

طرق لقراءة الكتب التي تتمنى قراءتها 8



أنت بحاجة لقراءة المزيد من الكتب

عندما أقول ذلك للناس، يجيب معظمهم بقولهم "نعم، بالتأكيد، نعم". وبعد ثوانٍ معدودة، يقول الواحد منهم "أتمنى لو كان لديّ الوقت الكافي".

صادر حسناً، أتعلم ماذا؟ تراودني الشكوك حول ذلك العذر، لأنّ الحقيقة هي أننا نملك الوقت بالفعل. بين تقرير 100,000 عن جامعة كاليفورنيا أننا نستهلك بيانات الآن أكثر من أي وقت مضى، بمعدل أكثر من يوماً. تخيل عدد النصوص والتنبيهات والإشعارات ورسائل البريد الإلكتروني الخاصة بالعمل ورسائل كلمة البريد الإلكتروني الشخصية وعناوين الأخبار وشرائط أسعار الأسهم التي تمر سريعاً وخلصات المدونات وتغريدات تويتر وتعليقات إنستغرام التي تقرأها كل يوم من يمتلك وقتاً لقراءة الكتب مع كل تلك القراءة التافهة؟

"تحدثت في مقالة سابقة منشورة في هارفارد بزنس ريفيو بعنوان "8 طرق لقراءة كتب أكثر (بكثير) هذا العام عن كيفية قراءتي لخمسة كتب كحد (8 Ways to Read (a Lot) More Books This Year) أقصى سنوياً لأغلب حياتي في سنوات الشباب. كان لديّ بعض المصاييح بطيئة الاشتعال على الطاولة بجانب السرير، وكنت أقرأ بعض الكتب في الإجازة إن حالفني الحظ. ثم قبل ثلاثة أعوام، قرأت خمسين كتاباً. خمسون كتاباً! في عام واحد. لم أستطع أن أصدق ذلك. شعرت فجأة أن للكتب تأثير مثل تأثير نظرية قطع الدومينو، فأنا عقب القراءة أصبح زوجاً أفضل، وأباً أفضل، وكتاباً أفضل.

وقد حاولت منذ ذلك الحين مضاعفة قراءتي. وأقرأ الآن تقريباً أكثر من 100 كتاب سنوياً. وبالتأكيد، أقرأ أحياناً الاجتماعي. ولكن فيما يلي عدداً أقل من الكتب، وأحياناً لا أقرأ، وأحياناً أنزلق في متاهات وسائل التواصل ثمانية أشياء إضافية أفعلها لأعود إلى الطريق الصحيح

يمتلك معظم الناس رفّ كتب "هناك"، حيث تعيش الكتب. ولكن في أحد أيام عش داخل عالم من الكتب 1. السنة الماضية، ألقت زوجتي كومة مكونة من حوالي عشرة كتب مصورة على طاولة القهوة. ماذا حدث؟ بدأ

أولادنا بتقليب صفحات الكتب طوال الوقت. نقوم بتقليبها وتركها هناك. هذا مبدأ مسار القدر الأدنى من المقاومة، تماماً كما تترك شركة جوجل وجبة خفيفة صحية على الطاولة للموظفين، بينما تُخبأ الشوكولاتة بعيداً وضعنا التلفاز في القبو، وقمنا بتركيب رف كتب بالقرب من بابنا الأمامي، ووضعنا كتباً في في علب الكعك الكاتب الأرجنتيني خورخي لويس بورخيس: "لا قال جيبوب مقاعد السيارة، وكتباً مختلفة في أرجاء المنزل أستطيع النوم ما لم أكن محاطاً بالكتب". هذه هي الطريقة التي نختارها الآن للحياة. (حتى إذا كنت تحاول إزالة الفوضى أو لم يتوفر لديك مساحة كبيرة لتخزين الكتب، يمكنك دائماً زيارة مكتبتكم المحلية لاستعارة الكتب (وإعادتها عند الانتهاء من القراءة).

2. تنام زوجتي قبلي، وهذه هي اللحظة التي أربط فيها مصباح القراءة. أشعل ضوءاً "أحمر" في الفراش. The Power of (The Power of) "قوة اللحظة" الأحمر على جبهتي. لماذا اللون الأحمر؟ يقول مايكل بروز، مؤلف كتاب إنّ الضوء الأحمر يساعد على إنتاج هرمون الساعة البيولوجية "الميلاتونين". وتمتلك الأضواء (When) (The Sleep Health Foundation of) الساطعة آثاراً عكسية، وفقاً لمؤسسة صحة النوم بأستراليا (Australia). إذ يمكن أن تمنحك الأضواء الساطعة للغاية أو الشاشات الساطعة شعوراً أكبر باليقظة. ويجب أن تساعدك القراءة وقت النوم على الاسترخاء، وليس الاستيقاظ.

