

کتاب الکترونیکی :

10 نکته برای شروع از صفر کنکور

کتاب دکتر کاویانی برای کسانی که

- در نیمه دوم کنکور، حس می کنند خوب نخوندن.
- و یا اینکه فکر میکنند دیگه شکست خوردن.
- و یا اینکه فکر می کنن راهی برای جبران ماه های گذشته نیست.
- و یا اینکه خوب خوندن و میخوان نیمه دوم بترکونن !

نکات مهمی رو میگن که بهشون کمک می کنه نتیجه کنکورشونو متحول

کنن.

شرط استفاده از این کتاب این است که:

این کتاب را حداقل با یک نفر به اشتراک بگذارید.

www.maktabestan.ir

من چه کسی هستم؟

سلام

از شما ممنونم که این کتاب الکترونیکی رو دانلود کردین.

من دکتر علی کاویانی، دانشجوی پزشکی و مدیر تیم کنکوری مکتبستان هستم. طبیعتاً اکثر مخاطبان این کتاب دانش آموزان کنکوری هستند و من را می شناسند، ولی خب اگه با من و مکتبستان آشنایی ندارین، شاید بد نباشد که در گوگل جستجو کنید:

<< مکتبستان >>

و یا اینکه به وبسایت ما مراجعه کنید:

www.maktabestan.ir

دوستدار شما

دکتر علی کاویانی

دوست خوبم

شاید شمایی که الان مشغول مطالعه این کتاب الکترونیکی هستین ،
مانند خیلی از کنکوری های دیگه ، از شرایط فعلی خودتون راضی
نیستین. شایدم دوست داشتین خیلی بهتر از اینا خونده بودین و یا ...
. ولی ازتون میخوام تا انتهای این کتاب الکترونیک کوتاه با من همراه
باشین.

دوست خوبم، کنکور یجوریه که تا میای باهاش هماهنگ شی می بینی
چند ماه گذشته ، روزهای اول تابستون رو به خاطر بیار ، پر انرژی ،
شاد ، همون روزهایی که رویاهاتو تصور می کردی .

نمی دونم رویاهات چی بودن ولی مطمئن هستم اونقدر زیبا بودن که
همین الان هم که بهشون فکر می کنی قند تو دلت آب میشه ، پزشکی
، روپوش سفید، خانوم دکتر ... آقای دکتر ...

ولی ...

شاید الان تو هم مثل خیلی های دیگه خودتو از رویاهات خیلی دور می
بینی. شاید داری به خودت میگی ای کاش بیشتر درس می خوندم ...

ای کاش زودتر به خودم می اومدم ... ای کاش همون تابستون شروع کرده بودم ...

ای کاش ... ای کاش ... ای کاش ...

دوست خوبم ، حال امروزت رو درک می کنم ولی تو باید اینو بدونی که اگر قرار باشه فقط و فقط حسرت گذشته رو بخوری این حسرت ها بازه ادامه دارن...

شاید نوروز بیاد و باز بگی ای کاش، ای کاش همون دی ماه شروع می کردم... شاید کنکور رو بدی و بعدش بگی ای کاش اصلا از همون نوروز شروع می کردم ... می بینی ... اگر بخوای ای کاش بگی تا آخرین روز زندگی باید ای کاش بگی ...

می خوام یک هشدار جدی بهت بدم ، 20 سال بعد رو تصور کن. بنظرت او موقع نمیگی من عاشق پزشکی بودم؟! نمیگی ای کاش همون موقع که کنکوری بودم یک روز به این کاش های لعنتی خاتمه می دادم ، به خودم میومدم و با همه وجود برای هدفم می جنگیدم؟؟ شروع می کردم و روز و شب می خوندم و به رویای کودکی، به پزشکی می رسیدم؟!...

دوست خوبم ، خیلی خوشحالم که داری این کتاب رو می خونی چون
بهت قول میدم این کتاب زندگی تو رو متحول می کنه ، ازت می خوام
تا وقتی این کتاب رو کامل نخوندی تصمیمی نگیری!

