

વૃદ્ધોનો આદર-એ જ યુવાપેઢીની શોભા

--વલ્લભભાઈ ઈટાલીયા

-સુરત

શરીર અને સમય બન્ને વફાદારીપુર્વક પોતાનો ધર્મ પાળે છે. બાલ્યાવસ્થા સમય જતાં વૃદ્ધાવસ્થાને આંબે એ કુદરતનો કાનુન છે. કોઈ કુટુંબ કેટલું સંસ્કારી છે, એ જાણવા એ કુટુંબનાં બાળકો કેટલું હેત અને વૃદ્ધો કેટલો આદર પામે છે તે જાણી લેવું. આપણા સમાજમાં વૃદ્ધોની કેટલી કાળજી લેવાય છે એના પર આજની યુવાપેઢીની ખાનદાની નીભર છે.

જે ઘરમાં વૃદ્ધોને અશાંતી હોય એ ઘરમાં શાંતી હોવાની સંભાવના નહીંવત હોવાની. કેટલાંક ઘરો પર “માતૃકૃપા” કે “પીતૃકૃપા” લખેલું તો હોય; પરંતુ એ ઘરનાં વૃદ્ધોને મળીએ ત્યારે ખબર પડે કે માતા અને પિતા તો સંતાનોની કૃપા ઉપર જીવી રહ્યાં છે! ઘડપણમાં ગમતું નથી અને સમય કેમ કાઢવો? આવા સમયના ખાલીપાને પુરવાની સમસ્યા પાયાની બની જાય છે. આવા સમયે વૃદ્ધો પરીવારજનોનાં કેવળ સ્નેહ અને હુંફ ઝંખે. કેટલીક વાર તો મનગમતો ખોરાક ન મળે ત્યારે પણ વૃદ્ધોની હતાશા વધી જાય છે. કેટલીક વાતો ખુબ નાની હોય; પરંતુ વૃદ્ધોની સમસ્યા ઉકેલવા પુરતી હોય છે.

બાળપણ મળ્યું એટલે માણસને ઘડપણ મળે એવી પુરી સંભાવના રહેલી છે. માણસે વૃદ્ધાવસ્થાની તૈયારી યુવાવસ્થા કે પ્રૌઢાવસ્થાથી કરવી જોઈએ. વૃદ્ધોએ પોતાના નીર્વાહ પુરતી બચત પુર્વાવસ્થામાં જ કરી રાખવી જોઈએ. ખાવા-પીવા, રહેવા-પહેરવાની વ્યવસ્થા થાય એટલી બચત હોય તો પોતાનો બોજો સંતાનો પર ન આવી પડે. ધ્યાનમાં રાખજો, સંતાનો તથા વૃદ્ધોનું જીવન ઝઘડાખોર અથવા કડવું બનાવી દેનારું સૌથી પ્રથમ અને સૌથી મજબૂત કારણ ‘આર્થિક બોજ’ છે. વૃદ્ધાવસ્થામાં આર્થિક વ્યવસ્થા વગર જીવવું એ ઘણીવાર બોખા મોઢે યણા ચાવવા જેવું કઠીન બની જાય છે.

શરીરથી યુવાન લાગતો માણસ પણ મનથી માંદો અને વૃદ્ધ હોઈ શકે અને શરીરથી વૃદ્ધ થયેલો માણસ પણ મનથી યુવાન અને તંદુરસ્ત હોઈ શકે. શરીરથી ઘરડો થયેલો માણસ આનંદમાં રહી શકે; મનથી ઘરડો થયેલો નહીં. બુઢાપામાં માણસ પોતાના મન અને વૃત્તીઓ પર કાબુ રાખી શકે, સંયમ અને આત્મનીયંત્રણ જાળવી શકે તો સુખી થવાનું બહુ અઘરું નથી. 5૫ વર્ષ વટાવી ચુકેલા ઘણા યુવાન વૃદ્ધોને હું નીકટથી જાણું છું. અન્યને ઉપયોગી બની જીવન જીવવાના નીતનવા ઉમળકાથી છલકાતા યુવાન વૃદ્ધો! દેહધર્મને વફાદારીપુર્વક પાળવામાં આવે તો વૃદ્ધત્વમાં પણ યુવાનીનો એહસાસ જળવાઈ રહેવો અશક્ય નથી. શારીરિક પક્ષાઘાત કરતાં માનસીક પક્ષાઘાત માણસ માટે ઓછો હાનીકર્તા નથી હોતો.

મીત્રો, આપણે પથ્થરની પુજા ભલે કરીએ; પરંતુ આપણા ઘરના પાયાનો પથ્થર તો છે-વૃદ્ધ. ઘરડાં માબાપને તરછોડી, ઈધરને પામવા મથતો માણસ, પરમાત્માને પામે એ વાતમાં માલ નથી. દરેક સાસુ-સસરા પોતાની પુત્રવધુને દીકરી સમજીને વ્યવહાર કરે અને દરેક વહુ તેનાં સાસુ-સસરાને માતા-પિતા માને તો ઝઘડાને કેટલો અવકાશ બચે?

