

စက်တင်ဘာ (၁၀) ရက်ဟာ ကမ္ဘာ့မိမိကိုယ်ကိုလုပ်ကြံမှုများ ကာကွယ်တားဆီးရေးနေ့ (World Suicide Prevention Day) ဖြစ်တယ်လို့ နိုင်ငံတကာ မိမိကိုယ်ကိုလုပ်ကြံမှု ကာကွယ်တားဆီးရေးအဖွဲ့ (IASP) က သတ်မှတ်ထားတယ်။

ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့ (WHO) ရဲ့ အစီအရင်ခံစာအရ ... မိမိကိုယ်ကို လုပ်ကြံသူတွေဟာ မိမိခန္ဓာဇီဝ ဖောက်လို့ ဖောက်ပြန် အပြောင်းအလဲကြောင့်ဖြစ်စေ၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာအခြေအနေ၊ ပတ်ဝန်းကျင်ရဲ့ ရိုက်ခတ်မှုနဲ့ လူမှုရေး ပြဿနာ၊ စိတ်ဖိစီးမှုတွေအပြင်၊ အခြားဖြစ်ကြောင်းကုန်စင် မဖော်ထုတ်နိုင်သေးတဲ့ ဖြစ် ပျက်မှုတွေအပေါ် အခြေခံ တယ်လို့ ဆိုပါတယ်။

ဒီလို ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် လုပ်ကြံမှုတွေဟာ အထူးသဖြင့် လူငယ်ပိုင်းတွေကြား ဦးတည်ဖြစ်ပွားတာ အများစုလို့ဆိုတယ်။ ကမ္ဘာတစ်ဝန်း ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် လုပ်ကြံသတ်သေသူ တစ်နှစ်မှာ တစ်သန်းလောက် ရှိသတဲ့။ ဒါဟာ အချိန်စက္ကန့် ၄၀ တိုင်းမှာ လူတစ်ယောက် သေနေတဲ့သဘောပဲလို့ အဲဒီသတင်းက ဆိုတယ်။ ဒီအတိုင်းဆို လာမယ့် သက္ကရာဇ် ၂၀၂၀ မှာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို သတ်သေသူ ၁ ဒသမ ၅ သန်းလောက်တိုးလာမယ့် သဘောပဲတဲ့။

ကျွန်တော်တို့အိမ်နီးချင်း လူဦးရေသန်းပေါင်း ၁၂၀၀ ကျော်ရှိတဲ့ အိန္ဒိယနိုင်ငံမှာ တစ်နှစ်ကို တစ်သိန်း လောက်ဟာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် သတ်သေနေပါတယ်။ တရုတ်နိုင်ငံလည်း အဲဒီနန်းထက်မန်မ့်တာကို အင်တာနက် သတင်းအချက် အလက်တွေအရ တွေ့ရတယ်။ ရုပ်ဝတ္ထုတွေ သိပ်ဖွံ့ဖြိုးပြီး ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် သတ်သေတဲ့နေရာမှာ အရမ်းနာမည်ကြီး တဲ့ အရှေ့အာရှ ဂျပန်နိုင်ငံ လူဦးရေ ၁၂၈ သန်းမှာ တစ်နှစ် သုံး သောင်းကျော်လောက်က ကိုယ့်ကိုယ်ကို လုပ်ကြံ သေဆုံးတယ်။ အများစုက အသက် ၂၀ နဲ့ ၂၅ နှစ်ကြား လူငယ်တွေဆိုပဲ။ အလုပ်လက်မဲ့ပြဿနာနဲ့ စိတ်ဖိစီးမှုတွေပေါ့။

ဗမာပြည်မှာတော့ တရားဝင်စာရင်းဇယား မထုတ်ပြန်တော့ တစ်နှစ်ဘယ်လောက် သေလဲဆိုတာတောင် မသိရဘူး။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုလုပ်ကြံမှုထက် တခြားလူကလုပ်ကြံတာ၊ စစ်ပွဲမှာသေဆုံးတာ၊ ရဲဘက်အကျဉ်း စခန်းတွေနဲ့ အကျဉ်းထောင်ထဲမှာ သေဆုံးတာ၊ အဓိကရုဏ်းဖြစ်ပြီး သေဆုံးတာ၊ ကိုယ့်နိုင်ငံသားချင်း၊ တိုင်းရင်းသားအချင်းချင်း သတ်ဖြတ်လုပ်ကြံတာတွေက ပိုများမယ်ထင်ပါတယ်။ တလောကတော့ နေ ပြည်တော်မှာ ရဲမှူးတစ်ယောက် ကိုယ့် ဘာသာ လုပ်ကြံသေတယ်လို့ သတင်းပေါ်တယ်။ အစောပိုင်းလ တွေကလည်း ရဲစစ်ဆေးချက်မခံနိုင်လို့ ရုံးအမြင့်ပေါ် က ခုန်ချသတ်သေတဲ့ အမျိုးသမီးတစ်ယောက်သ တင်း ကြားသေးတယ်။ မနှစ်ကလည်း ဆင်းရဲကြပ်တည်းလွန်းလို့ ကလေးတွေရော၊ အမေပါ ထမင်းထဲ အဆိပ်ထည့် စားသောက် သေကြတာ ကြားမိသေးတယ်။

