ସକାଳ
THE SAKALA
ସିନ୍ଦୂରା
ରବିବାର
ଜୁନ୍ ୭-୧୩, ୨୦୨୬
www.sakalaepaper.com

- ଆତ୍ମହତ୍ୟା ପ୍ରସଙ୍ଗ ଓ ସମ୍ବେଦନଶୀଳତା
- ସୁସ୍ଥ ବ୍ୟବସ୍ଥାର ପରିପନ୍ଥୀ
- ଛାତ୍ର ଆତ୍ମହତ୍ୟା ଶୀର୍ଷରେ ମହାରାଷ୍ଟ୍ର
- ଆତ୍ମହତ୍ୟା ଏକ ସାମାଜିକ କଳଙ୍କ
- ମାନସିକ ଅବସାଦର କରୁଣ ପରିଣତି

ବଢୁଛି ଆତ୍ମହତ୍ୟା

ଜୀବନ ଜୀଇଁବାରେ ହିଁ ଆନନ୍ଦ । ଜୀବନ ହେଉଛି ଭଗବାନଙ୍କ ଏକ ଅମୂଲ୍ୟ ଉପହାର । ତେଣୁ ନିଜକୁ ନିଜେ ହତ୍ୟା କରିବା ଅଧିକାର ମଣିଷର ନାହିଁ । ସେଥିପାଇଁ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିବା ହେଉଛି ପ୍ରକୃତି ବିରୋଧୀ, ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ବିଧି ବିରୋଧୀ କାର୍ଯ୍ୟ । ଭାରତୀୟ ଶାସ୍ତ୍ର ଅନୁସାରେ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିବା ମହାପାପ । ଏକ ଅକ୍ଷମଣୀୟ ଅପରାଧ, ଘୃଣ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟ । ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ସୃଷ୍ଟିରେ ମଣିଷ ହେଉଛି ସର୍ବଶ୍ରେଷ୍ଠ ଜୀବ । ଯାହାର ମନ ଓ ବିବେକ ଅଛି । ତଥାପି ମଣିଷ ଅନେକ ସମୟରେ ମାନସିକ ଅସ୍ଥିରତା ପାଇଁ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ପରି ବିବେକହୀନ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ତେବେ ଆତ୍ମହତ୍ୟାର ନାନା କାରଣ ରହିଛି । ଦିନକୁ ଦିନ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ଘଟଣା ବଢ଼ିବାରେ ଲାଗିଛି । ବିଶେଷ କରି ଭାରତରେ ଛାତ୍ର ଆତ୍ମହତ୍ୟା ଘଟଣା ବୃଦ୍ଧିକୁ ନେଇ ଉଦ୍‌ବେଗ ପ୍ରକାଶ ପାଉଛି । ଏହି ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ଆତ୍ମହତ୍ୟାର କାରଣ ଓ ନିରାକରଣକୁ ନେଇ ଏଥର 'ସିନ୍ଦୂରା'ର ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଉପସ୍ଥାପନା ।

ପ୍ରସ୍ତୁତି 'ସକାଳ' ବ୍ୟୁରୋ

ଭାରତରେ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ସଂଖ୍ୟା ବୃଦ୍ଧିକୁ ନେଇ ଉଦ୍‌ବେଗ । ଭାରତରେ ପ୍ରତିବର୍ଷ ପ୍ରାୟ ୧ ଲକ୍ଷ ୭୦,୦୦୦ରୁ ଅଧିକ ଲୋକ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରୁଛନ୍ତି । ଜାତୀୟ ଅପରାଧ ରେକର୍ଡ ବ୍ୟୁରୋ ବା ଏନ୍‌ସିଆର୍‌ବି ତଥ୍ୟ ଅନୁସାରେ ୨୦୧୭ ମସିହାରେ ପ୍ରତି ଏକ ଲକ୍ଷ ଜନସଂଖ୍ୟାରେ ୯.୯ ପ୍ରତିଶତ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ଘଟଣା ନିୟମିତ ବୃଦ୍ଧି ପାଇବାରେ ଲାଗିଛି । ୨୦୨୨ ମସିହାରେ ଏହା ବୃଦ୍ଧି ପାଇ ପ୍ରତି ଏକ ଲକ୍ଷ ଜନସଂଖ୍ୟାରେ ୧୨.୪ ପ୍ରତିଶତରେ ପହଞ୍ଚିଥିଲା । ଭାରତର ଆତ୍ମହତ୍ୟାପ୍ରବଣ ରାଜ୍ୟଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟରୁ ମହାରାଷ୍ଟ୍ର, ତାମିଲନାଡୁ, ମଧ୍ୟ ପ୍ରଦେଶ, ପଶ୍ଚିମ ବଙ୍ଗ, କର୍ଣ୍ଣାଟକ, କେରଳ, ଛତିଶଗଡ଼ ଆଦି ରାଜ୍ୟ ଅନ୍ୟତମ । ପୂର୍ବରୁ ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ରାଷ୍ଟ୍ରଗୁଡ଼ିକରେ ଆତ୍ମହତ୍ୟାକୁ ଏକ ଦଣ୍ଡନୀୟ ଅପରାଧ ଭାବେ ବିବେଚନା କରାଯାଉଥିଲା ।

ଆତ୍ମହତ୍ୟାର ଅର୍ଥ ହେଉଛି ନିଜକୁ ନିଜେ ହତ୍ୟା କରିବା । ଭାରତୀୟ ଶାସ୍ତ୍ର ଅନୁଯାୟୀ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ମହାପାପ । ଏହା ପ୍ରକୃତି ଓ ଶାସ୍ତ୍ର ବିରୋଧୀ । ମଣିଷ ଜନ୍ମ ହେଉଛି ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ଏକ ଅମୂଲ୍ୟ ବରଦାନ । ତେଣୁ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିବା ଅନୁଚିତ । ତେବେ ଦିନକୁ ଦିନ ସାରା ବିଶ୍ୱରେ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ସଂଖ୍ୟା ବଢ଼ିବାରେ ଲାଗିଛି । ଏହା ଏକ ମହାମାରୀ ଭଳି ବ୍ୟାପିବାରେ ଲାଗିଛି । ଆତ୍ମହତ୍ୟାର ବିଭିନ୍ନ କାରଣ ରହିଛି । ବିଶେଷ କରି କିଶୋର ଓ ଯୁବକମାନଙ୍କ ଭିତରେ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ପ୍ରବଣତା ଅଧିକ ବୃଦ୍ଧି ପାଇବାରେ ଲାଗିଛି । ଭାରତରେ ବୃଦ୍ଧି ପାଉଥିବା ଆତ୍ମହତ୍ୟାର ବିଭିନ୍ନ କାରଣ, ନିରାକରଣ ଓ ସଚେତନତାକୁ ନେଇ ଏହି ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଉପସ୍ଥାପନା ।

ଛାତ୍ର ଆତ୍ମହତ୍ୟା ସଂଖ୍ୟା ବୃଦ୍ଧି

ପ୍ରତିବର୍ଷ ଭାରତରେ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ସଂଖ୍ୟା ବଢ଼ିବାରେ ଲାଗିଛି । ଜାତୀୟ ଅପରାଧ ରେକର୍ଡ ବ୍ୟୁରୋ ରିପୋର୍ଟ ଅନୁସାରେ ଭାରତରେ ଅଧିକ ସଂଖ୍ୟାରେ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିବା ଘଟଣା ବଢ଼ିବାରେ ଲାଗିଛି । ଗତ କିଛି ଦଶକ ହେଲା ଛାତ୍ର ଆତ୍ମହତ୍ୟା ହାର ଚାରି ପ୍ରତିଶତ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଛି । ରିପୋର୍ଟ ଅନୁଯାୟୀ ୨୦୨୪ ମସିହାରେ ଭାରତରେ ମୋଟ ୧୪,୪୮୮ ଜଣ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିଥିଲେ । ତେବେ ୨୦୨୩ ମସିହାରେ ୧୩,୮୯୨ ଜଣ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିଥିଲେ । ୨୦୨୩ ମସିହା ତୁଳନାରେ ୨୦୨୪ ମସିହାରେ ଛାତ୍ର ଆତ୍ମହତ୍ୟା ହାର ୪.୩ ପ୍ରତିଶତ ଅଧିକ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଛି । ପ୍ରତିଦିନ ୪୦ରୁ ଅଧିକ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରୁଥିବା ଘଟଣା ସମସ୍ତଙ୍କୁ ବ୍ୟଥିତ କରୁଛି । ବିଗତ ଦଶ ବର୍ଷ ମଧ୍ୟରେ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ସଂଖ୍ୟା ୬୨% ବୃଦ୍ଧି ପାଇଛି । ୨୦୧୫ ମସିହାରୁ ୨୦୨୪ ମସିହା ମଧ୍ୟରେ ୧,୧୫,୮୫୦ ଜଣ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିଛନ୍ତି । ନିକଟରେ ନିଟ୍ ପରୀକ୍ଷା ପ୍ରଶ୍ନପତ୍ର ଲିକ୍ ଯୋଗୁଁ ପରୀକ୍ଷା ବାତିଲ ହୋଇଥିଲା । ଏଥିପାଇଁ ମାନସିକ ଚାପରେ ଅନେକ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିଥିବା ଘଟଣା ସାମ୍ନାକୁ ଆସିଛି ।

ଛାତ୍ର ଆତ୍ମହତ୍ୟାର ଅନେକ କାରଣ ରହିଛି । କଲେଜ ସମୟରେ ଜୀବନର ଏକ ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଥାଏ । ପ୍ରଥମ ଥର ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନେ ଘରୁ ଦୂରରେ ରହିଥାନ୍ତି । ଏହି ସମୟରେ ପରିବାର ଓ ବନ୍ଧୁମାନଙ୍କଠାରୁ କମ୍ ସହଯୋଗ ମିଳିଥାଏ । ସ୍ୱାଧୀନ ଭାବେ ଆତ୍ମନିର୍ଭଶୀଳ ହେବା ପାଇଁ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନଙ୍କ ଉପରେ ଅନେକ ଚାପ ପଡ଼ିଥାଏ । ପାଠପଢ଼ା, ନୂଆ ବାତାବରଣ, ନୂଆ ସାଙ୍ଗସାଥୀଙ୍କ ସହିତ ନିଜକୁ ଖାପ ଖୁଆଇ ଚଳିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । କେତେକ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ବିଭିନ୍ନ କାରଣରୁ ମାନସିକ ଚାପରେ ଥାଆନ୍ତି । କଲେଜ ଜୀବନରେ ଅନେକ ଛାତ୍ର ମଦ ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ମାଦକ ଦ୍ରବ୍ୟ ସେବନ କରିବାକୁ ଚାହିଁଥାନ୍ତି । ସେଭଳି ଛାତ୍ରମାନେ ବିପଥଗାମୀ ହୋଇଥାନ୍ତି । ଶେଷରେ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ଭଳି ନକାରାତ୍ମକ ପଦକ୍ଷେପ ନେବାକୁ ପଛାଇ ନଥାନ୍ତି ।

ସେପଟେ ଆମର ଶିକ୍ଷା ପ୍ରଣାଳୀରେ ମାର୍କ ଉପରେ ଅଧିକ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଆଯାଏ । ଏଥିରେ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନଙ୍କ ଉପରେ ମାନସିକ ଚାପ, ବାପାମାଆଙ୍କ ଚାପ, ଶିକ୍ଷାନୁଷ୍ଠାନର ପାଠପଢ଼ା ଚାପ, ପରୀକ୍ଷାରେ ଅସଫଳ ହେବାର ଭୟ ଆଦି ଆତ୍ମହତ୍ୟାର ଅନ୍ୟତମ କାରଣ ପାଲଟି ଥାଏ । ଭାରତର ୧୯ ରାଜ୍ୟରେ ଗବେଷଣା କରି ଜଣାପଡ଼ିଛି ଯେ, ପ୍ରାୟ ୨୦% କଲେଜ ଛାତ୍ର ନିଶାସକ୍ତ, ଏକ ତୃତୀୟାଂଶ ଯୁବକ ସାଇବର ଠକେଇର ଶିକାର ହେଉଛନ୍ତି । ଏହି ସବୁ କାରଣ ଯୋଗୁଁ ଅନେକ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରୁଛନ୍ତି ।

ବିଶ୍ୱ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ନିରୋଧ ଦିବସ

ବିଶ୍ୱ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସଂଗଠନ ବା ଡବ୍ଲୁଏଚ୍‌ଓ ଅନୁସାରେ ୧୦୦ରୁ ଗୋଟିଏ ମୃତ୍ୟୁ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ଜନିତ କାରଣରୁ ହୋଇଥାଏ । ପ୍ରତିବର୍ଷ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ସଂଖ୍ୟା ବୃଦ୍ଧି ପାଇବାରେ ଲାଗିଛି । ତେଣୁ ଆତ୍ମହତ୍ୟାକୁ ରୋକିବା ପାଇଁ ଜନସଚେତନତା ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ବିଶ୍ୱ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସଂଗଠନ ସହଯୋଗରେ ୨୦୦୩ ମସିହାରୁ ସେପ୍ଟେମ୍ବର ୧୦ ତାରିଖକୁ ବିଶ୍ୱ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ନିରୋଧ ଦିବସ ଭାବେ ପାଳନ କରାଯାଉଛି । ଏହି ଦିବସ ପାଳନର ମୂଳ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ହେଉଛି ଆତ୍ମହତ୍ୟାରୁ ନିବୃତ୍ତ ରହିବା ପାଇଁ ଜନସଚେତନତା ସୃଷ୍ଟି କରିବା ଓ ବିଶ୍ୱସ୍ତରରେ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ସଂଖ୍ୟା ହ୍ରାସ କରିବା । ବିଶ୍ୱ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସଂଗଠନ ଅନୁସାରେ ପ୍ରତି ସେକେଣ୍ଡରେ କୌଣସି ନା କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତି ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିବାକୁ ଉଦ୍ୟମ କରିଥାଏ । ସେହିପରି ପ୍ରତି ୪୦ ସେକେଣ୍ଡରେ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିଥାଏ । ଏହିପରି ଭାବରେ ପ୍ରତିବର୍ଷ ସାରା ବିଶ୍ୱରେ ପ୍ରାୟ ୧୦ ଲକ୍ଷ ଲୋକ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିଥାନ୍ତି ।

ପୁରୁଷଙ୍କ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ହାର ଅଧିକ

ଆତ୍ମହତ୍ୟା ବର୍ତ୍ତମାନ ସମାଜର ସବୁଠାରୁ ଗମ୍ଭୀର ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମସ୍ୟା । ଗତ କିଛି ଦଶକ ଧରି ଭାରତରେ ପୁରୁଷ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ସଂଖ୍ୟା ବୃଦ୍ଧି ପାଇବାରେ ଲାଗିଛି । ଭାରତରେ ମହିଳାଙ୍କ ତୁଳନାରେ ପୁରୁଷ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ହାର ୨.୫ ପ୍ରତିଶତ ଅଧିକ । ସ୍ୱାମୀ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ସଂଖ୍ୟା ସ୍ତ୍ରୀ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ସଂଖ୍ୟାରୁ ପ୍ରାୟ ତିନି ଗୁଣ ଅଧିକ । ଏହାର ଅର୍ଥ ବିବାହିତ ପୁରୁଷଙ୍କ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ଘଟଣା ବଢ଼ି ବଢ଼ି ଚାଲିଛି । ଭାରତରେ ଆତ୍ମହତ୍ୟାର ସବୁଠାରୁ ବଡ଼ କାରଣ ହେଉଛି ପାରିବାରିକ ସମସ୍ୟା । ପତି-ପତ୍ନୀଙ୍କ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ସଂଖ୍ୟା ଲିଙ୍ଗ ଅନୁପାତରେ ନିୟମିତ ବୃଦ୍ଧି ପାଇବାରେ ଲାଗିଛି । ନ୍ୟାସନାଲ୍ କ୍ରାଇମ୍ ରେକର୍ଡ ବ୍ୟୁରୋ ରିପୋର୍ଟ ଅନୁଯାୟୀ, ପ୍ରଥମେ ପାରିବାରିକ ମାମଲା ପତି-ପତ୍ନୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଗଣ୍ଡଗୋଳ ବା ଶାଶୂଘରର ବିବାଦକୁ ନେଇ ମାମଲା ଦାଖଲ କରାଯାଉଥିଲା ।

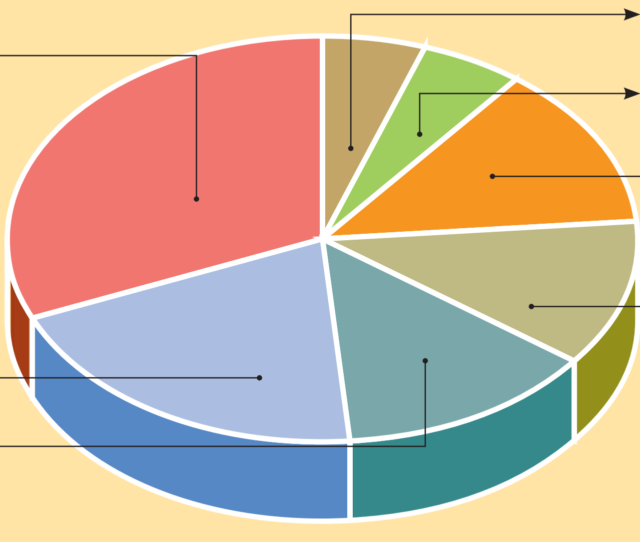
ଏଥିରୁ ସ୍ପଷ୍ଟ ହୁଏ ଯେ, ଆତ୍ମହତ୍ୟାର ପ୍ରମୁଖ କାରଣ ହେଉଛି ବୈବାହିକ ବିବାଦ । ଅନେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଆର୍ଥିକ ସମସ୍ୟା ପାଇଁ ପତ୍ନୀ ବା ଶାଶୂଘର ଲୋକଙ୍କ ଚାପ ଥାଏ । ଏହି ସବୁ କାରଣରୁ ବିବାହ ପରେ ପୁରୁଷଙ୍କ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ହାର ଧୀରେ ଧୀରେ ବଢ଼ି ଚାଲିଛି । ତେବେ ପୁରୁଷ ଆତ୍ମହତ୍ୟାର ପ୍ରମୁଖ କାରଣ ମଧ୍ୟରେ ବେରୋଜଗାରୀ, ଆର୍ଥିକ ସଂକଟ, ପାରିବାରିକ ଚାପ, ମିଥ୍ୟା ମୋକଦ୍ଦମା ଓ ମାନସିକ ରୋଗ ଆଦି ଅନ୍ୟତମ ।

