



## वृद्धजनों की समस्या: कारण एवं निवारण

डॉ. सिंह अरुण कुमार लक्ष्मण

असि. प्रोफेसर—समाजशास्त्र

काशी नरेश राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय, ज्ञानपुर, भदोही

### शोध सार

भारत जैसे सांस्कृतिक रूप से समृद्ध और पारिवारिक मूल्यों पर आधारित देश में वृद्धजनों का स्थान सदैव सम्माननीय रहा है। "मातृदेवो भव, पितृदेवो भव" की परंपरा ने बुजुर्गों को परिवार और समाज का मार्गदर्शक माना है। किंतु तीव्र औद्योगीकरण, नगरीकरण, पाश्चात्य जीवनशैली, तकनीकी विकास और बदलती पारिवारिक संरचनाओं ने वृद्धजनों की स्थिति को चुनौतीपूर्ण बना दिया है। आज वृद्धावस्था केवल जीवन का एक जैविक चरण नहीं, बल्कि सामाजिक, आर्थिक, मनोवैज्ञानिक और स्वास्थ्य संबंधी जटिलताओं से घिरा हुआ एक संवेदनशील काल बन गया है।

भारत में 60 वर्ष से अधिक आयु के लोगों की संख्या निरंतर बढ़ रही है। बेहतर स्वास्थ्य सुविधाओं और जीवन प्रत्याशा में वृद्धि के कारण वृद्ध जनसंख्या में तीव्र वृद्धि हो रही है। यह जनसांख्यिकीय परिवर्तन जहाँ एक ओर अनुभव और ज्ञान की संपदा का प्रतीक है, वहीं दूसरी ओर नीति-निर्माताओं, परिवारों और समाज के लिए नई चुनौतियाँ भी प्रस्तुत करता है।

**मुख्य शब्द :** वृद्धावस्था, कार्यक्षमता में कमी, पारिवारिक समस्याएँ, आर्थिक समस्याएँ, सामाजिक समस्याएँ, कार्यक्षमता में कमी।

### वृद्धावस्था की अवधारणा और विशेषताएँ

वृद्धावस्था जीवन का वह चरण है जिसमें व्यक्ति शारीरिक, मानसिक और सामाजिक रूप से कई परिवर्तन अनुभव करता है। जैविक दृष्टि से शरीर की कार्यक्षमता में कमी, स्मरण शक्ति में गिरावट, रोगों की संभावना में वृद्धि तथा शारीरिक निर्बलता इसके प्रमुख लक्षण हैं। सामाजिक दृष्टि से व्यक्ति की भूमिका में परिवर्तन होता है सेवानिवृत्ति के बाद आर्थिक निर्भरता बढ़ती है और सामाजिक सक्रियता घटती है।

मनोवैज्ञानिक रूप से वृद्ध व्यक्ति अकेलेपन, उपेक्षा और असुरक्षा की भावना से ग्रस्त हो सकता है। जीवन के अनुभवों का भंडार होने के बावजूद, बदलते परिवेश में स्वयं को अप्रासंगिक समझना उनके आत्मसम्मान को प्रभावित करता है।

## वृद्धजनों की प्रमुख समस्याएँ

### 1. स्वास्थ्य संबंधी समस्याएँ

मानव जीवन का अंतिम पड़ाव, वृद्धावस्था, अपने साथ अनुभव और शांति तो लाती है, लेकिन साथ ही यह अनेक शारीरिक और मानसिक चुनौतियाँ भी खड़ी करती है। इस अवस्था में शारीरिक स्वास्थ्य सबसे बड़ी चुनौती बनकर सामने आता है। शरीर की मशीन, जो वर्षों से निरंतर चल रही थी, अब धीमी पड़ने लगती है, जिसके परिणामस्वरूप अनेक बीमारियाँ जन्म लेती हैं।

वृद्धावस्था में सबसे आम स्वास्थ्य समस्याओं में उच्च रक्तचाप और मधुमेह प्रमुख हैं। ये रोग न केवल स्वयं में गंभीर हैं, बल्कि ये हृदय रोग, गुर्दे की बीमारी और आघात (स्ट्रोक) जैसी जटिलताओं के जोखिम को भी बढ़ा देते हैं। गठिया या संधिवात एक और बड़ी समस्या है, जिसमें जोड़ों में दर्द और अकड़न के कारण चलना-फिरना दूभर हो जाता है, जिससे वृद्धजन की स्वतंत्रता सीमित हो जाती है। हड्डियों का कमजोर होना (ऑस्टियोपोरोसिस) भी एक गंभीर चिंता का विषय है, जिससे मामूली चोट भी फ्रैक्चर का कारण बन सकती है।

इसके अतिरिक्त, इंद्रियों से जुड़ी समस्याएँ भी जीवन को कठिन बना देती हैं। दृष्टि कमजोर होना (मोतियाबिंद या ग्लूकोमा) और श्रवण शक्ति का क्षय होना सामान्य बात है। ये समस्याएँ वृद्धजनों को सामाजिक रूप से अलग-थलग कर सकती हैं, क्योंकि वे दूसरों से संवाद करने और अपने परिवेश को समझने में असमर्थ हो जाते हैं। वृद्धावस्था में प्रतिरक्षा प्रणाली (इम्यून सिस्टम) भी कमजोर हो जाती है, जिससे सर्दी, खांसी, निमोनिया और त्वचा संक्रमण जैसे रोग आसानी से अपनी चपेट में ले लेते हैं। मानसिक स्वास्थ्य की बात करें तो अकेलापन, अवसाद और चिंता जैसी समस्याएँ भी उतनी ही गंभीर हैं, जिन्हें प्रायः नजरअंदाज कर दिया जाता है।

