International Journal for Multidisciplinary Research (IJFMR)
E-ISSN: 2582-2160 ● Website: www.ijfmr.com ● Email: editor@ijfmr.com

हिमाचल में बुजुर्ग विधवाओं की आर्थिक समस्याएं- एक अनुभवजन्य अध्ययन

Ms. Manorama Devi

Research scholal, Sociology, Career Point University, Kota Rajasthan

भूमिका

मानव जीवन की अवधि को औसतन सौ वर्षों के रूप में भारतीय पारंपरिक संस्कृति में माना जाता है। प्राचीन धर्मशास्त्र ने मानव जीवन की अवधि को चार आश्रमों में विभाजित किया था। पहला ब्रह्मचर्य, दूसरा गृहस्थ, तीसरा वानप्रस्थ और चैथा संन्यास या तपस्विता । अंतिम दो चरणों को परिध्पक्व और वृद्धावस्था के रूप में माना जाता था, जिसमें व्यक्ति धीरे-धीरे अपने सांसारिक कर्तव्यों को त्यागकर, गृहस्थ जीवन के सामान्य दिनचर्या से दूर होकर, आत्मिक विकास की ओर अग्रसर होता था।[1] Nagar, D.,& Chauhan, R.(2023) प्राचीन भारतीय समाज में वृद्ध महिलाओं, विशेष रूप से विधवाओं, की स्थिति और उनके जीवन के प्रति दृष्टिकोण में महत्वपूर्ण परिवर्तन देखे गए थे। पारंपरिक रूप से, भारतीय समाज में महिलाओं को परिवार के भीतर एक केंद्रीय भूमिका दी जाती थी, लेकिन विधवा बनने के बाद उनकी आर्थिक स्थिति अक्सर प्रभावित होती थी। वानप्रस्थ और संन्यास के अवधारणाएं विशेष रूप से वृद्धावस्था के लिए थीं, जहां व्यक्ति अपने सांसारिक कर्तव्यों से दूर होकर आत्मिक साधना में संलग्न हो जाता था। विधवा महिलाएं इस चरण में अधिकतर एकांत जीवन जीती थीं और समाज में उनके योगदान की भूमिका सीमित हो जाती थी। वृद्ध महिलाओं की खराब स्वास्थ्य और स्वास्थ्य सेवाओं तक सीमित पहुंच के बावजूद, महिलाएं पुरुषों से अधिक जीवन जीने की प्रवृत्ति रखती हैं, और इसलिए, वे विधवापन का सामना करने की अधिक संभावना रखती हैं। भारत में महिलाओं की औसत जीवन प्रत्याशा 73.6 वर्ष है, जबकि पुरुषों की यह दर 70.5 वर्ष है। 60 वर्ष से अधिक आयु की लगभग 30 प्रतिशत महिलाएं विधवा हैं, जबकि इसी आयु वर्ग में विधुर पुरुषों की संख्या महज 10 प्रतिशत है। [2] विवेक मिश्रा (2023) दुनिया भर में, विधवापन एक वास्तविकता बन चुकी है जो बढ़ती संख्या में बुजुर्ग महिलाओं का सामना करती है। 65 वर्ष और उससे ऊपर की आयु की महिलाओं का एक प्रतिशत विधवा होती हैं। जब एक बुजुर्ग महिला विधवा होती है, तो विधवापन का कलंक उम्र बढ़ने की कठिनाइयों में जुड़कर उसकी परेशानियों को और बढ़ा देता है।[3] ऑब्जर्वर रिसर्च फाउंडेशन. (2024) महिलाएं पति के खोने के कारण अपने सामाजिक दर्जे में गिरावट का अनुभव करती हैं। जब एक महिला विधवा होती है, तो उसकी आर्थिक स्थिति नाटकीय रूप से बिगड़ जाती है। इसका एक कारण यह है कि अधिकांश मृतक पति पहले काम करते थे और महिलाएं केवल गृहिणियां होती थीं । इसके परिणामस्वरूप, जो आय दंपति के बीच साझा की जाती थी, वह अचानक रुक जाती है। वृद्ध जनसंख्या के विश्लेषण से पता चलता है कि उच्च आयु समूहों में वृद्ध महिलाओं की संख्या में उल्लेखनीय वृद्धि हो रही है। आयु 65, 70, 75 और 80 वर्ष पर, प्रति 1000 वृद्ध पुरुषों के लिए वृद्ध महिलाओं की संख्या क्रमशः 1,310,1,590, 1,758, और 1,980 है । वृद्ध जनसंख्या का लिंग अनुपात 1971 में 1000 पुरुषों पर 938 महिलाओं से बढ़कर 2011 में 1,033 हो गया और 2026 तक 1,060 तक बढ़ने का अनुमान है।[4] (WHO) (2021) वृद्धावस्था में यह अक्सर विधवापन और दूसरों पर पूरी तरह निर्भरता के कारण और भी जीवन चुनौतीपूर्ण हो जाता है। वृद्धावस्था में जीवनसाथी की हानि बाद के वर्षों में विशेष रूप से महिलाओं के लिए महत्वपूर्ण संवेदनशीलता जोड़ती है। लगभग तीन में से पांच एकल वृद्ध महिलाएं बहुत गरीब हैं और उनमें से लगभग

