



لا تعتقد بحتمية قراءة الكتاب كاملاً

اقرأ منه ما تراه مهما

فإن أعجبتك أكمله كله !

ثلاث خطوات للقراءة، حاول أن تتبعها في أي كتاب تقرؤه وستجد أنها تسهل عليك عملية الاختيار الصحيح والقراءة وتثبيت المعلومة

للقراءة متعة وحلاوة قد تفوق متعة اللذات المحسوسة إن أفضل اللحظات التي يمضيها العظماء والحكماء هي تلك التي يعيشونها مع كتاب عظيم أو يقضونها في قراءة ممتعة، يجنون خلالها من ثمار المعرفة البانعة.

القراءة في حقيقتها هي غذاء الروح، وهواء العقل، ولن نجد شيئاً أصعب على العقلاء من أن تمنع عنهم هذه الحياة المتمثلة في القراءة والمعرفة، لذلك فإن أول كلمة نزلت على رسول الله صلى الله عليه وسلم كانت (اقرأ) وهو الأمي الذي لا يقرأ، لكن بناء حضارة إسلامية كانت تعني أن يكون العلم والقراءة والمعرفة أولى الخطوات لبناء تلك الحضارة.

ومن تتبع حركة التاريخ وجد أن كل الحضارات التي قامت إنما قامت بفضل العلم والمعرفة والقراءة، وكل الحضارات التي انتهت فلأن أهلها تركوا العلم والمعرفة وتركوا للهو واللعب.

القادة هم من يقرؤون:

يقول انتوني روبرنز الكاتب والمحدث الأمريكي الشهير والذي له عدة كتب وبرامج في مجال تطوير الذات ومن أبرز كتبه «يلتزم العملاق بداخلك» :

«علمني أحد أساتذتي وهو جيم رون منذ سنوات أن قراءة شيء دسم ذي قيمة سوف يغذيك ويعلمك أشياء جديدة مميزة تجدها أكثر أهمية من تناول الطعام نفسه ، ونتيجة لذلك تعلقت بغرة القراءة لفترة لا تقل عن ثلاثين دقيقة في كل يوم، فقد قال لي (انس وجبة الطعام ولكن لا تتجاهل فترة قراءتك) ولقد طورت قناة في فترة مبكرة من حياتي وهي أن القادة هم من يقرؤون»

متعة القراءة:

هذه حقيقة لا يتنازل عنها العظماء والمفكرون وهي أن للقراءة متعة وحلاوة قد تفوق متعة اللذات المحسوسة، حتى أن المنكف يجد أثرها في حياته عامة فهو حين يفرح أو يسعد فإنما يسعد من طرفين: بإحساسه البشري الذي يشاركه فيه حتى الجاهل، وبعقله المدرك الذي يتفاوت من شخص لآخر.

لكن البعض لا يشعر ولا يحاول أن يشعر بهذه المتعة الرائعة فعمى ما أمسك بكتاب تملكه الشعور بالنعاس والملل، وكلما رأى كتاباً هاله كثرة صفحاته وضخامة حجمه فاحجم عن قراءته، وربما قرأ يوماً كتاباً دسماً لم يفهم شيئاً من محتواه فأصيب بوهم العجز عن القراءة.

هذه الحالات انتشرت كثيراً في عالمنا العربي حتى غدت هي الحالة العامة لدى الناس، والشاذ من يقرأ أو يتطالع.

لا تعتقد بحتمية قراءة الكتاب كاملاً اقرأ منه ما تراه مهما فأعجبك اكتمه كله

حتى لا تفقد متعة القراءة:

- وحتى لا تفقد متعة القراءة عليك بالنصائح التالية:
1. اقرأ في المجالات التي تحبها وتجد في نفسك الرغبة في التعمق بها.
 2. اقرأ في أوقات صفاك الذهني والعقلي.
 3. لا تعتقد بحتمية قراءة الكتاب كاملاً، اقرأ منه ما تراه مهما أعجبك اكتمه كله



انتوني روبرنز



عباس العبد

فإن أعجبك أكمله كله.

