



## बोर हो गए मतलब क्या?

‘बोर हो गए’, इस जुम्ले का इस्तेमाल हममें से कई लोग कई परिस्थितियों में करते हैं। यह भी हो सकता है कि अलग-अलग लोगों

का मतलब अलग-अलग होता हो। जैसे जब कोई चीज़ अच्छी नहीं लगती तो भी कहा जाता है कि बोर हो गए और कभी-कभी यह भी सुनने में आता है कि खाना खाते-खाते बोर हो गए। तो सवाल यह है कि जब कोई व्यक्ति कहता है कि वह बोर हो गया तो उसका मतलब क्या समझा जाए।

अब मिशिगन विश्वविद्यालय के डेनियल वाइसमैन ने इस सवाल का कुछ सर्व सम्मत जवाब देने की कोशिश की है। उन्होंने कुछ वालंटियर्स को एक फंक्शनल एम.आर.आई. मशीन में बैठा दिया और पूरे एक घंटे तक उन्हें छकाया। इन वालंटियर्स को करना यह होता था कि चुपचाप बैठकर एक स्क्रीन को देखें और उस पर चमकने वाले अक्षरों को पहचानें। ज़ाहिर है, यह निहायत उबारू काम था और वालंटियर्स बोर भी हो जाते थे। बोरियत के इस क्षण को वाइसमैन एम.आर.आई. में रिकॉर्ड होता देख सकते थे।

इस एक घंटे के दौरान कई बार ऐसे क्षण आए जब वालंटियर्स की एकाग्रता टूटी, जिसका पता इस बात से

लगा कि वे अक्षर पहचानने में देर करने लगे। इन्हीं क्षणों में एम.आर.आई. ने दर्शाया कि उनके दिमाग में आत्म-नियंत्रण, दृष्टि और भाषा प्रोसेसिंग से सम्बंधित हिस्सों के बीच संवाद कमज़ोर पड़ गया था। वाइसमैन कहते हैं कि एकाग्रता इन हिस्सों के बीच संवाद प्रक्रिया को जारी नहीं रख पाई। एक मायने में इसका अर्थ यह है कि इन हिस्सों का एक-दूसरे से सम्बंध विच्छेद हो गया था।

दरअसल एकाग्रता का मतलब ही यह होता है कि दिमाग के इन हिस्सों के बीच यह संवाद पूरे ज़ोर-शोर से चले और यह संवाद दिमाग के कुछ हिस्सों के बीच ही केंद्रित हो जाए। जैसे ही यह संवाद इन हिस्सों को छोड़कर किसी अन्य हिस्से के साथ होने लगता है, वैसे ही एकाग्रता भंग होती है। वाइसमैन के परिणामों से लगता है कि बोरियत का एक लक्षण होता है एकाग्रता भंग होना।

इस एक घंटे के एम.आर.आई. विश्लेषण में एक बात और उभरी। जैसे ही एकाग्रता टूटने लगती है, वैसे ही दिमाग का एक खास हिस्सा सक्रिय हो जाता है। इसके आधार पर वाइसमैन को लगता है कि वे मस्तिष्क के संकेतों को देखकर भांप सकते हैं कि व्यक्ति का व्यवहार कैसा रहेगा। (स्रोत फ्रीचर्स)