



वरिष्ठ नागरिक—समस्याएं व अधिकार (Senior Citizens-Problems and Rights)

शर्मीन फात्मा

एम0ए0 नेट (समाजशास्त्र)

इलाहाबाद, उ0प्र0

शोध—सार

वृद्धजन सम्पूर्ण समाज के लिए अतीत के प्रतीक, अनुभवों के भण्डार तथा सभी की श्रद्धा के पात्र हैं। समाज में यदि उपयुक्त सम्मान मिलें और उनके अनुभवों का लाभ उठाया जाए तो वे हमारी प्रगति में विशेष भागीदारी भी कर सकते हैं। लेकिन आज का वृद्ध समाज अत्यधिक कुंठाग्रस्त है और सामान्यतः इस बात से ज्यादा दुःखी है कि जीवन का विशद अनुभव होने के बावजूद नई पीढ़ी पुरानी पीढ़ी को न तो वांछित मान-सम्मान देते हैं और न ही उनकी राय मानने को तैयार होते हैं। सामाजिक व्यवस्था में परिवर्तन के कारण वृद्धजनों को अपने परिवार के साथ समन्वय स्थापित करने में भी काफी कठिनाइयों का सामना करना पड़ रहा है। वे अपने आपको अकेला, असहाय, उपेक्षित व तिरस्कृत महसूस कर रहे हैं। वृद्धों को समाज में सही स्थान दिलाने उन पर हो रहे शोषण को रोकने तथा जागरूकता फैलाने के लिए प्रति वर्ष 1 अक्टूबर को अन्तर्राष्ट्रीय वृद्ध दिवस के रूप में मनाया जाता है। वृद्धों की रक्षा एवं स्वास्थ्य की सुरक्षा के लिए अनेक कानून एवं प्रावधान बनाए गए हैं फिर भी वृद्ध अपेक्षित हैं। कुकुरमुत्ते की तरह पनप रहे वृद्धाश्रम इसके प्रमाण हैं अतः आवश्यकता है संवेदनहीनता के इस दौर में वृद्धजनों की भावनाओं को समझने साथ देने व सहारा बनने की ताकि वह अपनी शेष जिन्दगी सम्मान से जियें और उनको अपना अधिकार भी मिले।

एक सभ्य समाज में बड़े-बुजुर्गों का सम्मान उसके उज्ज्वल और उन्नत भविष्य का संकेत है किन्तु बढ़ते भौतिकवाद, व्यक्तिवाद, घटते नैतिक मूल्य, शहरीकरण, आधुनिकीकरण, औद्योगिकीकरण, जनसंख्या वृद्धि, एकाकी परिवार, कामकाजी बहुएँ आदि के परिणामस्वरूप परम्परागत सामाजिक व्यवस्था में व्यापक परिवर्तन आया है। संयुक्त परिवार टूट कर एकल परिवार में बदल गए हैं। समूचे परिवार पर कवच की तरह से छाया रखने वाले वृद्धावस्था में अकेला, उपेक्षित, बहिष्कृत तथा कूटक्तियों से विध-विध कर जीने को विवश हो रहे हैं। वृद्धों के सम्मान में कमी हुई है। दिन-प्रतिदिन वृद्धाश्रमों की संख्या बढ़ती जा रही है और उनमें भी अधिकतर वे लोग हैं जिनकी संताने जीवित और सम्पन्न है।



पिछले पचास वर्षों में भारत की जनसंख्या लगभग तीन गुनी हो गई लेकिन बुजुर्गों की संख्या चार गुना से भी ज्यादा हो गई है। 2001 की जनगणना के अनुसार भारत में बुजुर्गों की संख्या सात करोड़ साठ लाख थी और 2011 की जनगणना के अनुसार यह दस करोड़ तीन लाख के पार कर गई। पिछले एक दशक में वयोवृद्ध लोगों की आबादी 39.3% की दर से बढ़ी है। बेहतर चिकित्सा सुविधाओं, देखभाल और उदारवादी परिवार नियोजन नीतियों से जीवन प्रत्याशा में वृद्धि हुई जिससे औसत आयु बढ़कर 70 से ज्यादा हो गई है परिणामस्वरूप देश में बुजुर्गों की संख्या सबसे तेजी से बढ़ी है। बुजुर्गों की बढ़ती हुई जनसंख्या देश में एक सामाजिक समस्या के रूप में उभरकर सामने आ रही है।

