संवेग के सिद्धान्त

(Theories of Emotion)

संवेग के अनुभव और व्यवहार किस प्रकार होते हैं ? संवेगात्मक अनुभव और व्यवहार में क्या सम्बन्ध है ? संवेग परिधीय अंगों से ही होता है या मस्तिष्क का भी इसमें कुछ महत्त्व है ? संवेग प्राणी के जीवन के लिए उपयोगी है या नहीं ? संवेग के सम्बन्ध में इस ढंग के और भी बहुत से प्रश्न हैं जिनपर सभी विद्वान एकमत नहीं हैं और इन्हीं मतभेदों के कारण संवेग के अनेक सिद्धान्तों का प्रतिपादन हुआ है। यहाँ कुछ प्रमुख सिद्धान्तों की चर्चा की जायेगी।

जेम्स-लांगे-सिद्धान्त

(James-Lange theory) :

विलियम जेम्स की चर्चा पहले भी हो चुकी है। वे हार्वार्ड विश्वविद्यालय के सुप्रसिद्ध दर्शनशास्त्री, अत्यधिक प्रभावपूर्ण भाषा एवं शैलीवाले प्राध्यापक और सामान्य विषयों पर भी चिन्तन को नयी दिशा देनेवाले थे। उन्हें आधुनिक मनोविज्ञान की नींव डालनेवालों की श्रेणी में रखा जाता है। उन्होंने १८८४ ई० में संवेग पर अपना विचार प्रस्तुत किया जो संवेग का सबसे पुराना सिद्धान्त माना जाता है। उन्होंने दावा किया कि संवेग-सम्बन्धी सामान्य विचार बिलकुल गलत हैं। सामान्य विचार (common sense view) यह है कि (f) पहले संवेग उत्पन्न करनेवाला उद्दीपन उत्पन्न होता है, (ii) फिर उस उद्दीपन का व्यक्ति को अवगम होता है, (iii) तब उससे सम्बद्ध संवेग का अनुभव होता है और (iv) अन्त में उस संवेगात्मक अनुभव के अनुकूल बाह्य अथवा आन्तरिक क्रियाएँ होती हैं। जेम्स ने संवेग में घटनाओं के इस क्रम को सर्वथा गलत घोषित किया और दावा किया कि

"इसके विपरीत मेरा सिद्धान्त यह है कि संवेगात्मक उद्दीपन के अवगम के साथ ही शारीरिक परिवर्त्तन उत्पन्न हो जाते हैं और इन्हीं परिवर्त्तनों का अनुभव ही संवेग है।"[1]

उन्होंने बताया कि कुछ उद्दीपनों के प्रति प्राणी के अन्तरांग, ग्रन्थियाँ आदि प्रतिवर्त्त-रूपी (reflex-like) क्रिया करते हैं। ऐसे उद्दीपनों के उपस्थित होते ही विना संवेग के चेतन अनुभव के शारीरिक परिवर्त्तन होने लगते हैं। जब इन प्रतिवर्त्त-रूपी शारीरिक क्रियाओं से संवेदी आवेग बनकर कॉर्टेक्स में पहुँचते हैं तो इन उपद्रवों का ज्ञान होता है। शारीरिक परिवर्त्तनों का यही ज्ञान संवेग है। उनके सिद्धान्त के अनुसार, संवेगों में घटनाओं का क्रम यह है कि (i) संवेगात्मक उद्दीपन उपस्थित हुआ और उसका सरल असंवेगात्मक ज्ञान हुआ, (ii) गति-आवेग अन्तरांगों में दौड़ पड़े और शारीरिक परिवर्त्तन होने लगे, (iii) शारीरिक परिवर्तनों का ज्ञान हुआ और (iv) संवेग का अनुभव हुआ। उन्होंने विश्वास के साथ कहा कि

---

1. "My theory, on the contrary, is that the bodily changes follow directly the perception of exciting fact, and our awareness of the same changes as they occur, IS emotion."—James

"हम मारते हैं इसलिए क्रुद्ध होते हैं, रोते हैं इसलिए दुःखी होते हैं और काँपते हैं इसलिए भयभीत होते हैं, न कि क्रोध से मारते हैं, दुःख से रोते हैं और भय से काँपते हैं।"[1]

