

## मेंदू आणि स्वप्नं

श्रीमद् नामचैतन्य भानुदास

दि. १९-०५-२००९

दैनिक सकाळ, मुंबई यांच्या सौजन्याने

माझ्या संशोधनानुसार बहिर्मन हे संपूर्ण शरीर व्यापून असतं. जागृत अवस्थेत बहिर्मन सतत मेंदूच्या संपर्कात असतं. बाह्य गोष्टींचं ज्ञान मिळवणं, विचार करणं किंवा शारीरिक कृती करणं या गोष्टी मेंदूच्या माध्यमातूनच मन करत असतं. त्यामुळे मन मेंदूतच असतं असा सर्वसाधारण समज होणं स्वाभाविकच आहे. बहिर्मनाचा मेंदूशी निकटचा संबंध असल्याकारणाने मला मेंदूचा सखोल अभ्यास करणं आवश्यकच होतं. मनाविषयी न्युरोसर्जनांचं मत काय आहे हेही जाणून घ्यायचं होतं. त्यासाठी आधी न्युरोसर्जनांशी मेंदूसंबंधी चर्चा करणं आवश्यक होतं. माझ्याकडे नियमित येणाऱ्या डॉक्टरांना बरोबर घेऊन मी एका प्रसिद्ध, आंतरराष्ट्रीय दर्जाच्या न्युरोसर्जनांकडे गेलो. लगेच त्यांनी विषयालाच हात घातला. दीड-पावणेदोन तास आमची मेंदूवर चर्चा रंगली. ते खूष झाले. लगेच त्यांनी पुढच्याच आठवड्यात उर्वरित चर्चेसाठी यायला सांगितलं. मी दोन डॉक्टरांना बरोबर घेऊन त्यांच्याकडे गेलो. बहिर्मन हे मेंदू बाहेर संपूर्ण शरीरात असतं हे मला यावेळी न्युरोसर्जनांसमोर मांडायचं होतं. माझ्या मते, जागृतावस्थेत मेंदूशी असलेला मनाचा संपर्क झोपेत सुटतो. शरीर थकलं किंवा दिवसभर विचारमंथन झालं, की शरीराला आणि मनाला झोपेची आवश्यकता भासते. वैद्यकीय शास्त्रानुसार, मोठा मेंदू आणि लहान मेंदूला जोडणाऱ्या भागात 'सेंट्रल रेट्यूलर फॉर्मेशन' या पेशी असतात. त्यांचं काम मंदावलं की माणसाला झोप येऊ लागते. त्यांचं काम पूर्णपणे थांबलं की माणूस गाढ झोपतो. तज्ज्ञांच्या मते प्रत्येकाला चार ते आठ स्वप्नं रोज पडतात. मग ती आठवोत किंवा न आठवोत. न्युरोसर्जनांच्या मते 'सेंट्रल रेट्यूलर फॉर्मेशन'चं काम चालू किंवा बंद करणारं मेंदूतलं केंद्र मात्र अद्याप कोणालाही ज्ञात नाही. माझ्या संशोधनाप्रमाणे खरं तर, जागृतावस्थेत ज्ञानप्राप्ती किंवा विचार करतवेळी मेंदूत ज्या रासायनिक प्रक्रिया घडतात तशाच काहीशा प्रक्रिया स्वप्नांच्यावेळी मेंदूत घडत असतात. त्यावेळी निर्माण होणारं चित्रांकन मात्र मनाचा मेंदूशी संपर्क सुटल्यामुळे जाणवत नाही म्हणून सर्वच स्वप्नं आठवत नाहीत. ज्या प्रमाणे एखाद्या खोलीत टी.व्ही. चालू आहे आणि तुम्ही दुसऱ्या खोलीत बसला आहात अशा वेळी टी.व्ही. वर चालणारा कार्यक्रम तुम्हाला कळणार नाही. त्याच प्रमाणे मनाचा मेंदूशी संपर्क सुटल्याकारणाने मेंदूत पडणाऱ्या स्वप्नांची जाणीव मनाला होणार नाही. स्वप्नाच्या वेळीच मनाचा मेंदूशी संपर्क आला तरच ते स्वप्न आठवतं. जर मन मेंदूत असतं तर सर्वच स्वप्नं आठवली असती. उर्वरित चर्चा आपण पुढील भागात पाहणार आहोत.