इन शारीरिक समस्याओं के अलावा, स्वास्थ्य सुविधाओं तक पहुँच का अभाव इस समस्या को और विकराल बना देता है। ग्रामीण क्षेत्रों में तो स्थिति अत्यंत दयनीय है। यहाँ न तो पर्याप्त संख्या में अस्पताल हैं, न ही विशेषज्ञ चिकित्सक। इलाज के लिए वृद्धजनों को लंबी दूरी तय करनी पड़ती है, जो उनकी शारीरिक स्थिति में संभव नहीं हो पाता। सरकारी स्वास्थ्य केंद्रों पर न तो पर्याप्त दवाइयाँ उपलब्ध होती हैं और न ही आधुनिक जाँच की सुविधा।

दूसरी ओर, शहरी क्षेत्रों में सुविधाओं की कोई कमी नहीं है, लेकिन यहाँ समस्या है अत्यधिक महंगी चिकित्सा सेवाओं की। निजी अस्पतालों में इलाज, दवाइयाँ और जाँचें इतनी महंगी हो गई हैं कि एक साधारण पेंशन या बचत पर निर्भर वृद्धजन के लिए उन्हें वहन करना असंभव हो जाता है। बढ़ती उम्र में आय का कोई स्रोत न होने के कारण आर्थिक तंगी उनके स्वास्थ्य की राह में सबसे बड़ी बाधा बन जाती है। वे अक्सर इलाज को टाल देते हैं या आधा-अधूरा इलाज करवाकर संतोष कर लेते हैं, जिससे उनकी हालत और बिगड़ जाती है।

वृद्धावस्था की स्वास्थ्य समस्याएँ केवल चिकित्सीय मुद्दे नहीं हैं, बल्कि ये एक सामाजिक और आर्थिक चुनौती भी हैं। समाज के इन अनमोल अनुभवों के भंडार को स्वस्थ और सम्मानित जीवन देने के लिए हमें एक समग्र दृष्टिकोण अपनाना होगा। सरकार को ग्रामीण क्षेत्रों में स्वास्थ्य ढाँचे को मजबूत करना चाहिए और शहरों में वृद्धजनों के लिए सस्ती और सुलभ चिकित्सा सुविधाएँ उपलब्ध करानी चाहिए। परिवार और समाज को भी अपने बुजुर्गों की शारीरिक और मानसिक जरूरतों के प्रति संवेदनशील होना होगा, तभी उनका स्वर्णिम युग सचमुच सुखद और स्वस्थ बन सकेगा।

## 2. आर्थिक समस्याएँ

वृद्धावस्था को जीवन का संध्या काल कहा जाता है, जिसे सुखमय और सम्मानजनक बनाने के लिए स्वास्थ्य के साथ-साथ आर्थिक सुरक्षा भी उतनी ही आवश्यक है। लेकिन आज के बदलते सामाजिक-आर्थिक परिवेश में वृद्धजनों के समक्ष आर्थिक समस्याएँ एक गंभीर चुनौती बनकर उभरी हैं। यह समस्या केवल व्यक्तिगत नहीं है, बल्कि पूरे समाज और राष्ट्र की चिंता का विषय है।

वृद्धावस्था में सबसे बड़ी आर्थिक समस्या आय के नियमित स्रोत का समाप्त हो जाना है। सेवानिवृत्ति के बाद वेतन या व्यवसाय से मिलने वाली आय स्थायी रूप से बंद हो जाती है। जहाँ कुछ भाग्यशाली व्यक्तियों को पेंशन या पारिवारिक संपत्ति से कुछ आर्थिक सहारा मिल जाता है, वहीं बड़ी संख्या में वृद्धजन, विशेषकर असंगठित क्षेत्र में कार्य करने वाले, किसान, मजदूर और स्व-रोजगार से जुड़े लोग, बुढ़ापे में बिना किसी नियमित आय के रह जाते हैं। उनके पास न तो कोई पेंशन योजना होती है और न ही पर्याप्त बचत।

बढ़ती उम्र के साथ खर्च कम नहीं होते, बल्कि कई मामलों में बढ़ जाते हैं। स्वास्थ्य संबंधी समस्याएँ आने पर दवाइयों, जाँच और इलाज पर होने वाला खर्च उनकी सीमित आय पर अतिरिक्त बोझ डाल देता है। मधुमेह, रक्तचाप, हृदय रोग जैसी बीमारियाँ जहाँ नियमित दवाओं पर निर्भर करती हैं, वहीं गंभीर बीमारी की स्थिति में अस्पताल में भर्ती होने का खर्च तो उनके जीवन भर की बचत को समाप्त कर सकता है। शहरी क्षेत्रों में महंगी चिकित्सा सेवाओं के कारण तो स्थिति और भी विकट हो जाती है।

पारिवारिक संरचना में आए बदलाव ने इस समस्या को और गहरा किया है। संयुक्त परिवारों का विघटन और एकल परिवारों की बढ़ती संख्या ने वृद्धजनों को आर्थिक रूप से कमजोर बना दिया है। पहले जहाँ परिवार के सभी सदस्य मिलकर बुजुर्गों की देखभाल करते थे, वहीं अब युवा पीढ़ी रोजगार की तलाश में शहरों या विदेशों में जाकर बस जाती है। ऐसे में वृद्ध माता-पिता अकेले रह जाते हैं और उन्हें आर्थिक सहायता के लिए दूसरों पर निर्भर रहना पड़ता है। कई बार बच्चे स्वयं आर्थिक संकट से जूझ रहे होते हैं, जिससे वे माता-पिता की मदद नहीं कर पाते। कुछ दुर्भाग्यपूर्ण मामलों में तो संतान ही वृद्ध माता-पिता की आय या संपत्ति पर कब्जा करके उन्हें आर्थिक शोषण का शिकार बना देती है।

