

الفصل الثاني العلماء فقط يعرفون قيمة الوقت



الوقت هو الحياة :

هذه الكلمة قالها أحد العلماء والمفكرين المسلمين في عصرنا الحديث ، وهو يخالف بذلك قول الماديين « الوقت من الذهب » .

فالحياة أغلى من الذهب والفضة ، والمسلم يحسب الأمور ويقيسها بمقياس آخر ألا وهو مقياس الإيمان بالله تعالى ، الذى يعطى القيمة الكبرى للعمل الصالح ويزن الأمور حسب هذا المقياس ... فكلما ضيعت وقتك فقد ضيعت عمرك ، وعمرك هذا هو رأس مالك إن أنفقته فى الخير كان مثواك الجنة ، وإن كان فى غير ذلك فبئس القرار .

وكل علم نافع يتعلمه الإنسان طريق للجنة طالما توفر فيه الإخلاص لخالقه سبحانه وتعالى ، ومع العلم بهذه الحقيقة فكثير منا لديه مهارة فائقة فى تضييع الوقت !! ، نحن نضيع أوقاتاً كثيرة فى اللهو والتسالى ، وفى الجلوس أمام التلفاز ، وفى الطعام والشراب ، وفى اللعب ، وفى انتظار الحافلة ... وغير ذلك ... أنت تقريباً تقضى نصف عمرك فى النوم وفى الطعام والشراب وقضاء الحاجة وإعداد حاجاتك الشخصية ، فالعمر المتاح لك فى عملك هو بالتحديد نصف عمرك الحقيقى .

كيف تحسن إستغلال الوقت؟! .

أولاً : نظم وقتك :

نحن نضيع أوقاتنا في معظمها لأننا غير منظمون ولا نضع لكل عمل وقته المحدد له والخاص به ، لذلك نأتى آخر اليوم فنجد أعمالاً كثيرة لم يتم إنجازها، فنقوم بتأجيلها لليوم التالي ... وهكذا .

إن قيامك بتنظيم وقتك يجعلك أولاً لا تنسى شيئاً من واجباتك ويجعلك ثانياً مشغول دائماً فيما هو مفيد فلا يوجد وقت تضيعه في غير فائدة ، ثم يجعلك ثالثاً ، ومع مرور الوقت والخبرة تستطيع أن تحدد الوقت المضبوط لكل عمل بحيث لا يطغى عمل على آخر ، ولا تعطى عملاً وقتاً أكبر أو أصغر مما يستحق .

ثانياً : نظم جدولاً للمذاكرة :

إن وضع جدول للمذاكر هو أحسن وأفضل وسيلة للتفوق الدراسي وغالبية الطلاب المتفوقين يذاكرون دروسهم بطريقة منظمة ، يقول البعض: لا أستطيع أن أضع لنفسى جدولاً للمذاكرة ... أقول له لا أقصد بجدول المذاكرة تعقيد العملية بأن تجلس الساعات الطوال تعدّ الجدول وتبدّل المادة بالأخرى كما يفعل بعض الطلاب ... فهذا ضياع وليس استغلال حسن له ولكن عليك بوضع الجدول على أى صورة وبأى ترتيب ثم اتبع نظامه فإن استرحت لهذا الناظم فيها ونعمت ، وإلا فيمكن أن تعدّله إلى الأحسن وعليك مراعاة التعليمات الآتية :

١ - لا تجعل المواد الصعبة بالنسبة لك خلف بعضها البعض في جدولك حتى لا تشعر بالملل والسأم .

