

سرشناسه: جاوید، مرتضی / ۱۳۶۳

عنوان و نام پدیدآور: حفظ آسان مطالعات / جاوید، مرتضی، ۱۳۶۳

ناشر: تهران: فریور، ۱۳۹۱

مشخصات ظاهری: ۱۰۸ ص. ۱۷×۱۱ س م.

شابک: ۷-۷۰-۵۳۹۹-۶۰۰-۹۷۸

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا

موضوع: حافظه—تقویت. مطالعه و فراگیری

رده‌بندی کنگره: ۱۳۹۱ ۷۳ ح ۲ ج / ۳۸۵ BF

رده‌بندی دیویی: ۱۵۳/۱۴

شماره کتابشناسی ملی: ۲۷۱۵۱۶۶

نام کتاب: حفظ آسان مطالعه

نویسنده: مرتضی جاوید

ناظر چاپ و صفحه‌آرا: پریمال نصیری

طراح جلد: علی قلی‌زاده

نوبت: اول

سال چاپ: ۱۳۹۱

تیراژ: ۱۰۰۰

قیمت: ۲۰۰۰ تومان



فهرست

- پیش‌گفتار ۱
- حرف اول ۵
- روش‌های مؤثر مطالعه ۷
- (۱) روش ترتیبی ۹
- (۲) روش جدول ۳۲
- (۳) روش طرح شبکه‌ای ۴۲
- (۴) روش س . ج ۵۵
- (۵) روش خلاصه‌نویسی ۶۱

۶۷ روش به خاطر سپاری عین کلام

۸۸ مرور

۹۳ تمرینات

۱۰۷ حرف آخر

پیش‌گفتار

تا به حال کتاب‌های بسیاری را درباره‌ی پرورش حافظه خوانده‌ام و احساس می‌کنم به اندازه‌ی کافی به نظریات پرداخته شده است. بنابراین در مجموعه کتاب‌های حافظه‌ی جاوید تلاش کرده‌ام تکنیک‌های کاملاً علمی را مطرح کنم. در سخنرانی‌ها و دوره‌های گوناگون نیز، نمونه‌هایی از قدرت حافظه را نشان می‌دهم. مثلاً مخاطبین تعداد زیادی کلمه بر روی تخته می‌نویسند، در زمانی کوتاه آنها را به خاطر می‌سپارم و سپس به شکل‌های مختلف برایشان می‌خوانم.

عده‌ای با کمال تعجب، فکر می‌کنند حقه‌ای در کار است. عده‌ای هم می‌گویند شاید من ذاتاً حافظه‌ای قوی یا نیرویی خارق‌العاده دارم. اما حقیقت این است که پرورش حافظه یک مهارت است و کاملاً اکتسابی. اگر غیر از این بود کتابی نمی‌نوشتیم یا دوره‌ای برگزار نمی‌کردم. جالب این جاست قتی در یک همایش، لیست کلمات را به کمک تکنیک‌های حافظه می‌خوانم، تمام مخاطبین پس از پاک کردن تخته می‌توانند تمام کلمات را به ترتیب به خاطر بیاورند و نه تنها از اول به آخر، بلکه از انتها تا ابتدا نیز بخوانند. حتی اگر بگویم قبل یا بعد از یک کلمه چیست، به سرعت پاسخ می‌دهند. پس اگر راهکارهای هر کتاب از این مجموعه را به دقت تمرین کنید شما هم می‌توانید قدرت حافظه‌ی خود را صدها برابر افزایش دهید.

به دلیل طیف وسیع مخاطبین، سعی کرده‌ام از مثال‌های متنوع و در عین حال ساده‌تری استفاده کنم تا همه بتوانند به آسانی مفهوم هر تکنیک را درک کنند و آن را به کار بگیرند.

نکته بسیار مهم این است که از هر تکنیک نمی‌توان همه‌جا استفاده کرد، پس باید هم‌چون یک خلبان که از کلیدهای گوناگون در کنار هم بهره می‌گیرد تا هواپیما را بر فراز آسمان هدایت کند، همه‌ی تکنیک‌ها را تمرین کنید تا در هر جا بتوانید بهترین‌ها را انتخاب نمایید.

برای اینکه به تکنیک‌های هر کتاب، مسلط شوید، پیشنهاد می‌کنم به تمرینات هر جلد بسنده نکنید. هنگام مطالعه‌ی هر تکنیک، ۵ تا ۱۰ مثال

را از قبل آماده کنید و روی آنها تمرین را انجام دهید. این گونه به آسانی پی می‌برید که از هر تکنیک کجا بیشتر یا کمتر می‌توان بهره‌مند شد. اگرچه مطالب هر جلد مستقل است اما شما در مطالعات خود با موارد گوناگون روبرو هستید یعنی معمولاً کلمات، اعداد، فرمول‌ها، واژگان انگلیسی یا بیگانه کمابیش با هم به کار می‌روند. پس پیشنهاد می‌کنم مجموعه‌ی کامل را مطالعه کنید تا به اوج موفقیت برسید. ان شاء الله.

با احترام

مرتضی جاوید