



കുട്ടുകാരേ,  
 പരീക്ഷയെ പേടിയുണ്ടോ നിങ്ങൾക്ക്? ഉണ്ടെന്ന് മനസ്സിന്റെ കോണിൽ തോന്നലുണ്ടെങ്കിൽ അപ്പോൾ മുതൽ പറഞ്ഞു തുടങ്ങണം, ഏയ് എന്നിക്ക് പേടി ഇല്ലേയില്ലെന്ന്. കാരണം നിങ്ങൾ മിടുക്കൻമാരും മിടുക്കികളുമാണ്.  
 പഠനത്തിന് ഏറ്റവും പ്രധാനം ഓരോ ദിവസത്തെയും പഠനം അതത് ദിവസം തീർക്കുക എന്നതാണ്.  
 ക്ലാസ് മുറികളിൽ ലഭിച്ച അറിവുകൾ വീട്ടിലെത്തി സ്വയം പഠിച്ചെടുക്കണം. കേട്ടറിഞ്ഞതും കുറിച്ചെടുത്തതും മനസ്സിലായി എന്നുറപ്പിക്കാൻ തുടർപ്രവർത്തനം അനിവാര്യമാണ്.

# പരീക്ഷാപേടിമോ! വേണ്ടേ വേണ്ടേ..

## • അനുപ് അനന്തൻ

പഠനമെന്നത് ക്ലാസ് മുറിയിൽ തീരുന്ന ഒന്നാണെന്ന് ചിന്തിക്കുന്നവർ എത്ര പേരുണ്ട് നമുക്കിടയിൽ? അവർക്ക് പിഴച്ചു എന്ന് ആദ്യമേ പറയട്ടെ. ക്ലാസിൽ നിന്ന് പഠിച്ചത് മുഴുവൻ മനസ്സിൽ ഉറപ്പിക്കേണ്ടത് വീടുകളിലെത്തുമ്പോഴാണ്.

പശു പൂല്ലു തിന്നുന്നത് കണ്ടിട്ടില്ലേ. കിട്ടുന്നത് വാരിവലിച്ച് അകത്താക്കും. പിന്നീട് അയവീറക്കും. (ആമാശയത്തിൽ നിന്നും വീണ്ടും വായിലേക്ക് വന്ന് ചവയ്ക്കുന്ന പ്രക്രിയ). ഇതോടെയാണ്, വാരിവലിച്ച് അകത്താക്കിയതിന്റെ ദഹനം പൂർത്തിയാവുന്നത്.

പഠിക്കാനുള്ള വിഷയങ്ങൾ നിരവധിയാണ്. ചെറിയ സമയത്തിനുള്ളിൽ അധ്യാപകർക്ക് ഇവയെല്ലാം വിദ്യാർത്ഥികളിൽ എത്തിക്കണമെങ്കിൽ വേഗത്തിൽ അധ്യായങ്ങൾ തീർ

ക്കേണ്ടി വരും. ഈ വേളയിലാണ് ക്ലാസിൽ നിന്നുള്ള പഠനത്തിൽ നിന്നു മാറി വീട്ടിൽ നിന്നുള്ള പഠനത്തിന്റെ പ്രസക്തി.

പല വട്ടം വീട്ടിൽ നിന്നും ആവർത്തിച്ചാൽ മാത്രമേ പഠിച്ച കാര്യങ്ങൾ മനസ്സിലുറക്കുകയുള്ളൂ. പഠനത്തിൽ പ്രധാനമായും മൂന്ന് ഘടകങ്ങളുണ്ട്. വിദ്യാർത്ഥി, അധ്യാപകൻ, മാതാപിതാക്കൾ എന്നിവയാണ്. അധ്യാപകൻ വിദ്യാർത്ഥിയെ കാണുന്നത് ക്ലാസ് മുറിയിൽ മാത്രമാണ്. പിന്നീട് പഠനം പൂർത്തിയാക്കുന്നത് വീടുകളിൽ നിന്നാണ്. ഇവിടെയാണ് രക്ഷിതാക്കളുടെ സാന്നിധ്യം നിർണ്ണായകമാകുന്നത്.

പഠനപ്രവർത്തനത്തിന്റെ ഭാഗമായി രക്ഷിതാക്കളെയും ഒപ്പം നിർത്തണം. ഓരോ ദിവസത്തെയും ക്ലാസ് അനുഭവങ്ങൾ രക്ഷി

താക്കളുമായി പങ്കുവെക്കണം.