ସରକାରୀ ରଣନୀତି

ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ମନ୍ତ୍ରଣାଳୟ ପକ୍ଷରୁ ରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ନିବାରଣ ରଣନୀତି ବିକାଶ କରିବା ପାଇଁ ୨୦୧୯ ନଭେମ୍ବରରେ ଏକ ଟାସ୍କ ଫୋର୍ସ ଗଠନ କରାଯାଇଥିଲା । ଏହାର ଅନ୍ତିମ ରଣନୀତି ୨୦୨୨ରେ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଛି । ୨୦୩୦ ମସିହା ସୁଦ୍ଧା ଦେଶରେ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ସଂଖ୍ୟା ୧୦% ହ୍ରାସ କରିବା ପାଇଁ ଲକ୍ଷ୍ୟ ରହିଛି । ଏହି ରଣନୀତିରେ କୁହାଯାଉଛି ଯେ, ଆତ୍ମହତ୍ୟା କମ୍ କରିବା ପାଇଁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ, ଶିକ୍ଷା, ସୂଚନା ଏବଂ ପ୍ରସାରଣ, ସାମାଜିକ କଲ୍ୟାଣ ମନ୍ତ୍ରଣାର ସହଯୋଗ ଆବଶ୍ୟକ । ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଉପରେ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଆଯାଇ ସ୍କୁଲ କଲେଜ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ଓ ଯୁବକଯୁବତୀମାନଙ୍କୁ କ୍ଲବ୍‌ଗୁଡ଼ିକରେ ମାଦକ ଦ୍ରବ୍ୟ ସେବନ କମ୍ କରିବା ଉପରେ ଏହି ରଣନୀତିରେ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଆଯାଇଛି । ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିବା ଭଳି ଏକ ନକାରାତ୍ମକ ଚିନ୍ତାଧାରାରୁ ଯୁବପିଢ଼ିଙ୍କୁ ଫେରାଇ ଆଣିବା ସମୟ ଆସିଛି । ଏଥିପାଇଁ ଅଭିଭାବକ, ଶିକ୍ଷକ, ବୁଦ୍ଧିଜୀବୀ ସମସ୍ତଙ୍କ ପ୍ରମୁଖ ଭୂମିକା ରହିଛି । ଯୁବକଯୁବତୀମାନଙ୍କ ବିଭିନ୍ନ ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ କରିବା, ଆବେଗ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଏବଂ ଭାବନାକୁ ଶକ୍ତିଶାଳୀ କରିବାକୁ ଶିକ୍ଷା ଦେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ମାନସିକ ଦୁର୍ବଳତା ଥିଲେ ସହଯୋଗ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ । ମାନସିକ ସମସ୍ୟାକୁ ଆରମ୍ଭରୁ ଚିହ୍ନଟ କରିବା, ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ହେବା, ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପ୍ରତି ସଚେତନ ହେବା, ସୁସ୍ଥ ଜୀବନଯାପନ କରିବା, ସୁଷମ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା, ଉତ୍ତମ ବନ୍ଧୁଙ୍କ ସହିତ ସଂପର୍କ ସ୍ଥାପନା କରିବା, ଯୋଗ, ଧ୍ୟାନ କରିବା ଫଳରେ ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟରେ ସୁଧାର ଆସିଥାଏ । ଘରୋଇ ହିଂସା ଓ ମଦ୍ୟପାନ ହ୍ରାସ କରି ପାରିବାରରେ ସୌହାର୍ଦ୍ଦ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ ପରିବେଶ ଆଣିବା ଜରୁରି । ଶିକ୍ଷା କ୍ଷେତ୍ରରେ ମୂଲ୍ୟାଙ୍କନ ପାଇଁ ବିକଳ୍ପ ବ୍ୟବସ୍ଥା କରିବା ଆବଶ୍ୟକ । ଜାତି, ଧର୍ମ, ଲିଙ୍ଗଗତ ଭେଦଭାବ କମ୍ କରିବା ପାଇଁ ସାମାଜିକ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଉପରେ ଧ୍ୟାନ ଦେବା ଜରୁରି ଅଟେ ।

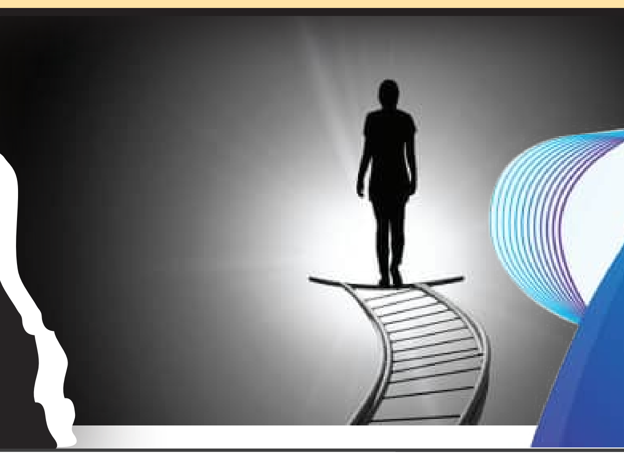
ଆତ୍ମହତ୍ୟା ପାଇଁ ଦାୟୀ ପରିବେଶ ଓ ପରିସ୍ଥିତି

କିଏ କେଉଁ ପରିସ୍ଥିତି ଓ କେଉଁ କାରଣ ଯୋଗୁଁ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିବ କିଛି କହି ହେବ ନାହିଁ । ବର୍ତ୍ତମାନ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ଓ ଯୁବପିଢ଼ିଙ୍କ ଭିତରେ ଅଧିକ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ପ୍ରବଣତା ବୃଦ୍ଧି ପାଇବାରେ ଲାଗିଛି । ଯାହାକୁ ନେଇ ବୁଦ୍ଧିଜୀବୀ ଓ ସଚେତନ ନାଗରିକଙ୍କ ଭିତରେ ଉଦ୍‌ବେଗ ପ୍ରକାଶ ପାଇବାରେ ଲାଗିଛି । କଲେଜରେ ଅଧ୍ୟୟନ କରୁଥିବା ଏକ ଚତୁର୍ଥାଂଶ ଏବଂ ଉଚ୍ଚ ବିଦ୍ୟାଳୟର ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ପାଞ୍ଚ ଜଣରୁ ଜଣେ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରୁଥିବା ଚିନ୍ତାର ବିଷୟ । କିଶୋରମାନଙ୍କ ଆତ୍ମହତ୍ୟାର କାରଣ ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମସ୍ୟା ୫୪%, ନକାରାତ୍ମକ ପାରିବାରିକ ସମସ୍ୟା ୩୪%, ପାଠପଢ଼ା ଚାପ ୨୩%, ସାମାଜିକ ଓ ଜୀବନଶୈଳୀର କାରଣ ୨୦%, ହିଂସା ୨୨%, ଆର୍ଥିକ ସଂକଟ ୯.୧% ଓ ଭାବନାତ୍ମକ ସମ୍ବନ୍ଧ ୯ % ରହିଛି । ବିଶେଷ କରି ମାନସିକ ଚିନ୍ତା, ଅବସାଦ, କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷେତ୍ରରେ ଚାପ, ପାରିବାରିକ ସମସ୍ୟା, ପାଠପଢ଼ା ଚାପ, ପରୀକ୍ଷା ଅକୃତକାର୍ଯ୍ୟ ହେବାର ଭୟ, ଆର୍ଥିକ ଅସ୍ୱଚ୍ଛଳତା, ବିବାହ ବିଚ୍ଛେଦ, ପ୍ରେମ ପ୍ରତାରଣା, ନିଶା ସେବନ ଆଦି ବିଭିନ୍ନ କାରଣ ଯୋଗୁଁ ଅନେକେ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ଭଳି ଚରମ ପଦକ୍ଷେପ ଗ୍ରହଣ କରିଥାନ୍ତି । ସେହିପରି ଶାରୀରିକ ଓ ଯୌନ ଶୋଷଣ, ଅଳ୍ପ ବୟସରୁ ବିବାହ, ଅଳ୍ପ ବୟସରେ ମାତୃତ୍ୱ ଲାଭ, ଘରୋଇ ହିଂସା, ଲିଙ୍ଗଗତ ଭେଦଭାବ ଆଦି ଆତ୍ମହତ୍ୟାର ଅନେକ କାରଣ ରହିଛି । ଜୀବନରେ ସମସ୍ୟା ଆସିବ, ତେବେ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ନୁହେଁ ।



ଆତ୍ମହତ୍ୟା ପୂର୍ବରୁ ସଙ୍କେତ

ଆତ୍ମହତ୍ୟା ପୂର୍ବରୁ ସର୍ବଦା କୌଣସି ସ୍ପଷ୍ଟ ସଂକେତ ମିଳି ନଥାଏ । ଏହା ଅଚାନକ ହୋଇପାରେ । ବିନା ପୂର୍ବ ସଂକେତ ଥାଇ ଯେ କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତି ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିପାରେ । ତେବେ ଅନେକ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ଘଟଣା ପୂର୍ବରୁ କିଛି ସଂକେତ ମିଳିଥାଏ । ମନ ଭିତରେ ଆତ୍ମହତ୍ୟାର ବିଚାର ଆସିବା, ଅନ୍ୟମାନଙ୍କଠାରୁ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ସଂପର୍କରେ କଥାବାର୍ତ୍ତା ଶୁଣିବାକୁ ଆଗ୍ରହ ସୃଷ୍ଟି ହେବା, ମୂଲ୍ୟବାନ ବା ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ କୌଣସି ଜିନିଷ ଅନ୍ୟକୁ ପ୍ରଦାନ କରିବା, ପ୍ରିୟଜନଙ୍କୁ ଅଲବିଦା କହିବା, ଅସ୍ତ୍ରଶସ୍ତ୍ର ବା କୌଣସି ମାରଣାସ୍ତ୍ର ଖୋଜିବା, ଅସ୍ୱାଭାବିକ ବ୍ୟବହାର କରିବା, ପରିବାର ଓ ପ୍ରିୟଜନଙ୍କଠାରୁ ଦୂରେଇ ରହିବା, ମନ ଭିତରେ କ୍ରୋଧ, ଚିନ୍ତା, ଅବସାଦ, ଅସ୍ଥିରତା ଦେଖାଦେବା ଆଦି ଆତ୍ମହତ୍ୟା ପୂର୍ବର କେତେକ ସଂକେତ ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଥାଏ । ଯଦି କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କଠାରେ ଏହି ସବୁ ସଂକେତ ଦେଖିବାକୁ ମିଳେ, ତୁରନ୍ତ ତାହାକୁ ସାହାଯ୍ୟ କରିବା ଉଚିତ । ଫଳରେ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିର ଜୀବନ ବଞ୍ଚି ଯାଇପାରିବ ।



ଆତ୍ମହତ୍ୟା ଭଳି ଏକ ମାନସିକ ବ୍ୟାଧିରୁ ବିପଥଗାମୀ ଯୁବ ସମାଜକୁ ରକ୍ଷା ପାଇବା ପାଇଁ ସରକାର, ଅଭିଭାବକ, ଶିକ୍ଷକ, ବୁଦ୍ଧିଜୀବୀଙ୍କ ସମେତ ସମାଜର ପ୍ରତ୍ୟେକ ବର୍ଗର ଲୋକଙ୍କ ପ୍ରମୁଖ ଭୂମିକା ରହିଛି । ବିପଥଗାମୀ ଯୁବପିଢ଼ି, ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ, ବିବାହିତ ପୁରୁଷମହିଳା ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଏ ଦିଗରେ ସଚେତନ କରାଇବା ଜରୁରି । ସମସ୍ତେ ସଚେତନ ଓ ସତର୍କ ରହିଲେ ଏକ ସୁସ୍ଥ ଓ ଶୃଙ୍ଖଳିତ ସମାଜ ଗଠନ ସମ୍ଭବ । ତେଣୁ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ଭଳି ପ୍ରକୃତି ବିରୋଧୀ, ନକାରାତ୍ମକ କାର୍ଯ୍ୟରୁ ଦୂରେଇ ରହିବାକୁ ସଂକଳ୍ପବଦ୍ଧ ହେବା ଉଚିତ ।

ଡକ୍ଟର ଜୟଶ୍ରୀ ମିଶ୍ର

ଛାତ୍ର ଆତ୍ମହତ୍ୟା ପ୍ରସଙ୍ଗ ଓ ସମ୍ବେଦନଶୀଳତା

ସାମ୍ପ୍ରତିକ ପରିସ୍ଥିତିରେ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନେ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ପ୍ରବଣ ହୋଇଯାଉଛନ୍ତି। ଜାତୀୟ ଅପରାଧ ରେକର୍ଡ ବ୍ୟୁରୋ (ଏନ୍‌ସିଆରବି) ର ୨୦୨୪ ତଥ୍ୟ ଅନୁଯାୟୀ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନଙ୍କର ଆତ୍ମହତ୍ୟା ସଂଖ୍ୟା ଦ୍ରୁତ ଗତିରେ ବୃଦ୍ଧି ପାଉଛି। ଏଥିପାଇଁ ଅନେକ ଗୁଡ଼ିଏ କାରଣ ଦାୟୀ ହୋଇଥାଏ ଯଥା : ସାମାଜିକ ସମ୍ବନ୍ଧ, ପାରିବାରିକ ପରିସ୍ଥିତି ଓ ସଂପର୍କ ଶିକ୍ଷାଗତ ଉଚ୍ଚଆଶା ତଥା ଶିକ୍ଷକ ଓ ପିତାମାତାଙ୍କର ଉଚ୍ଚଆକାଂକ୍ଷା, ସାଙ୍ଗସାଥୀମାନଙ୍କର ପ୍ରଭାବ ତଥା ସେମାନଙ୍କ ସହ ସ୍ନେହ ପ୍ରେମର ସମ୍ବନ୍ଧ।

ଅତ୍ୟଧିକ ଆବେଗପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବନା

ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନେ ସେମାନଙ୍କ ଜୀବନର ବିକାଶମୂଳକ ପର୍ଯ୍ୟାୟ ବା Developmental stage ର Adolescence ବା କିଶୋରାବସ୍ଥା ଦେଇ ଗତି କରିଥାଆନ୍ତି। ଏହି ସମୟରେ ସେମାନଙ୍କ ମନ ଚଞ୍ଚଳଥାଏ। ଜୀବନକୁ ବୁଝିବାର କ୍ଷମତା ଆସିନଥାଏ। ସେମାନଙ୍କ ଚିନ୍ତାଧାରା ଅତ୍ୟନ୍ତ ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ହୋଇଥାଏ। ଆବେଗାତ୍ମକ ଚିନ୍ତାଧାରା ବା Emotions ମାତ୍ରାଧିକ ହୋଇଥାଏ। ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ପ୍ରତ୍ୟେକ କଥାକୁ ସେମାନେ ଗଭୀର ଭାବରେ ଗ୍ରହଣ କରି ଅତ୍ୟନ୍ତ ଭାବବିହ୍ୱଳ ହୋଇପଡ଼ନ୍ତି। ଏହି ଆବେଗପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବନା ଅତ୍ୟଧିକ ମାତ୍ରାରେ ଥିବା ଯୋଗୁଁ ସେମାନେ ଆବେଗର ଚରମ ସୀମାରେ ପହଞ୍ଚିଥାଆନ୍ତି। ଏହି ଆବେଗଗୁଡ଼ିକ Happiness ବା ଖୁସି , Sadness ବା ଦୁଃଖ, Fear ବା ଭୟ, Angry ବା ରାଗ, Surprise ବା ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ, Disgust ବା ଘୃଣା କିମ୍ବା ଅସହ୍ୟଭାବ ଏବଂ Content ବା ଅବଜ୍ଞା ଏହି ସବୁ ଭାବନାକୁ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନେ କିଶୋରାବସ୍ଥାରେ ପରିପକ୍ୱ ଚିନ୍ତାଧାରା ସହ ସମ୍ଭାଳି ପାରି ନଥାନ୍ତି।

ପାରିବାରିକ ଅଶାନ୍ତି, ପିତାମାତାଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ବିବାଦ, ଛାଡ଼ପତ୍ର ବା ପିତାମାତାଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ, ପିତାମାତାଙ୍କ ସହ ମନୋମାଳିନ୍ୟ ତଥା ନିଜ ପିଲାମାନଙ୍କଠାରେ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଉଚ୍ଚଆଶା ରଖିବା ସେଥିପାଇଁ ସେମାନଙ୍କୁ ଦରକାର ପଡ଼ିଲେ କଟୁକଥା ବା ଅସହ୍ୟ କଥା କହିବା, ପିଲାଙ୍କୁ କେବଳ ପାଠଛଡ଼ା ସାମାଜିକ ଓ ପାରିବାରିକ ପରିବେଶରୁ ନିବୃତ୍ତ ରଖିବା ଦ୍ୱାରା ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଅଧିକ ଚାପ ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ। ଏହାଦ୍ୱାରା ସେମାନଙ୍କ ମନରେ ହତାଶଭାବ ବା ନିରାଶା ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ। ଅନେକ ସମୟରେ ପିତାମାତା ନିଜର ଅପୂର୍ଣ୍ଣ ଆଶାକୁ ପିଲାମାନଙ୍କ ପାଖରେ ପୂରଣ କରିବାକୁ ଚାହିଁଥାଆନ୍ତି ଯଦିଓ ଏହା ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ଭୁଲ ନୁହେଁ, କିନ୍ତୁ ସେଥିପାଇଁ ସେମାନେ ପିଲାର ମାନସିକ ସ୍ଥିତିକୁ ଅନୁଧାନ କରିବା ଜରୁରି। କାରଣ ବର୍ତ୍ତମାନ ପରିସ୍ଥିତିରେ ପିଲାମାନେ ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ହୋଇଥିବାରୁ ସେମାନଙ୍କ Potentiality ବା ସାମର୍ଥ୍ୟକୁ ବୁଝିବା ଦରକାର ହୋଇଥାଏ। ଏଣୁ ପିଲାର ଆଗ୍ରହ ଓ ସାମର୍ଥ୍ୟ ଅନୁଯାୟୀ ତାକୁ ପାଠପଢ଼ାର ତଥା ତା'ର ଭବିଷ୍ୟତ ଗଢ଼ିବାର ଚାପ ଦେବା ଉଚିତ।

