداثة وتأثيرات الترتيب الأول
٦٥	٧. تأثير التشابه

٦٦	٨ . تأثير الارتباطات الذهنية
٦٨	٩ . تأثير الغرابة
٦٨	١٠ . تأثير التحديد
٦٨	١١ . تأثير التكرار
٦٨	ب . تحسين ذاكرتك للاستذكار
٦٩	١ . استرخ
٦٩	٢ . كن نشطاً
٧٠	٣ . استخدم العديد من أنواع ذكائك
٧٠	٤ . استخدم فترات أقصر من الوقت لأداء مهام متعددة
٧١	٥ . قم بتقسيم المادة الدراسية
٧١	٦ . قم بتكوين ارتباطات ذهنية قوية
٧١	٧ . التدرّب على ما تم استذكاره
٧٢	٨ . قم بالمراجعة مبكراً وعلى أساس منتظم
٧٢	٩ . طور أدوات معاونة أساسية لذاكرتك
٧٢	١٠ . تدرّب ثم تدرّب ثم تدرّب
٧٢	١١ . فكّر في الأمر عند النوم
٧٢	١٢ . استكشف الأدوات المعاونة المتقدمة للذاكرة
٧٥	٦ . التركيز
٧٥	أ . ما التركيز؟
٧٦	ب . ما الذي يعوق ويتداخل مع عملية التركيز؟
٧٦	١ . عوامل التشتت الخارجية
٧٧	٢ . عوامل التشتت الداخلية
٧٧	٣ . الافتقار إلى التركيز أو الأهداف
٧٧	ج . كيف يمكنك تحسين قدرتك على التركيز؟
٨٠	د . خطة لرفع لياقة التركيز للاستذكار
٨١	هـ . ماذا يمكن أن تفعل إذا لم يصلح معك شيء من تلك الأساليب؟
٨٣	٧ . الـ ١٢ قاعدةً لمهارات التعلم (ملخص القصة حتى تلك اللحظة)
٨٣	أ . القاعدة ١: ثق بقدراتك
٨٤	ب . القاعدة ٢: استعد
٨٤	ج . القاعدة ٣: قم بتنظيم نفسك وعملك
٨٥	د . القاعدة ٤: قم بقضاء وقتك في الأشياء المفيدة
٨٥	هـ . القاعدة ٥: حافظ على انضباطك

٨٦	و. القاعدة ٦: تجل بالإصرار والمثابرة
٨٦	ز. القاعدة ٧: فرق تسد
٨٦	ح. القاعدة ٨: يجب أن تصبح مرشحاً للمعلومات
٨٧	ط. القاعدة ٩: تمرن على رفع جودة الخرجات مثلما تتمرن في المدخلات
٨٧	ي. القاعدة ١٠: لا نخش أخطاءك
٨٨	ك. القاعدة ١١: استغل كل ما تملك لتصنيع أدوات استذكار معاونة
٨٨	ل. القاعدة ١٢: كن نشطاً
٩١	الجزء ٣: صندوق الأدوات
٩٣	٨. تحديد الأهداف والدافعية
٩٣	أ. ما أهمية تحديد الأهداف؟
٩٣	ب. أساسيات تحديد الأهداف
٩٤	١. ابدأ الآن
٩٤	٢. قم بتدوين أهدافك
٩٤	٣. احتفظ بالعديد من القوائم وفقاً للتدرج الزمني
٩٤	٤. قم بوضع الأولويات
٩٥	٥. تحد نفسك
٩٥	٦. كن محمداً
٩٦	٧. قم بتضمين الأفعال
٩٦	٨. توقع حدوث الإخفاق
٩٦	٩. أعد الكتابة، راجع، أعد التفقد، استعرض؛ غير
٩٦	١٠. اربط أهدافك
٩٧	١١. تمتع بالرحلة
٩٧	ج. تحديد الأهداف والاستذكار
٩٧	١. الأهداف طويلة الأجل
٩٨	٢. الأهداف متوسطة الأجل
٩٨	٣. الأهداف قصيرة الأجل
٩٨	٤. الأهداف الآنية
٩٩	٥. قائمة المهام المطلوب القيام بها
١٠١	٩. إدارة الوقت
١٠١	أ. التحكم في وقت استذراك؛ إنه أمر بسيط!
١٠٢	ب. تحديد الأولويات
١٠٢	ج. التعامل مع مشكلة تأجيل الاستذكار