વણમાગી સલાહ આપ્યા કરવાની વૃદ્ધોની કુટેવને કારણે યુવાપેઢીને ઝડપથી અરુચી અને અપચો થાય છે. માણસ જ્યાં સુધી કુટુંબના ઉપયોગમાં આવે છે ત્યાં સુધી જ તેના હુકમનો અમલ થાય છે; પછી વીસ્ફોટ થાય છે! આપણી વાતો સામેના માણસને ક્યારે કંટાળો આપે છે એ સવાલનો જવાબ વૃદ્ધોને શોધતાં આવડી જાય, તો ઘણી સમસ્યાઓ ઉકલી જાય. વૃદ્ધોએ યુવાનો માગે તો જ અને તે બાબતે જ સલાહ આપવા જેટલી કરકસરની ટેવ પાડવા જેવી છે. કુટુંબના સભ્યોને સલાહની જરૂર પડે ત્યારે હોંશેહોંશે દોડતાં ભલે આવે. એટલા વીલંબથી આપેલી સલાહ કદી કોઈને કંઠે ખરી? વૃદ્ધોએ જાણી રાખવા જેવું છે કે, થોડા જ વખતમાં તેઓ તો કાયમી વીદ્યાય લઈ જ લેવાના છે અને તે પછીય સંતાનોનું જીવન તો તેમની શક્તી, સમજ તથા સામર્થ્ય અનુસાર ચાલવાનું જ છે. પછી એ બાબતે વૃદ્ધોએ જીવતાં જ અનાસક્તી કેળવવી એ હણપણભર્યો માર્ગ છે.

માણસ ઘરડો થાય એટલે માથાના વાળ રેશમ જેવા ઘોળા થઈ જાય, ચામડી સાંઢીયાના હોઠની જેમ લબડી પડે, ચહેરા પર ચોળાઈ ગયેલા કાગળની જેમ ઠેકઠેકાણે કરચલીઓ પડી જાય, દાંત મોઢામાંથી ફરવા નીકળી જાય, પગ ડગલાં માંડે ત્યાં ઘડ પડુંપડું થાય, આંખો જાડા કાચના ડાબલાની આરપાર માંડ થોડું ભાળે, શરીરનાં બધાં અંગો એકપછી એક કમજોર થવા માંડે; પણ જીભ એવી માયા કે, એ ઘડપણમાં વધારે જોર પકડે! જે માણસ ઘડપણમાં પોતાની જીભને કાબુમાં રાખી શકે છે, એ 90 ટકા સંજોગોને પોતાના કાબુમાં રાખી શકે છે. જે વૃદ્ધો ક્યારે બોલવું, કેટલું બોલવું, શું બોલવું અને કેવી રીતે બોલવું આટલું ન જાણી રાખે, તેને દુખી થવાનો અધીકાર છે. મારો દીકરો થોડોક

સમજણો થાય એટલે કહી રાખવું છે કે, હું ઘડપણમાં બહુ ફેંકાફેંક કરું કે, મેં તો યુવાનીમાં આમ કરેલું ને તેમ કરેલું-એવી ડંફાસો મારું તો મને મારો આ લેખ એકવાર સામે જરૂર ધરજે..

(૨)

સમય મળે ત્યારે યુવાનોએ વૃદ્ધ વડીલ પાસે જઈ બેસવું અને તેમને અનુકુળ હોય તેવી વાતો કરવી, તો વૃદ્ધને પારાવાર માનસીક પ્રસન્નતા પ્રાપ્ત થાય. વૃદ્ધો પ્રત્યે આદર, સ્નેહ અને ઉષ્માભર્યો વર્તવ રાખવો એ યુવા પેઢીની જવાબદારી જ નહીં; ધર્મ પણ છે. શક્ય હોય ત્યાં સુધી ઘરડાં દાદા-દાદીનો એક રુમ અલાયદો રહેવો જોઈએ. વૃદ્ધોને પણ નરવી અંગતતા જઈએ. અંગતતા એક અત્યંત જરૂરી અને એટલી જ પવીત્ર ચીજ છે. વૃદ્ધ દાદા-દાદી એક ઓરડીમાં સાથે ન સુઈ શકે એવા વીચારો સોળમી સદીમાં શોભે; એકવીસમી સદીમાં નહીં!

પાછલી ઉંમરે માણસ ઘરભંગ થાય, વીધુર કે વીધવા બને ત્યારે તેના જીવનમાં ખાલીપો વધારે વીકરાળ બની જાય છે. તોફાનગસ્ત દરીયામાં નાવીક વગરની નાવ ફંગોળાતી રહે તેમ, જીવનસાથી વગરની વૃદ્ધની જીવન સંસારમાં ફંગોળાતી રહે છે. અચાનક આવી પડેલી એકલતા અસહ્ય લાગવા માંડે છે. માણસે માત્ર સાથે જીવવાની જ નહીં; એકલા જીવવાની પણ માનસીક તૈયારી કરી રાખવી જોઈએ.