ସୋସିଆଲ୍ ମିଡିଆର ପ୍ରଭାବ

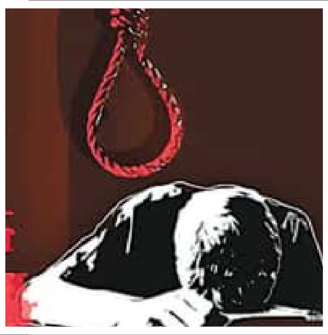
ବର୍ତ୍ତମାନ ସମୟରେ ସୋସିଆଲ୍ ମିଡିଆର ବହୁଳ ବ୍ୟବହାର କିଶୋରାବସ୍ଥାରେ ଅନେକ ପ୍ରଭାବ ପକାଉଛି। ସୋସିଆଲ୍ ମିଡିଆର ସଦ୍‌ଉପଯୋଗ ଅପେକ୍ଷା ଦୁରୁପଯୋଗ କରି ପିଲାମାନେ Online ଭିଡିଓ ଗେମ୍ ଖେଳି ପଇସା ରୋଜଗାର କରିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରୁଛନ୍ତି। ସାଙ୍ଗସାଥୀଙ୍କୁ ତାଙ୍କର Competitor ବା ପ୍ରତିଯୋଗୀ ହିସାବରେ ଗ୍ରହଣ କରୁଛନ୍ତି। ପାଠପଢ଼ା ତଥା ପ୍ରେମ ସମ୍ପର୍କ ଓ ସଂପର୍କ ଭାଙ୍ଗିଯିବା, ତ୍ରିକୋଣ ପ୍ରେମସଂପର୍କ, ସାଙ୍ଗମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା Bully ବା ଭୟଭୀତ ହେବା ମାଦକ ଦ୍ରବ୍ୟ ସେବନ କରିବା ଆଦି କାର୍ଯ୍ୟ କରି ତଥା କୁସଙ୍ଗରେ ପଡ଼ି ସେମାନେ ବାଟବଣା ହୋଇଯାଉଛନ୍ତି। ପିତାମାତା ଓ ସମାଜ ଭୟରେ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରୁଛନ୍ତି। କାରଣ ସେମାନେ ଛୋଟ ପରିବାର ବା ଏକକ ପରିବାରରୁ ଆସିଥିବାରୁ ତଥା ବଡ଼ ଓ ଗୁରୁଜନମାନଙ୍କ ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ଅଧିକ ସମୟ ବିତେଇ ପାରୁନଥିବାରୁ, ନିଜର ଚିନ୍ତାଧାରାକୁ ଅଧିକ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେଉଥିବାରୁ ପିତାମାତା ଓ ପରିବାର ସହ ମନଖୋଲି କଥା ହୋଇପାରିନଥାନ୍ତି। ଅନେକ ସମୟରେ ନିଜକୁ ଏକୁଟିଆ ମନେ କରୁଥିବାରୁ ଅବସାଦ ଶିକାର ହୋଇଥାଆନ୍ତି ତଥା ଆତ୍ମହତ୍ୟାର ଚିନ୍ତା ମନଭିତରକୁ ଆଣିଥାଆନ୍ତି।

ଅଭିଭାବକ ଓ ଶିକ୍ଷକଙ୍କ ଭୂମିକା

ଦିନକୁ ଦିନ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ବୃଦ୍ଧି ପାଉଥିବା ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ପିତାମାତା ତଥା ଶିକ୍ଷକଙ୍କର ଅଧିକ ଗୁରୁଦାୟିତ୍ୱ ରହିଥାଏ। ପିଲାଟିଏ ବିଷର୍ଣ୍ଣ ମନରେ ରହିଲେ ତାକୁ ଯଥେଷ୍ଟ ସମୟ ଦେବା, ତା'ର ଶିକ୍ଷାରେ ତାକୁ ସାହାଯ୍ୟ କରିବା, ତା'ର ସାଙ୍ଗସାଥୀଙ୍କ ବିଷୟରେ ସମସ୍ତ ତଥ୍ୟ ରଖିବା ବେଶି ସମୟ ଏକୁଟିଆ ନଛାଡ଼ିବା, ଫୋନ୍ ବହୁଳ ବ୍ୟବହାରରୁ ତାକୁ ନିବୃତ୍ତ ରଖିବା ତଥା ଶିକ୍ଷକଙ୍କଠାରୁ ପିଲାର ଶିକ୍ଷାଗତ ପ୍ରଦର୍ଶନ ବା Academic Performance ବିଷୟରେ ବୁଝିବା, ଅତ୍ୟଧିକ ମାନସିକ ବା ଶିକ୍ଷାଗତ ଚାପ ନ ଦେଇ ତା'ର ସାମର୍ଥ୍ୟ ହିସାବରେ ତା' ପାଇଁ Goal ରଖିବା Target ରଖିବା ତଥା ପିଲାପ୍ରତି ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ହୋଇ ତାକୁ ଖରାପ ଭାଷାରେ ଗାଳିଗୁଲଜ ନ କରିବା, ତା'ର ଭୁଲ୍‌କୁ ସୁଧାରିବା ତଥା ପିଲାର ସହନଶକ୍ତି ବିକଶିତ କରି ତା'ର Resilience Power ବଢ଼ାଇ ତାକୁ ନିଜର ଭବିଷ୍ୟତ ଗଠନ କରିବା ପାଇଁ ଉତ୍ସାହିତ ତଥା ସମର୍ଥ କରିବା ଦ୍ୱାରା ପିଲାର ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସ ବଢ଼ିଥାଏ। ଆଉ ସେ ସକାରାତ୍ମକ ଚିନ୍ତାଧାରା ବିକଶିତ କରି ନିଜର ଭବିଷ୍ୟତକୁ ସୁନ୍ଦର କରି ଗଢ଼ିଥାଏ। ■

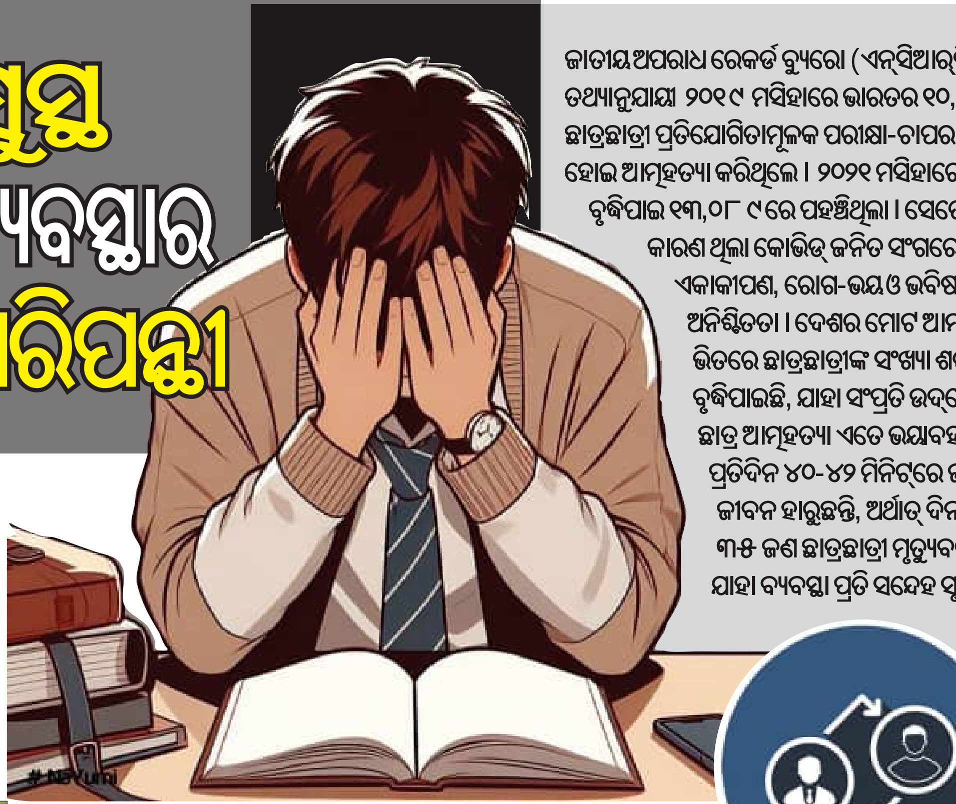
ବିଭାଗ ମୁଖ୍ୟ (ମନସ୍ତତ୍ତ୍ୱ)
ଫକୀରମୋହନ ସ୍ୱୟଂଶାସିତ ମହାବିଦ୍ୟାଳୟ, ବାଲେଶ୍ୱର

ଭାରତରେ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ଲଗାତାର ବଢୁଛି। ୨୦୨୪ ମସିହାରେ ଭାରତରେ ପ୍ରତିଦିନ ୪୦ ଛାତ୍ର ଆତ୍ମହତ୍ୟା ଭଳି କଠୋର ପଦକ୍ଷେପ ଗ୍ରହଣ କରୁଛନ୍ତି। ଏଥିରୁ ସବୁଠୁ ଅଧିକ ମାମଲା ମହାରାଷ୍ଟ୍ରରେ ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଛି।



ଛାତ୍ର ଆତ୍ମହତ୍ୟା

ସୁସ୍ଥ ବ୍ୟବସ୍ଥାର ପରିପନ୍ଥୀ



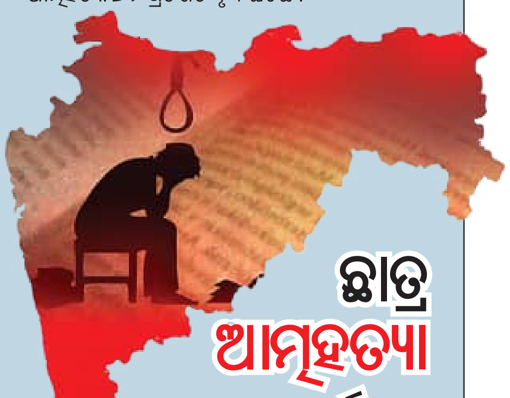
ଜାତୀୟ ଅପରାଧ ରେକର୍ଡ ବ୍ୟୁରୋ (ଏନ୍‌ସିଆର୍‌ବି) ର ତଥ୍ୟାନୁଯାୟୀ ୨୦୧୯ ମସିହାରେ ଭାରତର ୧୦, ୩୩୫ ଜଣ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ପ୍ରତିଯୋଗିତାମୂଳକ ପରୀକ୍ଷା-ଚାପର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୋଇ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିଥିଲେ। ୨୦୨୧ ମସିହାରେ ଏହା ବୃଦ୍ଧିପାଇ ୧୩,୦୮୯ ରେ ପହଞ୍ଚିଥିଲା। ସେତେବେଳେ କାରଣ ଥିଲା କୋଭିଡ୍ ଜନିତ ସଂଗରୋଧ, ଏକାକୀପଣ, ରୋଗ-ଭୟ ଓ ଭବିଷ୍ୟତକୁ ନେଇ ଅନିଶ୍ଚିତତା। ଦେଶର ମୋଟ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ଭିତରେ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ଶତକଡା ୭.୬ ବୃଦ୍ଧିପାଇଛି, ଯାହା ସଂପ୍ରତି ଉଦ୍‌ବେଗର ବିଷୟ। ଛାତ୍ର ଆତ୍ମହତ୍ୟା ଏତେ ଭୟାବହ ଯେ, ପ୍ରାୟ ପ୍ରତିଦିନ ୪୦-୪୨ ମିନିଟ୍‌ରେ ଜଣେ ଛାତ୍ର ଜୀବନ ହାରୁଛନ୍ତି, ଅର୍ଥାତ୍ ଦିନକୁ ପାଖାପାଖି ୩୫ ଜଣ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ମୃତ୍ୟୁବରଣ କରୁଛନ୍ତି ଯାହା ବ୍ୟବସ୍ଥା ପ୍ରତି ସନ୍ଦେହ ସୃଷ୍ଟି କରୁଛି।

ଡ. ମୌସୁମୀ ପରିଡ଼ା

ବିଶ୍ୱସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସଂଗଠନ ଅନୁସାରେ- ଯଦି ଆମେ ସମୟ ଥାଇ ପିଲାଙ୍କ ମାନସିକ ଚାପକୁ ଚିହ୍ନି ନପାରିବା ତେବେ ଏହା ସାରା ବିଶ୍ୱ ପାଇଁ ବଡ଼ ମାନବୀୟ କ୍ଷତି। ଜାତୀୟ ମାନବାଧିକାର କମିଶନ୍ ରାଜସ୍ଥାନର କୋଟା ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ସ୍ଥାନରେ ହେଉଥିବା ଛାତ୍ର ଆତ୍ମହତ୍ୟାକୁ ନେଇ କହିଛନ୍ତି- ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନଙ୍କୁ ଅମାନୁଷିକ ପ୍ରତିଯୋଗିତା ମଧ୍ୟକୁ ଠେଲି ଦିଆଯାଉଛି। ସେଠାରେ କାଉନସେଲିଂକୁ ବାଧ୍ୟତାମୂଳକ କରିବା ଜରୁରି।

ବଢୁଛି ଛାତ୍ର ଆତ୍ମହତ୍ୟା ମାମଲା

ରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ ଅପରାଧ ରେକର୍ଡ ବ୍ୟୁରୋ ୨୦୨୪ ମସିହା ରିପୋର୍ଟ ଅନୁସାରେ, ଛାତ୍ର ଆତ୍ମହତ୍ୟା ମାମଲାରେ ସବା ଉପରେ ମହାରାଷ୍ଟ୍ର ଅଛି। ଏଠାରେ ସମୁଦାୟ ୪୦ ଛାତ୍ର ପ୍ରତିଦିନ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରୁଛନ୍ତି। ଯାହାକି ଅତ୍ୟନ୍ତ ଚିନ୍ତାଜନକ। ଏହା ପଛକୁ ଉତ୍ତର ପ୍ରଦେଶ (୧୦.୯ ପ୍ରତିଶତ), ମଧ୍ୟପ୍ରଦେଶ (୧୦ ପ୍ରତିଶତ) ଏବଂ ତାମିଲନାଡୁ (୮.୯ ପ୍ରତିଶତ) ରହିଛି। ୨୦୨୪ ମସିହାରେ ରାଜ୍ୟରେ ୧୯୦୯ ଛାତ୍ର ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିଥିଲେ। ତେବେ ରିପୋର୍ଟ ଅନୁସାରେ ୨୦୨୩ ମସିହା ତୁଳନାରେ ଛାତ୍ର ଆତ୍ମହତ୍ୟା ମାମଲାରେ ୪.୩ ପ୍ରତିଶତ ବୃଦ୍ଧି ଘଟିଛି। ୨୦୧୫ରୁ ୨୦୨୪ ମସିହା ମଧ୍ୟରେ ଛାତ୍ର ଆତ୍ମହତ୍ୟା ୬୨ ପ୍ରତିଶତ ବୃଦ୍ଧି ଘଟିଛି।



ଛାତ୍ର ଆତ୍ମହତ୍ୟା ଶୀର୍ଷରେ ମହାରାଷ୍ଟ୍ର

ପାଠପଢ଼ା ଓ ପରୀକ୍ଷା ଚାପ

ବିଶେଷଜ୍ଞ ଅନୁସାରେ, ମହାରାଷ୍ଟ୍ରରେ କୋଚିଂ, ପ୍ରତିଯୋଗିତାମୂଳକ ପରୀକ୍ଷା, ପାଠପଢ଼ା ଚାପ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କ ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଉପରେ ଗମ୍ଭୀର ପ୍ରଭାବ ପକାଉଛି। କହିବାକୁ ଗଲେ ମାର୍କ ଏବଂ ର୍ୟାଙ୍କ ଉପରେ ଆଧାରିତ ଶିକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥା ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କ ଉପରେ ମାନସିକ ଚାପ ଗଭୀର ପକାଉଛି। ଏନସିଆର୍‌ବି ରିପୋର୍ଟ ଅନୁସାରେ, ୨୦୨୪ ମସିହାରେ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରୁଥିବା ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ୭,୬୬୯ ଛାତ୍ର ଥିବା ବେଳେ ୬୮୧୯ ଛାତ୍ରୀ ସାମିଲ ଥିଲେ। ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ କହିବା କଥା, ପରୀକ୍ଷାରେ ବିଫଳତା, କ୍ୟାରିୟର ଚିନ୍ତା, ପାରିବାରିକ ଚାପ, ସାମାଜିକ ତୁଳନା ଏବଂ ଏକାକୀତ୍ୱ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କୁ ମାନସିକ ଅବସାଦ ଆଡ଼କୁ ନେଉଛି। ଏହାକୁ ଦୃଷ୍ଟିରେ ରଖି ଏବେ ସ୍କୁଲ , କଲେଜ ଏବଂ କୋଚିଂ ସେଣ୍ଟରରେ କାଉନସିଲିଂ ସିଷ୍ଟମ ବିକଶିତ କରିବା ଲାଗି ଦାବି କରାଯାଉଛି। ■

ବ୍ୟବସ୍ଥାର ରୁଗ୍ଣତା

ନିଟ୍ ପ୍ରବେଶିକା ପରୀକ୍ଷା ବେଳର ଚେକିଂରେ ପିଲାଙ୍କ ପ୍ୟାଣ୍ଟସାର୍ଟ ଓ ଅଙ୍ଗୁଳିର ମୁଦି କାଟିବାର କ୍ଷତ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଲୋମଟାଙ୍କୁରା ବ୍ୟବସ୍ଥା ଭିତରେ ପୁଣି ପ୍ରଶ୍ନପତ୍ର କିଣାବିକା ପ୍ରସଙ୍ଗ ବ୍ୟବସ୍ଥା, ନୈତିକତା ପ୍ରତି ଅନେକ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠାଉଛି। ଏଭଳି ଅବ୍ୟବସ୍ଥାର ଚେର ବହୁ ଲମ୍ବା! ସେଥିପାଇଁ ପିଲାମାନେ ବ୍ୟବସ୍ଥାର ପ୍ରତାଡ଼ନାକୁ ସହିନପାରି ଆତ୍ମହତ୍ୟାକୁ ବାଛି ନେଉଛନ୍ତି।

