सहलाने पर अच्छा क्यों लगता है?

यदि आपने बिल्ली पाली है, तो आपको याद होगा कि उसे सहलाने पर वह कितना सुख महसूस करती है। वह इतनी खुश क्यों होती है? कैल्टेक के वैज्ञानिकों का कहना है कि इस सवाल का जवाब एक विशेष किस्म की तंत्रिकाओं में है। ये तंत्रिकाएं चूहों में खोजी गई हैं और मनुष्यों में भी पाई जाती हैं। इसके आधार पर यह भी समझ में आता है कि क्यों मनुष्यों को मालिश अच्छी लगती है और सहलाया जाना भी भाता है।

त्वचा को सहलाने पर मनुष्यों समेत कई स्तनधारी प्राणियों में सुख की अनुभूति पैदा होती है। मगर अब तक यह स्पष्ट नहीं था कि इस संवेदना को कौन-सी तंत्रिकाएं मस्तिष्क तक पहुंचाती हैं। वैसे भी सुखद अनुभूतियों पर शोध करना अपेक्षाकृत मुश्किल होता है। इसीलिए शोधकर्ता दर्दनाक अनुभूतियों पर ध्यान केंद्रित करते आए हैं।

कैल्टेक के शोधकर्ताओं ने पाया है कि एक खास किस्म की तंत्रिकाएं हैं जो सहलाने की अनुभूति को पकड़ती हैं। इन तंत्रिकाओं को चंद आणविक चिंहों की मदद से पहचाना जा सकता है। शोधकर्ताओं ने एक चूहे की पिछली टांगों के एक हिस्से की त्वचा को सहलाया। सहलाने की क्रिया का मानकीकरण किया गया था - एक खास किस्म का ब्रश, एक खास स्तर के दबाव से यह काम करता था। इस क्रिया से उत्पन्न उद्दीपन को ग्रहण करने वाली तंत्रिकाओं को पहचानने के लिए कुछ विशेष तकनीकों का इस्तेमाल किया गया था। जब ये तंत्रिकाएं उत्तेजित होती थीं तो प्रकाश उत्पन्न होने की व्यवस्था की गई थी।

शोध दल ने चूहों के व्यवहार को देखकर यह तय किया था कि किस तरह से सहलाने पर उन्हें सुखद अनुभूति होती है। कुछ चूहे इस तरह तैयार किए गए थे कि उन्हें एक पदार्थ का इंजेक्शन देने पर ये तंत्रिकाएं उत्तेजित की जा सकती थीं। देखा गया कि सहलाने की बजाय यह इंजेक्शन देने पर भी चूहों को सुखद अनुभूति का एहसास होता था। इसके अलावा ये चूहे पिंजड़े में उस जगह बैठना पसंद करते थे जहां उन्हें यह इंजेक्शन दिया गया था।

इन तंत्रिकाओं को उत्तेजित करने से चिंता को कम करने में भी मदद मिलती है। इससे समझ में आता है कि जानवरों को सहलाए जाने पर अच्छा क्यों लगता है। मनुष्यों में भी इस तरह की तंत्रिकाएं पाई जाती हैं। इससे लगता है कि सहलाने पर हमें जो इसी तरह की अनुभूति होती है, उसकी क्रियाविधि भी शायद यही हो।

अभी शोधकर्ता यह कहने से हिचक रहे हैं कि क्या इस खोज के कुछ चिकित्सकीय लाभ मिल सकते हैं मगर इतना तो कहा ही जा सकता है कि किसी व्यक्ति को थपथपाने या सहलाने पर मिलने वाले सुखद एहसास का सम्बंध तंत्रिकाओं से है। ***(स्रोत फीचर्स)***