

## वृद्धावस्था—एक नए दृष्टिकोण की आवश्यकता

श्रीमती निधि गर्ग

रुड़की

बलात्कार की तरह बुजुर्गों से दुर्व्यवहार की जड़ें भारतीय समाज की पितृसत्ता में ही हैं, इनके पीछे वह सोच है जो पैदा होते ही बेटों को मां-बाप के बुढ़ापे की लाठी, कुल का दीपक, पितरो का उद्धारक और अपरिहार्य रूप से सम्पत्ति का निर्विवाद उत्तरा-अधिकारी घोषित कर देती है।

“उम्रे दराज मांग के लाये थे चार दिन,  
दो आरजू में कट गये दो इन्तजार में.....”

आखिरी मुगल सम्राट बहादुर शाह जफर का यह खूबसुरत शेर हमारी जिन्दगी के फलसफे के बारे में बहुत कुछ कह जाता है। वक्त मुट्ठी से रेत की मानिंद खिसकता जाता है। फिर एक ऐसा दौर आता है, जब मुट्ठी खाली होने की चिन्ता सताने लगती है, लेकिन समय के साथ लोगों ने अपनी खाली मुट्ठी में खुशियों को दोबारा समेटना सीख लिया है। यह बहुत बड़ा सामाजिक बदलाव है। आज की जीवन शैली में लोग ज्यादा सक्रिय हैं। उन्हें मालूम है कि विकट परिस्थिति में केवल चिन्तन होने से समस्या का कोई हल नहीं निकलेगा। इसी कारण अब वे भविष्य की भावी योजना बनाकर चलते हैं, अब सेवानुवृत्ति हौवा नहीं रहा गया है, बल्कि इसके बाद के जीवन की दूसरी कठिन पारी पूरी जिन्दा दिली से जीने की तैयारी करते हैं। अब वह समय नहीं रहा, जब लोग उम्र के अंतिम पड़ाव के कष्ट को सोच कर घबराते थे, आज उनके लिये बुढ़ापा बोझ नहीं सकून भरा पड़ाव है। लोगों की सोच और जीवन शैली में सकारात्मक बदलाव आ रहा है।

भोग वादी संस्कृति ऐसी युवा पीढ़ी को जन्म दे रही है जो स्वयं को उच्च एवं उच्चतम पदों तक पहुंचाने में इतनी उलझ गयी है, उसके लिये रिश्तों, विशेषकर बुजुर्गों के लिये कोई स्थान नहीं बचा। अपने बड़ों की जिम्मेदारी उनके लिये बोझ और उनके अनुभव स्क्रेप से ज्यादा नहीं है। “सिमोन द बोउवार” ने अपनी पुस्तक “ला विगलोस” में लिखा “जब वृद्धों के वही अरमान वही संवेदना और वही आवश्यकता है जो युवाओं की, तो दुनिया इन्हें घृणा की नजर से देखती है?” सिमोन का प्रश्न जितना महत्वपूर्ण, उतना ही जरूरी है इसका कारण खोजना”

### परिवर्तन

जिन्दगी बसर करने का स्टेटस आगे बढ़ाने या कुछ गुजर जाने की दौड़ में आज पति-पत्नी दोनों वर्किंग हैं उनके बच्चों की देखभाल करना परेशानी का सबक बन गया है, ऐसे में संयुक्त परिवार की जरूरत पड़ने लगी है तथा इसके लाभ-भी समझे जाने लगे हैं। जनगणना 2011 के आंकड़ों के अनुसार एकल परिवार की संख्या में वृद्धि की दर कम हुयी है। यह एक नयी परिपाटी का संकेत है। आज के एकल परिवार, एकबार फिर अपनों के साथ जिन्दगी बिताने को तैयार हो रहे हैं।

“व्यर्थ के तनावों से बचने के वर्तमान पीढ़ी के पति-पत्नियों ने रिश्ते को बचाने की पहल कर दी है, “थोड़ा तुम बढ़ो, थोड़ा हम” की तर्ज पर बेटा-बहू और माता-पिता फिर आगे बढ़ रहे हैं। ग्लोबल एज वॉच-2014 के आकड़े बताते हैं कि बजुर्गों की खुशहाली के मामले में भारत का 64वां स्थान है। ऐसे ही वृद्धों की आर्थिक सुरक्षा के मामले में वह 72वां और स्वास्थ्य

मामले में 87वें स्थान पर है। जीवन की औसत आयु, पेन्शन, बीमा और स्वास्थ्य जैसी बुनियादी सुविधाओं के मामले में जापान दुनिया के शीर्ष देशों में एक है। लेकिन जिन्दगी भर भीड़ और शोर शराबे का हिस्सा रहे जापान बुढ़ापे की तनहाई की ऐसी मौत मर रहे हैं कि महीनों किसी को उनके गुजर जाने का पता भी नहीं चलता।