နောက်ပြီး ကြိုးဆွဲချသေတာ၊ ဂျပိုးသတ်ဆေး သောက်သေတာ၊ အဆိပ်သောက်သေတာ၊ တိုက်ပေါ်က ခုန်ချသေတာ၊ ကိုယ်ဝန်ရှိနေလို့ အရှက်နဲ့အသက်လဲတာ၊ လူကုန်ကူးခံရရင်း ပြည့်တန်ဆာဘဝလွတ်ချင် လို့၊ မယားမြှောင်ဘဝက လွတ်မြောက်ချင်လို့ . . . သတင်းမျိုးစုံ ကြားတာပဲ။ ပြစ်မှုနဲ့မူဆင်းသတင်း ဂျာနယ် တွေ ဖတ်ရရင် ပိုလို့သိရဦးမယ်။ ဒီကနေ့ ဘိုးဘွားအစဉ်အဆက်၊ ဓာမဦးချလုပ်လာခဲ့တဲ့ လယ်သမားတွေ လယ်သိမ်းခံရတဲ့ သတင်းကြားတော့၊ ထွက်ပေါက်တွေ ပိတ်ပြီး လုပ်ကြံသေဆုံးမှုတွေ ဖြစ်လာမလား တောင် စိုးရိမ်သွားတယ်။

တလောက အတိုးရေး၊ အကြွေးရော ပြန်မဆပ်နိုင်လို့ ကြွေးလည်ပင်းထိပြီး ကိုယ့်ဘာသာ လုပ်ကြံသေဆုံးသွားတဲ့ ပဲခူးတိုင်းက လယ်သမားတစ်ယောက်သတင်း ကြားမိလို့ပါ။ ဗမာပြည်ထဲနေရင် သက်ဆိုင်ရာမြို့နယ်အလိုက် စုံစမ်းမေးမြန်းပြီး စာရင်းစစ်တမ်းယူ သတင်းရေးဖြစ်မှာပါ။ နိုင်ငံတိုင်းလိုလို အဲလို ကိုယ့်ဘာသာ လုပ်ကြံသေဆုံးမှုတွေ ကတော့ ရှိတာပါပဲ။ ပြည်တွင်းစစ်ဖြစ်နေတဲ့ အာဖဂန်နစ္စတန်တို့၊ ဆီးရီးယားတို့နဲ့ နိုင်ငံရေးမတည်ငြိမ်တဲ့ အီရတ်၊ ပါကစ္စတန်တို့မှာလည်း အသေခံ ဗုံးခွဲလုပ်ကြံမှုတွေက နှစ် စဉ်

အဖန်ငါးရာ ငါးကျွမ္မာတွဲလား

သတင်းရင်းမြစ် > ကိုညို(အော်စလို)