स्पष्ट है कि जेम्स ने बड़े जोरदार शब्दों में दावा किया कि संवेगात्मक व्यवहार से संवेगात्मक अनुभव का जन्म होता है और सदियों पुराने विश्वास को रद्द किया कि संवेगात्मक अनुभव से संवेगात्मक व्यवहार उत्पन्न होते हैं। उन्होंने अपने एक व्यक्तिगत अनुभव से इस विश्वास को प्रमाणित करने की चेष्टा की। एक बार वे एक बरतन में रखे खून को लकड़ी से हिला रहे थे कि अचानक बेहोश हो गये। उन्हें पहले से यह मालूम नहीं था कि खून देखने से आदमी बेहोश हो जाता है। इससे सिद्ध हुआ कि जिस प्रकार आग से उँगली सटते ही उँगली खिंच जाती है और जलन का अनुभव बाद में होता है उसी प्रकार संवेगात्मक उद्दीपन का सामना होते ही संवेगात्मक व्यवहार होने लगते हैं और संवेगात्मक अनुभव बाद में होता है। उनका विश्वास है कि यदि शारीरिक परिवर्त्तन रोक दिये जायँ तो संवेग का अनुभव नहीं होगा। सामान्यतः हम शोकग्रस्त व्यक्तियों को कहते हैं कि 'रोना बन्द कीजिए', 'हँसिए, बोलिए', 'फिल्म देखने चलिए' इत्यादि। उद्देश्य यह होता है कि यदि वह शोक-सम्बन्धी क्रियाओं को रोक दे और उसके प्रतिकूल क्रियाएँ करे तो शोक-संवेग भी समाप्त हो जायेगा। स्पष्ट हुआ कि हम यह अनजाने विश्वास करते हैं कि संवेगात्मक व्यवहारों से ही संवेगात्मक अनुभव का जन्म होता है।

जेम्स के विचारों से मिलता-जुलता विचार डेनमार्क-निवासी कार्ल लांगे (Carl Lange, 1885) ने भी स्वतंत्र रूप से प्रस्तुत किया। अन्तर केवल इतना था कि जेम्स ने उपद्रव-स्थल अन्तरांगों एवं ग्रन्थियों को माना और लांगे ने वाहिका-प्रेरक-(vasomotor) तंत्र की क्रियाओं को। इसी कारण विद्वानों ने जेम्स के साथ लांगे का नाम भी जोड़कर इस सिद्धान्त को **जेम्स-लांगे-सिद्धान्त** कहा है।

जेम्स का विश्वास है कि शारीरिक प्रतिक्रियाओं द्वारा भेजे गये संवेदी पुनर्निवेशन (sensory feedback) से प्राप्त ज्ञान ही संवेग को जन्म देता है। अतः इन संवेदी पुनर्निवेशनों में इतना भेद होना चाहिए कि अलग-अलग संवेगों का अनुभव उत्पन्न कर सकें। विद्वानों ने संवेगों के समय होनेवाली शारीरिक प्रतिक्रियाओं में भेद निर्धारित करने का बहुत प्रयास किया है, परन्तु केवल क्रोध और भय के समय होनेवाली शारीरिक क्रियाओं से जेम्स के पक्ष में कुछ प्रमाण मिले हैं। ऐक्स (Ax, 1953) ने अपने अध्ययन में प्रयोज्यों के शारीरिक परिवर्त्तनों को मापने की व्यवस्था की। उन्हें प्रयोगशाला में बैठाकर सहायकों ने अपने आचरण से उनमें भय और क्रोध उत्पन्न किये और प्रत्येक प्रयोज्य के भय एवं क्रोध में होनेवाले शारीरिक परिवर्त्तनों का ब्योरा तैयार किया। प्रयोज्यों को यह मालूम नहीं था कि सहायकों ने एक उद्देश्य से उनके समक्ष ऐसे व्यवहार किये हैं। दोनों संवेगों में शारीरिक प्रतिक्रियाओं के सार्थक (significant) भेद देखे गये। क्रोध में हृदय-गति घटी, रक्तचाप बढ़ा और पेशीय तनाव भी बढ़ा। भय में श्वासगति बढ़ गयी और पेशियों