दो-तिहाई पूरी तरह से आर्थिक रूप से दूसरों पर निर्भर हैं।[5] **Dhar, M.** 2024 वृद्ध महिलाओं की आर्थिक समस्याएँ समाज और संस्कृति की जटिलताओं से जुड़ी होती हैं। इन समस्याओं की विवेचना करते समय हम विभिन्न सामाजिक, आर्थिक और सांस्कृतिक तत्वों को समझ सकते हैं, जो वृद्ध महिलाओं की स्थिति को प्रभावित करते हैं। वृद्धावस्था में महिलाओं के लिए आय का मुख्य स्रोत उनकी पेंशन, परिवार से मिलने वाली सहायता, या किसी तरह की सामाजिक सुरक्षा होती है। लेकिन, भारत में वृद्ध महिलाओं के लिए पेंशन और अन्य सामाजिक सुरक्षा योजनाओं की कमी है। संयुक्त राष्ट्र की रिपोर्ट **UN Women** (2020)के अनुसार, वृद्ध महिलाओं के लिए पेंशन प्राप्त करने की दर पुरुषों की तुलना में काफी कम है, जो उनकी आय के स्रोतों को सीमित करता है। कई महिलाएँ बुजुर्ग होने के बाद भी कम वेतन वाली नौकरियों पर निर्भर रहती हैं, लेकिन उनकी शारीरिक स्थिति और स्वास्थ्य में गिरावट के कारण यह भी संभव नहीं हो पाता ।[6] वृद्ध महिलाओं के लिए स्वास्थ्य देखभाल की समस्या एक बड़ी चुनौती है। वृद्धावस्था में अक्सर महिलाओं को हड्डियों, जोड़ों, उच्च रक्तचाप, डायबिटीज और मानसिक स्वास्थ्य से संबंधित समस्याएँ होती हैं। इन समस्याओं के इलाज के लिए महंगे इलाज की आवश्यकता होती है, जबकि अधिकांश वृद्ध महिलाएँ अपने आर्थिक संसाधनों की कमी के कारण उपचार नहीं करा पातीं। विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO) के एक अध्ययन (2018) में यह पाया गया कि भारत में वृद्धावस्था के दौरान स्वास्थ्य देखभाल पर खर्च बहुत ज्यादा होता है और महिलाओं को इसकी सबसे ज्यादा जरूरत होती है, लेकिन उनके पास इसका खर्च उठाने का साधन नहीं होता ।[7] Chatterjee, S.,&Jha,A(2018) भारत में वृद्ध महिलाओं के लिए कई सरकारी योजनाएँ उपलब्ध हैं, लेकिन इन योजनाओं तक पहुँच और उनका लाभ उठाने में महिलाओं को काफी कठिनाई होती है। भारत सरकार की राष्ट्रीय वृद्धावस्था पेंशन योजना (NSAP) के अंतर्गत वृद्ध नागरिकों को कुछ राशि मिलती है, लेकिन यह राशि इतनी कम होती है कि यह उनका जीवन यापन करने के लिए पर्याप्त नहीं होती । साथ ही, कई महिलाएँ अपनी संपत्ति और पेंशन योजनाओं के बारे में सही जानकारी नहीं रख पातीं, जिससे वे इन लाभों का लाभ नहीं उठा पातीं। वृद्ध महिलाओं के आर्थिक संकटों का एक बड़ा कारण लैंगिक भेदभाव है। समाज में महिलाएँ अक्सर परिवार के पुरुषों के मुकाबले कम आय अर्जित करती हैं, और उनकी संपत्ति पर भी उनका अधिकार सीमित होता है। यह स्थिति वृद्धावस्था में और अधिक गंभीर हो जाती है, जब महिलाएँ अपने परिवार के साथ रहते हुए भी आर्थिक रूप से निर्भर हो जाती हैं। भारत में वृद्ध महिलाओं के लिए सामाजिक और पारिवारिक समर्थन की कमी एक प्रमुख मुद्दा है, जो उनकी आर्थिक स्थिति को और भी कमजोर बना देता है। भारत में वृद्ध महिलाओं के पास स्वास्थ्य बीमा और अन्य वित्तीय सुरक्षा योजनाओं की कमी है। अधिकांश वृद्ध महिलाएँ इन योजनाओं से अनभिज्ञ होती हैं या फिर आर्थिक रूप से ऐसी योजनाओं में निवेश करने की स्थिति में नहीं होतीं। [8] वृद्ध महिलाओं का एक बड़ा हिस्सा ऐसी योजनाओं से वंचित रहता है, जो उनकी आर्थिक सुरक्षा को सुनिश्चित कर सकें।भारत में महिलाओं को संपत्ति पर अधिकार प्राप्त करना आसान नहीं होता, और वृद्धावस्था में यह समस्या और भी गंभीर हो जाती है।[9] कई वृद्ध महिलाएँ अपनी संपत्ति को नियंत्रित नहीं कर पातीं, क्योंकि उनकी संपत्ति पर पुरुषों का नियंत्रण होता है। इंडियन लॉ कमीशन (2018) की रिपोर्ट में यह कहा गया है कि महिलाओं को संपत्ति पर समान अधिकार दिलाने के लिए कानूनी सुधारों की आवश्यकता है, ताकि वृद्ध महिलाएँ आर्थिक रूप से आत्मनिर्भर हो सकें।[10] 2020 तक विश्व में 60 वर्ष की आयु तथा इसको पार की जाने वाली महिला आबादी लगभग 605 मिलियन हैं जबकि 2050 तक यह आबादी 1.14 बिलियन तक पहुँचने की उम्मीद है । वही भारत में 2011 की जनगणना के अनुसार वृद्ध महिलाओं की संख्या 53 मिलियन है, जिस में से लगभग 54 प्रतिशत वृद्ध महिलाएं विधवा हैं । हिमाचल प्रदेश में लगभग 3.66 लाख वृद्ध महिलाएं हैं ।[11]

