



مدرس‌ان شریف

« نحوه کاربرد تصویرسازی ذهنی در یادگیری سریع و همیشگی لغات »

تذکره: قبل از مطالعه دروس حتماً این بخش را کامل بخوانید.

کتاب پیش‌رو به هدف کمک در یادگیری سریع لغات زبان انگلیسی نگاشته شده است. کتاب شامل ترجمه کامل کتاب 504 Absolutely Essential Words و همچنین ارائه روش تصویرسازی ذهنی، یکی از روش‌های شناخته شده و پرکاربرد یادگیری در سراسر دنیا، برای یادگیری سریع‌تر لغات می‌باشد. برای آشنا شدن با زیربنای این روش و پی بردن به پیشینه قوی و کاربردی و علمی این روش، تنها کافی است کلمه mnemonics را در فرهنگ‌های لغت یا دایرة‌المعارف‌های تک‌زبانه و یا دو‌زبانه جستجو کنید. این کلمه بیانگر استفاده از لغت، شعر، تصویر یا هرچیز دیگر برای یادگیری موضوعات مختلف از قبیل متون دروس آموزشی، اعداد، لغات زبان‌های خارجی و ... می‌باشد. ما در این کتاب از تصاویر ذهنی برای یادگیری لغات استفاده کرده‌ایم. در علم روان‌شناسی و تقویت حافظه به این روش imagery (تصویرسازی ذهنی) گفته می‌شود. اگر هرکدام از این واژه‌های علمی کاربردی را در اینترنت جستجو کنید، مقالات و کتاب‌های فارسی و انگلیسی زیادی خواهید دید که این روش را به صورت تئوری و کاربردی توضیح می‌دهند. از آن‌جا که کتاب پیش‌رو به بخش کاربردی این روش پرداخته، فقط توضیح کلی از لحاظ تئوری ارائه می‌شود، چرا که توضیح زیربنای این روش خود احتیاج به تألیف کتاب جداگانه‌ای دارد که این کار توسط مؤلفان خارجی و داخلی زیادی صورت گرفته است.

در علم روان‌شناسی، از تصویرسازی در دو زمینه استفاده می‌شود: نوع اول تصویرسازی برای درمان بیماری‌های روحی است که در آن افراد به مسائل مثبت اندیشیده و آن‌ها را در ذهن مجسم می‌کنند و این امر به بهبود آن‌ها کمک می‌کند و نوع دیگر، کاربرد تصویرسازی برای یادگیری است که ما به این جنبه از تصویرسازی می‌پردازیم.

مغز ما از دو نیمکره تشکیل شده است: نیمکره راست که حافظه بلندمدت را دربرمی‌گیرد و همچنین مسئول ثبت خلاقیت‌هایی چون موسیقی، نقاشی و ... در ذهن است و نیمکره چپ که حافظه کوتاه مدت را در بر گرفته و مسئول ثبت منطق و استدلال است. وقتی لغتی را حفظ می‌کنیم، وارد نیمکره چپ یعنی حافظه کوتاه مدت می‌گردد که به اندازه محدود (مثلاً یک روز) می‌تواند لغات را در خود جای دهد و برای وارد شدن به حافظه بلندمدت، احتیاج به تکرار زیاد دارد. ولی اگر این لغات را به یک تصویر تبدیل کنیم، آن تصویر مستقیماً وارد نیمکره راست و حافظه بلندمدت شده و به راحتی برای مدت طولانی و بدون احتیاج به تکرارهای متعدد در آن‌جا می‌ماند و همچنین می‌توان در مدت یک روز، صدها تصویر را وارد ذهن کرد، کاری که به طور روزمره انجام می‌دهیم و خیلی از تصاویر نو و تازه‌ای را که حتی یک‌بار هم می‌بینیم، برای همیشه تا آخر عمر به راحتی به یاد می‌آوریم؛ به طور مثال وقتی یک نفر را در خیابان می‌بینیم تصویر او به راحتی در ذهنمان نقش می‌بندد، حالا اگر ویژگی‌های این فرد کمی هم غیرعادی باشد همان یکبار برای به خاطر سپردن آن فرد برای تمام عمر کافی است. این توضیحات که به طور مفصل در کتاب‌ها و مقالات، پیرامون تصویرسازی ذهنی بیان شده زیربنای ارائه کاربردی این روش در کتاب حاضر است.

تذکره: قبل از توضیح کامل روش ابتدا باید به خاطر داشته باشید که این روش از شما می‌خواهد چشمان خود را بسته و تصاویر را در ذهن بسازید و با چشم ذهن ببینید و از حفظ کردن توضیحات تصویرسازی بپرهیزید.

