

## فصل اول

### مطالعه چیست؟

نکته مهمی که باید مورد توجه هنرآموزان تندخوانی باشد این است که این هنر یک مهارت بوده و ریشه‌دار کردن مهارت تندخوانی پیش از هر چیزی نیاز به داشتن نگرشی درست، عشق و علاقه‌ای سرکش و میزان آمادگی فرد جهت به کارگیری فنون لازمه در این راستا است به طور کلی از لازمه‌های شکل دادن این مهارت می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

۱- فرد باید خواهان تقویت و ارتقای این مهارتش باشد.

۲- جهت رسیدن به هدفش، فرد باید از خودباوری لازمه برخوردار باشد.

همینطور از سایر مطالب مورد بحث در این فصل می‌توان به افسانه‌های مرتبط با تندخوانی اشاره کرد که ما ضمن آنکه با دلایل محکم اقدام به رد این افسانه‌ها می‌کنیم در عین حال واقعیاتی از نوع زیر را نیز در ذهن فرد جایگیر می‌سازیم:

۱- مهارت تندخوانی هم در مورد مطالب سرگرم کننده و تفریحی

کاربرد دارد و هم در مورد مطالب درسی و حرفه‌ای.



۲- جهت درک بهتر مطلب فرد نیازی به بازخوانی‌های مکرر ندارد.

۳- مطالعه هم می‌تواند لذت‌بخش باشد و هم متنوع.

۴- ورق زدن نیز مطالعه محسوب می‌شود.

۵- مطالب تخصصی و حرفه‌ای می‌تواند سریعتر خوانده شوند.

۶- فرد نیازی به یادآوری مطالب خوانده شده ندارد.

در این فصل خواننده با چگونگی کارکرد مغز در امر خواندن آگاه شده و در عین حال درمی‌یابد که چگونه استفاده درست از نیمکره‌های چپ و راست مغز، می‌تواند سبب تقویت و تسهیل مهارت تندخوانی شود. همینطور، در این فصل خواننده با انجام تمریناتی از سرعت اولیه خواندن و درک مطلبش آگاه شده و در عین حال به روشنی درمی‌یابد که درک مطلب امری ذهنی و متغیر است که مرتبط با عادات مشکل‌آفرینی چون «زیر آواسازی» می‌شود که جزئیات این عادت بد در جریان مطالب این کتاب از نظر مهارت‌جو گذرانده می‌شود.

### مطالعه، یک نگرش ذهنی است

اگرچه این کتاب جهت تقویت مهارت تندخوانی از یک رویکرد منظم و سیستماتیک برخوردار است با این حال تا مادامی که در این راستا فرد از یک نگرش و ذهنیت مثبت برخوردار نباشد نمی‌تواند از راهکارهای ریشه‌دار کردن این مهارت که در این کتاب مطرح شده است بهره‌مند شود. لذا بدین علت است که فرد جهت تسخیر این مهارت (تندخوانی) باید از دو ویژگی زیر برخوردار باشد:

۱- این میل و این نوع خواستن، باید در فرد جوشان و سرکش باشد

و این لازمه در مورد کسب هر نوع مهارتی نیز صدق می‌کند. به عبارت دیگر فرد از سر بی‌میلی، بی‌تفاوتی و به طور باری به هر جهت و مجبور بودن نمی‌تواند این مهارت را کسب کند. برای مثال، از جمله این بازدارندگی‌ها می‌توان به مطالعه الزامی چون دانش‌آموز بودن، کندخوانی ناشی از بی‌علاقگی و به طور کلی الزامات بیرونی اشاره کرد. لذا بدین علت است که فرد باید سرشار از شوق و اشتیاق باشد. چون سرعت عمل در مطالعه نشانه پویایی و کامیابی فرد در زندگی است.

۲- برخوردار از یک ذهنیت خودباورانه: از آنجا که خودباورسازی ناشی از خودباوری می‌شود بدین علت فرد باید یقین داشته باشد که در صورت نشان دادن ذهن مشغولی‌های کافی در این راستا و با اعمال ظرایف و راهکارهای تندخوانی مطروحه در این کتاب، به سادگی می‌تواند از این مهارت زندگی‌بخش برخوردار شود.