पारंपरिक समाजों में वृद्धों को विशेष सामाजिक स्थान प्राप्त था। वे आयु के अंतिम क्षणों तक सम्मान के साथ जीवन व्यतीत करते थे। परिवार की सत्ता उनके हाथ में होती थी। वे समूचे परिवार को एक डोर से बाँधे रखते थे और सभी अहम फैसले लेते थे। अपने अनुभवों से किशोर व युवा होते बच्चों का मार्गदर्शन करते थे। किन्तु उपभोक्तावादी संस्कृति के परिणामस्वरूप आज आपसी सम्बन्धों में निकटता, प्यार और सौहार्द की जगह औपचारिकता आ गयी है। संयुक्त परिवार विघटित होकर एकाकी परिवार में बदल रहे हैं। देशों की भौगोलिक दूरियाँ जितनी कम हो रही हैं रिश्ते भी उतने ही रस्मी होते जा रहे हैं। जिसका सबसे ज्यादा प्रभाव वृद्धों पर पड़ा है। परिवार में वृद्धों की स्थिति दयनीय होती जा रही है। उन्हें तरह-तरह से प्रताड़ित किया जाता है।

वृद्धावस्था एक स्वाभाविक जैविकीय प्रक्रिया है जिसमें शारीरिक अक्षमता की दशा प्रबल होती है। व्यक्ति स्वयं को अकेला, असहाय अनुपयोगी व उपेक्षित अनुभव करने लगता है। इसके अतिरिक्त वृद्धावस्था की विभिन्न समस्याएं भी होती हैं जो प्रायः शारीरिक, मानसिक, मनोसामाजिक, पारिवारिक, आर्थिक एवं समायोजन सम्बन्धी होती हैं। इस प्रकार बुढ़ापे की समस्या व्यक्तिगत समस्या के बजाए एक मानवीय समस्या है। इसके समाधान के लिए मानवीय दृष्टिकोण अपनाया जाना चाहिए, अंततः सभी को इस अवस्था से गुजरना है। वृद्धावस्था की प्रमुख समस्याएं संक्षेप में निम्न हैं—

वृद्धों की समस्याएँ—

1. **आर्थिक समस्याएँ—**
 1. पराश्रितता अनुभव करना।
 2. अपने हाथ में धन का न रहना
2. **पारिवारिक समस्याएँ—**
 1. संयुक्त परिवार का विघटन
 2. व्यक्तिगत स्वार्थ



3. कुसामंजस्य
4. परिवार में वृद्धों की अनदेखी करना
3. स्वास्थ्य एवं शारीरिक समस्याएँ—
 1. स्वास्थ्य में गिरावट/असहाय
 2. रोगग्रस्तता एवं उपचार
 3. गम्भीर रोग/बीमारियाँ
 4. पोषणीय समस्याएँ
4. मनोसामाजिक एवं पर्यावरणीय समस्याएँ—
 1. स्वयं को उपेक्षित अनुभव करना
 2. परिवार में महत्व कम हो जाना
 3. एकाकीपन अनुभव करना
 4. असुरक्षित अनुभव करना
5. सत्ता प्रभाव में अन्तः क्रियाएँ—
 1. सत्ता का हस्तान्तरण युवाओं के हाथ
 2. प्रभाव प्रताप में कमी की अनुभूति
 3. परिजनों द्वारा अन्तःक्रियाएँ कम करना
 4. पारिवारिक गतिविधियों से लगाव में कमी करना
6. समय व्यतीत करने एवं मनोरंजन सम्बन्धी समस्याएँ—
 1. समय व्यतीत करने की समस्या
 2. मनोरंजन के लिए चिन्तित रहना
 3. मनोरंजन के लिए उपेक्षित अनुभव करना
7. समायोजन सम्बन्धी समस्याएँ—
 1. परिजनों का सामंजस्य न कर पाना
 2. अलगाव/पृथक्कीकरण की अनुभूति।
 3. वृद्धाओं के अनुभवों का लाभ न लेना।
 4. विचार-विमर्श न करना/परामर्श न लेना