ପାରିବାରିକ ଚାପ ଓ ଆତ୍ମଘାତୀ ମାନସିକତା

ଅବଶ୍ୟ ପିଲାଙ୍କ ଉପରେ ବାପମାଆଙ୍କ ଚାପ ସର୍ବାଧିକ। ହେତୁ ନପାଉଣୁ ଉଚ୍ଚାକାଂକ୍ଷୀ ବାପାମାଆମାନେ ସେମାନଙ୍କୁ ଦାମିକା ହଷ୍ଟେଲରେ ଛାଡ଼ି ଆସୁଛନ୍ତି। ଘର ପରିବାରଠାରୁ ଦୂରରେ ରହି ପିଲାମାନେ ପ୍ରତିଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱିତାମୂଳକ ଜୀବନ ବଞ୍ଚୁଛନ୍ତି ଯେଉଁଠି ସ୍ନେହଶ୍ରଦ୍ଧା, ସୌହାର୍ଦ୍ଦ୍ୟ କିମ୍ବା ବୁଝାମଣା ନଥାଏ। ହଷ୍ଟେଲରେ ଉତ୍ତମ ମାନର ଖାଦ୍ୟ କିମ୍ବା ଅବସର ସମୟ ମିଳେନା। ଅନେକ ସମୟରେ ଘରଲୋକେ ଅନ୍ୟ ମେଧାବୀଙ୍କ ସହ ତୁଳନା କରି ନିଜ ପିଲାର ମନୋବଳ ଭାଙ୍ଗି ଦିଅନ୍ତି। ସେ ଦୂରେଇଯାଏ ଅବା ନୀରବି ଯାଏ। ଦୁଇଟିଯାକ ଆତ୍ମଘାତୀ। ହଷ୍ଟେଲର ଛୋଟଛୋଟ କୋଠରିରେ କେବଳ ପଢ଼ିବା ପିଲାଙ୍କ ମାନସିକତାକୁ ଅସୁସ୍ଥ କରିଦେବାକୁ ଯଥେଷ୍ଟ। ପ୍ରତିଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱିତାମୂଳକ ପରିବେଶରେ ପିଲାମାନଙ୍କ ଭାବନା ଗୁରୁତ୍ୱହୀନ। ନିଜ ସମସ୍ୟା ସେ କହିବ କାହାକୁ, ଶୁଣିକି ସମାଧାନ କରିବ କିଏ? ବାପାମାଆ ତ ଅର୍ଥ ଲଗେଇ ପିଲାକୁ ଉଡ଼ିବାକୁ ଛାଡ଼ି ଦେଇଥାନ୍ତି। ସେମାନଙ୍କ ଆଶାକୁ ଚରିତାର୍ଥ କରିବାକୁ ଭୟରେ ନିଜ ଭାବନା ଜଣାଇ ପାରେନା ଫଳରେ ନିଜ ମନକୁ ମାରିଦିଏ।

କୋଚିଂହବ୍ ଓ ବ୍ୟବସାୟ

କୋଚିଂହବ୍‌ଗୁଡ଼ିକ ପିଲାଙ୍କୁ ବ୍ୟବସାୟିକ ଅଭିବୃଦ୍ଧି ପାଇଁ ଯାନ୍ତ୍ରିକ ବନାଇ ଦେଉଛନ୍ତି। ସେମାନଙ୍କ ଉପରେ ଅତ୍ୟଧିକ ଚାପ ଲଦି ଭୟବୃଦ୍ଧି କରାଉଛନ୍ତି। ରାଜସ୍ଥାନର କୋଟା କୋଚିଂହବ୍, ନୂଆଦିଲ୍ଲୀର ଓଲ୍ଡ ରାଜେନ୍ଦ୍ରନଗର ଓ ମୁର୍ଖାଜୀନଗର, ହାଇଦ୍ରାବାଦ ଓ ବିଜୟୱାଡ଼ା, ପାଟନା ସହିତ ଭୁବନେଶ୍ୱର ବି ଏଜୁକେସନ୍ ହବ୍ ଭାବେ ଉଭା ହୋଇଛି, ଯେଉଁଠି ମେଡିକାଲ୍, ୟୁପିଏସ୍‌ସି, ଇଂଜିନିୟରିଂ କୋଚିଂ ପାଇଁ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରାନ୍ତରୁ ପିଲାମାନେ ଆସିଥାନ୍ତି। ଏଠି ପାଠପଢ଼ା ଅପେକ୍ଷା ମାନସିକ ନିର୍ଯାତନା ଅଧିକ। ଫିସ୍ ଓ ହଷ୍ଟେଲ ଖର୍ଚ୍ଚ ଏତେ ଅଧିକ ଯେ ସାଧାରଣ ବର୍ଗର ପିଲାଟି ଚାପଗ୍ରସ୍ତ ହେଉଛି। ଡାକ୍ତର ବନିବା ଆଶାରେ ଗରିବ ଓ ମଧ୍ୟବିତ୍ତ ପରିବାର ଜମିବାଡ଼ି ବିକି, ଋଣ କରି ଅନେକ ଆଶା ନେଇ ପିଲାଙ୍କୁ ପଠାଇଥାନ୍ତି। କିନ୍ତୁ ପିଲାମାନେ ବିଫଳତାରେ ସାରା ଜୀବନକୁ ଅନ୍ଧକାରମୟ ଭାବି ଚରମ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଇଯାଆନ୍ତି। ଏଥିରେ କୋଚିଂ ହବ୍‌ର କ୍ଷତି ହୁଏନି। ସେମାନେ ଅପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ଅର୍ଥ ରୋଜଗାର କରି ନିଜ ବ୍ୟବସାୟରେ ମାତିଯାନ୍ତି। କୋଚିଂଗୁଡ଼ିକ ଶିକ୍ଷାନୁଷ୍ଠାନ କମ୍ ବ୍ୟବସାୟ କେନ୍ଦ୍ର ଅଧିକ।

କ୍ଷଣଭଙ୍ଗୁର ପ୍ରେମ ସଂପର୍କ

ସାମାଜିକ ଗଣମାଧ୍ୟମର ଚାକଚକ୍ୟଭରା ଜୀବନ ପିଲାମାନଙ୍କ ଉପରେ ସବୁଠାରୁ ଅଧିକ ପ୍ରଭାବ ପକାଉଛି। ମିଛକୁ ସତ ଭାବି ପିଲାମାନେ ଅବସାଦଗ୍ରସ୍ତ ହେଉଛନ୍ତି। ଏକାଧିକ କ୍ଷଣଭଙ୍ଗୁର ପ୍ରେମ ପାଇଁ ସଂପର୍କ ଉପରୁ ଆସ୍ଥା ହଜିଯାଉଛି। ବିଶ୍ୱାସହୀନତା ପରକ୍ଷଣରେ ଆତ୍ମହତ୍ୟାର ରୂପ ନେଉଛି! ସାମାଜିକ ଗଣମାଧ୍ୟମ ସଂପର୍କର କ୍ଷଣଭଙ୍ଗୁରତା ପାଇଁ ଦାୟୀ। ଏକାଧିକ ଅନୈତିକ ସଂପର୍କ ସାମାଜିକ ବ୍ୟାଧି ପାଲଟିଛି! ସେଥିପାଇଁ ଯୁବପିଢ଼ି ଜୀବନ ପ୍ରତି ବୀତସ୍ପୃହ।

ରାଗିଂର ଶିକାର

ନିକଟ ଅତୀତରେ କେତୋଟି ଶିକ୍ଷାନୁଷ୍ଠାନରେ ରାଗିଂ ଯୋଗୁଁ କିଛି ନିରୀହ ଛାତ୍ରଙ୍କ ଜୀବନ ଚାଲିଯାଇଛି! ଶିକ୍ଷାନୁଷ୍ଠାନଗୁଡ଼ିକରେ ଅଳ୍ପବହୁତେ ସିନିୟରମାନେ ଜୁନିୟରମାନଙ୍କୁ ରାଗିଂ/ବୁଲିଂ କରନ୍ତି! ନିରୀହ ପିଲାମାନଙ୍କୁ ଏପରି ଶାରୀରିକ ଓ ମାନସିକ ତାଡ଼ନା ଦିଆଯାଏ ଯେ, ପିଲାମାନେ ନିଜ ଉପରୁ ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସ ହରାନ୍ତି। ଅପମାନିତ ଓ ଲାଞ୍ଛିତ କରି ସେମାନଙ୍କ କଅଁଳ ଆଶାକୁ ବିଦୀର୍ଣ୍ଣ କରିଦିଆଯାଉଥିବାରୁ ନିଜ ଉପରକୁ ଆସ୍ଥା ହରାଇଦିଅନ୍ତି!

ସୁପ୍ରିମ୍‌କୋର୍ଟଙ୍କ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ରାୟ

ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ମାମଲାର ଶୁଣାଣି ବେଳେ ଭାରତର ସର୍ବୋଚ୍ଚ ନ୍ୟାୟାଳୟ ପିତାମାତା ଓ ଶିକ୍ଷାବ୍ୟବସ୍ଥାକୁ ଦାୟୀ କରି କହିଥିଲେ- ଆଜିକାଲି ପିଲାଙ୍କ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ପଛରେ ବାପାମାଆଙ୍କ ଅତ୍ୟଧିକ ଆଶା ବଡ଼ କାରଣ। କୋଚିଂ ସେଣ୍ଟର୍‌ଗୁଡ଼ିକ ଗୋଟିଏ ଲେଖାଏଁ କାରଖାନା ପାଲଟିଛନ୍ତି, ଯେଉଁଠି ପିଲାଙ୍କ ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର କୌଣସି ମୂଲ୍ୟ ନାହିଁ। ଆମକୁ ପିଲାମାନଙ୍କୁ ରୋବଟ୍ ବା ଯନ୍ତ୍ର ବନାଇବା ବନ୍ଦ କରିବାକୁ ହେବ। ଅବଶ୍ୟ ସେଥିପାଇଁ ୧୫ଟି ନିର୍ଦ୍ଦେଶନାମା/ଗାଇଡଲାଇନ୍ ବନାଯାଇଥିଲା।

ପିଲାଙ୍କ ମନୋବଳବୃଦ୍ଧି ପାଇଁ ପୂର୍ବତନ ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ଏପିଜେ ଅବଦୁଲ କଲାମ କହିଥିଲେ- ଅସଫଳତା ଜୀବନର ଅନ୍ତ ନୁହେଁ ବରଂ ଆମକୁ ଅଧିକ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ହେବାକୁ ସୁଯୋଗ ଦେଇଥାଏ। ତେଣୁ ଜୀବନ ଯେ କୌଣସି ପରୀକ୍ଷା, ଚାକିରି ବା ସଫଳତାଠୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ ବୋଲି ପ୍ରଥମେ ବାପାମାଆ ବୁଝିବା ଜରୁରି। ପିଲାମାନଙ୍କୁ ଯନ୍ତ୍ର ଭାବି ବୋଝ ଲଦି ନଦେଇ ସେମାନଙ୍କୁ ନିଜ ହିସାବରେ ଭବିଷ୍ୟତ ଚୟନ କରିବାକୁ ସୁଯୋଗ ଦିଅନ୍ତୁ। ପିଲାକୁ ସହଜ କରନ୍ତୁ ଯେପରି ସେ ସୁବିଧା ଅସୁବିଧା ସଂପର୍କରେ ଘରଲୋକଙ୍କୁ କହିପାରୁଥିବ। କୋଚିଂହବ୍ ଉପରେ ଅଙ୍କୁଶ ଲଗାଯାଉ। ଶିକ୍ଷାବ୍ୟବସ୍ଥା ବିଶ୍ୱାସଯୋଗ୍ୟ ହେଉ। ■

ମାର୍ଫତ: ଡାକ୍ତର ସାରଦା ପ୍ରସନ୍ନ ସ୍ୱାଇଁ, ଜିଲ୍ଲା ମୁଖ୍ୟ ଚିକିତ୍ସାଳୟ ପରିସର, କ୍ୱା.ନଂ-୩ ଆର୍/୪, ଜଗତସିଂହପୁର, ମୋ: ୯୪୩୭୩୧୭୦୨୬

ପାରିବାରିକ ସମସ୍ୟାରୁ ଆତ୍ମହତ୍ୟା

୨୦୨୪ରେ ଆତ୍ମହତ୍ୟାର ସବୁଠୁ ବଡ଼ କାରଣ ଥିଲା ପାରିବାରିକ ସମସ୍ୟା । ବାହାଘରକୁ ସାମାଜିକ ଓ ପାରିବାରିକ ସ୍ଥିରତା ସହ ଯୋଡ଼ା ଯାଇଥାଏ । ଏବେ ଯେଉଁ ତଥ୍ୟ ସାମ୍ନାକୁ ଆସିଛି, ଏଥିରୁ ଜଣାପଡୁଛି ଯେ, ଏହି ସ୍ଥିରତାକୁ ହିଁ ଲୋକଙ୍କ ପାଇଁ ମାନସିକ ଚାପର କାରଣ ପାଲଟିଛି । କିଛି ମାମଲାରେ ଲୋକେ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ଭଳି ପଦକ୍ଷେପ ଗ୍ରହଣ କରୁଛନ୍ତି । ରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ ଅପରାଧ ରେକର୍ଡ ବ୍ୟୁରୋ (ଏନ୍‌ସିଆର୍‌ବି) ରିପୋର୍ଟରେ ବି ଏହି କାରଣ ଦର୍ଶାଯାଇଛି ।

ଏନ୍‌ସିଆର୍‌ବି ରିପୋର୍ଟ ଆକ୍ସିଡେଣ୍ଟାଲ୍ ଡେଥ୍‌ସ ଆଣ୍ଡ ସୁଇସାଇଡ୍ ଇନ୍ ଇଣ୍ଡିଆ ୨୦୨୪ ଅନୁସାରେ, ୨୦୨୪ ମସିହାରେ ରେକର୍ଡ କରାଯାଇଥିବା ୧.୭୦ ଲକ୍ଷରୁ ଅଧିକ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ମାମଲା ମଧ୍ୟରୁ ଏକ ତୃତୀୟାଂଶରୁ ଅଧିକ ମାମଲା ପଛରେ ପାରିବାରିକ ଗଣ୍ଡଗୋଳକୁ ଦାୟୀ କରାଯାଇଛି । ଏହା ପରେ ଗମ୍ଭୀର ରୋଗ, ନିଶା ସେବନ ଏବଂ ବୈବାହିକ ବିବାଦ ଭଳି କାରଣ ଜଡ଼ିତ ଥିବା ସାମ୍ନାକୁ ଆସିଛି । ରିପୋର୍ଟ ଅନୁସାରେ, ୧୮ରୁ ୩୦ ବର୍ଷ ବୟସର ୩୩.୧ ପ୍ରତିଶତ ଲୋକ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିଛନ୍ତି । ଏହା ପରେ ୩୦-୪୫ ବର୍ଷରୁ କମ୍ ବୟସ୍କ ଲୋକ ୩୨.୫ ସୁଇସାଇଡ୍ କରିଛନ୍ତି । ଦେଶରେ ଆତ୍ମହତ୍ୟାର ପ୍ରାୟ ଦୁଇ-ତୃତୀୟାଂଶ ଏହି ଦୁଇଟି ବୟସ ଗୋଷ୍ଠୀକୁ ପ୍ରତିନିଧିତ୍ୱ କରୁଥିଲେ ।

ତାମିଲନାଡୁରେ ଅଧିକ ଗୃହିଣୀଙ୍କ ଆତ୍ମହତ୍ୟା

ଅନ୍ୟପଟେ ୧୮ ବର୍ଷରୁ କମ୍ ବୟସର ପିଲାଙ୍କଠାରେ ପାରିବାରିକ ସମସ୍ୟା ଆତ୍ମହତ୍ୟାର ସବୁଠୁ ବଡ଼ କାରଣ ବୋଲି କୁହାଯାଇଛି । ଏହା ଯୋଗୁଁ ୩,୧୦୧ ଜଣ ଆତ୍ମହତ୍ୟାରେ ପ୍ରାଣ ହରାଇଛନ୍ତି । ତାମିଲନାଡୁରେ ଗୃହିଣୀ ଆତ୍ମହତ୍ୟାର ସବୁଠୁ ଅଧିକ ୨୮୨୧ ମାମଲା ସାମ୍ନାକୁ ଆସିଛି । ଏହାପଛକୁ ମହାରାଷ୍ଟ୍ର ଏବଂ ମଧ୍ୟପ୍ରଦେଶ ଅଛି । ଅନ୍ୟପଟେ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିଥିବା ୧,୨୫,୪୪୯ ପୁରୁଷଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ୪୮,୩୧୧ ଜଣ ଦିନ ମଜୁରିଆ ଥିଲେ । ଏହାବାଦ୍ ୨୦୨୪ ମସିହାରେ, ୧୦,୫୪୬ ଜଣ କୃଷି ଶ୍ରମିକ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିଛନ୍ତି । ବିଶେଷଜ୍ଞ ମାନେ ଏ ଲାଗି ଫସଲ ନଷ୍ଟ, ଖର୍ଚ୍ଚ ବୃଦ୍ଧି, ଆୟରେ ଅସ୍ଥିରତା, କରଜ ଆଦି କାରଣ ବୋଲି ଭାବୁଛନ୍ତି । ■

ଆତ୍ମହତ୍ୟା ଏକ ସାମାଜିକ କଳଙ୍କ

ଡକ୍ଟର ପ୍ରମୋଦ କୁମାର ପଣ୍ଡା

ଜୀବନ ହାରୁଛି । ଛୋଟମୋଟ ଦାବି ପୂରଣ ନହେଲେ ଅନ୍ତିମ ରାସ୍ତା ଆତ୍ମହତ୍ୟା । ସାମାଜିକ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଓ ପ୍ରତିପତ୍ତି ହରାଇବା ଭୟ, ଲୋକଲଜ୍ୟା ଓ ଜୀବନର ଅବମୂଲ୍ୟାୟନ ଜୀବନ ନେଉଛି । ପରକୀୟା ପ୍ରୀତି, ସାମାଜିକ ଅସ୍ୱୀକୃତି, ଯୌନ ଉତ୍ପୀଡ଼ନ, ଅସୁରକ୍ଷିତ କର୍ମକ୍ଷେତ୍ର, ଅନ୍ୟସହ ତୁଳନା, ପ୍ରତିଯୋଗିତା ଓ ସଂଘର୍ଷ, ନିଶାଗ୍ରସ୍ତ ଯୁବ ସମାଜ, ପୁରୁଷ ଓ ମହିଳାଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ସ୍ୱେଚ୍ଛାଚାରୀ ମନୋଭାବ ଇତ୍ୟାଦି ଅନେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଆତ୍ମହତ୍ୟାର ମୁଖ୍ୟ କାରଣ ହୋଇ ଛିଡ଼ା ହେଉଛି । ଆତ୍ମହତ୍ୟା କେବଳ ଅଶିକ୍ଷିତ କିମ୍ବା ଅର୍ଦ୍ଧଶିକ୍ଷିତଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ସୀମିତ ନୁହଁ । ସାଧାରଣ ଲୋକଙ୍କଠୁ ଆରମ୍ଭ କରି ରାଜନେତା, ସିନେ କଳାକାର, ପ୍ରଶାସନିକ ଅଧିକାରୀ, ବିଚାରପତିଙ୍କ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହା ପରିବ୍ୟାପ୍ତ । ଠିକ ଭାବେ ଅନୁଧ୍ୟାନ କଲେ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ନିରାଶା ଓ ଅବସାଦର କୁପରିଣାମ । ଧୈର୍ଯ୍ୟଚ୍ୟୁତିର କାରକ ।