---

1. "We are angry because we strike, sorry because we cry, and afraid because we tremble, and not that we strike, cry, or tremble because we are angry, sorry, or frightful, as the case may be."—James

में अनियमित क्रियाएँ देखी गयीं। दोनों संवेगों में त्वचा के विद्युत्-संचरण (electrical conductivity) में भी भेद देखा गया।

अध्ययनों से यह भी स्पष्ट हुआ है कि क्रोध में नोरैड्रेनलिन (noradrenalin) स्राव से उत्पन्न होनेवाले शारीरिक परिवर्तन होते हैं और भय में एड्रेनलिन स्राव से होनेवाले परिवर्तन होते हैं। अतः क्रोध और भय के समय एड्रीनल ग्रन्थि अलग-अलग प्रकार के स्राव उत्पन्न करती है। **एल्माड्जियन** (Elmadjian, 1959) ने एक अध्ययन में हॉकी के पेशेवर खिलाड़ियों के मूत्र में खेल से पहले और बाद नोरैड्रेनलिन तथा ऐड्रेनलिन की मात्रा निर्धारित की। उन्होंने देखा कि जो खिलाड़ी जीतने के उद्देश्य से जान लड़ाकर खेले उनके मूत्र में खेल से पहले की अपेक्षा खेल के बाद छह गुना अधिक नोरैड्रेनलिन था। जो दो खिलाड़ी घायल होने के कारण खेल में सम्मिलित नहीं हो सके और उन्हें अपना भविष्य अन्धकारमय मालूम होने लगा उनके मूत्र में ऐड्रेनलिन की मात्रा अधिक पायी गयी। खिलाड़ियों के अच्छा और बुरा खेलने का प्रभाव उनके प्रशिक्षक (coach) के नोरैड्रेनलिन तथा ऐड्रेनलिन की मात्रा पर भी पड़ा। **फंकेन्सटीन** (Funkenstein, 1955) ने देखा कि शिकारी जानवरों—जैसे बाघ—में नोरैड्रेनलिन अधिक होता है। इसके विपरीत डरकर भाग जानेवाले पशु—जैसे खरगोश (rabbit)—में ऐड्रेनलिन अधिक होता है। स्पष्ट हुआ कि युद्ध और क्रोध के शारीरिक परिवर्तन नोरैड्रेनलिन के प्रभाव से होते हैं और भय के शारीरिक परिवर्तन ऐड्रेनलिन के प्रभाव से। इन प्रमाणों के बावजूद **जेम्स** के सिद्धान्त में दोष-ही-दोष दिखाई देते हैं।

जेम्स-सिद्धान्त के दोष (defects) :

इस सिद्धान्त के विरोध में अनेक प्रकार के प्रमाण उपस्थित किये गये हैं जिन्हें सामान्यतः तीन वर्गों में रखा जाता है—(i) तर्काधारित (argument-based) साक्ष्य, (ii) अनुभवाश्रित (empirical) साक्ष्य तथा (iii) प्रयोगात्मक (experimental) साक्ष्य।

१. जेम्स-सिद्धान्त के विरुद्ध कुछ तर्क (arguments)—(i) **वुण्ट** ने यह तर्क दिया कि यह ठीक है कि शारीरिक उपद्रवों को रोक देने से संवेगात्मक अनुभव भी रुक जाते हैं, परन्तु यह भी तो ठीक है कि संवेगात्मक अनुभव रोक देने से संवेगात्मक व्यवहार नहीं होंगे। अतः संवेगात्मक व्यवहार को संवेगात्मक अनुभव का कारण मान लेना एक प्रकार का पक्षपात होगा। (ii) **वौरसेस्टर** (Worcestor) ने बताया कि यदि संवेगात्मक उद्दीपन और संवेगात्मक व्यवहार के बीच प्रतिवर्त-रूपी सम्बन्ध होता तो सभी परिस्थितियों में यह सम्बन्ध परिलक्षित होता, परन्तु ऐसा नहीं होता है। जंगल में बाघ देखकर हम डरकर काँपते हैं और सर्कस में उसी नरभक्षी को पीठ थपथपाते हैं। इससे स्पष्ट है कि उद्दीपन और शारीरिक प्रतिक्रिया के बीच कोई मानसिक क्रिया है जो यह निर्धारित करती है कि बाघ को देखकर काँपना है अथवा नहीं। (iii) **आयरन** (Iron) ने बताया कि जेम्स के सिद्धान्त में एक स्पष्ट तार्किक दोष है। जहाँ राज्य है वहाँ राजा है और जहाँ राज्य नहीं है वहाँ राजा नहीं है—यह ठीक है, परन्तु इस आधार पर यह निष्कर्ष गलत होगा कि राज्य और राजा दोनों एक ही हैं। आयरन के अनुसार, जेम्स ने अपने सिद्धान्त में यही राज्य और राजा (शारीरिक परिवर्तन और संवेग) को एक मानने की भूल की है।

