# أسلوب الربط

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| تقنية الربط | **الربط بين الحروف** | **الربط بين أوائل الحروف** |

تعتمد هذه التقنية على ابتكار روابط ذهنيةٍ بسيطة بين الأشياء التي يراد حفظها أو تذكّرها. ومصاديق هذا الأسلوب متعدّدة منها: الجمع بين أوائل الحروف، أو جمع الحروف في كلمةٍ واحدة، أو من خلال ربط المفردات بعبارةٍ ما. والأمثلةُ كثيرةٌ، منها:

1. **الربط بين الحروف:**
2. **حروف القلقلة هي:** ق، ط، ب، ج، د. لتسهيل حفظها تجمع في كلمتي (قطب جد).
3. **حروف الإدغام:** ي، ر، م، ل، و، ن: (يرملون).

**ب. الربط بين أوائل الحروف:**

معركتا القادسيّة واليرموك وقعتا عام 15ه.

يُرمز لها بعبارة (يرقد 15 ساعة): (ير)= يرموك/ (قد)= قادسيّة، (15 ساعة)= العام 15 للهجرة.

### عمل فردي

في الآتي بعض الحروف التي يصعب حفظها، قم بوضع عبارةٍ أو كلمةٍ تساعدك على حفظها بطريقةٍ سهلة:

**حروف الهمس:**

ح، ث، هـ، ش، خ، ص، ف، س، ك، ت.

**حروف التفخيم:**

خ، ص، ض، غ، ط، ق، ظ.

### أسلوب التصنيف

يعتمد هذا الأسلوب على تقسيم الأشياء إلى مجموعاتٍ تشترك في صفةٍ أو خاصيّة واحدة على الأقل. ويمكن استخدام هذا الأسلوب لحفظ قائمةٍ طويلة من المفردات، أو لحفظ الأحاديث والروايات التي تعدّد مسائل مختلفة.

التمرين الأول

التمرين الثاني

### أسلوب التصنيف

|  |
| --- |
| جريدة  كرسي  سقف  غيوم  مقلاة  مصباح  سفينة  مرفأ  مرساة  صيف  الشحن. |

|  |
| --- |
| 1 |
| 2 |
| 3 |
| 4 |

ابدأ بقراءة اللائحة ببطء.

كرّر ما حفظته من الكلمات.

أعد قراءة اللائحة مرةً ثانية مع التركيز على معنى كلّ كلمة، وتصنيف الكلمات من خلال ربط بعضها ببعض إلى مجموعتين. مثلاً: (سفينة، مرفأ، شحن).

كرّر الآن ما حفظته من الكلمات.

|  |
| --- |
| **حدّد نوع ذاكرتك** |

**الذاكرة الجيّدة:** تستطيع ذكر اللائحة بعد تَكرار قراءتها مرّتين.

**الذاكرة الضعيفة:** تعتمد على التَكرار الكثير.

وهذا يعتمد على سهولة الرّبط بين المفردات. فكلّما كانت الكلمة مختلفةً عن الكلمة الأخرى كانت عملية الحفظ أصعب؛ لذا يمكن للمتدرّب أن يتدرّج في هذا التمرين شيئاً فشيئاً.

**التمرين الثاني**

قال رسول الله (ص): **«يا علي، تسعة أشياءٍ تورث النسيان: أكل التفاح الحامض، وأكل الكزبرة والجبن، وسؤر الفأرة، وقراءة كتابة القبور، والمشي بين امرأتين، وطرح القملة، والحجامة في النّقرة، والبول في الماء الراكد».**

|  |
| --- |
| 1 |
| 2 |
| 3 |

اقرأ الحديث بتمهّل.

كرّر ما حفظته من الحديث.

أعد قراءة الحديث مرةً ثانية مركزًا على معنى كلّ كلمة، وقم بتصنيف الكلمات ملاحظًا جهة الاشتراك بينها**.**

### التصوّر

يرتكز هذا الأسلوب على حفظ المعلومات على هيئة صورٍ ذهنيّة، أو نسج قصّة خياليّة تربط بين المعلومات المراد تثبيتها في الذهن، فعن أمير المؤمنين(ع): «لِقَاحُ الْعِلْمِ التَّصَوُّر والفهم»‏.