उद्देश्य-

- वृद्ध विधवाओं की आर्थिक समस्याओं के कारणों का पता लगाना ।
- वृद्ध विधवाओं की आर्थिक निर्भरता का पता लगाना ।

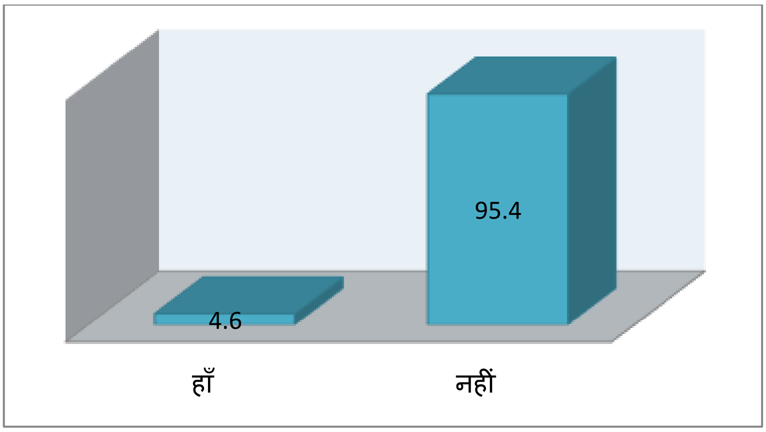
पध्दतिशास्त्र

प्रस्तुत अध्ययन भारत के एक प्रान्त हिमाचल प्रदेश के मंडी जिले को लिया गया है, जिसमें प्राथमिक एवं द्वितीयक स्त्रोतों से आंकड़े एकत्रित किये गए। हिमाचल प्रदेश के मंडी जिले के दो खण्डों एवं एक नगर निकाय को अध्ययन के लिए चुना गया ।मण्डी जिले के कुल 10 खण्ड हैं, जो कि लगभग चार हजार वर्ग कि० मी० में फैला है । दो खण्डों को अध्ययन के लिए चुना गया है । द्रंग खण्ड के ग्रामीण क्षेत्रों तथा इसके अंतर्गत आने वाले नगरीय क्षेत्र जोगिन्दर नगर की नगर पंचायत को लिया गया है। इसके अतिरिक्त चैंतडा खण्ड जोकि पुर्णतः ग्रामीण है, इसे भी अध्ययन के लिए चुना गया है। इन दो खण्डों को चुनने का प्रमुख कारण यह है कि मंडी के ये खंड और नगर पंचायत पूरे मण्डी के समाज और संस्कृति का प्रतिनिधित्व करते हैं। इन दो खंडों में से 8 ग्राम पंचायतों और एक शहरी क्षेत्र-नगर पंचायत (जोगिंदर नगर) को अध्ययन के लिए चुना गया है। अध्ययन में 455 वृद्ध विधवा महिला उत्तरदाताओं से साक्षात्कार प्रश्नावली की सहायता से सूचनाएं एकत्रित की गई । द्वितीयक स्त्रोतों में पत्रिकाओं सरकारी प्रतिवेदनों तथा शोध आधारित पुस्तकों से जानकारी प्राप्त की गई। अध्ययन में तथ्यों का विश्लेषण करने के लिए SPSS और MS Excel का प्रयोग किया गया है।

