स्वप्न
B.A - II - Gen/Pass

DREAM

स्वप्न एक सामान्य घटना है। सभी मनुष्य स्वप्न देखते हैं। हम कभी प्रिय स्वप्न देखते हैं तो कभी अप्रिय। स्वप्न हमारे जीवन का एक आवश्यक अंग है इसीलिए हम स्वप्नों का अर्थ जानने की उत्सुकता रखते हैं।

प्राचीन दार्शनिकों का विचार था कि सुप्तावस्था में व्यक्ति की आत्मा इधर-उधर घूमती है और उस समय वह जो कुछ अनुभव करता है वही स्वप्न है। हिपोक्रेट्स, ल्यूक्रिटिअस, अरस्तू इत्यादि प्राचीन दार्शनिकों के अनुसार स्वप्न आत्मा की अलौकिक शक्ति का परिणाम है और व्यक्ति की आत्मा जो विचित्र कार्य करती है, उसी की अनुभूति स्वप्न है।

इसी तरह कुछ लोग स्वप्न को दैविक शक्ति का प्रतिफल मानते हैं। उनके अनुसार जब ईश्वर प्रसन्न रहता है तो व्यक्ति सुखद स्वप्न और अगर ईश्वर रुष्ट होता है दुखद स्वप्न देखता है।

शरीरशास्त्रियों के अनुसार स्वप्न कोई मानसिक प्रक्रिया नहीं बल्कि शारीरिक उत्तेजनाओं की अभिव्यक्ति है, जो निद्रावस्था में बाहरी उत्तेजनाओं के प्रभाव से उत्पन्न स्नायुप्रवाह (Nerve Impuls) के कारण होता है।

लेकिन, मनोवैज्ञानिकों ने स्वप्न को व्यक्ति की मानसिक प्रक्रिया कहा है। उनके अनुसार मानसिक प्रक्रियाएँ लगातार चलती रहती हैं। स्वप्न इन्हीं लगातार चलती रहनेवाली मानसिक प्रक्रिया की एक

Experiment No. ..... Date .....

अवस्था - विशेष है।

फिशर (Fisher, V.E) के अनुसार :- "सपनावस्था में मानसिक क्रियाएँ लगातार चलती रहती हैं और स्वप्न इन्हीं लगातार होनेवाली क्रियाओं का मात्र एक अवस्था होता है।

ब्राउन (Brown) के अनुसार, "स्वप्न विभ्रम होते हैं जिनका अनुभव हम सबको प्रति रात होता है और जब हम जागते हैं तो इनका विभ्रमिक स्वरूप बिल्कुल स्पष्ट हो जाता है।

स्वप्न की विशेषताएँ (CHARACTERISTIC OF DREAM)-

1. स्वप्न सार्थक होते हैं (Dreams are meaningful) :- व्यक्ति के जीवन के अनुभवों और समस्याओं के साथ स्वप्नों का निकट का संबंध होता है, अतः स्वप्नों द्वारा व्यक्तिविशेष के जीवन की महत्वपूर्ण अनुभूतियों का पता चलता है। अतएव स्वप्न निरर्थक नहीं, बल्कि सार्थक होते हैं। उदाहरण के लिए, एक स्त्री स्वप्न देखती है कि उसके पति का देहान्त हो गया है। इस स्वप्न का मनोविश्लेषण करने से पता चला कि वस्तुतः वह स्त्री अपने पति को पसंद नहीं करती थी और वह इससे पीछा छुड़ाकर किसी दूसरे से शादी करना चाहती थी। इस प्रकार, उस स्त्री का अचेतन मन में अपनी पति के प्रति नफरत के भाव का प्रदर्शन स्वप्न के माध्यम से हुआ, अतः उसका यह स्वप्न अर्थपूर्ण था।

2. स्वप्न प्रतीकात्मक होते हैं (Dream are symbolical) :- स्वप्न हमारे अचेतन में दमित (Repressed) इच्छाओं का अभिव्यक्ति के माध्यम होते हैं, अतः स्वप्नों में हम जो कुछ

Marks ..... Teacher's Signature .....

भी देखते हैं कि अचेतन में दमित इच्छाओं का प्रतीक होते हैं। इन प्रतीकों का अर्थ अलग-अलग व्यक्तियों के लिए अलग-अलग होते हैं। इन स्वप्नों का अर्थ समझ में नहीं आता उसे निष्फल और जो अर्थ समझ में आ जाय वो सार्थक होता है।

3. स्वप्न विभ्रामक होते हैं (Dreams are hallucinatory):— स्वप्न देखते समय बिल्कुल वास्तविक प्रतीत होते हैं, लेकिन इनका कोई बाह्य आधार नहीं होता। जिस प्रकार विभ्रम बिना किसी बाह्य वस्तुगत आधार के होता है, उसी तरह स्वप्न भी बिना किसी बाह्य उत्तेजना के होता है। अतः इसका स्वरूप विभ्रामक है।

4. स्वप्न में दृश्य-प्रतिमाओं की प्रधानता रहती है (Dreams are made of visual images):— स्वप्नों के अधिकार अनुभव दृश्य अथवा आँखों से दिखनेवाले प्रतिबिम्बों के रूप में होते हैं। वैसे उनके साथ भावना या विचार भी मिले हो सकते हैं तथा अन्य ज्ञानेन्द्रियों की कार्य करती हुई प्रतीत होती है, लेकिन स्वप्न अधिकांशतः दृश्य प्रतिबिम्बों का बना होता है।

5. स्वप्न इच्छापूर्ति का प्रयास है (Dream are attempted wishfulfilment):— स्वप्नों द्वारा व्यक्ति की अतृप्त इच्छाओं की पूर्ति होती है इसलिए मनोविश्लेषकों ने स्वप्न को इच्छापूर्ति का साधन माना है।

6. स्वप्न आत्मगत और आत्मकेन्द्रित होते हैं (Dreams are subjective and ego-centric):— स्वप्न व्यक्ति के व्यक्तिक अनुभवों का स्वरूप है, इसलिए यह पूर्ण रूप से व्यक्तिविशेष की निजी अनुभूतियों से सम्बद्ध है। अतः, स्वप्न व्यक्तिगत अनुरूप होता है।

Next day

Hrishi Kesh Lal
Deptt - Psychology.
B.M.C. Rajika.