**التمرين الأول لحفظ قائمةٍ من المفردات بشكلٍ متسلسل**

انظر إلى هذه القائمة من المفردات مدّة 5 ثوانٍ:

1. سجادة
2. سيّارة
3. مذياع
4. ثورة
5. كتاب
6. أمي
7. فاكهة
8. قهوة
9. ساعة
10. كليّة سيد الشهداء(ع).

|  |
| --- |
| 1 |
| 2 |
| 3 |
| 4 |

اكتب القائمة بشكلٍ متسلسل.

قارن بين ما كتبته وبين قائمة الكلمات.

انسج في خيالك مقطعًا قصصيًا تربط فيه بين هذه الكلمات بشكلٍ متسلسل.

الآن أعد كتابة قائمة الكلمات بشكلٍ متسلسل، ولاحظ النتيجة.

**التمرين الثاني لحفظ أسانيد الأحاديث**

أخرج الشيخ الكلينيّ حديثاً، وصفه المجلسيّ الثاني بكونه حسنًا مُوَثَّقاً، فقال:

أحمد بن إدريس، عن محمد بن عبد الجبّار، عن محمّد بن إسماعيل، عن منصور بن يونس، عن أبي بكر الحضرميّ، عن أبي جعفر(ع) قال: **«عَلَّم رسول الله (ص) عليًاً (ع) حرفًا يفتح أَلْفَ حرف، كلُّ حرف منها يفتح ألف حرف»**.

|  |
| --- |
| 1 |
| 2 |
| 3 |

اقرأ سند الحديث.

جِد رابطةً ذهنيّة للرواة. (كأن تربط كلّ راوٍ بشخصٍ ما تعرفه في حياتك) مع تَكرار قراءة السند.

مثلًا لو قرأت هذا السند -سندٌ وهميّ-: حدّثنا سليمان عن عبد الله عن سعيد، تربط ذهنيًا صورة سليمان بسليمان الذي يسكن في عمارتكم.

قس على هذا المثال ما شئت.

**التمرين الثالث لحفظ تاريخ الولادة والوفاة**

«ولد الإمام الخمينيّ (قده) عام1902م. وعرجت روحه إلى السماء عام1989م».

ضع هذه الأرقام في صورةٍ ذهنيّة، متخيّلًا مثلًا الإمام الخمينيّ يحمل ورقتين بين يديه كُتب على الأولى 1902 وعلى الثانية 1989. تخيّل أنّ الأولى كتبت باللون الأحمر، والثانية كتبت باللون الأزرق. وإذا أضفت إلى ذلك أنّ الامام الخمينيّ يقرأ ما هو مكتوبٌ في هاتين الورقتين بصوتٍ واضح، فإنّ الصورة الذهنيّة تكتمل ويصعب نسيانها.

### أساليب حفظ الأرقام والتواريخ

* تقسيم الرقم إلى مجموعاتٍ متتاليّة، مثلًا الرقم 472222 يقسّم إلى: 22-22-47.
* ملاحظة الأرقام ووضعها في معادلةٍ حسابيّة، مثلًا: 1348 (1+3+4=8).
* ربط الأرقام بتاريخٍ مشهور أو مناسبة معيّنة...
* تحويل العدد إلى حرف وفق الجدول أدناه. وجمع الحروف في كلمةٍ معيّنة يمكن أن تضاف إليها أحرف العلّة إذا دعت الحاجة إلى ذلك. وهذا الأسلوب يحتاج إلى مرانٍ وتدريب. ويُنصح بأن يبدأ المرء التدريب بعدد أرقام صغير (من3 إلى 4 أرقام).

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| الأعداد | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 0 |
| الأحرف | د  ط  ت | ن | م | د  ر | ل  ه | ج  ش | ج  ح  ك | ف | ب | س  ز |

**....................**

**مثالٌ تطبيقي:**

1. ولد الشافعيّ سنة 150م وتوفي سنة 204م. فإذا افترضنا أنّ 0=ز، 5=ه، 1= د، 4=ر، 2=ن، يمكنك أن تحوّل الأرقام إلى كلماتٍ واضحة المعنى، بإضافة حرفي العلّة (أ- ي).

فتصبح 150 (زاهد)، و204 تصبح (رزين).