आर्थिक समस्याओं का विश्लेषण-

आजीविका की स्थिति: अध्ययन से पता चलता है कि कुल उत्तरदाताओं में से सिर्फ 4.6 प्रतिशत उत्तरदाता ही नौकरी करती थी जबकि 95.4 प्रतिशत उत्तरदाता नौकरी नही करती थीं। ग्रामीण क्षेत्र की ज्यादातर उत्तरदाता अनपढ़ थी और ज्यादातर उत्तरदाता गृहणियां थी। बहुत कम उत्तरदाता थी जो नौकरी करती थी। शहरी क्षेत्र में रहने वाली उत्तरदाता पढ़ी - लिखी थीं और उन में से ही कुछ उत्तरदाता नौकरी-पेसे वाली थीं।

रेखा चित्र 1.1 आजीविका की स्थिति



नौकरी में उत्तरदाताओं की भागीदारी कम के कारण बहुत सारे हैं इन कारणों में प्रमुख कारण था समाज में महिलाओं का घर से बाहर नौकरी करना अच्छा नही माना जाता है। हमारा समाज पुरुष प्रधान समाज था इसलिए आदि काल से ही हमारे समाज में यह रिवाज रहा है कि पुरुष ही घर के बाहर नौकरी करते आये हैं जबकि महिलायें घर का काम-काज संभालती आई है। महिलाओं में ज्यादा अनपढ़ता होने के कारण भी महिलाओं में नौकरी की प्रतिशता कम रही है। महिलाओं का पुरुषों की तुलना में ज्यादा अन्धविश्वासी होना भी महिलाओं की नौकरियों में कम भागीदारी को दर्शाती है।

निम्न आर्थिक स्तर का स्वरूप:-अध्ययन से पता चलता है कि कुल उत्तरदाताओं में से 48.6 प्रतिशत उत्तरदाताओं का कहना था कि बहुत बार ऐसी स्थिति हो जाती है कि उनके पास अपनी सामान्य जरूरतों को पूरा करने के लिए भी पैसे

नही होते हैं। जब वे बीमार पड़तीं है तब उनकों पैसों की कमी का सामना करना पड़ता है। धन की कमी के कारण कई बार वे अपनी जरूरतों को पूरा नही कर पातीं हैं। उनकी इच्छाएं अधूरी रह जातीं हैं। उनका कहना था कि जो जरूरते उनके युवा होने पर आसानी से पूरा हो जाती थीं अब वो पैसे की कमी के कारण पूरी नही होती हैं। कई उत्तरदाताओं ने ऐसी इच्छाओं में अपने खाने-पिने की अधूरी इच्छा भी बताई। 23.1 प्रतिशत उत्तरदाता को कहना था कि उनको ज्यादा आर्थिक समस्या का सामना नही करना पड़ता है। उन्होंने कहा कि इस उम्र में व्यक्ति की इच्छा अपने आप ही कम हो जाती है। उनको वृद्धा पेंशन मिलती है जिससे वह अपना गुजरा कर लेती हैं।

सारणी 1.2 निम्न आर्थिक स्तर का स्वरूप

क्रम स.	निम्न आर्थिक स्तर	आवृति	प्रतिशत	संचयी प्रतिशत
1	निम्न आर्थिक स्तर	221	48.6	48.6
2	ज्यादा नहीं	105	23.1	71.6
3	बिल्कुल नही	129	28.4	100.0
	कुल	455	100.0	

कभी-कभी आर्थिक समस्या का सामना करना पड़ता है लेकिन बहुत कम समय तक यह समस्या रही, जबकि 28.4 प्रतिशत उत्तरदाताओं का कहना था कि उनको कभी भी आर्थिक समस्या का सामना नही करना पड़ा है। वे आसानी से अपनी जरूरतों को पूरा कर लेतीं हैं, साथ में उनकी पारिवारिक स्थिति भी अच्छी है, इस प्रकार जब आवश्यकता पडती है तब उनके परिवार के सदस्य उनकी सहायता करते हैं। साथ में उन्होंने यह भी बताया कि उनको इतनी पेंशन मिल जाती है कि वो अपनी आवश्यकता को तो आसानी से पूरा कर लेतीं हैं साथ में वे अपने परिवार के सदस्यों की भी आर्थिक सहायता करतीं हैं। सारणी 1.2 से हम इस निष्कर्ष पर पहुँचते है कि ज्यादातर उत्तरदाता ऐसी हैं जो आर्थिक संकट से गुजरती हैं। जो पेन्सन उनको मिलती है जिससे वह अपना गुजरा नही कर पाती हैं तथा उनको आर्थिक सहायता के लिए अपने बेटों तथा रिश्तेदारों पर आश्रित होना पड़ता है।

