EĞİTİM - ÖĞRETİM VE GÜNLÜK HAYATTA
HAFIZA TEKNİKLERİYLE BEYİN GÜCÜNÜ GELİŞTİRME
Oğuz Saygın
Abdullah Maraşlı - Muhammed Maraşlı
Hayat Yayınları
istanbul / 2000

İTHAF
Kitabımızı, bu eğitime beynini, yüreğini ve bütün imkânlarını koyan değerli işadamı İsmail Ünan'a ve çocuklarını altın dokur gibi dokuyan, onlara büyük düşünmeyi öğreten, desteğini bizden hiç eksik etmeyen sayın Ahmed Cemil Maraşlı'ya ithaf ediyoruz.
Oğuz Saygın
Abdullah Maraşlı Muhammed Maraşlı
TEŞEKKÜR
Bu kitabın hazırlanmasında emeği geçen Saygın - Maraşlı ailelerine, Hayat Yayınları çalışanlarına, kitabın editörlüğünü ve iç düzenlemesini yapan Rahime Demir ve Şencan Fen'e, çizimlerde çok nazımızı çeken Orhan Bal ve Serdar Dumansız'a teşekkürlerimizi bir borç biliriz.
Oğuz SAYGIN
Abdullah MARAŞLI Muhammed MARAŞLI
İçindekiler
ÖNSÖZ 9
Bu Kitap Nasıl Hazırlandı? 10
Nasıl Geldik Buralara? 14
Hafızada Adım Adım 16
BİRİNCİ BÖLÜM
Beynin Gizemli Gücü
Gazetelerden Bir Haber 21
Bu Kitabı Okumaktaki Amacınız Aşağıdakilerden Hangisi? 21
Bu Bilgileri Nerelerde Kullanabilirsiniz? 22
Hafıza Eğitiminin Kazandırdıkları 23
Beynin Potansiyeli 24
Beynimiz Nasıl çalışır? 27
Mantıksal Sol Beyin, Duygusal Sağ Beyin..... 29
Bütünü Görmek 30
Beynin Her İki Yarısını da Kullanın 31
Eğitim ve Öğretimde Sağ Beynin Önemi..... 32
Sağ ve Sol Beynin Dengeli Kullanımının Sonuçları 33
Yazarıyla Müzakere Edecekmiş Gibi 35
Yaşlanınca Hafızamız Zayıflar mı? 36
Herkes Potansiyel Bir Dâhi Adayıdır 38
Sabırlı Ol... 39
Başarıyı Başaranlardan Öğren 40
Olumlu Düşünce 40
Çocuklarımıza Karşı Davranışlarımız 41
Olumlu Düşüncenin Getirileri .. 42
Yaparım..... 43
Çocuklarınızı, Onların Yaşayacakları Zamana Göre Yetiştirin.43
İKİNCİ BÖLÜM

Hafıza Teknikleri
Çağrışım Sistemi 47
Beş Duyuyu Kullanmak 49
Etkin Hafıza Sistemleri 50
Bağlama Metodu 50
Rakam - Şekil Sistemi 58
Rakam - Şekil İlişkisi 59
Alışveriş Listesi 63
Temel Hafıza Sistemi 64
Fonetik Alfabe 64
Fonetik Alfabedeki Rakamlar ve Karşılıkları 65
Temel Hafıza Çivileri Tablosu 69
Uygulamalar 73
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM
İsim - Yüz ve Telefon Numaralarının Hafızaya Alınması
Telefon Numaralarının Hafızaya Alınması..... 81
10 Tane Telefon Numarası Birden 83
İsimler ve Yüzlerin Hafızaya Alınması 84
Zihinsel Hazırlık 85
İşitsel Hafıza..... 86
Görsel Hafıza 88
Albüm ve Defter Tutma 90
İsimlerle Birlikte Soyadının Hafızaya Alınması..... 92
İsim - Yüzlerin Hatırlanması İle İlgili Örnekler 93
İsim - Yüz Testi 94
Afacan Çocuk 95
Ne Kadar da Çok Değişik İsimli Kişi Varmış..... 96
Hangi Teknik? 97
Yıkılmadım, Ayaktayım 98
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM
Eğitim - Öğretim Hayatındaki Uygulamalardan Örnekler
Hangi Yazarın Hangi Kitabı ve Kaçıncı Sırada? 103
Hafıza Çivileri ve Bir Hikâye 104
Çok Sayıda Atasözü, Vecize ve Cümlelerin Hafızaya Alınması.106
Genç Sürücülere Öğütler 108
Dersimiz Kimya..... 111
282 İngilizce Kelime.....112
Akrostişler 113
Akrostiş Nedir 113
Akrostiş Örnekleri 113
Ege Bölgesi'nin Dağları 115
Fatih Sultan Mehmet'in Anadolu Fetihleri..... 116
Karlofça Antlaşması 117
Marmara Bölgesi'nin Şehirleri 117
Hafıza Teknikleri Yardımıyla Çarpım Tablosundan Örnekler..120
BEŞİNCİ BÖLÜM Yaşadıklarımız
İlk Heyecan..... 123
İlkokul 1 Çocuğunun Sorusu 124
Boğaz'da, Seçkin Bir Kolejde Hafıza Gösterisi..... 124
Antalya'dan Erzincan'a 125
Bu Uçak Kalkamaz 126

"Vecize" İstedik, Dörtlük Sordular 127
Biz Papağan Değiliz 128
İki Türlü Heyecan 129
Karagöz'le Hacivat..... 129
Zor Atasözü..... 130
Trende 131
Belediye Otobüsündeki Çalışma 131
İlk Hafıza Seminerimiz 132
Başarısızlık Yok 133
Hile Yok 133
Üniversite Öğrencileri de Kullanıyor _.....134
Hangi Şehirdeyiz?..... 135
Unutulan Hediye..... 136
SONSÖZ YERİNE 137
--
ÖN SÖZ
Öğrencilik yıllarımdan beri, içimde çok büyük kaynakların olduğuna inanıyordum. Ancak, geçen uzun yıllar boyunca bu kaynaklara ulaşmanın yollarını bulamamıştım.
Hafıza eğitimi ile tanıştığımda, aradığım kaynaklara giden aracı bulduğumu hissettim. Hafıza eğitiminde sağlamış olduğum hızlı ilerleme, kendime olan özgüvenimi inanılmaz derecede artırdı. Her geçen gün, içimdeki büyük kaynaklara ulaştığımı hissediyor ve çalışmalarımı daha da hızlandırıyordum. Bu çalışmalar sonucunda edindiğim bilgileri insanlara seminerler yoluyla aktarmaya başladım. İstanbul'da ve Anadolu'nun birçok kentinde verdiğim sayısız seminerler sonunda hafıza eğitimi ile ilgili bir CD çıkarmaya karar verdim. Bu CD ülke çapında büyük bir ilgi gördü.
Bir hafıza seminerim sırasında tanıştığım Ahmed Cemil Bey ve iki oğlu Abdullah ve Muhammed'in hafıza eğitimi ile ilgili çok özel çalışmalar yapmaları ve bu işe gönül vermeleri beni çok etkiledi. Abdullah ve Muhammed'le ülke çapında yapmış olduğumuz başarılı çalışmalar sonucunda, bu alanda böyle bir kitaba ihtiyaç duyulduğunu tesbit ettik ve bu kitabı hazırlamaya karar verdik. Uzun süren çalışmalardan sonra, elinizdeki kitap ortaya çıktı.
10 TEMEL HAFIZA TEKNİKLERİ
A T V, T G R T, Samanyolu, Kanal D, Kanal 7, HBB, Raş TV, T R T, Kanal E yanında birçok yerel TV'de yaşadığım ve bir kısmını ünlü TV'lerde, kolejlerde, özellikle üniversite öğrencilerine yönelik seminerlerde, şirketlerde ve yüzlerce, binlerce insanın önündeki programlarda Abdullah ve Muhammed'le birlikte yaşadığımız ilginç hatıralarımızdan bazılarını ve daha başka bazı enteresan anılarımızı bu kitap için kaleme aldık.
Bu kitapta verilen örneklerin bazılarını başlangıçta hemen yapamayabilirsiniz. Çünkü, kolay olan örneklerin yanında, bazı örnekleri yapabilmek için belli bir seviye gerekiyor. Abdullah ve Muhamme seviyeye geldikleri için, tabiî olarak onlara kolay geliyor. Siz de, hedeflediğiniz yere gelmek için, asla vazgeçmeden çalışmalısınız.

Eğer bu kitabı dikkatlice okursanız ve daha Önemlisi, anlatılanları Uygularsanız, siz de ben ve sevgili talebelerim Abdullah ve Muhammed gibi içinizdeki büyük kaynaklara ulaşmanın yollarını bulursunuz.

BU KİTAP NASIL HAZIRLANDI?

1997 yılında yapmış olduğum bir hafıza eğitimi seminerinde tanıdığım bir babayla iki oğlunun hayatımı bu kadar etkileyeceğini tahmin edemezdim. Seminer sırasında Ahmed Cemil Beyin sorduğu düzeyli sorular çok ilgimi çekti. Ayrıca çocuklarına olan ilgisi de görülmeye değerdi. Ahmed Cemil Bey'in iki oğlu Abdullah ve Muhammed Maraşlı, küçük yaşlarına rağmen (o zaman Muhammed ilkokul 4'te, Abdullah ise Anadolu lisesi orta 1'inci sınıftaydı) seminerimin en başarılı öğrencileriydi.

Hafıza eğitimi sırasında ortaya attıkları güzel fikirler, onların gelecekte bu konuyla ilgili yapacakları güzel şeyleri müjdeliyordu sanki. Akşamları babaları ile birlikte yaptıkları çalışmalar sonucunda hafıza eğitimi konusunda oldukça iyi bir seviyeye gelmişlerdi. Ahmed Cemil Bey'in gözetiminde, oğulları Abdullah ve Muhammed, bir yandan benim verdiğim hafıza eğitimi seminerine katılırken, bir yandan da sayın Mümin Sekman'ın verdiği hızlı okuma seminerine katılıyorlardı. Hızlı okuma seminerinin sonunda yapılan hızlı okuma yarışmasında da, tamamına yakını büyüklerden oluşan kursiyerler arasında birinci ve ikinci aynı çocuklardı: Abdullah ve Muhammed Maraşlı.

Her iki semineri de başanyla bitiren bu iki çocuk için benim ve sayın M. Sekman'ın ortak bir görüşü vardı. Her ikimiz de çocukların babası Ahmed Bey'e, birbirimizden habersiz şöyle diyorduk: "Ahmed Bey, çocuklarınızı dantela gibi dokuyorsunuz."

Aradan iki sene kadar bir zaman geçtikten sonra Ahmed Bey'in de yardımlarıyla çocuklarıyla ortak bir çalışma yapmaya karar verdik. Ahmed Bey uzun yıllardır yapmakta olduğu çok değerli bir çalışma ile meşgul olduğu halde, yapmış olduğumuz ortak çalışmalarda bize her zaman destek verdi. Bir yandan eğitim ve öğretim ile ilgili kitaplar yazarken, bir yandan da Anadolu'da ve Avrupa'da ses getirecek çalışmalar yapmak için hedef belirledik.

İstanbul'un birçok yerini ve Anadolu'nun birçok şehrini çocuklarla birlikte karış karış dolaştık. Birçok radyo ve televizyonda canlı yayınlara konuk olduk; okullar, değişik kurumlar ve şirketlerde çeşitli seminerlerde birlikte olduk. Gittiğimiz her yerde Abdullah ve Muhammed'in yapmış olduğu ilginç hafıza gösterileri, her seferinde, izleyenleri büyük bir şaşkınlığa düşürdü.Yaptığımız ortak çalışmaların sonuçlarını bir kitap hâline getirmeyi düşündük ve işte bu elinizdeki kitap ortaya çıktı.

Bu zaman zarfında ben, Ahmed Bey'in evde çocuklarıyla birlikte yaptığı çalışmalara şahit oldum ve ona dedim ki: "Ahmed Bey,

siz çocuklarınızı dantela dokur gibi dokumuyor, altın işler gibi işliyorsunuz."
Ahmed Beyler'in evi âdeta küçük bir üniversite gibiydi. Ve o evde yapılan çalışmaların sonuçları bence, bir toplumu etkileyecek güçteydi. Bu cümle belki size mübalağalı gelebilir ama, bu görüşümün iki temel nedeni var. Birincisi: Ben bu evde yapılan çalışmaları yakından gördüm; bu çalışmaların birçok aile tarafından model olarak alınmasıyla, eğitim sistemimize yeni bir bakış açısı geleceğine inanıyorum. İkincisi ise, bu sistemde yetişen Abdullah ve Muhammed'in gelecekte de, insanlık için çok güzel ve faydalı şeyler yapacaklarını görüyorum. Elinizdeki bu kitap da, söylediklerimin küçük bir kanıtı olacak niteliktedir.
Ayrıca, küçük bir üniversite hâline gelen bu evde yapılan örnek çalışmaların anlatılacağı bir kitapta verileceklerden, insanların alacağı çok güzel şeyler olacaktır.
Türkiye'de ilk defa böyle ciddî bir eserde 13 ve 15 yaşlarındaki iki çocuğun ismi yazar olarak kitap kapağında yer almaktadır. Birçok kişi, onların çok özel çocuklar olduğunu düşünebilir. Aslında onların diğer çocuklardan farkı, çok özel olmaları değil, evlerinde babalarından çok özel bir eğitim almalarıdır. Ayrıca, birlikte yaptığımız çalışmaların da onlara çok büyük katkıları oldu.
Bunu aynen hafıza eğitimine benzetebiliriz. Genelde, çok iyi ve çok kötü hafıza yoktur. Eğitilmiş ya da eğitilmemiş hafıza vardır.
Abdullah ve Muhammed, okullarında da çok başarılı iki öğrenci. Fakat, asla bir yarış atı konumunda değiller. Ahmed Cemil Bey buna özellikle dikkat etmeye çalışıyor. Onlar da geziyorlar, oyun oynuyorlar, şakalaşıyorlar, keyifle çocuk kitapları, dergiler ya da sevdikleri başka kitaplar okuyorlar. Yâni, çocukluklarını yaşıyorlar. Kısacası, azimli, fakat rahat çocuklar. Bu kitap, onlarla birlikte ortaya koyduğumuz ilk eser. Arkasından birlikte daha birçok eser çıkarmayı ümit ediyoruz.
Elinizdeki bu kitap, çocukların ve genç kardeşlerimizin isterlerse, her türlü imkânsızlıklar içinde dahi, çok güzel şeyler yapabileceklerini gösteren bir kanıt olacaktır.
Abdullah ve Muhammed'in fedakârâne çalışmalarını ve Ahmed Cemil Bey'in, geniş olmayan imkânlar içinde, çocuklarının en iyi şekilde yetişmesi için yaptığı fedakârlıktan ve gösterdiği gayretleri yakînen biliyorum.
Bu kitap sayesinde, insanlarımızın içinde var olan büyük gücü keşfetmelerine küçük bir katkıda bulunabilirsek ne mutlu bize.
Oğuz Saygın
14 TEMEL HAFIZA TEKNİKLERİ
•Hickimse, başarı merdivenlerini, elleri cebinde tırmanmamıştır.
NASIL GELDİK BURALARA?
Bundan iki buçuk yıl önce, 1997 baharında, ben orta

1'de, kardeşim ilkokul 4'teyken, Oğuz Hoca'nın Şirinevler'deki-bir hafıza seminerine katılmıştık. Altyapıyı orada aldık. Yâni bu serüven, tâ o zamandan başladı. Fakat, aktif olarak bir senelik mazisi var.
Hafıza teknikleri, hedefe giden yolu kısaltan bir araç. Biz de hedefimize giderken bu önemli aracı en iyi şekilde değerlendirmeye çalışıyoruz.
Bu teknikler içinde; kelimeleri, atasözlerini, vecizeleri, sayıları, telefon numaralarını ve isim-yüzleri hafızaya alma gibi önemli konular var.
Şu anda 20 tane vecizeyi hafızamıza alıp, karışık bir şekilde sayabiliyoruz. Fakat vecizelere geçmeden önce uzun süre kelimeleri hafızaya alarak çalıştık. 10-20-50 derken en son 100 kelimeye kadar çıktık. Arkasından atasözlerine, sonra da vecizelere geçtik. Yaptığımız çalışmalarda kendimizi çok sıkmadan, fakat istikrarlı bir şekilde ilerliyoruz. Şunu da hatırlatmadan geçemeyeceğim: Bu çalışmalar sırasında, günde iki antrenman yaptığımızda karıştırabildiğimizi, iki günde bir antrenman yapınca da form düşüklüğü olduğunu gördük.
Sayılara gelince... Ben 100 rakamda en son 1 dakika 42 saniyeye indim. Fakat bu seviyeye gelmek pek de kolay olmadı. 100 sayıyı önce 15 dakikada hafızama aldım. Hatalarım oldu. Hatasız yapmak için uğraştım. Sonra 14 dakika, 13 dakika, 11 dakika,... düşüre düşüre ilerledim. Süre azaldıkça, bir dakika inebilmek için bile, aradan gün ya da günler geçiyordu. Süre daha da kısaldığında, yalnızca birkaç saniye inebilmek için dahi günlerce çalışmamız gerekmeye başladı. Fakat biz yılmadık, azmettik ve belli bir seviyeye geldik.
Bunların ardında özellikle, "Her gün değil, âdeta her an değişen dünyada hedefiniz, zamanı yakalamak değil, zamanın önüne geçmek olmalı. Cevizi yiyebilmek için, kabuğunu kırma zahmetine katlanmak gerekir." diyen ve bizi sürekli destekleyen babamız vardı; Hem teşvik, hem disiplin, yerine göre de taktik olarak ondan çok istifade ettik.
Oğuz Hocamız'ın da bize çok emeği geçti. Hemen her gün telefonla arayıp, esprili bir şekilde, "Abdullah, dakika ve skor alayım" diyerek son durumumuzu öğreniyor, problemlerimizde yardımcı oluyor ve bizi sürekli destekliyordu.
Bu çalışmalar sırasında Oğuz Hoca'yla birlikte birçok seminerlere katıldık, TGRT, Kanal 7, Akdeniz Bölgesi yerel televizyonu olan ART ve Erzincan yöresi yerel televizyonu olan CAN TV'de programlara çıktık, hafıza teknikleri gösterdik, konuşmalar yaptık. Radyolarda canlı yayınlara çıktık. Kardeşimle birlikte radyo programı yaptık.
istanbul'da Beşiktaş Koleji'nde, İstanbul Üniversitesi'nde, Basın Müzesi'nde, Fırat Kültür Merkezi'nde, birçok özel okul ve dersanede; Anadolu'da ise Antalya, Serik, Erzincan, İzmir, İsparta, Denizli, Kayseri, Çorum, Kahramanmaraş, Malatya, Sakarya, Adıyaman, Kâhta, Sivas ve Urfa'daki seminerlerde Oğuz Hoca'nın yanında hafıza teknikleri gösterdik ve konuşmalar

yaptık. Ayrıca; Denizli'de, kardeşim ve ben Oğuz Bey'in nezaretinde, ilk hafıza seminerlerimizi verdik.
Bunları söylerken, bizim de hiçbir şeyi unutmadığımızı zannetmeyin. Biz de çok şeyleri unutabiliyoruz, fakat hiçbir zaman "Hafızamız geri" deyip kendimizi güçten düşürmüyoruz. Hatalarımızı düzeltmeye ve onlardan ders almaya çalışıyoruz. Bu çalışmalarda istikrar, azim ve sebat; zekâ ve hafıza gücünden çok daha önemli. Fakat birkaç gün içinde de çok büyük sonuçlar beklememeli, sabretmeliyiz.
Abdullah Maraşlı
HAFIZADA ADIM ADIM
Biz, Oğuz Bey ve babamın nezaretinde bazı hafıza çalışmaları yapıyoruz. Bunların içinde kelimeler, sayılar, atasözleri ve vecizeler, telefon numaraları, isim-yüzler gibi çeşitli bölümler var.
Meselâ ben sayıları hafızaya alırken hangi aşamalardan geçtiğimi kısaca anlatayım: İlk başladığımda 100 sayıyı, ancak 28 dakikada hatasız bir şekilde hafızama alabilmiştim. Hatasız olması güzeldi, ama 28 dakika çok uzundu. Fakat Oğuz Hoca, başlangıçta uzun süreceğini zaten söylemişti.
İkinci denemede daha hızlı bir şekilde, 15 dakikada hafızama aldım. Daha sonraki çalışmalarımda, iniş çıkışlarla süre gittikçe azalıyordu. Bu arada babam bizimle yoğun bir şekilde ilgileniyor, Oğuz Bey de sık sık kaç dakikaya indiğimizi soruyor, problemlerimizde yardımcı oluyordu. Son olarak 5 dakikaya geldik tıkandık. İki üç gün sonra onu da geçtik. 5 dakikayı geçtikten sonra ancak yarımşar dakika inebilmeye başladık. Ben en son 1 dakika 48 saniyeye indim. Artık sayılar konusunda çıraklık dönemini atlattım, kalfalıktan kurtulmaya çalışıyorum.
Diğer bir konu ise atasözleri, vecizeler ve cümleleri hafızaya alma. Bu çalışma, sayılardan daha kolay ve daha faydalı. Bu bölümde ise geçtiğimiz yollar şöyle:
Önce kelimeleri hafızaya alarak başladık. Kelimelerin somut olanları, yâni kitap, masa, elma,... vb. kolay; soyut olanları, sevgi, mutluluk, özlem,... vb. hafızaya zor alınır. Onun için önce somut olanlarından başladık. Somut kelimelerde 100 kelimeyi hafızaya almaya başlayınca, soyut kelimelere geçtik. Soyut kelimelerde de belli bir yere geldikten sonra, somut - soyut karışık bir şekilde hafızaya almaya başladık. Karışık kelimelerde de belli bir seviyeye geldik. Fakat elbette, zaman zaman takıldıklarımız da oluyor.
Babamın yönlendirmesiyle kelimelerden sonra atasözlerine, sonra da vecizelere geçtik. Ben şu anda, çok sayıda atasözü ve vecizeyi hafızama alabiliyorum. Daha fazlasını da alabilirim; fakat fazla zorlanmadan, kolaydan zora doğru, sağlam adımlarla ilerlemeye çalışıyoruz.
Bu çalışmada orta vâdedeki hedefimiz, paragrafları hafızaya almak. Daha ileri vâdedeki hedefimiz ise sayfalar.
Babamın, çok sevdiğim bir beytiyle söyleyecek olursak:
Adım adım hedefe,

İnci dolu sadece.
Muhammed Maraşlı

I. BÖLÜM
BEYNİN GİZEMLİ GC

Hayâl gücü, bilgi gücünden önemlidir.
Albert Einstein

GAZETELERDEN BİR HABER

Ur enfosit denen savunma hücrelerimiz, belki de en iyi hafızaya sahip olan hücrelerimizdir. Ömür boyu, yeni lenfositler ürerken, hücreler bir düşmanı asla unutmazlar. Meselâ, hayatın ilk yıllarında vücuda giren bir kızamık virüsünü bir kere tanıdıklarında, bağışıklık sistemimizin askerleri olan lenfositler, 70 yıl sonra da karşılaşsalar, o mikropları tanıyıp yok ederler. Başka bir deyişle, iki kere kızamık olamazsınız."