3. الهواتف المحمولة هي أجهزة تشتت الانتباه. وهي مصممة لتكون اجعل هاتفك أقل تشجيعاً على الإدمان. (Irresistible) "لا يقاوم" انسيابية وجذابة ولا تقاوم. ألا تصدقني؟ سيعمل كتاب ستيرن للأعمال آدم ألتير على زيادة وعيك بسرعة حول التصاميم المسببة للإدمان والتي تدخل في صناعة الهواتف الذكية. فهي شبيهة بأجهزة جيب ذات منافع. إذ، كيف تقاوم الرغبة بالوصول إليها؟ اجعلها أقل جاذبية. انقل جميع التطبيقات من الشاشة الرئيسية حتى تصبح الشاشة فارغة عندما تفتحها. اترك شاشتك مكسورة على حالها. انقل شاحنك إلى القبو حتى تصبح تلك خطوة إضافية في لحظات الخمول صباحاً وفي الليل. وإذا ليقوم هاتفك بحجب "اضطرت إلى الإبقاء على هاتفك في الغرفة أثناء نومك، فعل وضع "عدم الإزعاج المكالمات والرسائل تلقائياً بعد الساعة السابعة مساءً. وشيئاً فشيئاً، يمكنك منع هاتفك من أن يصبح مغرباً للغاية.

4. كيف تنظم كتبك؟ حسب اللون؟ حسب تاريخ شرائك لها؟ حسب الأكوام. استخدم نظام ديوي العشري. إنه معقول. العشوائية الكبيرة الملقاة في الأرجاء؟ ثمة سبب لقيام جميع المكتبات باستخدام نظام ديوي العشري حول علم النفس والدين والعلوم والفنون وغيرها. ما الفائدة من ذلك؟ تدرج الكتب ضمن تصنيفات دقيقة جداً أنت تصنع علاقات. وترى أين مواطن ضعفك الكبيرة. قضيت أحد أيام العطلة في ترتيب كتبي وفقاً لنظام ديوي العشري، وبالإضافة إلى إنجاز شيء عميق من ناحية تنظيمية، أجد الآن الكتب بسرعة أكبر، وأشعر أن للقراءة معنى أعمق، وأني مهتم أكثر بما أقرأه، حيث يمكنني أن أشعر نوعاً ما بكيفية استيعابي لما أقرأه. ما الأدوات إلى المفضلة للبحث عن أرقام ديوي classify.oclc.org التي تحتاجها لفعل ذلك؟ أداتان فقط: أضفت في الجيب الداخلي. كما أنني أستخدم (DDC code) العشرية لأي كتب لا تمتلك رمز تصنيف ديوي العشري للبحث عن معنى تلك الأرقام. وأستخدم قلماً لكتابة رمز ديوي العشري (Decimator) تطبيق ديسيماير والتصنيف على الجيب الداخلي لكل كتاب قبل وضعه على الرف.

5. عندما تبدأ بزيادة معدل "استعمل البرامج الصوتية (البودكاست) وبوكتيوب لحل مشكلة" الكتاب التالي قراءتك، تصبح المشكلة الأكبر هي "حسناً، ماذا عليّ أن أقرأ فيما بعد؟". تجاوز الكتب المكثفة في مكتبات المطارات والكتب الأكثر رواجاً على قوائم الكتب الأكثر مبيعاً يعني الغرق في العناوين القديمة والرفوف الجانبية في المكتبات لتصبح جدياً بشأن العثور على كتب تغير حياتك حقاً. ترتفع قيمة التنسيق في عصر الخيارات اللامتناهية. وتمثل البرامج الصوتية (البودكاست) والبوكتيوبرز (مجموعة من اليوتيوبرز يهتمون بالكتب) الآن آلة أحلام خاصة للتنسيق بالنسبة للقارئ. من أين أبدأ؟ فيما يخص البرامج الصوتية، يتطرق الذي تقدمه مودرن ميسز (What Should I Read Next?) "ماذا عليّ أن أقرأ فيما بعد؟" برنامج الذي تقدمه أماندا نيلسون في (Get Booked) "احجز ذاتك" دارسي إلى المشكلة مباشرة، ويقدم برنامج (Books) "3 3" توصيات كتب مخصصة. ولدي برنامجي الخاص (BookRiot) موقع بوكريوت ونقوم خلاله بتوجيه أسئلة لضيوف مثل كريس أندرسون من تيد أو جودي بلوم أو تشيب ويلسون لمشاركة ثلاثة كتب كان لها دور كبير في تغيير حياتهم. و: بوكتيوب؟ نعم، بوكتيوب. وثمة نظرة رائعة حول ذلك هنا، وبعض

وبولانديا نانا ز بوكس (Ariel Bissett) القنوات التي أنصحك بتجربتها هي أريل بيسيت (polandbananasBOOKS).

عن كيفية إلغائي الاشتراك بخمس فيما مضى مراراً وتكراراً بالتأكيد، طبعاً، تحدثت ألغ متابعة الأخبار 6. مجلات وصحيفتين للتركيز حصراً على الكتب. ولكن أتعلم أين لاحتقتني الأخبار؟ على الإنترنت. هذا هو المكان الذي يجب عليك أن تقسو على نفسك فيه: ألغ متابعة جميع المواقع الإخبارية على وسائل التواصل الاجتماعي، الاختصاصي في العلوم السياسية هربرت واحذفها من المفضلة (واحذف كلمات المرور أيضاً). تذكر ما قاله سيمون: "ما تستنزفه المعلومات واضح تماماً. إنها تستنزف انتباه المستقبلين. وبالتالي، تخلق ثروة المعلومات قصوراً في الانتباه، وحاجة إلى تخصيص ذلك الانتباه بكفاءة بين وفرة مصادر المعلومات التي قد تستنزفها". Why You Should Stop Reading News (Farnam Street) على مدونة فارنام ستريت خمس أمور، و Five Things You Notice When You Quit The News (Raptitude) على مدونة رابتيتود.