1. نشاطٌ تطبيقيّ:

حاول الربط بين الأرقام والحروف لتحفظ هذه العبارة:

وُلد الإمام الخمينيّ (قده) سنة 1902م، وتوفي سنة1989م.

الإجابة: (1=د،9=ب،0=ز،2=ن) (بإضافة حرف الألف: 1902 تصبح دأب- زان).

1989 (1=د،9=ب، 8=ف،9=ب) مع إضافة أحرف العلّة تصبح (أدبٌ في أب).

### أسلوب التركيز الذهنيّ

التركيز الذهنيّ هو تجنّب ما يشتّت الذهن من الأمور النفسيّة والخارجيّة، والتفكّر حصرًا في الموضوع المُراد حفظه. ومهارة التركيز من أهمّ أساليب الحفظ ومنشّطات الذاكرة. وقد أوضحت دراسةٌ تضمنّت إجراء صورةٍ إشعاعيّة للمخ، أنّ كميّة تدفّق الدم إليه ترتفع بشكلٍ مباشر عند تنبّه الشخص وتركيزه؛ ما يؤدّي إلى نمو الشجيرات العصبيّة، وزيادة قوتها وفعاليّتها.

........................

بعض تمارين التركيز الذهنيّ:

**تمرين(1): التركيز من خلال التفكّر:**

1. خصّص وقتًا ثابتًا يوميًا للتفكّر.
2. أغلق عينيك، وتنفّس بعمق، وبشكلٍ منتظم.
3. تفكّر في آيةٍ قرآنيّة أو روايةٍ شريفة مدّة 10 دقائق.
4. في حال تشتّت الذهن عُد مجددًا إلى التفكّر.
5. مارس هذا التدريب يوميًا، وقم بزيادة المدّة الزمنية بصورةٍ تدريجيّة لتصل إلى 20 دقيقة أو أكثر.

**تمرين (2): التركيز الذهنيّ في الصلوات اليوميّة:**

الخشوع وعدم شرود الذهن في الصلاة لها الكثير من الثمار المعنويّة، فضلًا عن الثمار الصحيّة والماديّة، ومنها تنشيط الذاكرة، واكتساب مهارة التركيز وتعزيزها لتصبح ملَكَةً نفسانيّة راسخة.

### استخدام الخرائط الذهنيّة

الخريطة الذهنيّة وسيلةٌ تعبيريّة تعتمد على ربط الكلمات ومعانيها بالصور، وربط المعاني المختلفة بعضها ببعض من خلال الفروع. يستخدم المرء من خلالها قسمي الدماغ الأيمن والأيسر، ويسخّر بالكامل مهارات قشرة المخ، أي الكلمة، والصورة، والعدد، والمنطق، والإيقاع واللون... فتزداد كفاءة التعلّم والحفظ.

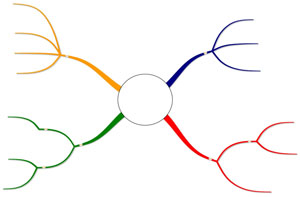
**..................**

**خطوات إعداد الخريطة الذهنيّة:**

1. رسمُ دائرةٍ تمثّل الفكرة أو الموضوع الرئيس في منتصف الورقة.
2. رسمُ فرعٍ لكلّ واحدةٍ من الأفكار الرئيسيّة المتعلّقة بهذا الموضوع.
3. تحديدُ كلمةٍ واحدة فقط للتعبير عن فكرة كلّ فرع. ويمكن استخدام الصور الرمزيّة، كما يمكن استخدام الألوان المختلفة للفروع المختلفة.
4. رسمُ فروعٍ ثانويّة متشعبّة من الفروع الرئيسة تمثّل الأفكار الرئيسة لهذا الفرع.
5. استمرار التشعّب المذكور في الخريطة، مع كتابة كلمةٍ وصفيّة واستخدام الألوان والصور؛ حتى تكون في النهاية شكلًا أشبه بشجرةٍ أو خريطة تعبّر عن الموضوع بجوانبه كلّها.

**........................**

**نموذج خريطةٍ ذهنيّة فارغة:**

****

**...................**

**تمرين(1):**

انطلاقًا من المعلومات السابقة، قم بتصميم خريطةٍ ذهنيّة حول أساليب الحفظ.