Evet, acaba hücrelerimiz hangi hafıza tekniklerini uyguluyorlar dersiniz?..

Q

BU KİTABI OKUMAKTAKİ AMACINIZ AŞAĞIDAKİLERDEN HANGİSİ?

Hafıza eğitimini kitaptan ya da seminer yoluyla almak isteyenlerden bazıları, bu alanda ilerlemeyi büyük bir amaç hâline getirebilirler. Böyle insanlar, bu konuya daha fazla çaba ve zaman ayırabilirler. Bazıları ise, ihtiyaç oldukça, özellikle dikkat etmeleri gereken alanlarda, zaman zaman yararlanmak amacıyla hafıza teknikleri konusuyla ilgilenirler. Her iki yaklaşım da mantıklıdır. Bu ilgiyi, spora olan yaklaşımla kıyaslarsak, bazıları şampiyon olmak için her gün çalışarak, kendisini adayarak spor yapar. Bazıları ise, amatör düzeyde bir sporcu olmayı kendisi için yeterli görebilir. Bu durumda, temel bilgi ve becerileri edinir ve sporunu yapar. İşte, niyetiniz sadece pratik birşeyler öğrenmek bile olsa, bu kitaptan öğrenip de yapacağınız çalışmalar, sizde büyük performans değişikliklerine yol açacaktır.

5ğrendiğiniz BU BİLGİLERİ NERELERDE KULLANABİLİRSİNİZ?

Hafıza eğitimini alan insanlar bu eğitim sonucunda genel olarak şu soruyu soruyork
rede kullanacağım?" Hafi:
sanları şaşırtan gösteriler v
aksine, Abdullah ve
(arı arasından çıkararak, h in bı
tandılar. Qrtaya çıkan bu d, ör ü
çalışmalarının güzel bir ürünüdür.
. Lise l öğrencisi olan kıymetli öğ«
raşlı, bu kitabı yazmaya başladığında ,Aı
2 öğrencisi olan sevgili öğrencim ıN
(aslı ise orta l öğrencisiydi. Bu sebep!
İsiE'
imaları orta 3 ve orta l 'den veriyorlar.

Bu kitapta anlatılanlar, bu eğitimi ciddi bir şekilde uygulyan herkesin kazanabileceği becerilerdir. Şimdi, kıymetli talebelerim Abdullah ve Muhammed Habib'in kendi kalemlerinden, hafıza eğitiminin kendilerine neler kazandırdığını dinleyelim.-

HAFIZA EĞİTİMİNİN KAZANDIRDIKLARI

Hafıza tekniklerini uygulamak, gerek okul, gerekse okul dışı günlük hayatımızda bize çok şeyler kazandırdı.

Bunları maddeler hâlinde, kısaca şöyle özetleyebiliriz:

G Zaman Kazanmak - Zaman Yönetimi

Hafıza tekniklerini kullanarak ders çalıştığımızda, daha önce bir saatte kavradığımız bir konuyu yarım saatte rahatlıkla kavrayabiliyoruz. Böylece, derslerimizi daha kısa sürede bitirip, ilâve çalışmalara, kitap okumaya, araştırmalara, oyun oynamaya ve başka şeylere daha çok vakit bulabiliyoruz. Bu da bizi çok rahatlatıyor.

Q Olumlu Düşünce - Kendimize Güven

Kendimize olan güvenimizin artmasında hafıza tekniklerini başarıyla uygulamamızın büyük rolü oldu. Çünkü, bu teknikleri uygulamak için çok çaba sarf ettik. Yine bu teknikler bize, "Bunları yapabiliyorsak, daha zor şeyleri de yapabiliriz." olumlu düşüncesini verdi.

Q Tecrübe

Seminerlerde hafıza teknikleri göstermek ya da hafıza semineri vermek için, ülkemizin birçok şehrini gezdik. Ünlü kişilerle, değerli insanlarla tanıştık. İlginç olaylar yaşadık. Bilgi, görgü ve tecrübemiz arttı.

Q Medeni Cesaret - Hitabet

Seminerlerde ve televizyonlarda, binlerce insanın önünde defalarca hafıza teknikleri uyguladık, konuşmalar yaptık. Dolayısıyla bu, medenî cesaretimizi daha da artırdı. Hitabetimizin gelişmesine de yardımcı oldu.

Q insanlara isimleri İle Hitap Etmek

İnsanlar isimlerine çok önem verirler. Onlara isimleriyle hitap ettiğimizde arada bir sıcaklık, bir yakınlık doğar. İnsan ilişkileri kolaylaşır. Hafıza tekniklerini öğrendiğimizden beri insanların isimlerini kolaylıkla hatırımızda tutabiliyor, onlara isimleriyle hitap ediyor ve kısa sürede iyi bir iletişim kurabiliyoruz.

Q Engelleri Aşmak

Seminerlerde verilen sayıları, kelimeleri, atasözlerini ya da vecizeleri söylerken, kolay hatırladıklarımızın yanında, zorlandıktan sonra hatırladıklarımız da oldu. Bu zorlanarak hatırlamalar, bizi zorlukları aşmaya alıştırdı. Önümüze çıkan engelleri, mücadele ederek aşma azmimizi artırdı. Hatalarımızdan, takıldıklarımızdan da faydalandık. Çünkü, hatalarımızdan dersler çıkarmaya çalıştık. Bu da, önümüze çıkan yeni engelleri aşmada bize yol gösterdi.

Abdullah Maraşlı Muhammed Maraşlı

BEYNİN POTANSİYELİ

Uzmanlar, normal insanların mevcut beyin kapasitelerinin çok azını, bazı uzmanlar ancak yüzde 1 kadarını kullanabildiğini söylemektedirler. Bu durumda beynimizi, kullanılmayan, yaklaşık yüzde 99 kapasitesiyle beraber, uyuyan bir deve benzetmek yanlış olmasa gerek. Demek geride, kullanılmayı bekleyen muazzam bir kapasite var.
Peki, beyin potansiyelinin neden bu kadar azı kullanılmaktadır?
Bunun temel sebeplerinin başında, beynin nasıl çalıştığının, yakın zamanlara kadar bilinememesi geliyor. Yani, zihinsel yeteneğimizle ilgili sorunlar, beynin kapasite eksikliğinden değil, onu nasıl kullanacağımızı bilmeyişimizden kaynaklanıyor.
İşte hafıza eğitiminin amacı, bu âtıl potansiyeli harekete geçirmek ve geliştirmek için yardımcı olmaktır.
Büyük âlim İbni Sina çocukluk yıllarında matematik dersinde başarısız olur ve medreseden kaçar. Gide gide bir kuyunun başına varır. Kuyudan kovayla su çekmek için eğildiğinde, kuyunun ağzını çevreleyen taşlar üzerindeki ip izlerini görür. İp, gide gele, o sert taşlar üzerinde izler bırakmıştır. Bu, küçük İbni Sina'yı derin düşüncelere götürür ve: "Bu yumuşacık ip, gide gele gide gele bu sert taş üzerinde bu izleri yaparsa, ben de azimle çalışırsam, matematiği başarırım." der ve o kuyunun başından tekrar derslerinin başına döner. Böylece, bildiğimiz İbni Sina ortaya çıkar.
Çalışmak, özellikle sistemli çalışmak zekâyı, hafızayı açtığı gibi, tembellik de köreltir.
Tarihte "inanılmaz" denilebilecek hafızalar var. Bunlardan birisi olan Dominic O'Brien hafıza sistemlerini öğrendiğinde, para kazanmak için bir yol arar ve maalesef bu bilgi ve beceriyi çok kötü bir yolda kullanır. Her akşam bir kumarhaneye giderek 21 diye bilinen Black Jack adlı oyunu oynamaya başlar. Bu oyunda kâğıt takip etmek son derece önemli olduğundan, bütün kâğıtları hafızasına alan ve hangi kâğıdın kullanıldığını bilen Dominic O'Brien her akşam büyük paralar kazanmaya başlar. Ancak, onun bu yeteneğini keşfeden kumarhane sahipleri onun kumarhanelerine girmesini yasaklarlar. Dominic O'Brien için tek bir seçenek kalır: Hafıza eğitimi vermek ve müthiş hafıza gösterileri yapmak. O da bunu yapar ve bu sayede çok zengin olur.
Melik Safi Duyar ise, hafıza konusunda, ülkemizden yetişen bir dünya şampiyonudur. Kendisi sadece bir dünya şampiyonu olmakla kalmamış, bu sistemin ülkemizde yayılmasına önderlik etmiştir. Ayrıca, Tony Buzan'ın "Dehânın El Kitabı" adlı eserinde kısaca belirttiği gibi, büyük bir hadis âlimi olan İmam Buharî 300.000 hadisi, haber zinciri ile beraber ezberlemiştir ki, bu yaklaşık 21 milyon kelime eder.
Bir arkadaşı, Buharî'yi şöyle anlatıyor: "Buharî, işittiklerini, küçük yaşına rağmen yazmıyor, ezberliyordu. Basra'da bizimle beraber hadis âlimlerini dolaşırdı; biz yazardık, fakat o yazmazdı. Biz de ona, yazmamasının sebebini

sorar dururduk. Aradan onaltı gün geçmişti ki bize, 'Artık bana sataşmakta çok oldunuz. Yazdıklarınızı getirip gösterin bakalım.' dedi. Getirdik. Hepsini ezberden okuyuverdi." Buharî'nin bir hadisi ezberlemesi için, bir defa işitmesi veya okuması yetiyordu.
Bu şahsiyetten, çok çarpıcı bir örnek daha verelim: Buharî'nin Bağdat'a bir gidişinde, oradaki bir kısım hadis âlimleri ve hukukçular, onu sınava çekip bilgisini ve hafıza gücünü ölçmek isterler. Bu maksatla 100 hadis seçerler ve bu hadislerin metinleriyle haber zincirlerini birbirine karıştırırlar. Sonra bu hadisleri on kişiye, onar onar dağıtırlar. Buharî'nin bulunduğu bir topluluk içinde, bu on kişiden her biri, elindeki on hadis ve haber zincirini, sırasıyla tek tek İmam Buharî'ye sorar. O da hepsine, verilen bilgiler yanlış olduğu için, "Böyle bir hadis bilmiyorum" diye cevap verir. Bu durumda, insanların, özellikle onu müşkil duruma düşürmek isteyenlerin hâllerini tahmin edersiniz. Böylece 100 soru da biter. Bundan sonra Buharî, ilk şahsa döner ve "Senin birinci hadisin şöyle, haber zinciri de şöyle" diyerek onu düzeltir. Sonra ikinci hadise geçer, onu da aynı şekilde düzeltir. Böylece, 100 hadisi de, metni ve haber zincirleriyle beraber düzelterek, hiçbir kişiyi ve sırayı şaşırmadan, hepsini de tam ve doğru olarak söyler.

BEYNİMİZ NASIL ÇALIŞIR?
20. yüzyılın ikinci yarısından itibaren beyinle ilgili bilgiler hızla artmaya başladı. Özellikle son yıllardaki çalışmalar neticesinde, beynin çok karmaşık ve sanıldığından çok daha yetenekli olduğu anlaşıldı.
Önceleri, zekânın beynin büyüklük ya da küçüMüğüyle orantılı olduğu sanılıyordu. Fakat, bunun da doğru olmadığı, beynin kıvrımlarının gösterdiği artışın zekânın asıl kaynağı olduğu anlaşıldı. Her hücrenin diğer hücrelerle yapmış olduğu birleşmeler arttıkça bu kıvrımlar da fazlalaşıyordu.
Çarpıcı bir benzetmeyle, insanı bir bilgisayara benzetirsek, beş duyumuz klavyeyi, bilinçaltımız ise hard diski temsil etmektedir.
Davranışlarımız ise hard diskten ve klavyeden gelen bilgilerin görüntülendiği monitöre benzetilebilir. Sonuç olarak, davranışlarımız, iç programlarınızın hayata yansımalarıdır.
Önce, 60'lara doğru Roger Sperry'nin, sonra da Robert Ornstein'in incelemeleri sonucu, beyinle ilgili ilginç şeyler ortaya çıktı.
Beyin, iki loba ayrılmıştı ve ikisinin de farklı fonksiyonları vardı:

SAĞ BEYİN
Vücudun sol yanını kontrol eder.
SOL LOB
Sözcükler Mantık Sayılar Ardışıklık ' Matematik Analiz Listeleme Konuşma Yazma

Biraz daha açarsak,
MANTIKSAL SOL BEYİN
Q Kelimelerle, sayılarla düşünür. Yani, sol beynin anahtarı kelimeler ve sayılardır.
Q Yazma işini kelimelerle yapar.
Q Zor ve karmaşık işlerde verileri adım adım uygulayarak ve zorlukla ilerleyebilir.
SOL BEYİN
Vücudun sağ yanını kontrol eder.
SAĞ LOB
Ritim Müzik Bütünü görme Hayâl gücü Hayâl kurma Sentez Renkler, şekiller Üç boyutlu düşünme Görüntüler
DUYGUSAL SAĞ BEYİN
Q Görüntülerle düşünür.
Anahtarı, görüntülerdir.
Q Dili en hoş ve çarpıcı şekilde, duygusal ayrıntı ve sembollerle kullanabilir.
Q Zor ve karmaşık bağlantıları kavrayıp çözebilir.
Q Herşeyi bir anda algılayamaz.
Q Birçok farklı şeyi bir anda algılayabilir.
Q Ayrıntılarla ilgilenir. Örneğin, gül , bahçesindeki tek bir güle odaklanır.
Q Adım adım ilerler Aynı anda çok şey düşünür.
BÜTÜNÜ GÖRMEK
Sağ beynin en önemli fonksiyonu bütünü görmektir.
Bütünü görmenin safhalarını tek tek incelediğimizde ortaya şöyle bir tablo çıkar:
Q Bütünü görerek iyi bir izlenim edinin.
Q Bütünü zihne kolay giren parçalara bölün.
Q Her parçanın bir bütün oluşturmasına dikkat edin.
Q Tek tek parçaları birbirleriyle ilişkiler kurarak birleştirin.
Büyük bir gazetenin her Pazar günü çıkan insan kaynakları ekine yazılar yazarken bir gün bu yazıları bir kitapta toplamayı düşünüyordum. Yazdığım yazıların temeli olumlu düşünceydi. Kitabın bütününü görüyordum. Her yazıya ayrı ayrı zaman ayırdım. Sonunda herbiri birbirinden bağımsız, güzel yazılar çıktı ortaya. Birbirleriyle en çok ilişkileri olan yazıları aynı bölümlerde topladım. Sonuçta beş ayrı bölümden meydana gelen Negatif Limanlardan Pozitif Sulara adlı kitabım çıktı. Ve bu kitap kişisel gelişim sektöründe en çok satan kitaplar listesinde bir klâsik haline geldi.

BEYNİN HER İKİ YARISINI DA KULLANIN
Evet, yukarıda anlatılanlardan anlaşılacağı gibi beyin, iki yarısıyla, ayrı ayrı faaliyetleri kontrol eder.
Bir bütün olan beynin yarısını yoğun olarak kullanıp diğer yarısını ihmal eden insanların performanslarında yetersizlikler, kusurlar görülür. Fakat, diğer yarının da geliştirilmesi, son derece ilginç, harika sonuçları

beraberinde getirir. İki lobun birlikte çalışmasıyla 1 + 1 = 2 şeklinde aritmetik bir artış olmaz; verim kat be kat artar. Bir örnek verecek olursak; futbol dünyasında sağ ayağını ya da sol ayağını çok iyi kullanan futbolcular var. Fakat her iki ayağını da son derece iyi kullanan Hagi gibi futbolcuların futbol dünyasındaki yeri çok farklı, değil mi?
Çocuklar, beynin iki yarısını beraber kullandıkları halde, onlara hayâl gücü ve hafıza gibi sağ beyin fonksiyonlarıyla ilgili eğitimden çok, mantık ve ezbere dayanan eğitim verilmesi sonucunda bu yetenekleri büyük ölçüde yok olmaktadır.

EĞİTİM VE ÖĞRETİMDE SAĞ BEYNİN ÖNEMİ
Klâsik eğitim sisteminde daha çok sol lob ağırlıklı akademik bilgilere prim verilmekte, sağ lobun faaliyetleri ise maalesef ihmal edilmektedir.
Beynin, farklı fonksiyonlara sahip iki lobu olduğu keşfedilen günümüzde, eğitim sistemi hâlâ sadece beynin mantık, matematik, analiz, konuşma, yazma, listeleme gibi fonksiyonları olan sol lobunu kullanmaya devam etmektedir. Oysa, gelişen bilimin ışığında, mantık ağırlıklı sol lobla beraber, hayâl gücü, renk, şekil, ritim, bütünü görme gibi fonksiyonları olan sezgisel, üretken sağ lob da kullanılsa, insanların üretkenlik potansiyellerinin kat kat artacağı aşikârdır.
Zaten, tarihte büyük sıçramalar yapan insanlar da, bilerek ya da bilmeyerek, beynin her iki lobunu da birlikte kullanan insanlardır.
Mantığın âdeta tek başına gittiği yerle, sezgi, hayâl ve renklerle el ele gittiği yer bir olur mu?
Sağ lobun da devreye sokulması, insana aynı zamanda duyusal keskinlik kazandırmakta, hedefini sürekli ve herşeyiyle canlı tutan o insana müthiş bir motivasyon kazandırmaktadır.

Bilgisayarların bile matematik ve mantık işlemlerini yapabildiği günümüzde, bunlardan daha önemli bir özellik çıkıyor karşımıza: Üretken düşünce, üretken zekâ. ;
Hayâl gücü, yeni fikirler oluşturma, orijinalite gibi değerler, insan zihninin üretkenliğini ortaya koyar. Bilgi dünyasına uçtuğumuz günümüzde asıl fark, işte bu noktadadır. Yâni, geleceğin başarılı insanları, üretken zekâya; hayâl gücüne, esnekliğe ve güçlü vizyona sahip insanlar olacaktır.
'
Eğitim sistemi ise, bu hedefe ulaştırmak bir yana, insanları yalnızca sol lobun fonksiyonları içine âdeta hapsetmektedir.
.
İlkokul birinci sınıf öğrencilerinin resimleri incelendiğinde, her birinde orijinalite ve üretkenliğin izleri açıkça görülmektedir. Aynı öğrenciler dördüncü sınıfa geldiklerinde ise, tek düzeliğin ve kendini birilerine beğendirme arzularının yoğunlaştığı, elma şekerine benzer, tek tip

ağaçlar, tek tip evler, aynı tür insan resimlerinin ortaya çıktığı görülmektedir. Birçok ilkokulda yaptığım gözlemler sonucunda, bazı yeteneklerin nasıl köreldiğini, kaybolduğunu maalesef gözlerimle gördüm.
Okul öncesi çocuklar daha çok renkler ve görüntülerle düşünmek gibi, dış etkilere daha açık ve çok farklı fantezilere sahiptir. Fakat, okulda bu özellikler bastırılınca, sol beyin, sağ beynin de bazı fonksiyonlarını yüklenmek zorunda kalıyor ve aşırı derecede zorlanıyor. Bu arada, zayıf kalan sağ beyin hırçınlaşınca, çocuklarda birtakım ruhsal dengesizlikler de görülebiliyor. Aynı zamanda, bu tek yönlü, yâni yanlış ve aşırı bilgi yüklenmesi sonucunda beyinler köreliyor, çocuklarda üretkenlik, merak ve öğrenme istekleri yok oluyor. Bu çocuklar büyüdüklerinde, özellikle sağ beynin gerekli olduğu durumlarda dâima başarısız oluyorlar.