المحتويات

- ١٠٢ .١ استعد
- ١٠٢ .٢ حدد أهداف استذكارك
- ١٠٢ .٣ تخيل قدر الصعوبة التي قد تواجهك
- ١٠٤ .٤ تخيل ما ستحصل عليه من متعة
- ١٠٤ .٥ أعط نفسك الحق في تأجيل بعض الأشياء
- ١٠٤ د. قم بإنجاز ما عليك بشكل صحيح من المرة الأولى
- ١٠٥ هـ. وضع الجداول
 - ١٠٦ .١ خطط لجدول رئيسي أسبوعي
 - ١٠٦ .٢ أضف وقت الاستذكار إلى جدولك
 - ١٠٦ .٣ أضف البنود غير المتعلقة بالاستذكار إلى جدولك
 - ١٠٦ .٤ كن مرناً ومثابراً
 - ١٠٦ .٥ اترك مساحة فارغة
 - ١٠٧ و. استخدام قوائم الأشياء التي يجب القيام بها
 - ١٠٩ ز. استخدام التقويم والأجندات
 - ١٠٩ ح. تطبيق قاعدة فرق تسد
 - ١١١ ط. استخدام كسور وأجزاء من الوقت
 - ١١٢ ي. تفهم مراحل دورة اليقظة والانتباه
 - ١١٣ ك. استخدام القوائم
 - ١١٤ ل. تبديد الوقت مقابل وقت التعطل المناسب
- ١١٥ ١٠. مصدر المعلومات الأول: الاستذكار بالقراءة
 - ١١٥ أ. الأنواع المختلفة للقراءة
 - ١١٦ ب. الغرض من الاستذكار بالقراءة
 - ١١٧ ج. ماذا عن القراءة بسرعة؟
 - ١١٧ د. وسائل ونظم القراءة
 - ١١٨ هـ. قواعد الحصول على أكبر قدر من الاستفادة من استذكارك بالقراءة
 - ١١٨ .١ قم بالتخطيط لطريقك
 - ١٢٠ .٢ استخدم وسيلة مرنة
 - ١٢٠ .٣ كن متأنياً: قم بها بالشكل الصحيح من المرة الأولى
 - ١٢٠ .٤ كن نشطاً وفعالاً
 - ١٢١ .٥ غير من إيقاع سرعتك بما يتناسب هدفك
 - ١٢٢ .٦ اجعل المادة التي تستذكرها جزءاً منك
 - ١٢٣ .٧ تفحص بينتك المادية المحيطة بك
 - ١٢٣ .٨ التخلص من الأعراض المترامنة لتجول العين بلا هدف

١٢٥	٩. وضع وقت استذكارك موضع الاعتبار
١٢٥	١٠. قم بالدمج
١٢٧	١١. مصدر المعلومات الثاني: محاضرات الفصل
١٢٨	أ. قبل الدخول للفصل
١٢٨	١. قم بإعداد ذهنك
١٢٨	٢. قم بإعداد جسدك
١٢٩	٣. ما لا يجب عليك فعله قبل محاضراتك الدراسية
١٢٩	ب. أثناء الفصل الدراسي
١٢٩	١. الحضور
١٢٩	٢. أين يجب أن تجلس ولماذا
١٣٠	٣. الاستماع الفعال
١٣١	٤. قم بتدوين ملاحظات
١٣٢	٥. هل يجب أن أسجل المحاضرة على شريط كاسيت؟
١٣٣	ج. بعد الفصل الدراسي
١٣٣	١. بعد الفصل مباشرة
١٣٤	٢. قبل دخول الفصل الدراسي التالي
١٣٤	٣. خلال أسبوع واحد من الفصل الدراسي
١٣٤	٤. خلال شهر واحد من الفصل الدراسي
١٣٥	٥. اقترض وإقراض الملاحظات، بعض النقاط التوضيحية
١٣٦	د. التعلم من خلال شرائط الكاسيت والفيديو
١٣٦	١. المزايا
١٣٦	٢. العيوب
١٣٧	٣. استراتيجيات التعلم
١٣٩	١٢. أدوات الاستذكار
١٣٩	أ. الأدوات الأساسية: الضروريات
١٣٩	١. القراءة وعمل ملاحظات حول القراءة
١٣٩	٢. الاستماع وتدوين الملاحظات أثناء المحاضرة
١٤٠	٣. النوم
١٤٠	٤. استخدم القلم الجاف... أو الرصاص... أو الشمع الملون
١٤٠	٥. استخدم صوتك
١٤١	٦. أدوات مقوية للذاكرة
١٤١	ب. أدوات القوة
١٤١	١. بطاقات اللحمت الموحدة