परम्परागत रूप से हर संस्कृति में वृद्धों की देखभाल परिवार की जिम्मेदारी मानी जाती है लेकिन सामाजिक परिवर्तनों के चलते अब यह राज्य एवं स्वशासी संघटनों की भी जिम्मेदारी बन चुकी है। आज के वैश्विक समाज में वृद्धों को अनुत्पादक, दूसरों पर आश्रित सामाजिक स्वतंत्रता से दूर अपने परिवार एवं आश्रितों से उपेक्षित एवं युवाओं पर भार की दृष्टि से देखा जाता है। जब तक हम वृद्धजनों की कीमत व उम्र की पीड़ा का एहसास नहीं करेंगे तब तक हमारी सारी योजनाएं व नीतियां बेमानी हैं।

वृद्धों ने हमारे लिए जो कुछ किया है उसके परिणामस्वरूप यह उनका अधिकार बनता है कि जब वह कमजोर हो जाएं तो परिवार में उन्हें महत्व दिया जाए और उनका सम्मान किया जाए। उनके अनुभवों से लाभ उठाया जाए और शिक्षा प्राप्त की जाय।

हमारे संविधान में वृद्धजनों को पूर्ण सुरक्षा प्रदान की गई है। वृद्धजनों का संवैधानिक एवं कानूनी अधिकार निम्न है:—

1. **संवैधानिक अधिकार:**— भारतीय संविधान के अनुच्छेद 24 की सूची 3 एवं धारा 6 में वृद्ध लोगों के अधिकारों की चर्चा की गई है। इसमें कार्य की दशाओं, भविष्य निधि, अशक्तता तथा वृद्धावस्था पेंशन की चर्चा की गई है। इसके अतिरिक्त राजसूची के मद संख्या 9 एवं समवर्ती सूची की मद संख्या 20, 23 एवं 24 में पेंशन, सामाजिक सुरक्षा तथा सामाजिक बीमा के अधिकार दिए गए हैं।

राज्य के नीति निर्देशक सिद्धान्त के अनुच्छेद 41 के अनुसार राज्य अपनी आर्थिक क्षमता एवं विकास की सीमाओं के भीतर वृद्धजनों के रोजगार, शिक्षा, बीमारी एवं विकलांगता की स्थिति में सार्वजनिक सहायता के अधिकार को सुरक्षित करेगा एवं इसके लिए कारगर प्रावधान बनायेगा।

2. **कानूनी अधिकार:**— माता-पिता की देखभाल करना हर व्यक्ति की नैतिक जिम्मेदारी है किन्तु विभिन्न सामाजिक व्यवस्थाओं ने इसके लिए अलग जिम्मेदारियाँ एवं कानून निर्धारित किए हैं।

i. **हिन्दू कानून:**—

साधन विहीन माता-पिता अपने भरण-पोषण के लिए साधन सम्पन्न बच्चों पर दावा प्रस्तुत कर सकते हैं। इस अधिकार को कानून आपराधिक प्रक्रिया संहिता 1973 की धारा 125(1)(डी) तथा हिन्दू दत्तक भरण



पोषण अधिनियम 1956 की धारा 20 (1 एवं 3) द्वारा मान्यता दी गई है। इस धारा से स्पष्ट है कि अभिभावकों के भरण पोषण की जिम्मेदारी पुत्रों के साथ-साथ पुत्रियों की भी है। महत्वपूर्ण बात यह है कि इस धारा के अन्तर्गत सिर्फ वे ही अभिभावक आते हैं जो भरण पोषण करने में आर्थिक रूप से असमर्थ हैं।