SAĞ VE SOL BEYNİN DENGELİ KULLANIMININ SONUÇLARI
Prof. Orstein, iki beyin işbirliği içinde çalıştığı zaman, genel yetenek ve etkide çok büyük artış olduğunu ortaya koydu. Çünkü beynimiz, standard matematikten farklı bir şekilde çalışıyor; sağ ve sol beyin birlikte çalıştığı zaman, iki kat değil, beş-on kat daha etkili sonuçlar ortaya çıkıyordu.
Buraya kadar söylediklerinin ışığlnda) artık şunları rahatlıkla Söyleyebiliriz: Belirli konularda gerçek anlamda uzmanlaşmak ancak bu iki beynin işbirliği ile mümkün olabilir. Tarihî bütün dehâlar> büyük buluş yapanlar, üstün kişiler, hep 'beyninin iki yarıslnı da mükemmel bir işbirliği içinde kullanan kimselerdir. Örneğin" Fatih Sultan Mehmet, İstanbul'u almak için gerekli bütün Planları hazırlıkları yaptı, uygulamaya geçti. Bunlar için daha ÇOK, beyninin mantık ağırlıklı sol lobunu kullandı. Fakat, bizanslılar lr» Haliç'e zincir gerip Osmanlı gemilerinin önünü kesmeleri üzerine hemen sezgi ağırlıklı sağ lob devreye girdi ve tarihte ilk ^efa, gemiler karada yürütülerek, bir gecede Kasımpaşa'dan Haliç'e indirildi. Sonuç malum.
Evet, dünyamızdaki karmaşa ve problemleri çözmek için, beyninizin iki yarısını birlikte kullanmamız gerekiyor. Özellikle karmaşık sorunların çözümünde, geniş ve uzun vadeli olabilecek kararlarda sağlıklı sonuçlara ulaşabilmek için, beynin her iki yanındaki Zekâlar, bunının işbirliği içinde çalışması şarttır.
Öğrenilen bilgilerin, geçici bir ezber olarak kalmayıp kakl haflzada dosyalanması ve ömür boyu kullanılabilmesi, her iki bölümün de öğrenme işine aktif olarak katılmasıyla mümkündür"- Beynimizdeki zincirleri kırıp, beynimizi tutsaklıktan kurtarıp, orada da dâhiVi uyandırmak için yapmamız gereken en önemli şeylerden biri) ciddî bir hafıza eğitimiyle fotoğrafik bir belleğe sahip olmaktır.
Bu kitaptaki temel hafıza tekniklerini öğrenip kullandığınızda,

Q Sadece hafızanız güçlenmekle kalmayacak, üretkenliğiniz de müthiş bir şekilde artacaktır.
q Bilgiyi öğrenme hızınız artacak, zihinsel fonksiyonlarınız güçlenecektir.
q Sağ ve sol beyinleriniz arasından müthiş ve dinamik bir potansiyel ortaya çıkacaktır.
Q Elbette ki bütün bunlar, iş ve sosyal yaşantmızdaki problemlerin çözümüne büyük katkılar sağlayacaktır.
Beynin etkin kullanımında, aşağıda Abdullah'ın anlata- cağı anekdot, sanırım ilginç bir örnek oluşturacaktır.

YAZARIYLA MÜZAKERE EDECEKMİŞ GİBİ
Geçenlerde bir belediyede Oğuz Hocamız'ın verdiği, bizim de kendisine yardımcı olduğumuz bir hafıza seminerindeydik. Seminere başlarken, önce kursiyerlerin isimlerini kardeşimle ben hafızamıza alıp söyledik. Daha sonra kısa birer konuşma yaptık.
Seminerin ikinci bölümünde ben fonetik alfabeyi anlatırken mevzu arasına ekstra bir bilgi de sıkıştırdım. Dedim ki: "Babamın bir tesbiti var: Bir kitabı incelerken şu iki bakış açısıyla inceleyin: Birincisi; okuyacağınız kitabı, seminerini verecekmiş gibi okuyun. İkincisi ise; o kitapta- ki meseleleri yazarıyla müzakere edecekmiş gibi okuyun." Ben bunları söyleyip geçerken ön sıralardan bir bey, "Dur, dur!" dedi, "O çok önemli bir şey." İkinci tesbit çok dikkatini çekmişti. Gerçekten de, özellikle bu ikinci bakış açısı çok orijinaldi. İnsan zihnini sürekli zinde tutuyor ve bütün duyguları harekete geçiriyordu. Bu gözle okumak, bizim ufkumuzu çok açtı. Kitap okurken yazarıyla zihnimizde müzakere yanında, Oğuz Hocamız'la da, kitaplarında yazdıkları üzerine çok müzakerelerimiz oldu. Kendi verdiğimiz seminerlerde de bu bakış açısının faydasını çok gördük.
Abdullah Maraşlı

YAŞLANINCA HAFIZAMIZ ZAYIFLAR MI?
Yaş ilerledikçe hafızanın zayıfladığı hakkında genel bir kanaat vardır. Bu kanaat bazı yönleriyle yanlıştır. Çocuklar, hafızayla ilgili ilkelere farkında bile olmadan, daha çok uyarlar. Bunun için de hafızaları daha kuvvetli gibi gözükür. Büyüklerde, değişik sebeplerle, bazı konulara aşırı yoğunlaşma ve dalgınlıktan doğan dikkat dağılmaları, ya da yaşlılığın getirdiği bazı rahatsızlıklar sebebiyle ortaya çıkan hafıza zafiyetleri olabilir.
Dünyada en çok tahakkuk eden kehanet (!), insanların kendileri hakkındaki olumlu veya olumsuz kehanetleridir. "Ben yapamam" diyen insan, yapamaz. Bu kehanet (!) kesinlikle tahakkuk eder. Bu durum, yaşlılarda çok görülür. "Hafızam artık eskisi gibi değil. Çok çabuk unutuyorum." türünden yakınmaları çok duyarız. Unuttukları bazı şeyleri büyütüp kendisini böyle olumsuz motive eden, unutmaya şartlandıran insanların unutmaları elbette kaçınılmazdır.

Bu olumsuz motivasyon çocuklarda görülmez. Çocuklar okulda defterini, kalemini, oyun yerinde hırkasını unutur, ama hiçbir çocuk "Ben çok unutkan olmaya başladım." demez.
Yukarıda da belirtildiği gibi, çocuklar hafızayla ilgili ilkelere genellikle büyüklerden daha çok uyarlar. Böyle olunca da, hafızaları daha kuvvetli gibi gözükür. Fakat yaşlandığı halde hafızası hâlâ güçlü insanlar da görmüşüzdür. Örneğin, yılların siyasetçisi Süleyman Demirel. Demirel, seçim gezileri için gittiği yerlerde birkaç sene önce görüştüğü insanlara ismiyle hitap edebiliyor, "Mehmed Ağa, nasılsın? Hastalığın ne durumda? Hasan Efendi, senin çocuğun filan meselesi ne oldu?" diyerek onları şaşırtıyor, ilgilerini çekiyor, böylece güçlü hafızasından siyasette büyük ölçüde yararlanıyordu.
Peki, yaşlı fakat hafızası güçlü insanların hafızaları, neden hâlâ eski güçlerini korumaktadır? Bunun cevabı, hafızası güçlü yaşlıların çoğu zaman farkında olmadan, bazan da farkında olarak, kendilerine göre birtakım temel prensipler elde edip uygulamalarıdır.
Meselâ, İsparta'da 150'ye yakın işadamına verdiğimiz bir seminerde, Demirel'in aynı zamanda sınıf arkadaşı olan bir yakını, onun da hafıza tekniklerinden faydalandığını, özellikle, isimleri hafızasına alırken, o kişiyi, tanıdığı, aynı isimdeki başka bir kişiye benzeterek çağrışım metodunu kullandığını anlatmıştı. Tabii, yaratılıştan gelen hafıza kuvveti de ayrıdır. Yaşlılıkla gelen yıpranma ve hastalıklar sebebiyle ortaya çıkan hafıza zayıflıkları ise konumuz dışıdır. Bu durumda, hafızanın güçlenmesi ve gücünün korunması için, önce metodunu öğrenmek gerekiyor. Kötü hafıza diye bir şey yoktur, eğitilmemiş hafıza vardır. Eğer, insanlar hafızanın iyi kullanılmasındaki temel metodları iyi kavrar ve kullanırlarsa, olaylar, kişiler ve eşyalar arasındaki bağlantıları daha iyi kurabileceklerinden daha güçlü bir hafızaya sahip olabilirler.
Ne demişler: Doğru yolda yürüyen ayağı aksak bir insan, yolunu şaşıran bir koşucudan daha önce hedefine varır.

HERKES POTANSİYEL BİR DAHİ ADAYIDIR
Her çocuk doğduğunda dehâ olma potansiyeli ile doğar. Ancak anne babasının, yakın çevresinin ve almış olduğu eğitimin sonucu olarak kendisinde böyle bir yetenek olmadığına inanır ve bir süre sonra kullanılmayan bu büyük potansiyel eriyip yok olur.
Sıradan insanlardan farklı olan, insanların ilerlemesine büyük katkıda bulunan kişiler "dâhi" olarak adlandırılırlar. Acaba bu kişilerin beyinlerinin işleyişindeki farklılık nedir? Dilerseniz, bu soruya cevap bulmak amacıyla örnekler verelim.
Size "Gemiler nerede gider?" diye sorulsa, cevabınız muhtemelen "Denizde." şeklinde olacaktır. İşte, "Gemiler denizin dışında, karada da gidebilir mi?" diye düşünen Fatih Sultan Mehmet, İstanbul'u fethetmiştir.

Bu, sıradan mantık ilişkilerinin ötesinde, geniş vizyon ve üretken zekâ sahibi bir insanın hayâlidir. Ve bu hayâl, bize İstanbul'u getirmiştir.
Ya Einstein... Onu, beyni matematik formülleriyle dolu, asosyal bir bilim adamı olarak mı tanıyorsunuz? İşin aslı pek öyle değil. Einstein, ortaokulda matematikten sınıfta kalmıştı. Üniversiteden, sürekli hayâl kurduğu için atılma durumuna gelmişti. Kendi anlattığına göre, fizikte devrim yapan "İzafiyet Teorisi"ni masa başında değil, bir yaz günü, yeşillik bir tepede keşfetmişti.
Yukarıdaki örneklerden de anlaşılacağı üzere, üstün insanlar beyinlerini etkin olarak kullanabilmektedirler.
Burada akla şöyle bir soru gelebilir: "Onlar zaten üstün yetenekler. Oysa bizim beynimiz, sıradan insanların beyni gibi.."
Önceki sayfalardaki %1 ve %99 meselesi, bu sorunun yeterli cevabıdır. Beynimizin sağ yarısına da gereken önem verilerek, sağ ve sol beynin birlikte çalışmasıyla bu oran çok daha yukarılara çıkarılabilir.

SABIRLI OL
Bir işi başarmak için gereken en önemli özellik; sabırla çalışmaya devam etmektir.
Ampulü bulmak için binlerce deney yapan ve asla vazgeçmeyen en sabırlı ve üretken ilim adamlarından biri • olan Edison, bu önemli gerçeği şu sözle ifade ediyor: Dehânın yüzde 1 i ilham, yüzde 99'u terdir.

40 TEMEL HAFIZA TEKNİKLERİ
BAŞARIYI BAŞARANLARDAN ÖĞREN
Başarılı insanların hayat hikâyelerini okuyun. Çünkü, başarılı insanlar hedeflerine ulaşırken yapmak istedikleri şeyi gerçekleştirmiş insanlardan çok şey öğrenmişlerdir.
giden yolda ilerlerken tariKin en usta beyinlerini inceleyen kitaplar okuyun.

OLUMLU DÜŞÜNCE
Beyin, alt beyin, üst beyin, sinir sistemi diye üç kısımdan oluşur. İnsan beyninin diğer canlılardan farkı, üst beynin gelişmiş olmasından kaynaklanmaktadır. Şimdi, bu bilgiler ışığında devam edelim.
Alt beyin daha çok otomatik fonksiyonları denetler. Kalbimizin atması, kan basıncı, hormonlar alt beyin tarafından idare edilir.
Üst beyin ise, daha çok entellektüel işlevlidir. Bilgiler buraya kaydolunur, değerlendirme burada yapılır, davranışlar oradan idare edilir.
Peki, üst beyin alt beyni kontrol edebilir mi? Yapılan araştırmalar, bunun mümkün olduğunu göstermiştir: Biz, mutlu olmayı düşününce mutlu oluyor, hastalığı kafaya takınca da

hasta oluyoruz. Yani, düşünce tarzımız; hem yaşantımızı, hem de bedenimizi etkilemektedir.
O zaman şu ortaya çıkar: Beynimizin bizim için en önemli tekniği, olumlu düşünmenin ileri şekillerini uygulamasıdır. Olumsuz zihnî kurgu, yani olumsuz düşünce ise beynimizi kendimize karşı olumsuz çalışmaya programlayacaktır.
Örneğin bir futbolcu, üç kez kaleciyle karşı karşıya kalmasına rağmen topu dışarıya atmıştır. Bir dahaki maçta aynı hatayı yapmak istememektedir. Bunun için beynini şöyle programlamıştır: "Topu dışarı atmayacağım. Topu dışarı atmayacağım." Bunu kendi kendine defalarca söylemiş ve maça çıkmıştır. Sonuç: Topu yine dışarı atmıştır.
Burada futbolcunun yaptığı hata, topu kaleye atmaya değil, dışarı atmamaya şartlanmasıdır. Bu durumda beyin, kalenin içine değil, dışına kilitlenmiştir. Bu olumsuz uyarıcı da, başarıya değil, başarısızlık korkusu yüzünden başarısızlığa götürmüştür.
Olumlu düşüncede temel nokta, beyni olumlunun üzerine programlamaktır. Yâni, başarısız olmamayı değil, sadece başarmayı düşünmelisiniz.
Bunu hafıza noktasında düşünürsek, unutmayı değil hatırlamayı seçmeli, ona kilitlenmeliyiz.
Evet, başarının en önemli atarlarından birisi, beynin olumlu düşünceye programlanmasıdır. Bu ise, gerçek bir özeni gerektirmekle beraber, aslında zevkli bir uğraştır.

Çocuklarımıza Karşı Davranışlarımız
Çocuklarımızın bilinçaltı ekilmeye hazır bir tarla gibidir. Bu tarlaya ısırgan otu tohumları ekersek ısırgan otları, gül tohumları ekersek gül demetleri ortaya çıkar.
Olumlu Düşünce
Başarılı olacağına inanan bir çocuk bu inancı doğrultusunda davranışlar geliştirir. Anne baba ve çevrenin buna itina göstermesi gerekir.
Olumsuz Düşünce
Başarısız olacağına inanan bir çocuk da sonunda bu kehaneti gerçekleştirir. Çocuğun bu şekilde düşünmesine sebep olabilecek davranışlardan dikkatle kaçınmak gerekir.
"A) Ne ekersen
OLUMLU DÜŞÜNCENİN GETİRİLERİ
Amerika'da bir okulda ilginç bir deney yapılır. Özel bir sınıf oluşturulur ve bir grup öğretmen bu sınıfa verilir. Öğretmenlere, bu sınıftaki öğrencilerin çok seçme öğrenciler olduğu söylenir. Öğrencilere de aynı şekilde, öğretmenlerinin çok seçme öğretmenler oldukları belirtilir. Yıl sonunda, sınıfın başarısı hârikadır. Okul müdürü, o öğretmenlerle bir toplantı yapar ve sınıfın gerçekte kura ile, gelişigüzel bir şekilde oluşturulduğunu açıklar. Bunun üzerine öğretmenler, "Bu durumda, demek ki biz süper öğretmenleriz." derler. Müdür cevap verir:
- Hayır, sizler de kura ile seçildiniz.

İnsanların ortaya çıkaracakları eserler, genellikle yakın çevresindeki insanların kendilerinden bekledikleriyle doğru orantılıdır. "Ne ekersen onu biçersin." atasözü de bu gerçeği en güzel şekilde tanımlamaktadır. Abdullah ve Muhammed'den ben ve ailesi büyük başarılara imza atmalarını bekliyoruz ve onlara inandığımızı her fırsatta belli ediyoruz.
Şimdi sizlere, verilen olumlu düşüncenin onları küçücük yaşta dahi nasıl motive ettiğini anlatan yaşanmış bazı örnekler sunuyoruz:
Yaparım
İlkokul 1'inci sınıfa giden, hatta ilkokula gidenlerin genelde şöyle bir düşünceleri vardır: "Ben 1'inci sınıfa gidiyorum, yapamam." ya da, "Ben ilkokula gidiyorum, yapamam."
Ben ise ilkokul 1'e giderken .. , _,
kendimi küçük bir çocuk gibi çocûk görmeyerek: Lamana göre yetiştin*."
"Ben okula gidiyorum, o ! halde yaparım!" diye düşünüyordum.
Günlük hayatta ve okuldaki başarılarımın altında bu düşünce yatmaktadır.
Muhammed Maraşlı
Çocuklarınızı, Onların Yaşayacakları Zamana Göre Yetiştirin
"Çocuklarınızı kendi zamanınıza göre değil; onların yaşayacakları zamana göre yetiştirin."
Babam küçüklüğümüzden beri bizimle bu söz doğrultusunda ilgileniyor. Yaptıklarımız ve ilerisi için düşündüklerimiz de bu vecizeyle paralel. Kendimizi bildik bileli, bu son derece kıymetli söz istikametinde hareket ettik, neler yapabileceğimizi araştırdık ve araştırmaya da devam ediyoruz. Yapmaya çalıştıklarımızın sadece bir kısmı olan hafıza ve hızlı okuma çalışmalarına da bu düşünce ve anlayışla başladık. İnsanlar 2000 yılına girmenin heyecanını yaşarken, biz evde 2003 yılında, 2010 yılında, 2030 yılında neler yapabileceğimizi düşünüyor, geniş plânda, kendimizi o günlere hazırlamanın hesaplarını yapıyorduk. Bu büyük düşünce, bizi bakalım daha nerelere götürecek?
Abdullah Maraşlı

2, BÖLÜM
HAFIZA TEKNİKLERİ
Yeterli zamanımız hep vardır, yeter ki doğru kullanalım.
Goethe
ÇAĞRIŞIM SİSTEMİ
Bilgileri hafızada tutmak için kullanılan birçok yöntemde şu iki temel ilke vardır:
a) Hayâl gücü
b) Çağrışım
Öğrenilmek istenen bilgiler, çeşitli çağrışım bağlantılarıyla görsel, işitsel ve hissel-dokunsal olarak hayâlde tablolar hâline getirilip hafızaya kaydedilmelidir. Bu durumda sağ yarının da devreye girmesiyle beyniniz olağanüstü bir şekilde

çalışacak ve istediğiniz bilgiler o ilginç, renkli, hareketli tablo ile belleğinize kolayca yerleşecektir.
İnsan, yapabileceğine inandığı herşeye ulaşabilir. O halde bu sistemi, sadece bilgileri hafızaya kaydetmek için değil, hayatınızdaki negatif olaylardan uzaklaşmak ve hedeflerinize ulaşmak için de kullanmalısınız.
Hayâl gücü ve çağrışım yoluyla bilgileri hafızaya alırken dikkat edilmesi gereken noktaları şöylece sıralayabiliriz:
1. Çarpıcı hayâller kurun. Mümkün olduğu kadar olağanüstü, tuhaf, esprili olsun.
2. Oluşturduğunuz hayâllere hareket verin. Çünkü beyin, hareketli cisimleri durgun cisimlerden daha çok hatırlar.
3. Kesinlikle, aklınıza ilk gelen hayâli kurun. Uzun boylu düşünüp kendinizi zorlamayın. Bilinçaltı, bazen bilinçten daha seridir.
4. Hayâl ettiğiniz görüntüyü gözünüzün önüne getirin. Bu görüntü, olabildiğince belirgin ve ayrıntılı olsun.
5. Abartın. Yâni, hayalinizdeki görüntülerde boy, sayı ve hızları iyice abartın. Sayıları artırın, boyları büyütün ya da küçültün.
6. Yerine koyma ilkesini uygulayın. Yâni, ilişkilendirdiğiniz kavramlardan birini diğerinin yerine koyun. Diş macununun yerine peynir koymak gibi.
7. Arada ilişki kurun. Beyin, objeleri birbirine bağlayarak hatırlar. Hatırlamak istediğiniz bir şeyi, zâten bildiğiniz bir şeyle bağlantılandırarak çarpıcı bir hayâl ürettiğinizde, bellek tekniklerinin çok daha iyi sonuç vereceğini göreceksiniz.
8. Lütfen, daima olumlu düşünün. Kendinizi rahat bırakın, gevşeyin. Asla baskı altında hissetmeyin. Çünkü stres, bellek gücünüzü olumsuz yönde etkiler.
9. Kayıt kanalı çok olsun. Hayâllerinizi sadece görmekle yetinmemelisiniz. Onları diğer duyu kanallarınızla da kuvvetlendirmelisiniz. Yani, o hayâlin hem görüntüsünü görmeli, hem sesini duymalı, mümkünse hem kokusunu, hem de tadını algılamalı ve dokunmalısınız. Kayıt kanalı ne kadar çok olursa, kalıcılık da o kadar güçlü olacaktır.
10. Unsurları, bilgileri, şekilleri belli bir sıraya koyun. Bu, çağrışım yoluyla anımsamayı kolaylaştırır.
11. Renklendirin. Kurulan hayâllerde en önemli unsurlardan biri renktir. Ne kadar çok ve canlı renkler kullanırsanız o kadar iyi olur. Sadece renkleri kullanmak bile belleğinizi yüzde 50 güçlendirecektir.
Bu onbir maddeyi şöyle bir akrostişle ifade edebiliriz:

ÇOK HAYÂL KUR
1. Çarpıcı hayâller kurun.
2. Oluşturduğunuz hayâlleri hareketlendirin.
3. Kesinlikle, aklınıza ilk gelen hayâli kurun.
4. Hayâl ettiğiniz görüntüyü gözünüzün önüne getirin.

5. Abartın. Yâni, sayıları artırın, boyları büyütün, ya da küçültün.
' 6. Yerine koyma ilkesini uygulayın.
7. Arada ilişki kurun; böylece çağrışım yoluyla hatırlamanız mümkün olur. ,
8. Lütfen, daima olumlu düşünün.
9. Kayıt kanalı çok olsun. :
10. Unsurları, bilgileri, şekilleri belli bir sıraya koyun.
11. Renklendirin.

Beş Duyuyu Kullanmak
Soyut ya da somut bir şeyi hafızanıza alırken duyularınızı kullanmak o şeyin en güzel bir şekilde hafızanızda kalmasına sebep olur. Örneğin hafızanıza alacağınız nesne bir karpuz olsun; önce onu herşeyi ile görmeye çalışın, sonra karpuzun kesilirken çıkardığı sesi duymaya çalışın, kokusunu duyun ve tadını hissedin. Elinize alın ve karpuza dokunun. Kullandığınız her duyu organı o nesnenin, hafızanıza daha derin bir şekilde nakşolmasına sebep olacaktır. Sevgi gibi soyut bir kelimeyi hafızanıza almak ve yoğunlaşmak istediğinizde ise önce o kelimeyi somutlaştırın. Örneğin, sevgi size kıpkırmızı bir kalbi hatırlatabilir.