از آنجا که نگرش مثبت جهت نیل به مقصود در هر حوزه‌ای امری گریزناپذیر است بنابراین طبیعی است که فرد در این حوزه نیز نمی‌تواند بی‌نیاز از این مهم باشد لذا بدین علت است که فرد باید پیوسته بر نگرش خوش‌بینانه‌اش دامن بزند زیرا طی کردن این فرایند با افت و خیزهای خاص خودش همراه است که هرگونه متمرکز شدن بر موانع مسیر، سبب تضعیف لازمه‌های خوش‌بینی می‌شود به ویژه آنکه فرد جهت کسب این مهارت تازه باید بر عاداتی غلبه کند که از دیرباز تاکنون در نگرش و رفتار مطالعاتی فرد ریشه‌دار شده‌اند. پس تا مادامی که در میدان عمل به اندازه کافی فرصت خودنمایی و کارایی‌سنجی را به گامی (راهکاری) مشخص نداده‌اید هرگز مرتکب خطای جبران‌ناپذیر



پیش‌داوری نشوید زیرا همانطور که گفته شد ریشه‌دار کردن این مهارت پیش از هر چیزی نیاز به خوش بینی و ذهنیات مثبت دارد.

مطلب دیگر قابل ذکر در این رابطه این است که از آنجایی که محرک اصلی در کسب این مهارت این است که فرد هرچه بیشتر از مواد و مطالب خواندنی لذت ببرد بنابراین فرا گرفتن آن نیز باید لذت‌مندانه و راحت‌الحالانه باشد زیرا حساسیت‌نمایی افراطی سبب می‌شود که فرد درگیر سرخوردگی و دلزدگی شود. به عبارت دیگر، فرد باید در این رابطه از یک نوع نگاه آموزشی کودکانه برخوردار باشد. برای مثال از آنجا که یک کودک در جریان آموختن مهارت اسکی کردن به هیچ وجه از زمین خوردن‌های مکررش نه تنها سرخورده نمی‌شود بلکه این تجارب را نیز جزو لازمه جدایی‌ناپذیر این فرایند لذت‌بخش تلقی می‌کند پس فرد بزرگسال مهارت‌جوی ما نیز باید نگاهی کودکانه به این نوع یادگیری داشته باشد تا بدین وسیله بتواند از تله سرخوردگی در امان بماند.

### رهایی از افسانه‌های مرتبطه

از آنجایی که توانایی ناشی از آگاهی‌های اصولی و ثابت شده می‌شود و چون همانطور که گفته شد نگرش منفی در این راستا به سادگی مشکل‌تراشی می‌کند بدین علت فرد باید پیش از هر چیزی ذهنش را از لوث وجود افسانه‌های بی‌اساس مرتبط با فرایند مطالعه پاک سازد زیرا از کوزه ذهن، همان چیزهایی به بیرون تراوش می‌کند که در آن برای مدت‌های بلند جا خوش کرده‌اند. پس در ابتدا باید از شر

افسانه‌های زیر‌رهایی یابیم:

افسانه اول: لازمه لذت بردن از مواد خواندنی و در عین حال درک کامل مطلب پیش از هر چیزی مستلزم این است که فرد ذاتاً آدمی وسواسی و کندخوان باشد. براساس آنچه که از این افسانه برمی‌آید فرد باید بپذیرد که لذت از کندخوانی حاصل می‌شود، اکنون پرسشی که مطرح می‌شود این است که چگونه این مسئله با مشکلات و بازدارندگی‌های کندخوانی سازگاری دارد؟ حقیقت این است که فرد در مطالعات سرگرمی محور پیش از هر چیزی به دنبال تجربه کردن لذت است و این در حالی است که در این نوع مطالعه، فرد هرگز نمی‌تواند از مفهوم کلی متن برخوردار شود زیرا درک یک آدم کندخوان تکه‌ای و بخشی است. به عبارت دیگر، آدم کندخوان دقیقاً به مثل یک تایپیست حرفه‌ای است که علیرغم اینکه کارش به طور حرفه‌ای خواندن دستنوشته جهت تایپ است با این حال از اینکارش به هیچ وجه لذت نمی‌برد زیرا بین خواندن یک تایپیست حرفه‌ای و زمان تایپ کردن کلمه خوانده شده یک وقفه زمانی محسوس وجود دارد و از آنجا که سرعت خواندن این آدم حرفه‌ای با عملش هم‌خوانی ندارد لذا بدین علت یک تایپیست درست به مثل یک آدم کندخوان نمی‌تواند از خواندن لذت ببرد زیرا آدم کندخوان، نمی‌تواند درک سرعت بخشی از مفهوم کلی مطلب داشته باشد. چون درک یک آدم کندخوان جزئی، تکه‌ای و بخشی به علت سرعت کندش است و چون این آدم از نحوه خواندن نادرستش لذات مورد نظرش را کسب نمی‌کند بدین علت نه تنها نمی‌تواند این نوع خواندن را قرین لذت کند، بلکه محرومیت از پاداش‌های انتظاری، سبب