کاربرد روش تصویرسازی ذهنی

ابتدا با یک مثال آسان، یک نمای کلی از این روش ارائه می‌دهیم و سپس با جزئیات بیشتر به توضیح بخش‌های مختلف روش (که در این کتاب آمده) می‌پردازیم.

کلمه **table** در زبان فارسی به معنای میز است. وقتی تلفظ کلمه **table** را در زبان فارسی می‌شنویم (تیبیل) یاد کلمه (طبل) در زبان فارسی می‌افتیم، یا بهتر آن است که بگوییم کلمه تیبیل واژه طبل در زبان فارسی را برای ما تداعی می‌کند.

حال با استفاده از معنای واژه **table** یعنی میز و تداعی واژه **table** یعنی طبل در ذهن خود یک تصویر ایجاد می‌کنیم، حال برای تصویر این کلمه می‌توانیم خودمان را روی یک میز بزرگ به شکل طبل در حال طبل زدن تصویرسازی کنیم. وقتی واژه تیبیل را می‌شنویم، یاد تداعی آن یعنی طبل و در نتیجه تصویر ساخته شده به وسیله تداعی کلمه و در نهایت میز که معنای واژه **table** است می‌افتیم. با این مثال ساده کلیت این روش بیان شد؛ حال در ذیل به طور مفصل مراحل مختلف این روش و طریقه استفاده از کتاب، آموزش داده می‌شود.

مرحله اول – کلمه و معنی:

در مرحله اول بخش تصویرسازی کلمه و معنی آن آورده شده است. از بین معانی کلمه که در قسمت ترجمه آورده شده، در این مرحله تنها آن‌هایی بیان شده است که در تصویرسازی به کار برده شده.

مرحله دوم – نوشتار تلفظ به فارسی:

مرحله دوم تلفظ فارسی کلمه است یعنی تلفظ کلمه به صورت فارسی نوشته شده است که خود نیازمند دقت بالا برای به کار بردن درست حروف و علائم فارسی برای انتقال صحیح تلفظ است.

مرحله سوم – تداعی سازی:

برای تداعی سازی چند راه وجود دارد. در برخی موارد وقتی ما تلفظ کلمه را می‌شنویم یا فارسی آن را می‌نویسیم، دقیقاً یک کلمه معنادار فارسی را مشاهده می‌کنیم. مثلاً **Peach** به معنای هلو ما را به یاد پیچ و پیچ‌گوشتی می‌اندازد. این نوع تداعی سازی خیلی آسان است ولی اگر تلفظ کلمه دقیقاً واژه‌ای در فارسی را تداعی نمی‌کرد چه باید بکنیم؟

در این موارد بهترین تداعی آن است که اولین بار با شنیدن آن کلمه به ذهن هر فرد می‌رسد و این تداعی ممکن است از هر شخص به شخص دیگر با توجه به تجاربی که داشته متفاوت باشد. مثلاً ممکن است یک نفر با شنیدن کلمه **abandon** (آباندن) یاد باند فرودگاه بیافتد و شخص دیگر یاد باند جراحی یا شخص دیگر یاد بند و طناب بیافتد.

برای روش‌مند کردن تداعی سازی، مؤلف این رویه را در پیش گرفته که تلفظ کلمه را به فارسی نوشته و سپس کمترین تغییر را در آن ایجاد کرده تا به یک واژه معنادار فارسی برسد. با روش به کار رفته می‌توان به تداعی‌هایی رسید که می‌تواند برای اکثر افراد یکسان باشد.

نکته دیگر که باید در نظر داشت این است که مثلاً اگر واژه‌ی **dilemma** (دیلِم) را داشته باشیم می‌توانیم با تغییرات اندک، کلمه (دلمه) یا (دل ما) را برای تداعی در نظر بگیریم. ما از تداعی (دل ما) استفاده کردیم. چرا؟

نکته دوم در روش‌مند کردن تداعی سازی این است که ببینیم کدامیک از تداعی‌های بدست آمده، با معنی همخوانی بهتر دارد و این همان جمله کلیدی است.

مرحله چهارم – جمله کلیدی:

در این مرحله از ترکیب تداعی‌های بدست آمده برای یک کلمه، و معنی آن کلمه یک عبارت و جمله می‌سازیم و هر کدام که برای ما آشنا تر، خوش‌آهنگ‌تر و به یاد ماندنی تر بود را برمی‌گزینیم و از تداعی آن به عنوان تداعی کلمه استفاده می‌کنیم. بعضی از جملات کلیدی عجیب و غریب می‌شوند که همین کار، پیروی کامل از روش‌های ارائه شده برای تصویرسازی در کتب تئوری این روش است.