ETKİN HAFIZA SİSTEMLERİ
Bağlama Metodu
Alınan bilgilerin çağrışımları, belli bir sıra ve düzende hafızaya alındığında, hem sağ, hem de sol beyin çalışmakta, böylece beyinde dinamik bir sentez oluşmaktadır. Bu da, alınan bilgilerin kalıcı olmasına büyük ölçüde yardımcı olmaktadır. Çünkü, Çağrışım Sistemi ile sağ beyin aktif hâle gelir; Bağlama Metodu ile de sol beyin aktif hâle gelir.
Evet, çağrışım sisteminde bilgiler, hayâl gücü ile abartılı bir şekilde görsel hâle getirilir. Yani kısaca, bilgiler elle tutulur, gözle görülür hâle getirilir. Bağlama metodu ile ise, çağrıştırılan bu bilgiler belli bir sıraya bağlandığından, bilgiler kalıcı hafızaya yerleşir.
Bu sistemde, verilen kelimeler arasında sırasıyla, çarpıcı, ilginç, olağanüstü bağlantılar kurularak, kelimelerin sırayla hatırlanması sağlanabilir. Bu sistem, 10-15 kelimeye kadar rahatlıkla kullanılabilir.
Çoğumuzun sırasıyla hatırlayamayacağı 12 burcu, bu sistemle rahatlıkla hatırımızda tutabiliriz. Önce 12 burcu sırayla yazalım:
1. Koç
2. Boğa
3. İkizler
4. Yengeç
5. Aslan
6. Başak
7. Terazi
8. Akrep

9. Yay
10. Oğlak
11. Kova
12. Balık
Önce yukarıdaki 12 burcu bakmadan sırasıyla saymaya çalışın. Yalnızca sol beyni kullanarak bunları sırasıyla saymanın oldukça zor olduğunu göreceksiniz. Şimdi de bunları, sağ beyin fonksiyonlarını kullanarak bir hikâyeyle hatırlama yolunu deneyelim:
'Bir koç merada otlamaktadır. 2Meraya bir boğa gelir. 3Koç boğaya kızar ve bir tos vurur. "Neye uğradığını şaşıran boğa, öfke ve şaşkınlıkla etrafına bakınırken orada dolaşmakta olan ikizleri görür, onlara saldırır. 5 Korkuyla kaçan ikizler yakındaki bir göle düşerler. 6Gölde, ikizlerden birinin ayağını bir yengeç ısırır. 7O da, yengeci tuttuğu gibi can havliyle sahile fırlatır. Sahile fırlatılan yengeç, oradan geçmekte olan bir aslanın üstüne düşer ve bu defa da onu ısırır. 8Neye uğradığını şaşıran aslan başakların arasına dalar. 9Can acısıyla, pençesiyle başaklardan büyük bir tutam koparır ve önüne çıkan bir terazinin kefesine savurur. Terazinin öbür kefesinde ise bir akrep vardır.
10Başaklar hızla terazinin kefesine savrulunca, akrep fırlayıp, yayını germekte olan bir avcının ayakları dibine düşer ve "onu sokar. Aucı kontrolü kaybeder, gayri ihtiyarî ok yaydan çıkar ve 12ileride otlayan bir oğlağa saplanır. Vurulan oğlak, o acıyla koşarken bir kovaya çarpıp devirir. 13Kovanın içinde bir balık vardır. Devrilen kovayla birlikte balık da kovadan dışarı fırlar.

1'den 10'a kadar, hafızaya alınmak istenen şeyler, sırasıyla, o sayıyı temsil eden sembollerle ilişkilendirilerek hatırda tutulabilir. Bu sistem, az sayıda şey hafızaya alınmak istendiği zaman, meselâ alışveriş listesi için rahatlıkla kullanılabilir.

Şimdi de işin içerisine bağlantı metodu yoluyla sağ beyin fonksiyonlarından hayâl gücünü katın ve bu ilginç senaryoyu dikkatle izledikten sonra, kitaba bakmadan oniki burcu sırasıyla saymaya çalışın. Eğer biraz dikkatli okuduysanız, eminim ki hatırlayacaksınız.

Rakam - şekil Sistemi
Rakam-Şekil Sistemi'nde sabit olan, değişmeyen imajlar, 1'den itibaren 10'a kadar olan rakamlardır. Bu sistemde rakamlar, şekil itibariyle benzediği bazı şeylerle özdeşleştirilir. Örneğin 1 sayısı kaleme benzer. Dolayısıyla, Rakam-Şekil Sistemi'nde 1 sayısını kalem temsil etmektedir.
2 sayısı kuğuyu çağrıştırdığı için, 2 sayısını kuğu temsil etmektedir. 3 sayısını ise martı...
Biz, aşağıda Rakam-Şekil Sistemi için bir semboller listesi verdik. Siz bu listeyi kullanabileceğiniz gibi, size daha

kolay gelebilecek şekilde kendinize yeni bir imaj listesi de hazırlayabilirsiniz. İşte listemiz:
1. Kalem
2. Kuğu
3. Martı
4. Yelkenli
5. Eldiven
6. Çengel
7. Uçurum
8. Gözlük
9. Balon
10. Ayak top

Rakam - şekil ilişkisi
1. KALEM:
Kalem 1 sayısına benzediği için, l sayısı kalem ile ilişkilendirilmiştir. Yani, 1 sayısı kalemi çağrıştırmaktadır.
2. KUĞU:
Kuğu, 2 sayısına benzediği için, 2 sayısı kuğu ile ilişkilendirilmiştir. Yani, 2 sayısı kuğuyu çağrıştırmaktadır.
3. MARTI:
Martının kanatları 3 sayısına benzediği için, martı ile ilişkilendirilmiştir. Yani, 3 sayısı martıyı çağrıştırıyor.
4=Yelkenli
Yelkenli 4 sayısına benzediği için, 4 sayısı yelkenli ile ilişkilendirilmiştir. Yani, 4 sayısı, yelkenliyi çağrıştırıyor.
5=Eldiven:
Eldiven 5 parmaklı olduğu için, 5 sayısı eldiven ile ilişkilendirilmiştir. Yani, 5 sayısı eldiveni çağrıştırmaktadır.
6=çengel:
6 sayısı çengele benzediği için, çengel ile ilişkilendirilmiştir. Yani, 6 sayısı çengeli çağrıştırmaktadır.
7)uçurum:
7 sayısı uçuruma benzediği için, uçurum ile ilişkilendirilmiştir. Yani, 7 sayısı uçurumu çağrıştırıyor.
8=gözlük:
Gözlük 8 sayısına benzediği için, gözlük ile ilişkilendirilmiştir. Yani, 8 sayısı gözlüğü çağrıştırıyor.
9=balon:
9 sayısı, uçan bir balona benzediği için, balon ile ilişkilendirilmiştir. Yani, 9 sayısı balonu çağrıştırıyor.
10. AYAK - TOP:
Ayak 1 sayısı ile, top ise 0 ile ilişkilendirilmiştir. İkisi yan yana 10 sayısını çağrıştırmaktadır.

Aşağıdaki listeyi, bu imajlar yoluyla ezberlemeye çalışalım:
1. Araba
2. Bilgisayar

3. Mikrofon
4. Balina
5. Ev
6. Para
7. Menekşe
8. Ağaç
9. Aslan
10. Tavuk

Birinci hafıza çivimiz olan kalem ile listenin birinci sırasındaki araba arasında birbirini hatırlatacak şekilde bir hafıza ilişkisi kurulur. Burada, kalem şeklinde, sesler çıkaran, hareket hâlinde bir arabayı hayâlen düşünebiliriz. İkinci hafıza çivimiz ile bilgisayar arasında şöyle bir ilişki kurabiliriz: Suyun üzerinde, gagasının ucuyla bilgisayarın tuşlarına basarak yüzen bir kuğu hayâli, bize "2" deyince kuğu yoluyla bilgisayarı hatırlatır.

Üçüncü hafıza çivimize, üçüncü kelime olan mikrofonu yerleştirdiğimizde, bir martının kocaman bir mikrofonla gökyüzünde şarkı söyleyerek uçtuğunu hayâlimizde seyredebiliriz.

4. Dördüncü hafıza çivimiz olan yelkenliye, dördüncü kelime olan balinayı bağladığımızda, balinanın büyük gürültülerle yelkenliyi denizden çektiğini hayâlimizde görsel olarak canlandırabiliriz.
5. Beşinci çivimiz eldivene beşinci kelimemiz evi bağladığımızda, siyah bir eldiven giymiş kocaman bir elin gelip bir evi çatır çutur devirdiğini gösteren tablo hayâlimizde oluştuğunda, artık ev kelimesi unutulmayacaktır.
6. Altıncı çivimiz çengele para taktığımızda, çengelle paraların bize doğru geldiğini hayalimizdeki tabloda görselleştirdiğimizde, hafızamızda unutulmayacak hâle gelir.
7. Yedinci çivimiz uçuruma menekşeyi taktığımızda, uçurumun dibindeki dev bir menekşenin hızla büyüyüp uçurumun üstüne kadar ulaştığını hayâl edebilir, kocaman yaprak ve çiçeklerini görebilir, ona dokunabilir, koklayabiliriz.
8. Sekizinci çivimiz gözlük ile ağaç arasında bir ilişki kurduğumuzda, ağacın kocaman bir gözlük takarak şarkılar söylediğini hayâl edebiliriz.
9. Dokuzuncu çivimiz balona dokuzuncu kelime olan aslanı bağladığımızda, aslanın balonu şişirirken patlattığı ve kulakları sağır eden bir gürültü çıkarttığını hayâlimizde canlandırabiliriz.
10. Onuncu çivimiz ayak-top ile tavuk arasında bir ilişki kuralım. Futbol sahasında futbolcunun, ayağıyla top yerine bir tavuğa vurduğunu hayâl edebilir, hattâ tavuğun gıdaklamalarını bile duyabiliriz.

Alışveriş Listesi

Şimdi de orta 2'ye giden sevgili öğrencim Muhammed Maraşlı, bu teknikten nasıl faydalandığına dair bir örnek veriyor:

"Bu tekniği hayatımızın her alanında kullanabiliriz. Bakalım alışveriş yaparken nasıl kullanıyoruz: Bir alışveriş listesi yapalım:
1. 2 kg domates
2. 1 kg patlıcan
3. 1 kg biber
4. 1 kg zeytin
5. 1 kg kestane
6. 3 kg portakal
7. 2 kg elma
8. Yarım kg peynir
9. 1 kg havuç
10. 2 saksı
Listemizdeki 1'inci madde 2 kg domates, birinci kodumuz ise kalemdi. Bu ikisi arasında olağanüstü, büyük, renkli, abartılı,... bir ilişki kuracağız. 2 kg olduğu için iki tane domatesi yanyana yapışmış olarak hayâlimizde görebiliriz. İki domatesin ortasından bir kalem geçmiş. Biz de onunla yazı yazıyoruz. Bu hayâl sayesinde listemizin birinci sırasında olan 2 kg domatesi kesinlikle unutmayacağız.
2'nci maddemiz olan 1 kg patlıcan ile ikinci kodumuz olan kuğu arasında bir ilişki kuralım, 1 kg olduğu için tek patlıcan hayâl ediyoruz. Kuğunun kafasının patlıcandan olup, gölde yüzdüğünü hayâl edersek bu maddemizde bulunan 1 kg patlıcanı kolaylıkla alıp geliriz.
8'inci maddemiz yarım kg peynir, sekizinci kodumuz ise gözlüktü. Yarım kg olduğu için yarısı yenmiş bir peynir hayâl edebiliriz. Gözlüğün camlarını yarısı yenmiş peynirden oluşmuş olarak görüp, o gözlükle baktığımızı düşünürsek bu maddeyi de kesinlikle unutmayız.
10'uncu maddemiz 2 saksı, onuncu kodumuz ise ayak ve top idi. 2 tane saksı ile top oynadığımızı düşünürsek, alışverişe çıktığımızda bu malzemeyi kesinlikle alır geliriz.
Listemizdeki diğer malzemeleri de bu teknikle hafızamıza alabiliriz. Haydi kolay gelsin.

TEMEL HAFIZA SİSTEMİ
Burada, bir önceki bölümde anlatmış olduğumuz hafıza sistemlerinin hepsinin üstünde, "temel sistem" diyebileceğimiz bir sistemden bahsedeceğiz. Bu temel sistemde, önceki sistemleri sınırlayan faktörler ortadan kaldırılmış, birçok şeyin hafızaya alınmasında büyük kolaylıklar sağlanmıştır.
Bu konuda, bugüne kadar yapılan çalışmalar çok ilgi çekmesine rağmen, kökeni yabancı olan sistem, değiştirilmeden, Türkçe'ye aynen aktarılmıştı. Biz bu sistemi, temel düşünceyi bozmadan, kendi dilimize en pratik şekilde uygulayarak sizlere sunuyoruz.
Fonetik Alfabe
Bizim sistemimizde, rakamların okunuşlarındaki sessiz harfler kullanılarak bir fonetik hafıza alfabesi oluşturuluyor.
Bu sistemi oluştururken dikkat edeceğimiz birkaç husus var:

1.
2.
3.
4.
5.
Rakamların okunuşlarındaki sessiz harfleri kullanarak bir fonetik hafıza alfabesi oluşturuyoruz.
Fonetik alfabeyi oluştururken sesli harf kullanmıyoruz.
Kullandığımız harfleri tekrar kullanmıyoruz.
Üç tane joker harfimiz var: R-H-Ğ. Temeli oluştururken joker harfleri de kullanmıyoruz.
Ayrıca, bir rakam için kullandığımız sessiz harfi, başka bir rakam için kullanmıyoruz.
Fonetik Alfabedeki Rakamlar ve Karşılıkları
1. BÎR:
2. İKİ:
3. ÜÇ:
BİRdeki sesli harfi çıkardığımızda B ve R kalıyor. Joker olan R'yi de çıkardığımızda geriye B kalıyor. B ile P ağızdan çıkış itibariyle birbirine
yakın harflerdir. BİRin simgesi olarak B ve P'yi alıyoruz.
İKİdeki sesli harfleri çıkardığımızda, İKİnin fonetik alfabemizdeki karşılığı olarak K harfi kalıyor.
ÜÇteki sessiz harf Ç'dir. Ağızdan çıkış itibariyle Ç'ye benzedikleri için, ÜÇün simgeleri olarak Ç ile beraber C-Ş-J harflerini alıyoruz.
4. DÖRT:
5. BEŞ:
6. ALTI:
7. YEDİ:
8. SEKİZ:
9. DOKUZ:
DÖRT kelimesindeki sesli harfi ve joker harf olan R'yi çıkardığımızda geriye, sembol olarak D-T harfleri kalıyor.
BEŞ kelimesinde, sesli harfi ve daha önce kullandığımız B-Ş harflerini atıyor ve "Ne kaldı?" diye soruyoruz. Sorumuz aynı zamanda cevabı da içinde taşıyor ve BEŞ'in sembolü N oluyor.
ALTI: Sesli harfleri ve daha önce kullanılan T harfini attığımızda ALTInın sembolü olarak karşımıza L harfi çıkmaktadır.
YEDİ: Sesli harfleri çıkardığımızda geride Y harfi kalıyor. YEDİ nin sembolü olarak Y'yi ve ağızdan çıkışı Y'ye benzeyen G'yi alıyoruz.
SEKİZ kelimesindeki sesli harfleri ve kullanılan harfi çıkardığımızda, geriye, sembol olarak S-Z harfleri kalıyor.
DOKUZ: Kuralları uyguladığımız zaman DOKUZ kelimesinden geriye hiçbir harf kalmıyor. Yalnız, DOKUZ; kelimesi,
etini yemediğimiz bir hayvanı çağrıştırıyor. Aradaki tek farklı harf ise M'dir. DOKUZ'un sembolü olarak M'yi alıyoruz.

0. SIHR: SIFIR kelimesindeki sesli harfleri, joker harfi ve kullanılan harfi çıkardığımızda geriye F kalır. Ağızdan çıkış olarak F'ye benzeyen V'yi de ekliyor ve SIFIR için sembol olarak F ve V'yi alıyoruz.

Bu durumda, fonetik alfabemizde, rakamların karşılığı olan temel harf tablomuzu şöyle yazabiliriz:

		Baskın harfler:
1.	BİR	(B-P) P
2.	İKİ	(K) K
3.	ÜÇ	(Ç-C-Ş-J) Ç
4.	DÖRT	(D-T) T
5.	BEŞ	(N) N
6.	ALTI	(L) L
7.	YEDİ	(Y-G) Y
8.	SEKİZ	(S-Z) S
9.	DOKUZ	(M) M
0.	SIFIR	(F-V) F

Şimdi, bu tablonun temel hafıza sisteminde nasıl kullanıldığını ele alalım.

1 rakamını temsil eden harf B veya P'dir. O zaman, Temel Hafıza Sistemi'nde 1'i temsil edecek olan kelimemiz B veya P ile başlayacaktır.

2 rakamını temsil eden harf K olduğuna göre, 2 rakamını temsil edecek olan kelime K ile başlayacaktır.

3 rakamını temsil edecek olan kelime, Ç-C-Ş-J harflerinden biriyle başlayacaktır. ,)

Bu şekilde devam ederek 10 numaraya geldiğimizde iki rakamla karşılaşırız: 1 ve 0. "1'in sembolü neydi?" "B veya P"; "0'ın sembolü neydi?" "F veya V". O zaman, 1'i yerine B veya P'yi, 0'ın yerine ise F veya V'yi koyarak uygun bir kelime bulmalıyız.

Gerektiğinde, yardımcı olarak joker harfleri de kullanabiliriz.

Başka bir örnek verelim. Sayımız 16 olsun, 1'in sembolü B veya P, 6'nın sembolü ise L'dir. P D L harflerinin ortasındaki kutuya bir sesli harf koyarak anlamlı bir kelime üretelim. Bu kutuya "İ" harfini koyduğumuzda 16'nın karşılığı olarak PİL diyebiliriz.

Son bir örnek verelim: Sayımız 66 olsun. 6 rakamını temsil eden harf L olduğuna göre L D L D 'deki boş kutulara "A" ve "E" harflerini koyarak, 66'ya LALE diyebiliriz.

Böylece, 1'den 99'a kadar olan bütün sayıların kelime karşılığı bulunan Temel Hafıza Çivileri Tablomuzu aşağıda vereceğiz.

Bu çivileri verirken, bazı sayıların birden çok alternatifini vererek, içlerinden aklınıza en çok yatanı seçme imkânını size bıraktık.

Temel Hafıza Tercihimiz

Hafıza Çivileri Tablosu Alternatifler

1. Bağ, Puro, Pire, Boru
2. Kar, Kor, Kuğu

3. Çıra
4. Tır, Tığ
5. Nar, Nur
6. Lira, Lir
7. Yar, Yara
8. Sıra, Sığır
9. Mera, Mağara, Merih
10. Puf
11. Biber, Pipo
12. Pike, Bakır
13. Peçe, Paça, Poğaça
14. Pota, Bit
15. Pano , Burun
16. Pil, Bal, Pul
17. Boya
18. Paso, Buz
19. Puma, Pim
20. Küfe, Kefe, Kova, Kivi
21. Kupa, Kapı, Küpe
22. Kek, Kök
23. Koç, Keçi, Keçe, Kuş, Kaş
24. Kot, Kutu, Kart
25. Kan, Kına
26. Kale, Kule, Kil, Köle, Kül
27. Kaya, Koy, Kuyu
28. Kasa Kaz, Kas, Kese, Kuzu
29. Kama Kum
30. Çivi Civa
31. Çöp Çapa, Jip
32. Çek Çark
33. Şiş Şişe
34. Çit Çatı, Çete, Jet
35. Çini Çan
36. Çöl Şal, Jöle
37. ÇAY
38. Çizi Şose
39. Çam Cam, Cami
40. Tava Deve, Dev
41. Top Tepe, Tapu
42. Taka Toka
43. Taç Taş, Diş
44. Taht Tahta, Dut
45. Ton (Balık) Tan, Tahin
46. Tel Dil, Dal
47. Tay Duy
48. Tas . Tazı, Diz, Tuz
49. Dam Tim
50. Nefer
51. Napa(Deri) Nâbi
52. Nikah
53. Naaş

54. Net (Tenis filesi) Nohut
55. Nane Nine
56. Nal Nil
57. Ney
58. Nazi Nasır
59. Nem
60- Uv Lif
61. Lapa
62. Leke
63. Leş Loca
64. Lada Lâhid (Taş tabut)
65. Leğen Lahana
66. Lâle Lala
67. alay
68. Lise Lazer, Laz
69. Lama Lam
70. Yuva Yavru
71. Yapı (Bina)
72. Yaka Gök
73. Yaş (Gözyaşı) Güreş, Göç
74. Yat Yoğurt
75. Yün Yahni
76. Yalı Yol, Göl, Gül, Gol
77. Yay Yaya, Yoyo
78. Yüz (İnsan yüzü) Göz, Gaz, Grizu, Yazı
79. Yama Yem, Gem
80. Sıva Sıfır, Zafer
81. Soba Sopa, Sehpa
82. Saka Sirk
83. Saç Sac
84. Süt Saat
85. Soğan Sini
86. Sel Sal, Zil
87. Soya (Yağ) Saray
88. Saz Sos, Sis
89. Sim Sırma, Serum, Semer
90. Miğfer Mavi
91. Muhrip
92. Maki Makara
93. Maşa Marş, Maç
94. Mide Martı
95. Mine, Minare
96. Mala, Marul
97. Maya, Mahya
98. Muz, Mezar
99. Mum, Mağma

Bu sistemin uygulanışıyla ilgili birkaç örnek verecek olursak; 1 numarada size önerdiğimiz çivi bağ idi. Hatırımızda tutmamız gereken kelime de ceket olsun. Bağ ile ceket arasında şöyle olağanüstü bir ilişki kurabiliriz: Bağdaki asmada, üzüm

salkımlarının yerinde rengârenk ceketler sallanıyor ve biz, salkım yerine ceketleri koparmaya uğraşıyor, koparırken biraz zorlanıyoruz.
2 numaralı çivimiz kar. Hatırımızda tutmamız gereken kelime zeytin olsun. Gökten kar yerine zeytin yağdığını, insanların zeytinleri, birbirlerini ite kaka kapıştıklarını, bizim de toplamaya çalıştığımızı düşünebiliriz.
3 numaralı çivimiz çıra. Hatırımızda tutmamız gereken kelime ise çanta olsun. Hayâlimizde, çıra yerine çantayı yaktığımızı, sobayı çırayla tutuşturduğumuzu, çantanın sapını tutarken elimiz yandığı için "Ah!" diye hafif bir çığlık attığımızı düşünebiliriz.
4 numaralı çivimiz tır. Hatırımızda tutmamız gereken kelime ise bilgisayar olsun. Hayâlimizde, bilgisayarın içinden büyük bir gürültüyle, kocaman bir tır çıktığını düşünebiliriz.
5 numaralı çivimiz nar. Hatırımızda tutmamız gereken kelime ise bebek olsun. Hayâlimizde, narı açtığımızda, içinden şipşirin, gülücükler saçan bir bebek çıktığını düşünebiliriz.