જીવનમાં મોટા ભાગની સમસ્યાઓનું મુળ હોય છે-અપેક્ષા. મને ગણો, મને પુછીને જ બધું કરો, મને મહત્ત્વ આપો, મારી સાથે ચર્ચા-વીચારણા કરીને જ સઘળાં વ્યાવહારીક કાર્યો કરો-વૃદ્ધોની આવી જીદ અને અધીકારવૃત્તી કેટલીકવાર ઘરમાં ઝઘડાનાં મુળ રોપે છે. જીવનમાંથી દુખનાં મુળીયાં ઉખેડી નાખવાં હોય તો પહેલાં અપેક્ષાનાં મુળીયાં ઉખેડી નાખવાં પડે. અપેક્ષાઓના સ્થાને સ્વજનો પ્રત્યે કેવળ નીવ્યાજ સ્નેહ અને સાચકલો પ્રેમ પ્રગટે તો સુખી થવાનું અઘરું નથી. માણસ વધેલા નખ કાપે છે એમ, વધેલી અપેક્ષાઓને પણ કાપતા રહેવું જોઈએ!

વૃદ્ધોએ પોતાની એકલતા દુર કરવા સમાન વયસ્કોની સોબત(કંપની) બનાવી લેવી એ બહેતર માર્ગ છે. આ ભાગદોડના યુગમાં સંતાનો પાસેથી સોબત માટે સમય માગવો એ વૃદ્ધો પાસેથી ખોરાકી માગવા જેવું છે!

સમવયસ્કો સાથે દોસ્તી-સોબત વધારવા ઉપરાંત વૃદ્ધોએ મનપસંદ એવા રસો પણ કેળવી લેવા જોઈએ: ખાસ કરીને વાચન, સંગીત-ભજન, જેવા શોખ. શાકભાજી લાવવાં-ફેલવાં-છોલવાં જેવું ઘરનું અમુક હળવું કામ વડીલો કરે તો વૃદ્ધનો સમય પસાર થાય અને એને ઘરમાં પોતાની ઉપયોગીતા વરતાય. ડોસીમા તો ઘણાં ઘરકામમાં જોડાઈ શકે, પણ પ્રશ્ન ડોસાજીનો છે! વડીલો-વૃદ્ધો માટે ઉત્તમોત્તમ કામ તો બાળકોને રમાડવાનું હોય. માતાથી માંડીને શીક્ષક સુધીની ભુમીકા અદા કરવી એ 'અદા' માટે અઘરી વાત નથી. લાડકાં બાળકો અને વત્સલ-પ્રેમાળ દાદા-દાદી એ સંસારનું એક માણવા લાયક દૃશ્ય છે.

બુઢાપામાં ઘરમાં કોઈ સંભાળ ન રાખે, સ્વભાવથી સ્વજનો સાથે મેળ ન બેસે ત્યારે કેટલાક વૃદ્ધજનોને ઘરડાઘરનું શરણું શોધવું પડે છે. જીવનભરના પરીશ્રમથી જે ઘરનો માળો બાંધ્યો હોય એવા દીર્ઘપરીચીત ઘરને પળવારમાં ત્યજી વૃદ્ધાશ્રમમાં જતાં વૃદ્ધોને કેટલી વેદના થતી હશે? હું વૃદ્ધ ન હોવા છતાં માત્ર કલ્પનાથી વૃદ્ધની વેદના સમજી શકું છું. દીકરી ઘર છોડે અને દીકરો તરછોડે ત્યારે દુનીયામાં કોઈ બાપનું હૈયું નીચોવાયા વીના અને આંખો ભીંજાયા વીના રહી શકે? મીત્રો, રાજા હોય કે રંક, સૌથી વધારે સુખી તો એ છે, જે પોતાના ઘરમાં શાંતી મેળવી શકે.

ભારતમાં આઠેક કરોડ જેટલા વૃદ્ધો હયાત હોવાનો અંદાજ છે. આટલી મોટી સંખ્યામાં જીવી રહેલાં વૃદ્ધો યુવાપેઢી તરફથી આદર પામતાં થાય તો દેશનો ખુબ મોટો વૃદ્ધસમાજ તેમના જીવનનું અંતીમપર્વ, ઉત્તરાવસ્થા આનંદપુર્વક ગાળી શકે. એને માટે બન્ને પક્ષે બાંધછોડ કરવી જરૂરી છે. બાંધછોડ વગરનો માણસ એટલે બેક વગરનો ખટારો!

--વલ્લભભાઈ ઈટાલીયા

-સુરત

સુરતના દૈનિક 'લોકસમર્થન'ના તા.3 જુલાઈ 2003ના અંકમાંથી સહેજસાજ ટુંકાવીને, 'ઉગાજોડણી' અને 'વીજયા-કલાપી' ફેન્ટમાં, 'સન્ને મહેફીલ' તા. 1 જાન્યુઆરી 2006 માટે સાભાર પુનર્લેખન : uttamgajjar@hotmail.com