ကြာသပတေးနေ့၊ အောက်တိုဘာလ ၁၇ ရက် ၂၀၁၃ ခုနှစ် ၁၀ နာရီ ၀၅ မိနစ်

ထောင်နဲ့ သောင်းနဲ့ချီဖြစ်နေတာ။

ကျွန်တော်တို့ နိုင်ငံမှာတော့ အဖန်ငါးရာ၊ ငါးကျွမ္မာ ခံရမယ့် အကုသိုလ်ဆိုတဲ့ ဘာသာရေးနဲ့ သတိပေးမှုတွေ ခေါင်းထဲ စွဲနေလို့ တော်ပါသေးရဲ့။ နို့မဟုတ်ရင် ဒီမင်း၊ ဒီလူ၊ ဒီစနစ်၊ ဒီအစိုးရနဲ့တော့၊ နိုင်ငံရေးသမား၊ စီးပွားရေးသမားတွေ တောင် စိတ္တဇဖြစ်ပြီး စိတ်ကျရောဂါနဲ့ လုပ်ကြံသေကြလွန်းလို့ ကမ္ဘာ့စံချိန် မဟုတ်တောင် အာရှစံချိန် တင်သွားနိုင် တယ်။ တိုးတက်တဲ့နိုင်ငံတွေမှာလည်း အလုပ်လက်မဲ့ကိစ္စ၊ လူမှု ရေးပြဿနာနဲ့ စိတ်ကျရောဂါကြောင့် လုပ်ကြံသေဆုံး မှုတွေ ရှိနေတယ်။ ဘာသာတရားကနေ ထွက် ပေါက်မရှာနိုင်ရင် ပိုလို့တောင် ဆိုးသေး။

နော်ဝေးနိုင်ငံမှာ တစ်နှစ်ကို အနည်းဆုံး လူ ၄၀၀ ကျော်ကနေ အများဆုံး ၆၀၀ ကျော်ထိ မိမိကိုယ်ကို လုပ်ကြံသေဆုံး ကြတယ်။ ၁၉၉၁ ခုနှစ်ကဆို ၆၇၅ ယောက်ထိ ရှိတယ်။ ၂၀၁၁ စာရင်းအရတော့ ၅၉၈ ယောက်ရှိသတဲ့။ ၂၀၁၂-၂၀၁၃ စာရင်းတွေမသိရပေမယ့် အဲဒီထက်တော့ နည်းမယ်ထင်။ အခု ဆောင်း ရာသီရောက်တော့မယ်။ စိတ်ကျရောဂါ စတော့မယ်။ ရုပ်ဝတ္ထုတွေနဲ့ ဘယ်လောက်ပြည့်စုံအောင် နေထိုင် ရပါစေ ...။ စိတ်လွတ်လပ်မှု၊ ကျေနပ်မှု မရှိရင် ပျော်စရာ မကောင်းပါဘူး။ လူ့ဘဝဟာ အဓိပ္ပါယ်လည်း မရှိဘူး။ ဒါနဲ့ လုပ်ကြံသေကြတာပါပဲ ...။

အော် ...ဆင်းရဲပေမယ့်၊ အလုပ်မရှိပေမယ့်၊ မတရားဖိနှိပ် ဗိုလ်ကျခံနေရပေမယ့်၊ ကိုယ့်လယ်မြေတွေ အသိမ်းခံရပေ မယ့်၊ ဗမာပီပီ၊ ခန့်ပါရမီအပြည့်နဲ့ ခေါင်းငုံ့ခံနေနိုင်တာကိုပဲ ဂုဏ်ယူရတော့မလိုလို့။ ကြံရာမရလို့ အမေမေ့ပေးတဲ့ ကိုယ်ခန္ဓာကြီးကို ကြမ်းခင်းဈေးရသလောက်နဲ့ လမ်းဘေးမှာ အသုံးချပြီး အမေ့ဆေးဖိုးနဲ့ သားသမီးတွေ အစာအိမ်အတွက် ပိုက်ဆံရှာနေရတဲ့ ကျွန်တော့်ညီမတွေ၊ အစ်မတွေ သတ္တိကိုပဲ ဝမ်းသာပြရတော့မလိုပါ။

အော် ... ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် အနှစ်(၆၀) အာဏာရှင်အောက်မှာ၊ ဇာတိဂုဏ်လည်း မမောက်နိုင်၊ သတ္တိတွေ လည်းမပြနိုင်၊ ရန်သူကို မိတ်ဆွေထင်၊ မိတ်ဆွေကို ရန်သူမှတ်နေကြတဲ့ ညီအစ်ကိုမသိတသိ ဆည်းဆာ လွန်ကာလကြီးမှာ ဪ... အဖန်ငါးရာငါးကျွမ္မာ ဆုံးရင်တော့ ...ဒီမိုကရေစီ ရကောင်းပါရဲ့လို့ပဲ တွေးမိပါကြောင်း ...။ (function(d, s, id) { var js, fjs = d.getElementsByTagName(s)[0]; if (d.getElementById(id)) return; js = d.createElement(s); js.id = id; js.src = "http://connect.facebook.net/en_US/all.js#xfbml=1"; fjs.parentNode.insertBefore(js, fjs); }(document, 'script', 'facebook-jssdk'));

[Post](#) by [Mizzima - News in Burmese](#)