Uygulamalar
Öğrenmiş olduğunuz hafıza çivilerinin 10 tanesini kullanarak, aşağıda yazılan 10 kelimeyi hafızanıza almaya çalışın.
1. Ördek
2. Ağaç
3. Çizme
4. Domates
5. Gözlük
6. Şemsiye
7. Motosiklet
8. Maymun
9. Traş bıçağı
10. Leylek
Eğer arzu ederseniz, aşağıda bizim yaptığımız ilişkilendirmeleri inceleyerek fikir sahibi olabilirsiniz.
1 numaralı hafıza çivimiz bağ idi. Ancak istersek "puro" kelimesini de kullanabiliriz. Bir ördeğin puro içerek yüzdüğünü hayal ediyoruz.
2 numarada, kar yerine, kardan adamın tepesine ve etrafa ağaçlar yağdığını düşünüyoruz. Hatta kendimizin de orada olduğunu düşünüp, bizim de üzerimize ağaçlar düştüğünü ve canımızın yandığını hayâl edebiliriz.Ağaçların kokusunu bile alabiliriz.
3 numarada, çıra yerine çizmelerle ateş yaktığımızı ve çizmeler yanarken plastik kokusu geldiğini düşünüyoruz. Ayrıca etrafı da yaktığını hayâl ediyoruz.
4 numarada, tırın tekerleklerinin domatesten olduğunu ve tır giderken domateslerin vıcık vıcık ezildiğini beynimizde tasavvur ediyoruz. Bu arada yollardan da domates suyu aktığını düşünebiliriz.
5 numarada, narın gözlük takıp etrafındakilerle neşeli neşeli konuştuğunu hayâl ediyor, konuşmalarını duyuyoruz.

6 numarada, şemsiyenin ters çevrili olup içinin liralarla dolu olduğunu ve bu liraların şemsiyenin içinden çıkmak için hoplayıp zıpladıklarını hayâl ediyoruz. Bu arada çıkan şıngırtıları da işitiyoruz.
7 numarada, bir sürücünün motosikletiyle hızla yol aldığını, fakat virajı alamayarak yardan aşağı yuvarlandığını düşünüyoruz. Ama sürücünün kendisine hiçbir şey olmuyor. Bu arada düşme anında motosikletten gelen sesleri de duyabiliriz.
8 numarada, bir maymunun sırada oturup ders çalıştığını ve parmak kaldırıp öğretmene bir şeyler sorduğunu zihnimizde canlandırıyor, öğrencilerin maymuna hayretle baktığını hayâl ediyoruz.
9 numarada, kocaman bir traş bıçağını elimize alıp merayı çatır çatır tıraş ettiğimizi düşünüyoruz. Kestiğimiz otları da toplayıp sakladığımızı hayâl ediyoruz.
10 numarada, leyleklerin yuva yapacak yer bulamayarak bir pufun üzerine yuva yaptığını düşünüyoruz. Hatta leyleğin "lak lak"larını işitiyoruz.
Bu teknikler, dışarıdan sanıldığı kadar zor olmayan, hayatınızın değişik alanlarında kullanabileceğiniz zevkli ve faydalı anahtarlardır.

3. BÖLÜM
İSİM-YÜZ VE TELEFON NUMARALARININ HAFIZAYA ALINMASI

Yetenek ortaktır; herkes ona sahiptir. Ama nadir olan, yeteneklerin bizi götürdüğü yere gitme cesaretidir.
Anonim

TELEFON NUMARALARININ HAFIZAYA ALINMASI

Bu konuyu da, bu yazıyı yazdığı zaman orta 1'de olan öğrencim Muhammed Maraşlı anlatıyor:
"Telefon numaraları hafızaya zor alınır, fakat kolay unutulur. Biz ise almayı kolay, unutmayı zor hâle bakın nasıl getireceğiz:
Telefon numaralarını hafızaya alırken rakam-şekil sistemini ve temel hafıza çivilerini kullanacağız. İlk olarak, hafızamıza alacağımız telefon numarasını dörde ayırıyoruz. Bir örnek verecek olursak:
5 — 23 — 90 — 61
Ayırdığımız ilk bölümdeki rakamın, rakam-şekil sistemine göre simgesini alıyoruz. Daha sonra ikinci, üçüncü ve dördüncü bölümlerdeki sayıların da temel hafıza sistemine göre simgelerini hatırlıyoruz ve dördü arasında ilginç, olağanüstü, renkli bir ilişki kuruyoruz. Telefon numarasını alacağımız kişi ya da kurumu da bu ilişkinin içine katıyoruz.
Farzedelim ki, aşağıdaki telefon numarası en yakın arkadaşınızın telefon mumarası olsun:
3 65 47 97
44 44
Martı Leğen Tay Mahya

Bir martı, başına leğen geçirmiş. Taya biniyor, tayla beraber arkadaşınızın kafasının üzerindeki kocaman mahyaya doğru uçuyor.
Bu ilişkileri kurduktan sonra arkadaşınızın telefon numarasını unutmayacağınızdan emin olabilirsiniz.
Ama bu ilişkilerde sıra çok önemlidir. Bunun için hayâlleri sırasıyla kurmaya özen göstermeliyiz.
Çok faydalı bir kuruluş olduğu için, aşağıdaki numaranın da Yeşilay'ın telefon numarası olduğunu farzedelim ve bu numarayı, anlattığımız sistemle hafızamıza almaya çalışalım.
5 99 81 40
44 44
Eldiven Mum Soba Tava
Eldivenin parmakları, yanan mumlardan oluşuyor. Sobayı onunla tutuşturuyoruz. Sobanın içinde kömür yerine tavalar var. Soba da Yeşilay binasının içinde. Böylece Yeşilay'ın telefon numarasını kolaylıkla hafızamıza alıyoruz.
Aşağıdaki numara da Çocuk Esirgeme Kurumu'nun telefon numarası olsun:
2 67
4 4
Kuğu Ney
19 39
4 4
Puma Çam
Bu numarayı hafızamıza alırken şöyle bir hayâl kurabiliriz: Bir kuğu ney çalarak ormanda dolaşırken karşısına bir puma çıkıyor. Kuğu ondan kurtulmak için en yakın çam ağacına fırlıyor. Pumanın ağacın altında beklediğini gören kuğu uçarak Çocuk Esirgeme Kurumu'na kaçıyor.
Son olarak, bu kitabın yayınlandığı Hayat Yayınları'nın telefon numarasını hafızaya alalım:
5 17
4 4
Eldiven Boya
09
4
Mera
57
4
Ney
Eldivenli elimi beyaz boya kutusunun içine sokuyor, sonra da merayı beyaza boyuyorum. Bunun üzerine meradan ot yerine ney'ler çıkıyor.
Böylece, çok kısa ve kolay bir hayâl ile bizim için çok gerekli olan bir telefon numarasını hafızamıza almış olduk.
Eğer bizi aramak isterseniz, bu numarayı kullanabilirsiniz.
Bütün bu kurallara dikkat ederek telefon numaralarını hafızanıza alabilirsiniz. Ama biz size, yine de hafızanıza aldığınız telefon numaralarını en kısa zamanda fihristinize

yazmanızı tavsiye ederiz. Çünkü, birşeyi hafızada tutmanın en sağlam yolu not almaktır.

On Tane Telefon Numarası Birden

Birçok telefon numarasını bir defada hafızama aldığımı duyan arkadaşlarım bana, "Bizi kandırma. O kadar telefon numarasını hafızana alamazsın." dediler. Ben de, "Siz bana istediğiniz kadar telefon numarası söyleyin, ben de hafızama alıp size söyleyeyim." dedim. Heyecanla, "Tamam" diyerek kabul ettiler. Hemen on tane telefon numarası söylediler. Numaralardan birisi şuydu:

5
4
89
ı
32
14
ı

Eldiven Sim Çek Pota

Bu numarayı hafızama alırken, her tarafı simlerle kaplı bir eldivenin çek imzaladıktan sonra potaya top attığını hayâl ettim. Kişi ya da kurum ismi verilmediği için onlarla bağlantı kurmadım. Verilseydi, benim için daha kolay ve kalıcı olurdu. Verdikleri bütün telefon numaralarını hafıza teknikleri yoluyla hafızama aldım ve kolaylıkla söyledim.

Tabii beni öyle kolay bırakmadılar. "Bunları nasıl yaptın?" diye sorular sormaya başladılar. Ben de kurduğum ilişkileri onlara anlattım.

Yukarıdaki numarayı hafızaya alma uygulamasını arkadaşlarımla birlikte yaptık. O zaman orta 1'deydim, şimdi 2'deyim. Hafıza tekniklerini yeterince bilmedikleri halde, ne kadar etkili olmuş ki; arkadaşlarım bu telefon numarasını hâlâ unutmuyorlar.

Muhammed Maraşlı

İSİMLER VE YÜZLERİN HAFIZAYA ALINMASI

Türkiye'nin çeşitli yerlerinde yaptığımız programlarda, talebelerim Abdullah ve Muhammed, sadece bir kez gördükleri onlarca kişinin ismini hafızalarına alarak söylediler.

Bunu söylerken maksadım talebelerimin sıradışı insanlar olduğunu anlatmak değil, sizin de yapabileceğinizi kanıtlamak. Zira her ikisi de normal zekâlı çocuklar; fakat, asla, asla ve asla vazgeçmiyorlar.

Bu gösterileri yaparken onların kullandığı en mükemmel sistem, hafızalarına almak istedikleri bir ismi o kişinin yüzüyle ilişkilendirmektir. Bu şekildeki bir ilişkilendirmede, yüzler adları çağrıştırdığı gibi adlar da yüzleri çağrıştırır. Gördüklerimizi hafızamıza kaydetmemiz, işittiklerimizi kaydedişimize göre çok daha kuvvetlidir. Yüzleri görsel hafızamızla, isimleri ise işitsel hafızamızla almaya çalışırız. Bir süre sonra yeniden karşılaştığımız insana

muhtemelen şöyle diyebiliriz: "Sizi bir yerden hatırlıyorum ama isminizi bir türlü çıkartamıyorum." Çünkü, yüzü görmüşüzdür ama ismi sadece işitmişizdir.
Şimdi sizlere dört aşamalı bir hafıza sistemi öğreteceğim ve eminim bu sistemi öğrendikten ve uyguladıktan sonra isimleri hafızanızda tutmak artık sizin için bir eğlence olacak.
1) Zihinsel Hazırlık
İsimleri sürekli olarak unuttuklarını söyleyen kişilere, tanıştıkları insanların isimlerini hafızalarına almak gibi bir hedeflerinin olup olmadığını sorduğumda, genellikle böyle bir hedeflerinin olmadığını söylüyorlar.
Q İsimleri hafızaya almak konusunda yapılacak ilk iş, bunu hedef olarak belirlemektir. Çünkü hedef olmadan yapılacak her atışın karavana olacağı açıktır.
Q Daha sonra yapılacak iş ise, karmakarışık bir masaya benzeyen beynimizdeki düşünceleri üzeri derli toplu bir masaya dönüştürmektir. Bir masayı düzenlerken, işe yaramayan herşeyi nasıl çöpe atarsak, zihnimizi organize ederken yapacağımız şey de aynıdır.
Q Sonraki basamak ise, belki de çok az kullandığımız hayâl gücümüzü, bu kitapta anlatılan bilgiler ışığında sürekli olarak kullanmaya çalışmaktır.
Q Zihinsel çalışmaların son basamağında ise konsantre olmak vardır. Tanıştığımız bir insanın ismini hafızamıza alırken, eğer bu olaya yoğunlaşmazsak o kişinin ismini asla hafızamızda tutamayız. Bir insanla tanışırken aklımızdan birçok düşünce geçer. Bu düşüncelerden en önemlisi, o kişinin ismini hafızamıza almak değilse, o ismi aklımızda tutmamız mümkün değildir. Buraya kadar anlattığımız, olayın zihinsel hazırlık yönüdür. Şimdi de işitsel ve görsel hafızanın isimleri hafızada tutmadaki rolünü inceleyelim.
Zihinsel çalışmaları şöyle özetleyebiliriz;
a) Hedef belirle.
b) Zihnini organize et.
c) Hayâl gücünü kullan.
d) Konsantre ol.
2) işitsel Hafıza
Birçok insan, tanıştıkları sırada doğru dürüst duymadıkları bir isim konusunda, hatırlayamamaktan söz ederler. Bir ismi hatırlamakla ilgili olarak işitsel hafızayı ilgilendiren ilk kural şudur: Biriyle tanışırken, o kişinin ismini iyice duyduğunuzdan emin olun. İsimlerine gösterdiğiniz ilgi insanları memnun eder. Zira, birçok insan için dünyadaki en güzel sözcük kendi ismidir. Bu yüzden, iyi duymadığınız bir ismin tekrarlanmasını Biriyle tanışırken, o kişinin ismini iyice duyduğunuzdan
emin olun. Tekrarlanmasını istemekten çekinmeyin. Bu tekrar, isme daha çok yoğunlaşmanızı sağlar. Daha sonra, tanıştığınız kişiye isminin manâsını sorun. Ancak bunu yaparken herkes tarafından bilinen bir ismin de manâsını sormaya kalkmayın. Örneğin Gül ismindeki birine isminin anlamını sorduğunuzda

karşınızdaki kişi sizin zekânızdan şüphe edebilir. c----. _
-Tanışma faslından sonra karşınızdaki insanla sohbet ederken, konuşma sırasında onun ismini kullanın. Ancak, bunu çok abartılı bir şekilde yapmayın. Arada sırada, öğrendiğiniz bu yeni ismi içinizden tekrarlayın.
Tanışma faslında işitsel hafızamızı kullanabileceğimiz son basamak ise, vedalaşırken, tanıştığımız kişiye ismiyle hitap etmektir.
İşitsel hafızamızı kullandığımız bu basamakları izlerseniz, ister istemez karşınızdaki insanın ismine yoğunlaşmış olursunuz. Bunun sonucunda, hedefinize yarı yarıya ulaşmış olursunuz. Hedefinize tamamen ulaşmak istiyorsanız, görsel hafızanın yardımını almanız da gerekir.
İşitsel hafızayla ilgili söylediklerimizi toparlayacak olursak;
Dinle. Tekrarlat. Manâsını sor.
Konuşurken kullan. İçinden tekrarla. Vedalaşırken kullan.

3) Görsel Hafıza
Daha önce de söylediğimiz gibi, görsel hafıza işitsel hafızadan çok daha kuvvetlidir. Görsel hafızamızın özelliklerini kullanarak karşımızdaki insanın ismini çok daha kolay biçimde hafızamıza alabiliriz.
isimler hafıza sistemine göre üç kategoriye ayrılır: :
a) Bildiğimiz bir anlamı olanlar, 1
b) Bildiğimiz bir anlamı olmasa da bize bir şeyler hatırlatanlar,
c) Bildiğimiz bir anlamı olmayan ve bize bir şeyler hatırlatmayanlar,
Bildiğimiz bir anlamı olan isimleri akılda tutmak kolaydır. Örneğin; Gül, Aslan, Deniz, Savaş, Ateş, Lale, Sarp, Umut gibi isimlerin herkesin bildiği bir manâsı vardır. Bu isimleri hafızamıza alırken manâlarını düşünmemiz ve böylece onları somutlaştırmamız kolaydır. Manâsını bilmediğimiz ancak bize birşeyler hatırlatan isimlerde de yine bir kolaylık vardır. Mükremin, Sadri, Süleyman, Şamil, vs.
Mükremin diye bir dostum vardı, bana bir gün şöyle dedi: "Yıllarca ismimi insanların doğru söylemesi için uğraştım durdum. Ne zaman ki Mükremin Abi diye biri çıktı, ondan sonra ben rahatladım."
Mükremin'i Mükremin Abi ile, Sadri'yi İbrahim Sadri ile, Süleyman'ı Süleyman Demirel ile hatırlayabilirsiniz. Şamil isminde biriyle tanıştığınızda ise onu Şeyh Şamil'e benzetip Kafkas giysileri giymiş bir şekilde hayâl edebilirsiniz.
Asıl zor olan, bildiğimiz bir anlamı olmayan ve bize bir şeyler hatırlatmayan isimlerdir. İsimlerin büyük bir kısmı bu gruba girer. Bu gruptaki isimlerden biriyle karşılaştığınız zaman yapacağınız ilk şey, size o ismi çağrıştıracak, sizin için bir anlam ifade eden yeni bir deyim veya sözcük bulmaktır.

Örneğin, Hayrettin isimli biriyle karşılaştığınızda bu kişiyi sürekli "hayır yapan" bir kişi olarak düşünürseniz, bu ismi hatırlamanız kolaylaşacaktır.
Bütün isimlerin somut bir çağrıştırıcısı bulunabilir veya bizim için bir anlam ifade eden kelimelere bölünebilir. Bu kelimeler çok gülünç ve abartılı olabilir. Olsun; ne kadar iyi, ne kadar ilginç kelimeler bulursanız, isimler o kadar çok aklınızda kalır.
İsmail isminde biriyle karşılaştığınızda bu ismi İs-mail olarak ikiye böler ve bu kişinin isli bir bilgisayardan size e-mail attığını düşünebilirsiniz.
Cemil ismini Cem ve il diye ikiye ayırabiliriz. Cem, toplamak demektir. Cemil'in tüm illeri toplayıp birleştirdiğini ve bu birleşmiş illerde bir tepede oturduğunu düşünebilirsiniz.
Bulduğunuz deyim veya sözcük asıl kelimenin tam sesini vermeyebilir. Bunun pek bir önemi yoktur.
İsmin sadece ilk kısmını hatırlamanız, ismin tamamını da size hatırlatacaktır. Örneğin, Erkut isminde birine asker kıyafetleri giydirirseniz, muhtemelen onu hatırlarsınız. Ancak bu erin Akut ekibinde çalıştığını ve insanları göçük altından çıkardığını düşünürseniz, hatırlamanız daha kolay olur.
Gördüğünüz gibi, her isim bir anlam ifade edecek şekle sokulabilir. Pek çok isim benzer hecelerden oluşur. Örneğin, "er", "şen", "men", "ay",... vb. gibi
Bunların herbiri için ayrı hayâl kurun ve bunları sürekli kullanın. Bir ismi işittiğinizde aklınıza ilk gelen çağrışımı bulun ve bunu kullanın. Daha sonra yapacağınız şey, bu çağrışımla karşınızdaki insanın yüzü arasında bir ilişki kurmaktır. Bu ilişki için alın, burun, kulaklar, gözler, dudaklar, çene, yüzdeki sivilceler sizin için abartılı örnekler oluşturabilirler. Karşınızdaki insanın yüzünde dikkat çekici bir özellik ararken, ayrıca o insanın yüzüne ve ismine de konsantre olmuş olursunuz.
Örneğin, Ahsen isimli çatık kaşlı bir bayanla tanıştığınızda bu bayanın önüne gelen herkesi payladığını ve bunu yaparken de "Ah seni seni!" dediğini akıl gözünüzle görün. O insanla tekrar karşılaştığınızda onun çatık kaşlarını görünce ismini rahatça hatırlarsınız.
Görsel hafızayla ilgili bütün bu söylediklerimizi özetleyecek olursak; görsel hafıza:
| İsmi somutlaştırır, çağrıştırır.
Yüzün £ "klerini inceler.
| ismi cağrıştırdığınız kelimeyle yüz arasında ilişki kurar,
| Özelliği ilginç hale getirir.