അതു വഴി ആത്മവിശ്വാസം ഉയർത്താൻ കഴിയും. ഇതോടെ രക്ഷിതാക്കളും കുട്ടി കഠിനാധ്വാനം ചെയ്യുന്നുവെന്ന് തിരിച്ചറിയും. ഇത്, സാധാരണഗതിയിൽ കേട്ടു വരാറുള്ള കുറ്റപ്പെടുത്തലുകൾ ഇല്ലാതാക്കാൻ സഹായകമാവും.

മാർക്ക് അൽപം കുറഞ്ഞാലും സാരമില്ല, അടുത്ത തവണ നിന്റേതാണെന്ന് പറയാൻ

അവർക്ക് കഴിയും. പണം നൽകിയാൽ മാത്രം പേരാ, അവരിൽ ഒരാളായി നിൽക്കണമെന്ന ചിന്ത രക്ഷിതാക്കളിൽ ജനിക്കും. ചിലർക്ക് ചില വിഷയങ്ങൾ ദഹിക്കില്ല. എന്നാൽ, മറ്റു ചില വിഷയത്തിൽ താൽപര്യവും കൂടുതൽ അറിവും കാണും. ഇവ സ്വയം മനസ്സിലാക്കി മറ്റുള്ളവരെ ബോധ്യപ്പെടുത്താൻ കഴിയണം.

ഭാവിയിൽ ഓരോ കുട്ടിയുടെയും മേഖല കണ്ടെത്തുന്നതിൽ ഇത് സഹായകമാവും.

### ഭയമെന്ന വില്ലൻ

എത്ര നന്നായി പഠിച്ചാലും പരീക്ഷാ പേടി ഉണ്ടായാൽ പിന്നെ രക്ഷയില്ല. ഇവിടെയാണ് എനിക്ക് കഴിയും എന്ന് സ്വയം ബോധ്യപ്പെടുത്തേണ്ടതിന്റെ ആവശ്യകത.

എനിക്ക് കഴിയുമെന്ന് സ്വയം ആവർത്തിക്കണം. തന്റെ പരിമിതി മനസ്സിലാക്കി സ്വയം പരിഹാരം കണ്ടെത്താൻ വിദ്യാർഥിക്ക് കഴിയണം. മറ്റുള്ളവരോട് താരതമ്യം ചെയ്യാതെ എനിക്ക് കഴിയുമെന്ന് സ്വയം ബോധ്യപ്പെടുത്തണം.



ഹെ, പഠിക്കാൻ എന്തോരം ബുദ്ധിമുട്ടാണ്. നാളെ പരീക്ഷയാ.. അടുത്ത കൊല്ലം മുതൽ എടുക്കുന്ന പാഠങ്ങൾ അന്ന് തന്നെ പഠിക്കണം ഞാൻ.

ഇതു തന്നെയല്ലേ ചേട്ടൻ കഴിഞ്ഞ കൊല്ലം പഠിച്ചത്..



## പരീക്ഷയെ പഠിക്കണം

എത്ര നന്നായി പഠിച്ചാലും ചോദ്യം ചോദിക്കുന്ന രീതി പ്രധാനമാണ്. അതുകൊണ്ട് പരീക്ഷയുടെ രീതി മനസ്സിലാക്കണം. നമ്മുടെ ഉന്നതമായ പരീക്ഷകളിലൊക്കെ മിന്നും വിജയം കാഴ്ചവെച്ചവർ മുൻകാല ചോദ്യമാതൃകകൾ മനസ്സിലാക്കിയതിനെ കുറിച്ച് പറയാറുണ്ട്. അതുകൊണ്ടാണ് മാതൃകാപരീക്ഷകൾ എഴുതുന്നത് ഗുണകരമാവുന്നത്.



ഉറക്കം വരാതിരിക്കാൻ എന്തെക്കൊണ്ട് കൊണ്ടാ ചായ ഉണ്ടാക്കിച്ച് അത് മൊത്തോം കുടിച്ചിട്ട് കിടന്നുറങ്ങുന്നു.



▶▶ ജനാധിപത്യത്തിന്റെ കളിത്തൊട്ടിൽ എന്നറിയപ്പെടുന്ന രാജ്യം - ഗ്രീസ്

## പരീക്ഷണശാല

ജീവിതം ഒരു പരീക്ഷണശാലയാണ്. ഓരോ ദിനവും നാം അഭിമുഖീകരിക്കേണ്ടി വരുന്നത് പുതിയ പുതിയ വിഷയങ്ങളാണ്. ഓരോന്നും ഓരോ വിധത്തിൽ കൈകാര്യം ചെയ്യേണ്ടി വരും. വിജയത്തിന് കുറുകുവഴികളില്ലെന്ന് തിരിച്ചറിയണം. അസാധ്യമായത് ഒന്നുമില്ലെന്ന് മനസ്സിലുറപ്പിക്കണം.