١٤٤	٢. الخرائط الذهنية: أفضل أداة استذكار تم ابتكارها على الإطلاق
١٥١	ج. أدوات اختيارية
١٥٣	١٣. الاختبارات
١٥٣	أ. الاستعداد للاختبار
١٥٣	١. أثناء دراسة المقرر الدراسي
١٥٥	٢. ما قبل الاختبار مباشرة: "نهاية المطاف"
١٥٨	٣. تفاصيل عملية
١٥٩	٤. التوقع كمرشد للاستذكار
١٥٩	٥. التعامل مع القلق
١٦٠	ب. إجابة الاختبار: تلميحات تساعدك على النجاح
١٦٠	١. يوم الاختبار
١٦١	٢. مبادئ عامة لكافة الاختبارات
١٦٢	٣. الاختبارات الموضوعية (الاختبار من متعدد والصواب والخطأ)
١٦٤	٤. اختبارات المقال
١٦٥	٥. الاختبارات المختلطة
١٦٦	٦. التعامل مع الشعور بالقلق أثناء الاختبار
١٦٧	١٤. المقال
١٦٧	أ. ما المقال؟
١٦٨	ب. ثلاثة أسرار للنجاح في كتابة المقالات
١٦٨	١. ابدأ مبكراً
١٦٨	٢. فرّق تسد
١٦٩	٣. خصص وقتاً للتنقيح
١٦٩	ج. خطوات بناء المقال
١٦٩	١. الخطوة ١: كن واضحاً فيما يتعلق بالمهمة
١٦٩	٢. الخطوة ٢: اجعل موضوعك محدداً
١٧٠	٣. المرحلة ٢: العصف الذهني
١٧١	٤. المرحلة ٤: قم بجمع معلومات؛ ابحث
١٧٢	٥. المرحلة ٥: نظم مادتك العلمية؛ اختصر
١٧٢	٦. المرحلة ٦: اكتب المسودة الأولى
١٧٢	٧. المرحلة ٧: لا تفعل شيئاً؛ اجعل الأمر يمض
١٧٢	٨. المرحلة ٨: راجع وعدل
١٧٢	٩. المرحلة ٩: اكتب المسودة الثانية

١٠. المرحلة ١٠: قم بالتهذيب؛ فالأشياء الصغيرة لها أهمية! ١٧٣
- د. ما شكل المقال المثالي؟ ١٧٣
١. الهيكل ١٧٣
٢. أسلوب الكتابة ١٧٥
١٥. النجاح: كيف تحافظ على استمراره حالما تجرزه ١٧٧
- أ. لا تقنع بالحصول على درجة "جيد بدرجة كافية" ١٧٧
- ب. التزم بالوصول لشيء أفضل ١٧٨
- ج. لا تمكث في مكان واحد ١٧٩
- د. استمتع بالرحلة ١٧٩
- هـ. مبدأ Kaizen، والاتساق، والشغف ١٧٩
١. مبدأ Kaizen 179
٢. المثابرة ١٨٠
٣. الشغف بعمل الشيء ١٨٠
- و. استمر ١٨١