Albüm ve Defter Tutma
Bu son aşama size biraz abartılı gelebilir. Ama eğer bu işe çok önem veriyorsanız, lütfen söyleneni yapın.
Tanıştığınız kişilerden mutlaka bir kartvizit almaya çalışın ve bunları tutacağınız bir kartvizit albümüne koyun. Ancak bu kartvizitin üzerine mutlaka o kişiyle ne zaman, nerede, ne

sebeple tanıştığınızı yazın. Yoksa bir süre sonra elinizde yüzlerce işe yaramayan kartvizit birikmiş olur. Bu arada sizin de yanınızda mutlaka bir kartvizitiniz olsun ve siz de kartvizitinizi, tanıştığınız kişiye verin. Böylece onun da sizi hatırlamasını sağlarsınız.
Eğer bu işe çok önem veriyorsanız, son olarak size bir defter tutmanızı önereceğim. Her gün tanıştığınız kişilerin isimlerini, tanışma şeklinizi ve tanışma yerinizi yazacağınız bu deftere, arzu ederseniz, tanıştığınız kişilerin birer karikatürünü de çizebilirsiniz. Bu çizimlerin çok mükemmel olması şart değil. O kişinin bazı özelliklerini, çizdiğiniz resimde abartılı bir şekilde göstermeniz, bir dahaki karşılaşmanızda o kişinin ismini rahatlıkla hatırlamanızı sağlar.
Size isimleri hafızaya almakla ilgili bir sistemi tanıttık. Her sistemde olduğu gibi bu sistemin de çıraklık, kalfalık ve ustalık basamakları vardır. Çıraklık devresi en zor devredir. Çıraklığı aşıp kalfalığa başladığınızda, yaptığınız işten büyük bir zevk almaya başlarsınız.
Bir müddet sonra birçok insanın ismini hafızanıza aldığınızı görüp, beyninizin gücüne şaşırırsınız.
Ustalık aşamasında ise herşey otomatikleşecektir Siz arcesitii bağlantıları nasıl kurarım diye düşünmek yerine, yüz- ismi hafızanıza alıp, farklı olmanın keyfini çıkaracaksınız.
Ancak bu söylenenleri yapmaya başlayın. Bu çalışmakla olur.
| dergi ve gazetelerdeki resim Kesmiş olduğunuz resimleri kullânabilirsiniz. onlara çeşitli adlar yazın.
öylece okumayın, hemen pratik yapın.
iyi yarken başlangıç olarak
Sonra kendinizi test edin. Göreceksiniz, az zamanda çok işler başaracaksınız.
İsminin hatırlanmasının, insanlar üzerindeki etkisi çok fazladır. Çünkü, her insanın ismi kendisi için önemlidir. Hâl böyle olunca, ismi hatırlanan kişi kendisini önemli hissetmekte, karşısındakinin kendisine farklı bir değer verdiğini düşünmekte ve o da buna, hem de severek karşılık vermek istemektedir. Böylece, insanlar hem mutlu olmakta, hem de güzel diyalogların ve gelişmelerin kapısı açılabilmektedir.
İsimlerin hatırlanmasının, insan hayatının bütün alanlarına yansımaları vardır. Bu, iş hayatında da kendisini gösterir. Örnek verecek olursak, günümüzdeki en başarılı şirketler, müşterilerinin isimlerini personeline ezberleten şirketlerdir.
İsim ve yüzleri hafızaya alma tekniğini kavrayıp uyguladığınız takdirde, bunun günlük hayatınızın çeşitli alanlarına yansımalarını kısa ve uzun vâdede çok açık bir şekilde göreceksiniz.

İSİMLERLE BİRLİKTE SOYADININ HAFIZAYA ALINMASI
Tanıştığınız kimsenin adı ile beraber soyadını da hafızanıza almak istediğinizde, yine aynı metodları uygulayacaksınız'.

Yapacağınız iş, isme ait hafıza resmine, soyadına ait hafıza resmini de ilâve etmektir. Bunun örneklerini vereceğiz.
Bu sistemi dünya hafıza şampiyonları, bu konuda başarılı kimseler çok iyi kullanmaktadırlar.
İsimleri hatırlamak için, hemen her isimle ilgili kelime ve hayâlleriniz hazır olmalı ve sürekli pratik yapmalısınız.
Bilgileri görselleştirip hafızanıza aldığınızda ve bunu hayatınızda bir alışkanlık hâline getirdiğinizde hafıza kapasiteniz muhteşem hâle gelecek ve âdeta isimleri unutmayı unutur hâle geleceksiniz.
İSİM-YÜZLERİN HATIRLANMASI İLE İLGİLİ ÖRNEKLER
Aşağıdaki müdür, öğretmen ve ilkokul öğrencilerinin isimleriyle resimleri arasında ilişkiler kurulmuştur. Bu ilişkileri incelerken siz de daha değişik bağlantılar kurmaya çalışın.
Kemal Bulut
(Müdür)
Fuat Sünger
tfff
(Öğretmen)
Sinan Camcı Hasan Morgül Cüneyt Taşçı
Kemal Bulut (müdür): Kemal kelimesini kum al ile çağrıştırabiliriz. Kemal Bey'in gözlüğüyle bulutlardan kum aldığını hayâl edebiliriz.
Fuat Sünger (öğretmen): Fuat kelimesini Fırat ile çağrıştırabilir, saçlarını da süngere benzetebilir, Fuat Bey'in Fırat Nehri'nden sünger çıkardığını hayâl edebiliriz.
Selva Çanak: Helva yiye yiye yanaklarının çanak gibi olduğunu düşünebiliriz.
İnci Süpürgeci: Bu öğrencinin saçlarının süpürge, gözlerinin iki büyük inci olduğunu düşünebiliriz.
Ayşe Kaya: Ayşe'yi kaşe ile çağrıştırıyoruz. Ayşe'nin çok geniş olan alnına bir kaya ile kaşe bastığımızı hayâl edebiliriz.
Sinan Camcı: Sinan ismini Mimar Sinan ile çağrış- tırabiliriz. Mimar Sinan'ın mimarlığı bırakıp gözlük camı yaptığını düşünebiliriz.
Hasan Morgul: Hasan ismini sazan balığı ile çağrıştırabiliriz. Bu kişinin dudaklarında mor bir gül açıldığını, ortasından da bir sazan balığının fırladığını düşünebiliriz.
Cüneyt Taşçı: Cüneyt ismini ünlü artist Cüneyt Arkın ile çağrıştırabiliriz. Alnında kocaman bir taş olduğunu ve düşmanlarla bu taşla dövüştüğünü hayâl edebiliriz.

isim - Yüz Testi
Şimdi de, anlatılan teknikleri uygulayarak, aşağıda resimleri görülen müdür, öğretmen ve ilkokul öğrencilerinin isimlerini, resimlerin altlarına yazın.

AFACAN ÇOCUK

Bir toplulukta arkadaşlar arasında sohbet ediyorduk. Söz arasında, oradaki 5 yaşlarındaki bir çocuğun isimleri hiç unutmadığını söylediler. Çocuğu yanımıza çağırdık. Arkadaşlar, çocuğa ikinci adım olan Habib'i söyleyince çocuk hemen, "Aaa! Habib, biip biiip!" dedi. Anladım ki, çocuk herkesin ismini böyle komik şeylerle çağrıştırıyor; farkına bile varmadan bir hafıza tekniğini uyguluyor, böylece hiç unutmuyor.
Çocuğu tam test etmek için yanyana dizildik ve isimlerimizi söylemesini istedik. Hepimizin ismini doğru olarak söyledi; fakat içimizden bir kişinin ismini söyleyemedi. Ben hemen, o isimle iyi bir ilişki kuramadığını düşündüm. Yanılmışım. Çocuk, o kişinin isminin söylenmediğini söyledi.
Hafıza ile ilgili okuduğum bazı kitaplarda, büyük hafızaların da bu teknikleri kullandığı yazıyordu. Bu olay, o bilgiyi pekiştirmem için bana iyi bir örnek oldu.
Teknik kolay: "Habib, biip biiip!"
Muhammed Maraşlı

NE KADAR DA ÇOK DEĞİŞİK İSİMLİ KİŞİ KİŞİ VARMIŞ!

Adapazarı, Anadolu turunda, isim-yüzleri ilk defa hafızaya aldığımız şehir. Heyecanlıyız. İsimleri hafızaya almak, atasözü ve vecizeleri hafızaya almaya da benzemiyor. Ata- sözü ve vecizelerde hata yapsak yine bir türlü ama, isimleri hatırlayamamak, insanı, günlük hayatta olduğu gibi, karşıdaki insana karşı biraz mahcup ediyor.
Fakat biz, en uzun yolculuklara bile ilk adımla başlanacağının farkındaydık ve ilk denememizi Türkiye'nin bu güzide şehrinde yaptık. Sanırım başarılı da olduk. Salonda ilk iki sıradaki kişilerin isimlerini hafızamıza alıyorduk. Fakat söylenen isimlerin çoğu, alışageldiğimiz isimlerden değildi. Kimi Ahmet, Mehmet diyor, ama kimisi de Abdülcabbar, Abdüllâtif gibi günlük hayatta sıklıkla karşılaşmadığımız isimler söylüyordu. Kendi kendime dedim: "Ne kadar da çok değişik isimli kişi varmış!"
Ama, isimlerin ilginç olması bizim işimizi kolaylaştırıyordu. Daha sonra öğrendik ki; meğerse onlar, bizi şaşırtmak için kendi isimleri yerine, zor olduğunu düşündükleri başka isimler söylemişler.
Abdullah Maraşlı

HANGİ TEKNİK?

Karabük'te bir hafıza eğitimi seminerimde çok ilginç bir olay yaşadım. TED Koleji'nde yaptığımız eğitimde öğretmenler, öğrenciler ve çeşitli meslekten birçok kişi .vardı. Küçüklü büyüklü bu gruba en son isimler ve yüzler konusundaki teknikleri öğrettim ve uygulamalara geçtik. Önce salondakiler isimlerini söyledi ve herkes, öğrettiğim tekniklerle isimleri hafızalarına aldılar. Daha sonra seminere katılan kişilerden birini ortaya çıkarıyor ve özellikle yaşı küçük olanlara, o kişinin ismini soruyor ve hangi teknikle hafızasına aldığını

soruyordum. Şükrü Bey adlı kişiyi ortaya çağırdım ve kimlerin bu ismi hafızasına alabildiğini sordum. Orta 1'e giden bir çocuk parmak kaldırınca hoşuma gitti ve ona sordum: "Nedir bu amcanın ismi?" Çocuk hiç tereddüt etmeden, "Şükrü" dedi. Çok sevinmiştim; küçücük bir çocuk bile dev tekniklerle başarı gösterebiliyordu. Çocuğa sordum: "Bunu yaparken hangi tekniği kullandın?" Verdiği cevap tüm salonu kahkahaya boğdu: "O benim babam!"
Oğuz Saygın

YIKILMADIM, AYAKTAYIM
Bir gece İktisat Bankası çalışanlarına, Boğaz'daki mükemmel eğitim tesislerinde küçük bir seminer verdim. Seminer sonunda bir hafıza gösterisi yaptım. Ancak, bu gösteriden önce hepsinin isimlerini hafızama aldım ve onlara isimleri ile hitap ettim. Çok şaşırdılar. Çalışanlardan birinin Asya Finans'ta bir arkadaşı varmış ve onlara benden bahsetmiş. Asya Finans'ın insan kaynakları müdürü sayın Mahmut Bey ile birkaç görüşmemizden sonra Asya Finans'ta eğitim seminerim kabul edildi ve eğitimin yapılacağı sabah, tüm müdürler ve üst yönetim oradaydı. Her ne kadar NLP başarı ve motivasyon semineri olsa da, herkes benden bir isim show yapmamı bekliyordu. Ben de onlarla tanışırken herkesin ismini hafızama almaya çalışıyordum. Seminer başlamadan önce herkes yerine oturdu. Ben insan kaynakları müdürü Mahmut Bey'e döndüm ve ona şöyle seslendim: "Hasan Bey!" Arkadan bir ses duyuldu: "Hocam, Hasan değil Mahmut!" Salonda buz gibi bir hava esti. Ben defalarca görüştüğüm bir kişinin ismini yanlış söylemiştim. Bir an yıkıldığımı hissettim ama NLP tekniklerine göre her problemin harika bir yanı vardı. Salonda çıt çıkmıyordu, bir an durdum, kendimi topladım ve şöyle söyledim: "Arkadaşlar, ben bugün size başarı ve motivasyon konusundaki NLP tekniklerini anlatmak için geldim. İnsan kaynakları müdürünüz sayın Mahmut Bey'in ismini yanlış söyledim. NLP'ye göre, başarısızlık diye bir şey yoktur, sadece sonuçlar vardır. Bakın, ben yaptığım hatadan dolayı yıkıldım mı!.. Salonda müthiş bir alkış koptu ve ben durumu kurtardım. Aslında yıkılmıştım...
Oğuz Saygın

4. BÖLÜM
EGTM-GRETM HAYATINDAKİ UYGULAMALARDAN ÖRNEKLER
Ne kadar bilirsen bil, Anlatabildiklerin, karşıdakinin anlayabildiği kadardır.
Mevlânâ
HANGİ YAZARIN HANGİ KİTABI VE KAÇINCI SIRADA?
£Şimdi, bu sistemi öğrenim hayatlarında nasıl kullandıklarını bizzat öğrencilerimin dilinden dinleyelim.
Öğrencim Abdullah Maraşlı anlatıyor:
Şu verilen çivi tekniğini biraz uçuk, hatta gereksiz, şova dönük bir şey diye düşünebilirsiniz. İlk bakışta, bu

düşüncenizde haklı gibi gözüküyorsunuz. Fakat biz bu teknikleri eğitim-öğretim hayatının içine daha çok sokmaya, bu alanlarda daha bir uygulanabilir hâle getirmeye ve uygulamaya çalıştık.
Bu uygulamalarla ilgili bazı örnekler vermek istiyorum:
Türkçe derslerinde çok çıkan bir soru tipi var: Şu, şu, şu kitaplar hangi yazara aittir? Geçenlerde bir yazılı olduk. Yine böyle bir soru çıktı. İmtihana, hafıza çalışmaları sırasında öğrendiklerimden de faydalanarak bulduğum değişik bir teknikle, yazarlar ve kitapları arasında ilişki kurarak hazırlanmıştım. Tekniği bir örnek üzerinde anlatayım:
Refik Halid Karay'ın eserlerinden birkaç örnek:
1. Memleket Hikâyeleri
2. Sürgün Hikâyeleri l
3. Kirpinin Dedikleri
4. Anahtar
5. Çete
ilişkileri ise şöyle kurdum:
1'in çivisi bağ. Bir kara ayın, bağda üzüm yiye yiye çocuklara memleket hikâyeleri anlattığını düşünüyorum.
2'nin çivisi kar. Bir kara ayın' sürgünde kar yağarken etrafındakilere hikâyeler anlattığını hayâl ediyorum.
3'ün çivisi çıra. Kara ayın, "kirpinin dedikleri"ni arkadaşı "çıra"ya bir bir anlattığını beynimde tasavvur ediyorum.
4'ün çivisi tır. Kocaman bir tırın kapıyı anahtar yerine kara ay ile açtığını hayâlimde görüyorum..
5'in çivisi nar. Nar çetesiyle kara ay çetesinin kavga ettiğini düşünüyorum.
Bu sistemi uyguladığınızda artık bütün yazarların kitaplarını, sırası da dâhil, yazarıyla birlikte hafızanıza alabilirsiniz.
Abdullah Maraşlı

HAFIZA ÇİVİLERİ VE BİR HİKÂYE
"İngilizce "Okuma Dersi"nde ders işleyişimiz şöyle: Bir kitabı, bölüm bölüm hem sınıfta, hem evde okuyoruz. Daha sonra da gruplar halinde tahtaya çıkıp anlatıyoruz.
Yine birgün, daha önce okuduğumuz kalınca bir hikâye kitabının anlatımını yapacaktık. Fakat ben bu defa, öncekilerden farklı bir şekilde, hafıza tekniklerini kullanarak hazırlanmıştım.
Önce, hikâyenin can alıcı noktalarını, hafıza çivilerine sırasıyla yerleştirdim.
İlk önemli gördüğüm yer; hikâyenin kahramanı olan fakir çocuğu, zengin bir insanın acıyıp konağına almasıydı.
İkinci önemli yer, bu fakir çocuğun hırsızlarca konaktan kaçırılmasıydı.
Üçüncü önemli yer ise, çocuğun meçhul bir adam tarafından hırsızların elinden kurtarılmasıydı.
Önemli noktaları dört, beş, altı,... diyerek böylece tesbit ettim ve hafıza çivileriyle de şu şekilde hafızama aldım:

1'in şifresi bağ. Bu çocuğun himaye edildiği konağın kocaman bir salkım üzüm olduğunu hayâl ediyorum. Çocuk da bu üzüm yığını içine giriyor.
2'nin şifresi kar. Çocuğun kardan adamlar tarafından kaçırıldığını hayâlimde canlandırıyorum.
3'ün şifresi ise çıra. Bir çıranın hırsızları ateşle korkutup kaçırdığını ve çocuğu kurtardığını düşünüyorum.
Hikâyenin devamını da aynı yolu takip ederek hafızama aldım. Hoca beni kaldırdığında, hikâyeyi bu çivilere baş vurup sırasıyla anlattım. Sonuçta, hiçbir atlama yapmadan, pürüzsüz ve güçlü bir anlatım ortaya çıktı.
Abdullah Maraşlı

ÇOK SAYIDA ATASÖZÜ, VECİZE VE
CÜMLELERİN HAFIZAYA ALINMASI
Yine Abdullah Maraşlı anlatıyor:
"Hafıza çivileri yardımıyla atasözlerini, vecizeleri, cümleleri ve pasajları hafızaya almak mümkün. Fakat, her yerde olduğu gibi burada da, kolaydan zora doğru bir yol takip etmek lâzım. Çok bilinen atasözü ve vecizelerden zor atasözlerine, arkasından vecizelere, cümlelere, pasajlara, paragraflara ve sayfalara doğru... Bizim takip ettiğimiz yol da bu.
Hafızaya nasıl aldığımıza gelince... Çok bilinen atasözlerini ve vecizeleri hafızaya alırken izlediğimiz yol şu: Sözün içinden bir anahtar kelime buluyor ve o anahtar kelimeyle sözün bulunduğu sıranın şifresi arasında ilişki kuruyoruz. Meselâ, meşhur atasözlerinden, "Sakla samanı, gelir zamanı." Buradaki anahtar kelime, bana göre saman (Size göre başka bir kelime olabilir). Bu atasözünün 1'inci sırada olduğunu düşünelim ve 1'in şifresi olan bağ ile saman arasında olağanüstü, çarpıcı, ilginç bir ilişki kuralım:
Bir gün samanlığa baktığımızda, sakladığımız samanların bağdaki kara üzümlere dönüştüklerini görüyoruz. 1'inci sıradaki atasözüyle ilgili senaryoyu kurduk. Diğer atasözlerini de, anahtar kelimeleri ile bulundukları sıraların şifreleri arasında ilişkiler kurarak kolaylıkla hafızamıza alabiliriz.
Zor atasözü ve vecizeleri hafızamıza alırken izleyeceğimiz yol ise, vecizenin veya atasözünün manâsıyla bulunduğu sıranın şifresi arasında ilişki kurmak. Kolay atasözleri ve vecizelerde de bunu yapmak mümkün, fakat bence gerek yok.
"Kitapları değil, kitapların içindekileri kafanda topla."
Bir örnek daha verelim. Vecizemiz: "Kitapları değil, kitapların içindekileri kafanda topla." 2'nin şifresi olan kar ile bu vecize arasında olağanüstü bir ilişki kuracağız. Gökten kar hâlinde kitaplar yağdığını ve bunların kafamın içine girdiğini hayâl ediyorum. Fakat kar olduklarından girer girmez dağılıyorlar. Ben de, dağılmasınlar diye, kitapları değil, içindeki harfleri birer birer kafama yerleştiriyorum. Hayâlimizi kurduk. Sorulduğunda, çivisine başvurup bu vecizeyi aklımıza getirebiliriz.

Hafızada yaptıklarımız, asla kuru bir ezber değil. Her uygulamanın arkasında renkli, zengin bir senaryo var. Düşünce, hayâl ve beş duyu devreye giriyor. Mark Twain, "Eğitim kafayı geliştirmektir, hafızayı doldurmak değil." diyor. Bizim uygulamalarımız da o yönde.
"Amaaan, bu kadar uzun şeylerle kim uğraşacak!." diye düşünmeyin. Anlatması uzun, fakat uygulaması çok hızlı. Çünkü, insan beyni öyle yaratılmış ki; en
gelişmiş bilgisayarlar bile arkasın- dan nal bile değil, ancak toz topluyor.
İki atasözünü beraber yaptık. Bundan sonraki sekiz taneyi de siz deneyin.
3. Güneş balçıkla sıvanmaz.
4. Anlayana sivrisinek saz, anlamayana davul zurna az.
5. Bir fincan kahvenin kırk yıl hatırı vardır.
6. Tencere dibin kara, seninki benden kara.
7. Bir mıh bir nal kurtarır, bir nal bir at kurtarır.
8. Yuvarlanan taş yosun tutmaz.
9. Önce eşeğini sağlam kazığa bağla, sonra Allah'a tevekkül et.
10. Ağaç yaşken eğilir.

GENÇ SÜRÜCÜLERE ÖĞÜTLER
Muhammed'in aşağıda anlatacağı uygulama, orta 1'den. Şimdi ise orta 2 öğrencisi Muhammed anlatıyor:
"Aslında âbim yukarıdaki bölümde işin özünü vermiş. Ben biraz daha ayrıntılara inerek, bu teknikleri eğitim-öğretim hayatında nasıl kullandığımı anlatmaya çalışacağım.
-alışmak hayat, düşünmek ışıktır.
Victor -Hugo
Trafik dersinde, Genç Sürücülerin Uyması Gereken Kurallar konusunu işliyorduk. Bu konu, trafik kitabında 20 maddeyle açıklanmıştı. Öğretmenimiz de maddeleri öğrenmemiz için bize 15 dakika süre verdi. Bu maddelerin hepsini bir defa okuyarak, hafızama aldım.
Yukarıda da anlatıldığı gibi, cümleleri hafızaya alırken; anahtar kelime veya cümlelerin anlamlarıyla hafızaya alma metodları kullanılır. Ben bu maddeleri anahtar kelime metoduyla hafızama aldım. Onun için, maddelerde seçtiğim anahtar kelimeleri de ayrı bir karakterle belirtiyorum.
Konu: Genç Sürücülere Öğütler
1. Araçların bakımını zamanında ve titizlikle yapın.
2. Hergün aracınıza binmeden aracınızın kontrolünü yapın.
3. Araçlarınızda bulundurulması gereken ve güvenliğinizin vazgeçilmez birer parçası olan (yangın söndürme cihazı, ilk yardım çantası, çekme halatı, kışın zincir gibi) malzemeleri aracınızda hazır bulundurun.
4. Araçların iç ve dış temizliğine önem verin.
5. Emniyet kemerinizi mutlaka takın ve taktırın.
6. Alkollü olarak araç kullanmayın, alkollü kişilere de aracınızı teslim etmeyin.