می‌شود که فرد اساساً قید مطالعه را نیز بزند.

افسانه دوم: راه غلبه بر مشکل عدم درک مطلب و فقدان تمرکز این است که فرد اقدام به خواندن دوباره متن کند: متأسفانه درگیری به این ذهنیت نه تنها گره‌ای از مشکل خوانندگان کند نمی‌گشاید بلکه برعکس سبب تشدید سرخوردگی‌هایشان می‌شود. زیرا این عمل (خواندن مجدد) به طور ذاتی درگیر مشکلاتی از نوع زیر است:

الف: بازخوانی سبب کاهش محسوس آهنگ خواندن می‌شود.  
ب: این عمل سبب تفرقه و تستت حواس خواننده شده و در عین حال ذهن فرد را نیز از وقایع و اطلاعات پیشرو دور می‌کند.  
پ: و دست آخر اینکه این ذهنیت فرد را از داشتن تفکر پویا محروم می‌کند.

و این در حالی است که فرد جهت افزایش قدرت درک و تمرکزش چاره‌ای جز این ندارد که با نویسنده متن گفتگویی فعال برقرار سازد. بدین معنی که خواننده باید از نویسنده بپرسد که چرا اینگونه نوشته است؟ آیا مطلب کنونی با مطالب پیش گفته تناقض دارد؟ و جهت رفع این ابهام و تناقض نیز به انتظار توضیحات بعدی نویسنده بنشیند.

افسانه سوم: خواندن به طور ذاتی کسالت‌بار است: شواهد موجود حاکی از این است که اشخاصی که درگیر افسانه‌هایی از نوع اول و دوم هستند بیشتر مستعد پذیرش این مزخرف هستند، زیرا شواهد موجود حکایت از این دارد که بخشی بزرگی از خوانندگان مواد خواندنی صرفاً جهت تجربه کردن لذت و احساس نشاط و سرزندگی، اقدام به خواندن می‌کنند. روشن است که در صورتی که فرد در جریان خواندن با

امتیازاتی چون برخورداری از انگیزه، داشتن ریتمی موزون و ذخیره کردن اطلاعات تازه برخوردار شود این لذت محسوس‌تر می‌شود. پس جهت جان بخشیدن به لذت مطالعه، حتی‌الامکان خود را آراسته به لوازم و درک خوانش سریع و حفظ و نگهداری اطلاعات سازید.

افسانه چهارم: نمی‌توان ورق زدن را خواندن تلقی کرد: از آنجا که از طریق ورق زدن است که فرد به یک برداشت کلی از متن رسیده، و بر روی مطلب خاصی انگشت می‌گذارد. و عناوین و سوتیترهای کتاب را مرور می‌کند پس ورق زدن نیز فی‌نفسه یک روش کارآمد خواندن بوده و این روش عمدتاً در شیوه تندخوانی کاربرد دارد به عبارت دیگر اساساً مهارت تندخوانی در صورت فقدان این روش معنا و مفهومش را از دست می‌دهد. چه اگر تورق کتاب از این ویژگی محروم بود، در آن صورت آموختن زبان دوم به هیچ وجه توجیه‌پذیر نبود زیرا فراگیرندگان زبان دوم جهت درک زبان بیگانه‌گریزی جز پریدن و نادیده گرفتن برخی از مفاهیم و مطالب ندارند و این کاستی را به واسطه پشتکار و مداومت جبران می‌کنند. پس در جریان مطالعه از شیوه انحصاری فراگیران زبان دوم استفاده کنید.

