

वृद्धावस्था : बदलते सामाजिक परिवेश में सामंजस्य (एक समाजशास्त्रीय अध्ययन)

मीनू तंवर

व्याख्याता,
समाजास्त्र विभाग,
चौ. बल्लू राम गोदारा
राजकीय कन्या स्नातकोत्तर
महाविद्यालय,
श्रीगंगानगर (राज.)

रजनी शर्मा

व्याख्याता,
अंग्रेजी विभाग,
चौ. बल्लू राम गोदारा
राजकीय कन्या स्नातकोत्तर
महाविद्यालय,
श्रीगंगानगर (राज.)

सारांश

वृद्धावस्था व बदलते सामाजिक परिवेश में सामंजस्य की समस्या अध्ययन में वृद्धजनो की परिवर्तित स्थिति के बारे में विस्तृत विश्लेषण किया है। विगत कुछ वर्षों से विश्व में वृद्धों की संख्या में वृद्धि हुई है। इसके साथ ही नगरीकरण और उद्योगिकरण के कारण संयुक्त परिवारों का स्थान एकल परिवारों ने ले लिया है। जिसके कारण वृद्धजनों को अकेलेपन का सामना करना पड़ रहा है जिसके परिणाम स्वरूप वृद्धों को शारीरिक, मानसिक और आर्थिक समस्याओं से जूझना पड़ता है। अतः आवश्यकता है वृद्धजनों के साथ सहयोगात्मक रवैया अपनाकर समय उनके साथ बिताया जाये ताकि वे अपने को समाज का हिस्सा मानते हुए अपना योगदान दे सकें।

मुख्य शब्द : परम्परा वादी दृष्टिकोण, जरेन्टोलोजी, वर्चस्व, संवेदनशील, विषाद— वृद्धजन नीति, निराश्रय।

प्रस्तावना

भारतीय समाज अपनी प्राचीन सांस्कृतिक मूल्यों, विकासशील अर्थव्यवस्था एवं सामाजिक व्यवस्था के लिए विश्वविख्यात है। इसमें जहाँ पारिवारिक और सामाजिक मूल्यों की प्रगाढ़ता देखने को मिलती है। वहीं बदलती हुई परिस्थितियों के कारण सबसे अधिक समस्या उम्रदराज और वरिष्ठ नागरिकों के सामंजस्य की समस्या बढ़ती जा रही है। वरिष्ठ नागरिकों के प्रति धीरे धीरे परम्परावादी दृष्टिकोण बदल रहा है। कभी माना जाता था कि बुजुर्गों को परिवार की नींव माना जाता था और परिवार को संस्कारवान बनाने में बुजुर्गों का एक बड़ा योगदान रहता था वहीं आज दृष्टिकोण बदल रहा है। आधुनिकता और बदलते सामाजिक मूल्यों ने परिवार नामक संस्था के स्वरूप को बदल दिया है। संयुक्त परिवार समाज का आधार रहा है उसमें निहित पारिवारिक मूल्य वह अब टूटते जा रहे हैं नगरीकरण और पश्चिमीकरण के कारण आज संयुक्त परिवारों का स्थान एकल परिवारों ने ले लिया है। जिसमें पति-पत्नी दोनों का कामकाजी होना भी परिवार में बुजुर्गों को अकेलेपन का मुख्य कारण है, एक सर्वेक्षण से यह बात सामने आई है, कि जो बुजुर्ग अपने परिवार के साथ रहते हैं वे अधिक मनोरोगी पाये गये हैं। चौकाने वाला तथ्य है कि ऐसा क्यों है, और थोड़ा गहराई में जाए तो ये पता चलता है कि परिवार में रहते हुए भी वे वर्तमान रिश्ते नातों से दूर हैं। परिवार में उनका महत्व न के बराबर हो गया है और यही कारण है कि वे अकेले हो गये हैं।

वृद्धावस्था क्या है?