﴿﴾ ٢٠ ﴿﴾ كيف تذاكر بطريقة علمية ﴿﴾

- ٢ - ابدأ بالمادة الهامة ، ولا تجعل المواد النظرية متتابعة بل افصل بينها بمواد أخرى عملية .
- ٣ - اجعل فترات راحة بين المادة والأخرى بحيث لا تكون فترات طويلة تضيق الوقت ولكن اجعلها فترات قصيرة لتجديد النشاط والحيوية .
- ٤ - اجعل فترة المذاكرة للمادة الواحدة متصلة ولا تقطعها بأى حديث من أى نوع .
- ٥ - لا تشوش على نفسك أثناء المذاكرة بأى مصدر من مصادر التشويش .
- ٦ - استشر إخوتك الأكبر منك سنأ وأصدقاءك المتفوقين ومدرسيك فى وضع الجدول وتنظيمه وطريقة المذاكرة ، سوف يوفر لك ذلك كثيراً من الوقت والجهد .
- ٧ - اجعل وقتاً للمراجعة الأسبوعية ، ولا سيما يوم الجمعة .
- ٨ - ابتعد عن المذاكرة الجماعية ، وإن كان لابد فلا تحاول تضيق الوقت بالمحادثات الجانبية .
- ٩ - أجب عن الأسئلة الموجودة آخر كل فصل أو باب بعد مذاكرته ، واجعل إجاباتك مكتوبة غير شفوية .
- ١٠ - بعد الإجابة على تلك الأسئلة ، قم بوضع العناوين الرئيسية والأفكار العامة والخاصة بكل فصل على حدة فى أجندتك الخاصة مع تعليق بسيط تحت كل عنوان يحتوى على معناه وما يراد منه بأسلوبك أنت حت يسهل مراجعته بعد ذلك .

ثالثاً : نم وقتاً كافياً وهادئاً :

النوم مطلب رئيسى لراحة الجسم ، ويحتاج الجسم إليه حاجته للطعام والشراب ، وفترات النوم المتصلة الهادئة تبعث فى الجسم النشاط والحيوية .

كثير من الطلاب ينامون فترات طويلة ويضيِّعون أوقاتهم فى النوم ، والنوم ليس عامل صحة على إطلاقه ، بل قد يكون ضاراً إن زاد عن معدله الطبيعى زيادة كبيرة ، والشخص البالغ العادى يحتاج إلى فترات نوم تتراوح بين ٧-٩ ساعات يومياً ، إن ذلك وقت كافٍ جداً ، على أن علم النفس يؤكد أن هدوء النوم وعمقه أهم بكثير من كميته .

على أننا فى كثير من الأحيان ننام أقل من ذلك حسب طبيعة العمل وظروفه ، وكل إنسان قد تعود على عدد ساعات نوم محددة ، يشعر بعدها بالراحة ، ويختلف ذلك من شخص لآخر ، وأفضل طريقة للنوم الهادئ والمريح أن تنام على جنبك الأيمن وتذكر الله وتقول : « اللهم إنى أسلمت نفسى إليك ، ووجهت وجهى إليك ، وفوضت أمرى إليك ، وألجأت ظهري إليك ، رغبة ورهبة إليك ، لا ملجأ ولا منجأ منك إلا إليك ، آمنت بكتابك الذى أنزلت وبنبيك الذى أرسلت » .

فسوف تسبح فى بحر من النوم الهادى بإذن الله تعالى ، واحذر النوم مستلقياً على ظهرك أو بطنك فلذلك أضراره ، وقد نهى النبي ﷺ رجلاً عن النوم على بطنه ، وقال ﷺ : « وانها نومة جهنمية » (١) .

(١) رواه أحمد فى المسند ، وابن ماجه فى سننه عن أبى أمامة .

رابعاً : الأوقات البينية حصيلة غنية لا تضيعها !! :

بين واجباتنا اليومية وأعمالنا المعتادة أوقات كثيرة هذه الأوقات غالباً ماتذهب في مذهب الريح ، ولا يلتفت إليها كثير من الناس ، فأنت عند ذهابك إلى المدرسة ورجوعك منها وفي أثناء الذهاب والإياب هناك وقت يبدد ، وكذلك هناك أوقات تبدد عند انتظارك السيارة التي تقلك من المدرسة وإليها ، وهناك أوقات كثيرة غير منظمة في حياتنا ولا يمكن تنظيمها ، وتلك الأوقات في مجموعها لا يستهان بها ، حيث أنها إن استغلت استغلالاً حسناً كان من ورائها الفلاح والنجاح ، فمثلاً عند ذهابك إلى المدرسة ما المانع من أن تراجع مع زملائك ما سبق من الدروس ، أو تناقش معهم بعض الأشياء التي لا تفهمها جيداً .