7. Yorgun ve uykusuz araç kullanmayın.
8. Şehir içinde belirtilen hız sınırına mutlaka uyun.
9. Kavşaklarda dönüş kurallarına mutlaka uyun.
10. Yolcu almak maksadıyla aniden durarak, trafik akışını tehlikeye düşürmeyin.
11. Oturacak yer sayısından fazla yolcu almayın.
12. "Çocuk çıkabilir" diyebileceğiniz yerlerde yavaş ve dikkatli olun.
13. Park yasağı olan yerlere araç park etmeyin.
14. Aracınızın taşıyabileceği kadar yük alın.
15. Hatalı sollama yapmaktan kaçının.
16. Aşınmış lastiklerle yola çıkmayın.
17. Kış aylarında zincir, takoz ve çekme halatınız olmadan trafiğe çıkmayın.
18. Kasa ve damperler üzerinde insan taşımayın.
19. Kara yollarında belirtilen hız sınırına uyun.••;'.
20. Gereksiz yere sol şeridi kullanmaktan kaçının.

Bu maddelerin hepsinin nasıl hafızaya alındığını tek tek anlatmak çok uzun olacağından sadece birkaç örnek vereyim. Şimdi birkaç maddeyi ele alalım.

1'inci madde;

Araçların bakımını zamanında ve titizlikle yapın.

Birinci çivimiz bağ, anahtar kelimemiz ise bak kelimesiydi. Bağ ile bak arasında abartılı, komik, ilginç, büyük, olağanüstü,... bir hayâl kuracağız.

Aracımıza gözle bakmak yerine iki tane kocaman üzüm salkımıyla bakıyoruz. Salkımların önünde iki tane çalar saat var. Saatler "zıırrr" diye çalıyor. Hayalimizdeki üzüm salkımlarıyla aracımıza bakmak bize aracın bakımını yapmayı, saatler ise bakımı zamanında yapmayı anlatıyor.

2'nci madde:

Her gün aracınıza binmeden aracınızın kontrolünü yapın.

İkinci çivimiz kar, anahtar kelimemiz ise kontrol kelimesiydi. Gökten kar yerine kontrol kalemi yağdığını düşündüğümüzde olay bitecektir. Alın size unutulmayacak bir hayâl daha.

5'inci madde:

Emniyet kemerinizi mutlaka takın ve taktırın.

Beşinci çivimiz nar, anahtar kelimemiz ise emniyet kemeri idi. Yanımızda oturan kişinin emniyet kemeri takmak istemediğini, onun için yüzüne kocaman bir nar attığımızı ve suratında nar tanelerinin dağıldığını düşünebiliriz.

Ben burada üç maddeyi hafızama aldım. Örneklere bakarak diğerlerini de siz hafızanıza alabilirsiniz. Böylece kendinizi denemiş olursunuz.

DERSİMİZ KİMYA

Kimya dersinde metallerin ortak özelliklerini bir defa okuyarak Temel Hafıza Çivileri yardımıyla hafızama almıştım. Birkaçını nasıl hafızama aldığımı örnek olarak açıklayayım.

Metallerin Ortak Özellikleri:

1. Oda sıcaklığında cıva hariç hepsi katıdır.

2. Metallerin kendilerine özgü parlaklıkları (metalik parlaklık) vardır.
İkinci şifremiz kar. Şimdi kar ile metalik parlaklık arasında olağanüstü, ilginç, farklı,... bir ilişki kuracağız. Gökten yağan karların metal renginde olup parladığını düşünebiliriz.
3. Isı ve elektriği iyi iletirler.
Üçüncü kodumuz ise çıra. Çıra ile ısı ve elektrik arasında bir ilişki kuracağız. Elektrik tellerinin çıralardan oluştuğunu ve sokakları ısıttığını düşünebiliriz.
4. Kolaylıkla tel ve levha haline getirilebilirler.
Son olarak dördüncü maddeyi örnek verelim. Dördüncü şifremiz tır. Tır ile tel ve levha arasında bir ilişki kuracağız. Bir tırı ellerimizin arasına alıp ezdiğimizi ve tel haline getirdiğimizi, daha sonra değiştirip levha haline getirdiğimizi düşünebiliriz.
5. Genellikle erime ve kaynama noktaları yüksektir.
6. Oda koşullarında tek atomludurlar.
7. Kimyasal tepkimelerde yalnız elektron vererek pozitif yüklü iyon oluştururlar.
8. Oksitleri su ile birleştirerek bazları oluşturur.
Anlaşılması kolay olsun diye kolay örnekleri açıkladık. Seviye yükseldikçe zor görünenler de kolaylaşır.
Geçenlerde, Din Kültürü ve Ahlâk Bilgisi imtihanına hazırlanırken de, her birisi bir veya birkaç cümleden oluşan 30 maddeyi temel hafıza teknikleriyle bir defada hafızama aldım. 5'i sınavda çıktı, rahatlıkla yaptım."
Abdullah Maraşlı

282 İNGİLİZCE KELİME
İngilizce'de ve bütün yabancı dillerde problem olan "kelime unutma"yı hafıza tekniklerini kullanarak en aza indirebiliriz. Geçenlerde İngilizce dersinden sınav olacaktık ve iyi not alabilmek için, konudaki 282 kelimeyi mutlaka öğrenmem lâzımdı. Önce, bilmediğim kelimelerin bir listesini çıkardım. Sonra hafıza tekniklerini kullanarak kelimeleri birer birer ezberledim. Birkaçını örnek olarak anlatayım:
Bundle (bandıl): Bohça, paket. "Bandıl"ı "bandır" olarak aldım. Kocaman bir bohçanın baldan olduğunu hayâl ediyor ve elimdeki ekmeği bohçaya bandınyorum.
Collar (kolır): Yakalamak. "Kollar"ın bir adamı yakaladığını düşünüyorum.
Callous (kehs): Duygusuz. Duygusuz bir adamın kalas taşıdığını düşünüyorum. Çünkü "kalas" kelimesi genelde duygusuz, kaba insanlar için kullanılır.
Drag (direğ): Sürüklemek. Bir direk sürüklediğimi düşünüyorum
Expense (ekspens): Masraf. Eve bir ek pense daha alıp gereksiz masraf yaptığımı düşünüyorum.
Prize (pırayz): Ödül. Şampiyona ödül olarak priz verdiklerini düşünüyorum.
Shield (şiyıld): Kalkan. Ödül olarak verilen şildi kalkan olarak kullandığımı hayâl ediyorum.

Okul kütüphanesinde arkadaşımla beraber 60 kadar İngilizce kelimeyi hafızamıza alıyorduk. Bu tekniği nasıl kullandığımı ona da anlattım. Kelimeleri birlikte hafızamıza almaya başladık. Sürekli şaşkınlığını ifade ediyor, bu kolaylık karşısında sevinçten âdeta havalara uçuyordu.
Bu tekniği kısaca anlattığım başka bir arkadaşım ise, çağrışım sistemini Almanca'da da kullanmaya başladı ve şu anda bu sistemden çok faydalanıyor.

AKROSTİŞLER
Akrostiş Nedir?
Bir bilginin hatırda tutulabilmesi için, ilgili kelimelerin baş harflerinden oluşan kelime ya da anlamsız harfler grubuna akrostiş denir.
Akrostiş Örnekleri
Dünyadaki tüm başarılı insanların kullandığı 4 basamaklı başarı formülü:
Karar ver.
Eyleme geç.
Sonuçları değerlendir.
Esnek ol.
Dünya'nın en uzun nehirleri MANİSA'nın içinde.
MANİSA kelimesindeki sessiz harfler, sırasıyla Dünya'nın en uzun nehirlerinin baş harflerinden oluşuyor.
Sırasıyla, Dünya'nın en uzun nehirleri:
Mississippi
A
Nil
İ
Sanırmak
A
Türkiye'nin En Uzun Nehirleri KAFES'in içinde. Yâni, KAFES'teki sessiz harfler, sırasıyla, Türkiye'nin en uzun nehirlerinin ilk harflerinden oluşuyor.
Sırasıyla, Türkiye'nin en uzun nehirleri:
Kızılırmak
A
Fırat
E
Sakarya

Ege Bölgesi'nin Dağları
Muhammed Maraşlı anlatıyor:
"Dersler, öğrencilere genelde sıkıcı gelir. Hele sözel dersler, benim için çok zevkli olsa da, bazıları için ninni gibi gelir. Fakat hafıza teknikleri bu dersleri o kadar kolaylaştırıp tatlılaştırıyor ki, insan ninni dinlemekten çıkıp zevkli bir kitap yazıyor sanki. Zevkli bir kitap yazmaya sözel derslerden başlayalım isterseniz. Meselâ coğrafya dersinde konuları nasıl hafızaya alıyoruz?
Konumuz Ege Bölgesi'nin Dağları.

Tek tek sayacak olursak; Kaz, Madra, Yunt, Murat, Bozdağlar. Bunları ard arda tekrarlayarak da öğrenebiliriz. Fakat bu öğrenme ne uzun süreli, ne de kalıcı olur. Bir de hafıza tekniğiyle öğrenelim:
Bir KAZ ağzına BAMYA almış, yavrularına götürürken önüne çıkan MUMa tekme atarak ilerliyor. Buradaki KAZ, Kaz Dağı'nı, BAMYA ise Bozdağlar, Aydın, Murat ve Yunt dağlanndan oluşan bir akrostişi belirtiyor. Kısaca açıklayalım:
B — Bozdağlar
A — Aydın Dağları
M — Madra Dağı
Y — Yunt Dağı
A — Joker Harf
Mum alcrostışini de açıklamak gerekirse:
M — Murat Dağı
U — Joker Harf
M — Menteşe Dağları
Hafıza teknikleriyle yapılan öğrenmenin kolaylığı ve kalıcılığı ortada. Çünkü, beş duyu, hayâller, beyin, hepsi devreye giriyor. Buna karşılık kuru ezber yoluyla yapılan öğrenme, insanı yoran ve ancak çok çalışınca meyvesini veren bir yol."

Fatih Sultan Mehmet'in Anadolu Fetihleri
Muhammed Maraşlı anlatmaya devam ediyor:
"Sosyal Bilgiler dersinin diğer bir bölümü olan tarihi ele alalım.
Konu; Fatih Sultan Mehmet'in Anadolu'da aldığı yerler. Trabzon, Sinop, Amasra, Konya. Burada da akrostiş sisteminden faydalanacağız. Bakalım bu sistemle bu konuyu nasıl hafızaya alıyoruz?
Bu yerlerin baş harfleriyle, araya bir de joker harf koyarak TAKAS akrostişini kurabiliriz.
T — Trabzon
A — Amasra
K — Konya
A — Joker Harf
S — Sivas
Fatih'in Anadolu'nun bazı yerlerini alarak Anadolu'yu güllük-gülistanlık bir hâle getirdiğini, buraya sandık sandık altınlar boşalttığını ve Anadolu'nun yüzünü güldürdüğünü, böylece güzel bir TAKAS yaptığını düşünebiliriz. Bu akrostiş sayesinde, Fatih'in Anadolu'da aldığı yerleri kolaylıkla öğrenmiş oluyoruz."
Karlofça Antlaşması
Tarih dersinde, aşağıdaki akrostişle, öğrenilmesi zor olan Karlofça Antlaşması'nı rahat bir şekilde hafızanıza alabilirsiniz. Karlofça ile Osmanlı Topraklarına LAV düştü. Zira bu, Osmanlı Devleti'nin ilk toprak kaybettiği anlaşma idi.
VENEDİK

DALMAÇYA
MORA'YI ALDI
LEHİSTAN AVUSTURYA
UKRAYNA HIRVATİSTAN'IN
PODOLYA'YI BİR '
BÖLÜMÜNÜ,
MACARİSTAN
ERDEL'İ
7 UP Lehistanhlar'ın HBB televizyo- (DM), Venedikli-
7 UP isimli meşrubatı nunda bir kuzunun ler'in,
verdiğimiz
çok sevdiklerini ve haf- "ME" dediğini parayı kabul etme-
tanın 7 günü 7 UP hayâl ediyoruz. diklerini,
ısrarla DM
içtiklerini düşünüyoruz.
istediklerini düşünüyoruz.

Marmara Bölgesi'nin Şehirleri
Coğrafya dersinde de, şu güzel akrostişle, Marmara Bölgesi'nin şehirlerini çok rahat bir şekilde hafızamıza alabiliriz:
Bir çekyat hayâl ediyoruz. Bu çekyatın kenarlarında birer tane mum var. Üzerinde de "B" şeklinde üç tane yastık var. ÇEKYAT kelimesini harflerine ayırdığımızda önümüze şöyle bir tablo çıkıyor:
Çanakkale
Edirne
Kırklareli
Yalova
Adapazarı
Tekirdağ
Üç "B" ile Bursa, Bilecik ve Balıkesir illerini; iki mum ile de "İ" harfine benzediklerinden İstanbul ve izmit şehirlerini çağrıştırıyoruz.
Bu kitabın çalışmaları son aşamaya geldiğinde Düzce il yapıldı. Bu yüzden, Marmara Bölgesi'nin şehirlerini hafızanıza alırken Düzce'yi de ilave ederek, "Düzce'de bir ÇEK-YAT" diye düşünebilirsiniz.
Gerçekten çarpıcı değil mi?

Hafıza Teknikleri Yardımıyla çarpım Tablosundan Örnekler
4 x 8 = 32
Dört sakız otuz iki dişimin arasına girdi.
5 x 5 = 25
Aferin bizim keleş.
6 x 6 = 36
Babamın bıyığı yolda kaldı.
7 x 7 = 49
Yedi yedi, kırk dokuz kilo oldu.
7 x 8 - 56
7 sakıza elli altın aldı.

5, BÖLÜM
YAŞADIKLARIM
Rüzgâr mumu söndürür, yangını alevlendirir.
Anonim
İLK HEYECAN
İki buçuk sene kadar evvel Oğuz Hoca'nın hafıza seminerine giderken Mecidiyeköy'de bir insan kaynakları fuarı düzenlenmişti. Bu fuarda Oğuz Bey'in de bir standı vardı ve fuarın konferans salonunda kısa bir hafıza tanıtımı olacaktı. Oğuz Bey kursiyerleri de bu fuara davet etti. Biz de gittik. Fuarı gezerken Oğuz Bey'in yanına vardığımızda, babam benim 20 kelimeyi hafızama alabildiğimi söyleyince, Oğuz Hoca bu tanıtımda benim de hafıza teknikleri göstermemi istedi. Kabul etmek istemedim ve, "Hocam, hata yaparsam benim için birşey olmaz ama siz zor durumda kalabilirsiniz." dedim. Israr etti ve, "Bu senin için bir fırsat" dedi. Ben de kabul ettim. Tabiatıyla heyecanlıydım. Seyirciler tarafından 20 kelime verildi. Bunlardan bazıları soruldu. Sorulanların hepsini bildim. Oğuz Bey, "Bu kadar yeter" dedi. Fakat ben, "Devam edebilirim" dedim. Bunun üzerine sormaya devam ettiler. Yine hiç hatam çıkmadı.
Arkasından Oğuz Bey'in isteği üzerine kısa bir konuşma yaptım. Bu ilk konuşmamdan birkaç cümle aktarmak istiyorum:
'Einstein da çocuktu, o da bizim gibi salıncaklarda sallandı... Fatih de çocuktu... İstanbul'u genç yaşta aldı... Onlar nasıl yaptılarsa, biz de gerçekten istersek, çok büyük şeyler yapabiliriz...' Bizim gayemiz asla alkış değil ama, bu sözlerden sonra salon alkıştan adeta yıkılmıştı.
Abdullah Maraşlı

İLKOKUL 1 ÇOCUĞUNUN SORUSU
İstanbul dışındaki ilk seminerimizi Antalya'da yapmıştık. Oradaki seminerlerimizden ikincisi bir kolejdeydi. Seminerden sonra sorular faslında, ilkokul 1'inci sınıfa giden bir çocuk söz istedi ve şöyle bir soru sordu: "Öğretmenim, dersi sınıfta anlamak mı daha iyi, evde anlamak mı?" Oğuz Bey de, "Elbette ki, sınıfta anlamak daha iyi." dedi. Çocuk da o zaman soruyu yapıştırdı: "O zaman öğretmenler niye bize bu kadar çok ödev veriyorlar?"
Abdullah Maraşlı

BOĞAZ'DA, SEÇKİN BİR KOLEJDE HAFIZA GÖSTERİSİ
Birgün Boğaz'da bir koleje, yalnız öğretmenlere verilen bir hafıza tanıtım semineri için gitmiştik. Bu seminerde ben 100 sayılık bir hafıza tekniği gösterdim. Arkasından öğretmenlerden çeşitli sorular geldi. Oğuz Hoca bu sorulara benim cevap vermemi istedi. Öğretmenler İstanbul'un en seçkin öğretmenlerindendi. Elimden geldiğince tatmin edici cevaplar vermeye çalıştım. Herhalde etkili oldu ki; Oğuz Hocam ertesi hafta aynı öğretmenlere başka bir konuda seminer vermek için davet edildi.

Bu seminer sırasında sorulan sorular beni çok terletti ama, seminer bittiğinde ekibimiz başarının mutluluğunu yaşıyordu.
Abdullah Maraşlı

ANTALYA'DAN ERZİNCAN'A
Anadolu turuna yeni çıkıyoruz. Önümüzde önce Antalya, sonra Erzincan var. Daha yola çıkmamışız. İstanbul'da hava soğuk. İliklerimize kadar üşüyoruz. Üzerimizde montlar var ama, soğuk mont filan dinlemiyor. Neyse, yola çıktık. Antalya'ya vardığımızda boğucu bir sıcakla karşılaştık. Hemen montları üzerimizden attık. Bu sıcak Anadolu şehrinde çok güzel seminerler oldu.
Oradan Erzincan'a geçtik. O kibar, sade, havası soğuk, insanları sıcak Erzincan'a. Evet, Erzincan'a gelişimizin ikinci günü kar yağdı. İnsan bu kadar değişik iklimi birkaç günde yaşayınca bir tuhaf oluyor. Orada da çok güzel bir seminer oldu.
Kelimeleri ben hafızaya alıyordum. Daha yeniyiz. İlk söylenen "nerokloroji" gibi zor bir kelime oldu. Oğuz Bey zorlanacağımı düşünüp, "Başka bir kelimeye geçelim." dedi, ama ben ısrar ettim ve bu zor kelimeyi şu hayâli kurarak hafızama aldım: Anneannemin "Nerde Klorak? Nerde Klorak?" (Klorak, bir çamaşır suyu markasıdır) diyerek çamaşır suyunu aradığını düşünüyorum. Anneannem çamaşır suyunu bulduğunda, onun bir salkım üzüme dönüştüğünü görüyor. "Nerde Klorak?" ifadesiyle "nerokloroji" kelimesini,
üzümle de 1'in şifresi olan bağı çağrıştırdım.
"1 numara nedir?" diye sorulduğunda da hemen bu hayâli hatırıma getirdim ve rahat bir şekilde "nerokloroji" kelimesini söyledim.
Bu zor kelimeyi söyleyince, izleyiciler coştu. Söyleyenin yüzünde şaşkın bir ifâde vardı. En önde oturan, zamanın Erzincan valisi Recep Yazıcıoğlu Bey ise tebessüm ediyordu.
Abdullah Maraşlı

BU UÇAK KALKAMAZ
Erzurum havaalanındayız. İstanbul'a döneceğiz. Uçağın kalkmasına çok az bir zaman var. Yetişmek için acele ediyoruz. Bekleme salonunda, önemli bir iş için giden Muhammed'in gelmesini beklerken, bir yandan da salonda tanıştığımız bir amcayla sohbet etmeye başladık. Oğuz Bey ikaz etti: "Haydi Abdullah, acele et, uçak kalkacak!" Fakat amca, Oğuz Bey'in bu acelesine nazire yaparcasına gayet rahat: "Korkmayın!" dedi, "Uçak kalkamaz," Şaşırarak, "Niye kalkamasın ki?" diye sorduk. Cevap verdi: "Çünkü, bu uçağın teknisyeni benim."
Abdullah Maraşlı

"VECİZE" İSTEDİK, "DÖRTLÜK" SORDULAR
Memleketimiz olan Kahramanmaraş'taki seminerde, ben atasözü ve vecizeleri hafızama alıyordum. Gittiğimiz şehirlerde genelde sıkıştırmak için soru sorarlar. Bu gelenek burada da

bozulmadı; atasözü ve vecize istediğimiz halde, birçok atasözü ve vecize arasında bir de, gerçekten zor bir dörtlük sordular. Dörtlük şu:
Kimsesiz bir kimse yok,
Herkesin var kimsesi.
Kimsesiz kaldım, yetiş
Kimsesizler kimsesi.
Bu dörtlük verilince, Oğuz Hoca zorluğunu görerek geçiştirmek istedi. Ama ben, "Alayım Hocam" dedim ve hafızama aldım. Sonra da, diğer sorulanlarla birlikte doğru olarak söyledim. Değişik yerlerde bunun gibi zor birçok atasözü ve vecize soruldu. Bunların tamamına yakınını doğru olarak söyledim. Sebebi ise, o sözlerin üzerine özellikle eğilmem. Zor olan atasözü, vecize ve başka sözleri hafızama alıp doğru
olarak söylemek, verilen diğer sözler için bana ayrı bir güç kaynağı
oluyor. Fakat siz, atasözleri ve vecizeleri hafızaya zor aldığımızı düşünmeyin. Çünkü insan bir konuya yoğunlaştığında, onu çabuk hâllediyor. Sizler de atasözü ve vecizeler konusuna yoğunlaşırsanız, bu zor gibi gözüken sözleri rahat bir şekilde hafızanıza alabilirsiniz.
•Herşey azim ve sebat ikilisinde gizli.
Herşey azim ve sebat ikilisinde gizli.
Muhammed Maraşlı

