رموز موفقيت در درس و تحصيل

جواد محدّثى

در هر كارى براى رسيدن به (هدف) و كسب موفقيت, رمز و راز و شيوه ها و قواعدى است كه رعايت آنها, راه را ميان بُر مى سازد. درس خواندن و (موفقيّت تحصيلى) نيز از اين قاعده مستثنا نيست. پس سزاوار و بجاست كه جوانان اين رموز و روش ها را بشناسند و به كار بندند تا از تلاش علمى و آموزشى خود, بيشترين بهره و سريع ترين ثمره را به دست آورند. برخى از اين رموز عبارت اند از:

1 ـ سؤال

دانش آموز, با برخوردارى از روحيه تواضع و كنار گذاشتنِ غرور, آنچه را نمى داند بايد بپرسد و مشكلات درسى خود را با معلّم در ميان بگذارد. اگر كسى غرور و تكبر داشته باشد, راه فهم و علم را به روى خود مى بندد و (پرسيدن) ـ كه اعتراف ضمنى به ندانستن است ـ براى او دشوار مى شود.

پرسش, (كليد گنجينه دانش) است. اين حكمت, در كلمات پيامبر خدا(صلى الله عليه و آله)آمده است: (العلمُ خزائن و مفتاحُها السؤال. )1

گاهى هم شرم و خجالت مانع پرسيدن مى شود. امام باقر$ فرمود: (بپرس و از پرسيدن روى بر نگردان و خجالت نكش, چرا كه اين دانش را هر كس تكبّر يا خجالت داشته باشد, نمى آموزد. )2

2 ـ فراغت خاطر

ذهن آشفته و خاطرِ پريشان, مانع تحصيل است. پراكنده كارى و جدّى نگرفتن درس, سبب سستى چرخه آموزش مى شود. آن كه هر روز موضوعى و هر فصل رشته اى بر مى گزيند و امروز و فردا مى كند و در كنار درس به كارهاى جنبى و متفرّقه مى پردازد و فرصت تحصيلى را به كارهاى غير درسى صرف مى كند. عقب خواهد ماند.

پيامبر خدا(صلى الله عليه و آله)از جمله وصيت هاى حضرت خضر به موساى حكيم را چنين نقل مى كند: (يا موسى! تَفَرّغْ للِعلمِ انْ كنتَ تُريدُه, فانّما العلمُ لمَنْ يَفْرَغُ له;3 اى موسى! اگر علم مى خواهى, خود را براى آن خالص و فارغ بساز, چرا كه دانش از آنِ كسى است كه خود را براى آن فارغ و يكدل كند.) در توصيه هاى امام سجاد$ راجع به حقوق معلّم آمده است كه عقل و ذهن و دل و فهم خود را براى معلّمت خالى و فارغ بساز تا بهتر بتوانى از دانش او بهره بگيرى.4

3 ـ توجّه و گوش دادن

تمركز فكر و جمع بودن حواس در هنگام تحصيل و فراگيرى دانش, عامل مهمّى براى يادگيرى است. در متون دينى از موضوعى به نام (حُسن الإستماع) ياد شده است; يعنى خوب گوش كردن. كسى كه هنگام مطالعه و درس خواندن يا شنيدن درس استاد, حواسش جمع نباشد و خوب گوش ندهد, يادگيرى او هم دچار اختلال و آسيب خواهد شد. از سخنان امام على$ در اين زمينه چنين مى خوانيم: (وقتى نزد دانشمندى نشسته اى, بيش از آن كه حرف بزنى, بر شنيدن حريص و مشتاق باش و همان طور كه خوب حرف زدن را ياد مى گيرى, خوب گوش دادن را هم بياموز.5

علامه طباطبائى در باره شهيد مطهرى مى فرمود: (مرحوم مطهرى يك هوش فوق العاده اى داشت و حرف از او ضايع نمى شد. حرفى كه مى گفتيم, مى گرفت و به مغزش مى رسيد… هر چه مى گفتيم هدر نمى رفت ; مطمئن بودم كه هدر نمى رود. )6