ग्रामीण क्षेत्रों में यह समस्या और अधिक गंभीर है। यहाँ के अधिकांश वृद्ध कृषि या दिहाड़ी मजदूरी पर निर्भर रहे हैं। शारीरिक क्षमता समाप्त होने पर वे कार्य करने में असमर्थ हो जाते हैं, जिससे उनकी आय का एकमात्र स्रोत भी समाप्त हो जाता है। सरकारी पेंशन योजनाएँ जैसे इंदिरा गांधी राष्ट्रीय वृद्धावस्था पेंशन

योजना मौजूद हैं, लेकिन इनसे मिलने वाली राशि बढ़ती महंगाई और बुनियादी जरूरतों को पूरा करने के लिए अपर्याप्त है। साथ ही, इन योजनाओं का लाभ दिलाने में भ्रष्टाचार और जागरूकता की कमी भी बड़ी बाधा है।

आर्थिक समस्याओं का सबसे बुरा प्रभाव वृद्धजनों के मानसिक स्वास्थ्य पर पड़ता है। आर्थिक असुरक्षा उनमें चिंता, अवसाद और हीनभावना को जन्म देती है। वे स्वयं को परिवार और समाज पर बोझ महसूस करने लगते हैं। आत्मसम्मान को गहरा आघात पहुँचता है, क्योंकि वे दूसरों पर निर्भर हो जाते हैं। अभाव की यह स्थिति उनके शारीरिक स्वास्थ्य को भी प्रभावित करती है, क्योंकि आर्थिक तंगी के कारण वे पौष्टिक भोजन और समुचित इलाज से वंचित रह जाते हैं।

वृद्धावस्था की आर्थिक समस्याएँ एक जटिल समस्या है जिसके समाधान के लिए बहुआयामी प्रयासों की आवश्यकता है। सरकार को वृद्धावस्था पेंशन की राशि बढ़ानी चाहिए और इसका दायरा व्यापक बनाना चाहिए। वृद्धजनों के लिए किफायती स्वास्थ्य बीमा योजनाएँ आवश्यक हैं। समाज को भी अपने बुजुर्गों के प्रति संवेदनशील बनना होगा और परिवारों को चाहिए कि वे अपने बुजुर्गों की आर्थिक सुरक्षा सुनिश्चित करें। वृद्धावस्था को अभिशाप न बनने दें, बल्कि इसे सम्मान और सुरक्षा का जीवन देना ही एक सभ्य समाज की असली पहचान है।

### 3. पारिवारिक और सामाजिक समस्याएँ

वृद्धावस्था जीवन का वह पड़ाव है जब व्यक्ति को सबसे अधिक सम्मान, प्रेम और सुरक्षा की आवश्यकता होती है। लेकिन आज के आधुनिक युग में पारिवारिक और सामाजिक ढाँचे में आए बदलावों ने वृद्धजनों के समक्ष अनेक समस्याएँ खड़ी कर दी हैं। ये समस्याएँ उनके जीवन को दूभर बना रही हैं और उन्हें मानसिक एवं भावनात्मक रूप से तोड़ रही हैं।

पारिवारिक स्तर पर सबसे बड़ी समस्या संयुक्त परिवारों का विघटन है। एकल परिवारों की बढ़ती संख्या ने वृद्ध माता-पिता को अकेलेपन की ओर धकेल दिया है। बच्चे उच्च शिक्षा और रोजगार के लिए शहरों या विदेशों में जाकर बस जाते हैं, जिससे वृद्धजन अकेले रह जाते हैं। उन्हें न तो परिवार का साथ मिलता है और न ही कोई संवेदनशील कान उनकी बात सुनने वाला। कई बार बच्चे व्यस्त जीवनशैली के कारण माता-पिता के लिए समय ही नहीं निकाल पाते, जिससे वृद्ध माता-पिता उपेक्षा का शिकार हो जाते हैं।

कुछ दुर्भाग्यपूर्ण मामलों में तो वृद्धजनों को अपने ही बच्चों से धोखा और अत्याचार सहना पड़ता है। संपत्ति और आय पर कब्जा करने के लिए उन्हें प्रताड़ित किया जाता है। कई वृद्धजनों को अपमानजनक व्यवहार, तिरस्कार और यहाँ तक कि शारीरिक यातना का सामना करना पड़ता है। वृद्धाश्रमों की बढ़ती संख्या इस बात का प्रमाण है कि किस प्रकार वृद्धजन अपने ही परिवार से बेदखल हो रहे हैं।

सामाजिक स्तर पर वृद्धजनों को उपेक्षा और अलगाव का सामना करना पड़ता है। आधुनिक समाज की भागदौड़ भरी जिंदगी में उनके अनुभवों और विचारों की कोई कद्र नहीं रह गई है। उन्हें बोझ समझा जाता है और निर्णय प्रक्रियाओं से बाहर रखा जाता है। शारीरिक क्षमताएँ कम होने पर वे सामाजिक गतिविधियों में

भाग नहीं ले पाते, जिससे उनका सामाजिक दायरा सिमटता जाता है। सार्वजनिक स्थानों, परिवहन और भवनों में वृद्धजनों के अनुकूल सुविधाओं का अभाव भी उनके सामाजिक जीवन को सीमित करता है।

इन समस्याओं का सबसे गहरा प्रभाव वृद्धजनों के मानसिक स्वास्थ्य पर पड़ता है। अकेलापन, उपेक्षा और तिरस्कार उन्हें अवसाद और चिंता का शिकार बना देता है। वे स्वयं को बेकार और समाज पर बोझ महसूस करने लगते हैं, जो उनके शारीरिक स्वास्थ्य को भी प्रभावित करता है।

इस समस्या के समाधान के लिए परिवार और समाज दोनों को संवेदनशील बनना होगा। बच्चों को अपने माता-पिता के प्रति अपने कर्तव्यों का निर्वाह करना चाहिए। समाज को वृद्धजनों के अनुभवों और ज्ञान का सम्मान करना चाहिए और उन्हें मुख्यधारा से जोड़े रखना चाहिए। सरकार को भी वृद्धजनों के लिए अनुकूल नीतियाँ और सुविधाएँ विकसित करनी चाहिए। वृद्धावस्था को सम्मान और सुरक्षा का जीवन देना ही एक सभ्य और संवेदनशील समाज की पहचान है।

