

الطبيعي للذاكرة وسائل الاعلام المقروءة والمسموعة والمرئية ، واللقاءات العائلية والاجتماعية والتنقل والسفر لمسافات قصيرة او بعيدة بشتى وسائل النقل .

اما الاستثمار الضعيف لظروف وعوامل النشاط الطبيعي للذاكرة فإنه لا بد وان يؤدي الى ضعف الذاكرة وتفاقم حالة النسيان وعدم الانتباه لدى الانسان .

وهنا يأتي دور التمارين المنتظمة وبرامج تأهيل الذاكرة بلا مشقة . هذه البرامج تعمل العجائب اذ تمنح الانسان قدرة عجيبة على حفظ واسترجاع المئات من الاسماء المدرجة ضمن عشرات الصفحات . كما ان هذه البرامج تيسر للانسان عملية استيعاب المناهج المدرسية بشكل منقطع النظير .

يرافق ذلك امتلاك الانسان مهارة فائقة على استرجاع المعلومات اثناء الامتحانات بدون جهد يذكر . ولن يتوقف القلم بينما هو ينهال بالمعلومات على اوراق الامتحان . مثل هذه الذاكرة تستحق كل الاعتراز والزهو والسرور .

لقد اثبت العلم ان من خصائص الانسان انه يمتلك مهارة الابداع الذهني في مخيلته اذ يبيل الى تكوين الصورة الذهنية في مخيلته كما انه قادر ايضا على الربط بين تلك الصور اي دمجها مع بعضها البعض .

وما بناء القصور في الهواء او في الخيال الادليا جليا على حالة الابداع والتصوير الذهني الخارق لدى الانسان . هذه الظاهرة تفسر حالة استغراق الانسان احيانا ، ولبضعة ثوان ، في فترة سرحان او غياب فكري . في هذه الجولة الفكرية يفترق ذهن الانسان عن عالم المادة كي يريح نفسه برسم او تذكر صبور من احداث الماضي ، او لقطات من