

(الرجوع بالذاكرة إلى الوراء)

الرجوع بالذاكرة إلى الوراء يعني السماح لعقلك أن يحل مشكلة ما بينما تكون منشغلا بشئ آخر في نفس اللحظة  
وسواء كنت تحاول حل مشكلة ما أو تتذكر اسم شخص ما فإن الرجوع بالذاكرة إلى الوراء يعمل دائما على مساعدتك ، فهي تحفز عقولنا الهادئة التي تتمتع أحيانا بالذكاء على العمل من اجلنا لحل القضايا التي لا نملك حلولا مباشرا لها كما أنها تمنح العقل فرصة لاكتشاف الحقائق دون أي ضغوط أو قيود .  
فجميع أمورنا و ذكرياتنا ومشاكلنا تختزنها الذاكرة في الما شعور وتصبح في شريحة مشفرة  
لايمكن لك اختراقها إلا في حاله واحده ( حين تقوم أنت باستدعاء المعلومات أو الذكرى التي ترغب بتواجدها في تلك اللحظة )