#### 4. मनोवैज्ञानिक समस्याएँ

वृद्धावस्था केवल शारीरिक बदलावों का समय नहीं है, बल्कि यह मनोवैज्ञानिक चुनौतियों का भी वह दौर है जो व्यक्ति के मानसिक स्वास्थ्य को गहरे स्तर पर प्रभावित करता है। शारीरिक क्षमताओं के क्षय और सामाजिक भूमिकाओं में आए बदलाव के कारण वृद्धजन अनेक मनोवैज्ञानिक समस्याओं का शिकार हो जाते हैं, जिनमें आत्मसम्मान की कमी, असुरक्षा की भावना, निरर्थकता का बोध और भविष्य का भय प्रमुख हैं।

वृद्धावस्था में सबसे गंभीर मनोवैज्ञानिक समस्या है आत्मसम्मान में आई कमी। जीवन भर परिवार और समाज में एक सम्मानित स्थान रखने वाले व्यक्ति जब सेवानिवृत्त हो जाते हैं या शारीरिक रूप से कमजोर हो जाते हैं, तो उनका महत्व धीरे-धीरे कम होने लगता है। परिवार के निर्णयों में उनकी राय नहीं ली जाती, उनके अनुभवों की कद्र नहीं होती और वे स्वयं को उपेक्षित महसूस करते हैं। यह स्थिति उनके आत्मसम्मान को गहरा आघात पहुँचाती है। वे स्वयं को बेकार और अयोग्य समझने लगते हैं, जिससे उनका मानसिक स्वास्थ्य बुरी तरह प्रभावित होता है।

असुरक्षा की भावना भी वृद्धजनों को लगातार परेशान करती है। आर्थिक रूप से दूसरों पर निर्भर हो जाने के कारण उनमें यह डर बना रहता है कि कहीं उन्हें छोड़ न दिया जाए या उनकी उपेक्षा न हो। स्वास्थ्य समस्याओं के बढ़ने और बीमार पड़ने पर उनकी देखभाल कौन करेगा, इसकी चिंता उन्हें सताती रहती है। यह असुरक्षा उनके व्यवहार को प्रभावित करती है और वे अत्यधिक सावधान या संदिग्ध हो जाते हैं, जिससे परिवार के साथ उनके संबंधों में भी कटुता आ सकती है।

निरर्थकता या अप्रासंगिकता की भावना आधुनिक समाज की उपज है। आज का समाज युवाओं को अधिक महत्व देता है। तेजी से बदलती तकनीक और जीवनशैली में वृद्धजन स्वयं को पिछड़ा हुआ और अप्रासंगिक महसूस करते हैं। उनके पुराने अनुभव और ज्ञान को आधुनिक युग में बेमानी समझा जाता है। जब वे युवा पीढ़ी को अपने विचारों और सलाह को नकारते हुए देखते हैं, तो उनके मन में यह भावना पनपने लगती है

कि उनका जीवन अब किसी काम का नहीं रहा। यह अस्तित्वगत संकट उन्हें गहरे अवसाद में धकेल सकता है।

भविष्य का भय वृद्धजनों के मन में हमेशा बना रहता है। आने वाला कल उनके लिए अनिश्चितताओं से भरा होता है। बढ़ती उम्र के साथ बीमारियों का डर, मृत्यु का भय, और सबसे बढ़कर यह डर कि अंतिम समय में वे अकेले होंगे या उनकी पीड़ा में कोई साथी नहीं होगा, उन्हें मानसिक रूप से तोड़ देता है। यह भय उनके मन में नकारात्मक विचारों को जन्म देता है और वे वर्तमान का आनंद नहीं ले पाते।

सामाजिक अलगाव और अकेलापन इन मनोवैज्ञानिक समस्याओं को और गंभीर बना देता है। मित्रों और साथियों का साथ छूट जाने, परिवार के सदस्यों के व्यस्त होने और सामाजिक दायरे के सिमट जाने के कारण वृद्धजन अकेले रह जाते हैं। यह अकेलापन उनके अवसाद और चिंता को बढ़ाता है। कई बार वे अपनी भावनाओं को व्यक्त करने में असमर्थ होते हैं और अपने ही विचारों में खोए रहते हैं।

इन समस्याओं से निपटने के लिए परिवार और समाज को सक्रिय भूमिका निभानी होगी। वृद्धजनों को यह एहसास दिलाना आवश्यक है कि वे अभी भी महत्वपूर्ण हैं और उनकी उपस्थिति मूल्यवान है। उनके अनुभवों और विचारों को सम्मान देना, उन्हें निर्णय प्रक्रियाओं में शामिल करना और उनके साथ समय बिताना उनके आत्मसम्मान को पुनर्स्थापित कर सकता है। उनके लिए मनोरंजन और सामाजिक गतिविधियों के अवसर सृजित करना भी आवश्यक है। मनोवैज्ञानिक परामर्श और सहायता समूह उन्हें अपनी भावनाओं को व्यक्त करने और मानसिक शांति पाने में सहायता कर सकते हैं। वृद्धावस्था को मानसिक शांति और संतोष का समय बनाना हम सबका सामूहिक दायित्व है।

## 5. कानूनी और अधिकार संबंधी समस्याएँ

वृद्धावस्था में व्यक्ति को न केवल शारीरिक, आर्थिक और मानसिक समस्याओं का सामना करना पड़ता है, बल्कि कानूनी और अधिकार संबंधी समस्याएँ भी उनके जीवन को जटिल बना देती हैं। इन समस्याओं के प्रति जागरूकता की कमी और कानूनी प्रक्रियाओं की जटिलता के कारण अधिकांश वृद्धजन अपने ही अधिकारों से वंचित रह जाते हैं।