ବଞ୍ଚିବା ପାଇଁ ଜୀବନ । ହାରିବା ପାଇଁ ନୁହେଁ । ସ୍ୱୟଂକୁ ସମାପ୍ତ କରିବାର ଅଧିକାର ମଣିଷର ନାହିଁ । ଏହା ବିଭୂଦତ୍ତ । ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ଆଧାରିତ । ଏହା ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ଏକ ଅମୂଲ୍ୟ ଉପହାର । ଜୀବନକୁ ଜାଣିଶୁଣି ପ୍ରତ୍ୟାଖ୍ୟାନ ଅର୍ଥ ବିଶ୍ୱନିୟନ୍ତାଙ୍କ ପ୍ରତି ସିଧାସଳଖ ଅବମାନନା । ଆତ୍ମହତ୍ୟା ବା ଆତ୍ମହତ୍ୟା ପ୍ରୟାସ ଏକ ହିଂସକ କୃତ୍ୟ । ଅବୈଧ, ନିୟମ ବିରୁଦ୍ଧ । ଶାସ୍ତ୍ରୀୟ ମାନ୍ୟତା ଅନୁସାରେ ଏହା ମହାପାପ । ଅକ୍ଷମଣୀୟ ଅପରାଧ । ଏଥିପାଇଁ କୌଣସି ପ୍ରାୟଶ୍ଚିତର ବ୍ୟବସ୍ଥା ନାହିଁ । କାରଣ ପ୍ରାୟଶ୍ଚିତ କରିବାକୁ ଜୀବନ୍ତ ହେବା ଅପରିହାର୍ଯ୍ୟ । ସଂଘର୍ଷର ସାମ୍ନା କରି ନିଜ ନିୟତ କର୍ମ କରିବାର ନାମ ଜୀବନ । ଆତ୍ମହତ୍ୟା ଅର୍ଥ ନିଜ କର୍ତ୍ତବ୍ୟରୁ ପଳାୟନ କରିବା । ନିଜକୁ ଅକ୍ଷମ, ଦୁର୍ବଳ ମନେକରିବା । ହାର ମାନିବା, ପରାଜୟ ସ୍ୱୀକାର କରିବା ଯାହା କାପୁରୁଷତାର ଲକ୍ଷଣ ।

ଲକ୍ଷଣ ଓ ବ୍ୟାବହାରିକ ପରିବର୍ତ୍ତନ

ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିବାକୁ ଚିନ୍ତା କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ କଥାବାର୍ତ୍ତା ଆଚାର ବିଚାର, ଚାଲିଚଳନ ଓ ବ୍ୟବହାରରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଦେଖାଦିଏ । ସେମାନେ ସାମାଜିକ ସମ୍ପର୍କ କମେଇ ଦିଅନ୍ତି । ଲୋକଙ୍କ ସହିତ କମ୍ ମିଳାମିଶା କରିବା ଆରମ୍ଭ କରନ୍ତି । ଏକୁଟିଆ ରହିବାକୁ ପସନ୍ଦ କରନ୍ତି । ନକାରାତ୍ମକ ଓ ଅସଙ୍ଗତ ଯୁକ୍ତି ବାଢିବା ସହିତ ଜୀବନଟା ମୂଲ୍ୟହୀନ, ବଞ୍ଚିକି କିଛି ଲାଭ ନାହିଁ, ମରିଗଲେ ମୁକ୍ତି ମିଳନ୍ତା ଆଦି ନୈରାଶ୍ୟଜନକ କଥାବାର୍ତ୍ତା କରିଥାନ୍ତି । ଚୁପ୍‌ଚାପ୍, ଗୁମ୍‌ସୁମ୍ ରହିବାକୁ ଭଲ ପାଆନ୍ତି । ପୂର୍ବଭଳି କାମରେ ତାଙ୍କର ଆଗ୍ରହ ଦେଖିବାକୁ ମିଳିନଥାଏ । ଅନେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ତାଙ୍କ ପ୍ରିୟ ଓ ସବୁଠୁ ପସନ୍ଦ ବ୍ୟକ୍ତି ଓ ସାମଗ୍ରୀ ତାଙ୍କୁ ପିତା ଲାଗିଥାଏ । କାର୍ଯ୍ୟରେ ରୁଚିନଥାଏ । ନିଜର ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ସମ୍ପତ୍ତି ସାମଗ୍ରୀ ଦାନ କରିଦିଅନ୍ତି । ନିଜପ୍ରତି ଧ୍ୟାନ ଦିଅନ୍ତି ନାହିଁ । ନିଜକୁ ଅବହେଳା କରନ୍ତି ।

ଓଡ଼ିଶାରେ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ସ୍ଥିତି

ଆମରାଜ୍ୟ ଓଡ଼ିଶା ଆତ୍ମହତ୍ୟା କବଳରୁ ମୁକ୍ତ ନୁହେଁ । ଏଠି ମଧ୍ୟ ସ୍ଥିତି ପ୍ରାୟ ସାମାନ । ପ୍ରତି ଲକ୍ଷେ ଜନସଂଖ୍ୟାରେ ୧୨.୫ ଜଣ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିଥାନ୍ତି । ଜାତୀୟ ହାରରୁ ଏହା ସାମାନ୍ୟ ଅଧିକ । ଜାତୀୟ ଅପରାଧ ରେକର୍ଡ ବ୍ୟୁରୋ ବା ଏନ୍‌ସିଆର୍‌ବିର ତଥ୍ୟ ଅନୁସାରେ ୨୦୨୨ ମସିହାରେ ୬୧୪୦, ୨୦୨୩ ମସିହାରେ ୫୯୮୯ ଓ ୨୦୨୪ ମସିହାରେ ୫୭୯୧ ଜଣ ଆତ୍ମହତ୍ୟାଜନିତ ମୃତ୍ୟୁର ଶିକାର ହୋଇଥିଲେ । ମୃତ୍ୟୁହାରରେ ଯଦିଓ ୩.୩% ହ୍ରାସ ଘଟିଛି ତଥାପି ଏହା ଅତ୍ୟନ୍ତ ଚିନ୍ତାର ବିଷୟ । ରାଜ୍ୟରେ ପୁରୁଷ ଓ ମହିଳା ଆତ୍ମହତ୍ୟା ଅନୁପାତ ୧.୮:୧ ଅଟେ । ଅର୍ଥାତ ଜଣେ ମହିଳା ତୁଳନାରେ ହାରାହାରି ଦୁଇଜଣ ପୁରୁଷ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିଥାନ୍ତି । ଓଡ଼ିଶାରେ ଦୈନିକ ୧୫ ରୁ ୧୬ ଜଣ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରୁଛନ୍ତି । ରାଜ୍ୟର ଛାତ୍ର ଆତ୍ମହତ୍ୟା ଉତ୍କଟ । ଦିନକୁ ଦିନ ଏହା ବଢ଼ିବାରେ ଲାଗିଛି । ୨୦୨୧ରୁ ୨୦୨୩ ମଧ୍ୟରେ ୪୮୧ ଜଣ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିଛନ୍ତି । ତନ୍ମଧ୍ୟରୁ ୨୬୩ ଝିଅ ଓ ୨୧୮ ଜଣ ପୁଅ । ୨୦୨୧ ମସିହାରେ ଏହି ସଂଖ୍ୟା ୧୧୯ ଥିବାବେଳେ ୨୦୨୩ ମସିହାରେ ୫୮% ବୃଦ୍ଧି ଘଟି ୧୮୯ରେ ପହଞ୍ଚିଛି, ଯାହା ଚିନ୍ତାଜନକ ।

ଜାତୀୟ ଓ ଅନ୍ତର୍ଜାତୀୟସ୍ତରରେ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ହାର

ସମଗ୍ର ବିଶ୍ୱରେ ବାର୍ଷିକ ୭,୨୦,୦୦୦ ଆତ୍ମହତ୍ୟାଜନିତ ମୃତ୍ୟୁ ଘଟେ । ଅର୍ଥାତ ପ୍ରତି ୪୩ ସେକେଣ୍ଡରେ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିର ପ୍ରାଣ ଯାଏ । ନିମ୍ନ ଓ ମଧ୍ୟବିତ୍ତ ଦେଶଗୁଡ଼ିକରେ ଆତ୍ମହତ୍ୟାର ହାର ସର୍ବାଧିକ ପ୍ରାୟ ୭୩% । ୧୫ରୁ ୨୯ ବର୍ଷୀୟ ଯୁବପିଢ଼ିଙ୍କ ପାଇଁ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ମୃତ୍ୟୁର ତୃତୀୟ ମୁଖ୍ୟ କାରଣ । ମହିଳାଙ୍କ ତୁଳନାରେ ଦୁଇଗୁଣ ପୁରୁଷ ଆତ୍ମହତ୍ୟାରେ ମୃତ୍ୟୁବରଣ କରିଥାନ୍ତି ।

ସେହିପରି ଭାରତରେ ପ୍ରତିବର୍ଷ ୧,୭୦,୦୦୦ ଲୋକ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିଥାନ୍ତି । ପ୍ରତି ଏକଲକ୍ଷ ଜନସଂଖ୍ୟାରେ ୧୨.୪ ଲୋକଙ୍କ ପ୍ରାଣ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କାରଣରୁ ଯାଇଥାଏ । ୧୫ରୁ ୨୯ ଓ ୩୦ରୁ ୪୫ ବର୍ଷ ବୟସ୍କ ଯୁବପିଢ଼ିଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ନିଜ ଜୀବନକୁ ନିଜେ ସମାପ୍ତ କରିବାର ଚିତ୍ର ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ଦେଖିବାକୁ ମିଳେ । ଭାରତରେ ଦୈନିକ ୪୫୦ ଜଣ ନିଜର ପ୍ରାଣ ନିଅନ୍ତି । ଅର୍ଥାତ ଆମଦେଶରେ ପ୍ରତି ୩ ମିନିଟରେ ଜଣେ ଲୋକ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିଥାଏ । ୨୦୨୪ ମସିହାରେ ଦେଶରେ ୧୪,୪୮୮ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିଛନ୍ତି, ଯାହା ୨୦୨୩ ମସିହା ଅପେକ୍ଷା ୪.୩ % ଅଧିକ । ଏହା ସମୁଦାୟ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ଘଟଣାର ୮.୫% । ୨୦୧୪ରୁ ୨୦୨୪ ଦଶ ବର୍ଷ ମଧ୍ୟରେ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ଘଟଣାରେ ୮୦% ଉଦ୍‌ବେଗଜନକ ବୃଦ୍ଧି ଘଟିଛି ।

କାହିଁକି ଆତ୍ମହତ୍ୟା

ବ୍ୟକ୍ତି କୌଣସି ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ କାରଣ ଯୋଗୁଁ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିନଥାଏ । ସେ ଯେତେବେଳେ ଶାରୀରିକ, ମାନସିକ ଓ ଭାବନାତ୍ମକ ପୀଡ଼ାରେ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାଙ୍ଗିପଡ଼େ , ସେତେବେଳେ ଏଭଳି ଚରମ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଇଥାଏ । ଅସଫଳତା, ପ୍ରିୟଜନଙ୍କୁ ହରାଇବାର ଆଶଙ୍କା, ପାରିବାରିକ ବାଦବିବାଦ ଗଣ୍ଡଗୋଳ, ଅବସାଦ, ଆର୍ଥିକ ସଙ୍କଟ ଆଦି ଏମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରମୁଖ । ସେହିପରି ପରୀକ୍ଷାରେ ଉତ୍ତମ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିନପାରି ଛାତ୍ର ଜୀବନ ହାରେ । ଚାକିରି ପାଇବାକୁ ଅସମର୍ଥ ହେଲେ ଯୁବକଟିଏ ପ୍ରାଣ ତ୍ୟାଗେ । ସେପଟେ ଛୋଟ ପିଲାକୁ ମୋବାଇଲ ବାରଣ କଲେ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରୁଛି । ପ୍ରେମରେ ଅସଫଳ ହେଲେ ଯୁବକ ଯୁବତୀ ଆତ୍ମଦାହ କରୁଛନ୍ତି । ସ୍ୱାମୀସ୍ତ୍ରୀ, ବାପପୁଅ ମଧ୍ୟରେ ଟିକେ ନାଇଁ କହିଁ ହେଲେ ଆତ୍ମହତ୍ୟାର ଦୃଶ୍ୟ ସାମ୍ନାକୁ ଆସୁଛି । ଋଣ ପରିଶୋଧ କରିନପାରି ଚାଷୀ

ସତର୍କତା ଓ ସହାୟତା

କିଛି ଲୋକ ହଠାତ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ଭଳି ଚରମ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଇଥାନ୍ତି । ଅନ୍ୟ କିଛି ଲୋକଙ୍କୁ ଏଥିପାଇଁ ସମୟ ଲାଗିଥାଏ । ତାଙ୍କର ଲକ୍ଷଣ ଦେଖି ଜଣାପଡ଼େ ଯେ, ସେମାନେ ଭୁଲ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେବାକୁ ଯାଉଛନ୍ତି । ସଠିକ୍ ସମୟରେ ଏପ୍ରକାର ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ସଠିକ ମାର୍ଗଦର୍ଶନ, ସହାୟତା ଓ ଚିକିତ୍ସା ମିଳିଗଲେ ସେମାନଙ୍କ ମୁଖ୍ୟସ୍ରୋତକୁ ସକୁଶଳ ପ୍ରତ୍ୟାବର୍ତ୍ତନ କରିବାର ସମ୍ଭାବନା ଯଥେଷ୍ଟ ବଢ଼ି ଯାଏ । ନିଜ ଆଖପାଖରେ, କର୍ମକ୍ଷେତ୍ରରେ ଯଦି ଏଭଳି ବ୍ୟକ୍ତି ନଜରକୁ ଆସନ୍ତି ତେବେ ଆମେ ତାଙ୍କୁ ବୁଝାଇପାରିବା । ମେଡିକାଲ୍ କାଉନସିଲିଂର ବ୍ୟବସ୍ଥା କରିପାରିବା କିମ୍ବା ଏକ୍ଷେତ୍ରରେ କାମ କରୁଥିବା ସରକାରୀ ଓ ବେସରକାରୀ ସଂସ୍ଥା / ସଂସ୍ଥାନକୁ ଟୋଲ ଫ୍ରି ନମ୍ବର / ବେସରକାରୀ ଫୋନ ନମ୍ବର ମାଧ୍ୟମରେ ଯୋଗାଯୋଗ କରି ସହାୟତା ନେଇପାରିବା । ନିୟମିତ ସଚେତନତା ଆତ୍ମହତ୍ୟା ପ୍ରବଣତାକୁ ଅନେକ ମାତ୍ରାରେ ପ୍ରତିରୋଧ କରିପାରିବ ।

ଜୀବନ ଏକ ଚିରନ୍ତନ ପ୍ରବାହ । ତାକୁ ରୋକିବାର ଅପପ୍ରୟାସ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ । ସମସ୍ୟା ସମାଧାନର ସୂତ୍ର ଆତ୍ମହତ୍ୟାରେ ନୁହେଁ, ଆତ୍ମବିକାଶରେ ନିହିତ । ନିଜକୁ ସମାପ୍ତ କଲେ ସମସ୍ୟା ସମାପ୍ତ ହୁଏନାହିଁ । ଆତ୍ମହତ୍ୟା ଏକ ସାମାଜିକ କଳଙ୍କ । ■

ପ୍ରାକ୍ତନ ଜିଲ୍ଲା ଶିକ୍ଷା ଅଧିକାରୀ, ସମ୍ବଲପୁର
ମୋ: ୭୭୮୭୮୨୩୧୯୦

ଭାରତରେ ଛାତ୍ର ଆତ୍ମହତ୍ୟାର ସଂଖ୍ୟା ଗତ ଦଶକରେ ଦ୍ରୁତଗତିରେ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଛି । ଭାରତରେ ୧୫ରୁ ୨୫ ବର୍ଷ ବୟସର ଲୋକଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଯୁବ ଆତ୍ମହତ୍ୟାର ହାର ସର୍ବାଧିକ । ନ୍ୟାସନାଲ୍ କ୍ରାଇମ୍ ରେକର୍ଡ ବ୍ୟୁରୋ ବା ଏନ୍‌ସିଆର୍‌ବି ତଥ୍ୟ ଅନୁଯାୟୀ ୨୦୨୪ ମସିହାରେ ୧୪,୪୮୮ ଜଣ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିଛନ୍ତି । ଯାହା ଏକ ଚିନ୍ତାଜନକ ସାମାଜିକ ଓ ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସଙ୍କଟକୁ ପ୍ରକାଶ କରେ ।

ମାନସିକ ଅବସାଦର କରୁଣ ପରିଣତି

ଡକ୍ଟର କଳ୍ପନା ସାହୁ

ପ୍ରତ୍ୟେକ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ପଛରେ ରହିଥାଏ ଏକ ଅସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ସ୍ୱପ୍ନ, ଏକ ଭାଙ୍ଗିଯାଇଥିବା ଆଶା ଏବଂ ଏକ ନୀରବ ଆହ୍ୱାନ, ଯାହାକୁ ସମାଜ ଅନେକ ସମୟରେ ଶୁଣିପାରେ ନାହିଁ । ଯୁବଶକ୍ତି ଆମ ଦେଶ ଓ ଜାତିର ଭବିଷ୍ୟତ । କିନ୍ତୁ ଯେତେବେଳେ ସେହି ଭବିଷ୍ୟତ ନିରାଶା, ଚାପ ଏବଂ ଏକାକୀତ୍ୱର ଅନ୍ଧକାର ହାର ମାନିଯାଏ, ସେତେବେଳେ ଏହା କେବଳ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ କ୍ଷତି ନୁହେଁ, ସମଗ୍ର ସମାଜ ପାଇଁ ଏକ ଗଭୀର ସଙ୍କେତ ଦିଏ । ତେବେ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ପଛରେ ଅନେକ କାରଣ ରହିଥାଏ ।