4 ـ يادداشت

اگر علم را ثبت و ضبط و يادداشت نكنيم, فراموش مى شود. به حافظه هم چندان نمى توان تكيه كرد. بسيارى افراد توفيق علمى خود را مديون يادداشت هاى خويشند. حضرت رسول(صلى الله عليه و آله)فرمود: علم را به قيد و بند بكشيد (قيّدوا العلم). پرسيدند: به بند كشيدن علم چگونه است؟ فرمود: (كتابَتُهُ; با نوشتن آن. )7

امام حسن مجتبى$ فرزندان و برادر زادگان خود را گرد آورد و به آنان فرمود: شما كوچك هاى قومى هستيد و اميد است كه بزرگ هاى قوم ديگر شويد, پس دانش بياموزيد. هر كس از شما نتوانست علم را حفظ كند و به خاطر بسپارد, آن را بنويسد و در خانه اش بگذارد.8 امام صادق$ نيز فرمود: (اكتبوا, فًإنّكم لا تحفظون حتّى تكتبوا;9 بنويسيد, شما آموخته هاى خود را حفظ نمى كنيد تا آن كه بنويسيد. )

ييادداشت بردارى از درس ها, آموخته ها و شنيده ها, يكى از رموز موفقيّت در تحصيل است. بسيارى نيازمند دفترها و جزوه هاى هم كلاسى هاى خويشند, چرا كه خود ننوشته اند و از (يادداشت) بهره نگرفته اند.

5 ـ پيگيرى و استمرار

عامل ديگر موفقيّت, جديّت, پيگيرى, سخت كوشى و خسته نشدن است. هر هدفى با تداوم و تلاش, قابل دسترسى است. اگر با كمترين ضعف و ناكامى به وجود آمده آموزش را كنار بگذاريم و دلسرد شويم, ناكامى هاى بيشتر و بزرگ ترى در انتظارمان خواهد بود. البته جاذبه هاى فرعى و دل مشغولى هاى گوناگون و كشش هاى غير درسى وجود دارد, اما دانش آموز موفق كسى است كه بر اين جاذبه ها غلبه كند و از پيمودن راه و كوشش براى نيل به هدف, خسته نشود.

پيگيرى و تداوم, هم هدف را هميشه زنده مى دارد, هم آموخته ها را زنده و با طراوت نگه مى دارد و هم انگيزه آموزشى را تقويت مى كند. امام على$ فرمود: (هر كس دانش را زياد مرور و بررسى كند, آنچه را آموخته فراموش نمى كند و آنچه را هم نمى داند, مى آموزد).10 اين موضوع به نوعه با مسئله (تكرار) هم مرتبط است. خواندن و تكرار كردن آموخته ها, آن را در ذهن و دل مستقر مى سازد و از فراموشى جلوگيرى مى كند.

6 ـ اغتنام فرصت ها

(زمان), سرمايه هر دانش آموز است. فرصت جوانى و نشاط شباب, زودگذر و غير قابل بازگشت است. افسوس خوردن بر فرصت هاى سوخته و از دست رفته هم مشكلى را حل ّ نمى كند. اگر بزرگان دين فرصت را همچون ابر, گذرا دانسته اند, هشدارى براى بهره گيرى از (حال) و (فرصت امروز) و هدر ندادن اين سرمايه است.

بهره گيرى از صبحدم, سحرخيزى و از دست ندادن فرصت هاى پر نشاط آغاز روز, بهره هاى فراوانى دارد. در تقسيم بندى وقت ها, بايد سرشارترين لحظه ها و پر انرژى ترين ساعت ها را براى كارهاى علمى و فكرى گذاشت; نه آن كه در ساعات اوليّه بامداد خوابيد و اين (زمان طلايى) را در خواب و رختخواب سپرى كرد. پيامبر اكرم(صلى الله عليه و آله)فرمود: در كسب دانش, سحر خيز باشيد و اوّل روز در پى آن رويد, چرا كه سرخيزى مايه بركت و كام يابى است.11 در سرمشق هاى خوشنويسى هم به ما آموخته اند: (سحر خيز باش تا كامروا باشى).