Muhammed Habib, geldiği seviye sebebiyle böyle söylüyor ama, yaptığı öyle birşey ki, yaşına göre zor olan yukarıdaki dörtlük de, her zaman olduğu gibi, diğer sözlerin arasında veriliyor ve çocuk, ona odaklansa diğerlerini unutabilir, diğerlerine eğilse onu. Gerçekten zor ve takdire şayan bir başarı. Biz bu başarıları bu çocuklarla beraber onlarca defa, belki yüzün üzerinde yaşadık. İsteyen ve asla vazgeçmeyen yapıyor.
Oğuz Saygın

BİZ PAPAĞAN DEĞİLİZ
Büyük bir televizyon kanalında canlı yayında programa davet edilmiştik. Hafızama almam için topluca, birçok vecize söylendi. Hepsini de hafızama aldım. Sonra sorulmaya başlandı. Sorulanlara doğru cevaplar verirken, iki cümleden oluşan 10'uncu vecize, kelimesi kelimesine hatırıma gelmedi. Aynı anlamı, bazı kelimelerini değiştirerek, yine aslına yakın bir şekilde söyledim. Programı yöneten abla, kelimesi kelimesine söylemediğimi hatırlattı. Ben de, âbimin hafıza çalışmalarımız hakkında söylediği bir sözü hatırlayarak şöyle dedim: "Biz papağan değiliz; kelimesi kelimesine söyleyemeyebilirim."
O vecize şöyleydi: "Babalar çocuklarını sevmeyebilir; fakat dedeler torunlarını mutlaka severler."
Bu programdan sonra Kahramanmaraş'tan telefonla dedemle babaannem aradı. Programı seyretmişler. Çok sevinmiş ve duygulanmışlar. Dedeciğim bana, "Yaa oğlum, dedeler

torunlarını mutlaka severlermiş, değil mi?" dedi. Ben de çok duygulandım.
Muhammed Maraşlı

İKİ TÜRLÜ HEYECAN
Büyük bir televizyon kanalında bir programa davet edilmiştik. Program gayet güzel geçti. Canlı yayında bana bir-çok vecize soruldu. Başarıyla cevap verdim. Programdan sonra yan odada konuşuyorduk.Yine o kanalın programcılarından bir büyüğüm bana, "Heyecanlandın mı?" diye sordu. "Normal bir heyecan" dedim. "Nasıl?" dedi. Ben de, "Âbimin çok sevdiğim bir tesbiti var. Âbim, 'İki türlü heyecan vardır: Biri, insanı hedefe doğru giderken durduran heyecan. Diğeri ise, hedefe doğru giderken harekete geçiren heyecan.' diyor." "Seninki hangisi?" dedi. "Benimkisi ikincisinden" dedim.
Muhammed Maraşlı

KARAGÖZ'LE HACİVAT
İstanbul'daki programlarımızdan birisi de Çemberlitaş Fırat Kültür Merkezi'ndeydi. Bu, FKM'deki ilk programımızdı. Atasözü ve vecizeleri ben hafızama alıyordum. Maddeler söylendi, ben de hafızama aldım. Fakat arka sıralardan, benden az büyük bir âbi, bana öyle geliyor ki yanılacağımı sandığı için, şu beyti söyledi:
"Nush ile uslanmayanı etmeli tekdir,
Tekdir ile uslanmayanın hakkı kötektir."
Belki zor hafızaya alınacak bir beyit ama benim için kolaydı. Çünkü, bu beyit söylendiğinde zihnim hemen evdeki Karagöz-Hacivat kasetine gitti. Orada Karagöz bir çocuğu döverken aynı beyti söylüyordu. Bu sayede bu şiiri de çok kolay bir şekilde hafızama aldım ve rahatlıkla söyledim.
Muhammed Maraşlı

ZOR ATASÖZÜ
Bazı seminerlerde, bilgi yönünden, verdiğimizden çok aldığımız oluyor. Çorum'daki seminer de sanırım bunlardan birisiydi. Atasözü ve vecizeleri hafızaya almak yine bana düşmüştü. Verilenleri hafızaya alırken izleyicilerden birisi, sonradan Alman atasözü olduğunu öğrendiğim şöyle bir söz söyledi:
"Sanat; gençliğe terbiye, ihtiyarlığa teselli, fakirliğe zenginlik, zenginliğe süs verir." Oğuz Hoca, "Bu söz biraz zor" diyerek geçiştirmek istedi. Ben hafıza konusunda insanların bakış açılarını aşağı-yukarı bildiğim için, "Alayım Hocam" dedim ve dikkatli bir şekilde hafızama aldım. Diğer sözlerle beraber onu da hatasız bir şekilde söyledim. Burada benim için asıl önemli olan, atasözünü hatasız söylememden çok, bu atasözünü öğrenmem olmuştu.
Bir gün Türkçe öğretmenimiz herkesin, istediği bir konuda konuşma hazırlamasını istedi. Ben sanat konusunu tercih ettim. "Sanatın faydaları" bölümünde bu atasözünü açıkladım. Konuşmam bitince öğretmenimiz, "Aferin Muhammed, konunu çok güzel

hazırlamışsın." dedi ve sözlüden artı verdi. Demek sanatın başka faydaları da varmış.
Muhammed Maraşlı

TRENDE
Okula her sabah trenle gidiyorum. Yâni, günümün bir saati yollarda geçiyor. Bu bir saati dışarıyı seyrederek geçirebilirim; fakat ben çoğu zaman öyle yapmıyorum. Bu vakti kitap okuyarak, ders çalışarak ya da hedeflerime yönelik başka çalışmalar yaparak geçiriyorum, hem de o sıkışıklığın İçinde. Çünkü biliyorum ki; 100 metre engelli son dünya şampiyonasında JNaurice Green 5 salise farkla hem dünya şampiyonu oldu, hem de yeni bir dünya rekoru kırdı. Sadece 5 salise farkla. Benim önümde ise her gün, sadece yolculukta değerlendirebileceğim 72 000 tane 5 salise var.
Yine bir gün trende kitap okuyordum. Tam kendimi kaptırmışım. Arkamdan-biri dürttü. Döndüm, Yaşlı bir amca. Ya yan ciddi: "Cumartesi-Pazar televizyon seyredersiniz. pazartesi sabahı da trende ders çalışırsınız di miii?" dedi. Gülüştük...
Abdullah Maraşlı

BELEDİYE OTOBÜSÜNDEKİ ÇALIŞMA
Birgün babamla belediye otobüsüne bindik, Taksim'e gidiyoruz. Sağa sola bakınırken babam dedi ki: "Oğlum, şimdiye kadar hep kelimeleri hafızanıza aldınız. Artık atasözlerini hafızaya almaya geçebilirsiniz herhalde." "Geçebiliriz babacığım" dedim.
Babam defterine otuzbeş tane atasözü yazdı. Bir defa söyledi. Hepsini hafızama aldıktan sonra da karışık bir şekilde sordu. Otuz dört tanesini bildim ama, ondokuzuncusu aklıma gelmemişti. Atasözlerinde ilk yaptığım alıştırma olduğundan kaçıncısında hata yaptığımı hatırlıyorum. Fakat babam tersinden sorunca, yâni atasözünü verip numarayı isteyince onu da bilmiştim.
Ben hafıza çalışmalarında en önemli basamağa rahat bir çalışma ortamında değil, bir belediye otobüsünde yolculuk yaparken geçtim.
Abdullah Maraşlı

İLK HAFIZA SEMİNERLERİMİZ
Bugüne kadar katıldığımız seminerler içinde Denizli'nin ayrı bir yeri var. Çünkü, biz İki kardeş, ilk hafıza seminerimizi bu şehirde verdik. O zaman orta 1'deydim. Denizli'de iki hafıza semineri olacaktı. İlkini Oğuz Bey verdi. Bu bizim için örnek teşkil ediyordu. Kısa bir aradan sonra ikincisi başladı. Bu semineri biz verecektik. Seminer iki bölümden oluşuyordu. Önce âbim başladı. Gerçekten çok güzel bir seminer verdi. Sonra sıra bana geldi. Konuşmaya başladım. İlk seminerim olmasına rağmen iyi gidiyordu. Seminer esnasında, Denizli'de bizim refakatçimiz olan Şevki Bey, "İlk defa, bu kadar küçük

bir çocuktan seminer alıyorum." dedi. Fakat bu tür seminerleri şimdi kendisi veriyor.
Muhammed Maraşlı

BAŞARISIZLIK YOK
Anlattığımız şeylerin tesirli olmasının sanırım en büyük sebebi, söylediklerimizi uygulamamız. Sivas'taki seminer de buna iyi bir örnek olsa gerek. Orada semineri kapalı spor salonunda vermiştik. Dört tarafımız insan dolu. Dönme dolap gibi döne döne konuşuyoruz.
Ben atasözü ve vecizeleri hafızama alıyordum. Sorulanların hepsini hafızama aldım. Sonra karışık olarak sormaya başladılar. Hepsini de doğru olarak cevaplandırdım; fakat bir tanesi aklıma gelmiyordu. Biraz düşündüm, baktım olmayacak; başarı-motivasyonda <*bk önemli olan şu sözü söyledim:
"Başarısızlık yoktur, sadece sonuçlar vardır."
Bu sözü söyleyince büyük bir alkış koptu. Çünkü verilen bütün atasözü ve vecizeleri bilmiş; sadece bir tanesini söyleyememiştim. Bu da benim için, başarısızlık değildi.
Muhammed Maraşlı

HİLE YOK
Anadolu'da gittiğimiz şehirlerden biri olan Sakarya'da seminerdeydik. Sıra hafıza tekniklerine geldiğinde, sayıları bu defa Oğuz Hoca dizdi. Âbim de hafızasına aldı ve hatasız bir şekilde saydı. Sonra konuşmasını yaptı ve mikrofonu Oğuz Hoca'ya verdi.
Oğuz Hoca, kafalarda sorular kalabileceğini tahmin ettiği için, seminerdekilere, hafıza gösterileriyle ilgili bir sorularının olup olmadığını sordu. Bir kişi çıktı ve "Sayılar, belli bir sıra dahilinde dizildi" dedi. Bunun üzerine Oğuz Hoca, "Öyleyse, buyrun siz dizin; bu defa da Muhammed hafızaya alsın" dedi. O kişi geldi, sayıları bir sağa, bir sola, bir ortaya, alta, üste karmakarışık bir şekilde dizdi. O böyle kanşık dizerek beni yanıltacağını zannediyordu. Fakat bizim dizdiğimizin ancak yarısı kadar rakam dizdi. Bu da bana çerez gibi geldi.
Dikkatle hafızama aldım ve hatasız bir şekilde saydım. Böylece, yaptığımız işte hiçbir hile olmadığı da anlaşılmış oldu.
Muhammed Maraşlı

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİ DE KULLANIYOR
Geçenlerde bir üniversitenin hazırlık kısmında okuyan bir arkadaşımla konuşuyorduk. Lâf döndü dolaştı hafıza meselesine geldi. Ona bu tekniklerden kısmen de olsa biraz göstermiştim. "Nasıl, kullanıyor musun?" diye sordum. Çok istifade ettiğini; şu ana kadar birçok yerde, bilhassa maddeler halinde işlenen konularda hafıza tekniklerini büyük ölçüde kullandığını söyledi ve şu anda hazırlık kısmında İngilizce gördükleri için, yabancı kelimeleri hafızaya alırken uygulanan tekniği

sordu. Anlattım. Bu teknikleri şimdi de o alanda kullanmaya başladı.
Gördüğünüz gibi modern hafıza teknikleri belli bir yaşa hitap etmiyor. İsteyen her yaştaki insan kullanabiliyor ve ciddî sonuçlar alınıyor.
Abdullah Maraşlı

HANGİ ŞEHİRDEYİZ?
Seminerlerimde ve çeşitli televizyon programlarında, insanları şaşırtan hafıza gösterileri yaptım. Ancak, ben de herkes gibi birçok defa, evimin anahtarlarını evde unutarak çilingir çağırmak zorunda kaldım. Ama hiçbir zaman "Hafızam zayıflıyor" diye bir düşünceye kapılmadım. Anlatacağım birkaç olay, size bu konuda bir fikir verecektir sanıyorum.
1999 yılının Mayıs ayında beni zorlu bir sınav bekliyordu. Altı gün üst üste altı şehirde seminerler verecektim. Bu seminerlerden biri de Aydın'daydı. Aydın'da mükemmel ve coşkulu bir seminerden sonra akşam yemek yiyorduk. Yemekte semineri tartışırken birden cep telefonum çaldı. Telefon eden eşimdi. Önce, "Nasılsın, iyi misin?" dedi, ardından da hangi şehirde olduğumu sordu. Önce bir düşündüm, kafam iyice karışıktı. Masadakilere döndüm ve sordum: "Ben hangi şehirdeyim?"
Masadakiler, önce ciddi olup olmadığımı incelediler, sonra benim bu soruyu gayet ciddî bir şekilde sorduğumu anlayınca kahkahayı bastılar ve, "Aydın'dasınız" dediler. Kahkahaları duyan eşim, "Oradakiler neye gülüyor?" diye sorunca onlara hangi soruyu sorduğumu söyledim. Telefonun diğer ucundaki eşim şaka yaptığımı zannederek beni son kez uyardı: "Sakın orada birşey bırakıp gelme."
Eşimin sözünü tuttum ve oralarda bir şey unutmadım. Çünkü ceketim ve kravatım bir şey değil, iki şeydi!
Oğuz Saygın

UNUTULAN HEDİYE
Yapmış olduğum seminerler ve gösteriler çok çarpıcı ve etkili olduğundan birçok dernek ve kurumda yüzlerce gösteri ve seminer yaptım. Bunların en ilginç olanı bir dernekte yaptığım gösteri idi.
Bu kulüplerden birinde yaptığınız bir gösteri derhal duyuluyor ve sizi diğer kulüpler de davet ediyor. Aynı derneğin beş şubesinde hafıza gösterileri yaptım ve alternatif düşünme tekniklerini anlattım. Beşinci gösteriye kadar herşey çok güzeldi; her gösteriden sonra dernek yetkilileri bana güzel hediyeler veriyorlardı. Derneğin birçok şubesi vardı ve hepsinde de bu gösterileri yapabilirdim.
Beşinci şubesinde harika bir gösteri yaptım. Onlara hafıza teknikleri hakkında bilgiler verdim, çok memnun oldular, harika bir geceydi ve bana çok güzel bir hediye verdiler. Oradan mutlu bir şekilde ayrıldım. Eve varıp çantamı açtığımda

beynimden vurulmuşa döndüm. Derneğin bana verdiği hediyeyi masada unutmuştum. O günden sonra beni bir daha çağırmadılar.
Oğuz Saygın

SONSUZ YERİNE
Yaptığınız bir iş için büyük bir arzu duymuyorsanızl asla büyük sonuçlara ulaşamazsınız.
Belki inanmayacaksınız ama, "Lider ve Liderlik" adlı seminer notlarını kıymetli talebelerim Abdullah ve Muhammed Maraşlı ile birlikte hazırladık. Hazırlamış olduğumuz bu seminer notlarıyla, başta Dünya Gazetesi yöneticileri olmak üzere birçok kurumda "Lider ve Liderlik" seminerleri verdim.
Bu seminer notlarının temeli, 1999 yılının yazında, eşimin ve çocuklarımın İnebolu'da yaz tatilinde oldukları bir zamanda Abdullah ve Muhammed'le birlikte yaptığımız 10 günlük sıkı bir kamp sonucunda hazırlandı.
Abdullah ve ben çok yoğun bir biçimde seminer notlarını hazırlarken, Muhammed yemek, çay, bulaşık ve yazıların bilgisayardan çıkarılması gibi işleri yapıyor, ayrıca bize, yazdıklarımızla ilgili fikirler üretiyordu. Bir yandan seminer notları hazırlanırken, bir yandan da bu liderlik özelliklerinin Abdullah ve Muhammed'de hangi ölçülerde olduğunu inceliyordum.
İyi bir liderin iç yapısını anlamak için beş önemli özellik vardır. Biz bu beş özelliği seminer notlarımızda AKİDE adlı akrostişle gösterdik.
Arzu
Karakter
iç disiplin
Davranış
Eğitim gönüllüsü
Arzu etmediğiniz bir işi yapmak kadar rahatsız edici birşey yoktur. Yaptığınız bir iş için büyük bir arzu duymuyorsanız, asla büyük sonuçlara ulaşamazsınız.
Bütün arkadaşları yaz tatilinde gezip tozarken, Abdullah ve Muhammed benimle birlikte 10 günlük yorucu bir kampa katılmayı arzu etmişlerdi ve hayatlarından da memnundular.
Bu arzuyu, yıl boyunca yaptıkları yorucu çalışmalar esnasında ve gittiğimiz seminerlerde de yakından gördüm.
Karakter, bir lideri lider yapan en önemli özelliktir. Abdullah ve Muhammed, ülke çapında birçok televizyon ve radyo programlarına çıktıkları, birçok önemli kuruluşta, önemli eğitim kurumlarında ve Anadolu'nun birçok yerlerinde binlerce insanın önünde hafıza teknikleri gösterip konuşmalar yaptıkları hâlde, küçük yaşlarına rağmen, şan ve şöhretin, para ve pulun aldatıcı cazibesine kapılmadılar ve bunu herşeyleriyle belli ettiler. Yâni, küçük yaşlarına rağmen büyük düşündüler.
İç disiplin, bir kişinin yapması gereken bir şeyi, yapması gereken zamanda yapması anlamına gelen bir özelliktir.

Liderlik seminerinin notlarını hazırlarken, her bölümü bitirmek için günlük plânlar yaptık. Bütün hazırlıkları bitirmeyi kararlaştırdığımız o gün gece yarısı çok yorgundum ve çok uykum gelmişti. Halının üzerinde uyuyakalmışım. Gözlerimi açtığımda saat 2'yi geçiyordu ve Abdullah, hazırlamamız gereken bölümü bitirmiş, benim uyanmamı bekliyordu.

Davranıştan, olumlu düşünmeyi temel alan insanlar, kendileriyle ve toplumla barışıktırlar. Bu özellik, liderliğin temelini teşkil eder.

İsparta'da bir seminer için Kirazhdere denilen çok güzel bir tepeye çıktık. İsparta'yı kuşbakışı gören bu tepedeki sohbet esnasında çay içmek istedik. Ancak, çay yapan kişinin gelmediğini söylediler.

Bunun üzerine Abdullah oradaki kişilere çok çay içmenin zararlı olduğunu esprili bir şekilde söyledi. Bir müddet sonra çaycının geldiği ve çay servisinin yapılacağı söylendiğinde ise Abdullah, insanlara, yine esprili bir söyleyişle çayın faydalarından bahsetmeye başladı. Bunlar, olumlu bir iç dünyanın yansımalarıydı.

Eğitim gönüllüsü olmadan lider olunamaz.

Abdullah ve Muhammed, Türkiye'de "aydın" diye tanımlanan birçok insandan daha çok kitap okudukları gibi, okuduklarını uygulama konusunda da müthiş bir becerileri vardı.

Davranışları, olumlu düşünmeyi temel alan insanlar, kendileriyle ve toplumla barışıktırlar.

Bu özellik, liderliğin temelini teşkil eder.

Arkadaşları onları oyuna çağırırken, kendi içlerinden gelerek "hayır" diyebilecek güce de kendilerini çalışmalarına verebilecek heyecana sahiptiler.

Kendi yaş seviyelerinin çok üzerindeki kitapları severek okuyor, inceliyor, eleştiriyor ve uygulamaya çalışıyorlardı.

Eğitim gönüllüsü olmadan lider olunamaz.

Ben bir yandan onlarla beraber liderlik notlarını hazırlarken, bir yandan da onları izledim ve liderlikle ilgili tüm özelliklerin bu iki çocukta olduğunu gördüm.

Başkalarına ilham verecek lider özelliklerini gördüğüm, örnek olacak özelliklere sahip bu kardeşler, ülkemiz çocukları için pırıl pırıl iki güzel örnektir.

Ancak "Bu özellikler onlarda, doğduklarında var mıydı?" diye sorarsanız, "Hayır" diye cevap verebilirim. Onlar, doğdukları andan itibaren, babaları Ahmed Cemil Bey tarafından geleceğin büyük liderleri olarak düşünüldüler ve bu tarzda yetiştirildiler..

Oğuz Saygın

"Her şeyi Yapabilirsiniz!"

Evet! "yapabileceğinize inandığınız herşeyi yapabilirsiniz." Bu mesajı yaşanmış olaylarla vermeye çalıştım sizlere. Çünkü amacım kurallar anlatmak değil, kişilerin pozitif yaşamalarını sağlayabilecek bir rota belirleyebilmelerine yardımcı olmaktı.

Bu nedenle kitabımın, ismiyle bile kişilere olumluyu yansıtmayı ve olumluyu çağrıştırmasını istedim.
Unutmayın!...
Geminin rotasını kaptan belirler. Hayatınızın rotasını düşünceleriniz... Ve düşüncelerinizin rotasını ise yalnız ve yalnızca siz...

Hayat yayınları
Değişim Rüzgarları adlı eser, son yıllarda kişisel gelişim alanında büyük ve başarılı çalışmalar yapan ve on binlerce kişiye seminerler veren Oğuz Saygın'ın kitaplarını okuyan, radyo ve televizyondaki programlarını takip eden ve seminerlerine katılan insanların yaşadığı değişimlerin kendi kalemlerinden siz okurlarla bir paylaşımı. İnanıyoruz ki yazıya aktarılmak suretiyle paylaşılan bu değişimler, başkalarının değişimleri için de bir başlangıç olacak.
'Hayatta değişmeyen tek şey, değişimin kendisidir" ilkesiyle yola çıkan yazar, insanların hayatına pozitif bir pencere açmayı hedeflemekte. Yazar bunu başarmış olmalı ki değişimi yaşayanlar hem mektuplarıyla hem de yüzyüze diyaloglarında bunu sürekli dile getiriyorlar.