આત્મહત્યાની દુનિયા અને દુનિયામાં આત્મહત્યા

થોડા દિવસ પહેલાં મધ્યપ્રદેશના ભૈયુજી મહારાજે ગોળી મારીને આત્મહત્યા કરી. ત્યારે દરેક વ્યક્તિને મનમાં પ્રશ્ન થાય કે, આખી દુનિયાને માર્ગદર્શન આપનાર, સલાહ આપનાર પોતે જ પોતાના માટે કેમ માર્ગદર્શક કે સલાહકાર ના બની શક્યા ? ત્યારે એવું કહી શકાય કે, આત્મહત્યા કર્યાના પૂર્વેના તરત જ આવેલ વિચાર સામે વ્યક્તિની બુદ્ધિમત્તા કે મહાનતા હારી જાય છે. સાથે એવું પણ કહી શકાય કે, મહાન વ્યક્તિત્વ ધરાવનાર ભૈયુજી મહારાજ એકલા જ નથી, દુનિયામાં અનેકાનેક નામાંકિત- પ્રતિષ્ઠિત વ્યક્તિઓએ પણ આત્મહત્યા કરેલી છે. પછી સામાન્ય માનવી મન કે વિચાર પર કાબૂ ના રાખી શકે અને આત્મહત્યા કરે તે સ્વીકાર્ય કે સામાન્ય બાબત બની જાય છે.

આત્મહત્યા માટે અંગ્રેજીમાં Suicide શબ્દ વપરાય છે, જે મૂળ લેટીન શબ્દ suicidium .પરથી આવેલ છે. જેમાં બે શબ્દો સમાયેલા છે. sui અને caedere જેનો અર્થ થાય છે 'પોતાને મારવું'. જે માટે મુખ્ય બે કારણો છે સામાજિક અને આર્થિક. આ બે કારણોને લઈને વ્યક્તિમાં મુખ્યત્વે બે પ્રકારના વિચારો કબજો જમાવે છે – મનોવૈજ્ઞાનિક અને તાત્વિક. વ્યક્તિ કશુક ઈચ્છે છે, પણ તેની ઈચ્છા પૂર્ણ થતી નથી. કદાચ અવરોધ આવતા પણ હોય અને અવરોધ ના પણ હોય. પણ એવી પરિસ્થિતિનું નિર્માણ થાય છે કે, વ્યક્તિ હારી જાય છે, તેને એમ લાગે છે કે, મારી ઈચ્છા પૂર્ણ થતી નથી, તેને પૂર્ણ કરવાનો કોઈ જ રસ્તો નથી, અને હોય તો અપનાવી શકે તેમ નથી, ત્યારબાદ તે ઈચ્છાની પૂર્ણતા વગર જીવન જીવવું અશક્ય લાગે છે,. ત્યારે લાગણીની અતિ અતિ તીવ્રતાને કારણે છૂટકારો મેળવવા વ્યક્તિ આપઘાત કરે છે. દા.ત. 1993 માં ફ્લોરિડામાં રહેતી 6 વર્ષની એક છોકરી ટ્રેનની સામે આવી ગઈ હતી. તેણીએ નોંધ્યું હતું કે તે "પોતાની માતા સાથે રહેવા માંગતી હતી" જે બીમારીથી મૃત્યુ પામ્યા હતા. જે અશક્ય હતું. અંતે તેણી આત્મહત્યા કરે છે.