این کتاب ، شاید مهم ترین کتابی باشه که در زندگیت خواهی خوند ،
این کتاب بهت کمک می کنه تسلیم نشی و پیش بری و به رویاهات
برسی . این کتاب بهت میگه که تو واسه اسطوره شدن به این دنیا
اومدی، فقط شاید هنوز خودتو باور نداری !

دوست دارم در چندین گام ساده مسیر موفقیت رو واستون ترسیم
کنم. با این کتاب همراه باشین و به همه نشون بدین در این چند ماه
باقی مونده میترکونین و میشین اسطوره کنکور امسال!

خیلیا قبل از این که این مطالب رو واسه شما بنویسم، همشو از زبون
خودم شنیدن و تبدیل شدن به کسایی که الان بهشون افتخار میکنم.
لذا تصمیم گرفتم این بحث های مهم رو بنویسم تا همه بدونن که اگه

بخوان همیشه ☺

محمد هنوزم باورش نمی شه دانشجوی دندون شده!

سال سوم کنکورش بود ، سالهای قبل خوب نخونده بود ، سال سومی هم که قرار بود کنکور بده هنوز لای کتاب رو تا بهمن ماه باز نکرده بود ، تبدیل شده بود به کسی که انگار هر سال در یک روز خاص در یک جلسه آزمون تستی معروف به نام <کنکور> شرکت می کرد .

باهاش جدی صحبت کردم ، گفتم که چی ؟ زندگی ات واست مهم نیست ؟ این روزهایی که میگذره عمر تو نیست ؟ نمی خوای نتیجه بازی رو عوض کنی ؟

کمی مکث کرد و گفت : خب چیکار کنم ؟ راهی هست ؟ میشه ؟

باهاش در مورد تحول صحبت کردم ، بهش گفتم تو می تونی نتیجه بازی رو تغییر بدی، به این شرط که ابتدا باورهاتو تغییر بدی ، اصلا یعنی چی که من نمی تونم موفق شم ؟ مگه اونایی که موفق شدن از فضا اومدن ؟ بشین یک بار با همه وجود بخون و نتیجه بازی رو به نفع خودت تغییر بده !

حدودای بهمن بود . بهش یک برنامه 4 ماهه دادم ، به صورتی که بتونه همه دروس رو در 4 ماه حدوداً 3 بار بخونه ، خوند و خوند و خوند و الان محمد دانشجو دندون پزشکی هست .

میدونی چرا محمد دانشجوی دندون شد؟ چون خودش خواست، خودش خواست و شروع کرد و به رویاش رسید!

اصلا واسه چی می خوامی از الان شروع متفاوتی داشته باشی!!؟

دوست خوبم ، یه خواهش ازت دارم. بیا یک بار دیگه با همه وجود هدفی رو که در قلبمون داریم رو با هم مرور کنیم ، بیا یک بار دیگه رویای کودکی مون رو مرور کنیم .

یادته شاید توی خاله بازی ها نقش پزشک رو بازی می کردی ؟ یادته اقوام بهت می گفت خانوم دکتر آینده ما یا آقای دکتر خانواده ؟ یادته رویات این بود که پزشک شی و به همه رایگان کمک کنی؟

دوس دارم چشمهاتو همین الان ببندی ، همین الان سفر کنی به آینده ... به این فکر کنی که اگه از همین امروز با همه ی وجود بخونی به کجا می رسی ؟ به لحظه های زیباش فکر کن ، به روپوش سفید پزشکی ... به اون روز اولی که میری دانشگاه علوم پزشکی خودت ، به گوشه پزشکی ... به اون لحظه که همه فامیل یکی یکی زنگ میزنن خوتون و بهت تبریک میگن... به اشک شوق مامان و بابا... به بیماری که بهت می گه آقای دکتر ، خانم دکتر ...