ଶିକ୍ଷାଗତ ଚାପ

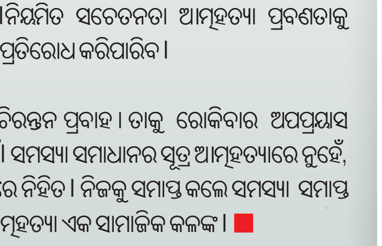
ଆଜିର ପ୍ରତିଯୋଗିତାମୂଳକ ଯୁଗରେ ଭଲ ମାର୍କ, ଭଲ ଚାକିରି ଓ ସଫଳତା ପାଇଁ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନେ ଅଧିକ ଚାପର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଉଛନ୍ତି । ପିଲାମାନେ ଡାକ୍ତର, ଇଞ୍ଜିନିୟର ହେବା ପାଇଁ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ପ୍ରବେଶିକା ପରୀକ୍ଷା ଦେଉଛନ୍ତି । ପରୀକ୍ଷାରେ ବିଫଳତା କିମ୍ବା ଅନିଶ୍ଚିତତା ଫଳାଫଳ ଓ ଆଶାନୁଯାୟୀ ଫଳ ନ ମିଳିବା ଦ୍ୱାରା ଅନେକ ଯୁବକଙ୍କୁ ନିରାଶା ଭିତରକୁ ଠେଲି ଦେଉଛି ।

ପାରିବାରିକ ସମସ୍ୟା

ପରିବାରରେ ଝଗଡ଼ା, ଅଶାନ୍ତି, ପିତାମାତାଙ୍କର ଚାପ କିମ୍ବା ଭାବନାତ୍ମକ ସମର୍ଥନର ଅଭାବ ଯୁବକଯୁବତୀମାନଙ୍କୁ ଏକାକୀ କରିଦେଉଛି । ପିତାମାତାଙ୍କର ଆର୍ଥିକ ଅନଟନ ଓ ଅନାବଶ୍ୟକ ଆଶା, ପିଲାମାନଙ୍କୁ ଅନେକ ସମୟରେ ନିରାଶ କରିଦିଏ । ଏନ୍‌ସିଆର୍‌ବି ତଥ୍ୟ ଅନୁଯାୟୀ, ଓଡ଼ିଶାରେ ଆତ୍ମହତ୍ୟାର ଏକ ବଡ଼ କାରଣ ହେଉଛି ପାରିବାରିକ ସମସ୍ୟା, ପିତାମାତାଙ୍କ ସହ ନକାରାତ୍ମକ ସମ୍ପର୍କ ଏବଂ ଏକକ ପିତାମାତା ପରିବାର ମଧ୍ୟ ପ୍ରମୁଖ କାରଣ ହୋଇଥାଏ ।

ମାନସିକ ଅବସାଦ ଓ ଏକାକୀପଣ

ଅବସାଦ (Depression), ଚିନ୍ତା (Anxiety) ଓ ନିଜ ଭିତରେ ନିଜେ ରହିବା, ନିଜର ଆବେଗ ପ୍ରକାଶ କରିବା ପାଇଁ ଉତ୍ତମ ବନ୍ଧୁ ବା ପରିବାର ଜନଙ୍କର ସହାୟତା ନମିଳିବା, ନିଜ ସମସ୍ୟା କାହାକୁ ନ କହିବାର ପ୍ରବୃତ୍ତି ଯୁବପିଢ଼ିଙ୍କୁ ଆତ୍ମଘାତୀ ଚିନ୍ତାଧାରା ଦିଗରେ ନେଇଯାଉଛି । ଯେତେବେଳେ ପିତାମାତାଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଅବହେଳିତ ଅନୁଭବ କରିବା ବା ପିତାମାତାମାନେ ନିରନ୍ତର ପିଲାଙ୍କୁ ସମାଲୋଚନା କରିବା, ଆତ୍ମହତ୍ୟାର ବିପଦକୁ ବୃଦ୍ଧି କରେ ।



ସୋସିଆଲ୍ ମିଡିଆ ଓ ଡିଜିଟାଲ୍ ଚାପ

ସୋସିଆଲ୍ ମିଡିଆରେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ସଫଳତାକୁ ଦେଖି ନିଜକୁ ଅସଫଳ ମନେ କରିବା ଓ ଡିଜିଟାଲ ନିର୍ଭରଶୀଳତା ଯୁବକମାନଙ୍କ ମାନସିକ ସନ୍ତୁଳନକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରୁଛି । ଏହାଛଡ଼ା ସୋସିଆଲ୍ ମିଡିଆ ପ୍ଲାଟଫର୍ମ ଏବଂ କୃତ୍ରିମ ବୁଦ୍ଧିମତା ମଧ୍ୟ ଯୁବପିଢ଼ିଙ୍କ ଆତ୍ମହତ୍ୟାର ଏକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରିଛି । ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଆତ୍ମଘାତୀ ଆଚରଣର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେବା ପାଇଁ ଚାଟ୍‌ଜିପିଟି ବ୍ୟବହାର ଲୋକପ୍ରିୟ ହୋଇଛି । ଏହା ଆତ୍ମହତ୍ୟାକୁ ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ଦେଉଛି ।

ଅନିଶ୍ଚିତ ଭବିଷ୍ୟତ

ସାମାଜିକ ବୈଷମ୍ୟ ଏବଂ ଆର୍ଥିକ ଅସୁରକ୍ଷା, ବେକାରୀ ସମସ୍ୟା ଏବଂ ପାରିବାରିକ ହିଂସା ଆତ୍ମହତ୍ୟାର ଆଶଙ୍କାକୁ ବୃଦ୍ଧି କରେ । ଆଜିର ପ୍ରତିଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱିତାମୂଳକ ପରିବେଶରେ ଯୁବପିଢ଼ିମାନେ ନିଜ ଜୀବନକୁ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ସହିତ ତୁଳନା କରିବା ଏବଂ ସାମାଜିକ ସ୍ୱୀକୃତିର ଚାପ ଯୁବକମାନଙ୍କର ମାନସିକ ସନ୍ତୁଳନକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରୁଛି । ଏହି ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ପାଇଁ ପରିବାର, ପିତାମାତା, ବିଦ୍ୟାଳୟ, ମହାବିଦ୍ୟାଳୟ ଓ ସମାଜକୁ ମିଳିତ ଭାବେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାକୁ ହେବ । ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନଙ୍କୁ କେବଳ ଶିକ୍ଷା ନୁହେଁ, ଜୀବନ କୌଶଳ, ଭାବନାତ୍ମକ ସ୍ଥିରତା ଏବଂ ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବିଷୟରେ ମଧ୍ୟ ଶିକ୍ଷା ଦେବା ଆବଶ୍ୟକ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଶିକ୍ଷାନୁଷ୍ଠାନରେ କାଉନ୍‌ସେଲିଂ ବ୍ୟବସ୍ଥାକୁ ମଜବୁତ କରିବା ଦରକାର ।

ଜୀବନର ମୂଲ୍ୟ ପ୍ରବେଶିକା ପରୀକ୍ଷା ବା ମୂଲ୍ୟାୟନ ଉପରେ ପର୍ଯ୍ୟବସିତ ନୁହେଁ, ଏହା ପରୀକ୍ଷା ଫଳାଫଳଠାରୁ ଅଧିକ ମୂଲ୍ୟବାନ । ବିଫଳତା ଜୀବନର ଶେଷ ନୁହେଁ, ବରଂ ଏକ ନୂତନ ଆରମ୍ଭର ସୁଯୋଗ । ଆମେ ଯଦି ପ୍ରତ୍ୟେକ ଯୁବକ ଓ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନଙ୍କୁ ଏହି ବିଶ୍ୱାସ ଦେଇପାରିବା ଯେ ସେ ଏକା ନୁହେଁ, ତେବେ ଅନେକ ଜୀବନକୁ ବଞ୍ଚାଇ ପାରିବା । ଓଡ଼ିଶାର ଯୁବପିଢ଼ିଙ୍କୁ ଆଶା,

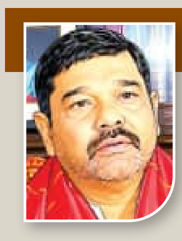
ସାହସ ଓ ସମର୍ଥନର ପରିବେଶ ଦେବା ଆମ ସମସ୍ତଙ୍କର ଦାୟିତ୍ୱ ଓ ମିଳିତ ଭାବେ ଏହି ଚିନ୍ତାଜନକ ପ୍ରବଣତାକୁ ରୋକାଯାଇପାରିବ । ■

ଆସୋସିଏଟ୍ ପ୍ରଫେସର, ସ୍କୁଲ ଅଫ୍ ହ୍ୟୁମାନ୍ ରିସୋର୍ସ ମ୍ୟାନେଜମେଣ୍ଟ
ଏକ୍ସଆଇଏମ୍ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ, ଭୁବନେଶ୍ୱର

ନୀତି ଅନୀତି ରାଜନୀତି

ଶ୍ରୀବିଦୂର

ତୁଳା ମୁହାଁ କାଙ୍କ



ବେଙ୍ଗ ଏକ ଅଦ୍‌ଭୁତ ପ୍ରାଣୀ । ତାକୁ ସୁନା ଇଟାରେ ବସାଅ କି ରୁପା ଖଟୁଲିରେ ବସାଅ; ସେ ନଳାକୁ ଡେଇଁବା ଥୟ । ସେମିତି ନଳା ଓ ନାଳିକୁ ଭଲ ପାଉଥିବା ଲୋକଙ୍କୁ ଯେତେ ଆଦର କଲେ ବି ସେମାନେ ତାଙ୍କର ଅଭ୍ୟାସ ଛାଡ଼ିପାରିବେ ନାହିଁ । ରାଜାବଗିଚା ସା'ନ୍ତରା ଓରଫ୍ ରଷିଙ୍କୁ ଶଙ୍ଖପତି ତିର୍ତ୍ତୋଲରୁ ଦଳୀୟ ଟିକଟ ଦେଇ ବିଧାନସଭାକୁ ଆଣିଥିଲେ । କଟକରୁ ପ୍ରାର୍ଥୀ ହୋଇ ହାରିବା ପରେ ପର୍ଯ୍ୟଟନ ନିଗମରେ ଥଇଥାନ କରିଥିଲେ; ପରେ ରାଜ୍ୟସଭାକୁ ବି ପଠାଇଥିଲେ । ମାତ୍ର ଶେଷରେ ରଷିବାବୁ ଦଳ ଡେଇଁ ପିନ୍ଧିଲେ ଗେରୁଆ ଟୋପି । ଶଙ୍ଖ ଦଳ ଛାଡ଼ି ଗେରୁଆ ଟୋପି ପିନ୍ଧିବାକୁ ତାଙ୍କର ଉଦ୍‌ବିଗ୍ନତା ଯେ ଆକସ୍ମିକ ନଥିଲା, ସଂସଦରେ ୱାକଫ୍ ବିଲ୍ ଆଗତ ସମୟରେ ରଷି ବାବୁଙ୍କ ଅନୁପସ୍ଥିତି କେବଳ ଯେ ଏକ ବାହାନା ଥିଲା, ତାହା ଏବେ ଆଉ କାହାକୁ ଅବୁଝା ହୋଇନାହିଁ । ଶୂଦ୍ରମୁନି ସାରଳା ଦାସଙ୍କ ମହାଭାରତରେ ଗୋଟିଏ ଆଖ୍ୟାନ ରହିଛି 'ତୁଳା ମୁହାଁ କାଙ୍କ' । ଥଣ୍ଟରେ ତୁଳା ଧରି ପାଣି ପିଉଥିବା କାଙ୍କ ଅର୍ଥାତ୍ ଧୂର୍ତ୍ତ ବଗ ପୋଖରୀର ମାଛମାନଙ୍କୁ ଛଳନା କରି ଗୋଟିଗୋଟି କରି ଖାଇବା ଓ ଶେଷରେ କଙ୍କଡ଼ାର କଣ୍ଟକିତ ଗୋଡ଼ ଚାପାରେ ପ୍ରାଣ ହରାଇବାର କାହାଣୀ ପ୍ରାୟ ସମସ୍ତେ ଜାଣିଥିବେ । ମାତ୍ର ସାରଳା ଦାସଙ୍କ ବର୍ଣ୍ଣିତ ତୁଳା ମୁହାଁ କାଙ୍କ ସହ ସେହି ତିର୍ତ୍ତୋଲ ମାଟି ସହ ଜଡ଼ିତ ରାଜାବଗିଚା ସା'ନ୍ତରା ଓରଫ୍ କଟକୀ ରଷିଙ୍କର ଯେ କିଛି ସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ଅଛି; ସେ କଥା ବର୍ଣ୍ଣନା କରିବାର ଧୃଷ୍ଟତା ଆମେ କରିବୁ କିପରି ? ■

ବାଘ ରାଇଜରେ ମିରିଗ ନାଟ

ଓଡ଼ିଆରେ କଥାଟିଏ ଅଛି- 'ବାଘ ଘରେ ମିରିଗ ନାଟ' । ଅନୁଶାସନ ଅଭାବରେ ଯେପରି ଅରାଜକତା ବ୍ୟାପେ, ଏବେ କୁଆଡ଼େ ରାଜ୍ୟରେ ସ୍ଥିତି ସେହିପରି । ପ୍ରଶାସନିକ ଅଧିକାରୀମାନେ ନିର୍ବାଚିତ ଲୋକ ପ୍ରତିନିଧିମାନଙ୍କୁ ମାନିବା ତ ଦୂରର କଥା, ସୌଜନ୍ୟତା ଦୃଷ୍ଟିରୁ ସମ୍ମାନ ବି ଦେଉ ନାହାନ୍ତି । ଗଣତାନ୍ତ୍ରିକ ବ୍ୟବସ୍ଥାରେ ସରକାରୀ ଅଫିସରମାନେ ହେଉଛନ୍ତି ଲୋକଙ୍କ ସେବକ ଅର୍ଥାତ୍ ପବ୍ଲିକ ସର୍ଭାଣ୍ଟ । ମାତ୍ର ଲୋକ ତ ଦୂରର କଥା, ଲୋକପ୍ରତିନିଧିଙ୍କ ପାଇଁ ନିୟମ କଥିତ ବୁକ୍ ସର୍କୁଲାର ଭିତରେ ବନ୍ଦୀ ହୋଇ ଯାଇଛି । କିଛିଦିନ ତଳେ ଜଗତସିଂହପୁରରେ ଗୁହାରି କରିବାକୁ ଆସିଥିବା ମହିଳାମାନଙ୍କୁ ସେଠାକାର ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଧମକାଉଥିବା ଭିଡ଼ିଓ ଦେଖିଥିଲୁ । ବୋଲଗଡ଼ ବ୍ଲକ୍ ବିଡ଼ିଓଙ୍କ ଯଥେଚ୍ଛାଚାରରେ ଅତିଷ୍ଠ ଜଣେ ଲୋକପ୍ରତିନିଧି ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ବୈଠକରେ ଆତ୍ମାହୁତି ଉଦ୍ୟମ କଲାବେଳେ ଖୋର୍ଦ୍ଧା ଜିଲ୍ଲାପାଳ ନିରାସକ୍ତ ଭାବରେ ବସିଥିବା ବି ଦେଖିଥିଲୁ । ଏବେ ବଲାଙ୍ଗୀରରେ ଘଟିଥିବା ଘଟଣାଟି ତହିଁରୁ ଅଧିକ କଷ୍ଟଦାୟକ । ପରିଣତ ବୟସ୍କ ପୂର୍ବତନ ବିଧାୟକ ତଥା ସାଂସଦ ବାଳଗୋପାଳ ମିଶ୍ରଙ୍କୁ ବସିବାକୁ ସୌଜନ୍ୟବର୍ଜିତ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଚୌକିଟିଏ ନ ଦେବା ଓ ସେ ଠିଆ ହୋଇ ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କ ସମ୍ମୁଖରେ ନିଜର ଗୁହାରି ଜଣାଉଥିବା ଦୃଶ୍ୟ ସହଜରେ ହଜମ ହେଲା ନାହିଁ । ବଲାଙ୍ଗୀର ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କ ଭାଗ୍ୟ ଭଲ; ଅତୀତର ଅଗ୍ନିବର୍ଷୀ ବାଳଗୋପାଳଙ୍କ ସହ ତାଙ୍କର ସାମ୍ନାସାମ୍ନି ହୋଇନାହିଁ । ତିନି ଦଶନ୍ଧି ତଳେ ଯଦି ଏପରି ଘଟଣା ଘଟିଥାଆନ୍ତା, ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଆଜି ବେଡ଼ିଂବିସ୍ତର ବାନ୍ଧି ଅନ୍ୟଆଡ଼େ ଯାଇ ସାରିଥାଆନ୍ତେ । ■