در جملات کلیدی از پرانتز استفاده شده که توضیح کلمه است و در بعضی موارد از کروشه استفاده شده که ادامه کلمه است و بدین منظور است که زبان‌آموز لازم نیست کلمه داخل کروشه را به ذهن بسپارد ولی ما آن را ذکر کردیم که معنای کلمه‌ی قبل واضح‌تر شود.

مثال: کلمه‌ی **data** ، تداعی: ده تا ، جمله کلیدی: ده تا اطلاعات [تازه برات دارم].

در برخی موارد، جلوی جمله کلیدی توضیحی داخل پرانتز آمده که برای روشن کردن مفهوم جمله کلیدی است.

مثال: کلمه **vicious** ، تداعی: وحشیست (وحشی است) ، جمله کلیدی: (وحشیست و شرور اون آدم).

مرحله پنجم تصویر سازی

مرحله پنجم، مرحله اصلی تصویرسازی است. در این مرحله جمله کلیدی را تبدیل به یک تصویر می‌کنیم.

تصویر باید عجیب و غریب باشد: هرچه تصاویر برای ما عجیب‌تر و بکرتر باشند، به یاد ماندنی‌تر می‌شوند. برای مثال اگر ما در روز هزار نفر را در خیابان ببینیم و یکی از آن‌ها شاخ روی سرش سبز شده باشد، آن یکی تا آخر عمر با همان یک نگاه در ذهن ما می‌ماند. وقتی برای یک کلمه تصویر می‌سازیم، اگر محیط و افراد و ویژگی‌هایی که برای تصویرسازی آن کلمه به کار می‌بریم، غیرعادی باشند، بهتر در ذهن جای می‌گیرند. می‌توانیم از رنگ‌های عجیب برای



چهره انسان‌ها استفاده کنیم یا مثلاً به شیء جان بدهیم یا در اندازه تصاویر اغراق کنیم و آن‌ها را خیلی بزرگ یا خیلی کوچک در نظر بگیریم. از این‌گونه تصویرسازی‌ها که بعضی از آن‌ها بسیار عجیب و به شدت به یاد ماندنی هستند در این کتاب به وفور دیده می‌شود. یکی دیگر از ویژگی‌های مهم تصاویر، این است که خودمان جزئی از تصویری که می‌سازیم باشیم و در آن تصویر پویایی و حرکت ایجاد کنیم. در مرحله تصویرسازی، مولف به «همراه» اشاره می‌کند که منظور شخصی است که شما تمایل دارید در تصویرسازی آن کلمه به ذهن بیاورید و «ایستگاه» منظور فضایی است که شما دوست دارید تصویرسازی آن کلمه را در آن‌جا انجام دهید.

مثال از مسیر

در پایان قسمت تصویرسازی، بخشی به نام مثال از مسیر ارائه شده است. مولف در این بخش خود تمام مراحل بالا را به کار گرفته و همه را در قالب یک مثال واقعی و کامل ارائه داده است. در مراحل تصویرسازی، توضیحی داده شده و سپس انتخاب محیط و افراد و ویژگی‌ها و حرکات به عهده یادگیرنده است، چرا که خیلی از این موارد برای هر فرد شخصی است و می‌تواند از یک یادگیرنده به یادگیرنده بعدی متفاوت باشد ولی در مرحله مثال از مسیر، مولف مراحل تصویرسازی را کامل کرده و مثالی ارائه داده که بتواند تقریباً برای خیلی از یادگیرنده‌ها صادق باشد. نکته مهمی که در این مرحله وجود دارد استفاده از یکی دیگر از راهکارهای تقویت حافظه و اضافه کردن آن به روش تصویرسازی ذهنی است. این راهکار نوعی استفاده از مسیرهای آشنا برای یادگیرنده به منظور به خاطر سپاری چیزهای مختلف است.

توضیح بیشتر پیرامون روش مسیرسازی برای به یاد سپاری موضوعات:

در ابتدا باید گفت که بسیاری از رکورد داران حافظه در دنیا که اسم آن‌ها در کتاب گینس ثبت شده است، از این روش برای حفظ موضوعات مختلف استفاده کرده‌اند. برای مثال آقای دیوید توماس، حدود بیست هزار عدد بعد از اعشار را به این روش حفظ کرده و اسمشان در گینس ثبت شده است، همچنین افرادی با این روش یک دیکشنری را در مدت کوتاه حفظ کرده‌اند.

برای توضیح این روش از چند مثال ساده آغاز کرده و در آخر روش کاربرد آن برای حفظ لغات انگلیسی را توضیح می‌دهیم.

