

लतीफों से इलाज नहीं निदान

डॉ. डी. बालसुब्रमण्यन

आपने कई बार सुना होगा कि हंसना सर्वोत्तम चिकित्सा है। अलबत्ता यदि मनोविज्ञान के शोधकर्ताओं की बात सुनें तो हंसना इलाज नहीं मात्र एक लक्षण है। वे बताते हैं कि किसी लतीफे को समझने और उसका लुत्फ उठाने की क्षमता इस बात का द्योतक है कि आपका दिमाग कितना बढ़िया काम करता है। वे यह भी बताते हैं कि उम्र के साथ हास्य को सराहने की क्षमता कम होती जाती है। जैसे-जैसे सठियाने की स्थिति आती है, वैसे-वैसे चुटकुलों की समझ और विनोदप्रियता दोनों कम होते जाते हैं।

दार्शनिक एमेनुएल कान्ट और आर्थर शोपेनहौर का मत है कि हास्य की सृष्टि बेमेलपन - अपेक्षित और वास्तविक के बीच टकराव - के एहसास से होती है।

आगे चलकर, लेखक आर्थर कोसलर ने मत व्यक्त किया कि हास्य सृजन का कार्य है। आजकल के मनोवैज्ञानिक बताते हैं कि हास्यबोध यानी किसी लतीफे को समझने की क्षमता के दो हिस्से हैं। ये दो हिस्से होते हैं: अचरज का तत्व और समाधान या सुसंगति। आयोवा विश्वविद्यालय के मनोवैज्ञानिक जेरी एम. सुल्स के अनुसार लतीफों और कार्टून्स का रसास्वादन जानकारी के प्रोसेसिंग की प्रक्रिया है जो दो भागों में होती है।

आश्चर्य तत्व

बेमेलपन या आश्चर्य का तत्व साधारण को असाधारण से अलग करता है जबकि सही समाधान जो आश्चर्यजनक भी हो और सुसंगत भी हो, वह हमें लतीफा 'पकड़ने' में मदद करता है। लतीफे की 'पंच लाइन' वास्तव में तार्किक मगर कम स्वाभाविक व्याख्या होती है।

यह रहा मेरा प्रिय उदाहरण। आततायी सुल्तान अपने कीमती अरबी घोड़े पर टहलते हुए सड़क पर एक युवक को देखता है। युवक हूबहू उसकी नकल है। वह युवक

से पूछता है:

“क्या तुम्हारी मां कभी हरम में आई थी?”

युवक जवाब देता है, “नहीं, मेरे पिता ज़रूर जाते थे!” समझ में आया?

किसी लतीफे को समझना या सुलझाना एक मानसिक प्रक्रिया है - सृजन का कार्य है। इसके लिए कई वैकल्पिक विचारों से खेलना होता है और दिमागी परिप्रेक्ष्य बदलना होता है। जब समाधान हो जाता है तब खुशनुमा राहत मिलती है। बुढ़ापे के साथ समाधान करने की यह क्षमता कम हो जाती है। किसी बुजुर्ग व्यक्ति की मानसिक सेहत के आकलन के लिए मनोवैज्ञानिक इसी पहलू का इस्तेमाल करते हैं।

ऐसा लगता है कि दिमाग में हास्य के रसास्वादन का हिस्सा खोज लिया गया है। टोरोन्टो विश्वविद्यालय की डॉ. प्रतिभा शिम्मी और डोनाल्ड स्टुस ने बुजुर्गों के दो समूहों के साथ काम किया - सामान्य बुजुर्ग और दूसरे ऐसे बुजुर्ग जिनके दिमाग के अगले हिस्से (फ्रंटल लोब) में छोटी-मोटी खराबे थीं।

दोनों समूहों को कुछ चुटकुले दिए गए और उनकी समझने की क्षमता की तुलना की गई। प्रत्येक चुटकुले में एक प्रारंभिक स्थिति प्रस्तुत की जाती है। उसके बाद कई पंच लाइन्स दी जाती हैं। व्यक्तियों से कहा गया था कि उनमें से कोई भी पंच लाइन लेकर चुटकुला पूरा करें।

दिए गए चार कथनों में से एक तो मज़ेदार निष्कर्ष था। दूसरा हास्यपूर्ण मगर असंबद्ध कथन था जिसमें अंत का कोई सम्बंध प्रारंभिक स्थिति से नहीं था। तीसरा असम्बंधित कथन था और अंतिम वाला एक सीधा सादा निष्कर्ष था, जो सुसंगत तो था मगर उसमें आश्चर्य का कोई तत्व न था।



शारीरिक उठाके: सीमित भूमिका

इनका एक उदाहरण देखिए। एक पड़ोसी उधार लेने मि. स्मिथ के पास आता है और कहता है, “क्या आप आज दोपहर में अपनी घास काटने की मशीन का उपयोग करेंगे?” स्मिथ कहता है, “हां, करूंगा।”

पड़ोसी का जवाब: “बहुत बढ़िया, तब आपको अपने गोल्फ क्लब की ज़रूरत नहीं होगी। क्या वह मुझे दे सकते हैं?” (मज़ेदार जवाब)