افسانه پنجم: مطالعه نیاز به اختصاص زمانی طولانی دارد: چنانچه فرد به هنر سریع و سرسری خواندن مسلط شود بدین وسیله نه تنها می‌تواند در یک مقطع زمانی پنج دقیقه‌ای مطلب خاصی را بخواند بلکه به درک مورد نظرش نیز نایل شود با این همه نکته مهمی که همواره باید آویزه گوش هنرجویان باشد این است که درک عمقی نیاز به تمرکز حواس داشته و این مهم نیز تابع اهداف فرد از خواندن است به عبارت



دیگر فرد پیش از خواندن هر مطلبی در ابتدا باید اهداف مورد نظرش را از این کار مشخص کرده و درک عمقی نیز در یک محدوده زمانی پنج تا ۱۵ دقیقه‌ای قابل دستیابی است. بنابراین واقعیت مطالعه بلندمدت و زمانبر هرگز نمی‌تواند مترادف با مطالعه عمقی و اصولی باشد.

افسانه ششم: مطالب تخصصی را نمی‌توان به سرعت خواند: شواهد نشان می‌دهد که نه تنها خواندن نوشته‌های تخصصی وقت‌گیرتر از مطالب تفریحی و تفریحی نیست بلکه عکس این مسئله صادق است به بیان دیگر خواندن ادبیات داستانی وقت‌گیرتر از نوشته‌های فنی است و علت این مسئله این است که نویسنده این نوع متون دستکم در ابتدای کار، اقدام به درج اطلاعات حاشیه‌ای و پیش‌زمینه‌ای می‌کنند که به علت آگاهی خواننده از این اطلاعات، نیازی به پیگیری جدی این اطلاعات در بسیاری از موارد نیست. گذشته از این، چون در این متن‌ها فرد به دنبال مطلب خاصی است بدین علت فرد می‌تواند از طریق ورق زدن و پریدن، یکر است به سراغ مطالب مورد نظرش رفته و بدین وسیله از اتلاف وقت جلوگیری کند. با این حال نکته مهمی که در این رابطه باید آویزه گوش آدم تندخوان باشد این است که از آنجایی که در برخی از موارد عمق و سنگینی نوشته‌های تخصصی به مراتب بیشتر از مطالب سرگرم‌کننده است بدین علت فرد جهت درک بهتر مطلب باید آهنگ خواندش را کند سازد چه در غیر این صورت از درک مطلب عاجز خواهد بود.

به عبارت ساده‌تر، فرد در این رابطه باید آشکارا منعطف و سازگار باشد. بدین معنی که فرد باید از هنر کند و تند کردن این مهارت برخوردار باشد.

افسانه هفتم: استفاده و اعمال این مهارت در هر حالتی کسالت‌بار است: این افسانه نمی‌تواند از پایه و اساس منطقی برخوردار باشد چون همانطور که در فوق بدان اشاره شد این مهارت (تندخوانی) متضمن رویکردهای مختلفی است که این لازمه‌ها به این مهارت ویژگی سیال و شناور بودن اهدا می‌کند که این امر نیز سبب می‌شود که فرد به فراخور و متناسب با متن پیشرویش دست یاری خواهش را به سوی رویکردی کارآمدتر دراز کند. چه در غیر این صورت، هرگز این مهارت نمی‌توانست برای فرد هنرمند چالش برانگیز و نشاط‌آفرین باشد.

افسانه هشتم: خواندن زمانی معنا می‌یابد که فرد از پس به یاد آوردن هر نکته‌ای برآید: به نظر می‌رسد که این ذهنیت برای دانش‌آموزان سالهای اولیه تحصیل کاربرد داشته باشد و آن هم برای دانش‌آموزان عهد دقینوس، زیرا امروزه بندرت دانش‌آموزی پیدا می‌شود که مبتلا به افسانه‌هایی از این دست باشد.

به هر شکل از آنجا که این نوع افسانه‌گرایی، آشکارا بیانگر احساس ناامنی و ناخودباوری فرد است قربانیان این افسانه با چنگ زدن به این پندار و ذهنیت بی‌اساس، بدین وسیله درصدد توجیه ناتوانی و بی‌کفایتی خود برمی‌آیند. چون قربانیان بهتر از هر کسی می‌دانند که این توقع، توقعی کاملاً بی‌اساس است چون هیچ کس نمی‌تواند به همه آنچه که خوانده است به طور ارادی دسترسی داشته باشد. به هر شکل اگر درگیر این افسانه هستید جهت گذر از این مشکل، پیش از هر چیزی اهدافتان را مشخص کرده و در عین حال بر روی آن بخشی از مطالب که نیاز به یادآوری آسانتر دارند تمرکز بیشتری را اعمال کنید.