دوست گلم ، میخواهم همه این لحظات رو تصور کنی، این لحظات شیرین هستند؟؟ بین ارزشش رو داره که 4 ماه با همه وجود شب و روز بخونی و این لحظات رو تجربه کنی؟؟ به این فکر کن که میصرفه چند ماه از زندگی رو بذاری و در انتها به این لحظات بررسی ؟

اگر جوابت مثبت هست، باید بگم که تو مهمترین گام رو برداشتی ، حالا دیگه می تونی مطمئن باشی که فردا باید شروع متفاوتی داشته باشی 😊 این لحظات حق توئه، پاشو خودتو جمع و جور کن ، اشکاتو پاک کن و واسه نبرد بزرگ 4ماهه خودت آماده رزم شو، تو یه قهرمانی 😊

گوش هانو محکم بگیر !

تو یه هدف بزرگ داری ، هدفی که قابل دست یابی هست ، ولی خیلی ها هستن که حتی تو رویاهاشونم دست یابی به هدف تو رو ندیدن، میدنی چرا؟ چون اونا مثل تو این عزم والا رو ندارن. چون اونا تصمیم گرفتن واسه همیشه یه بازنده باشن ! ولی جالبه یک نکته مهم رو بدونی! اونا می خوان تو هم مثل اونا باشی ، اونا هر روز میان و بهت میگن بی خیال ، همیشه ، خودتو خسته نکن ، اونا دوست دارن تو هم مثل اونا یه بازنده باشی! حواست رو جمع کن عزیزم ، اگه این افراد رو دیدی ازشون فاصله بگیر، گوشاتو بگیر، نذار ناامیدت کنن. اونا نباید ویروس مسری شکست خودشونو به تو هم انتقال بدن!

موفقیت حق توئه ، پس حقتو بگیر، شروع کن 😊

بعضیا زودتر شروع کردند؟ خب پس تو هم سرعتت رو بیشتر کن تا از شون جلو بزنی!

دلیلی نداره که همیشه کسی که زودتر شروع کرده باشه برنده شه ،
تو قراره کنکور بدی . قرار نیست کوه بکنی ، تجربه من ثابت می کنه
که اگه دانش آموزی 4 ماه پایانی رو با یک برنامه منطقی و با تلاش زیاد
درس بخونه ، از خیلی هایی که زودتر شروع کردن هم پیشی می گیره
.

اگه بعضی ها زودتر شروع کردن ، تو حالا سرعتت رو بیشتر کن ،
بیشتر درس بخون ، با برنامه حرفه ای تری درس بخون و به خودت
کمک کن که چند ماه پایانی عملکردی داشته باشی که خیلی ها در 8 ماه
هم نخواهند داشت .

فقط کافیه یک برنامه دقیق داشته باشی و قدری اراده. خیلی زود با
سرعت بیشتر خودت خیلی از کم کاری ها رو جبران می کنی . دیدم که

میگمااا ☺

سعید تسلیم نشد !

حدوداً شاید سه سال پیش بود که اواخر دی ماه سعید اومد گفت :
دکتر کاویانی، سال اول کنکور رو جدی نگرفتم ، نخوندم ، رتبه ام شد
6000 ، همه تحقیرم کردن ... ، همه بهم سرکوفت زدن...

ولی دکتر همه اینها رو بی خیال ، مشکل اینه که الان هم که سال دوم
کنکورم هست تا این جای کار که دی ماه هست کار خاصی نکردم ، ای
کاش اصلاً زنده نبودم که این روزهای لعنتی رو ببینم ! ☹️

با سعید صحبت کردم ، تعالیم و برخی از سر فصل های همین کتابی رو
که هنوز اون موقع ننوشته بوم و بهش گفتم ، یک برنامه 4 ماهه دقیق
واسش ریختم . یک برنامه که به صورت دقیق کارهای 4 ماه آتی رو
مشخص میکرد و اگه سعید واقعا بهش پایبند می بود میتونست باهاش

2 الی 3 بار همه دروس رو بخونه!

سعید به خودش اومد ، شروع کرد و با برنامه 4 ماهه، حدوداً 3 بار
دروس رو خوند و شاید باورتون نشه ، الان سعید دانشجوی پزشکی

علوم پزشکی مشهد هست !!!