આત્મહત્યા કરવા પાછળના કારણો ઘણા છે. જેમકે પ્રથમ અને મુખ્ય કારણ હતાશા. જેને અંગ્રેજીમાં ડિપ્રેશન કહે છે. જેને એક માનસિક બીમારી કહી શકાય. જેમાં ચિંતા અને વધુ પડતું પાગલપણું આવી જાય છે. કુલ આત્મહત્યામાંથી અડધાથી વધુ આત્મહત્યા લોકો ડીપ્રેશનના કારણે કરે છે. ડિપ્રેશનની સ્થિતિ તેમના હકારાત્મક વિચારોને બદલી નાખે છે. નકારાત્મક વિચારોને મજબૂત બનાવે છે. ,બુદ્ધિગમ્ય અર્થમાં દરેક વ્યક્તિ માને છે કે મારા વગર સારું રહેશે. આઘાતજનક અનુભવ પણ આત્મહત્યાનું કારણ બની શકે. જેમ કે, કોઈ છોકરી પર બળાત્કાર થવો. પોતાના સ્વજનના મૃત્યુના સમાચાર સાંભળી પોતે આત્મહત્યા કરવી. શિક્ષક દ્વારા વિદ્યાર્થીને વર્ગમાં ક્ષોભજનક પરિસ્થિતિમાં મૂકવો. એકવાર દુભાયેલી અને શાંત વ્યક્તિ સામાન્ય રીતે શરમ અનુભવે છે. પસ્તાવો ઘણી વાર સાચો હોય તો પણ તે ક્યારેક ફરી આત્મહત્યા કરવાનો પ્રયાસ કરશે કે નહીં તે અનિશ્ચિત છે. તેઓ મદદ માટે રડતાં હોય છે., આ લોકો સામાન્ય રીતે મૃત્યુ પામે તેમ નથી માંગતા. ક્યારેક કોઈ ભય સતાવતો હોય ત્યારે પણ વ્યક્તિ આપઘાત કરી શકે. જેમકે, કોઈ બાળક પોતાના વાલીથી ડરીને, આતંકવાદી સૈનિકથી ડરીને, કોઈએ મારી નાંખવાની ધમકી આપી હોય ત્યારે પણ કેટલાક આપઘાત કરી લેતા હોય છે. વ્યક્તિ ક્યારેક કોઈ કારણ કે ડ્રગ્સ કે નશામાં ખૂબ જ આવેગ-લાગણીમાં આવી જાય છે. ત્યારે કેટલાક લોકો મૂઢ બની જાય છે અને તેમના પોતાના જીવનનો અંત લાવવાનો પ્રયાસ કરે છે. અહી જણાવ્યા તે બધા કારણો મનોવૈજ્ઞાનિક છે. જેમાં ઉદ્ધત આંતરિક

અવાજો ઘણીવાર દુર્બોધ કારણોસર આત્મ-વિનાશનો આદેશ આપે છે. તંદુરસ્ત, ઉચ્ચ-પ્રભાવશાળી વ્યક્તિઓ પર હુમલો કરે છે.

આપઘાત કરવાનું એક કારણ ફીલોસોફીકલ પણ છે. ઘણી વખત દુઃખદાયક લાંબી જાનલેવા બિમારી હોય, વ્યક્તિને તેમાંથી છૂટા થવાની કોઈ આશા જ નથી. આ લોકો ઉદાસીન, મનોવિક્ષિપ્ત બની જાય છે.તેઓ મદદ માટે રડતા નથી. તેઓ તેમના નસીબ પર અંકુશ મેળવવાનો પ્રયાસ કરે છે, પરંતુ દુઃખ દૂર કરી શકતા નથી. જેમાંથી બહાર આવવાનો એક માત્ર રસ્તો તેમને દેખાય છે જે છે મૃત્યુ. જેને આપણે ઈચ્છા મૃત્યુ કહીએ છીએ. દુનિયાના ઘણા દેશોએ વ્યક્તિની ઈચ્છા મૃત્યુની માંગને સ્વીકારી છે. કયારેક કોઈ વ્યક્તિ કોઈ ભૂલ કરી બેસે છે. ત્યારબાદ તેને તેનો અફસોસ થાય તે સ્વાભાવિક છે, પરંતુ સાથે તે પોતાની જાતને ખૂબ જ નીચી જૂએ છે. તેને કુટુંબ, સમાજનો ડર લાગે છે કે તે મારા માટે શું વિચારશે ? મને સ્વીકારશે કે કેમ વગેરે. અંતે તે આપઘાત કરી લે છે. બેકારી કે જીવન જીવવા અને ઈચ્છાઓ પૂર્ણ કરવા માટે, કુટુંબનું નિર્વાહ કરવા કે ધંધામાં આર્થિક અત્યંત ભીડ હોય, ખૂબ દેવું થઇ ગયું હોય ત્યારે તેમાંથી છૂટકારો મેળવવા કેટલાક લોકો આત્મહત્યા કરી લેતા હોય છે. અન્ય એક કારણ સંબંધોનું પણ છે. કેટલાક વ્યક્તિને પોતાની નજીક ગણતી વ્યક્તિ સાથે સંબંધની સમસ્યા ઉભી થાય, જેમ કે પ્રેમના સંબંધો, કુટુંબના પાત્રો વચ્ચેના સંબંધો વચ્ચે તિરાડ ઊભી થાય ત્યારે પણ આપઘાતના કિસ્સા જોવા મળે છે. જો યોગ્ય સમયે જાણકારી થાય તો દરેક પરિબળો કે કારણો પર કાબૂ મેળવી આપઘાત કરનાર વ્યક્તિને બચાવી શકાય છે. પણ જેટલા લોકોએ આપઘાત કરી લીધો છે તેઓએ આપઘાત અંગેની પોતાના મનની વાત કોઈને કરી હોતી નથી. આ એક એવા પ્રકારનો નિર્ણય છે કે, ખૂબ જ આવેગ-લાગણીમાં આવીને ત્તાત્કાલિક લીધેલો નિર્ણય છે. આત્મઘાતી પગલું પ્રસાર માધ્યમોમાં વ્યાપેલું રહે છે, કારણ કે જિંદગી કિમતી છે.