چه مکان‌هایی برای شما بسیار آشنا هستند و شما می‌توانید در یک لحظه آن مکان‌ها و تمام بخش‌های مختلف و جزئیات آن‌ها را به خاطر بیاورید؟

خانه، محل کار، محل تحصیل، خانه نزدیکان، محله که در آن زندگی می‌کنید، مغازه‌های محله‌تان؟

هر کدام از ما، می‌تواند تصویری بسیار شفاف از این مسیرها در ذهن داشته باشد. شما در یک آن می‌توانید یاد خانه‌ی خود بیفتید و تمام جزئیات آن را به خاطر بیاورید. خانه‌های ما جاهای مختلفی دارد و اگر بخواهیم به ترتیب از درب منزل شروع کنیم، می‌تواند شامل این موقعیت‌ها باشد. درب ورودی خانه، باغچه داخل حیاط، پله‌های حیاط، ایوان، درب ورودی به طرف پله‌های داخلی، پله‌های داخلی، پاگردها، درب ورودی به واحد مسکونی، هال پذیرایی، آشپزخانه، اتاق خواب، اتاق کار و ...

هر کدام از این موقعیت‌ها که شما تصویر کاملی هم از آن دارید، می‌تواند یک محیط برای به یادآوری موضوعات مختلف یا به عبارت بهتر یک محیط برای تصویرسازی باشد. حال تصویرسازی‌هایی که گفته شد را در این محیط‌ها انجام می‌دهیم و اگر این محیط‌ها را به ذهن بیاوریم می‌توانیم به سرعت یاد آن تصاویر بیفتیم.

مثلاً از شما خواسته می‌شود اسم بیست شیء را به خاطر بسپارید و بگویید. مثلاً: میز، کتاب، گوجه‌فرنگی، شیر خوراکی، دوست، عینک و ...

برای تصویرسازی این لغات از خانه‌مان استفاده می‌کنیم. برای اینکه به ترتیب این لغات را به خاطر بسپاریم، باید این لغات را به ترتیب از درب خانه شروع به تصویرسازی کنیم و پیش برویم.

میز: جلوی درب خانه یک میز است و شما روی آن نشسته‌اید و درس می‌خوانید.

کتاب: در حیاط خانه صدها کتاب روی زمین ریخته است.

گوجه‌فرنگی: در باغچه حیاط صدها گوجه‌فرنگی کاشته‌اید و آن‌ها را آبیاری می‌کنید.

شیر خوراکی: روی پله‌ها یک شیشه شیر شکسته و همه شیرها روی پله‌های حیاط ریخته است.

دوست: دوست نزدیکتان در ایوان خوابیده است.

عینک: دستگیره در ورودی به شکل یک عینک است.

اگر چشمتان را ببندید و این تصاویر را به خوبی در ذهن بسپارید، وقتی که یاد درب منزل بیفتید، به سرعت تصویر یک میز به ذهن شما می‌آید و وقتی یاد حیاط خانه می‌افتید، تصویر یک کتاب در ذهنتان زنده می‌شود. رکوردداران حافظه در دنیا با این روش هزاران مطلب را به خاطر می‌سپارند. شما هم حتماً با تمرین و پشتکار می‌توانید.

حالا این روش را برای به یاد سپاری لغات چگونه استفاده کنیم؟ تصویرسازی لغات احتیاج به افراد و محیط‌های آشنا دارد. محیط تصویرسازی می‌تواند همین مسیرهای آشنا باشد. مثلاً کلمه اول درس را در ذهنمان و جلوی درب منزل تصویرسازی می‌کنیم. کلمه دوم را در حیاط، وقتی



در خانه تصویرسازی می‌کنیم همراهان ما پدر، مادر، خواهر، برادر و غیره هستند و وقتی در مدرسه یا دانشگاه تصویرسازی می‌کنیم، همراهان ما همکلاسی‌ها و اساتید و مسئولین مدرسه یا دانشگاه می‌باشند. لازم به ذکر است که استفاده از مسیر ضروری نیست و فقط به عنوان روش کمکی در کنار تصویرسازی به کار رفته است.

در کنار هر لغت یک نقاشی کشیده شده که برای تصویرسازی بهتر به یادگیرندگان کمک می‌کند به خاطر داشته باشید شما نباید این تصویر را به ذهن بسپارید. این تصویر فقط برای کمک کردن است که بتوانید چشمانتان را بسته و تصویر اصلی را بعد از طی تمامی مراحل تصویرسازی در ذهن بسازید و با چشم ذهن ببینید.

این روش توسط تحقیقات و مقالات و کتب علمی بسیاری که در کتابخانه‌ها و شبکه‌های اینترنتی می‌توانید آن‌ها را بیابید تضمین شده است وقتی که حتماً تمامی مراحل تصویرسازی را انجام دهید و تصویر را با چشمان بسته به زیبایی در ذهن تجسم کنید و آن را با چشم ذهن به وضوح ببینید و به دنبال حفظ جملات نباشید.



