

(Topic - स्मरण की परिभाषा Definition of remembering):
स्मरण को शक्ति सिद्ध सिद्धांतवादियों ने एक मानसिक शक्ति माना। उनके अनुसार स्मरण एक मानसिक शक्ति है, जिसे अभ्यास या प्रशिक्षण द्वारा बढ़ाया जा सकता है। पारंपरिक मनोवैज्ञानिकों के अनुसार स्मरण एक मानसिक प्रक्रिया है, मानसिक शक्ति नहीं। जिन प्रक्रियाएँ सुवेदना, प्रत्यक्षीकरण, ध्यान आदि मानसिक प्रक्रियाएँ हैं, उसी प्रकार स्मरण भी एक मानसिक प्रक्रिया है। इस मानसिक प्रक्रिया के द्वारा पूर्व अनुभूतियाँ या सीखी गई बातों को व्यक्ति वर्तमान चेतना में लाता है। किन्हीं विषयों को स्मरण करने से चेतना में लाने में सफलता को स्मरण कहते हैं, जिसे स्मृति सिद्ध (Memory Recall) कहते हैं। स्मृति सिद्ध के निर्माण की इसी प्रक्रिया को धारण (Retention) कहते हैं। धारण के आध्यात्मिक रूप में व्यक्ति सीखे गये विषयों को चेतना में ला पाता है। सीखी गई बात या पूर्व अनुभव वास्तव में स्मृति सिद्ध के रूप में सुरक्षित रहते हैं। स्मृति सिद्ध के दुर्बल हो जाना या भिन्न होना या व्यक्ति अपने पूर्व अनुभव को अपनी वर्तमान चेतना में लाने में सफल नहीं होता है। इसे हम विस्मरण कहते हैं। जैसे एक दिन एक शिक्षक ने अपने एक छात्र को बताया कि अमावासी सबसे छोटा जीव है। दो-चार दिनों के बाद जब शिक्षक ने उस छात्र से सबसे छोटा जीव का नाम बतलाने के लिए कहा तो उसने अट अमावासी कहा। इसका अर्थ यह हुआ कि अमावासी से सम्बंधित पूर्व अनुभव उस छात्र के मस्तिष्क में स्मृति सिद्ध के रूप में सुरक्षित था। इसलिए, वह उस नाम को बतलाने अर्थात् चेतना में लाने में सफल हुआ। अतः पहले सीखी गई सामग्री के स्मृति सिद्धों को धारण करने तथा उन्हें वर्तमान चेतना में लाने की क्रिया को स्मरण कहते हैं।