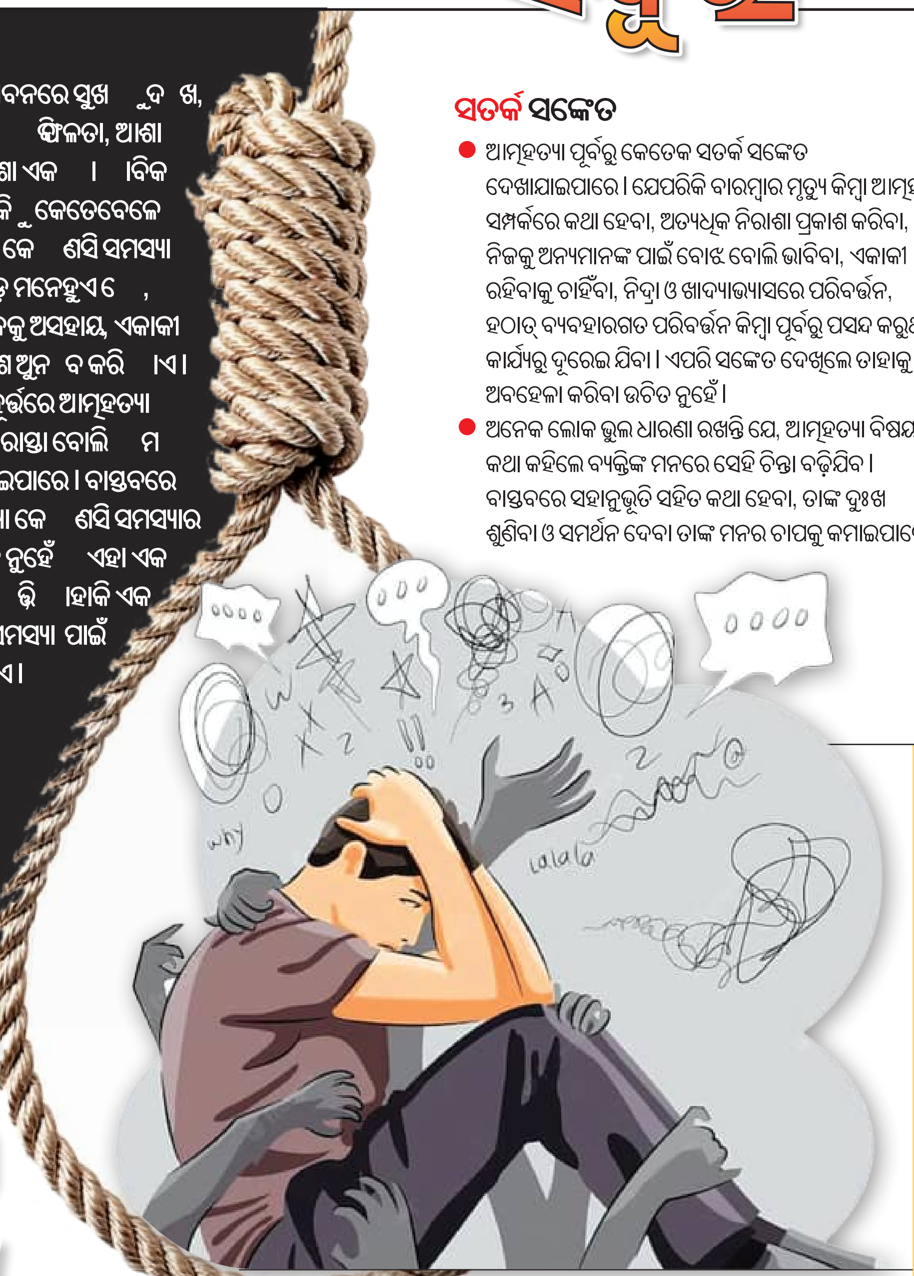
ଧରା ପଡ଼ିଗଲେ ଜୈନ ବାବୁ

ଟିଟିଲାଗଡ଼ି ଜୈନ ବାବୁ ନବୀନ ପ୍ରକୃତରେ ଜଣେ ଅମାୟିକ ଲୋକ । ସେ ମାଛିକୁ ମ' କହନ୍ତି ନାହିଁ; କିନ୍ତୁ ଲୋକମାନେ ତାଙ୍କୁ ସବୁବେଳେ ଭୁଲ ବୁଝନ୍ତି ବୋଲି ତାଙ୍କ ସମର୍ଥକମାନେ ଗାଇ ବୁଲନ୍ତି । କିଛିଦିନ ତଳେ ବାବୁ ଏକ ବାହାଘର ଶୋଭାଯାତ୍ରାରେ ଢୁସ୍ ଢାସ୍ କରି ବନ୍ଧୁକ ଫୁଟାଇଥିବା ଭିଡ଼ିଓ ଭାଇରାଲ ହେଲା, ମାତ୍ର ପଦ୍ମ ଛାପ ଲାଗିଥିବାରୁ ବାବୁ ଜୈନଙ୍କର ମୁଣ୍ଡର ଚୁଟିକୁ କେହି ହଲାଇ ପାରିଲେ ନାହିଁ । ଗୁଳି ଫୁଟିଥିବା ବନ୍ଧୁକଟି କୁଆଡ଼େ ଖେଳନା ବନ୍ଧୁକ ଥିଲା ବୋଲି ଜୈନବାବୁଙ୍କ ସଫେଇରେ ପୁଲିସ ପୂରା ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ହୋଇ ଚୁପ୍ ହୋଇ ବସିଗଲା । ଏବେ ପୁଣି ଆଉ ଏକ ଘଟଣାକୁ ନେଇ କୁଆଡ଼େ ଜୈନବାବୁଙ୍କୁ ନିନ୍ଦିତ କରିବାକୁ ବିରୋଧୀ ଲାଗି ପଡ଼ିଥିବା ତାଙ୍କ ସମର୍ଥକମାନେ କହୁଛନ୍ତି । ରାଜ୍ୟରେ ଚାଲିଥିବା ସଘନ ଭୋଟର ତାଲିକା ସଂଶୋଧନ (ଏସ୍‌ଆଇଆର୍) ସମୟରେ ପଦ୍ମ ଦଳକୁ ଭୋଟ ଦେଇ ନ ଥିବା ଲୋକଙ୍କ ନାଁ ଭୋଟର ତାଲିକାରୁ କାଟି ଦେବାକୁ ନିଜ ସମର୍ଥକମାନଙ୍କୁ ପରାମର୍ଶ ଦେଉଥିବା ଏକ ଭିଡ଼ିଓ ଟିଭିମାନଙ୍କରେ ଡିବିଡ଼ିବି ବାଜିବା ପରେ ଜୈନବାବୁ ଟିକେ ଅକଳରେ ପଡ଼ି ଯାଇଛନ୍ତି । ଏପରିକି ଏହି ଘଟଣାକୁ ନେଇ ବଲାଙ୍ଗିର ଜିଲ୍ଲାର ମୂଳବାସିନ୍ଦାମାନେ ଜୈନବାବୁଙ୍କୁ ବାହାରିଆ ବୋଲି ଆକ୍ଷେପ କରି ତାଙ୍କ ଉପରେ ଖପ୍ପା ହୋଇଥିବା ଶୁଣିବାକୁ ମିଳିଛି । ଅବଶ୍ୟ କେଉଁ କାଳରେ ଜୈନବାବୁଙ୍କ ପିତାମହ କି ପ୍ରପିତାମହ ରାଜସ୍ଥାନରୁ ଓଡ଼ିଶା ଆସିଥିଲେ ଏ କଥା ସତ୍ୟ; ହେଲେ ଜୈନବାବୁ ନିଜକୁ ପଦୁଅଁ ପାର୍ଟିର ଖାଣ୍ଟି ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶା ନେତା ମନେକରିବାରେ ଭୂଲ କେଉଁଠି ରହିଲା ? ■

ବାଘୁଆ ଗଣ୍ଡିରେ ପୁଲିସବାବୁ

ଗଲା ସନ ରଥଯାତ୍ରା ସମୟରେ ସିସିଟିଭି ଲଗାଯିବାକୁ ନେଇ ପୁଲିସ ବିଭାଗରେ ବେଶ୍ ହଲଚଲ୍ ହୋଇଥିଲା । ଉଚ୍ଚକ୍ଷମତାସମ୍ପନ୍ନ ସିସିଟିଭି ଲଗାଯିବାକୁ ବ୍ୟବସ୍ଥା ହୋଇଥିଲେ ହେଁ ବାସ୍ତବରେ ନିମ୍ନ କ୍ଷମତାସମ୍ପନ୍ନ ସିସିଟିଭି ଲାଗିଲା । ଯେତିକି ସିସିଟିଭି ଲଗା ଯାଇଥିଲା; ସେଥିରୁ କୁଆଡ଼େ ଅଧେ ଅଚଳ ଥିଲା । ସେତେବେଳେ ଏହି ଘଟଣା ସହ ପୁଲିସ ହାକିମ ଗଙ୍ଗୱାରବାବୁଙ୍କ ସିଧା ସଂପର୍କ ଥିବା ଅଭିଯୋଗ ହୋଇଥିଲା । ଏହାକୁ ନେଇ ଏକ ଭିତିରିଆ ତଦନ୍ତ ହେଲା ସିନା, ଖାକି ବାହିନୀରେ ପ୍ରବଳ ବିରାଦରୀ ପ୍ରୀତି ଯୋଗୁଁ ତଦନ୍ତ ରିପୋର୍ଟ କୁଆଡ଼େ ଉଭାନ ହୋଇଗଲା । ମାତ୍ର ଏବେ ବାଲିଅନ୍ତା ଭିଡ଼ ହିଂସା ଘଟଣାରେ ମୃତକ ସୌମ୍ୟରଞ୍ଜନଙ୍କ ପରିବାରର ଅଭିଯୋଗ କୁଆଡ଼େ ଗଙ୍ଗୱାରବାବୁଙ୍କ ଦୟାହୀନ ଚେହେରା ଉପରୁ ପରଦା ହଟାଇ ଦେଇଛି । ବାବୁ ଗଙ୍ଗୱାରଙ୍କ ବିରୋଧରେ ସୌମ୍ୟରଞ୍ଜନଙ୍କୁ ବେଠି ଖଟାଉଥିବା ଓ ବିନା ପାରିଶ୍ରମିକରେ ପ୍ରତିଦିନ ଘସାମୋଡ଼ା କରାଉଥିବା, ତାଙ୍କଠାରୁ ମାସକୁ ମାସ ପ୍ରୋଟିନ୍ ପାଉଡ଼ର ଆଦାୟ କରୁଥିବା ପରି ସାଂଘାତିକ ଅଭିଯୋଗ କରିଛନ୍ତି ସୌମ୍ୟଙ୍କ ସମ୍ପର୍କୀୟ ଓ ପରିବାର । ଖାଲି ସୌମ୍ୟରଞ୍ଜନ ନୁହନ୍ତି; ତାଙ୍କ ପରି ଆଠ ଜଣ ତଳିଆ ପୁଲିସ କର୍ମଚାରୀଙ୍କୁ ଗଙ୍ଗୱାର ସାହେବ କୁଆଡ଼େ ନିଜ ସେବା ପାଇଁ ନିୟୋଜିତ କରିଥିବା କଥା ବି ସାଧାରଣରେ ଚର୍ଚ୍ଚା ହେଉଛି । ରାଜ୍ୟରେ ପୁଲିସ ଅଫିସରଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ହଜାରେରୁ ଅଧିକ । ଜଣକ ଘରେ ଯଦି ଆଠଜଣ ବେଠି ଖଟୁଥାନ୍ତି, ତେବେ ଖାଲି ଦଶ ହଜାର ତଳିଆ ପୁଲିସ ତ ଅଫିସରଙ୍କ ସେବାରେ ଲାଗିଛନ୍ତି । ଆଇନଶୃଙ୍ଖଳା ଦେଖିବ କିଏ ? ■

ଏହା ଏକ ବ୍ୟଙ୍ଗାତ୍ମକ ଆଲେଖ୍ୟ । ଏହାଦ୍ୱାରା କାହାର ସମ୍ମାନହାନି କରିବା ଆମ୍ଭର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ନୁହେଁ । ସାମ୍ପ୍ରତିକ ରାଜନୈତିକ ସ୍ଥିତିକୁ ମନୋରଞ୍ଜନ ଶୈଳୀରେ ପାଠକଙ୍କ ସାମ୍ନାକୁ ଆଣିବା ଏହାର ଏକମାତ୍ର ଲକ୍ଷ୍ୟ ।



ମଣିଷ ଜୀବନରେ ସୁଖ ... ଦ... ଖ, ସଫଳତା ... ଫଳତା, ଆଶା ... ନିରାଶା ଏକ ... । ... ।ବିକ ... ୟା । କି... କେତେବେଳେ ଜୀବନରେ କେ... ଣସି ସମସ୍ୟା ଏତେ ବଡ଼ ମନେହୁଏ ... , ବ୍ୟ... ନିଜକୁ ଅସହାୟ, ଏକାକୀ ... ନିରାଶ ଅନୁ... ବ କରି... ।ଏ । ସେହି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ଏକମାତ୍ର ରାସ୍ତା ବୋଲି ... ମ... ସ... ହୋଇପାରେ । ବାସ୍ତବରେ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କେ... ଣସି ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ନୁହେଁ ... ଏହା ଏକ ସ୍ଥାୟୀ ନି... ତ୍ତି ... ।ହାକି ଏକ ଅସ୍ଥାୟୀ ସମସ୍ୟା ପାଇଁ ନିଆ... ।ଏ ।

ସତର୍କ ସଙ୍କେତ

- ଆତ୍ମହତ୍ୟା ପୂର୍ବରୁ କେତେକ ସତର୍କ ସଙ୍କେତ ଦେଖାଯାଇପାରେ । ଯେପରିକି ବାରମ୍ବାର ମୃତ୍ୟୁ କିମ୍ବା ଆତ୍ମହତ୍ୟା ସମ୍ପର୍କରେ କଥା ହେବା, ଅତ୍ୟଧିକ ନିରାଶା ପ୍ରକାଶ କରିବା, ନିଜକୁ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ପାଇଁ ବୋଝ ବୋଲି ଭାବିବା, ଏକାକୀ ରହିବାକୁ ଚାହିଁବା, ନିଦ୍ରା ଓ ଖାଦ୍ୟାଭ୍ୟାସରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ, ହଠାତ୍ ବ୍ୟବହାରଗତ ପରିବର୍ତ୍ତନ କିମ୍ବା ପୂର୍ବରୁ ପସନ୍ଦ କରୁଥିବା କାର୍ଯ୍ୟରୁ ଦୂରେଇ ଯିବା । ଏପରି ସଙ୍କେତ ଦେଖିଲେ ତାହାକୁ ଅବହେଳା କରିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ ।
- ଅନେକ ଲୋକ ଭୁଲ ଧାରଣା ରଖନ୍ତି ଯେ, ଆତ୍ମହତ୍ୟା ବିଷୟରେ କଥା କହିଲେ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ମନରେ ସେହି ଚିନ୍ତା ବଢ଼ିଯିବ । ବାସ୍ତବରେ ସହାନୁଭୂତି ସହିତ କଥା ହେବା, ତାଙ୍କ ଦୁଃଖ ଶୁଣିବା ଓ ସମର୍ଥନ ଦେବା ତାଙ୍କ ମନର ଚାପକୁ କମାଇପାରେ । କେତେବେଳେ ଜଣେ ଶ୍ରୋତା ହିଁ ଜୀବନ ବଞ୍ଚାଇପାରେ ।
- ଆତ୍ମହତ୍ୟା ପ୍ରତିରୋଧରେ ପରିବାର, ଶିକ୍ଷାନୁଷ୍ଠାନ, ଗଣମାଧ୍ୟମ ଓ ସମାଜର ଭୂମିକା ଅତ୍ୟନ୍ତ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । ପିଲାମାନଙ୍କ ଉପରେ ଅତ୍ୟଧିକ ଚାପ ନଦେଇ ସେମାନଙ୍କ ସହ ଖୋଲାମେଲା ଆଲୋଚନା କରିବା, ସେମାନଙ୍କ ଭାବନାକୁ ବୁଝିବା ଏବଂ ଆବଶ୍ୟକ ସମୟରେ ମନୋରୋଗ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ସହାୟତା ନେବା ଆବଶ୍ୟକ ।
- ସବୁଠାରୁ ବଡ଼ କଥା ହେଉଛି, ଜୀବନର କୌଣସି ସମସ୍ୟା ସ୍ଥାୟୀ ନୁହେଁ । ଆଜି ଯାହା ଅସମ୍ଭବ ମନେହୁଏ, କାଲି ତାହାର ସମାଧାନ ମିଳିପାରେ । ଅନ୍ଧକାର ରାତି ପରେ ଯେପରି ସକାଳ ଆସେ, ସେହିପରି ଜୀବନର କଷ୍ଟକର ସମୟ ମଧ୍ୟ ଅତିକ୍ରମ ହୋଇଯାଏ । ତେଣୁ ନିରାଶ ନହୋଇ ସହାୟତା ମାଗିବା, ନିଜ କଥା ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ସହ ବାଣ୍ଟିବା ଏବଂ ଆଶାକୁ ଜୀବନ୍ତ ରଖିବା ଆବଶ୍ୟକ ।
- ଆତ୍ମହତ୍ୟା ପ୍ରତିରୋଧ ସମ୍ଭବ । ସଚେତନତା, ସହାନୁଭୂତି, ସମୟୋପଯୋଗୀ ଚିକିତ୍ସା ଏବଂ ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପ୍ରତି ସକାରାତ୍ମକ ଦୃଷ୍ଟିଭଙ୍ଗୀ ମାଧ୍ୟମରେ ଆମେ ଅନେକ ମୂଲ୍ୟବାନ ଜୀବନକୁ ବଞ୍ଚାଇପାରିବା ।

ଆତ୍ମହତ୍ୟା ଜୀବନର ଶେଷ ନୁହେଁ, ସହାୟତାର ଆରମ୍ଭ

କାଉନ୍‌ସେଲିଂ ଆବଶ୍ୟକ

ଆତ୍ମହତ୍ୟା ଇଚ୍ଛା କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ମାନସିକ ରୋଗ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ପାଖକୁ ଆସିଲେ, ପ୍ରଥମେ ତା'ର ଭାବନା ତଥା ବ୍ୟବହାରର ଆକଳନ କରାଯାଏ । ପୂର୍ବରୁ ସେ କେବେ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିଛି କିମ୍ବା ପରିବାରର କିଏ କରିଛନ୍ତି ଆଦି ଜାଣିବା ଦରକାର । ଲୋକଟିର ମାନସିକ ଚାପ ବିଷୟରେ ଜାଣିଲେ ଚିକିତ୍ସା ସହଜ ହୋଇଥାଏ । ଯେଉଁମାନଙ୍କର ପରିବାର ଓ ବନ୍ଧୁମାନଙ୍କ ସହିତ ନିବିଡ଼ ସମ୍ପର୍କ ଥାଏ ତଥା ମାନସିକ ଚାପ ଦୂର କରିବାକୁ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ଥାଏ, ସେମାନେ ଚିକିତ୍ସାରେ ଖୁବ୍‌ଶୀଘ୍ର ଲାଭବାନ ହୁଅନ୍ତି । ବିଷାଦଗ୍ରସ୍ତ ଥିବା, ପୂର୍ବରୁ ଆତ୍ମହତ୍ୟାର ଉଦ୍ୟମ କରିଥିବା ଓ ନିଶାସେବନ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କର ଅଧିକ ଦିନ ଚିକିତ୍ସା ଆବଶ୍ୟକ ।

ମନସ୍ତତ୍ତ୍ୱ ଚିକିତ୍ସା

ଲୋକଟି ସହ କଥାବାର୍ତ୍ତା କରି ତା'ର ସମସ୍ୟା ବିଷୟରେ ପଚରାଉଚୁରା କରିବା ଉଚିତ । ତା'ର ଅକୃତକାର୍ଯ୍ୟ, ନୈରାଶ୍ୟ ଏବଂ ସେ କ'ଣ ପାଇଁ ଚିନ୍ତିତ ରହିଛି ଇତ୍ୟାଦି ବିଷୟ ବୁଝିବା ଆବଶ୍ୟକ । ତାକୁ ତା'ର କାର୍ଯ୍ୟଦକ୍ଷତା ଓ ସୀମା ବିଷୟରେ ବୁଝାଇବା ଦରକାର । ସେ ମଧ୍ୟ କିପରି ନିଜକୁ ପରିସ୍ଥିତି ସହ ଖାପ ଖୁଆଇ ଜୀବନରେ ବାସ୍ତବତା ପ୍ରତି ସଜାଗ ରହିବ ତାହା ମଧ୍ୟ ତାକୁ ବୁଝାଇବା ଉଚିତ । ସେ ଆବଶ୍ୟକ କରୁଥିବା ସାହାଯ୍ୟ, ସହାନୁଭୂତି, ଉପଦେଶ ଓ ଉତ୍ସାହ ତାକୁ ଦେବା ଦରକାର । ଫଳରେ ସେ ତା' ଉପରେ ଥିବା ସମସ୍ତ ପ୍ରକାର ସମସ୍ୟାଗୁଡ଼ିକକୁ ଦୂର କରିପାରିବ ।