સંશોધન કહે છે કે, બુદ્ધિની બન્ને ચરમસીમાઓ (ઉચ્ચબુદ્ધિ આંક અને નિમ્ન બુદ્ધિ આંક) અને આત્મહત્યા દર હકારાત્મક સહસંબંધ ધરાવે છે. એટલે કે, ઉચ્ચબુદ્ધિ આંક ધરાવનાર અને નિમ્ન બુદ્ધિઆંક ધરાવનાર બંનેમાં આત્મહત્યાનું પ્રમાણ ઊંચું છે. તો વળી વિયેના મેડિકલ યુનિવર્સિટીએ 2003 માં પ્રસિદ્ધ એક અભ્યાસ કર્યો હતો જેમાં ૪5 દેશોના સરેરાશ આઇક્યુ સ્કોર અને આત્મહત્યાના દરમાં સરખામણી કરવામાં આવી હતી. પરિણામો દર્શાવે છે કે ઉચ્ચ બુદ્ધિઆંક સ્તર ધરાવતા દેશોમાં આત્મહત્યાના ઊંચા દર હોય છે. દુનિયામાં સ્વીડનમાં સૌથી વધારે આત્મહત્યા થાય છે. અહી વ્યક્તિની વાત નથી, પરંતુ દેશની વાત છે, આમછતાં અન્ય રીતે જોઈએ તો કોઈ દેશનો બુદ્ધિઆંક ઊંચો ક્યારે હોય જયારે તે દેશના નાગરિકનો બુદ્ધિઆંક ઊંચો હોય. અને ત્યાં આત્મહત્યાનો દર ઊંચો છે એનો અર્થ એવો કરી શકાય કે, ઉચ્ચ બુદ્ધિઆંક ધરાવનાર લોકોમાં આત્મહત્યાનું પ્રમાણ ઊંચું છે. આ અંગે વધુ વિચારીએ તો અનુમાન કરી શકાય કે, ઉચ્ચ બુદ્ધિઆંક ધરાવનાર વ્યક્તિ આપઘાત કરવાનું વિચારે છે ત્યારે તે મનોવૈજ્ઞાનિકની સાથે તાર્કિક પણ વિચારતા હશે. ઉપરાંત આપઘાત કરવાનું તેમનું આયોજન ખૂબ જ ચૂસ્ત અન્યને ખબર ના પડે તેવું, ટૂંકમાં વેલ પ્લાનીગ હોય છે. જેથી તેઓ આત્મહત્યા કરવામાં વધારે સફળ થાય છે.