डेविड हाबमैने ने अपनी पुस्तक The Social Change of Ageing में लिखा है कि वृद्धावस्था एक विश्वव्यापी परिदृश्य है। विश्व में वृद्धों की संख्या और जनसंख्या के अनुपात दोनों में ही वृद्धि हो रही है। वृद्धावस्था की अवधारणा शारीरिक आयु वृद्धि सामाजिक आयुवृद्धि एवं मनोवैज्ञानिक

Anthology : The Research

आयुवृद्धि हैं। यद्यपि ये तीनों परस्पर रूप से भिन्न हैं किन्तु अन्तर्सम्बन्धित भी हैं। डबलिन के शब्दों में आयुवृद्धि (वृद्धावस्था) शारीरिक और मानसिक परिवर्तन हैं, जो जीवन काल के मुख्य अंग व्यतीत हो जाने पर घटित होते हैं। वृद्धावस्था व्यक्ति की मानसिक अवस्था को भी प्रभावित करती हैं। पार्कर के शब्दों में मनोवैज्ञानिक वयवृद्धि को मात्र क्षमताओं के आधार पर नहीं भापा जा सकता है, अपितु उनके उस उपयोग के मापदण्ड पर आंका जा सकता है, जो प्रारम्भिक आयु से ही प्रौढ़ावस्था के वर्षों तक किया गया है।

वृद्धावस्था एक समस्या

वृद्धावस्था आज एक सामाजिक आर्थिक एवं मनोवैज्ञानिक समस्या के रूप में मौजूद है। वृद्धजनों के अध्ययन शास्त्र को जरेन्टोलॉजी Gerontology कहा जाता है, और इसमें बताया गया है कि वृद्धजनों की औसत आयु बढ़ने से वृद्धों की आबादी भारत में ही नहीं बल्कि विश्व के अनेक देशों में बढ़ी है यही कारण है कि अब वृद्धावस्था को वैश्विकस्तर पर सामाजिक, आर्थिक और मानवीय मुद्दा माना जाने लगा है। संयुक्त राष्ट्र जनसंख्या कोष का आकलन है कि वर्ष 2050 तक सम्पूर्ण विश्व में प्रत्येक छः बुजुर्गों में से एक भारत का निवासी होगा। भारत के केरल, तमिलनाडु, महाराष्ट्र, उड़ीसा, पश्चिमी बंगाल, पंजाब एवं हिमाचल प्रदेश में Helpage India द्वारा किये गये अध्ययन से यह भी स्पष्ट हुआ है कि इन राज्यों में लगभग 20 प्रतिशत बुजुर्ग अकेले निवास कर रहे हैं।

वृद्धजनों की समस्याओं पर दृष्टिपात करने से पूर्व यह जानना आवश्यक है कि आंकड़ों की दृष्टि से यूरोप में विश्व के सर्वाधिक वृद्धजन हैं, जो विश्व भर के कुल आबादी का पांचवा भाग हैं। इसी क्रम में अमेरिका में 23 प्रतिशत, पूर्वी एशिया में 17 प्रतिशत और दक्षिणी एशिया में 10 प्रतिशत होने का अनुमान है। यदि विश्व के देशों का तुलनात्मक अध्ययन करें तो 2020 तक विश्व में चीन जापान और भारत में बुजुर्गों की जनसंख्या सर्वाधिक होगी, जो कि बहुत चौकाने वाले तथ्य हैं। इसका कारण यह है कि विकासशील देशों में औसत आयु तेजी से बढ़ रही है। वृद्धजनों की इस तीव्र गति से बढ़ती जनसंख्या ने अनेक समस्याओं को भी जन्म दिया है। भौतिकवाद के प्रभाव से निरन्तर बदलते आदर्श एवं जीवन मूल्यों ने इन वृद्धजनों की समस्याओं में भी अप्रत्याशित वृद्धि

करने में अपना योगदान देकर विषम स्थिति उत्पन्न कर दी है।

वृद्धावस्था में आर्थिक असुरक्षा, स्वास्थ्य समस्याओं और अकेलेपन के कारण बुजुर्गों की स्थिति दयनीय हो जाती है। वृद्धावस्था जीवन का वह चरण है जिससे होकर प्रायः हर किसी को गुजरना पड़ता है।

उपरोक्त सन्दर्भ में वयवृद्धि जैविक, मनोवैज्ञानिक एवं सामाजिक सांस्कृतिक पक्ष इस प्रकार से परस्पर अन्तर्सम्बन्धित हैं कि इनमें से कोई भी एक अन्य दो की गति में तीव्रता ला सकता है। वृद्धावस्था में इसलिए सामाजिक सामंजस्य एक गतिशील धारणा है ठीक उसी प्रकार से जैसे व्यक्तिगत सामंजस्य होता है इस सामाजिक सामंजस्य के महत्व के कारण ही वृद्धावस्था में समाजशास्त्रीय रुचि आधुनिक समाज में वृद्धावस्था की बढ़ती उपस्थिति दर्शाती है।

वृद्धावस्था समायोजन की समस्या

मनुष्य के जीवन में वृद्धावस्था अवधि का सफल समायोजन योजनाबद्ध प्रयासों पर आधारित होता है यह स्वतः प्राप्त नहीं होता है जब मनुष्य वृद्धावस्था को प्राप्त करता है। यह अधिकांशतः वृद्धजनों के अपने हितों की सुरक्षा एवं पूर्ति, उनके विशेष वातावरण के अवसरों तथा बाधाओं की सीमा में किए गये प्रयासों से प्राप्त किया जाता है। यह दो तरफा सम्बंध है, जिसमें व्यक्ति की पहल तथा जिस समाज में वह रहता है उसका चरित्र निहित है।

सामान्य शब्दों में विश्व के सभी देशों में वृद्धजनों में जिन उद्देश्यों की पूर्ति की आकांक्षा वृद्धजन करते हैं उनमें निम्न बिन्दु सम्मिलित किये जा सकते हैं :-

1. जब तक संभव हो जीवित रहना, कम से कम जब तक की जीवन की सन्तुष्टि पर कठिनाईयाँ हावी न हो जाए अथवा जीवन दूभर न हो जाये।
2. मनुष्य की दूसरी अकांक्षा जीवन-संघर्ष एवं भागदौड़ के कार्यों से विश्राम प्राप्त करने की होती है साथ ही वह शारीरिक खतरों से सुरक्षा भी चाहता है ताकि वह अपनी न्यून होती उर्जा का संरक्षण कर सके।
3. वृद्धावस्था में व्यक्ति सामाजिक एवं व्यक्तिगत क्षेत्र में सक्रिय सहभागिता की (मुखिया के रूप में) आकांक्षा संजोए रहता है।

Anthology : The Research

4. वृद्ध व्यक्ति अपने अधिकारों तथा सम्मान को भी रखना चाहता है उसने जो अधिकार अर्जित किए हैं, वह उनको छोड़ना नहीं चाहता है। और अपने वर्चस्व के प्रति संवेदनशील रहता है।

वर्तमान में वृद्धावस्था एक बड़ी चुनौती बन गई है और वृद्धजनों की आर्थिक और स्वास्थ्य जरूरतों को पूरा करने और वृद्धजनों की भावात्मक जरूरतों के प्रति संवेदनशील वातावरण बनाने की भी आवश्यकता है। भारत में बुजुर्गों की बेहतर स्थिति बनाने वाले सकारात्मक पहलुओं में एक परिवार के सदस्यों का उनके साथ गहरा जुड़ाव है किन्तु कार्य के चलते अथवा व्यस्तता तथा दूसरे शहरों में निवास करने के कारण बुजुर्ग अपने आप को अकेला पाते हैं, फलस्वरूप उनमें असुरक्षा की भावना बढ़ने लगती है। जिसके कारण स्वास्थ्य और चिकित्सा सम्बन्धी समस्या, पोषण की कमी, आवास की समस्या, आय की कमी, जैसी समस्याएँ हावी होने लगती हैं। माता-पिता और वरिष्ठ नागरिक भौतिक और मानसिक रूप से समाज का सक्रिय हिस्सा बनते हैं। जो वास्तव में दोहरी ताकत वाला होता है इसे ध्यान में रखते हुए सरकार ने वर्ष 2007 में देश के भारतीय नागरिकों के मन में असुरक्षा के भय को समाप्त करने के लिए वरिष्ठ नागरिक अधिनियम लागू किया।

वृद्धावस्था के शारीरिक स्वास्थ्य के लिए उपाय

सामाजिक ढांचे में समय समय पर होने वाले परिवर्तन समाज में सभी वर्गों को प्रभावित करते हैं और वृद्धजनों के लिए इन परिवर्तनों के विशेष मायने हैं। सामाजिक ढांचे में व्यवस्थागत रूप में हुए परिवर्तनों के कारण संयुक्त परिवार में उपलब्ध आवास, भोजन, वस्त्र, चिकित्सा एवं आर्थिक संबल अब समाज के विखण्डन के कारण एक गम्भीर चुनौती बन कर उन्हें त्रस्त कर रही है। जैसे-2 उम्र बढ़ती जाती है वैसे-2 शान्ति और सक्रियता कम होती जाती है। जाहिर है ऐसे समय में वृद्धजनों को शारीरिक और मानसिक रूप में स्वस्थ रहने की आवश्यकता है।

शारीरिक और मानसिक व्यायाम

शरीर को स्वस्थ रहने के लिए भोजन की आवश्यकता होती है वैसे ही शरीर की सक्रियता को बनाए रखने के लिए शारीरिक व्यायाम और हल्के प्राणायाम करने की आवश्यकता होती है। व्यायाम और योग प्राणायाम से न केवल स्वस्थ रहेंगे अपितु नवीन उर्जा का भी संचार होगा।

खुशियाँ ढूँढ़ें व चिंता छोड़ें

यह बात सर्वमान्य है कि खुश व्यक्ति में हमेशा सकारात्मकता पाई जाती है, और चिंता चिंता के समान है। यदि हम प्रसन्न रहेंगे तो हमारा दृष्टिकोण सकारात्मक विचारों के कारण तनाव चिन्ता, भय और दूसरी परेशानियों से मुक्त रहता है। यदि हम किसी वस्तु के बारे में नकारात्मक तरीके से सोचते हैं तो उससे हमारे भीतर हताशा और तनाव का भाव पैदा होता है और ये ही गम्भीर रोग है। नकारात्मक विचार हमारे भीतर आत्मविश्वास में कमी लाता है। इसलिए वृद्धों को हमेशा खुश और तनावमुक्त रखने की कोशिश करते रहना चाहिए।

सादा और सन्तुलित भोजन

वरिष्ठ नागरिकों में स्वस्थ जीवन जीने के लिए सादा और सन्तुलित भोजन अति आवश्यक है वृद्धजनों का भोजन ऐसा होना चाहिए जो आसानी से पच जाए क्योंकि उम्र बढ़ने के साथ साथ इनकी पाचन शक्ति भी क्षीण होने लगती है। इस हेतु हरी सब्जी, फल और मोटे अनाजों का सेवन अत्यधिक मात्रा में करना चाहिए। और भरपूर मात्रा में जल का सेवन करना चाहिए। ताकि शरीर में मौजूद अपशिष्ट पदार्थ निकल जाए।

परिवार का सहयोगात्मक नजरिया

वृद्धजनों की अन्य समस्या है अकेलापन। पीढ़ियों के बढ़ते अन्तर तथा परिवर्तित होते सामाजिक एवं सांस्कृतिक मूल्यों के कारण वृद्धजन उपेक्षित होते जा रहे हैं। यदि उपेक्षा विषाद उत्पन्न करना है ऐसे में परिजनों का सानिध्य उनके अकेलेपन को दूर करता है। वृद्धजनों के लिए ऐसी व्यवस्था होनी चाहिए जिससे उन्हें चिन्तामुक्त रखा जा सके और उनके समय का सदुपयोग हो सके।

बुजुर्गों के कल्याण के लिए चलाई गई योजनाएँ

भारत में बुजुर्गों को सम्मानजनक स्थान दिलाने के लिए भारत सरकार ने राज्य सरकारों से मिल कर अनेक व्यवस्थाएँ की हैं जिसमें वृद्धाश्रमों की स्थापना, वृद्धजनों को निःशुल्क मेडिकल सेवाएं गैर सरकारी संगठनों को आर्थिक अनुदान, रेल और बस किराए में रियायत सेवाएँ जैसी व्यवस्थाएँ की हैं।

इसके अतिरिक्त केन्द्रीय सामाजिक अधिकारिता विभाग द्वारा राष्ट्रीय वरिष्ठ नागरिक नीति 2011 (National Policy of Senior Citizens) का निर्माण किया गया है। सरकार द्वारा राष्ट्रीय वृद्धजन नीति (National Policy of Older Persons) जारी की

गई थी। इसके साथ ही हैल्पेज ईण्डिया (Helpage India) नामक गैर सरकारी संगठन ने भी विशेष प्रयास किए हैं।

वरिष्ठ नागरिक अधिनियम 2007

इस अधिनियम में ऐसे माता पिता जो अपनी आय अथवा अपनी सम्पत्ति की आय से अपना खर्च उठाने में सक्षम नहीं हैं, इस रख-रखाव में उचित भोजन, आवास, कपड़े और चिकित्सा उपचार का व्यय शामिल हैं। यह अधिनियम माता-पिता एवं वरिष्ठ नागरिकों के भरण पोषण एवं कल्याण अधिनियम केन्द्रीय सामाजिक और अधिकारिता मंत्रालय की एक अच्छी पहल है।

इंदिरा गाँधी राष्ट्रीय वृद्धावस्था पौन योजना

इस योजना के अन्तर्गत 60 वर्ष से अधिक आयु के वृद्धों को 500 रुपये प्रतिमाह पेशन प्राप्त होगी।

राष्ट्रीय वृद्ध जन परिषद (NCOA- National Council for Old Ageing) केन्द्र सरकार द्वारा वर्ष 2005 में वृद्ध व्यक्तियों के लिए राष्ट्रीय वृद्धजन परिषद का पुनर्गठन किया जो वृद्धों के बारे में नीतियों और कार्यक्रमों के विकास के लिए सरकार को सलाह और सहायता देती है यह परिषद वृद्धों के कल्याण हेतु नीति तैयार करने और कार्यक्रमों पर अमल करने के मामले में सर्वोच्च सरकारी संस्था है।

वृद्धों के लिये भारतीय रेल में रियायत

वे व्यक्ति जिनकी उम्र 60 वर्ष से अधिक है उनमें से पुरुषों को 30 प्रतिशत की छूट और महिलाओं को 50 प्रतिशत तक की छूट प्रदान की जाती है।

बैंक जमाओं पर अधिक ब्याज दर

बैंकों में वरिष्ठ नागरिकों को उनके निवेश पर तुलनात्मक रूप से आधे से पौने प्रतिशत अधिक ब्याज दिये जाते हैं। बैंक के फिक्सड डिपोजिट पर भी वृद्धों को अधिक ब्याज दिया जाता है।

वरिष्ठ नागरिक बचत योजना

वरिष्ठ नागरिक बचत योजना पर ब्याज दर 9 प्रतिशत की होती है। इस योजना में प्रवेश करने की उम्र भी 60 वर्ष है। जैसे सरकार से सेवानिवृत्त हो रहे व्यक्ति की उम्र यदि 55 साल से अधिक हो तो इस योजना में निवेश करने की छूट प्रदान की गई है।

निःशुल्क आवास योजना

साधन विहीन वृद्धों के लिए यद्यपि सरकार द्वारा चुने हुए शहरों में निःशुल्क आवास की सुविधाएँ उपलब्ध कराई गई हैं, लेकिन उन्हें वृद्धों की आवश्यकताओं को देखते हुए पर्याप्त नहीं कहा जा सकता है। अतः आवश्यकता इस बात की है कि सभी निराश्रय वृद्धों को आवास की सुविधा उपलब्ध करवाई जाए।

भारतीय मूल्यों का प्रचार प्रसार

बुजुर्गों का सम्मान करना, उन्हें प्रतिष्ठा देना एवं उनका पालन पोषण करना हमारी सांस्कृतिक अभिन्न अंग है। अपनी युवा पीढ़ी के बीच इस भावना का प्रचार करना अत्यन्त आवश्यक है।

निष्कर्ष

सरकारी और गैर सरकारी स्तर पर वृद्धजनों के कल्याण के लिए राष्ट्रव्यापी प्रयास किये जा रहे हैं। बुजुर्गों के लिए 12 वीं पंचवर्षीय योजना में भी अनेक कल्याणकारी योजनाएँ चलाई जा रही हैं। वृद्धजनों की समस्याओं को दूर करने के लिए हमें पारिवारिक और सामाजिक मूल्यों को पुनः स्थापित करना होगा। बुजुर्ग पीढ़ी के अनुभवों का लाभ लेने के लिए हमें उनके प्रति सम्मान जनक दृष्टिकोण अपनाना होगा। पारिवारिक संस्थाओं को मजबूत बनाकर वृद्धजनों के स्वास्थ्य, सुरक्षा एवं कल्याण हेतु समग्र एवं एकीकृत प्रयासों की आवश्यकता है, जिससे वे सम्मानजनक और आरामदायक जीवन यापन कर सकें।

सन्दर्भ ग्रन्थ सूची

1. सिंह, आर. आर. द चेंजिंग सोशियल स्ट्रक्चर एण्ड द एजड।
2. एमेसर, सी.ए. वेलफेयर सर्विसेज फॉर द एजड एण्ड द इन्फर्म।
3. आहुजा, राम. भारतीय सामाजिक व्यवस्था, रावत पब्लिकेशन्स, जयपुर।
4. भटनागर, आर.एस. डेथ, डाईंग एण्ड लीविंग, इंडियन जनरल ऑफ जेरन्टोलाजी।
5. चन्द्रा, सुरेश. द सोशियल चैलेंज ऑफ ओल्ड एज।
6. कर्वे, इरावती, किनशियाप आर्गनाईजेशन इन इण्डिया।
7. नायर, के.सुकुमारन. वृद्धावस्था में एकांकीपन।
8. जाखड, विक्रम. वृद्धावस्था एवं बदलते सामाजिक मूल्य।