P: ISSN NO.: 2394-0344 RNI No.UPBIL/2016/67980 VOL-3* ISSUE-4*(Supplementary Issue) July- 2018
E: ISSN NO.: 2455-0817 *Remarking An Analisation*

समाज में बढ़ते मानसिक रोग
समाजशास्त्रीय, परामनोवैज्ञानिक एवं दार्शनिक विश्लेषण

सन्तोष कुमारी रस्तोगी
शोध छात्रा,
समाजशास्त्र विभाग,
दीनदयाल उपाध्याय गोरखपुर
वि0वि0, गोरखपुर

सारांश

'मनोरोग' मनोविज्ञान विषय के व्यापक क्षेत्रों में से एक बहुत ही प्रासंगिक विषय है जो आज हम सभी की दिनचर्या से उत्पन्न होकर जिंदगी को प्रभावित करता है और जो व्यक्ति के व्यवहार में अचानक या धीरे–धीरे उपजी असामान्यता की ओर इशारा करता है। आज पूरे विश्व में इस विषय की प्रासंगिकता है।

मुख्य शब्द : मानसिक रोग, समाजशास्त्रीय, परामनोवैज्ञानिक

प्रस्तावना

मनोरोग और मनोविज्ञान सार्वभौमिक हैं अर्थात् इनका अस्तित्व पृथ्वी पर मानवजाति की उत्पत्ति से शुरु होकर प्रत्येक जगह और काल में रहा है।

पाषाणकालीन खोपड़ियों में छिद्रों के प्रमाण पाये गये हैं, जिनका गहन विश्लेषण मनोवैज्ञानिकों द्वारा किया गया है।

प्रसिद्ध मनोवैज्ञानिक शाहिद हसन ने सेलिंग (1943) के कथन का हवाला देते हुए बताया कि पेरु में बहुत सी ऐसी प्राचीन खोपड़ियाँ मिली हैं, जिनमें छोटे छिद्र थे। खोपड़ियों में छिद्रों के प्रमाण से यह स्पष्ट हो गया कि ये शल्य क्रिया चिकित्सा के उद्देश्य से की गई थी, जिन्हें ट्रीफनिंग कहा गया।[1] मानसिक रोगों के सन्दर्भ में जीववाद से प्रेरित विचार सर्वमान्य थे, जिसमें ट्रीफनिंग आदि प्रयोग में लाये जाते थे।[2]

शल्य क्रिया के लिए साधारण पत्थर के औजारों को काम में लाया जाता था।[3] ऐसी मान्यता थी कि मन की असामान्यता भूत–प्रेत या बुरी शक्तियों के मनुष्य में प्रवेश कर जाने की वजह है। इसीलिए इन बुरी शक्तियों को कपाल में छिद्र कर के बाहर निकलने का रास्ता बनाया जाता था। मन को समझने का सफर हिप्पोक्रेट्स, प्लेटो, विल्हेम बुंट आदि के विचारों से शुरु होकर सिंग्मण्ड फ्रायड के मनोविश्लेषण तक पहुँचा और आज भी जारी है।

'मन' (परिभाषा)

'मन' वास्तव में आखिर क्या है? जिसके विकृत या रोगी होने की बात की जाती है।

वर्तमान में मनोवैज्ञानिकों द्वारा चिकित्सकीय परिभाषा में मनोरोगों को 'मानव व्यवहार' का अध्ययन बताया गया है, जिसमें असामान्य व्यवहारों की पड़ताल की जाती है।[4] इसके बावजूद आमतौर पर सबसे ज्यादा प्रयोग किया जाने वाला शब्द 'मन' ही उभर कर सामने आता है।

आज भी ऐसे रोगियों को मनोरोगी या मानसिक रोगी बोला जाता है और निजी एवं सरकारी चिकित्सा संस्थानों में लगे हुए बोर्डों पर मानसिक चिकित्सा केन्द्र या मनोचिकित्सा केन्द्र अंकित मिलता है।

मनोविज्ञानिकों ने 'मन' को मस्तिष्क का प्रकार्य बताया है।[5]

'प्रकार्य' शब्द मस्तिष्क की समग्र संरचनात्मक एवं कार्यात्मक प्रणाली को अभिव्यक्त करता है।

मस्तिष्क

मनुष्य का मस्तिष्क उसके तंत्रिका तंत्र का अहम हिस्सा है।

जैव वैज्ञानिक विश्लेषण

तंत्रिका तंत्र (Nervous System) में तंत्रिका कोशिकाएँ, मस्तिष्क और मेरु रज्जू शामिल होते हैं। शरीर में रीढ़ से मस्तिष्क का संयोजन केन्द्रीय तंत्रिका तंत्र का निर्माण करता है। जैसा कि ज्ञात है मानव मस्तिष्क एक बहुत ही जटिल संरचना होती है, जिसमें अरबों–खरबों न्यूरॉन्स (तंत्रिका कोशिकाओं) के संजाल होते हैं। मनुष्य के वाह्य भौतिक वातावरण की सूचनाएँ इंद्रियों द्वारा इन न्यूरांस तक पहुँचायी जाती हैं। न्यूरांस पलों में इन सूचनाओं को पहचानकर

वापस व्यक्ति को प्रतिक्रिया करने की सूचना देते हैं और व्यक्ति क्रिया या घटना के प्रति प्रतिक्रिया व्यक्त करता है।

इसे एक सरल उदाहरण से समझ सकते हैं, जैसे–व्यक्ति का हाथ अचानक गर्म तवे या गर्म प्रेस पर पड़ जाए तो वह तुरन्त सेकेंड या पल में हाथ झट से हटा लेता है।

होता यह है कि तेज आँच की यह सूचना हाथ के नसों से होते हुए मस्तिष्क के न्यूरांस में पहुँचती है और सेकेंड के न्यूनतम हिस्से में मस्तिष्क यह सूचित या घोषित कर देता है कि यह तेज आँच उसकी शरीर की झमता के प्रतिकूल है और बर्दाश्त करने योग्य नहीं है।

अतः संक्षेप में हम यह समझ सकते हैं कि मनुष्य का 'मन' या व्यवहार एक ऐसा प्रकार्य है जो मानव मस्तिष्क की जटिल संरचनात्मक एवं कार्यात्मक प्रणाली पर आधारित है। मस्तिष्क में भूख, प्यार, स्वाद, गंध, स्पर्श, श्रवण, वासना, क्रोध भावना, तृष्णा, प्रेम, घृणा, खुशी, दुःख, बुद्धि, चतुराई, ऐच्छिक गतिविधियों आदि के केन्द्र सीापित होते हैं, जिनके नियंत्रण में शरीर इन संदर्भों में प्रकार्य करता है।

यह बहुत दिलचस्प है कि मस्तिष्क के ये न्यूरांस काफी हद तक ब्रम्हाण्ड की संरचना जैसे दिखाई देते हैं।

इसके खरबों न्यूरांस ब्रम्हाण्ड में मौजूद ख़रबों सितारों, ग्रहों नक्षत्रों, आकाशगंगाओं व मंदाकिनियों की संख्या से कहीं न कहीं समानता प्रकट करते नजर आते हैं।

जब मस्तिष्क में न्यूरांस सूचनाएँ लाते ले जाते हैं, तो तारों जैसी चमक से टिमटिमाते हैं।[6]

मस्तिष्क में ज्ञानेन्द्रियों के द्वारा लायी गयी सूचनाओं और उनके अनुरूप व्यवहार प्रदर्शित करने में एक सुंदर लय बद्धता दिखाई पड़ती है।

सुंदरता लय बद्धता का स्वरूप हमें ब्रम्हाण्ड में भी दिखाई देता है जहाँ ग्रहों द्वारा नक्षत्रों की एक निश्चित सीमा रेखा में गति एवं परिक्रमा होती रहती है।

इस प्रकार तंत्रिका कोशा अर्थात् न्यूरांस सूचना संवहन की इकाई होती है[7], जिनमें न्यूरोकेमिकल्स की महत्वपूर्ण भूमिका होती है। कोशाओं का संगठन अणुओं के संयोजन से होता है, जो परमाणुओं के संगठन से बनते हैं अर्थात् कोशाओं की सूक्ष्मइकाई परमाणु होते हैं जैसे कि सभी सजीव या निर्जीव पदार्थों की सूक्ष्म इकाई परमाणु होते हैं।

अंतःस्रावी ग्रंथियों को नियंत्रित करने वाली मास्टर ग्लैण्ड जिसे विट्यूट्री ग्रंथि कहा जाता है यह अग्रमस्तिष्क के हाइपोथैलेमस वाले भाग में स्थित होती है।सायकोन्यूमेरोइम्यूनो सिस्टम (Psychoneumeroimmuno stystem) के अन्तर्गत मानसिक स्थितियाँ, मस्तिष्क, अंतःस्रावी तंत्र एवं प्रतिरक्षा तंत्र सामूहिक रूप से कार्य करते हैं।

Synaps[8]

तंत्रिका तंत्र में एक संरचना है जो एक न्यूरॉन (तंत्रिका कोशिका) को किसी अन्य न्यूरॉन या लक्षित प्रभावक सेल में विद्युत या रासानिक सिग्नल पास करने की अनुमति देती है। यह शब्द शेरिंगटन द्वारा दिया गया।

सैंटियागो रामन वाई काजल (1 मई 1852 से 17 अक्टूबर 1939) स्पेनिश न्यूरोसाइटिस्ट और रोगाविज्ञानी ने प्रस्तावित किया कि न्यूरांस पूरे शरीर में नहीं हैं फिर भी एक दूसरे के साथ संवाद करते हैं। उनका यह सिद्धांत 'न्यूरांस' सिद्धांत[9] के रूप में मशहूर हुआ।

अभिग्डाला

न्यूरोसाइंटिस्ट्स ने बताया है कि अभिग्डाला कई मनोविकारों हेतु जिम्मेदार होते हैं।

बादाम के आकार के संख्या में दो अभिग्डाला मास्तिष्क के बीच में दोनों ओर उपस्थित रहते हैं।[10]

अध्य्यनों में पाया गया कि चिंता विकार वाले बच्चों में बाँया अभिग्डाला छोटा होता है।

बाँया अभिग्डाला चिंता, जुनूनी और बाध्यकारी विकारों, दर्दनाक, तनाव व सामान्य चिंता हेतु जिम्मेदार माना गया है।

बाँया अभिग्डाला प्रोत्साहन प्रणाली भी उत्पन्न करता है।

दायाँ नकारात्मक भावनाओं, जैसे–डर, भय, उदासी आदि से सम्बन्धित होता है।

विश्व प्रसिद्ध भावनात्मक खुफिया विशेषज्ञ डेनियल गोलमैन ने 'अभिग्डाला अपहरण' का जिक्र किया है, जिसमें मजबूत भावनात्मक प्रतिक्रिया, अचानक शुरुआत, अन्त में सब प्रतिबिम्बित करने पर अनुचित महसूस करने की बात कही है।

गोलमैन ने 500 संगठनों में कोर दक्षताओं का अध्य्यन किया है। इस प्रकार संक्षेप में हमने यह जाना कि मस्तिष्क में किस प्रकार संज्ञानात्मक क्रियाओं को महसूस कर प्रतिक्रिया करने की घटनाएँ घटती रहती हैं।

मस्तिष्क न केवल आनुवांशिक या जैविक बल्कि सामाजिक घटनाओं, अर्न्तक्रियाओं आदि से उत्पन्न परिस्थितियों से प्रभावित होता रहता है, जिसके परिणामस्वरूप मस्तिष्क में रसायनों का असंतुलन होता है। मनुष्य का जीवन रोजमर्रा की जिंदगी में मिलने वाले तनाव से व्याकुल रहता है।

समाजशास्त्रीय, परामनोवैज्ञानिक एवं दार्शनिक विश्लेषण

छोटे बच्चों में भारी बस्तों का बोझ, किशोरों, युवाओं के कल्पनाओं की दुनिया में भविष्य के टूटते चकनाचूर होते सपनों, देश के बहुत बड़े तबके में बेरोजगारी और रोटी की समस्या, घरेलू या पारिवारिक कलह, आपसी रिश्तों में गलतफहमी या विश्वासघात, अंधविश्वास, भ्रष्टाचार, अकेलापन, ग़रीबी, आवासहीनता, अशिक्षा, किसी तरह का अपमान मिलना, विद्यार्थियों द्वारा परीक्षा में अच्छा प्रदर्शन न कर पाना, अति ज्ञानी और अल्प ज्ञानी होना, लगातार प्रतिकूल सामाजिक व पारिवारिक परिस्थितियों से उपजा भय, पूँजीपतियों द्वारा ग़रीबों का आर्थिक, शारीरिक व मानसिक शोषण, महिलाओं का यौनिक शोषण, पुरुषा प्रधानता का परम्परात्मक दक्श औरों से तुलना करने पर खुद को दीन–हीन समझना, नशे की लत, अत्यधिक मोबाइल फोन का प्रयोग, अर्न्तपीढ़ी संघर्ष आदि सामाजिक ताने–बाने के

बीच उपजे तनाव के ऐसे कारक या कारण है, जिनकी फेहरिस्स समाज में बहुत लम्बी है।

उपरोक्त कारकों से उत्पन्न ये तनाव अगर लम्बे समय तक व्यक्ति का पीछा न छोड़े तो डिप्रेशन, मेजर डिप्रेशिव डिस्आर्डर, एन्जाइटी व नशे की लत जैसी मनोविकृतियाँ व्यक्ति को चपेट में ले लेती हैं।

'मनोरोग एवं समाज' विषय पर शोध कार्य के दौरान द्वितीयक एवं प्राथमिक स्रोतों से प्राप्त ये ऐसे कारक उभर कर समाने आये जो एक दूसरे से सम्बन्धित हैं और व्यक्ति की असामान्य मनोदशाओं के लिए जिम्मेदार भी। शोध हेतु चयनित क्षेत्रों बहराइच एवं लखनऊ जिलों से मनोरोगियों के डेटा निजी एवं सरकारी चिकित्सालयों से एकत्रित किये गये हैं। प्राप्त आँकडों में यह पाया गया है कि प्रतिवर्ष मनोरोगियों की संख्या में तेजी से इजाफा हो रहा है, जिसमें बच्चों से लेकर किशोर एवं युवावर्ग की संख्या ज्यादा है। 21 से 40 आयुवर्ग में सबसे ज्यादा मनोरोगी पाये गये।

मनोरोगियों की केस स्टडी में पाया गया कि मरीज व उनके परिजन तंत्र–मंत्र सब करके देख चुके और सालों बिना किसी चिकित्सकीय इलाज के यूँ ही घुटते–तड़पते रहें। रोगी होने के काफी लम्बे समय बाद चिकित्सक के पास पहुँचे। इसका कारण जानकारी और जागरुकता का अभाव है।

मनोरोगों के सन्दर्भ में आज भी लोगों की मान्यता पाषाणकालीन सोच वाली है जहाँ मनोरोगियों को बुरी आत्माओं, भूत–प्रेतों से जोड़कर देखा जाता है।

'भारत मानसिक स्वास्थ्य को किस तरह देखता है?[11] शीर्षक से 'द लिव लव आफ फाउण्डेशन' द्वारा जारी रिपोर्ट में बताया गया है कि भारत में 47 प्रतिशत लोग मनोरोग को सामाजिक कलंक मानते हैं।

रिपोर्ट में बताया गया है कि 26 प्रतिशत लोग मानसिक बीमारी वाले लोगों से डरे रहते हैं और उनके दूरी बनाकर रहते हैं।

3556 लोगों पर किये गये शोध व साक्षात्कार के आधार पर फाउण्डेशन की संस्थापक दीपिका पादुकोण ने बताया कि उत्तर दाताओं में 1/4 लोग ही मदद देना चाहते हैं, बाकी कुछ भी धारणा बना लेते हैं।

भारत वह देश है जहाँ मनोरोगियों को आज भी मोटी जंजीरों से कैद कर के रखा जाता है।

केस स्टडी में सिजोफ्रेनिया जैसे गम्भीर मनोरोगियों के मामले में यह देखा और पाया गया कि वे आभासी आवाजें सुनते हैं और मानो किसी दूसरी या अदृश्य दुनिया के लोगों से बातचीत कर रहे हों। बहुत से मनोरोगियों ने बताया कि जब उनके कोई अंग फड़कते हैं, तो अन्दर ही अन्दर भय ग्रस्त हो जाते हैं। क्योंकि लगातार पिछले ऐसे अनुभवों में उन्होंने अंगों के फड़कने पर बहुत असहनीय मानसिक तकलीफे झेलीं या गम्भीर रूप से शारीरिक बीमार भी हुए।

प्रस्तुत शोध कार्य से प्राप्त तमाम कारकों, तथ्यों व आमजन की अवधारणाओं ने मन–मस्तिष्क में कुछ 'सवाल', तर्क व विश्लेषण भी उत्पन्न किये हैं, जिनका ज़िक्र जरूरी है।

शोध हेतु चयनिक एक विशाल जनसमूह का प्रतिनिधित्व करने वाले नमूने के साक्षात्कार एवं विश्लेषण में यह बात समाने आयी कि शरीर के अंगों का फड़कना मन की विभिन्न दशाओं एवं जीवन के शुभ एवं अशुभ घटनाओं के घटित होने के लिए उत्तरदायी होता है।

वैसे तो वैज्ञानिक रूप से यह नसों में प्रवाहित रक्त की संरचनात्मक एवं क्रियात्मक प्रणालीतंत्र का हिस्सा है लेकिन जहाँ आमतौर पर हमने शोध से पूर्व भी और शोध के दौरान विशेषीकृत बिन्दु के रूप में इस पर ध्यान केंद्रित किया, तो एक समान अवधारणा उभर कर सामने आयी।

अतः सवाल उठता है कि अंगों का यह फड़कना कहीं किन्हीं विशेष अंतरक्षीय। ब्रम्हाण्डीय तरंगों का परिणाम तो नहीं? जो कुछ अच्छा या बुरा घटित होने से पहले हमें सूचित या आगाह करती हों।

अंगों के फड़कने की तुलना हम उन जीवजंतुओं से कर सकते हैं, जो पृथ्वी पर उत्पन्न आकस्मिक एवं त्रासदीपूर्ण वातावरणीय परिवर्तनों जैसे–सुनामी, भूकम्प, तूफान आदि के आने से पहले आगाह हो जाते हैं और घटना वाली जगह से दूर सुरक्षित स्थानों की ओर प्रवास कर जाते हैं।

भौतिकी के इतिहास में आस्टियन अमेरिकन भौतिकविद् विक्टर हेज द्वारा कॉस्मिक रेज की खोज ने पूरी दुनिया को अचम्भित कर दिया था।

उनकी इस खोज से पहले किसी को पता नहीं था कि पृथ्वी को प्रभावित करने वाली या नुकसान पहुँचाने वाली कस्मिक रेज[12] सभी दिशाओं से लगभग प्रकाश की वेग से पृथ्वी पर आने वाले उच्च ऊर्जा आवेशित कणों का प्रवाह हैं, जिनका स्रोत अंतरिक्ष में विद्यमान सुपरनोवा मतलब अधिनव तारे होते हैं। पृथ्वी के वायुमण्डल में ऊँचाई पर विद्यमान अणुओं से टकराकर ये आयनीकृत हो जाती हैं। इस खोज के लिए हैस को नोबल पुरस्कार मिला। सौ वर्ष पूर्व अल्बर्ट आइंस्टीन ने ब्रम्हाण्ड में गुरुत्वीय तरंगों के अस्तित्व की बात कही थी, जिसे 100 वर्षों बाद अभी हाल ही में अमेरिका और जर्मनी के वैज्ञानिकों ने 2016 में इन गुरुत्वीय तरंगों[13] की खोज करके आइंस्टीन की सौ वर्ष पुरानी स्थापनाओं को सही सिद्ध कर दिया। ददो विराटकाय ब्लैक होल्स के द्वारा एक दूसरे को आपस में खींचकर टकराव या बिस्फोट के परिणाम स्वरूप उत्पन्न गुरुत्वीय तरंगों से करोड़ों अरबों प्रकाशवर्ष दूर तक के पृथ्वी जैसे आकाशीय पिंड भी थर्रा जाते हैं। इस दौरान उत्पन्न प्रकाश को भी वैज्ञानिकों द्वारा दर्ज किया गया। भौतिकी की ये घटनाएँ पृथ्वी के जन–जीवन, और प्रौद्योगिकीी में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है।

शोध में प्राप्त तथ्यों से जानकारी प्राप्त हुई कि साइकोसिस टाइप के गम्भीर मनोरोगियों में 'ईश्वर' को देखने और सुनने की प्रवृत्ति आम है।

सायकोसिस समूह के रोगों का एक लक्षण हैल्युसिनेशन होता है। होता यह है कि कहीं कुछ स्रोत न भी हो तब भी मरीज आभासी आवाजों के साथ बात–चीत करने लग जाते हैं। ऐसे मरीज ईश्वर को देखने और उससे बात करने का दावा करते हैं।

डॉ0 विनय कुमार ने अपनी पुस्तक 'एक मनोचिकित्सक के नोट्स' में स्किजोफ्रेनिया के एक 55 वर्षीय इंजीनियर रोगी का जिक्र करते हुए बताया है कि उन्हें ब्रम्हा के प्रवचन सुनाई देते थे। इंजीनियर रोगी की व्यथा कथा में दो प्रकार के हैल्युसिनेशन दृश्य और श्रव्य विद्यमान थे। इस मुद्दे पर सवाल करते हुए डॉ0 विनय लिखते हैं कि–

''यहाँ प्रश्न उठता है कि क्या वे सारे लोग जो ईश्वर को देखने और उससे बातचीत करने का दावा करते हैं, सायकोसिस संवर्ग के रोगों का शिकार हैं? यह एक बड़ा प्रश्न है और व्यापक शोध की माँग करता है।''[14]

सायकोसिस जैसे गम्भीर रोगियों के इन मनोदशाओं पर आश्चर्य होना और सवाल उठना लाज़िमी है कि क्या यह सिर्फ मन के वहम हैं या पारलौकिक शक्तियों से सम्पर्क की कोई ऐसी मानसिक दशा जोझा दुनिया से कहीं करोड़ों अरबों प्रकाश वर्ष दूर अंतरिक्ष में स्थापित होती हो।

अतः मन की पीड़ा, टीस और रहस्यों से भरे इस दिलचस्प विषय की परामनोवैज्ञानिक, दार्शनिक, अध्यात्मिक एवं ब्राम्हाण्डीय कसौटियों पर भी परीक्षण करना महती आवश्यकता महसूस होती है। भले ही अब तक प्राप्त ज्ञान के आधार पर हम यही जानते हैं कि पृथ्वी जन–जीवन वाला अकेला ग्रह है लेकिन यह पृथ्वी भी तो जिज्ञासापूर्ण अनंत ब्रम्हाण्ड का हिस्सा है।

जैसा कि 'अ ब्रीफ हिस्ट्री आफ टाइम' के लेखक और प्रसिद्ध ''ब्रम्हाण्ड विज्ञानी'' स्टीफन हाकिंग ने कहा कि ''मुझे लगता है कि ब्रम्हाण्ड में और ग्रहों पर जीवन आम है हलाँकि बुद्धिमान जीवन कम ही है।''[15]

वहीं प्रसिद्ध वैज्ञानिक अल्बर्ट आइंसटीन ने कहा है कि ''एक इंसान उस पूर्ण का भाग है जिसे हम ब्रम्हाण्ड कहते हैं।'' तो क्यों न मन के विकृति रूपी विषय के तमाम रहस्यों घटनाओं की खोज ब्रम्हाण्डीय बिन्दुओं में भी की जाए और इस क्षेत्र से ब्रम्हाण्ड विज्ञानियों को भी जोड़ा जाए। हमारी नज़र अज्ञानता के काले अँधेरे पर्दों को ज्ञान के छेदों से चीरती और उनमें विज्ञान की रोशनी पिरोती जिस छोर तक जाती है और उस रोशनी में हम जिन प्रकाशित परिणामों को प्रमाण सहित देखते हैं वही प्रभाणित ज्ञान हमारे विभिन्न खोजों का आधार है, अतः शोध विषय पर अधिकाधिक प्रमाणिक जानकारी एकत्रित करने और इससे जुड़े कारकों, प्रभावों और परिणामों पर प्रकाश डालने का प्रयास इस अध्ययन के माध्यम से किया गया है।

अध्ययन का उद्देश्य

भारतीय सामाजिक परिप्रेक्ष्य में जहाँ आज भी गम्भीर क़िस्म के मनोरोगियों को मोटी जंजीरों में बाँधकर रखा जाता है। जहाँ सामान्य किस्म के 'न्यूरोसिस' मनोरोगियों को भी पागल कहा और समझा जाता है वहाँ इस विषय पर व्यापक प्रचार–प्रसार एवं शोध अध्ययन महती आवश्यकता है। आज एक ऐसा दोस्ताना माहौल समाज में पैदा करने की जरुरत है जहाँ व्यक्ति खुद को अकेला महसूस करने की बजाय खुलकर अपनी समस्याएँ एवं मन में चल रहे अर्न्तद्वन्द औरों से शेयर कर सके।

अतः आज मनोरोगियों को मोटी जंजीरों या क़ैदखानों की ज़रूरत नहीं है, बल्कि उचित परामर्श, इलाज के सही पद्धतियों और जागरुकता की ज़रूरत है।

निष्कर्ष

अन्त में संक्षेप में यही कि–

प्रस्तुत शोध कार्य तमाम अनसुलझे, अनछुए पहलुओं के पड़ताल की दिशा है वहीं साइलेंस किलर का रूप धारणा कर चुके 'मन के रोगों' की व्यापक और विस्तृत खोज करने की कोशिश भी जो समस्या के लिए जिम्मेदार तमाम निष्कर्षों को खोलने के बावजूद कुछ अनुन्तरित और अनसुलझे सवालों के अन्तर तलाशने हेतु अग्रिम व्यापक एवं वैज्ञानिक परीक्षणों और शोधों की माँग भी करता है।

सन्दर्भ ग्रन्थ सूची

1. *नैदानिक मनोविज्ञान हसन शाहिद P[1]*
2. *उत्तराखंड मुक्त वि0वि0 BY'303, P[2]*
3. *आधुनिक असामान्य मनोविज्ञान*
4. *विकासात्मक किशोर मनोविज्ञान एवं अभिरुचि – एक अवधारणा अध्ययन, स्ट्रेन्ज, P[20]*
5. *मन, मुक्तज्ञान कोष विकिपीडिया*
6. *मानव मस्तिष्क और ब्रम्हाण्ड से जुड़े आश्चर्य जनक तथ्यsachhiprerna.com/amazing-fact-hyman-min-universe/*
7. *सरल सामान्य मनोविज्ञान (2007) सिंह अरुण कुमार, मोती लाल बनारसी दास पब्लिकेशन, P[28]*
8. *Foster] M] Sherrington, C.S. (1897) Textbook of Psysiology, volume 3 (7nt ed.) London. Maemillan P929*
9. *Elas, Lorin J., Saucier, Deborah M. (2006). Neuropsychology : Clinical and Experimental Foundation Boston : Pearson/Allyn & Bacon. ISBN 978-0-20534361-4LCCN 2005 051 341. OCLC61131869.https://en.wikipedia.org/wiki/synapse)*
10. *University of Idaho College of Science (2004). "amy gdalo" Achieved from the original on 31 March 2007 retrieved 15 March 2007.*
11. *भारत में 47 प्रतिशत लोग मनोरोग को मानते हैं सामाजिक कलंक Aajtak.in, March 25, 2018, Attended 11:39 IST https://aajtak.in, today.in/story/47-percent-indian-standar-people-for-depression-rht-1-991965-html.*
12. *ब्रम्हाण्ड किरण, मुक्त ज्ञानकोश विकिपीडिया https://hi.wikipedia.org/wiki/ ब्रम्हाण्ड किरण*
13. *गुरुत्वीय तरंगें क्या है (What are craritatiatial waves) (2016), सिंह भानुप्रताप, अनुसंधान विज्ञान शोधपत्रिका submitted by Hindi on Sun, 08/27/2017-15-33 https://hindi.indiawaterportal.org/surutvery-tarange-Kya*
14. *एक मनोचिकित्सक के नोट्स (2014), कुमार डॉ0 विनय, अंतिका प्रकाशन ISBN 978-93-81 923-99-3 P[32]*
15. *स्टीफेन हॉकिन्स के प्रेरम कथन, मई 13, 2015*