વર્લ્ડ હેલ્થ ઓર્ગેનૈઝેશના મતે સામાજિક આર્થિક અને વર્તણૂક પરિબળોને લીધે આત્મહત્યાના મૃત્યુદરમાં સૌથી વધુ નાટકીય વધારો ત્રીજા વિશ્વના દેશોમાં જોવામાં આવશે. દુનિયામાં દર વર્ષે ૧૦ લાખ લોકો આપઘાત કરે છે. જેમાંથી ૨૦ ટકા જેટલા ભારતમાં થાય છે. ભારતમાં દર ચાર મિનિટે એક વ્યકિત આત્મહત્યા કરે છે, જેમાં ૨૫ ટકા યુવાન હોય છે. ભારતમાં ૧૯૯૯ માં ૧,૧૦,૫૮૭ એ આત્મહત્યા કરી હતી તો તો ૨૦૦૯માં ૧,૮૭,૧૫૧ લોકોએ. જેમાંથી ૬૮.૭ ટકાની ઉમર ૧૫ થી ૪૪ વર્ષ હતી. કૌટુંબિક સમસ્યાઓને કારણે ૨૩.૭ ટકા, બીમારીને કારણે 21 ટકા જે યાદીમાં ટોચ પર છે. પ્રેમના કાર્યોમાં 2.9 ટકા

અને દહેજ વિવાદ, ડ્રગનો દુરુપયોગ અને ગરીબી 2.3 ટકા છે. કૌટુંબિક સમસ્યાઓ સરેરાશ 84 આત્મહત્યા કરવા માટે જવાબદાર છે. ભારતમાં દરરોજ આત્મહત્યાના બનતા બનાવમાં ૨૨૩ પુરુષો હોય છે અને ૧૨૫ જેટલી સ્ત્રીઓ હોય છે. ૧૨૫ સ્ત્રીઓમાંથી ૬૯ જેટલી ગુહિણી હોય છે. બીમારીને કારણે દરરોજ ૭૩ લોકો અને પ્રેમને કારણે ૧૦ લોકો આત્મહત્યા કરે છે. એનસીઆરબીના આંકડા દર્શાવે છે કે સામાજિક અને આર્થિક કારણોથી મોટાભાગના પુરુષો આત્મહત્યા કરવા પ્રેરાયા છે, જ્યારે ભાવનાત્મક અને વ્યક્તિગત કારણો મુખ્યત્વે સ્ત્રીઓને તેમના જીવનનો અંત લાવવા પ્રેરે છે. પરિણિત પુરુષો દ્વારા આત્મહત્યાની ટકાવારી 71.6% અને સ્ત્રીઓની 67.9% હતી. ભોગ બનેલા લોકોમાંથી 37 ટકા લોકોએ પોતાને ફાંસીએ લટકાવી, 29.1 ટકા ઝેરી દવા પીને આત્મહત્યા કરી હતી. નેશનલ ક્રાઈમ બ્યુરોના આધારે ૨૦૦૯-૧૦ મા ભારતમાં તમિલનાડુ, પ.બંગાળ, આંધ્રપ્રદેશ, મહારાષ્ટ્ર અને કર્નાટકામાં આપઘાતના કિસ્સા વધુ બન્યા હતા. જે ભારતમાં બનેલ કુલ ઘટનાના ૫૬.૨ ટકા હતા. ઉત્તરપ્રદેશ જે વધુ વસ્તી ધરાવતું રાજ્ય હોવા છતાં ત્યાં આવા બનાવો બનવાનું પ્રમાણ માત્ર ૩.૬ ટકા જેટલું નીચું હતું.