भोजन का स्तर:-सारणी 1.3 से उत्तरदाताओं के भोजन के स्तर को जांचा जा सकता है। सारणी से पता चलता है कि ज्यादातर उत्तरदाताओं को साधारण भोजन मिलता है। कुल उत्तरादाओं में से 52.53 प्रतिशत उत्तरदाताओं ने खाने के स्तर के बारे में कहा कि उनको साधारण भोजन मिलता है। ज्यादातर भोजन में रोटी, सब्जियां और चावल होते हैं। जब वे बीमार होती हैं तब भी इसी प्रकार का भोजन उनको दिया जाता है।

सारणी 1.3 भोजन का स्तर

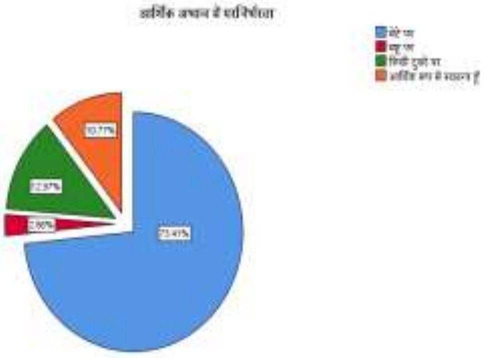
क्रम स.	भोजन का स्तर	आवृति	प्रतिशत	संचयी प्रतिशत
1	हमेशा संतुलित आहार मिलता है	206	45.27	45.27
2	साधारण भोजन मिलता है	239	52.53	97.8
3	कभी–कभी घटिया खाना मिलता है	10	2.20	100.0
	कुल	455	100.0	

45.27 प्रतिशत उत्तरदाताओं ने कहा कि उनको हमेशा अच्छा खाना दिया जाता है जिसमे दाल, चावल और सब्जियां होने के साथ-साथ उनको दूध, बादाम आदि भी दिया जाता है। वे हमेशा संतुलित आहार का ही सेवन करती हैं। जबकि

2.20 प्रतिशत उत्तरदाताओं ने घटिया भोजन देये जाने की जानकारी दी । उनका कहना था कि घर वाले उनको बोझ समझते है और हमेशा बचा हुआ और वासी खाना उनको दिया जाता है ।

आर्थिक पर निर्भरता:- रेखा चित्र 1.4 में यह दर्शाया गया है कि ज्यादातर उत्तरदाता अपने बेटों पर आर्थिक रूप से निभर हैं । भारतीय समाज में यह रिवाज आदि काल से ही चला आ रहा है कि जब एक महिला वृद्ध होती है तथा विधवा होती है उसे अपने बेटे पर आश्रित होना पड़ता है । यह रिवाज आज भी हमारे भारतीय समाज में विद्यमान है । आज भी भारतीय समाज में वृद्ध विधवायें अपने बेटों पर निर्भर होती है । जैसा कि रेखा चित्र में दर्शाया गया है कि कुल उत्तरदाताओं में से 73.41 प्रतिशत उत्तरदाताओं ने कहा कि वे आर्थिक रूप से अपने बेटों के ऊपर निर्भर है, हालाँकि उनका कहना था कि उनको पेंशन मिलती है लेकिन उस पेंशन से उनका गुजरा नही हो पता है ।

रेखा चित्र 1.4 आर्थिक अभाव में परनिर्भरता



उन्होंने कहा कि जब वे बीमार होतीं हैं तब भी उनका खर्च उनके बेटों के द्वारा किया जाता है या फिर उनके सगे-सम्बन्धियों के यहाँ शादी-विवाह हो तब भी जिम्मेदारी बेटे ही उठाते हैं । केवल 2.86 प्रतिशत उत्तरदाताओं का कहना था कि वे खर्चे के लिए बहू के ऊपर निर्भर हैं, ज्यादातर ऐसी उत्तरदाताओं के बेटे की मृत्यु हो गई थी और उनकी बहुएं नौकरी करती थी इसलिए उनका कहना था कि वे आर्थिक रूप से बहुओं के ऊपर निर्भर हैं । 12.97 प्रतिशत उत्तरदाताओं का कहना था कि वे अपने रिश्तेदारों के यहाँ रहतीं है और वे ही उनका खर्चा उठाते हैं । रिश्तेदारों में बेटी-दामाद और अन्य रिस्तेदार बताये, जबकि 10.77 प्रतिशत का कहना था कि वे आर्थिक रूप से स्वतन्त्र हैं । वे किसी के ऊपर आश्रित नहीं हैं, ऐसी उत्तरदाताओं में ज्यादातर उत्तरदाता अकेली रहती थीं तथा कुछ को अच्छी पैशन मिलती थी ।