- ii. **मुस्लिम कानून:**— तैयबजी के अनुसार माता-पिता या दादा-दादी आर्थिक विपन्नताओं की स्थिति में हनफी नियम के अनुसार अपने पुत्र-पुत्रियों या नाती-नातियों से भरण-पोषण की मांग कर सकते हैं। ये अपने माता-पिता की सहायता व सेवा के लिए जिम्मेदार हैं।
- iii. **इसाई एवं पारसी कानून:**— इसाई एवं पारसीयों के अभिभावकों के भरण पोषण के लिए कोई व्यक्तिगत कानून नहीं है जो अभिभावक भरण पोषण चाहते हैं वो आपराधिक प्रक्रिया संहिता के तहत भरण पोषण की मांग अपने बच्चों से कर सकते हैं।

आपराधिक प्रक्रिया संहिता 1973 एक धर्म निरपेक्ष कानून है तथा ये सभी धर्मों एवं समुदायों पर लागू होता है। इस संहिता के तहत धारा 125(1) में प्रावधान है कि जो माता पिता अपने भरण पोषण में असमर्थ हैं यदि उनके पुत्र या पुत्रियाँ उनके भरण पोषण से इंकार करते हैं तो प्रथम श्रेणी मजिस्ट्रेट उस व्यक्ति को अपने माता-पिता के भरण पोषण के इंकार के प्रमाण के आधार पर मासिक भत्ता देने का आदेश दे सकता है।

अन्तर्राष्ट्रीय स्तर पर सर्वप्रथम संयुक्त राष्ट्र की महासभा में वृद्धजनों की समस्याओं पर अर्जेटीना में 1948 में चर्चा हुई थी। 16 दिसम्बर 1991 में संयुक्त राष्ट्र संघ की महासभा में प्रस्ताव पारित कर वृद्धजनों के हित में 18 सिद्धान्तों को अधिमान्य किया गया जिन्हें पाँच भागों में बांटा गया है—

- (1) स्वतंत्रता (2) भागीदारी (3) देखभाल (4) स्वपूर्णता (5) सम्मान।

संयुक्त राष्ट्र संघ में वर्ष 1999 में 1 अक्टूबर को अन्तर्राष्ट्रीय वृद्ध दिवस मनाने का संकल्प पारित किया गया है।

नीतियाँ / कार्यक्रम:—

- (1) **राष्ट्रीय वृद्धजन नीति 1999:**— भारत सरकार ने वृद्धजनों का कल्याण सुनिश्चित करने की प्रतिबद्धता को और पुष्ट करने के लिए जनवरी, 1999 में पहली राष्ट्रीय वृद्धजन नीति की घोषणा की थी। इस नीति में वृद्धजनों की वित्तीय एवं खाद्य सुरक्षा, स्वास्थ्य देखरेख, आवास तथा अन्य जरूरतें, विकास के बराबर की



हिस्सेदारी, दुर्व्यवहार एवं शोषण से सुरक्षा तथा उनके जीवन स्तर में सुधार लाने के लिए सेवाओं की उपलब्धता सुनिश्चित करने के लिए राज्य की सहायता पर बल दिया गया है।