હવે જોઈએ દુનિયામાં અને ભારતમાં મહાન- નામાંકિત વ્યક્તિઓની યાદી કે જેમને આપઘાત કરીને પોતાનું જીવન ટૂંકાવ્યું હતું. જેથી તમને ખ્યાલ આવશે કે, આપઘાત અંગે આવતા વિચારોની ચરમસીમા કેટલી તો તીવ્ર હશે કે જેથી આવી મહાન, બુદ્ધિશાળી વ્યક્તિ પણ તેમાંથી છટકી શકતી નથી. દરેક ક્ષેત્રમાં જેમકે વૈજ્ઞાનિક, રાજકીય, સંગીત, ચિત્ર, સાહિત્યકાર, ફિલ્મ, રમતગમત, શિક્ષકો, ડોક્ટર, પોલીસ વગેરેમાં નામાંકિત લોકોએ આપઘાત કરેલ છે.. - ડેવિડ ક્રિસ્ટોફર કેલી યુનાઈટેડ કિંગડમ જે જૈવિક યુદ્ધના નિષ્ણાત અને ઇરાકમાં ભૂતપૂર્વ યુનાઇટેડ નેશન્સ હથિયારોના નિરીક્ષક હતા - એફ.એમ. રેડીયોના શોધક એડવિન આર્મસ્ટ્રોંગ અમેરિકન ઇલેક્ટ્રિકલ એન્જિનિયર હતા -- મીઠામાંથી સોડા બનાવવાની શોધ કરનાર ફ્રેન્ચ રસાયણશાસ્ત્રી નિકોલસ લેબ્લૅન્ક - ન્યૂ યોર્કમાં જન્મેલ જ્યોર્જ ઇસ્ટમેન, ઈસ્ટમેન કોડક કંપનીની સ્થાપના કરી અને રોલ ફીલ્ડની શોધ કરી, જેણે મુખ્ય પ્રવાહમાં ફોટોગ્રાફી લાવવા માટે મદદ કરી અને 1888 માં મોશન પિક્ચર ફિલ્મની શોધ માટે બીજ વાવ્યું. -નાયલોન શોધક વોલેસ હ્યુમ કેરોથ્સ અમેરિકન રસાયણશાસ્ત્રી ઍલન ટ્યુરિંગ વૈજ્ઞાનિક, ગણિતશાસ્ત્રી, તર્કશાસ્ત્રી 20 મી સદીના સૌથી મહાન બ્રિટીશ વૈજ્ઞાનિક હતા. -વિશ્વયુદ્ધ માટે ખાસ જાણીતું નામ ,નાઝીઓની રચના કરનાર, યહુદીઓ અને અન્ય અનેક લોકોનો નરસંહાર કરનાર હિટલરે પણ આત્મહત્યા જ કરી હતી -સાહિત્ય માટે ત્રણ વખત નોબેલ પ્રાઇઝ નોમિની, યૂકિઓ મિશિમા -અમેરિકન ફિલ્મની મહાન અભિનેત્રી મેરિલીન મોનરોએ 36 વર્ષની વયે આત્મહત્યા કરી હતી -મહાન હાસ્ય કલાકાર અને ઓસ્કર વિજેતા અભિનેતા લોસ એન્જલસ –અમેરિકાના રોબિન વિલિયમ્સ -સ્પાઈડરમેન 3 ની પ્રખ્યાત અભિનેત્રી 28 વર્ષીય લ્યુસી ગોર્ડન -રોક બેન્ડ આઈએનક્સએસના સ્થાપક, મુખ્ય ગાયક અને ગીતકાર, ઓસ્ટ્રેલિયન માઈકલ 1997 સિડનીની એક હોટલમાં -ભારતની વાત કરીઓ તો ઘણા પાત્રો છે , જેમાંના કેટલાક નામ જયલક્ષ્મી, દીવ્યાભારતી, કુલજીત રંધાવા, નફીસા જોસેફ (ભૂતપૂર્વ મીસ ઇન્ડિયા), ડીમ્પલ કાપડીયાની નાની બહેન રીમ કાપડિયા, ઉપરાંત મહાન અભિનેતા ગુરુદત્ત -કે. સુરેશ રાવ, ડી એસ પી તેલંગના -હિમાંશુ રોય, એડિશનલ જનરલ ઓફ પોલીસ, મહારાષ્ટ્ર -અમેરિકન ફૂટબોલ ટીમ ખેલાડી જોવાન બેલ્ચર 25 વર્ષની વયે -ડબલ્યુડબલ્યુઇનો મહાન ખેલાડી ક્રિસ બેનોઇટે તેની પત્નીની ગળું દબાવી હત્યા કરી પછી પોતે આત્મહત્યા કરી નેધરલેન્ડના મહાન ચિત્રકર વિન્સેન્ટ -ક્રિસ્ટીન સફળ ટેલિવિઝન સમાચાર પત્રકાર હતા અને ટેલિવિઝન બ્રોડકાસ્ટ દરમિયાન આત્મહત્યા કરી હતી - 20 મી સદીના સૌથી વધુ ગતિશીલ અને પ્રશંસનીય અંગ્રેજી લેખક અને નવલકથાકાર વર્જિનિયા વૂલ્ફ