निष्कर्ष :

अध्ययन से पता चलता है कि अधिकांश वृद्ध विधवाएं गृहणियां थीं और उनको अपनी आश्यकताओं की पूर्ति के लिए अपने परिवार के सदस्यों के ऊपर निर्भर रहना पड़ता है । इसी निर्भरता के कारण उनको तिरस्कार का भी सामना करना पड़ता है । अधिकांश महिलाओं को धन की कमी का सामना करना पड़ता है जिसके कारण वे अपनी आवश्यकताओं को पूरा नहीं कर पाती हैं । इस अवस्था में उचित पोषन बनाये रखना बहुत जरुरी होता है । वृद्ध शरीर के लिए आवश्यक पोषक तत्वों जैसे प्रोटीन, कैल्सियम, विटामिन और खनिजों की ज्यादा जरुरत होती है । अध्ययन से पता चलता है कि अधिकांश वृद्ध विधवाओं को साधारण भोजन मिलता है तथा कुछ तो ऐसी वृद्ध भी थीं जिनको अच्छा भोजन नहीं दिया जाता है । वृद्ध विधवाएं अपने बेटों पर आर्थिक रूप से ज्यादा निर्भर रहती हैं । अध्ययन से यह स्पष्ट होता है कि हमारे

समाज में अधिकांश वृद्ध विधवाओं की स्थिति अत्यंत चिंताजनक है। उनके जीवन की परिस्थितियाँ न केवल आर्थिक रूप से कठिन हैं, बल्कि सामाजिक और मानसिक दृष्टि से भी उन्हें अनेक चुनौतियों का सामना करना पड़ता है। यह अध्ययन हमें यह समझने में मदद करता है कि वृद्ध विधवाएं किस प्रकार से अपने परिवार पर आश्रित हैं और यह आश्रितता कैसे उनके जीवन की गुणवत्ता को प्रभावित करती है। ज्यादातर वृद्ध विधवाएं जीवन भर गृहिणी रही हैं। उन्होंने अपने जीवन का अधिकांश हिस्सा घर-परिवार की सेवा में बिताया और आर्थिक रूप से स्वतंत्र होने का कोई विशेष अवसर उन्हें नहीं मिला। इसके परिणामस्वरूप, पति की मृत्यु के बाद वे आर्थिक रूप से अपने बेटों या परिवार के अन्य सदस्यों पर आश्रित हो जाती हैं। यह आश्रितता न केवल आर्थिक होती है, बल्कि भावनात्मक और सामाजिक रूप से भी उन्हें अपने परिवार के सदस्यों के ऊपर निर्भर रहना पड़ता है।

यह निर्भरता कई बार अपमान और तिरस्कार का कारण बन जाती है। अध्ययन से यह भी सामने आया है कि कुछ वृद्ध विधवाओं को उनके ही परिवार के सदस्यों द्वारा उपेक्षा और अपमान का सामना करना पड़ता है। जब कोई व्यक्ति स्वयं की आवश्यकताओं को पूरा करने में असमर्थ हो जाता है, तो समाज में उसकी प्रतिष्ठा भी कम होने लगती है। वृद्ध विधवाएं इसी सामाजिक मानसिकता की शिकार बनती हैं। अधिकांश वृद्ध विधवाओं को धन की कमी का सामना करना पड़ता है। वे न तो नियमित आय का कोई स्रोत रखती हैं और न ही उनके पास बचत होती है। इस आर्थिक असुरक्षा के कारण वे अपने बुनियादी आवश्यकताओं को भी पूरा नहीं कर पाती हैं, जैसे कि स्वास्थ्य, पोषण, कपड़े, और कभी-कभी तो शुद्ध पानी और आवास जैसी मूलभूत सुविधाएं भी। अध्ययन में पाया गया कि कुछ वृद्ध विधवाओं को समय पर भोजन नहीं मिल पाता, और जो भोजन मिलता है वह अत्यंत साधारण और कभी-कभी पौष्टिकता से रहित होता है। बुढ़ापे में शरीर की पोषण संबंधी आवश्यकताएं बदल जाती हैं। वृद्धावस्था में हड्डियों की मजबूती बनाए रखने के लिए कैल्शियम, प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करने के लिए विटामिन्स, मांसपेशियों की मरम्मत के लिए प्रोटीन, और शरीर के समुचित कार्य के लिए खनिजों की अत्यधिक आवश्यकता होती है। यदि इन पोषक तत्वों की पूर्ति नहीं होती, तो वृद्ध व्यक्ति अनेक स्वास्थ्य समस्याओं से ग्रसित हो सकते हैं जैसे- हड्डियों का कमजोर होना, थकान, रोग प्रतिरोधक क्षमता में कमी, पाचन संबंधी समस्याएं, और मानसिक स्वास्थ्य में गिरावट। लेकिन दुर्भाग्यवश, अध्ययन यह बताता है कि वृद्ध विधवाओं को पोषणयुक्त भोजन नहीं मिल पाता। कुछ को तो पर्याप्त भोजन भी नहीं दिया जाता, जिससे उनके शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य पर गंभीर प्रभाव पड़ता है। वृद्ध महिलाएं विशेष रूप से इस स्थिति में अधिक संवेदनशील होती हैं क्योंकि उन्हें पहले से ही कई स्वास्थ्य समस्याएं घेरे रहती हैं।