مدرسان شریف

LESSON ONE

کلمات قلاب‌هایی برای آویفتن افکارند.

"All words are pegs to hang ideas on."

- Henry Ward Beecher, *Proverbs from Plymouth Pulpit*

Words to learn this week

واژگانی که این هفته باید بیاموزیم:

abandon	keen	jealous	tact	oath	vacant
hardship	gallant	data	unaccustomed	bachelor	qualify

1. **abandon** (ə' bændən) desert; leave without planning to come back; quit.

- a) When Roy **abandoned** his family, the police went looking for him.
 b) The soldier could not **abandon** his friends who were hurt in battle.
 c) Because Rose was poor, she had to **abandon** her idea of going to college.

رها نمودن بدون قصد بازگشت

رها کردن، ترک کردن، صرف نظر کردن (فعل)

الف) زمانی که «روی» خانواده‌اش را ترک کرد پلیس به جست‌وجوی او پرداخت.

ب) سرباز نتوانست دوستان خود را که در جنگ زخمی شده بودند، رها کند.

ج) از آنجا که رُز فقیر بود، مجبور شد فکر رفتن به دانشگاه را کنار بگذارد.

تصویرسازی ذهنی

abandon: رها کردن

تلفظ فارسی: اِبْنَدِن

تداعی: از بِنْد

جمله کلیدی: از بِنْد رها کردن

تصویرسازی: در این ایستگاه همراهان را که با بند به جایی بسته شده از بند رها

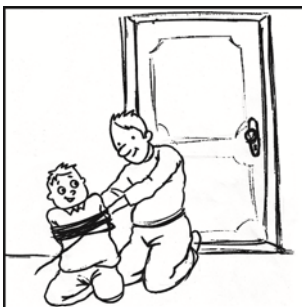
می‌کنید. تصویر بند و رها کردن را با دقت در ذهن‌تان تصویرسازی کنید.

مثال از مسیر: (مسیر برای این کلمات می‌تواند خانه‌تان باشد.)

تصور کنید جلوی درب ورودی خانه‌تان، برادران را که با بند بسته شده از بند

رها می‌کنید.

یادداشت:



2. **keen** (ki:n) sharp; intense; sensitive

- a) The *butcher's keen* knife cut through the meat.
 b) My dog has a **keen** sense of smell.
 c) Bill's **keen** mind pleased all his teachers.

برنده، تیز، علاقه‌مند، مشتاق، شدید، حساس، قوی، باهوش (صفت)
 الف) چاقوی تیز قصاب گوشت را برید.
 ب) سگ من حس بویایی قوی دارد.
 ج) ذهن تیز «بیل» همه معلمانش را خشنود کرد.

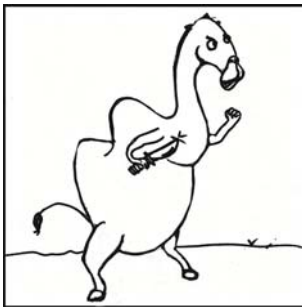
تصویرسازی ذهنی

keen: شدید، تیز، مشتاق

تلفظ فارسی: کین


تداعی: کینه

جمله کلیدی: کینه شدید



تصویرسازی: حتماً اصطلاح کینه شتری را شنیده‌اید که برای اشاره به کسی که کینه شدید از شخصی بر دل دارد، به کار می‌رود. برای تصویرسازی کلمه شدید و تیز می‌توانید یک شتر را در حالی در نظر بگیرید که چاقوی تیزی در دست دارد، دندان‌هایش را به طور شدید به هم فشار می‌دهد و شاید هم مشتاق است که بلایی سر شما بیاورد. اگر شخصی کینه‌ای را می‌شناسید می‌توانید او را سوار بر شتر در نظر بگیرید.

مثال از مسیر: داخل حیاط خانه، خواهرتان را که کینه شدیدی از شما بر دل دارد، سوار بر یک شتر می‌بینید.

یادداشت: 

3. **jealous** ('dʒeləs) envious; afraid that one you love might prefer someone else; wanting what someone else has.

- a) A detective was hired by the **jealous** widow to find the boyfriend who had abandoned* her.
 b) Although my neighbor just bought a new car, I am not **jealous** of him.
 c) Being **jealous**, Mona would not let her boyfriend dance with any of the *cheerleaders*.

