

(Topic - स्मरण की परिभाषा Definition of remembering)  
स्मरण को वास्तव स्थिति सिद्ध करने वाली प्रक्रियाओं में एक मानसिक  
शक्ति माना जाता है। उनमें अनुभव स्मरण एक मानसिक शक्ति है,  
जिसमें अभ्यास या प्रशिक्षण द्वारा बढ़ाया जा सकता है। परन्तु  
आधुनिक मनोवैज्ञानिकों के अनुसार स्मरण एक मानसिक  
प्रक्रिया है, मानसिक शक्ति नहीं। जिस प्रकार सुवेदना,  
प्रत्यक्षीकरण, ध्यान आदि मानसिक प्रक्रियाएँ हैं, उसी प्रकार  
स्मरण भी एक मानसिक प्रक्रिया है। इस मानसिक प्रक्रिया के  
द्वारा पूर्व अनुभवों या सीखी गई बातों का धारण वर्तमान  
चेतना में लाया जाता है। किसी विषय का स्मरण करने से  
कौशल में सुधार आता है, जिसे स्मृति सिन्ड्रोम  
(Memory Traces) कहते हैं। स्मृति सिन्ड्रोम के निर्माण  
की इसी प्रक्रिया को धारण (Retention) कहते हैं।  
धारण के अभाव में ही उपस्थित सीखे गये विषय को चेतना  
में लाया जाता है। सीखी गई बात या पूर्व अनुभव वास्तव में  
स्मृति सिन्ड्रोम के रूप में सुरक्षित रहते हैं। स्मृति सिन्ड्रोम के  
दुर्बल हो जाने या भिन्न होने पर उपस्थित 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 अमीबा 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 भर अमीबा  
कहा। इसका अर्थ यह हुआ कि अमीबा से सम्बंधित  
पूर्व अनुभव उस छात्र के मस्तिष्क में स्मृति सिन्ड्रोम 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 सिन्ड्रोम को धारण करने तथा उन्हें वर्तमान चेतना  
में लाने की क्रिया को स्मरण कहते हैं।