वृद्धजनों के समक्ष सबसे बड़ी कानूनी समस्या संपत्ति से संबंधित है। अक्सर बच्चे या रिश्तेदार माता-पिता की संपत्ति पर कब्जा करने के लिए दबाव बनाते हैं, धोखाधड़ी करते हैं या उन्हें धमकाते हैं। कई बुजुर्ग अपनी संपत्ति अपने नाम से दूसरों के नाम करने के लिए मजबूर किए जाते हैं, बदले में उनकी देखभाल का वादा किया जाता है जो अक्सर पूरा नहीं होता। संपत्ति हड़पने के बाद उन्हें घर से निकाल देना या उपेक्षित कर देना आम बात हो गई है। कानूनी जानकारी के अभाव में वे अपनी संपत्ति वापस पाने के लिए संघर्ष नहीं कर पाते। उत्पीड़न और शोषण की समस्या भी गंभीर है। वृद्धजनों को मानसिक और शारीरिक उत्पीड़न, अपमानजनक व्यवहार और यहाँ तक कि मारपीट का सामना करना पड़ता है। कुछ मामलों में उनके पेंशन या बचत को हड़प लिया जाता है। उन्हें घर से बेदखल करने की धमकी दी जाती है। वृद्धाश्रमों की बढ़ती संख्या इस बात का प्रमाण है कि किस प्रकार वृद्धजन अपने ही घरों से बेघर हो रहे हैं।

सरकार ने वृद्धजनों के संरक्षण के लिए माता-पिता और वरिष्ठ नागरिकों का भरण-पोषण एवं कल्याण अधिनियम, 2007 जैसे कानून बनाए हैं। यह अधिनियम बच्चों और उत्तराधिकारियों को वृद्ध माता-पिता का भरण-पोषण करने का कानूनी दायित्व देता है। इसमें वृद्धजनों को त्यागने या उनकी उपेक्षा करने पर सजा का प्रावधान है। इस अधिनियम के तहत वृद्धजन अपने बच्चों से भरण-पोषण की मांग कर सकते हैं। साथ ही, सरकार ने वृद्धाश्रमों की स्थापना और संचालन के लिए भी नियम बनाए हैं।

इन कानूनों के बावजूद वृद्धजनों को न्याय पाने में अनेक कठिनाइयों का सामना करना पड़ता है। कानूनी प्रक्रिया लंबी, जटिल और खर्चीली है। वृद्धावस्था में लंबी कानूनी लड़ाई लड़ना उनके लिए शारीरिक और मानसिक रूप से असंभव हो जाता है। निरुशुल्क कानूनी सहायता के प्रति जागरूकता का अभाव और वरिष्ठ नागरिकों के लिए विशेष अदालतों या त्वरित न्याय प्रणाली का अभाव समस्या को और गंभीर बना देता है।

इन समस्याओं के समाधान के लिए जागरूकता और सरलीकृत कानूनी प्रक्रियाओं की आवश्यकता है। वृद्धजनों को उनके कानूनी अधिकारों के प्रति जागरूक करना होगा। सरकार को वरिष्ठ नागरिकों के मामलों के त्वरित निपटान के लिए विशेष अदालतें स्थापित करनी चाहिए। पुलिस और प्रशासन को वृद्धजनों के प्रति संवेदनशील बनाना होगा। समाज को भी यह सुनिश्चित करना होगा कि वृद्धजनों के अधिकारों का उल्लंघन न हो और वे सम्मानपूर्वक अपना जीवन जी सकें। कानूनी संरक्षण और सामाजिक जागरूकता के समन्वय से ही वृद्धावस्था को सुरक्षित और सम्मानजनक बनाया जा सकता है।

## वृद्धजनों की समस्याओं के प्रमुख कारण

### 1. जनसांख्यिकीय परिवर्तन

वर्तमान युग में जनसांख्यिकीय परिवर्तन एक वैश्विक घटना के रूप में उभरा है, जिसका सबसे गहरा प्रभाव वृद्ध जनसंख्या पर पड़ रहा है। चिकित्सा विज्ञान के विकास, स्वास्थ्य सुविधाओं में सुधार और जीवनस्तर में वृद्धि के कारण जीवन प्रत्याशा में निरंतर वृद्धि हो रही है। लोग पहले की अपेक्षा अधिक लंबा जीवन जी रहे हैं। दूसरी ओर, परिवार नियोजन, शिक्षा के प्रसार और शहरीकरण के कारण जन्मदर में लगातार कमी आ रही है। इन दोनों प्रवृत्तियों के संयुक्त प्रभाव से समाज में वृद्ध जनसंख्या का अनुपात तेजी से बढ़ रहा है। यह जनसांख्यिकीय बदलाव न केवल परिवारों की संरचना को प्रभावित कर रहा है, बल्कि स्वास्थ्य सेवाओं, पेंशन प्रणाली, सामाजिक सुरक्षा और रोजगार बाजार पर भी इसका व्यापक प्रभाव पड़ रहा है। बढ़ती वृद्ध जनसंख्या की आवश्यकताओं को पूरा करना और उन्हें समाज की मुख्यधारा से जोड़े रखना आज के समय की एक महत्वपूर्ण चुनौती बन गई है, जिसके लिए सरकार और समाज दोनों स्तरों पर संवेदनशील नीतियों और ठोस प्रयासों की आवश्यकता है।

### 2. नगरीकरण और औद्योगीकरण

नगरीकरण और औद्योगीकरण की प्रक्रिया ने आधुनिक भारतीय समाज की संरचना को गहरे स्तर पर प्रभावित किया है, जिसका सबसे अधिक दुष्प्रभाव वृद्धजनों पर पड़ा है। तेजी से बढ़ते औद्योगीकरण और शहरों में रोजगार के असीमित अवसरों ने युवा पीढ़ी को आकर्षित किया है, जिसके कारण वे रोजगार और बेहतर