## ارتباط مغز با خواندن

زمانی که جهت خواندن کل و یا بخشی از کتاب اقدام به گزینش آن می‌کنید چه اتفاقی می‌افتد؟ با اینکار چشم‌تان بر روی کلمات موجود بر روی صفحه افتاده و واژگان کتاب نیز متشکل از حروف و نمادهایی هستند که شما با آنها آشنایی دارید و هر واژه‌ای نیز برانگیزاننده تصویر و مفهومی خاص است و چون معنی کلمه برای خواننده روشن است از حاصل اتصال این کلمات، جمله معنی‌داری حاصل می‌شود که فرد از طریق مرتبط و متصل کردن جملات در نهایت به درک مورد نظرش از یک ماده خواندنی نایل می‌شود. لازم به ذکر است که این درک تازه مبتنی بر اطلاعات پیشین فرد است روشن است که با این حساب، چگونگی ماندگاری و یا از یاد رفتن اطلاعات تازه، تابع چگونگی استفاده شما از این اطلاعات است. به بیان دیگر، هر چقدر این اطلاعات برای مدت بیشتری در ذهن بایگانی شود به همان نسبت نیز فراموش شدنشان تسریع می‌شود. به طور خلاصه فرد در جریان خواندن اعمال زیر را انجام می‌آهد:

۱. شناخت بصری و دیداری سمبل‌ها و نمادها.
  ۲. تبدیل سمبل‌ها و نمادها به تصاویر معناداری که به وسیله صدا و یا سایر حواس تقویت شده است.
  ۳. عمل یکپارچه‌سازی مفاهیم جهت درک مطلب.
  ۴. ذخیره‌سازی اطلاعات.
  ۵. کسب آمادگی جهت یادآوری اطلاعات کسب شده.
- با نگاهی گذرا به مراحل فوق به سادگی متوجه می‌شویم که عمل

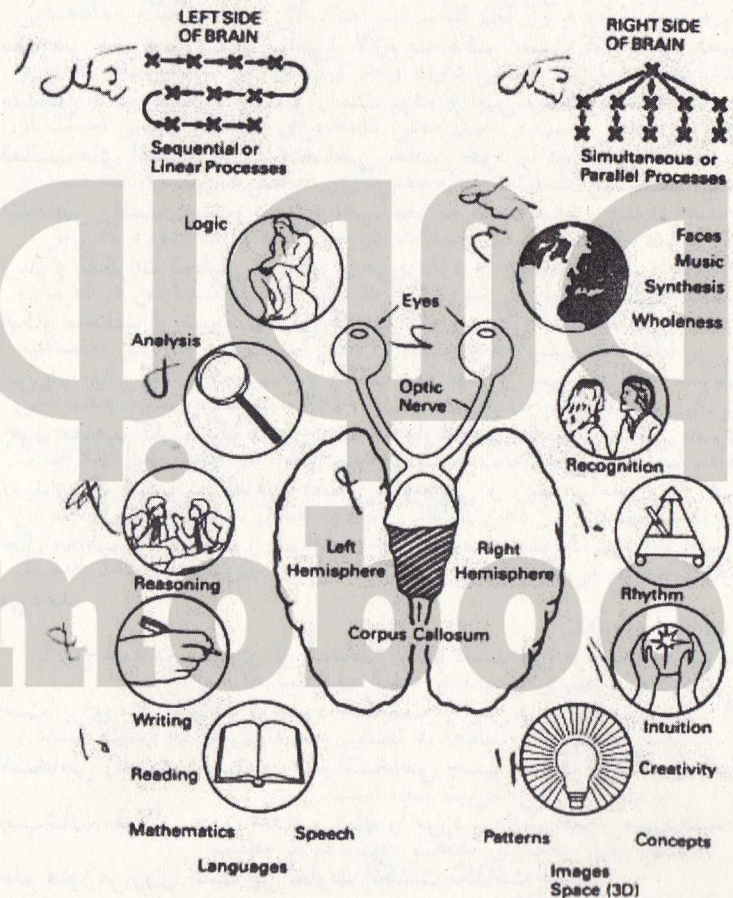
خواندن فرآیند پیچیده‌ای است چون جهت تحقق این عمل فعالیت‌های مختلفی صورت می‌پذیرد و از آنجا که این فعالیت‌ها به طور متداخل در دو نیمکره چپ و راست مغز صورت می‌پذیرد بدین علت دقیقاً نمی‌توان گفت که کدام اعمال مشخص در کدام نواحی مشخص مغز صورت می‌پذیرد. لازم به ذکر است که مغز آدمی متشکل از دو نیمکره چپ و راست بوده و این نیمکره‌ها اعمال و فعالیت‌های انحصاری و اختصاصی خاص خود را دارا می‌باشند. در اشخاص راست دست، نیمکره چپ مغز به مقوله‌هایی چون اعداد، زبان و تفکرات تحلیلی و آنالیزی می‌پردازد و جهت پردازش ایده‌ها و افکار مختلف از شیوه تحلیلی گام به گام و طولی استفاده می‌کند. و این در حالی است که نیمکره راست مغز بهتر از پس پردازش مسایلی چون مفاهیم کلی، الگوها و چرخه‌ها، بازشناسی، تصویرشناسی بصری (دیداری)، مسایل و مفاهیم فضایی، موسیقی و ریتم برآمده و در عین حال مفاهیم را به طور موازی و یا همزمان مورد پردازش قرار می‌دهد.