منتظر شرایط آرمانی و ایده آل نباش

خیلی وقت ها وقتی بچه ها می خوان شروع کنن فکر می کنن باید همه شرایط آرمانی باشه . مثلاً میگن خب الان که بهمن هست ، دیگه وقت نیست . صبر کنم ایشالله واسه کنکور سال بعدی از تیر ماه با خیال راحت و برنامه عالی شروع می کنم!!!

ولی ...

دوست خوبم، اگر منتظر شرایط ایده آلی، مطمئن باش که همیشه تا آخر عمر باید منتظر باشی. به خودت بیا ، بی خیال شرایط شو ، مهم نیست چه کتابی داری ، مهم نیست چقدر خوندی ، مهم نیست اوضاع درسیت چجوریه، فقط ازت می خوام با همه وجود و از همین الان شروع کنی ، شروع کن ، با هر چی که داری ، با هر شرایطی که توش قرار داری. با هر وضعیتی که داری مطمئن باش برنده آخر این داستان تو میشی ! رمزش فقط دو کلمه ساده است : شروع کن !

اتافتو مرتب کن ، وقت نبرد هست!

هر چی که تا الان بهت گذشته رو فراموش کن ، پاشو ، اتافتو مرتب کن ، کتاب هاتو جمع و جور کن، هر چیزی رو که واسه جنگیدن در این 4 ماه نیاز داری رو بذار تو اتافت و الباقی کتاب ها و ... رو بذار بیرون .

دوست دارم اتافتو جوری مرتب کنی که هر کسی که اتافت رو می بینه بگه به به . عجب گل پسری، چه خانوم کدبانویی 😊

اتافت که مرتب باشه ذهنت هم منظم میشه ، می تونی با خیال راحت 4 ماه، خودتو از این دنیا جدا کنی و در آرامش بخونی و در انتهای این 4 ماه موفقیتت رو جشن بگیری .

یک نامه به من بنویس

شاید از این بخش خوشتر نیاد و بگی خب که چی؟ چی میشه؟ ولی من ازت می‌خوام یک نامه به من بنویسی و توی نامه یک سری قول‌ها بهم بدی:

قول بده تسلیم نشی، قول بده با همه وجود وقت بذاری، قول بده به شکست فکر نکنی، قول بده هر شب 5 دقیقه به رویاهات فکر کنی، قول بده تا بهش نرسیدی دست از تلاش بر نداری، قول بده ...

مطمئن باش وقتی قول‌هاتو بنویسی، ذهن ناخودآگاهت فعال میشه و بهت کمک می‌کنه که به قول‌هات عمل کنی. دیدم که میگمااااا 😊

آها داری میپرسی نامه رو چجوری بهم برسونی؟

خیلی ساده، توی بخش نظرات لینک زیر میتونی نامت رو بنویسی.

فقط لطفا خیلی کوتاه باشه که زیاد هم وقتت رو نگیره 😊

<http://maktabestan.ir/baname>

به فکر خودتون باشین

وقتی تصمیم خودتو گرفتی و عزم خودتو جزم کردی، حالا وقتشه که به فکر جسم خودتم باشی. بدنت باید این 4 ماه با تو همراهی کنه و کم نیاره .

دوست خوبم ، هر روز تو این 4 ماه حدود 10 لیوان آب بخور .

سعی کن به جای شکلات ها و غذاهای قندی ، میوه بخوری .

سعی کن حتماً روزی 7 ساعت خواب مفید شبانه داشته باشی .

سعی کن قبل از ساعت 6 صبح از خواب پاشی .

سعی کن حواست به سلامتیت باشه که یه وقت سرما نخوری و مریض نشی .

سعی کن همه فکر و ذکرت این باشه که این 4 ماه هیچ چیزی تتونه سد

راه مبارزت باشه ، امسال سال توئه !

ثابت قدم باش ، هر روز بهتر از دیروز

باید به تلاشت پیوسته ادامه بدی ، باید واسه هر روزت برنامه داشته باشی. اینجوری نباشه که یک روز بخونی و یک هفته بی خیال درس شی ، من بهت قول دادم که اگه کل 4 ماه با همه وجود بخونی، به رویاهات میرسی. فقط باید تلاشت پیوسته ادامه داشته باشه.

