

Claudiu Neacșu

METODA CELOR CINCI COSTUME

Ghid de învățare rapidă



CUPRINS

17	SECȚIUNEA 1
17	PRIMELE TEHNICI DE ANTRENAMENT
31	SECȚIUNEA 2
54	SECȚIUNEA 3
190	SECȚIUNEA 4

INTRODUCERE

Cred că toți oamenii și-ar dori să folosească pastila numită NZT, însă fără să sufere din cauza efectelor ei secundare.

Dacă nu ai văzut filmul „Limitless” („Fără limite”), îți spun acum pe scurt aici ideea cea mai importantă a lui.

În filmul „Limitless” sunt prezentate efectele unui drog sintetic numit NZT. Dacă cineva înghite o pastilă NZT, timp de 12 ore are o memorie fenomenală (își amintește cu precizie microscopică orice fel de detaliu dorește, adică își amintește la milimetru tot ceea ce a citit, a văzut, a auzit, a simțit, a mirosit, a gustat sau a trăit în întreaga lui viață), are o inteligență la nivel de super-geniu, creativitate uriașă, capacitate de a rezolva ultrarapid orice fel de probleme.

Altfel spus, cine înghite NZT poate memora ultraaccelerat și pentru totdeauna orice fel de informații, poate învăța fulgerător orice limbă străină, poate deveni instant un matematician strălucit, poate învăța și practica imediat întreaga știință medicală, poate rezolva pe loc orice fel de situații sau probleme, chiar și cele aparent imposibil de rezolvat. Mai pe scurt spus, chiar și un om foarte prost devine super-geniu după ce înghite o pastilă de NZT.

clare. Ele îți rămân în memorie, chiar și fără să faci un efort conștient pentru asta.

De fapt, aceasta este tehnica de bază în METODA CELOR CINCI COSTUME.

Bineînțeles, textele pe care le ai de învățat pentru tot felul de examene sunt mult mai lungi și mai complexe. În continuare vei vedea detaliile complete ale tehnicilor din METODA CELOR CINCI COSTUME.

Antrenamentul prin care tu să deprinzi METODA CELOR CINCI COSTUME cuprinde două tehnici.

În prima tehnică vei exersa metoda de extragere a elementelor din tot felul de texte. Vei deprinde această metodă făcând și văzând. Pornești de la texte de dimensiuni mici, apoi, în mod gradat, treci la texte din ce în ce mai mari.

În a doua tehnică vei exersa modul în care să reconfigurezi sub o formă vizuală elementele extrase din texte, precum și legăturile dintre elemente. De asemenea, vei înțelege secretul din METODA CELOR CINCI COSTUME.

Pe scurt: prin multă practică, vei deprinde METODA CELOR CINCI COSTUME.

Este foarte important să parcurgi întocmai toate exercițiile din această carte. Numai așa vei ajunge să stăpânești METODA CELOR CINCI COSTUME.

SECȚIUNEA 1.

Primele tehnici de antrenament

Text A:

În fața casei se află o grădină.

Acest text are 2 elemente.

Notează-le pe hârtie.

Apoi verifică răspunsul, citind lista de mai jos.

.....

Rezolvare:

Lista cu elementele din textul A:

- casă
- grădină

Repetă sub cât mai multe forme elementele și legăturile dintre elemente.

Exemple:

Grădina se află în fața **casei**.

Casa are în fața ei o **grădină**.

Noi putem vedea o **grădină** în fața **casei**.

Text B:

Automobilele se deplasează pe roți.

Acest text are 2 elemente.

Notează-le pe hârtie.

Apoi verifică răspunsul, citind lista de mai jos.

.....

Rezolvare:

Lista cu elementele din textul B:

- **automobile**
- **roți**

Repetă sub cât mai multe forme elementele și legăturile dintre elemente, așa cum ai văzut în exemplele pentru textul A.

Text C:

Orașul Paris se află în Europa.

Acest text are 2 elemente.

Notează-le pe hârtie.

Apoi verifică răspunsul, citind lista de mai jos.

.....

Rezolvare:

Lista cu elementele din textul C:

- **Paris**
- **Europa**

Repetă sub cât mai multe forme elementele și legăturile dintre elemente, așa cum ai văzut în exemplele pentru textul A.

Text D:

Studentii merg la Universitate.

Acest text are 2 elemente.

Notează-le pe hârtie.

Apoi verifică răspunsul, citind lista de mai jos.

.....

Rezolvare:

Lista cu elementele din textul D:

- **studenți**
- **Universitate**

Repetă sub cât mai multe forme elementele și legăturile dintre elemente, așa cum ai văzut în exemplele pentru textul A.

Text E:

Dacă ești disciplinat, este ușor să înveți.

Acest text are 2 elemente.

Notează-le pe hârtie.

Apoi verifică răspunsul, citind lista de mai jos.

.....