ପାରିବାରିକ ଚିକିତ୍ସା

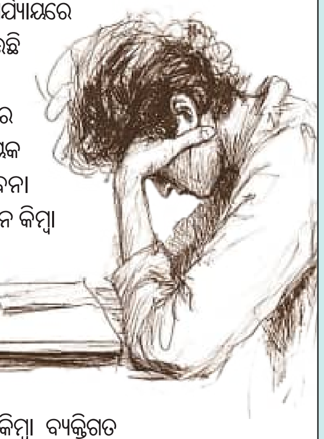
ଲୋକଟିର ଚିକିତ୍ସା ପାଇଁ ପରିବାରର ସଦସ୍ୟମାନଙ୍କର ବହୁ ଗୁରୁଦାୟିତ୍ୱ ରହିଛି । ସେମାନେ ତା'ର ସମସ୍ୟା ବୁଝିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଏହାର ସମାଧାନ କରିବା ପାଇଁ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ସହଯୋଗ ଓ ସାହାଯ୍ୟ କରିବା ସହ ଲୋକଙ୍କୁ ମଧ୍ୟ ସାହାଯ୍ୟ କରିବେ ଓ ସେ କିପରି ପୁନର୍ବାର ଆତ୍ମହତ୍ୟାର ଇଚ୍ଛାରୁ ଦୂରେଇ ରହିବ ସେଥିପ୍ରତି ଯତ୍ନଶୀଳ ହେବା ଆବଶ୍ୟକ ।

ଡା. ସମ୍ରାଟ କର

ଗୁରୁତର ଜନସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମସ୍ୟା

ବିଗତ କିଛି ବର୍ଷ ଧରି ଭାରତରେ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ଏକ ଗୁରୁତର ଜନସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମସ୍ୟା ଭାବେ ଉଭା ହୋଇଛି । ବିଶେଷକରି ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ, କିଶୋର-କିଶୋରୀ ଏବଂ ଯୁବବର୍ଗଙ୍କ ପାଇଁ ଏହାର ବୃଦ୍ଧି ଚିନ୍ତାଜନକ । ଆଜିର ପ୍ରତିଯୋଗିତାମୂଳକ ସମାଜରେ ସଫଳତାକୁ ନେଇ ଅତ୍ୟଧିକ ଚାପ, ଉଚ୍ଚ ଆଶା, ସାମାଜିକ ତୁଳନା ଏବଂ ଭବିଷ୍ୟତର ଅନିଶ୍ଚିତତା ଅନେକ ଯୁବକ-ଯୁବତୀଙ୍କ ମନରେ ଗଭୀର ଚାପ ସୃଷ୍ଟି କରୁଛି ।

ପରୀକ୍ଷାରେ ବିଫଳତା କିମ୍ବା ଆଶାଅନୁଯାୟୀ ଫଳ ନମିଳିବା ଅନେକ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କ ପାଇଁ ଏକ ବଡ଼ ମାନସିକ ଆଘାତ ହୋଇପଡ଼େ । କିନ୍ତୁ ଆମେ ଭୁଲିଯିବା ଉଚିତ୍ ନୁହେଁ ଯେ ଗୋଟିଏ ପରୀକ୍ଷା ଜୀବନର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ମୂଲ୍ୟ ନିର୍ଣ୍ଣୟ କରେ ନାହିଁ । ଇତିହାସ ସାକ୍ଷୀ ଯେ, ଅନେକ ସଫଳ ବ୍ୟକ୍ତି ଜୀବନର କୌଣସି ନା କୌଣସି ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ବିଫଳତାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୋଇଛନ୍ତି । ବିଫଳତା ହେଉଛି ଶିକ୍ଷାର ଏକ ଅଂଶ, ଜୀବନର ଶେଷ ନୁହେଁ ।



ସେହିପରି ପ୍ରେମରେ ବିଫଳତା କିମ୍ବା ସମ୍ପର୍କରେ ବିଚ୍ଛେଦ ଯୁବବର୍ଗଙ୍କ ପାଇଁ ଅତ୍ୟନ୍ତ କଷ୍ଟଦାୟକ ହୋଇପାରେ । କିଶୋର ଓ ଯୁବାବସ୍ଥାରେ ଭାବନା ଅତ୍ୟନ୍ତ ତୀବ୍ର ଥାଏ । ସମ୍ପର୍କ ଭାଙ୍ଗିଯିବା, ପ୍ରତ୍ୟାଖ୍ୟାନ କିମ୍ବା ବିଶ୍ୱାସଭଙ୍ଗ ହେଲେ ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜକୁ ଏକା ଅନୁଭବ କରିପାରେ । ଏପରି ସମୟରେ ପରିବାର, ବନ୍ଧୁବର୍ଗ ଓ ସମାଜର ସହାନୁଭୂତିପୂର୍ଣ୍ଣ ସମର୍ଥନ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ ।

ଆତ୍ମହତ୍ୟାର ପଛରେ କେବଳ ସାମାଜିକ କିମ୍ବା ବ୍ୟକ୍ତିଗତ କାରଣ ନୁହେଁ, ମାନସିକ ରୋଗ ମଧ୍ୟ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ନିର୍ବାହ କରିଥାଏ । ଅବସାଦ, ସିଜୋଫ୍ରେନିଆ, ନିଶାସେବନ, ଉଦ୍‌ବେଗ ଜନିତ ସମସ୍ୟା ଓ କେତେକ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ସମସ୍ୟା ଆତ୍ମହତ୍ୟାର ବିପଦକୁ ବଢ଼ାଇପାରେ । ଅବସାଦରେ ପୀଡ଼ିତ ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜ ଭବିଷ୍ୟତକୁ ଅନ୍ଧକାରମୟ ଭାବେ ଦେଖିଥାଏ । ତାଙ୍କୁ ଲାଗେ ଯେ ତାଙ୍କ ଦୁଃଖର କୌଣସି ଶେଷ ନାହିଁ । ଏହି ଚିନ୍ତାଧାରା ତାଙ୍କୁ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ଆଡ଼କୁ ନେଇଯାଇପାରେ ।

ସାମୂହିକ ଚିକିତ୍ସା

ଯେଉଁମାନଙ୍କର ପାରିପାର୍ଶ୍ୱିକ ଅବସ୍ଥା ବା କାରଣ ଯୋଗୁଁ ଏପରି ଭାବନା ଆସିଥାଏ, ସେମାନଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସାଧାରଣତଃ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ସମସ୍ୟା ଏଥିପାଇଁ ଦାୟୀ । ତେଣୁ ସେମାନେ ଏକାଠି କେତେଗୁଡ଼ିଏ ଲୋକ ସହିତ ବସି ଆଲୋଚନା କରି ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ବିଷୟ ସ୍ଥିର କରିବା ଆବଶ୍ୟକ । ସାଧାରଣତଃ ଛଅରୁ ଦଶ ଜଣ ଏପ୍ରକାର ଲୋକ ସପ୍ତାହରେ ଥରେ ଏକାଠି ହୋଇ ଆଲୋଚନା କରିବା ଦରକାର । ଆମ ଦେଶରେ ଏପ୍ରକାର ପ୍ରଣାଳୀ ଖୁବ୍ ଉପଯୋଗୀ ।

କ'ଣ କରିବା ଜରୁରି

ଯଦି କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତି ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରୁଥିବା ଜାଣିପାରନ୍ତି, ତେବେ ତାଙ୍କୁ ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ମାନସିକ ରୋଗ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ପାଖକୁ ନିଅନ୍ତୁ । ଚିକିତ୍ସା ପାଇଁ ତାଙ୍କୁ ବାଧ କରି ଡାକ୍ତରଙ୍କ ପାଖକୁ ନିୟମିତ ନିଅନ୍ତୁ । ଦୟାଶୀଳ ହୋଇ ରୋଗୀସହ କଥାବାର୍ତ୍ତା କରନ୍ତୁ । ତାହାର ଅନୁଭବ ଓ ସମସ୍ୟା ବିଷୟରେ ଧୈର୍ଯ୍ୟ ଧରି ଶୁଣନ୍ତୁ । ତାଙ୍କୁ ଉତ୍ସାହ ଦିଅନ୍ତୁ । ତାଙ୍କୁ ପ୍ରବୋଧ ଦିଅନ୍ତୁ ଯେ ଆଗକୁ ଭଲ ଦିନ ଆସୁଛି ଓ ହସି ହସି ସମସ୍ୟାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ତାଙ୍କର ଖାଦ୍ୟ ଏବଂ ପରିଷ୍କାର ପରିଚ୍ଛନ୍ନତା ପ୍ରତି ଯତ୍ନ ନିଅନ୍ତୁ । ଗୋଟିଏ ମୁହୂର୍ତ୍ତ ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ତାଙ୍କୁ ଏକୁଟିଆ ଛାଡ଼ନ୍ତୁ ନାହିଁ । ଯଦି ଏହା ସମ୍ଭବ ନ ହୁଏ ତା'ହେଲେ ତାଙ୍କୁ ଡାକ୍ତରଖାନାରେ ରଖିଦିଅନ୍ତୁ । ମନେ ରଖନ୍ତୁ ଅତ୍ମହତ୍ୟା କରିବାର ଭାବନା ନିଶ୍ଚିତଭାବେ ଦୂର ହୋଇପାରିବ । ଏଥିପାଇଁ ପରିବାର, ସମାଜ ତଥା ଚିକିତ୍ସକମାନଙ୍କ ସହଯୋଗ ନିତାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ । ■

ପରାମର୍ଶଦାତା ମନୋରୋଗ ବିଶେଷଜ୍ଞ
ଦ ବ୍ରେନ୍ ଫାଉଣ୍ଡେସନ୍, ପୁରୀଘାଟ, କଟକ-୯

କେମିତି କଟିବ ସପ୍ତାହ

ମେଷ – ରବି, ସୋମବାରରେ ଯୋଜନା କରି ସଫଳ ହେବେ । ସନ୍ତାନସନ୍ତତି ଉନ୍ନତି କରିବେ । ମଙ୍ଗଳ, ବୁଧବାରରେ କର୍ମତତ୍ପର ହୋଇ ସମସ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟ ସୁଚାରୁରୂପରେ ତୁଲାଇବେ । ଗୁରୁ, ଶୁକ୍ର, ଶନିବାରରେ ସମ୍ପର୍କରେ ସୁଦୃଢ଼ତା ଦେଖାଦେବ । ଦୂରଯାତ୍ରା ଯୋଗ ରହିଛି ।

ବୃଷ – ରବି, ସୋମବାରରେ ଗୁରୁଜନଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ଲୋଡ଼ିବେ । ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନଙ୍କ ମନ ଚଳଚଞ୍ଚଳ ରହିବ । ମଙ୍ଗଳ, ବୁଧବାରରେ ବିଭିନ୍ନ ଉପାୟରେ ଆୟ କରିବେ । ଗୁରୁ, ଶୁକ୍ର, ଶନିବାରରେ ଅବହେଳାର ଶିକାର ହେବେ । ଅତ୍ୟଧିକ କାର୍ଯ୍ୟ କରି ଅସୁସ୍ଥ ମନେ କରିବେ ।

ମିଥୁନ – ରବି, ସୋମବାରରେ କିଛିଟା ଉତ୍ତେଜନା ଭିତରେ କାର୍ଯ୍ୟ ତୁଲାଇବେ । ଦୂରଯାତ୍ରା କରିପାରନ୍ତି । ମଙ୍ଗଳ, ବୁଧବାରରେ ବିଭିନ୍ନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଅର୍ଥପ୍ରାପ୍ତି । ଗୁରୁ, ଶୁକ୍ର, ଶନିବାରରେ ଉଚ୍ଚ ସମ୍ମାନ ପାଇବେ । ପଡ଼ୋଶୀଙ୍କ ସହଯୋଗ ମିଳିବ ।

କର୍କଟ – ରବି, ସୋମବାରରେ କର୍ମକ୍ଷେତ୍ରରେ ବିଳମ୍ବିତ କାର୍ଯ୍ୟ କରି ଅପଦସ୍ତ ହେବେ । ଅଭାବ ଓ ଅସୁବିଧା ଦେଖାଦେଇପାରେ । ମଙ୍ଗଳ, ବୁଧବାରରେ ଗୁରୁଜନଙ୍କ ସହଯୋଗ ମିଳିବ । ଗୁରୁ, ଶୁକ୍ର, ଶନିବାରରେ ଶତ୍ରୁହାନି । ବ୍ୟବସାୟିକ ପ୍ରସାର ଘଟିବ ।

ସିଂହ – ରବି, ସୋମବାରରେ ଧର୍ମାଦି କାର୍ଯ୍ୟରେ ମନଦେବେ । ବିଭିନ୍ନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସଫଳତା ପାଇବେ । ମଙ୍ଗଳ, ବୁଧବାରରେ ଦୃଢ଼ମନା ହୋଇ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବେ । ଗୁରୁ, ଶୁକ୍ର, ଶନିବାରରେ ଆୟବୃଦ୍ଧିର ନୂତନ ପଥ ଉନ୍ମୋଚନ ହେବ । ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ଲେଖାପଢ଼ାରେ ମନୋନିବେଶ କରିବେ ।

କନ୍ୟା – ରବି, ସୋମବାରରେ କର୍ମକ୍ଷେତ୍ରରେ ମାନମର୍ଯ୍ୟାଦା ବୃଦ୍ଧି ପାଇବ । ମଙ୍ଗଳ, ବୁଧବାରରେ କୌଣସି ସୂତ୍ରରୁ ଅର୍ଥପ୍ରାପ୍ତି ଯୋଗ ରହିଛି । ଗୁରୁ, ଶୁକ୍ର, ଶନିବାରରେ ବ୍ୟସ୍ତବିବ୍ରତ ଅନୁଭବ କରିବେ । ସ୍ୱପ୍ନ ପୂରଣ ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରିବେ ।

ତୁଳା – ରବି, ସୋମବାରରେ ଆର୍ଥିକ ସମୃଦ୍ଧି ଦେଖାଦେବ । ଉଚ୍ଚ ଆଶା ସଫଳ ହେବ । ମଙ୍ଗଳ, ବୁଧବାରରେ ଅଭାବ ଓ ଅସୁବିଧା ଲାଗି ରହିବ । ଗୁରୁ, ଶୁକ୍ର, ଶନିବାରରେ ଜୀବନସାଥୀଙ୍କଠାରୁ ସୁଖଶାନ୍ତି ଆଶା କରିବେ । ବ୍ୟବସାୟିକ ଉନ୍ନତି ହେବ ।

ବିଛା – ରବି, ସୋମବାରରେ ମୂଲ୍ୟବାନ ଦ୍ରବ୍ୟ କ୍ରୟ କରିପାରନ୍ତି । ବ୍ୟସ୍ତତା ଭିତରେ ରହିବେ । ମଙ୍ଗଳ, ବୁଧବାରରେ ଅସହଯୋଗର ଶିକାର ହେବେ । ଗୁରୁ, ଶୁକ୍ର, ଶନିବାରରେ ଦୃଢ଼ମନା ହେବେ । ସମୟ ସହ ନିଜକୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିବେ ।

ଧନୁ – ରବି, ସୋମବାରରେ ଶତ୍ରୁର କୂଟଚକ୍ରାନ୍ତର ଶିକାର ହେବେ । କାର୍ଯ୍ୟହାନି ଦେଖାଦେବ । ମଙ୍ଗଳ, ବୁଧବାରରେ ପରିଶ୍ରମର ଫଳପ୍ରାପ୍ତି ହେବ । ଗୁରୁ, ଶୁକ୍ର, ଶନିବାରରେ କର୍ମକ୍ଷେତ୍ରରେ ଉନ୍ନତି କରିବେ । ମାନସମ୍ମାନ ପ୍ରାପ୍ତି ହେବେ ।

ମକର – ରବି, ସୋମବାରରେ କ୍ରୋଧାନ୍ୱିତ ହୋଇ କାର୍ଯ୍ୟ କରି କଷ୍ଟ ପାଇବେ । ଆର୍ଥିକ ସ୍ୱଚ୍ଛଳତା ଦେଖାଦେବେ । ମଙ୍ଗଳ, ବୁଧବାରରେ ପରିବାରଠାରୁ ସୁଖଶାନ୍ତି ଆଶା କରିବେ । ଗୁରୁ, ଶୁକ୍ର, ଶନିବାରରେ ଋଣଗ୍ରସ୍ତ ହୋଇ ଚିନ୍ତିତ ରହିବେ ।

କୁମ୍ଭ – ରବି, ସୋମବାରରେ ଉଚ୍ଚସମ୍ମାନର ଅଧିକାରୀ ହେବେ । ମଙ୍ଗଳ, ବୁଧବାରରେ ଠକାମିରେ ପଡ଼ିପାରନ୍ତି । ଗୁରୁ, ଶୁକ୍ର, ଶନିବାରରେ ପରିଶ୍ରମ ମୁତାବକ ଫଳପ୍ରାପ୍ତି ହେବ । ବ୍ୟବସାୟରେ ଯାତ୍ରା ଯୋଗ ରହିଛି ।

ମୀନ – ରବି, ସୋମବାରରେ ବୃଥାଭ୍ରମଣ କରି ଅସୁସ୍ଥ ମନେ କରିବେ । ସମସ୍ୟାରେ ପଡ଼ିଯାଇ ପାରନ୍ତି । ମଙ୍ଗଳ, ବୁଧବାରରେ କର୍ମକ୍ଷେତ୍ରରେ ସମୟ ଅନୁସାରେ କାର୍ଯ୍ୟ ପୂରଣ କରିବେ । ଗୁରୁ, ଶୁକ୍ର, ଶନିବାରରେ ବନ୍ଧୁବାନ୍ଧବଙ୍କଠାରୁ ସହଯୋଗ ପାଇ ଆଗକୁ ବଢ଼ିବେ । ■