الجزء ٤: أدوات التميز

١٦. قوائم أفضل التلميحات ١٨٥
١٧. برنامج الأيام العشرة للبداية السريعة لتعزيز قدرتك
- على الاستذكار والحفاظ عليها عند أعلى مستوياتها ١٩٧
- أ. لأي مدى ترغب في التغيير؟ ١٩٧
- ب. برنامج الأيام العشرة للبداية السريعة ١٩٩
١٨. دليل استذكار "الطوارئ" المكثف في ٥ أيام ٢٠٥
- أ. ما مدى سوء الموقف؟ ٢٠٥
- ب. القواعد الأساسية للضغط والتكثيف الفعال ٢٠٦
١. جهز نفسك ذهنياً ٢٠٦
٢. قم بوضع خطة تركز على ما هو ممكن تحقيقه ٢٠٧
٣. اتبع الخطة ٢٠٧
٤. فعالية، فعالية، فعالية ٢٠٧
- ج. خطة الأيام الخمسة البسيطة ٢٠٧

أهديه لوالديّ، دورين وكليف بول. فجملة "أنا أحب أن أتعلم"
تلك الهبة الرائعة هي منهم وأنا أحملها معي دائماً.

وكذلك أهدى كتابي هذا لكل الطلاب من كل الأعمار الراغبين في أن يكونوا أفضل
متعلمين بقدر إمكانهم؛ وإلى الآباء الذين يرغبون في منح تلك الهبة لأبنائهم.

شكر وتقدير

يحتوي هذا الكتاب على العديد من أفكارى الخاصة وتفسيراتي لأفكار الآخرين. ومع ذلك، لم يكن يتسنى لي أن تكون لدي أفكار وتفسيرات خاصة بي لولا الفرص التي أتاحت لي في بداية عملي، ولولا عمل الباحثين المهمين والكتاب العاملين في مجال التعلم ومهارات الاستذكار. وأود أن أتقدم بالشكر إلي د. هوراس بيتش للمبادرة الجريئة التي قام بها عندما قام بتوظيفي كمدرس حديث الخبرة لمهارات التعلم والدراسة. كذلك أقدم امتناني إلى د. جو بارسون وشيرلي هاندرسون لكونهما الناصحين وزملاء لي في إدارة مهارات التعلم بقسم الخدمات الاستشارية بجامعة فيكتوريا.

يوجد العديد من الكتب الرائعة والتي كانت، على مدى السنوات، الأساس لوجهة نظري ورأبي الشخصي فيما يتعلق بمهارات التعلم. وكان أفضل تلك الكتب ما كان من تأليف الكتاب وولتر بووك، وهاوارد جاردنر، وكولين روز، وتوني بوزان. وأنصح بقراءة تلك الكتب مثلما أنصح بقراءة كتابي هذا.

كذلك زودتني كارين بول ببصيرتها النافذة مستغلة كونها مدرسة بالمدارس الثانوية ومعلمة بالجامعة. أتوجه لها أيضاً بالشكر لصبرها معي أثناء تجميع مادة هذا الكتاب. وبمناسبة الحديث عن الصبر...

تستحق روث ويلسون ميدالية استحقات وجدارة لتفهمها وصبرها حيث كانت تصلها المادة المكتوبة لهذا الكتاب على أجزاء عديدة. وكانت حرفيتها الفائقة، وموهبتها، وقسم التحرير التابع لها، هو ما أخرج هذا الكتاب بمستوى أعلى بكثير مما يمكنني أن أفسر أن أقوم به. وعلى الرغم من اليقظة البالغة للمحررين (والتي تدهشني بشكل دائم لمستوى دقة ملاحظاتهم ومتابعتهم للتفاصيل الدقيقة في عملية التحرير)، فأى أخطاء قد تجدها يجب أن تُعزى إلي أنا وحدي.

الجزء ا

مقدمة

**** معرفتي ****
www.ibtesama.com
منتديات مجلة الإبتسامة

المعرفة هي عين
الرغبة ويمكن
أن تصبح الريان
المرشد للروح.