Rezolvare:

Lista cu elementele din textul E:

- **disciplină**
- **învățare**

Repetă sub cât mai multe forme elementele și legăturile dintre elemente, așa cum ai văzut în exemplele pentru textul A.

Text F:

Succesul vine numai după ce crezi în succes.

Acest text are 2 elemente.

Notează-le pe hârtie.

Apoi verifică răspunsul, citind lista de mai jos.

.....

Rezolvare:

Lista cu elementele din textul F:

- **succes**
- **credință**

Repetă sub cât mai multe forme elementele și legăturile dintre elemente, așa cum ai văzut în exemplele pentru textul A.

Text G:

Creierul tău poate fi extrem de eficient.

Acest text are 2 elemente.

Notează-le pe hârtie.

Apoi verifică răspunsul, citind lista de mai jos.

.....

Rezolvare:

Lista cu elementele din textul G:

- **creier**
- **eficiență**

Repetă sub cât mai multe forme elementele și legăturile dintre elemente, așa cum ai văzut în exemplele pentru textul A.

Text H:

Concentrează-te mereu la scopul tău.

Acest text are 2 elemente.

Notează-le pe hârtie.

Apoi verifică răspunsul, citind lista de mai jos.

.....

Rezolvare:

Lista cu elementele din textul H:

- **concentrare**
- **scop**

Repetă sub cât mai multe forme elementele și legăturile dintre elemente, așa cum ai văzut în exemplele pentru textul A.

Text I:

Nu trebuie să te temi deloc de examene.

Acest text are 2 elemente.

Notează-le pe hârtie.

Apoi verifică răspunsul, citind lista de mai jos.

.....

Rezolvare:

Lista cu elementele din textul I:

- **frică**
- **examene**

Repetă sub cât mai multe forme elementele și legăturile dintre elemente, așa cum ai văzut în exemplele pentru textul A.

Text J:

Tot ceea ce înveți, înveți pentru viața ta.

Acest text are 2 elemente.

Notează-le pe hârtie.

Apoi verifică răspunsul, citind lista de mai jos.

.....

Rezolvare:

Lista cu elementele din textul J:

- **învățare**
- **viață**

Repetă sub cât mai multe forme elementele și legăturile dintre elemente, așa cum ai văzut în exemplele pentru textul A.

Text L:**Viața în orașele mari este mai agitată.**

Acest text are 3 elemente.

Notează-le pe hârtie.

Apoi verifică răspunsul, citind lista de mai jos.

.....

Rezolvare:

Lista cu elementele din textul L:

- **viață**
- **orașe mari**
- **agitație**

Repetă sub cât mai multe forme elementele și legăturile dintre elemente, așa cum ai văzut în exemplele pentru textul A.

Text M:**Toți oamenii au resurse uriase în creierul lor.**

Acest text are 3 elemente.

Notează-le pe hârtie.

Apoi verifică răspunsul, citind lista de mai jos.

.....

Rezolvare:

Lista cu elementele din textul M:

- **oameni**
- **resurse uriase**
- **creier**

Repetă sub cât mai multe forme elementele și legăturile dintre elemente, așa cum ai văzut în exemplele pentru textul A.

Text N:**Nu este ceva neplăcut să înveți, ci, dimpotrivă, este plăcut.**

Acest text are 3 elemente.

Notează-le pe hârtie.

Apoi verifică răspunsul, citind lista de mai jos.

.....

Rezolvare:

Lista cu elementele din textul N:

- **neplăcere**
- **învățare**
- **plăcere**

Repetă sub cât mai multe forme elementele și legăturile dintre elemente, așa cum ai văzut în exemplele pentru textul A.

Text O:

Trebuie să înveți pentru viață, nu pentru note.

Acest text are 3 elemente.

Notează-le pe hârtie.

Apoi verifică răspunsul, citind lista de mai jos.

.....

Rezolvare:

Lista cu elementele din textul O:

- învățare
- viață
- note

Repetă sub cât mai multe forme elementele și legăturile dintre elemente, așa cum ai văzut în exemplele pentru textul A.

Text P:

Orice problemă, chiar dacă este dificilă, are o rezolvare.

Acest text are 3 elemente.

Notează-le pe hârtie.

Apoi verifică răspunsul, citind lista de mai jos.

.....

Rezolvare:

Lista cu elementele din textul P:

- problemă
- dificultate
- rezolvare

Repetă sub cât mai multe forme elementele și legăturile dintre elemente, așa cum ai văzut în exemplele pentru textul A.

Text R:

Pregătirea examenelor trebuie să se facă temeinic.

Acest text are 3 elemente.

Notează-le pe hârtie.

Apoi verifică răspunsul, citind lista de mai jos.

.....

Rezolvare:

Lista cu elementele din textul R:

- pregătire
- examene
- temeinicie

Repetă sub cât mai multe forme elementele și legăturile dintre elemente, așa cum ai văzut în exemplele pentru textul A.