'મરી ગયેલી ગઈ કાલ અને નહિ જન્મેલી આવતી કાલની ફિકર માં આપણે આજને ભૂલી જ જઈએ છીએ.
અર્થાત્ મુલતવી રાખવાની આપણી વૃત્તિ, આપણા આજના ફાયદાને નુકશાન કરે છે.

આખા વર્ષ દરમ્યાનમાં ટોળાંટપ્પા અને રખડપટ્ટીમાં અભ્યાસના સમયનું આયોજન ભૂલાઈ જાય છે. પરિણામે
પરીક્ષાના સમયે ગભરાટ, ટેન્શન અને અવ્યવસ્થાભરી પરિસ્થિતિમાં મુકાઈ જવું પડે છે અને આખરે આ કાતિલ
હરિફાઈભર્યા જગતમાં તેઓનું પરિણામ છેલ્લેથી નજીક આવે છે. પોતાના કાર્યની પોતાના સમય સાથે શરૂઆત કરવા માટે
ખાસ કરીને નીચેના ચાર સવાલના જવાબ મેળવવા જોઈએ:

૧. મારો સમય ક્યાં જાય છે? તપાસ કરો.

૨. મારો સમય ક્યાં જવો જોઈએ? નક્કી કરો.

૩. મારો સમય વેડફનારાં પરિબળો ક્યાં છે? આ પરિબળોને ઓળખો.

૪. આ પરિબળોને કાબુમાં રાખવા શું પગલાં લેવા જોઈએ? સમયની શિસ્તને આત્મસાત કરો.

દુનિયાના પટ પર દરેક માનવીને ૨૪ કલાક એટલે કે અઠવાડિયાનાં ૧૬૮ કલાક, એક વર્ષનાં ૮૭૬૦ કલાક અને
૭૦ વર્ષનું સરેરાશ આયુષ્ય ગણીએ તો માનવી લગભગ ૨૫ વર્ષ સુવામાં, ૮ વર્ષ અભ્યાસ અને શિક્ષણમાં, ૬ વર્ષ આરામ
અને માંદગીમાં, ૭ વર્ષ રજાઓ ગાળવામાં અને આનંદપ્રમોદ, ૫ વર્ષ સંબંધોના આદાન-પ્રદાનમાં, ૪ વર્ષ ખાવામાં અને ૩
વર્ષ ઉપરની દરેક પ્રવૃત્તિઓની તૈયારી કરવા પાછળ ગાળે છે. સમયનો સદુપયોગ કરવાની બાબતને પ્રખ્યાત લેખક મોહંમદ
માંકડે સમયના વાવવા સાથે સરખાવી છે. વાવેલો સમય કદી એળે નહીં જાય. આખા દિવસ દરમ્યાનના નોકરી ધંધાના ૧૦
કલાક, સૂવાનાં ૭ કલાક, ૩ કલાક રાબેતા મુજબની પ્રવૃત્તિમાં પસાર કરતાં હોઈએ તો પણ આપણી પાસે ૪ કલાક બચે છે.
આ એ સમય છે કે જે ઘણો દીર્ઘ છે અને ઘણો ટૂંકો છે. ઘણો ઝડપી છે અને ઘણો જ ધીમો છે, ઘણો વિભાજીત છે અને ઘણો
ખેંચાયેલો છે. ઘણો અવગણાયેલો છે અને ઘણો જ દિલગીરીવાળો છે. સમય વગર કશું જ શક્ય બનતું નથી માટે જ
સમયનું આયોજન જરૂરી છે.

યાદદાસ્ત (યાદશક્તિ) કેળવવાની કેટલીક પદ્ધતિઓ :

૧. પહેલી પદ્ધતિ બહુ જ જાણીતી અને જૂની એવી પારસ્પરિક સંબંધ કે ચેઈન લિન્કની છે. આ પદ્ધતિ દ્વારા જે માહિતી
સાંપડે છે એ બીજા સાથે સંકળાઈને યાદ રહી જાય છે. જેમાં તારીખનો ઘટના સાથે, વૈજ્ઞાનિક પરિભાષાનો તેના અર્થ
સાથે કે એક ઘટના-વસ્તુને બીજી એવી જ ઘટના કે વસ્તુ સાથે સાંકળીને યાદદાસ્ત કેળવી શકાય છે. 'ચેઈન લિન્ક'
સિસ્ટમનો મૂળભૂત પાયો એ છે કે તમે જ્યારે ઓછી જાણીતી કે અપરિચિત બાબતને જાણીતી બાબત સાથે સાંકળી
લો ત્યારે યાદદાસ્ત ઉત્તમ રીતે કાર્ય કરે છે. જેટલું વિચિત્ર સંકલન એટલું બહેતર પરિણામ.

૨. યાદદાસ્ત કેળવવાની બીજી પદ્ધતિ વાર્તા બનાવવાની છે. તમારો અત્યાર સુધીનો અનુભવ કહેતો હશે કે વાર્તાના
રૂપમાં કહેવાયેલી વસ્તુ જલ્દીથી યાદ રહી જાય છે. પંચતંત્રકે અરેબિયન નાઈટસની વાર્તાઓમાં બોધવચનો અને
ડહાપણભરી વાતો જોઈ શકીએ છીએ. ઉપદેશકો, કથાકારો કે ઈવન સારી સ્પીચમાં પણ વક્તા-ઉપદેશ કે મુદ્દાને
યાદદાસ્તમાં ઉતારવા વાર્તા કિસ્સાની કહાની કે દ્દષ્ટાંતોનો ભરપુર ઉપયોગ કરે છે. પરીક્ષા નજીક આવી રહી હોય
ત્યારે સવાલોના જવાબો સચોટ અને સમયસર લખી શકાય એટલા માટે નોટબુકમાં લખીને તેની પ્રેક્ટીસ કરવાની
છે.

૩. પરીક્ષાના સમયે લાંબા પ્રશ્નોના જવાબ યાદ રાખવાના હોય ત્યારે આવા વર્ણનાત્મક બાબતનાં જવાબોના ચાવીરૂપ
મુદ્દાઓને અલગ તારવીને તે વિશેની યાદદાસ્ત કેળવી શકાય.

૪. મિતાક્ષરો બનાવીને યાદદાસ્ત કેળવી શકાય.
મિતાક્ષરો બનાવીને યાદદાસ્ત કેળવી શકાય જેમકે મેઘધનુષ્યના સાત રંગોને ગુજરાતીમાં જાનીવાલીપીનારા કે
અંગ્રેજીમાં VIBGYOR તરીકે જલ્દી યાદ રહી જાય છે. મિતાક્ષરો બનાવવાનું પોતાની કલ્પનાશીલતા પર