ويل ديورانت

ثورة المعرفة

هل تعلم أن معدل ظهور المعلومات الجديدة يتضاعف كل ستة أشهر؟ هل تعلم أن معظم ما تتعلمه اليوم سيصبح معلومات عتيقة خلال عامين فقط؟

هل أنت قلق بخصوص كيفية متابعتك للتطورات والتغيرات الجديدة؟ هل تترك ثورة المعلومات في المدرسة؟ في العمل؟ أو المنزل؟ هل تسبب لك الشعور بالقلق؟
هل تشعر أنك

مضغوط؟

مرتبك؟

تحل بالثقة بالنفس والشجاعة! الحل لجميع مشاكلك وشعورك بالقلق أقرب مما يمكنك أن تتصور. الحل يقع بالفعل بين أذنك.

أنت تمتلك بالفعل المحرك الذي تحتاجه -عقلك- لتتكيف وتنجح في العالم الذي فيه يجب عليك الاستمرار في تعلم أشياء جديدة. كل ما تحتاجه هو الأدوات والوسائل لتشغيل المحرك بقدر من الفعالية والكفاءة أعلى مما هو عليه الآن.

ترى كم يبلغ اتساع مجال التحسن والتطوير الذي تمتلكه ويمكنك تحقيقه؟ فكر فيها على هذا النحو فقط. ففوة عقلك وقدرتك على التعلم تشبه الفضاء. فما تستخدمه منها فعلياً هو مجرد شيء لا يذكر مقارنة بقدراتك الحقيقية. وتلك القدرات الكامنة غير المستغلة أشبه في اتساعها بالفضاء الذي لم يتم سبر أغواره بعد.

فهما كان مستوى قدرتك الحالي على التعلم أو ما يمكنك تحقيقه، **يمكنك أن تحقق**

الأفضل!

- إذا كنت تفشل في اجتياز الاختبارات، فستنجح في هذا.
- إذا كنت تنجح فيها، يمكن أن تحصل على درجة جيد جداً.
- إذا كنت تحصل على درجة جيد جداً، فبإمكانك أن تحقق الامتياز.
- إذا كنت تحصل على الامتياز، فما زال بإمكانك تحقيق ما هو أفضل من هذا!

ما الذي يتطلبه الأمر لتبدأ خطواتك في طريق تحقيق التفوق التحصيلي الذي تبشر به قدراتك الكامنة على التعلم؟ يتطلب هذا الأمر ثلاثة أشياء:

(أ) رغبتك أنت في أن تصبح متعلماً أفضل. وانقاء كتاب مثل هذا الذي بين يديك يعتبر البداية. فهذا يدل على أنك تريد توسيع آفاقك.

(ب) أن تؤمن بنفسك وقدراتك. فسمو وارتفاع التقدير الذاتي هو مكون أساسي للنجاح في أي نشاط تقوم به، وينطبق هذا بشكل خاص على الدراسة والتعلم. ويعرض الفصلان ١، ٢ بعض الأساسيات لتقدير قدرتك على التعلم بشكل جديد تماماً. الهدف من تلك الأساسيات إثبات أن قدرتك على الاكتساب والتعلم في أي مجال هي أمر ليس ببعيد. وفي الفصول ٤، ٥، ٦ ستعرف كيف يمكنك أن تبني وتعزز إيمانك بذاتك وتنشطه في كل جلسة دراسية تحضرها.

(ج) اكتشف صندوق أدوات سحراً غير محدود. إن تواجد الرغبة والتقدير المرتفع للذات من الأمور الجيدة حقاً، ولكنهما بلا فائدة بدون وجود بعض الوسائل لبناء تلك الأساسيات والتدريب على استغلالها. فالبيت يكون راسخاً وقوياً بقدر قوة أساساته، ولكن لا يمكنك أن تحيا أو تعيش فوق الأساسات فقط. لا بد لك من أن تبني فوقها. والفصول في الجزء ٣ ستعرف كيف يمكنك أن تبني أدوات ووسائل التعلم التي سوف تعلي البناء فوق أساساتك.

إن الفضاء متسع. متسع حقاً. أنت فقط لا يمكنك أن تصدق مدى اتساعه وضخامته. أقصد أنك قد تعتقد أنه طريق طويل وكبير مثل علم الكيمياء، ولكن كل هذا هو مجرد شيء نأفه مقارنة بحجم الفضاء الحقيقي. دو جلاس آدامز