जीवन की तलाश में गाँवों और कस्बों को छोड़कर महानगरों की ओर पलायन कर जाते हैं। इस पलायन का सबसे दुखद परिणाम यह होता है कि ग्रामीण क्षेत्रों में बुजुर्ग माता-पिता अकेले रह जाते हैं, जहाँ न तो उनके पास परिवार का साथ होता है और न ही कोई उनकी देखभाल करने वाला। पारंपरिक संयुक्त परिवार व्यवस्था, जो वृद्धजनों को सुरक्षा और सम्मान प्रदान करती थी, नगरीकरण के कारण तेजी से टूट रही है। शहरों की व्यस्त जीवनशैली और छोटे परिवारों में युवा दम्पति अपने माता-पिता को साथ रखने में असमर्थ या अनिच्छुक हो जाते हैं। परिणामस्वरूप, वृद्धजन न केवल शारीरिक रूप से अकेले हो जाते हैं, बल्कि भावनात्मक रूप से भी उपेक्षा और अलगाव का शिकार होते हैं। यह स्थिति उनके मानसिक स्वास्थ्य पर गहरा प्रभाव डालती है और उन्हें अवसाद तथा असुरक्षा की भावना से घेर लेती है। नगरीकरण और औद्योगिकीकरण के इस असंतुलित विकास ने वृद्धजनों को एक नई चुनौती दी है, जिसके समाधान के लिए सामाजिक जागरूकता और संवेदनशील नीतियों की आवश्यकता है।

### 3. पारिवारिक संरचना में बदलाव

भारतीय समाज की पारंपरिक संयुक्त परिवार व्यवस्था, जो सदियों से वृद्धजनों के लिए सुरक्षा, सम्मान और भावनात्मक सहारे का सबसे मजबूत स्तंभ रही है, आधुनिकता की बयार में तेजी से बिखर रही है। संयुक्त परिवार के स्थान पर एकल परिवारों का प्रचलन बढ़ने से वह पारंपरिक सहारा कमजोर हुआ है, जहाँ दादा-दादी का अनुभव और युवाओं की ऊर्जा एक छत के नीचे साझा जीवन जीते थे। आज की पीढ़ी निजता और स्वतंत्रता को अधिक महत्व देती है, जिसके कारण वे माता-पिता से अलग रहना पसंद करते हैं। छोटे परिवारों में सीमित स्थान और दोनों पति-पत्नी के कामकाजी होने के कारण वृद्धजनों के लिए पर्याप्त समय और देखभाल नहीं बच पाती। इस बदलाव ने वृद्धजनों को न केवल शारीरिक रूप से अकेला कर दिया है, बल्कि भावनात्मक रूप से भी वे उस सुरक्षा कवच से वंचित हो गए हैं जो कभी संयुक्त परिवार की पहचान हुआ करती थी। परिणामस्वरूप, आज वृद्धजन अकेलेपन, उपेक्षा और असुरक्षा की भावना से जूझ रहे हैं, जो उनके जीवन की गुणवत्ता को गंभीर रूप से प्रभावित कर रहा है।

### भारत में वृद्धजनों की स्थिति

भारत में ग्रामीण और शहरी क्षेत्रों में वृद्धजनों की स्थिति भिन्न है। ग्रामीण क्षेत्रों में पारिवारिक समर्थन अपेक्षाकृत अधिक होता है, किंतु स्वास्थ्य सुविधाएँ सीमित होती हैं। शहरी क्षेत्रों में सुविधाएँ उपलब्ध हैं, परंतु सामाजिक अलगाव अधिक है।

महिलाओं की स्थिति और भी जटिल है, क्योंकि वे अधिक आयु तक जीवित रहती हैं और अक्सर आर्थिक रूप से निर्भर होती हैं। विधवा वृद्ध महिलाओं को सामाजिक और आर्थिक दोनों प्रकार की कठिनाइयों का सामना करना पड़ता है।

### निवारण के उपाय

#### 1. सामाजिक सुरक्षा का सुदृढीकरण

वृद्धजनों की बढ़ती जनसंख्या को देखते हुए सामाजिक सुरक्षा का सुदृढीकरण आज की सबसे महत्वपूर्ण आवश्यकता बन गई है, क्योंकि मौजूदा व्यवस्था उनकी बुनियादी जरूरतों को पूरा करने में अपर्याप्त साबित हो रही है। सरकार द्वारा संचालित पेंशन योजनाओं, जैसे इंदिरा गांधी राष्ट्रीय वृद्धावस्था पेंशन योजना, के तहत दी जाने वाली राशि बढ़ती महंगाई और बुनियादी आवश्यकताओं की पूर्ति के लिए बेहद कम है, जिससे वृद्धजन आर्थिक संकट से जूझने को मजबूर हैं। इसलिए न केवल पेंशन की राशि में उल्लेखनीय वृद्धि की जानी चाहिए, बल्कि इसका दायरा भी व्यापक बनाया जाना चाहिए ताकि असंगठित क्षेत्र के श्रमिक और ग्रामीण क्षेत्रों के वृद्ध भी इसके लाभ से वंचित न रहें। इसी प्रकार, स्वास्थ्य बीमा योजनाओं, विशेषकर आयुष्मान भारत जैसी योजनाओं का विस्तार कर वृद्धजनों को सुलभ और किफायती चिकित्सा सुविधा प्रदान की जानी चाहिए। अधिकांश वृद्ध पुरानी बीमारियों से ग्रसित होते हैं, जिनके नियमित उपचार और दवाइयों पर भारी खर्च आता है। ऐसे में व्यापक स्वास्थ्य बीमा कवरेज उन्हें आर्थिक बोझ से मुक्ति दिला सकता है और समय पर इलाज सुनिश्चित कर सकता है। पेंशन और स्वास्थ्य बीमा के अलावा, राशन सब्सिडी, यातायात में छूट और मनोरंजन की सुविधाएँ भी सामाजिक सुरक्षा का अभिन्न अंग हैं। एक मजबूत और संवेदनशील सामाजिक सुरक्षा तंत्र ही वृद्धजनों को सम्मानपूर्वक जीवन जीने का अधिकार दे सकता है और उन्हें समाज की मुख्यधारा से जोड़े रख सकता है।