കഠിനാധ്വാനവും ആത്മവിശ്വാസവും മാത്രമാണ് നമുക്ക് വേണ്ടത്. കഠിനാധ്വാനത്തിലൂടെ ലോകത്തിന്റെ നെറുകയിലെത്തിയ നിരവധി പേരുണ്ട്, നമുക്ക് മാതൃകകളായി. അത്തരം ജീവിതങ്ങൾ അറിയുന്നതിലൂടെ പഠനവഴിയിൽ കൂടുതൽ കരുത്തരാകാം.



പഠന വഴിയിൽ ഉത്തേജകമാകുന്ന നമ്മുടെ മുൻ രാഷ്ട്രപതി എ.പി. ജെ. അബ്ദുൽ കലാമിന്റെ വാക്കുകൾ ശ്രദ്ധിക്കൂ....

‘എന്തിന്റെ പേരിൽ ഓർമ്മിക്കപ്പെടാനാണ് ഞാനിഷ്ടപ്പെടുന്നത് എന്ന ചോദ്യം സ്വയം ചോദിച്ചുകൊണ്ട് നിങ്ങളോരോരുത്തരും ജീവിതത്തിനു ലക്ഷ്യം രൂപപ്പെടുത്തണം. ഈ ചോദ്യം നിങ്ങൾക്ക് ശരിയായ ഉത്തരവും ദിശാബോധവും സമ്മാനിക്കും. ദിശ നിർണയിക്കപ്പെട്ടുകഴിഞ്ഞാൽ സാധ്യമായ എല്ലാ സ്രോതസ്സുകളിൽനിന്നും വിവരങ്ങളാർജ്ജിക്കണം, കഠിനമായി അധ്വാനിക്കണം, സ്വന്തം പാതയിൽ ഉറച്ചുനിൽക്കണം, പ്രയത്നിക്കണം. പ്രശ്നങ്ങൾ നിങ്ങളുടെ മേൽ ആധിപത്യംനേടാൻ അനുവദിക്കരുത്. മറിച്ച് നിങ്ങൾ പ്രശ്നത്തിനുമേൽ



ആധിപത്യം നേടണം. ഇങ്ങനെ കൈവരുന്ന ഓരോ വിജയവും അടുത്ത വിജയത്തിലേക്കുള്ള ചവിട്ടുപടിയാക്കണം.’

‘ഏതെങ്കിലും കാര്യത്തിൽ നേടുന്ന വിജയത്തിന് ശേഷം വിശ്രമിക്കരുത്. കാരണം അടുത്തതിൽ നിങ്ങൾ പരാജയപ്പെട്ടാൽ, ജനങ്ങൾ പറയും ആദ്യത്തേത് നിങ്ങളുടെ ഭാഗ്യം മാത്രമായിരുന്നെന്ന്.’

‘മഴക്കാലത്ത് പക്ഷികൾ തണൽ തേടി പറക്കും. പക്ഷേ, പരുന്ത് മഴയെ അതിജീവിച്ച് മേഘപാളികൾക്കിടയിലൂടെ ഉയർന്നു പറക്കും. അതിനാൽ നമുക്ക് പരുന്തിനെ അനുകരിക്കാം.’

‘എനിക്കൊരുപാടുദൂരം പോകാനുണ്ട്. എന്നാൽ, എനിക്കു തിരക്കില്ല. ചെറുചുവടുകൾവെച്ച് ഞാൻ നടക്കുന്നു; ഒന്നിനുപിറകെ ഒന്നുമാത്രം. എന്നാൽ, ഓരോ ചുവടും മുന്നോട്ട്, ഉയർച്ചയിലേക്ക്...’

‘ഞാൻ ജനിച്ചത് കഴിവുകളോടുകൂടിയാണ്, ആശയങ്ങളോടും സ്വപ്നങ്ങളോടും കൂടിയാണ്, നന്മയോടും മഹത്ത്വത്തോടും കൂടിയാണ്. ഞാൻ പറക്കും, ആത്മവിശ്വാസത്തോടെ...’

‘ഉറക്കത്തിൽ കാണുന്നതല്ല സ്വപ്നം; ഉറക്കം നഷ്ടപ്പെടുത്തുന്നതാണ് യഥാർഥ സ്വപ്നം.’