- (2) **माता-पिता एवं वरिष्ठ नागरिकों का अनुरक्षण एवं कल्याण अधिनियम, 2007:**— माता-पिता एवं वरिष्ठ नागरिकों के लिए जरूरत आधारित अनुरक्षण तथा उनका कल्याण सुनिश्चित करने के लिए दिसम्बर, 2007 में माता-पिता एवं वरिष्ठ नागरिकों का अनुरक्षण एवं कल्याण अधिनियम 2007 बनाया गया। यह अधिनियम अन्य बातों के साथ, न्यायाधिकरणों के जरिए बाध्यकारी एवं न्यायोचित बनाकर बच्चों/रिश्तेदारों द्वारा माता-पिता/वरिष्ठ नागरिकों का अनुरक्षण, रिश्तेदारों द्वारा अनदेखी के मामले में वरिष्ठ नागरिकों द्वारा सम्पत्ति के अंतरण के निरसन, वरिष्ठ नागरिकों के परित्याग के लिए जुर्माने के प्रावधान तथा वरिष्ठ नागरिकों के जीवन एवं सम्पत्ति की सुरक्षा जैसा संरक्षण उपलब्ध कराता है।
- (3) **एकीकृत वृद्धजन कार्यक्रम:**— मंत्रालय 1992 से एकीकृत वृद्धजन कार्यक्रम नामक केन्द्रीय क्षेत्र की योजना कार्यान्वित कर रहा है। इस योजना का उद्देश्य वरिष्ठ नागरिकों की बुनियादी जरूरतें, विशेष रूप से आवास, भोजन एवं अभावग्रस्त वृद्धजनों की स्वास्थ्य देखरेख जैसी आवश्यकता पूरी करके उनके जीवन स्तर में सुधार करना है। इस योजना के तहत, वृद्धाश्रम, डे केयर केन्द्र और सचल चिकित्सा इकाई चलाने एवं उनके अनुरक्षण के लिए स्वयं सेवी संगठनों को परियोजना लागत की 90 प्रतिशत तक सहायता उपलब्ध कराई जाती है।
- (4) परिवार एवं समाज में माता-पिता और वरिष्ठ नागरिकों को गुणवत्तापूर्ण एवं सम्मानजनक जीवन सुनिश्चित करने के मकसद से 7 अगस्त 2016 को लोकसभा में माता-पिता और वरिष्ठ नागरिकों का भरण-पोषण तथा कल्याण अधिनियम 2007 में संशोधन करने वाला एक निजी विधेयक पेश किया गया। इस विधेयक के अन्तर्गत वरिष्ठ लोगों को भरण पोषण प्रदान करने के अलावा उनके लिए निजी और सार्वजनिक जीवन को गुणवत्ताप्रद, उत्पादक एवं सम्मानजनक बनाना सुनिश्चित करना, धोखाधड़ी के मामलों, छल और अन्य दावों से सम्बन्धित शिकायतों के शीघ्र निपटारा करने के लिए भरण पोषण अधिकरण का दायरा बढ़ाना व सभी सुविधाओं के शुल्क में रियायत प्रदान करने की बात कही गई है।