## 2. परिवार की भूमिका

वृद्धजनों के सुखद, सम्मानजनक और संतोषप्रद जीवन में परिवार की भूमिका सबसे महत्वपूर्ण और अपरिहार्य है, क्योंकि परिवार ही वह पहला और सबसे विश्वसनीय संस्थान है जो उन्हें भावनात्मक सुरक्षा और अपनेपन का एहसास दिलाता है। आधुनिकता की दौड़ और बदलती जीवनशैली में यह आवश्यक है कि परिवार के सदस्य वृद्धजनों के प्रति विशेष रूप से संवेदनशील और उत्तरदायी बनें। केवल भौतिक आवश्यकताओं की पूर्ति ही पर्याप्त नहीं है, बल्कि उनके साथ नियमित पारिवारिक संवाद स्थापित करना अत्यंत आवश्यक है। जब बुजुर्ग परिवार के निर्णयों में शामिल किए जाते हैं, उनके अनुभवों और विचारों को धैर्यपूर्वक सुना जाता है और उनकी राय का सम्मान किया जाता है, तो उनके मन में आत्मसम्मान और आत्मीयता की भावना प्रबल होती है। छोटे-छोटे प्रयास, जैसे उनके साथ भोजन करना, उनकी पसंद की बातें करना, त्योहारों और समारोहों में उनकी सहभागिता सुनिश्चित करना, उन्हें यह एहसास दिलाता है कि वे परिवार का अभिन्न अंग हैं और उनकी उपस्थिति मूल्यवान है। इस प्रकार की पारिवारिक सहभागिता और सम्मान न केवल उनके मानसिक स्वास्थ्य को सुदृढ बनाती है, बल्कि उन्हें अकेलेपन, अवसाद और निरर्थकता की भावना से भी बचाती है। परिवार के इस संवेदनशील रवैये से वृद्धजन न केवल शारीरिक रूप से सुरक्षित महसूस करते हैं, बल्कि मानसिक संतुष्टि और आंतरिक शांति भी प्राप्त करते हैं, जो उनके जीवन की गुणवत्ता को सकारात्मक रूप से प्रभावित करता है।

## 3. सामुदायिक पहल

वृद्धजनों के जीवन को सहज, सुरक्षित और सार्थक बनाने में सामुदायिक पहल की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण है, क्योंकि परिवार के बाद समाज ही वह व्यापक इकाई है जो उन्हें अपनेपन का एहसास दिला सकती है।

स्थानीय स्तर पर वृद्धजनों के लिए डे-केयर सेंटर स्थापित किए जाने चाहिए, जहाँ दिनभर उनकी देखभाल, मनोरंजन और सामाजिक मेलजोल की व्यवस्था हो, विशेषकर उन वृद्धों के लिए जिनके परिवार के सदस्य दिनभर काम पर रहते हैं। इन केन्द्रों पर नियमित स्वास्थ्य शिविर लगाए जाने चाहिए, जहाँ रक्तचाप, मधुमेह आदि की निःशुल्क जाँच और विशेषज्ञ चिकित्सकों का परामर्श उपलब्ध हो, जिससे छोटी-मोटी बीमारियाँ गंभीर रूप न ले सकें। इसके अतिरिक्त, मोहल्लों और कॉलोनियों में वृद्धजनों के लिए मनोरंजन कार्यक्रम, सांस्कृतिक गतिविधियाँ, योग और ध्यान शिविर आयोजित किए जाने चाहिए, जो उनके मानसिक स्वास्थ्य को सकारात्मक बनाए रखें और उन्हें सक्रिय जीवन जीने की प्रेरणा दें। इस दिशा में स्वयंसेवी संस्थाओं और गैर-सरकारी संगठनों की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण हो सकती है, क्योंकि ये संस्थाएँ सरकारी योजनाओं और स्थानीय समुदाय के बीच सेतु का काम करते हुए अधिक संवेदनशीलता और प्रभावशीलता के साथ कार्य कर सकती हैं। ये संस्थाएँ वृद्धजनों को कानूनी सहायता, मनोवैज्ञानिक परामर्श और आपातकालीन सेवाएँ उपलब्ध कराने में भी सहायक हो सकती हैं। सामुदायिक पहल के इन प्रयासों से एक ऐसा वातावरण निर्मित होगा, जहाँ वृद्धजन स्वयं को अकेला और उपेक्षित न मानकर समाज के एक सक्रिय और सम्मानित सदस्य के रूप में जीवन जी सकेंगे।

#### 4. कानूनी जागरूकता

कानूनी जागरूकता वृद्धजनों के सशक्तिकरण का एक महत्वपूर्ण आधार है, क्योंकि अनेक बार वे अपने अधिकारों की जानकारी के अभाव में शोषण, उपेक्षा या संपत्ति संबंधी विवादों का सामना करते हैं। वृद्धजनों को यह जानकारी दी जानी चाहिए कि भारतीय कानून उन्हें सम्मानजनक जीवन, भरण-पोषण और सुरक्षा का अधिकार प्रदान करता है। उदाहरण के लिए, माता-पिता और वरिष्ठ नागरिक भरण-पोषण अधिनियम 2007 के अंतर्गत संतान या उत्तराधिकारी पर यह कानूनी दायित्व है कि वे अपने माता-पिता या वरिष्ठ नागरिकों की देखभाल और भरण-पोषण सुनिश्चित करें; अन्यथा वे दंडित हो सकते हैं। इसके अतिरिक्त विधिक सेवा प्राधिकरणों द्वारा निःशुल्क कानूनी सहायता, हेल्पलाइन सेवाएँ तथा पुलिस की वरिष्ठ नागरिक सुरक्षा योजनाएँ भी उपलब्ध हैं। यदि वृद्धजन अपने अधिकारों, शिकायत दर्ज कराने की प्रक्रिया और उपलब्ध संरक्षण तंत्र के बारे में जागरूक होंगे, तो वे आत्मविश्वास के साथ अन्याय का विरोध कर सकेंगे और सम्मानपूर्ण जीवन जी सकेंगे। इसलिए आवश्यक है कि सरकार, सामाजिक संस्थाएँ और परिवार मिलकर कानूनी साक्षरता शिविर, जागरूकता कार्यक्रम और परामर्श सेवाएँ आयोजित करें, जिससे वृद्धजनों को उनके अधिकारों का वास्तविक लाभ मिल सके।