قلماً يقرأ " كما قال لي الكاتب سيث غولدن في إحدى المقالات اقرأ على شيء لا يفعل أي شيء آخر 7. لأنك على بُعد ضغطة واحدة من التحقق من بريدك الإلكتروني". إذا أمكن (iBooks) الناس كتاباً في آيبوكس تفسيرنا أو تحذيرنا أو إشعارنا، فسنفعل. وهذا ليس جيداً للغوص عميقاً في عوالم جديدة. إذا ما هو اقتراحي لك؟ كتب حقيقية. صفحات حقيقية. على ورق حقيقي. نعم، لا مانع لدي من قتل الأشجار إذا كان ذلك يعني القدرة في هذه على الاختفاء في أعماق عقلك. ففي نهاية المطاف، الكتب الحقيقية هي فقط ما تسمح لك بتولي القيادة الصورة الكبيرة. ولا صوت يتغلب على صوت عقلك، ولا نمط أو شاشة عرض تؤثر على النوايا الفنية للكاتب. بالتأكيد، أتفهم احتياجك لخطوط كبيرة، أو إذا كنت تقوم بالقيادة طوال اليوم وتفضل الكتب المسموعة، ولكنني أقول أنك إذا كنت تريد أن تصبح قارئاً نهماً لبقية عمرك مثلي تماماً، فإن الكتب الحقيقية هي ما تضمن لك ذلك. وإذا تعين عليك استخدام جهاز ما، فأحرص ألا يستقبل ذلك القارئ الإلكتروني الرسائل النصية

مديرة بائعة الكتب المفضلة لدي طوال الوقت هي سارة رمزي. تحدث مع بائعة الكتب المحليين 8. في تورنتو. أدخل، وأبدأ بالثرثرة، وأبدأ (Another Story Books) "أنذر ستوري بوكس" متجر الاعتراف، وأشارك ما أعاني منه، وتبدأ هي بالمهمة والضحك وتقييمي بينما نتجول في أرجاء المتجر ونتحدث لنصف ساعة. وهي تجد: كتاباً جيداً بعد طلاق، وكتاباً جيداً بعد رحلتي إلى أستراليا، وكتاباً جيداً أثناء معاناتي مع أولادي. ثم أخرج من المكتبة محملاً بالكتب التي تناسب حالتي العاطفية تماماً، وتعالج المواطن التي أرغب أو أحتاج إلى تمنيها، والتي تهمني على مستوى عميق. إذا اعتقدت أن البشر هم الخوارزميات الأفضل لرؤية من "(كما أعتقد)، عندها يكون الدخول إلى مكتبتك المحلية المستقلة، وتقييم جدار "مختارات طاقم العمل" تنسجم اهتماماتهم معك، ثم طلب مختارات شخصية منهم، هي طريقة رائعة للعثور على الكتب التي ستحبها. (إن أردت مكاناً للبدء منه بشكل أسرع. (تجد هنا قائمة من المكتبات المستقلة في الولايات المتحدة

هل أنت مستعد للقراءة؟ هل أنت متحمس للبدء؟ أو هل أنت من الأشخاص الذين يحتاجون أولاً لسماع بعض ني "المعلومات المؤكدة لمساعدتك على تغيير سلوكك؟ إذا أردت أسباباً أخرى: في عام 2011، قالت مجلة إن القراءة تحفز خيالنا (The Annual Review of Psychology) "أنيوال ريفيو أوف سيكولوجي العصبية المرآتية، وتعمل على تفتيح أجزاء دماغنا المسؤولة عن تطوير التعاطف والرحمة والفهم. وتجعلك Science أخرى نُشرت في مجلة العلوم القراءة قائداً ومعلماً ووالداً وأخاً أفضل. ووجدت دراسة أن قراءة الخيال الأدبي تساعد على تعزيز التعاطف والوظيفة الاجتماعية لدينا. وأخيراً، وجدت (Magazine) في عام 2013 أن التصوير بالرنين المغناطيسي (Emory University) دراسة مدهشة في جامعة إيموري الذي أجري في الصباح الذي يلي طلب قراءة مقاطع من رواية ما من الأشخاص الخاضعين للاختبار، أظهر زيادة في الارتباطية في قشرة الدماغ الصدغية اليسرى، وهي منطقة الدماغ المرتبطة بالقدرة على استقبال اللغات. تخيل المزايًا طويلة الأمد من فتح كتاب كل يوم

معظمنا نريد قراءة كتب أكثر. ونحن بالتأكيد نستطيع ذلك. أنت ما تأكله، وأنت ما تقرأه

تابع تقليب الصفحات