با این همه در بسیاری از اشخاص چپ دست این فرایندها معکوس است. برای مثال شواهد موجود حکایت از این دارد که بیش از ۹۰٪ اشخاص راست دست و ۶۰٪ اشخاص چپ دست توسط نیمکره چپ‌شان، مقولاتی چون اعداد و زبان را مورد پردازش قرار می‌دهند و علم هنوز بر روی علت این تفاوت انگشت نگذاشته است.

مطلب دیگر قابل توجه در این رابطه این است که دو نیمکره مغز به وسیله توده‌ای از سلول‌های عصبی که موسوم به «جسم پینه‌ای» هستند به



یکدیگر متصل شده‌اند. و این بخش از مغز از زاویه کارکرد شباهت آشکاری به سیستم ارتباطی تلفن دارد.



باری، در نگاه اول به نظر می‌رسد که خواندن عملی خطی، طولی و گام به گام است چون با مشتکی واژه سروکار دارد. با این نگاه و با این توصیف، عمل خواندن بسیاری از مردم در نیمکره چپ مغز صورت می‌پذیرد. اما از آنجایی که مطالعه مفید با مطالعه مکانیکی و صرف تفاوت دارد. لذا بدین علت است که نیاز به تصویرسازی بصری دارد و این مفهوم بدین معنی است که این امر (خواندن کارآمد) نیاز به یک الگوی قابل پیش بینی و برداشت کلی دارد. همینطور، از آنجا که خواندن سریع نیاز به یک آهنگ موزون دارد. بدین علت باید گفت که عمل مطالعه نیاز به اعمال هماهنگ هر دو نیمکره مغز دارد. به عبارت بهتر، به خواننده‌ای ماهر گفته می‌شود که این فرد بتواند اطلاعات را در دو نیمکره مغز مورد مبادله قرار دهد و خواندن فعال نیز خواننده را وامی‌دارد که همزمان ایده‌ها را نه تنها به یکدیگر متصل کند بلکه سریعتر نیز ببیند.

### شما چگونه می‌خوانید؟

برای اینکه ارزیابی درست‌تری از چگونگی سرعت خواندن‌تان، میزان درک مطلب و عادات مطالعه‌تان داشته باشید بهتر است که به طور هرچه طبیعی‌تر اقدام به خواندن متن مثالی زیر کنید. اما پیش از اقدام به اینکار باید به نکات زیر توجه کنید:

۱. از ساعتی استفاده کنید که مجهز به عقربه ثانیه‌شمار باشد.
۲. برای اینکه خللی در جریان خواندن‌تان ایجاد نشود، مکان مطالعه باید به دور از هرگونه اختلالات ناخواسته باشد.