همین الان به خودت قول بده که قدر تک تک روزهای این 4 ماه رو بدونی ، این 4 ماه با همه ماه های دیگه عمرت فرق داره ، این 4 ماه واسه تو یک پيله هست، پيله ای که در انتهای اون ازش بیرون میای و اون موقع دیگه بهت می گن خانوم دکتر ... ، آقای دکتر ...

از شکست تترس

هر مبارزه ای پیروزی و شکست داره... اصلا مهم نیست .

مهم اینه که توی این نبرد فقط باید برای پیروزی بری تو میدون .
همین 4 ماهه ، 4 ماه برای پیروزی بجنگ ، قول میدم رسیدن به
پزشکی و دندون پزشکی و هر رشته ای که بخوای دور از دسترس
نیست!

بخون ، تلاش کن ، ادامه بده ، موفق شو ، پیروزیت رو جشن بگیر !!!
حق توئه که پیروز باشی ، واسه پیروزی وارد این میدون 4 ماهه شو !!!
ای کاش می تونستم تک تک کسانی رو که با چشم دیدم که در این
فرصت 4 ماه به رویاهای زیباشون رسیدن رو اینجا معرفی کنم، ولی
خب حاجت به تفصیل کلام نیست ، تجربه من نشون داده که اگه
کنکوری ها در 4 ماه پایانی به خودشون بیان و با برنامه دقیق و منظم
بخونن، با شانس بالایی به موفقیت می رسن .

بچه ها ، به هر حال شما الان صفره صفر نیستین، بالاخره یه چیزهایی خوندین ، همیشه شنیدیم که مثلا یه دانش آموزی در طول سال زیاد درس نخوند و شب امتحان تلاش زیادی داشت و نمرش خیلی بالا شد !

الان مته همون موقع هاست، الانم شب امتحان کنکوره ، همه شما تا الان به هر حال مطالعه ای داشتین، ولی الان وقتشه که برای شب امتحان کنکور بخونین ، این 4 ماه شب امتحان کنکور شماست! قدر شب امتحان کنکور رو بدونین ، با همه قوا و انرژی بخونین. ارزشش رو داره که 4 ماه با همه وجود بجنگی و در انتها بهت بگن : آقای دکتر ... خانوم دکتر ... !

بچه ها یکی از چیزی که بی نهایت به شما در این 4 ماه کمک می کنه یه برنامه حرفه ای است ، برنامه ای که مسیر موفقیت رو واسه شما ترسیم کنه .

استرس هاتو بر طرف کنه و خیالتو راحت کنه که این 4 ماه دیگه می دونی برای رسیدن به هدفت هر روز باید چیکار کنی.

شاید بررسی اینجور برنامه رو کجا دارن؟

جوابش مشخصه، مکتبستااان ☺

پکیج برنامه 4 ماهه مکتبستان به شما حس شادی و تلاش بی وقفه برای رسیدن به رویاهاتو میده .

همه چیزهایی که نیاز باشه همراه پکیج برنامه 4ماهه مکتبستان هست، کلی جزوه مرور سریع دروس ، فیلم های تدریس مباحث دشوار، باشگاه انگیزشی دکتر کاویانی، فایل های صوتی آلفای ذهنی، 50جلسه مشاوره ویژه برای موفقیت در 4ماه، پنل پاسخگویی به سوالات و ...

کافیه یا بازم بگم؟ ☺

خب، چجوری برنامه رو تهیه کنیم؟

برای تهیه برنامه 4 ماهه مکتبستان می تونین عدد **400** رو به شماره 3000700460 پیامک کنین. مشاورین ما با شما تماس میگیرن و شما رو راهنمایی می کنند.

sms : 3000700460

همچنین برای اطلاعات بیشتر میتونین لینک زیر رو ببینین:

<http://maktabestan.ir/barname>

موفقیت تو ، آرزوی منه ...

#بدرخش

#برس

#برو



ارادتمند شما، دکتر علی کاویانی

مدیریت مکتبستان