



"تعرف إلى ذاكرتك"

رولا شيا

الإثنين 4 شباط 2019



هو الكتاب السابع والعشرون من سلسلة علوم الإيزوتيريك، والذي يعاد إصداره في طبعة خامسة منقحة ومضاف إليها. "تعرف إلى ذاكرتك"، بقلم الدكتور جوزيف مجدلاني (ج ب م)، يضم 96 صفحة من الحجم الوسط، منشورات أصدقاء المعرفة البيضاء، بيروت- لبنان.

يقدم الدكتور جوزيف مجدلاني من خلال مؤلفه "تعرف إلى ذاكرتك"

حقائق غير مسبوقه تهّم كل فرد في كشف غوامض الذاكرة، شارحًا أنّ الذاكرة هي أكثر ممّا نعرف عنها، وأوسع بكثير... فهي تتدرّج في أنواع ومراتب ومقدرات وأبعاد وعي عدّة، ويتمدّد نشاطها عبر الزمن.

من جديد موضوعات الكتاب أنّه يتحدّث عن أنواع عدّة من الذاكرة مترابطة بعضها ببعض وكامنة في باطن كل إنسان... فالذاكرة من منطلق علوم الإيزوتيريك "تُعتبر الدرجة الأولى على سُلّم امتلاك المعرفة الشاملة..." وهي "أشبه بنافذة صغيرة يطلّ منها المرء على العالم الداخلي في كيانه". كما أنّ "الذاكرة هي القسم الأكثر وعيًا في الجزء الواعي من الإنسان" وهي "القسم المتفتّح والناشط والمنظّم من الواعي، أي القسم المكتّف تركيزًا منه".

"تعرفّ إلى ذاكرتك" يضمّ باقة من المواضيع المهمّة حول الذاكرة في قسمين. حيث القسم الأول يلقي الضوء على ماهية الذاكرة أصلها وطبيعتها، ثمّ يتوسّع في شرح آلية عملها وأسباب تفاوت مقدرات الذاكرة، بين شخص وآخر. كما ويبين علاقتها بالتركيز الذهني ووعي الظاهر.

أمّا القسم الثاني، فيتعمّق في الفارق بين الذاكرة ووعي الباطن والعلاقة بينهما، ويسلّط الضوء على الفارق بين الذاكرة والكمبيوتر متوسّعًا في شرح أنواع الذاكرة المختلفة. ويختم الكتاب بتقديم مستلزمات أوليّة لتفعيل الذاكرة مع إرشادات وتمارين تطبيقية لتقويتها وتطويرها. فالإحصاءات تشير إلى أنّ عددًا كبيرًا من البشر على مختلف فئاتهم - لا سيّما طلاب المدارس والجامعات - يشكون ضعف الذاكرة، ويتمنّون لو ينعمون بذاكرة نشيطة تساعدهم على نجاح متزايد في أعمالهم ودراساتهم ومشاكلهم اليوميّة. لهؤلاء ولكلّ من يرغب في التمتع بذاكرة قوية، "تعرفّ إلى ذاكرتك" هو المنهج العملي لتحقيق ذلك...