4. حاول أن تصطحب معك كتاباً في أماكن الانتظار وأوقات السفر تقطع بقراءته ملل الانتظار.

5. املا مكتبك بالكُتب المتنوعة في شتى المجالات تختار من أي تخصص أو مجال شئت حين ترغب بذلك.

6. جرب أن تقرأ كتب الأدب العربي فستجد فيها المتعة والفائدة وتحب لك القراءة والمطالعة، ابداً مثلاً بكتب المنفلوطي أو علي الطنطاوي وستشعر كم أن القراءة ممتعة، المهم أن لا تنقطع عن القراءة.

نظرة مبدئية.. قراءة.. تثبيت:

هذه ثلاث خطوات للقراءة، حاول أن تتبعها في أي كتاب تقرؤه وستجد أنها تسهل عليك عملية الاختيار الصحيح والقراءة وتثبيت المعلومة إن قررت قراءة الكتاب.

أو لا: نظرة مبدئية:

حينما تقع عينك على كتاب فلا بد أن تتفحصه لترى هل سيفيدك في شيء أو أنك ستستمتع بقراءته، لذلك اطلع على ما يلي:

1. العنوان.
2. معلومات الغطاء الخلفية والإمامية.
3. تاريخ النشر.

4. المقدمة.

5. قائمة المحتويات أو الفهرس.

6. سيرة المؤلف الشخصية.

7. بعض الفقرات العشوائية أو المختقة.

بعد الإطلاع على هذه النقاط ستخرج بانطباع واضح إن كان هذا الكتاب يستحق القراءة أم لا، وإن كان سيضيف لك شيئاً جديداً.

ثانياً: قراءة الكتاب:

– عندما تتخذ قراراً بقراءة أي كتاب فمن الأفضل أن تحدد وقتاً تقريبياً لالإنهاء منه أو من الفصول التي تحتاجها.

– خذ قسطاً من الراحة عندما تشعر بانك غير قادر على التركيز فيما تقرأ سواء بسبب التعب أو التعب أو الملل أو الجوع، وبعددها يمكنك أن تتابع.

– ركز اهتمامك على المعلومات الهامة والتي فيها إحصاءات أو نقولات عن العلماء أو تحليلات موضوعية.

ثالثاً: تثبيت المعلومة:

– كثيراً ما نذكر أننا قرأنا كتاباً ما لكننا ونلأسف لا نستذكر منه أي معلومة أو فكرة، ذلك أن الإنسان كما تذكر الدراسات ينسى في فترة وجيزة (15 دقيقة تقريباً) ما بين 40 إلى 50% من المادة المقروءة. صحيح أن كل ما تقرؤه يكون ليته في بناء ثقافتنا وتوسيع

مداركنا لكن تذكر المعلومات شيء أساسي في تكوين عقلية مرتبة وموضوعية وفوية، لذلك حاول أن تتبع أحد هذه الأمور أثناء القراءة أو بعدها:

أ – ضع خطاً تحت كل المعلومات المهمة والتقسيمات والتعريفات أو ضعها بين قوسين وعد إليها كلما احتجت لذلك.

ب – اكتب المعلومات المهمة على هامش الصفحة.

ج – ضع ملخصاً لكل فصل أو باب عبارة عن سطرين أو ثلاثة، وهذا ما تتبعه الآن دور النشر الرافقة لتثبيت المعلومة في ذهن القارئ وسهولة حصوله عليها.

د. إن وجدت أن الكتاب نافع إلى درجة يستحق معها أن تعيد قراءته فلا تتردد في ذلك فكما يقول عباس محمود العقاد في المقالة الشهيرة : «اقرأ كتاباً جيداً ثلاث مرات أنفع لك من أن تقرأ ثلاث كتب جيدة».