अध्ययन से यह तथ्य भी उभरकर सामने आया है कि वृद्ध विधवाएं अपने बेटों पर सबसे अधिक आर्थिक रूप से निर्भर रहती हैं। यह निर्भरता कभी-कभी तनाव का कारण बनती है, विशेषकर तब जब बेटे आर्थिक रूप से कमजोर हों या जब वे अपनी मां के प्रति उदासीन हो जाएं। कई बार देखा गया है कि बेटे अपनी पत्नी और बच्चों की प्राथमिकताओं को अपनी वृद्ध मां की आवश्यकताओं से ऊपर रखते हैं। इससे वृद्ध विधवाएं भावनात्मक रूप से उपेक्षित महसूस करती हैं।

आर्थिक और पोषण संबंधी समस्याओं के साथ-साथ वृद्ध विधवाओं को सामाजिक उपेक्षा और अकेलेपन का भी सामना करना पड़ता है। उनका सामाजिक दायरा सीमित हो जाता है, वे अपने मित्रों या समान आयु वर्ग के लोगों से कट जाती हैं, और परिवार के अन्य सदस्य भी उन्हें समय नहीं देते। इससे उनमें अवसाद, चिंता और आत्मग्लानि जैसी मानसिक समस्याएं उत्पन्न होती हैं। समाज में वृद्ध विधवाओं के लिए मनोरंजन, सामाजिक सहभागिता और मानसिक समर्थन की सुविधाएं भी अत्यंत सीमित हैं। वृद्ध विधवाएं समाज का वह वर्ग हैं जिन्हें बहुपक्षीय चुनौतियों का सामना करना पड़ता है। यह अध्ययन उन समस्याओं की ओर संकेत करता है जो आज भी हमारे सामाजिक ढांचे में विद्यमान हैं । लिंगभेद, शिक्षा की कमी, आर्थिक असुरक्षा, और सामाजिक उपेक्षा। इन समस्याओं का हल केवल सरकारी योजनाओं से नहीं निकलेगा, जब तक कि समाज की सोच में परिवर्तन नहीं आए। एक समावेशी, सम्मानजनक और संवेदनशील दृष्टिकोण अपनाते हुए ही वृद्ध विधवाओं को एक गरिमामय जीवन दिया जा सकता है।यह अध्ययन एक महत्वपूर्ण सामाजिक और

आर्थिक मुद्दे को उजागर करता है, जिसमें वृद्ध विधवाओं की स्थिति को सामने लाया गया है। ज्यादातर वृद्ध विधवाएं जो अनपढ़ थीं और गृहणियां हैं , उनके लिए जीवन जीना कठिन था। सरकारी नौकरी में उनकी उपस्थिति कम थी, जिससे उनके पास आय का स्थिर स्रोत नहीं था। इसका परिणाम यह हुआ कि उन्हें अपनी बुनियादी आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए दूसरों पर निर्भर रहना पड़ता है , जो कि आर्थिक संकट का सामना करने वाली महिलाओं के लिए एक सामान्य समस्या बन गई है । अधिकांश वृद्ध विधवाएं अपनी आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए किसी न किसी दुसरे सदस्य के ऊपर निर्भर थीं द्य इसके अलावा, यह अध्ययन यह भी बताता है कि समाज में महिलाओं की सामाजिक और आर्थिक स्थिति पर कई प्रकार के दबाव होते हैं, जो विशेषकर वृद्धावस्था में और भी गहरे होते हैं। यह जरूरी है कि इस स्थिति को सुधारने के लिए योजनाएं बनाई जाएं जो वृद्ध विधवाओं को स्वावलंबी बनाने के साथ-साथ उन्हें बेहतर जीवन स्तर प्रदान कर सकें।