“उफ” वह चीखा क्योंकि चलते-चलते वह खंभे से टकरा गया था।” (मज़ेदार मगर असम्बंधित)

“ठीक है, तो जब आपका काम हो जाए, तब मैं ले लूंगा।” (सपाट जवाब)

“चिड़िया हमेशा मेरी घास के बीज चुग जाती है।” (असम्बंधित)

शिमी और स्ट्रूस ने 8-8 वालंटियर्स के दो समूहों को ऐसे 16 लतीफा मूल प्रस्तुत किए थे। हरेक के साथ चार-चार अंतिम कथन थे। इसके अलावा उन्हें कई संज्ञान परीक्षण भी दिए गए थे। इनके आधार पर उन्होंने सामान्य स्वस्थ बुजुर्ग व्यक्तियों के प्रदर्शन की तुलना सामान्य स्वस्थ युवा व्यक्तियों के प्रदर्शन से की।

दिलचस्प बात थी कि स्वस्थ लोगों - युवा और बुजुर्ग दोनों - ने मज़ेदार जवाब को सही चुना और संज्ञान परीक्षण में लगभग एक-सा प्रदर्शन किया। शेक्सपीयर के शब्दों में स्वस्थ लोगों में विनोदप्रियता या संज्ञान न तो उम्र से मुरझाते हैं, न बासी पड़ते हैं। मगर फ्रंटल लोब में घावों से ग्रस्त लोगों का प्रदर्शन कमज़ोर रहा। इसके आधार पर इन शोधकर्ताओं ने निष्कर्ष निकाला कि दाहिना फ्रंटल लोब वह जगह है जहां मस्तिष्क हास्य प्रोसेसिंग करता है।

सेन्ट लुइस के वाशिंगटन विश्वविद्यालय के डॉ. विंग्युन मैक और ब्रायन कारपेंटर ने इस काम को आगे बढ़ाया है। उनका निष्कर्ष है कि आम तौर पर हास्य व संज्ञान क्षमताओं के परीक्षणों में उम्रदराज़ लोग युवाओं की अपेक्षा कमज़ोर प्रदर्शन करते हैं। इससे लगता है कि हास्य बोध में उम्र के साथ कुछ कमी आती है।

इन शोध पत्रों को पढ़ते हुए और इनमें इस्तेमाल किए

गए लतीफों को देखते हुए यह विचार आता है कि लतीफों का सांस्कृतिक संदर्भ क्या है। हार्टफोर्डशायर विश्वविद्यालय के रिचर्ड वाइसमैन ने अपने कई शोध पत्रों में बताया है कि यू.के., ऑस्ट्रेलिया और न्यूज़ीलैण्ड के लोगों को शब्दों के साथ छेड़छाड़ करने वाले लतीफे पसंद आते हैं। अमरीकी व कनाडियन लोगों को ऐसे चुटकुले पसंद आते हैं जिसमें किसी व्यक्ति को बेवकूफ दिखाया जाता है। युरोपीय लोग थोड़े अतिथार्थवादी चुटकुले पसंद करते हैं। यहूदियों का हास्यबोध आम तौर पर स्व केंद्रित होता है और ऐसा माना जाता है कि यह बेबस व कमज़ोर लोगों के लिए दबाव कम करने का एक तरीका है। और बताते हैं कि जापान में चुटकुले सुनाने की घटना देखना दुर्लभ है।

इसलिए यदि हम भारतीय लोगों में लतीफा बोध का अध्ययन करना चाहते हैं तो बेहतर होगा कि पहले हम यह पता कर लें कि हमें किस किस के लतीफों में मज़ा आता है।

यदि यह मान लिया जाए कि बुढ़ापे के साथ सठियाना भी आता है तो सवाल यह है कि इससे बचा कैसे जाए और लड़ा कैसे जाए। इसके लिए कई तरीके सुझाए गए हैं। जैसे शारीरिक व्यायाम शरीर को चुस्त रखता है, उसी तरह मानसिक कसरत दिमाग को चुस्त-दुरुस्त रखती है।

क्रॉसवर्ड पहेलियां, शब्द पहेलियां, बच्चों के साथ खेलना, युवाओं के साथ बराबरी से मिलना-जुलना वगैरह ऐसे ही कुछ तरीके हैं। और हां, हास्य प्रेम और खुद पर हंस पाना ज़रूर मददगार साबित होगा।

जो हंसता है, वह टिकता है, यह तो सही है ही मगर ज़्यादा सही यह है कि जो खुद पर हंसता है वह चौकन्ना टिकता है। और सिर्फ उजड़-उठापटक वाले हास्य से या ऐसे लापटर क्लब्स से काम नहीं चलेगा जहां कुछ लोग इकट्ठे होकर हंसी की कवायद करते हैं। वह तो मात्र शारीरिक है। आश्चर्य और समाधान के तत्व जोड़िए जिसके ज़रिए आप हसैं और स्मार्टता से जीएं। (स्रोत फीचर्स)