7 ـ برنامه ريزى

تنظيم وقت, تقسيم درست زمان و به كارگيرى صحيح فرصت به تناسب اهميّت موضوعات, در رسيدن به هدف مؤثّر است. تا هدف مشخّص نباشد, امكان برنامه ريزى هم نيست. تا محدوده زمان و ميزان توانايى و فرصت و امكانات, معيّن نباشد, اين (اولويّت بندى) عملى نخواهد شد. با برنامه ريزى مى توان فرصت و وقت را توسعه داد و به همه كارها رسيد و مشكلِ (نمى رسم) و (وقت نمى كنم) را حل كرد. بدون نظم و برنامه ريزى, فرصت هاى زيادى هدر مى رود و بدون (اولويت بندى) زمان و عمر ما صرف كارهاى بيهوده و كم اهميّت مى شود. حضرت على$ فرمود: (من اشتغل بغير المهم ضيّع الاهم ّ;12 هر كس به كار غير مهم مشغول شود, كار مهم تر را تباه و ضايع مى سازد). اين همان (مديريت زمان) و برنامه ريزى و اهم و مهم ّ كردن كارها و برنامه هاست.

آن حضرت در سخن ديگرى فرموده است: (بسيارى از مردم در پى كارهاى زايد و غير لازم (و حاشيه اى و كم اهميّت) مى روند و كارهاى اصلى و عمده را وا مى گذارند).13 كلام امام, نقد شيوه كسانى است كه برنامه ريزى حساب شده اى در كار خود ندارند. اگر دانش آموزان تنظيم حساب شده اى در مورد اهداف, برنامه ها, كارها و صرف اوقات نداشته باشند, زيان خواهند كرد.

8 ـ معلّم خوب

تأثير يك معلّم دانا, دلسوز, آگاه و صميمى در رشد علمى و فرهنگى دانش آموز بسيار است. بسيارى از انسان هاى موفق, كام يابى هاى علمى خود را مديون برخوردارى از چنين اساتيدى هستند كه هم تجربه كارى دارند, هم برتريِ علمى, هم دلسوزى در تعليم و تربيت و هم رابطه هاى صميمى با شاگردان. از اين رو انتخاب استاد و بهره گيرى از محضر علمى چنين اساتيدى, از جمله رموز موفقيت تحصيلى است.

در كتاب هاى تفسير, در ذيل آيه (فلينظر الأنسان الى طعامه) (انسان بايد به طعام خود به دقّت بنگرد) از امام باقر$ روايت شده است: يعنى اين كه بنگرد علم و دانش خود را از چه كسى مى آموزد.14 وقتى ذهن و دل دانش آموز در اختيار استاد قرار مى گيرد, شكل گيرى شخصيت علمى و اخلاقى و پيشرفت او نيز از استادش اثر مى پذيرد.

امام حسن مجتبى$ فرمود: (عجبت لمن يتفكّر فى مأكوله, كيف لا يتفكّر فى معقوله, فيجنّب بطنه ما يؤذيه و يودع صدره ما يزكيّه;15 شگفت از كسى كه در خوراكى خود دقت مى كند, اما در مسائل عقلى و فكرى خود انديشه نمى كند; شكم خود را از آنچه آزارش مى دهد دور مى دارد, اما سينه و دل و جانش را به چيزى كه او را تزكيه كند, وا مى گذارد). تأكيد حضرت بر دقت بر (غذاى فكرى) و (تغذيه علمى) است كه بايد از مجراهاى صحيح انجام گيرد و شكل گيرى شخصيت و ثمر دهى وجود انسان, در دست افراد به تعهّد قرار نگيرد.