وأثناء ركوبك السيارة يمكن أن تستغل ذلك الوقت في مراجعة بعض الدروس أو في حفظ شيء تريد أن تحفظه بدلاً من النظر من شرفات الحافلة من غير فائدة ، أو في قراءة ورد القرآن الكريم اليومي ، واعلم أن خير الأعمال أدومها وإن قل ، فلا يغرنك أن الوقت قليل ولا يكفي شيئاً ... لا بل المحافظة على القليل يعطيك الكثير والكثير ، يمكنك أن تحفظ إحدى القصائد الشعرية المطولة بإعطائها كل يوم ٥ دقائق فقط من تلك الأوقات الضائعة ، ولدة شهر واحد فقط وربما أقل من ذلك

كما يمكن الإستفادة من الأوقات الضائعة في المنزل بتنظيم حاجاتك الشخصية وترتيب الأوراق وغيرها ، أيضاً يمكنك الاستماع إلى محاضرة مفيدة أو إلى إذاعة القرآن الكريم أثناء قيامك بكى ملابسك أو غير ذلك مما لا يحتاج إلى تركيز

خامساً : احذر مضيعات الوقت :

اللعب واللهو المباح والتنزه وغيرها من أمور اللعب ، كل ذلك مطلوب ومهم للترويح عن النفس ، ولكن لا بد أن يكون بقدر معلوم ، فلا تصبح أوقات اللهو أكثر من أوقات الجد والعمل ، والعامل هو من يوازن بين هذا وذاك .

إحذر هذه الأشياء فهي مضيعات للوقت :

١ - **المحادثة التليفونية المطولة** : كثير من الطلاب يضيعون أوقاتهم في محادثات مطولة غير مفيدة ، وقد يكون سبب الإتصال شيء مهم ثم تتحول المكالمة إلى مضيعة للوقت .

٢ - **ألعاب الكمبيوتر** : لا شك أن ألعاب الكمبيوتر ألعاب مسلية ولكنها مضيعة للوقت بدرجة كبيرة .

٣ - **الشطرنج** : لعبة الشطرنج من ألعاب الذكاء والتي تأخذ جهداً عقلياً وذهنياً ، وفوق أنها تضيع وقتاً كبيراً فإن الطالب قد لا يستطيع بعدها أن يذكر إلا بعد فترة راحة كافية بعد التفكير والعناء .

٤ - **أصدقاء السوء** : لابد للطلاب من أصدقاء ، فهو لا يستطيع أن يعيش بمفرده منعزلاً عن أصحابه، ولكن أحياناً يكون عامل مضيع للوقت وعلى الطالب أن يحرص على البعد عن أصدقاء السوء الأصقاء

٥ - **التلفاز** : يجلس الكثير من الطلاب أمام شاشة التلفاز بالساعات ويقلبون المحطات بحثاً عن برامج مسلية ، وبغض النظر عن تأثير ذلك على سلوكهم وأخلاقهم ، فإن فيه مضيعة كبيرة لأوقاتهم .

٦ - **الدردشة العائلية أو الأخوية** : لا شك أنها مفيدة ومهمة لكن

احذر الإفراط في ذلك وتضييع الوقت فهو يمر مر السحاب

سادساً: ليكن لديك تقييم صحيح للوقت المستهلك وللعمل المنجز :

والتقييم بخلاف التقويم ، فالأول يعنى إعطاء قيمة للشيء بينما يعنى الثانى تصحيحه وتصويبه ، وكلاهما مطلوب ... وكثير من الأعمال يضيع وتقل فائدة لافتقاره إلى عنصر التقييم وفى الأثر عن عمر بن الخطاب رضي الله عنه : « حاسبوا أنفسكم قبل أن تحاسبوا ... » .

فليكن لك مع نفسك وقفه بعد كل عمل تنجزه لتحدد قيمته ولتسأل نفسك بعض الأسئلة :

- هل أنجزت العمل على ما يرام وكما ينبغي ؟!
- هل تم إنجاز العمل فى الوقت المحدد له ؟!
- ما نسبة نجاح هذا العمل ؟!
- ما العوامل التى أدت إلى نجاحه بهذه النسبة ؟!

يجب عليك أن تقوم بعملية التقييم هذه أسبوعياً لثرى السلبيات والإيجابيات فى مذاكرتك وفى فهمك للمواد المختلفة ومقدار تحصيلك الدراسى ومقدار حفظك لما يحتاج إلى حفظ من المواد المختلفة ، وما أفضل وقت لديك تم إنجاز المذاكرة فيه بشكل جيد وصحيح .