حسود، ترس از اینکه کسی را که تو دوست داری کس دیگری را ترجیح دارد و چیزی که کسی دیگر دارد را خواهی (صفت)
 الف) بیوه حسود برای یافتن دوست پسرش، که او را ترک کرده بود، کارآگاهی را استخدام کرد.
 ب) اگرچه همسایه من یک ماشین جدید خریده است، اما من به او حسادت نمی‌کنم.
 ج) «مونا» به دلیل حسادت، به دوست پسرش اجازه نمی‌داد با هیچ یک از معرکه‌گیرها برقصد.

Note 1: cheer leader

در فوتبال آمریکایی و برخی دیگر از ورزش‌ها، گروهی به‌طور مخصوص آموزش می‌بیند تا با حرکات موزون و شعارهای خود، در کنار زمین به ورزشکاران تیم خود روحیه دهند.



تصویرسازی ذهنی

jealous: حسود

تلفظ فارسی: جلیس

تداعی: جلسه

جمله کلیدی: جلسه حسودهاست [جمعشون جمعه]



تصویرسازی: تصویر ذهنی شما از انسان‌های حسود یا غیرتی چگونه است؟ شاید چشمانشان از حسادت بیرون زده. چه کسانی از اطرافیان‌تان آدم‌های حسود یا غیرتی هستند. تصویر شما از یک جلسه چگونه است؟ یک جلسه تشکیل داده و این آدم‌های حسود را دور هم قرار دهید.

مثال از مسیر: در کنار باغچه‌ای که در حیاط خانه‌ی شما قرار دارد، یک جلسه از حسودان تشکیل شده.

یادداشت:

4. tact (tækt) ability to say the right thing

- My aunt never hurts anyone's feelings because she always uses **tact**.
- By the use of **tact**, Janet was able to calm her jealous* husband.
- Your friends will admire you if you use **tact** and thoughtfulness.

درایت، مهارت در گفتار، کاردانی، تدبیر، شعور، تاکتیک (اسم)

الف) خاله‌ام، به دلیل استفاده از درایتش، هیچگاه احساسات کسی را جریحه‌دار نمی‌کند.

ب) «جنت» با تدبیر توانست شوهر حسود خود را آرام کند.

ج) اگر با کاردانی و ملاحظه رفتار کنید، دوستان‌تان شما را تحسین می‌کنند.

تصویرسازی ذهنی

تاکتیک، تدبیر، مهارت در گفتار: tact

تلفظ فارسی: تکت

تداعی: تک

جمله کلیدی: تک تاکتیک و تدبیر مربی‌ها



تصویرسازی: وقتی کلمه تدبیر را می‌شنوید، یاد چه کسی می‌افتید؟ شاید یاد دبیرتان می‌افتید. آیا کلمه‌ی تاکتیک شما را یاد تاکتیک فوتبال می‌اندازد؟ حال آن شخص باتدبیر که در گفتار هم مهارت دارد در نظر بگیرید که در حال یاد دادن تاکتیک فوتبال بر روی یک تخته است. تاکتیکش هم تک است.

مثال از مسیر: روی پله‌های حیاط خانه، دبیر با تدبیرتان در حال آموزش تاکتیک تک فوتبال است.

یادداشت:

5. oath (əʊθ , oʊθ) a promise that something is true; a curse

- The president will take the **oath** of office tomorrow.
- In court, the witness took an **oath** that he would tell the whole truth.
- When Terry discovered that he had been abandoned*, he let out an angry **oath**.

- قسم، سوگند، پیمان، عهد، میثاق، فحش، ناسزا (اسم)
 الف) فردا، رئیس جمهور مراسم سوگند را به جای خواهد آورد.
 ب) در دادگاه، آن شاهد سوگند یاد کرد تا تمامی حقایق را بیان کند.
 ج) وقتی «تری» فهمید که رهایش کرده‌اند، با خشم ناسزا گفت.



Note 2: inauguration: used formally to refer the presidency oath.

برای مراسم به جای آوردن سوگند ریاست جمهوری به طور دقیق تر و بطور رسمی از این لغت استفاده می‌گردد.

تصویرسازی ذهنی

oath: قسم، سوگند، فحش، ناسزا

تلفظ فارسی: اُث

تداعی: اُث (کلمه‌ای در کاراته که برای آمادگی برای بیان تحمل سختی‌ها به کار می‌رود)
جمله کلیدی: اُث قسم کاراته است.



تصویرسازی: شاید دیده باشید که کاراته‌کاران به هنگام شروع حرکات کاراته یا مبارزه می‌گویند: اُث، که نشانه قبول کردن حرف مربی و نوعی پیمان و قسم برای تحمل سختی‌های این ورزش است. بنابراین تصویر این کلمه می‌تواند یک کاراته‌کار در حال قسم خوردن باشد. این کاراته‌کار کیست؟ خود شما یا یکی از دوستانتان؟ برای به خاطر آوردن معنای دیگر این کلمه که ناسزا گفتن است، می‌توانید این کاراته‌کار را در حال ناسزا گفتن در نظر بگیرید.