9 ـ اعتماد به نفس

خداوند, استعداد و توان آموختن و پيشرفت را در همه كس قرار داده است; هر چند ممكن است در افراد, متفاوت باشد. شناخت خود و ايمان به توان مندى ها و اعتماد به نفس سبب مى شود كه دانش آموز, زود مأيوس نشود و طى كردن راه پيشرفت را براى خود غير ممكن نشمارد. مطالعه در باره انسان هايى كه در شرايط مساوى يا مشابه با شما هستند, اما به درجاتى از رشد علمى و موفقيت دست يافته اند, نشان مى دهد كه آن گونه توفيق ها محال نيست و براى شما نيز فراهم مى شود, به شرط آن كه خود را و روحيه تان را نبازيد و از ناكامى ها و شكست ها, پلى براى پيروزى هاى بعدى بسازيد و تحقيرها و ملامت هاى ديگران سبب دلسردى و ناميدى شما نشود. داشتن (روحيّه) و (اميد), نقش مهمّى در كام يابى دارد. توجّه به (داشته ها) و شناخت نعمت هاى الهى و زمينه هاى رشد, اعتماد مى آفريند. مهم ّ, كشف آن دنياى باطن و ايمان به توانستنِ خويش است.

10 ـ همّت بلند

بى دليل نگفته اند كه:

همّت بلند دار كه مردان روزگار از همّت بلند به جـايى رسيده اند

هر چه هدف متعالى تر و همّت والاتر باشد, تلاش انسان هم به تناسب آن افزون تر و به كارگيرى توانايى ها بيشتر خواهد شد. در كوهنوردى, آنان كه (رسيدن به قلّه) را در نظر داشته باشند, نسبت به كسانى كه صعود به ارتفاع كمى از يك قلّه سركشيده را مدّ نظر دارند مسافت بيشترى طيّ خواهند كرد. معروف است كه يكى از دانشمندان از فرزند خود پرسيد: تو مى خواهى در علم و دانش به كجا برسى؟ گفت: مى خواهم به رتبه و مقام تو برسم. پدر گفت: قطعاً به جايى نخواهى رسيد, چون من مى خواستم به مقام علمى امام صادق$ برسم كه به اين جا رسيده ام; تو كه مى خواهى به حدّ من برسى, به مقامى نخواهى رسيد.

يك نمونه خوب

اگر بخواهيم نمونه اى از يك انسان شايسته را نام ببريم كه خوب درس خواند و خوب آموخت و در مقام شاگردى و معلّمى, انسان موفّقى بود, شهيد آية الله مطهرى نمونه مناسبى است. وى با اشتياق و شور درس مى خواند, به استادان خود نهايت احترام را مى گذاشت, از فرصت هاى خود حدّاكثر بهره را مى گرفت, وقت خود را صرف آموختن لازم ترين و مفيدترين علوم مى كرد, از هدر رفتن وقت خود جلوگيرى مى نمود, با افراد صالح و جدّى همدرس بود, نزد اساتيد پخته و با شخصيت و دانا درس مى خواند, ذهن خود را از پراكندگى و تشويش باز مى داشت, در درس خواندن بسيار جدّى, كوشا, صبور و مقاوم بود, علم آموزى او بسيار ژرف بود و با دانش به صورت سطحى برخورد نمى كرد. در كنار آموختن, به تهذيب نفس و توجّه به معنويّات و اخلاص و عبادت هم اهتمام مى ورزيد, براى پخته شدن مباحث علمى به نقد و گفت وگو و مباحثه مى پرداخت, نقدهاى ديگران را صميمانه مى پذيرفت و از آنها بهره مى گرفت.

در پايان به گوشه اى از توصيه هايى كه شهيد مطهرى به فرزند بزرگوارش داشته, اشاره مى كنيم, كه براى همه ما آموزنده است و مى توان راز و رمز موفقيّت را از آن شناخت:

(… در انتخاب دوست و رفيق, فوق العاده دقيق باش, كه مار خوش خط و خال فراوان است. همچنين در مطالعه كتاب هايى كه به دستت مى افتد, بر اطلاعات اسلامى و انسانيّت بيفزا. اگر جلسات خوبى در تبريز هست شركت كن. اگر كتابى از اين دست لازم شد پيغام بده تا برايت بفرستم. حتّى الإمكان از تلاوت روزى يك حزب قرآن كه فقط پنج دقيقه طول مى كشد, مضايقه نكن و ثوابش را هديه روح مبارك حضرت رسول(صلى الله عليه و آله)بنما كه موجب بركت عمر و موفقيت است. ان شاءالله. )16

محورهاى پژوهش:

1 ـ معناى موفقيت چيست؟

2 ـ عوامل توفيق كدام است؟

3 ـ نقش دوستان, معلّمان و خانواده در موفقيت دانش آموز چيست؟

4 ـ چگونه مى توان از استعدادها بهترين بهره را گرفت؟

5 ـ ويژگى هاى انسان هاى موفق چيست؟

6 ـ قواى جسمى و توان مندى هاى بدنى و فكرى چه تأثيرى در رشد علمى دارد؟

7 ـ تأثير حافظه و نبوغ فكرى در موفقيت دانش آموز چيست؟

8 ـ وضعيّت روانى دانش آموز, چه سهمى در توفيق او دارد؟

9 ـ عوامل عقب ماندگى درسى كدام است؟

10 ـ چه كنيم كه شكست, ما را به يأس نكشاند؟

11 ـ نقش اميد در موفقيت درسى.

12 ـ تأثير اخلاص و بعد معنوى در موفقيت تحصيلى.

13 ـ نقش تغذيه سالم در موفقيت درسى و تحصيلى.

14 ـ ميزان تأثير ورزش و تفريحات سالم در موفقيت درسى.

15 ـ نمونه هايى از انسان هاى موفق در كسب علم.

16 ـ نمونه هايى از شكست خوردگان در مسير دانش آموزى.

منابع پژوهش:

1 ـ شيوه هاى موفقيت در تحصيل, محمدحسين حقجو.

2 ـ جلوه هاى معلمى استاد مطهرى, انتشارات مدرسه.

3 ـ رمز پيروزى مردان بزرگ, جعفر سبحانى.

4 ـ مسائل آموزش و پرورش, محمد طاهر معيّرى.

5 ـ حديث رويش, ابوالقاسم حسينى ژرفا.

6 ـ تعليم و تربيت در اسلام, مرتضى مطهرى.

7 ـ الحياة, ج 1 (بخش علم و تعلم).

8 ـ العلم و الحكمة فى الكتاب و السنّه, محمد محمدى رى شهرى.

9 ـ اگر نوجوان مى شدم!, مولود شمس نژاد.

10 ـ سى درس براى موفقيّت, ج. كاميارراد.

11 ـ مهارت در انديشيدن, ادوارد. د. بونو, ترجمه بهمن لطيف.

12 ـ آداب تعليم و تربيت در اسلام, شهيد ثانى, ترجمه محمد باقر حجّتى.

13 ـ وظايف اخلاقى معلم و شاگرد, محمد اسماعيل نورى.

14 ـ دفتر را باز كنيم, حميد گروگان.

15 ـ در مكتب تجربه, حميد گروگان.

16 ـ نگرانى ها و نااميدى ها, محمد جعفر امامى.

17 ـ كليدهاى تربيتى و تعليمى, دكتر رجبعلى مظلومى.

پى نوشت ها:

1ـ تحف العقول, ص 51.

2ـ علل الشرائع, ص 606.

3ـ العلم و الحكمة فى الكتاب و السنّه, ص 238.

4ـ ر. ك: رسالة الحقوق, بخش (و اما سائسك بالعلم).

5ـ المحاسن, ج 1, ص 364.

6ـ جلوه هاى معلمى استاد مطهرى, ص 30.

7ـ تحف العقول, ص 36.

8ـ العلم و الحكمة فى الكتاب و السنه, ص 240.

9ـ اصول كافى, ج 1, ص 52.

10ـ غرر الحكم و درر الكلم, حديث 10758: (من اكثر مدارسة العلم لم ينس ما علم و استفاد ما لم يعلم).

11ـ العلم و الحكمة فى الكتاب و السنه, ص 252: (اغدوا فى طلب العلم, فان ّ الغدوّ بركة و نجاح).

12ـ الحياة, ج 1, ص 308.

13ـ همان: (فان ّ كثيراً من الناس يطلبون الفضول و يضعون الأصول).

14ـ اصول كافى, همان, ص 49.

15ـ العلم و الحكمة فى الكتاب و السنه, ص 236.

16ـ جلوه هاى معلمى استاد مطهرى, ص 41.