अगले 15 वर्षों में भारत की आबादी के युवा बहुल होने और उसकी सम्भावनाओं के श्रम बाजार द्वारा दोहन के बारे में काफी चर्चा होती है, लेकिन युवाओं की स्पष्ट अरुचि पर विचार नहीं होता, जबकि बुजुर्ग जनसंख्या का दूसरा महत्वपूर्ण व बड़ा वर्ग है। अगले पांच दशकों के भारत की जनसंख्या में बुजुर्गों की संख्या भी नाटकीय रूप से बढ़ने के पूर्वानुमान हैं। ये दो तथ्य—युवाओं और बुजुर्गों की दशा में रुचि न लेना और उनकी बुजुर्गों की संख्या में वृद्धि होना। युवाओं के इस देश में बुजुर्गों की संख्या दस करोड़ को पार कर गयी है। लेकिन देश के आधे बुजुर्गों को अपने निर्वाह के लिये काम करना पड़ता है।

10.38 करोड़ बुजुर्ग देश में 2011 में	30 करोड़ बुजुर्गों के होने का अनुमान 2050 तक
50 लाख बुजुर्ग रहते हैं अकेले	
50% के करीब बुजुर्ग महिलायें हैं विधवा 1% बुजुर्ग महिलायें हैं परित्वक्त	
20% बुजुर्गों को झेलना पड़ता है अपमान 13% भारतीय बुजुर्ग निशक्तता के शिकार	50% बुजुर्ग हैं कार्य बल का हिस्सा 25% अस्सी वर्षीय बुजुर्ग करते हैं काम

पर्याप्त सामाजिक सुरक्षा योजनाओं की कमी के चलते न सिर्फ बुजुर्गों को समाजिक व मानसिक दुर्व्यवहार का सामना करना पड़ता है, बल्कि उन्हें विकट परिस्थितियों में भी काम करने के लिये मजबूर होना पड़ता है।

सौजन्य—जनसंख्या  
यूएनपीडी

वरिष्ठ नागरिकों के हितों के लिये काम करने वाली संस्था “एजवेल फाउंडेशन” के अध्यक्ष हिमांशु रथ कहते हैं स्वाज्य सुविधाओं में आने वाले सुधार की वजह से पिछले 20 वर्षों में भारतीय लोगों की औसत आयु बहुत तेजी से बढ़ी है। पिछली पीढ़ी की पीढ़ा भरी जिन्दगी देखकर आज के मिडिल एज लोग सचेत हो गये हैं। अपने बुढ़ापे को अरामदेह और सुरक्षित बनाने की तैयारी में अभी से जुट गये हैं। इनकी तैयारी में अभी से जुट गये हैं। इनकी तैयारी में भारतीय पूंजी बजार ने भी साथ दिया। बैंक व अन्य सरकारी योजनाओं ने इनमें लम्बी अवधि के निवेश के द्वार खाले दिये हैं। बिल्डर उनकी जरूरत के अनुकूल आराम दायक फ्लैट्स बना रहे हैं। अब लोग समझ गये हैं कि अपने भविष्य के लिये उन्हें पहले से ही तैयारी करनी होगी”

### साझेदारी

1. जिम्मेदारियों को बोझा न समझें
2. परिवार के हर सदस्य को सम्मान दे
3. परिवार के कामों में हाथ बटाएं
4. बच्चों के बीच प्यार पनपन दें
5. साथ देने का भाव मन में रखें।
6. एक दूसरे की पसन्द का ध्यान रखें।

7. झूठे अहम को बीच में न आने दें।
8. सिस्टम के अन्तर्गत सभी की जिम्मेदारी अलग।

### “बुढ़ा होगा तेरा पिता

उम्र हो गयी है, भगवान का नाम जपो और घर के कोने में चुपचाप पड़े रहो। समाज द्वारा तय किये गये इस निराशावादी जीवन दर्शन को भारतीय बुजुर्ग सदियों से ढोते चले आ रहे हैं। क्योंकि अब तक उन्होंने अपनी पिछली पीढ़ी को भी ऐसे ही घुट-घुट कर जीते देखा था। आज से 20 वर्ष पूर्व विदाई समारोह पहले में उपहार स्वरूप कुछ धार्मिक पुस्तक, वाकिंग स्टिक छतरी आदि वस्तुएं निश्चित रूप से दी जाती थी। तब पहले से ही यह मान लिया जाता था कि अब इस व्यक्ति का शेष जीवन पूजा पाठ, सुबह की सैर तक ही सीमित रहेगा। लेकिन वक्त बदला, खुलापन आने लगा बुजुर्ग समाज द्वारा बनाई अपनी इस स्टीरियो टाइप इमेज से बुजुर्ग खुद ही उबने लगे। आर्थिक उदारीकरण का चाहे जो भी नुकसान हुआ पर इसने बुजुर्गों की जिन्दगी को पहले की तुलना में आसान बना दिया।