مثال از مسیر: روی پله‌های داخل ساختمان برادرتان با لباس کاراته در حال قسم خوردن است.

یادداشت:

6. vacant ('veikənt) empty; not filled

- a) Someone is planning to build a house on that **vacant** lot.
 b) I put my coat on that **vacant** seat.
 c) When the *landlord* broke in, he found that apartment **vacant**.

اتاق، جا و ... [خالی، اشغال نشده، بی‌متصدی (صفت)]

الف) یک نفر قصد دارد در آن زمین خالی خانه‌ای بسازد.

ب) کتَم را روی آن صندلی خالی گذاشتم.

ج) زمانی که صاحب خانه به زور وارد شد، فهمید که آپارتمان خالی است.

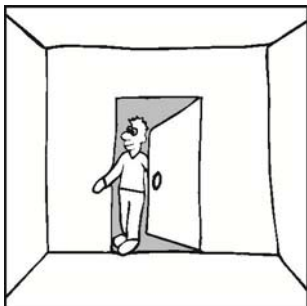
تصویرسازی ذهنی

vacant: اتاق، جا و ... [خالی]

تلفظ فارسی: وِیکِنْت

تداعی: واگُن (باز کن)

جمله کلیدی: واگُن درِ اتاق خالی را.



تصویرسازی: در این ایستگاه دنبال یک اتاق خالی می‌گردید تا در آن استراحت کنید. همراهتان هم یک در نشانتان می‌دهد و می‌گوید: «واگُن درِ آن اتاق خالی را.»

مثال از مسیر: در ورودی واحد آپارتمانی یا خانه‌تان را باز می‌کنید و یک اتاق خالی را می‌بینید.

یادداشت:



7. **hardship** ('hɑ:dfɪp , 'hɑ:rd-) something that is hard to *bear*; difficulty

- a) The fighter had to face many **hardships** before he became champion.
 b) Abe Lincoln was able to overcome one **hardship** after another.
 c) On account of **hardship**, Bert was let out of the army to take care of his sick mother.

سختی، مشقت، ذلت، مشکلات (اسم)

الف) این مبارز، قبل از رسیدن به مقام قهرمانی باید با سختی‌های زیادی روبرو می‌شد.

ب) «ایب لینکلن» توانست بر سختی‌ها، یکی پس از دیگری، فایق آید.

ج) به دلیل مشکلات فراوان به «برت» اجازه داده شد تا از ارتش خارج شود و از مادر بیمارش مراقبت کند.



Note 3: Abe Lincoln 1809-1865

آبراهام لینکلن، شانزدهمین و یکی از محبوب‌ترین رئیس‌جمهورهای آمریکا بود که در طی جنگ داخلی، ایالات متحده آمریکا را از خطر تجزیه نجات داد و برده‌داری را ملغی نمود و سرانجام قبل از به پایان رسیدن دوره ریاست جمهوری‌اش ترور شد.

تصویرسازی ذهنی

hardship: سختی

تلفظ فارسی: هارد شیب

تداعی: آرد، شیب

جمله کلیدی: آرد رو شیب به سختی می‌شه کشید.

تصویرسازی: در این ایستگاه، یک کیسه آرد و یک صفحه شیب‌دار را تصور

کنید و فکر کنید که به سختی آرد را بر روی شیب به بالا می‌کشید. سختی را

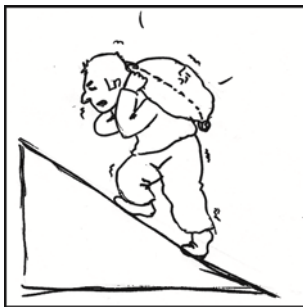
به صورت برجسته در صورت خود تصویرسازی کنید.

مثال از مسیر: داخل هال یا سرسرای خانه، یک کیسه‌ی آرد روی شیب به

سختی بالا می‌کشید.



یادداشت:



8. **gallant** ('gælənt) brave; showing respect for women

- a) The pilot swore a **gallant** oath* to save his buddy.
 b) Many gallant *knights* entered the *contest* to win the princess.
 c) Ed is so **gallant** that he always gives up his subway seat to a woman.

شجاع، دلیر، مبادی آداب [در مقابل خانم‌ها] (صفت)

الف) خلبان با شجاعت قسم خورد تا جان رفیقش را نجات دهد.

ب) بسیاری از شوالیه‌های شجاع، برای به چنگ آوردن شاهزاده به رقابت پرداختند.

ج) «اد» به قدری در مقابل خانم‌ها مبادی آداب است که همواره در مترو جای خود را به یک خانم می‌دهد.