२. अनुभवाश्रित (empirical) **साक्ष्य**—बहुत से ऐसे व्यक्तियों के दृष्टान्त मिले हैं जिनसे पता चलता है उन्हें विना शारीरिक परिवर्तनों के ज्ञान के ही संवेग का अनुभव हुआ। (i) **डॉ० स्ट्रम्पेल** (Dr. Strumpell) ने एक मोची के बच्चे का उदाहरण दिया है जिसका सम्पूर्ण शरीर संवेदनविहीन हो गया था। इस कारण उसे शारीरिक परिवर्तनों का ज्ञान नहीं होता था। फिर भी बिस्तर पर मल-मूत्र हो जाने से उसे लज्जा का संवेगात्मक अनुभव होता था। स्पष्ट हुआ कि संवेगात्मक अनुभव की उत्पत्ति के लिए शारीरिक परिवर्तनों का ज्ञान होना आवश्यक नहीं है। (ii) इसी प्रकार **डॉ० डाना** (Dr. Dana, 1921) ने एक स्त्री के सम्बन्ध में लिखा है कि घोड़े पर से गिरने के कारण वे सभी तन्तु टूट गये थे जो शारीरिक परिवर्तनों की सूचना मस्तिष्क को देते हैं। फिर भी उसे सभी प्रकार के संवेगों का अनुभव होता रहा। यह भी जेम्स के सिद्धान्त के प्रतिकूल है। (iii) **डॉ० मैक्कर्डी** (Dr. McCurdy) ने लिखा है कि एक पुरुष जिसके लिंगांगों में संवेदनशून्यता (anaesthesia) थी, अस्पताल की नर्सों के प्रति प्रेमसंवेग प्रदर्शित करता था। जेम्स इससे भी खण्डित होते हैं। (iv) **विलिमम आर्चर** (William Archer) ने एक बड़ा ही सुन्दर अध्ययन किया। उन्होंने बहुत-से अभिनेता एवं अभिनेत्रियों से पूछा कि क्या उन्हें संवेग का अभिनय करते समय संवेग का अनुभव भी होता है। अधिकांश लोगों ने यही सूचना दी कि उनका अभिनय पूर्णतः यांत्रिक ढंग से होता है और वे कितना ही उछल-कूद करें उनके शरीर में गरमी नहीं आती है। इससे भी सिद्ध हुआ कि केवल शारीरिक परिवर्तन ही संवेग का अनुभव कराने में पर्याप्त नहीं हैं। (v) बहुत-से विद्वानों ने—जिसमें **कैनन** (Cannon) प्रमुख हैं—संवेगावस्था में हुए शारीरिक परिवर्तनों के सूक्ष्म अध्ययनों से पता लगाया है कि सभी संवेगों के समय एक ही प्रकार के शारीरिक परिवर्तन होते हैं।

मैण्डलर (Mandler, 1962) ने लिखा है कि संवेग चाहे जो भी हो, शारीरिक परिवर्तन बड़े अस्पष्ट एवं व्यापक (diffuse and global) स्वरूप के होते हैं। किसी शोधकर्त्ता को आज तक शारीरिक परिवर्तनों के प्रतिरूप से संवेगात्मक अनुभव का ज्ञान नहीं हो सका। जब विविध संवेगात्मक अनुभवों में एक ही प्रकार के शारीरिक परिवर्तन देखे जाते हैं और एक ही संवेगात्मक परिस्थिति में अनेक शारीरिक प्रतिक्रियाएँ देखी जाती हैं—**जैसा कि लेसी तथा अन्य** (Lacey et al., 1963) ने देखा कि परीक्षा की चिन्ता से किसी परीक्षार्थी को पसीना अधिक आता है और किसी का पेशोय तनाव तथा नाड़ी-गति बढ़ जाती है—तो ऐसी स्थिति में शारीरिक प्रतिक्रियाओं को संवेग का कारण मानना बड़ा गलत होगा।