अगर पिछले दो तीन दशकों से आज की जीवन स्थितियों की तुलना की जाय तो बहुत कुछ बदल चुका है। जीवन को आरामदायक बनाने के लिये आज सभी तरह की सुविधा उपलब्ध है। इसी कारण उनकी सोच में सकारात्मक बदलाव आ रहा है। अब वे अपनी सहेत के प्रति बेहद जागरूक हैं। स्वस्थ खानपान और नियमित दिनचर्या के कारण उम्र बढ़ने की प्रक्रिया धीमी हो गयी है। जरा याद करें पुराने समय में दादा-दादी कितने थके व कमजोर नजर आते थे, परन्तु अब ऐसा नहीं है। आज अपने पोते-पोती की शादी में बड़ी मुस्तैदी से लोगों का स्वागत करते नजर आते हैं। पहले 60 वर्ष के बाद जिन्दगी ठहर सी जाती थी परन्तु आज इस वर्ग के लोग न तो बूढ़े दिखते हैं न ही किसी विशेषण का इस्तेमाल करना पसन्द करते हैं। बिग बी ने तो फिल्म “बुढ़ा होगा तेरा बाप” के माध्यम से अपने विचार की सार्वजनिक तौर पर पुष्टि कर दी है।

### असहाय वृद्धावस्था

बुढ़ापे में दो चीजें मिल जायें—तो जीवन का सफर आसान और आनन्द भरा हो जाता है। एक है—गुजर-बसर के लिये भोजन, आवास की सुविधा दूसरा भावनात्मक सम्बल।

घर परिवार, व्यापार-व्यवसाय, नौकरी में रम कर जीवन कैसे बीता, कुछ पता ही नहीं चला पुत्र, पुत्र-वधु, पौत्र, पुत्री-दामाद और धर्मपत्नी। कभी कल्पना भी नहीं कि आज जो खुशी व उल्लास के स्रोत हैं, कल वे ही पीड़ा और विषाद हेतु बन जायेंगे। पुत्र ने व्यवसाय सम्हाला, नौकरी से सेवामुक्त हुये, तो सोचा घर गृहस्थी की चिन्ता से मुक्त होकर अब आराम करने का वक्त आया, पर पुत्र व पुत्रवधू की सोच कुछ अलग थी वे माता-पिता की चिन्ता करने से ही मुक्त होंगे। माता-पिता अपने ही घर-परिवार में अकेले और असहाय हो गये। बीमारी और वृद्धावस्था ने आ घेरा। यदि दुर्भाग्यवश वृद्ध दाम्पत्य जीवन में पति-पत्नी में किसी एक का बीमारी या चिन्ता से जिन्दगी से मुक्ति मिल गयी तो अकेले-पन का एहसास शेष जीवन को और अधिक कष्टमय बना देता है। पुत्र से भावनात्मक सम्बल मिलता रहा, पौत्र पौत्री के प्रति मोह और ममत्व अभी भी है, परिस्थिति वश विवशताएं बाधक होती रही।

ऐसी विकट स्थिति में जब वेदना भरे जीवन में रस नहीं रहा, घर परिवार की चाह समाप्त हो गयी। सब कुछ पराया सा हो गया और निराशा व विरिक्त के भाव में सब कुछ छोड़ कर निकल पड़ा—स्वयं को भाग्य के भरोसे छोड़कर। कई जगह भटका पर शकून और शान्ति नहीं मिली। एक परिस्थिति ने वृद्धा आश्रम की राह दिखाई 2-3 दिन वृद्धा आश्रम में

झिझक व संकोच दूर होंगे, वहां 30-40 बुजुर्ग भाई-बहनों का नया परिवार मिला। जीवन से मृत्यु तक की रह पर जीने की जीवन पद्धति ही बदल गयी। साफ-सुथरा वातावरण नियमित समय पर व्यायाम, समय पर भोजन, नाश्ता, चाय, दूध कपड़ों की धुलाई-गर्मपानी, चिकित्सा, देखभाल, मान सभी सेवायें निर्धारित समय पर सवर्था अल्प शुल्क देकर मिल गयी। यहां आने से पूर्व जो चिंतायें-पीड़ायें-आशंकायें घरे रहती थी वह सभी समाप्त हो गयी बस कभी-कभी पुत्र, पौत्र की याद आती तो जी भर उठता।

प्रत्येक भाषा की अपनी संस्कृति होती है, जिसके विस्तार के साथ उस भाषा का भी विस्तार होता है।

(अनन्तशयनम आयंगर)