تصویرسازی ذهنی

gallant: شجاع

تلفظ فارسی: گالنت

تداعی: گالنت

جمله کلیدی: گالنت خیلی شجاعه! (برای این کلمه از یک تصویر فانتزی

استفاده شده)

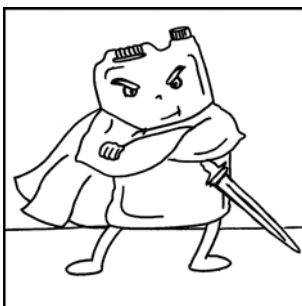
تصویرسازی: یک گالنت نفت، آب یا ... در نظر بگیرید که ویژگی‌های یک آدم

شجاع را دارد؛ مثلاً هیكلی قوی دارد و شجاعانه آماده دفاع از شما می‌باشد.

مثال از مسیر: جلوی درِ اتاق خواب یک گالنت شجاع ایستاده.



یادداشت:



**9. data** ('deɪtə, 'dɑ:tə) facts; information

- a) The **data** about the bank robbery were given to the F.B.I.
 b) After studying the **data**, we were able to finish our report.
 c) Unless you are given all the **data**, you cannot do the math problem.

اطلاعات، داده، مفروضات، دانسته‌ها (اسم)

الف) اطلاعات مربوط به سرقت بانک به F.B.I داده شد.

ب) پس از بررسی داده‌ها، توانستیم گزارش‌مان را تکمیل کنیم.

ج) شما نمی‌توانید این مسأله ریاضی را حل کنید، مگر این که همه داده‌ها را به شما بدهند.

**Note 4:** F.B.I یا Federal Bureau of Investigation

سازمان فدرالی مجری قوانین، که اصلی‌ترین شاخه تحقیق و تجسس در قوه قضائیه در ایالات متحده آمریکا است.

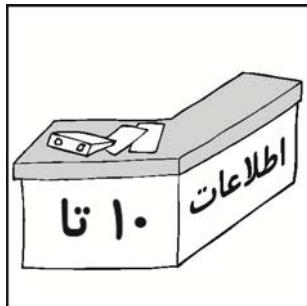
تصویرسازی ذهنی

data: اطلاعات، داده‌ها

تلفظ فارسی: دیت، دات

تداعی: ده تا

جمله کلیدی: ده تا اطلاعات [تازه برات دارم].



تصویرسازی: کلمه اطلاعات شما را یاد چه چیزی می‌اندازد؟ اطلاعات علمی؟ اطلاعات و داده‌های کامپیوتری؟ شاید هم شما را یاد روزنامه و یا میز اطلاعات که جلوی درب ساختمان‌های بزرگ است می‌اندازد. یکی از این‌ها را انتخاب کرده و ده تا از آن را در این ایستگاه در نظر بگیرید و یا یک عدد ده در کنار آن نصب کنید. شاید خود کلمه دیتا را در گفتگوهای روزمره فارسی زبانان نیز شنیده باشید.

مثال از مسیر: جلوی در اتاق‌تان ده تا میز اطلاعات است.

یادداشت:

10. unaccustomed (,ənə'kəstəmd) not used to something

- a) Coming from Alaska, Claude was **unaccustomed** to Florida's heat.
 b) The king was **unaccustomed** to having people disobey him.
 c) **Unaccustomed** as he was to exercise, Vic quickly became tired.

ناآشنا، خو نگرفته، عادت نکرده، نامألوف، غیرعادی (صفت)

الف) از آن جایی که «کلود» اهل آلاسکا بود به گرمای فلوریدا عادت نداشت.

ب) پادشاه به نافرمانی مردم عادت نداشت.

ج) چون «ویک» به ورزش کردن عادت نداشت، سریع خسته شد.

تصویرسازی ذهنی

unaccustomed: غیرعادی، نا آشنا، خو نگرفته، عادت نکرده به

تلفظ فارسی: این اِکِستِمد

تداعی: آن عکست، مُدل

جمله کلیدی: آن عکست مدلش خیلی غیرعادیه.



تصویرسازی: یکی از عکس‌هایتان که مُدل و قیافه عجیب، غیرعادی و ناآشنایی در آن دارید و هنوز خودتان هم با مُدش خونگرفته‌اید را در این ایستگاه نصب کنید. حالا تصور کنید طوری به آن نگاه می‌کنید که تصویر برایتان ناآشناست. وقتی چیزی برایتان ناآشناست و به آن عادت نکرده‌اید، چگونه به آن نگاه می‌کنید؟

مثال از مسیر: به دیوار اتاق‌تان یکی از عکس‌هایتان که مدلش غیرعادی است را نصب کرده‌اید.

یادداشت: