মানুষের মনস্তত্ত্বকে নিয়েই তাঁর কাজ। রয়েছে উল্লেখযোগ্য দেশি-বিদেশি ডিগ্রি। প্রতিষ্ঠা করেছেন ওয়েলনেস সংস্থা। ক্লিনিক্যাল সাইকোলজিস্ট এবং সাইকোথেরাপিস্ট পিয়া বন্দ্যোপাধ্যায়-এর সাফল্যের কাহিনি অনুপ্রেরণা জাগায়।

মানুষ বেশিটাই বাঁচে মনে-মনে। সঠিক সময়ে এই ধ্রুবসত্যিটা বুঝে গিয়েছিলেন পিয়া বন্দ্যোপাধ্যায়। তাই তিনি মনস্তত্ত্বের পাঠ নিয়েছেন দেশে এবং বিদেশে। তবে বিদেশে কেরিয়ার গড়ার সুযোগ থাকলেও, কর্মস্থল হিসাবে তিনি বেছে নিয়েছেন এই শহর কলকাতা এবং বাংলার বিভিন্ন গ্রামকে। কারণ, তিনি তাঁর উচ্চশিক্ষাকে কাজে লাগিয়ে, নিজের জন্মভূমির মানুষের মন ভালো রাখার ব্রত নিয়েছেন।

শিক্ষা-পর্ব

ছোটোবেলা থেকেই পিয়া নিজে খুব আনন্দে থাকতেন কিন্তু তাঁর মতো সবাই আনন্দে থাকতেন না দেখে পিয়ার মন খারাপ হয়ে যেত। কেন এমনটা হয়? সবাই কেন আনন্দে থাকতে পারেন না? এমন অনেক প্রশ্ন জাগত পিয়ার মনে। কেন মানুষ পাগল হয়ে ঘুরে বেড়ায়, এই প্রশ্নেরও উত্তর খুঁজতে থাকেন পিয়া। 'এভাবেই উত্তর খুঁজতে খুঁজতে আমি পৌঁছে যাই পুনা ইউনির্ভাসিটি। তারপর নিউইয়র্ক-এর এলিস ইন্সটিটিউট,' জানান পিয়া। আসলে, ক্লিনিক্যাল সাইকোলজি নিয়ে পিয়া স্নাতকোত্তর ডিগ্রি অর্জন করেন ইউনির্ভাসিটি অফ পুনা থেকে। এরই সঙ্গে অ্যাডভান্সড পোস্ট গ্র্যাজুয়েশন ডিপ্লোমা করেন সাইকোলজি কাউন্সেলিং ও সাইকোথেরাপি বিষয়ে। এরপর নিউইয়র্ক-এর অ্যালবার্ট এলিস ইন্সটিটিউট থেকে অ্যাডভান্সড র‍্যাশনাল ইমোটিভ অ্যান্ড কগ্‌নিটিভ বিহেভিয়ারাল থেরাপি নিয়ে শিক্ষা সম্পূর্ণ করেন তিনি।

কর্মসাফল্য

বিদেশে কেরিয়ার গড়ার হাতছানি এবং সুযোগকে উপেক্ষা করে, এই শহর কলকাতায় এসে, বালিগঞ্জ অঞ্চলে পিয়া প্রতিষ্ঠা করেন 'গ্রে ম্যাটার্স ওয়েলনেস' সংস্থা। শুরু করেন শিক্ষার প্রয়োগ। এ প্রসঙ্গে পিয়া জানান, 'এই সংস্থার সিইও হিসাবে কাজ করার আগে আমি স্কুল, কলেজ, ফ্যাক্টরি থেকে শুরু করে বিভিন্ন গ্রামে ঘুরে মানুষের মানসিক সমস্যার বিষয়ে আরও ভালো ভাবে জানার চেষ্টা করেছি। ধনী, গরিব, ছাত্রছাত্রী, বৃদ্ধ-বৃদ্ধা, বিভিন্ন পেশার মানুষ তাদের মানসিক সমস্যা নিয়ে আমার কাছে আসেন এবং আমি তাদের সমস্যামুক্ত করে চলেছি। শুধু তাই নয়, চিকিৎসকরাও আমার কাছে আসেন তাদের রোগীদের ক্লিনিক্যাল সাইকোলজির সমস্যা নিয়ে।'

তবে পিয়া সবচেয়ে বেশি কাজ করেন স্কুলের বাচ্চাদের জন্য এবং তাদের অভিভাবকদের জন্য। বাচ্চাদের ব্যবহারিক সমস্যা, মনযোগের সমস্যা, মাথা গরমের সমস্যা এবং তাদের অভিভাবকদের অবসাদের সমস্যা প্রতিনিয়ত দূর করে চলেন। এছাড়া, শহরের একটি প্রাইভেট হাসপাতালে আসা রোগীদের গভীর মানসিক সমস্যার সমাধানের কাজ করেন তিনি।

তবে এ প্রসঙ্গে তিনি জানিয়েছেন, 'সম্পর্কের জটিলতায় মানসিক ভারসাম্য হারানো রোগীর সংখ্যা-ই সমাজে বেশি। এই রকম রোগীদের মধ্যে অনেকেই বড়োসড়ো ঘটনা ঘটাতে যাওয়ার আগেই তাদের কাউন্সেলিং এবং থেরাপির মাধ্যমে বিরত করতে পেরেছি আমি।'

এভাবেই পিয়া-র কর্মজগৎ ধীরে ধীরে আরও ব্যপ্তিলাভ করছে, আরও ব্যস্ত হয়ে উঠছেন তিনি। তবে ব্যস্ততা যতই থাক, প্রকৃত গরিব, অসহায় মানুষের মানসিক অবসাদ দূর করার জন্য তিনি সর্বদা প্রস্তুত এবং বন্ধুর মতো তাদের সমস্যামুক্ত করতে চান তিনি।

তাঁর ইচ্ছে

পিয়ার মতে, 'যত বেশি সংখ্যক মানুষকে মানসিক ভাবে সুস্থ-স্বাভাবিক রাখতে পারব, ততই মঙ্গল হবে পরিবারের, সমাজের, দেশের তথা সারা পৃথিবীর।' তাই তিনি চান, 'মানসিক সমস্যার বিষয়ে মানুষ আরও বেশি সচেতন হোক, সমস্যার প্রাথমিক লক্ষণ দেখা দিলে চিকিৎসার দ্রুত ব্যবস্থা করা হোক।' কারণ তিনি মনে করেন, 'মানসিক ভারসাম্য হারানো, যে-কোনও মারণ রোগের থেকেও ভয়ংকর।'

সাক্ষাৎকার : **সুরঞ্জন দে** ●

গোল্ডেন গার্লস

'মানসিক ভারসাম্য হারানো মারণ রোগের থেকেও ভয়ংকর'

পিয়া বন্দ্যোপাধ্যায়

ক্লিনিক্যাল সাইকোলজিস্ট, সাইকোথেরাপিস্ট ও সংস্থার প্রতিষ্ঠাতা