#### 5. मानसिक स्वास्थ्य सेवाएँ

मानसिक स्वास्थ्य सेवाएँ वृद्धजनों के समग्र कल्याण के लिए अत्यंत आवश्यक हैं, क्योंकि वृद्धावस्था में अकेलापन, जीवनसाथी की मृत्यु, पारिवारिक दूरी, शारीरिक अक्षमता और सामाजिक उपेक्षा जैसी परिस्थितियाँ अवसाद, चिंता और निराशा को जन्म देती हैं। अनेक बुजुर्ग अपनी भावनाओं को व्यक्त नहीं कर पाते, जिससे उनकी मानसिक पीड़ा और बढ़ जाती है। इसलिए समुदाय स्तर पर काउंसलिंग केंद्र, डे-केयर केंद्र और मनोवैज्ञानिक सहायता सेवाएँ स्थापित की जानी चाहिए, जहाँ प्रशिक्षित विशेषज्ञ नियमित परामर्श, समूह-चर्चा

और भावनात्मक सहयोग प्रदान करें। भारत सरकार द्वारा संचालित राष्ट्रीय मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रम के अंतर्गत मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं को सुदृढ़ करने का प्रयास किया जा रहा है, किंतु इसकी पहुँच को और व्यापक बनाने की आवश्यकता है। साथ ही, हेल्पलाइन सेवाएँ, टेली-परामर्श, योग एवं ध्यान कार्यक्रम तथा सामुदायिक सहभागिता गतिविधियाँ भी मानसिक संतुलन बनाए रखने में सहायक हो सकती हैं। यदि वृद्धजनों को समय पर संवेदनशील और पेशेवर मानसिक स्वास्थ्य सहायता उपलब्ध कराई जाए, तो वे अवसाद और अकेलेपन से उबरकर अधिक आत्मविश्वास और संतुलन के साथ जीवन जी सकते हैं।

## निष्कर्ष

वृद्धावस्था जीवन का स्वाभाविक और सम्माननीय चरण है। यह केवल समस्याओं का समय नहीं, बल्कि अनुभव, ज्ञान और मार्गदर्शन का काल भी है। किंतु वर्तमान सामाजिक परिवर्तनों ने वृद्धजनों को अनेक चुनौतियों के बीच ला खड़ा किया है। स्वास्थ्य, आर्थिक, सामाजिक और मनोवैज्ञानिक समस्याओं का समाधान तभी संभव है जब परिवार, समाज और सरकार मिलकर कार्य करें। सामाजिक सुरक्षा का विस्तार, कानूनी संरक्षण की प्रभावी व्यवस्था, पारिवारिक संवेदनशीलता और सामुदायिक सहयोग से वृद्धजनों को सम्मानपूर्ण और सुरक्षित जीवन प्रदान किया जा सकता है।

अंततः यह स्मरण रखना चाहिए कि आज के युवा ही कल के वृद्ध हैं। यदि हम आज वृद्धजनों के प्रति संवेदनशील और उत्तरदायी होंगे, तो भविष्य में समाज अधिक मानवीय, संतुलित और न्यायपूर्ण बन सकेगा।

## सन्दर्भ सूची

- अग्रवाल, एस. पी. (2016). भारत में वृद्धजन कल्याण की नीतियाँ और कार्यक्रम. नई दिल्ली, रावत पब्लिकेशन्स।
- शर्मा, आर. के. (2018). वृद्धावस्था और सामाजिक परिवर्तन. जयपुर, पॉइंटर पब्लिशर्स।
- सिंह, योगेन्द्र (2015). भारतीय समाजरू संरचना और परिवर्तन. नई दिल्ली, रावत पब्लिकेशन्स।
- चौधरी, कमलेश (2017). वृद्धजनरू समस्याएँ और समाधान. नई दिल्ली, अटलांटिक पब्लिशर्स।
- भारत सरकार, सामाजिक न्याय एवं अधिकारिता मंत्रालय (2007). माता-पिता और वरिष्ठ नागरिक भरण-पोषण अधिनियम 2007. नई दिल्ली, भारत सरकार प्रकाशन विभाग।
- भारत सरकार, सामाजिक न्याय एवं अधिकारिता मंत्रालय (2011). राष्ट्रीय वृद्धजन नीति. नई दिल्ली, भारत सरकार।
- देसाई, ए. आर. (2014). भारतीय समाज और सामाजिक समस्याएँ. मुंबई, पॉपुलर प्रकाशन।
- राजन, एस. इरुदया (2019). भारत में जनसंख्या वृद्धावस्थारू प्रवृत्तियाँ और चुनौतियाँ. नई दिल्ली, सेज पब्लिकेशन्स।
- विश्व स्वास्थ्य संगठन (2015). वृद्धावस्था और स्वास्थ्य पर विश्व रिपोर्ट. नई दिल्ली, डब्ल्यूएचओ दक्षिण-पूर्व एशिया क्षेत्रीय कार्यालय।
- मदद, एम. एस. (2013). सामाजिक कार्य और वृद्धजन कल्याण. नई दिल्ली, इग्नू प्रकाशन।