३ प्रयोगाधारित (experimental) **साक्ष्य**—बहुत-से ऐसे अध्ययन भी हुए हैं जिनमें जेम्स-सिद्धान्त की जाँच के लिए नियंत्रित परिस्थितियों एवं प्राणियों की व्यवस्था की गयी है। लगभग सभी प्रयोगों से जेम्स-सिद्धान्त का खण्डन ही हुआ है। (i) **शेरिंगटन** (Sherrington, 1900) ने कुत्ते के अन्तरांग और मस्तिष्क को मिलानेवाली सभी तंत्रिकाओं को काट दिया जिससे शारीरिक उपद्रवों की सूचना मस्तिष्क में जाना बन्द हो गयी। फिर भी बिल्ली को देखते ही कुत्ता सभी स्वाभाविक संवेग प्रदर्शित करता रहा। इस प्रयोग से जेम्स स्पष्टतः खण्डित होते हैं। (ii) **कैनन, लेविस तथा ब्रिटन** (Cannon, Levis, and Britton, 1927) ने बिल्ली के सभी अनुकम्पी (sympathetic) तन्तुओं को काट दिया, फिर भी उसे

सभी सामान्य संवेग होते रहे। (iii) **मैरेनन** (Maranon) ने मानवशरीर में ऐड्रेनिन डालकर भीषण अंतरांगीय उपद्रव उत्पन्न किया और प्रयोज्यों से चेतन अनुभव-सम्बन्धी प्रतिवेदन लिया। किसी ने भी यह नहीं कहा कि उसे संवेग का अनुभव हो रहा है। ऐसा ही एक प्रयोग **शैश्टर** (Schachter, 1962) ने किया। इनके प्रयोज्य ने भी ऐड्रेनिन द्वारा उत्पन्न कराये गये शारीरिक उपद्रव से संवेग का अनुभव नहीं किया। सिद्ध हुआ कि अन्तरांगीय उपद्रव और उनके ज्ञान से भी संवेग का अनुभव आवश्यक नहीं है। (iv) **वाट्सन** (Watson) तथा बहुत-से दूसरे विज्ञानियों ने सिद्ध किया है कि अन्तरांगों की रचना चिकनी पेशियों से होती है जो अपेक्षाकृत देर से उत्तेजित होती हैं। अन्तरांगीय क्षेत्रों में संवेदी तंत्रिकाएँ भी कम होती हैं। इन कारणों से संवेगात्मक उपद्रवों का अनुभव देर से होता है और उससे पहले ही संवेग का अनुभव हो जाता है। यह बात भी जेम्स के विरुद्ध हुई।

उपर्युक्त सारे दृष्टान्तों के आधार पर यह निष्कर्ष विश्वासपूर्वक दिया जा सकता है कि 'शारीरिक उपद्रवों का अनुभव ही संवेग ही सर्वथा गलत है। फिर भी आज तक इस बात का उत्तर नहीं मिल सका कि शारीरिक उपद्रवों को रोक देने से संवेग का अनुभव समाप्त क्यों हो जाता है। **लिण्डस्लेय** (Lindsley) ने लिखा है कि जेम्स-सिद्धान्त अपने स्वरूप के अनुसार कोई सिद्धान्त नहीं, बल्कि एक अपरीक्षणीय प्राक्कल्पना है। आधुनिक विद्वानों का विचार है कि शारीरिक उपद्रवों पर बल देकर जेम्स ने अनजाने पुनर्निवेशन-क्रिया (feedback process) का महत्त्व स्वीकार किया जिसकी चर्चा आधुनिक संवेग-मनोविज्ञान में बहुत अधिक हो रही है।