قراءة إبداعات الأدباء الجيدين تساعد القارئ على تحسين مداركه

وفي تحقيق نشرته صحيفة «كوسموسولسكايا براغدا» الروسية، تبين فيه أن مع انتشار تقنيات الحياة اليومية الحديثة على نطاق واسع، لا سيما تلك المتعلقة بتكنولوجيا المعلومات، بدأت تنتشر ظاهرة مشاهدة الأفلام والاستماع إلى الكتب الصوتية في أوقات الفراغ أو أثناء التنقل في المواصلات العامة، وذلك على حساب مطالعة الكتب والصحف الورقية.

أثار ذلك اهتمام مجموعة من علماء الأعصاب البريطانيين فقاموا بإجراء بحث حول تأثير ذلك على القدرات الذهنية للإنسان ليكتشفوا أن للقراءة فوائد جمة تتجاوز إمكانية التعرف على مختلف الأفكار والآراء في شتى المجالات، إذ أن القراءة تعود على جسم الإنسان بإيجابيات لا تقل أهمية عن ممارسة الرياضة، انطلاقاً من أن الإنسان يقوم بتدريب قدراته الذهنية أثناء المطالعة.

فقد خضع متطوعون لتجربة تتلخص بقراءة أحد فصول رواية «حديقة مانشفيلد» للأديبة البريطانية جين أوستن، فيما قام العلماء برصد المتطوعين الذين تم إدخالهم إلى كاميئة التصوير المغناطيسي حيث كان النص يعرض على شاشة الكاميئة.

كما طلب الباحثون من المتطوعين قراءة فصل الرواية بطريقتين، الأولى بهدف التسلية أما الثانية فباهتمام وتركيز أكبر، وكانتهم يستعدون لدخول امتحان. رصد التصوير المغناطيسي حالتين مختلفتين للمخ ولترويته الدموية، وذلك بالنظر إلى طريقة قراءة النص. فقد لاحظ العلماء تغييراً في التروية وفي الدورة الدموية حين يتحول الهدف من القراءة بغرض التسلية إلى التركيز، كما تقع عملية استبدال حادة لطبيعة وظائف الأعصاب.

هذا ويؤكد العلماء المشارفون على الدراسة أن جسم الإنسان يؤدي وظائف مختلفة بحسب الهدف من القراءة، تسمح بتحسين القدرات المعرفية في المخ، فيما يعتبر كل ضغط على المخ عملية مفيدة له، لكونها تمريناً يحد ذاته للمخ.

كما توصل العلماء إلى أنه أثناء القراءة فإن الدم يتدفق إلى مناطق محددة في المخ، مسؤولة عن القدرة على التركيز واستقبال المعلومات، وهي المناطق التي لا يصلها الدم أثناء متابعة التلفزيون أو ممارسة ألعاب الكمبيوتر. بالإضافة إلى ذلك فإن قراءة إبداعات الأدباء الجيدين تساعد القارئ على تحسين مداركه واكتساب مهارات تتعلق بقدرته على صياغة أفكاره بشكل صحيح.

تلعثم الثغر

جيتك ملامح .. تجهم منتحي بستريج

ولقيتني في ركن عينك هذب واغتراب

ماقلت لك عن دموعك لو تصب وتسيح

يا أحلامي اللي تموت وساقها لي غياب

غنيتي و إرتخالك خافقْ لك فسيح

وشديتني في خيالك للمطر والسحاب

تلعثم الثغر نفحه و المدارك تبيح

عما يجوب المعاني من صميم الجواب

أخطيت ياخي تبلسم في صميم الجريح

واشره على اللي تبسم باللغاء والعتاب

ان طحت من خنجرك وان قمت شفني طريق

مدامك الي بصدري جرح نزف وصواب

افنيت كل الحكي والصمت هجر وضريح

عن مايشوب السريره لاقتفيت السراب

البؤس جرمْ يهد الروح نزف ويزيح

وانا لك الله وقوفي بين ستر وحجاب

جيتك ملامح .. تجهم منتحي بستريج

ولقيتني في ركن عينك هذب واغتراب!

خالد العزاب