संक्षेप में वरिष्ठ नागरिकों के अधिकार:—



- साठ वर्ष से ऊपर प्रत्येक नागरिक को वरिष्ठ नागरिक का दर्जा प्राप्त है और वे सरकारी सुविधाओं के हकदार हैं।
- बैंकों द्वारा सावधि जमा पर वरिष्ठ नागरिकों को सामान्य ब्याज दर से आधा प्रतिशत ज्यादा ब्याज दिया जाता है।
- वरिष्ठ नागरिकों को रेलवे के किराये में 40% छूट दी जाती है। महिला वरिष्ठ नागरिकों के लिए यह छूट 50% है। रेलवे के अनुसार वरिष्ठ नागरिक वह महिला है जिसकी आयु 58 वर्ष हो चुकी है।
- गरीबी रेखा से नीचे जीवनयापन कर रहे प्रत्येक वरिष्ठ नागरिक जो अस्सी वर्ष की आयु पूरी कर चुके हैं उन्हें प्रतिमाह सरकार द्वारा पेंशन दी जाती है।
- आयकर विभाग के नियम में बदलाव कर अब वरिष्ठ नागरिकों की आयु सीमा घटाकर साठ वर्ष कर दी गयी है। अतः सभी वरिष्ठ नागरिक आयकर छूट का लाभ ले सकते हैं। उन्हें आयकर की धारा 88D 88B, तथा 88DDB के अन्तर्गत छूट का प्रावधान है। वर्तमान में वरिष्ठ नागरिक को अपनी तीन लाख रुपये तक की वार्षिक आय पर कोई आयकर देय नहीं है। अति वरिष्ठ नागरिक (सुपर सीनियर सिटीजन) जिनकी आयु 80 वर्ष हो चुकी है, उनकी पाँच लाख रुपये तक की वार्षिक आय पर कोई आयकर नहीं है।
- अक्षम वरिष्ठ नागरिकों की शारीरिक सहायता एवं आर्थिक आवश्यकताओं की पूर्ति की जिम्मेदारी उनकी संतान (बेटा हो या बेटी और पोता पोती) पर डाली गयी है। जिम्मेदारी न निभाने वाली संतान को दंड का प्रावधान रखा गया है। अतः माता पिता भरण-पोषण बिल 2007 की धारा 4(1) के अन्तर्गत कानूनी सहायता ले सकते हैं।
- भारत सरकार द्वारा जनवरी 13, 1999 में बनायी गयी राष्ट्रीय नीति के अनुसार सभी एयर लाइन्स में वरिष्ठ नागरिकों के लिए 50% तक की छूट देने की व्यवस्था रखी गयी है।
- बैंकों ने वरिष्ठ नागरिकों की आर्थिक आवश्यकताओं की पूर्ति के लिए जो वरिष्ठ नागरिक अपने भवन के मालिक हैं और भरण पोषण के लिए मासिक आय का विकल्प ढूँढ रहे हैं, उनके लिए पन्द्रह वर्षीय रिवर्स मोर्टगेज योजना चलायी गयी है। इस योजना के अन्तर्गत गिरवी रखे गए भवन में बुर्जुगों को रहने का अधिकार भी जीवन पर्यन्त होगा और बैंक से निर्धारित राशि कर्ज के रूप में मासिक या वार्षिक किश्तों में प्राप्त होती रहेगी। यदि पन्द्रह वर्षीय योजना के दौरान भवन मालिक की मृत्यु हो जाती है तो बैंक भवन को नीलाम कर बकाया यानि कुल कर्ज और उस पर ब्याज सहित वसूल कर लेगा, शेष राशि उसके



उत्तराधिकारियों को दे देगा। यदि उत्तराधिकारी बैंक के सभी बकाये को स्वयं चुका देता है तो भवन को नीलाम न कर उत्तराधिकारी को सौंप दिया जायेगा।

- भारत सरकार ने परिवार से विरक्त बुर्जुगों के निवास के लिए प्रत्येक शहर में कम से कम एक वृद्धाश्रम बनाने की स्वीकृति दे दी है।
- सरकारी बसों में कुछ सीटें वरिष्ठ नागरिकों के बैठने के लिए आरक्षित रखी जाती हैं, ताकि सीटों के अभाव में बुर्जुगों को खड़े होकर यात्रा करने पर मजबूर न होना पड़े।
- सभी पब्लिक काउन्टरों पर महिलाओं की भाँति वरिष्ठ नागरिकों के लिए अलग लाइन काउन्टर की व्यवस्था की जाती है।
- भारतीय जीवन बीमा निगम द्वारा जीवन धारा योजना, जीवन अक्षय योजना, सीनियर सिटीजन यूनिट योजना, मेडिकल इंश्योरेंस योजना जैसी अनेकों योजनायें बुर्जुगों के हितों का ध्यान रखते हुए चलायी जा रही हैं।
- भूतपूर्व प्रधानमंत्री श्री अटल बिहारी वाजपेयी ने बुर्जुगों के लिए अन्नपूर्णा योजना बनायी थी। जिसके अन्तर्गत प्रतिमाह दस किलो अनाज मुफ्त देने का प्रावधान किया गया।
- जो बुर्जुग समय रहते अपने उत्तराधिकारी अथवा रिश्तेदार को उपहार स्वरूप या फिर उनका हक मानते हुए अपनी संपत्ति उन्हें स्थानान्तरित कर देते हैं परन्तु बाद में अपने भरण-पोषण एवं स्वास्थ्य सम्बन्धी आवश्यकताओं के लिए धन पाने में असफल रहते हैं तो वे ट्रिब्यूनल में अपील कर अपनी जायदाद वापस ले सकते हैं और सम्पत्ति हस्तान्तरण रद्द करवा सकते हैं।

वृद्धजनों द्वारा सामाजिक, आर्थिक, सांस्कृतिक एवं सभी क्षेत्रों में किये गये योगदान के लिए यद्यपि समाज इनका ऋणी है परन्तु बदलते सामाजिक, पारिवारिक मूल्यों के कारण इनके योगदान को एक सिरे से खारिज कर जीवन के अन्तिम पड़ाव पर अकेले ही जीने के लिए विवश कर दिया जाना गलत है जिससे उनके ज्ञान व अनुभव का लाभ नई पीढ़ी नहीं उठा पाती। हमारे बुर्जुगों में से ही कोई कलाकार है तो कोई अर्थशास्त्री, चिकित्सक, अभियन्ता, वैज्ञानिक या किसान आदि। इन सबके अनुभवों का लाभ उठाने के लिए इनका आदर-सम्मान करना जरूरी है। इसके लिए नई सोच, नई कल्पना, नवीन संस्थाओं का सृजन एवं पोषण करना होगा, क्योंकि आज का प्रौढ़ ही कल का वृद्ध होगा। उसे अपने भविष्य के बारे में सोचना होगा। शारीरिक अस्वस्थता, परिवार के अन्य सदस्यों में वृद्धों के प्रति उपेक्षा व उससे जन्मी समस्याओं का निदान वृद्धों तथा परिवार के सदस्यों दोनों को खोजना होगा। इसके अतिरिक्त स्नेह, सम्मान और सुरक्षा पाने के लिए उन्हें अपने



Research Ambition

ISSN: 2456-0146

An International Multidisciplinary e-Journal

(Peer Reviewed, Open Access & Indexed)

Web: www.researchambition.com, Email: publish2017@gmail.com

Vol. 1, Issue-III

Nov. 2016

Impact Factor: 3.071 (IIJIF)

को इसके उपयुक्त बनाना होगा। खुशहाल व स्वस्थ जीवन बिताने के लिए वह आत्मनिर्भर रहना सीखें, दूसरों के साथ मित्रवत व्यवहार करें, परिवार या समाज के प्रति मन में दुर्व्यवहार न लाएँ। क्रोध को पास न आने दें, आहर-विहार में संतुलन और बुढ़ापे को भार समझकर न जिए। निरन्तर व्यस्त रहते हुए अपने परिवार का आदर्श बनते हुए तनाव रहित रहें। इसके अतिरिक्त सरकार को ऐसी नीतियां व योजनाएं चलानी होंगी जो वृद्धों में नकारात्मक स्थिति उत्पन्न न होने दें उनमें रचनात्मकता का सृजन करने वाली हों। तभी वे देश के विकास को एक नई दिशा व दशा प्रदान कर सकेंगे।

सन्दर्भ

1. डॉ० सुभाष चन्द्र गुप्ता व डॉ० कंचनलता शर्मा: वृद्ध महिलाओं की उपेक्षा, शोषण एवं समस्याएं, अर्जुन पब्लिशिंग हाउस, दरियागंज नई दिल्ली वर्ष 2009, पृ० 1, 111-112।
2. डॉ० बृन्दा सिंह: वृद्धावस्था जीवन की एक सांध्यबेला, गीतांजलि प्रकाशन, जयपुर वर्ष 2009 पृ० 99, 178।
3. ऋषभदेव शर्मा: चंद्रमौलेश्वर प्रसाद: वृद्धावस्था विमर्श, परिलेश प्रकाशन, नजीबाबाद, 2016।
4. <http://www.internationalnewsandviews.com>, 1 अक्टूबर, 2014
- 5- <http://humsamvet.org.in/07june2010>
6. <http://m.haribhoomi.com>, 9 Oct, 2016
7. <http://www.hindikunj.com/2016>
8. meresampadaky.blogspot.in 21 April, 2015
9. http://archive.india.gov.in/hindi/citizen/senior_citizen.php
10. <http://seniorcitizens>, 3 May, 2015.
11. <http://navbharattimes.india>, 7 August, 2016