मुख्य बिंदु जो उभरते हैं-

- **शिक्षा और रोजगार की कमी -** अनपढ़ होने के कारण उनके पास स्थिर आय के स्रोत की कमी है।
- **आर्थिक निर्भरता -**अपने जीवन के मूलभूत आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए दूसरों पर निर्भर रहना पड़ता है।
- **सामाजिक दबाव -** वृद्धावस्था में महिलाओं पर सामाजिक और मानसिक दबाव अधिक हो जाता है, जो उनकी स्थिति को और अधिक कठिन बनाता है।

समाधान के उपाय

इस गंभीर समस्या का समाधान केवल आर्थिक सहायता से नहीं हो सकता। इसके लिए एक समग्र दृष्टिकोण की आवश्यकता है जिसमें निम्नलिखित उपाय शामिल है-

- सरकारी सहायता - वृद्ध विधवाओं के लिए पेंशन योजनाओं को सरल और प्रभावी बनाया जाना चाहिए ताकि वे आर्थिक रूप से आत्मनिर्भर बन सकें।
- पोषण कार्यक्रम - वृद्ध महिलाओं के लिए विशेष पोषण कार्यक्रम चलाए जाएं जिनमें मुफ्त या रियायती दर पर पोषणयुक्त भोजन उपलब्ध कराया जाए।
- स्वास्थ्य सेवाएं - वृद्ध महिलाओं के लिए नियमित स्वास्थ्य जांच और मुफ्त इलाज की व्यवस्था होनी चाहिए।
- समाजिक जागरूकता - समाज में वृद्ध महिलाओं के प्रति सम्मान और सहानुभूति की भावना पैदा करने के लिए जागरूकता अभियान चलाए जाएं।
- सहायता समूह - वृद्ध विधवाओं के लिए सहायता समूह बनाए जाएं जहाँ वे अपने अनुभव साझा कर सकें और एक-दूसरे को भावनात्मक समर्थन दे सकें।
- शिक्षा और कौशल विकास - कुछ वृद्ध महिलाएं अभी भी सीखने और कार्य करने की इच्छुक होती हैं। उनके लिए कौशल विकास के कार्यक्रम शुरू किए जा सकते हैं ताकि वे आत्मनिर्भर बन सकें।

इन संदर्भों से यह स्पष्ट होता है कि वृद्ध महिलाओं की आर्थिक समस्याए जटिल हैं, और इन समस्याओं के समाधान के लिए सामाजिक और कानूनी बदलावों की आवश्यकता है।

संदर्भ सूची

1. Nagar, D.,& Chauhan, R.(2023) Stree-Dharma: Relevance with the Ashrams. International Journal of novel research and development, 8(4),312-316. https://www.ijnrd.org/papers/IJNRD2304673
2. Vivek Mishra (2023) 2050 तक बूढ़ा हो जाएगा भारत, पुरुषों से ज्यादा जियेंगी महिलाएं: इंडिया एजिंग रिपोर्ट 2023 https://hindi.downtoearth.org.in/health/india-will-age-by-2050-women-will-live-longer-than-men-india-aging-report-2023-91995

3. *ऑब्जर्वर रिसर्च फाउंडेशन*. (2024). भारत की बुज़ुर्ग महिलाओं में जेंडर के आधार पर गैर-संचारी बीमारियों की बहुलता: एक विश्लेषण. ऑब्जर्वर रिसर्च फाउंडेशन. https://www.orfonline.org/hindi/research/gendered-prevalence-of-non-communicable-dise
4. World Health Organization (WHO). (2021). *Global report on ageing and health*. Geneva: WHO Press. https://www.who.int/publications/i/item/9789241565042
5. Dhar, M. (2024, August 1). विधवाओं के जीवन की चुनौतियाँ. फेमिनिज़म इन इंडिया. https://hindi.feminisminindia.com/2024/08/01/challenges-of-lives-of-widows-a-social-and-political-problem-hindi/?utm_source=chatgpt.com
6. UN Women. (2020). *The world's women 2020: Trends and statistics*. United Nations Entity for Gender Equality and the Empowerment of Women. https://www.unwomen.org/en/digital-library/publications/2020/09/the-worlds-women-2020-trends-and-statistics
7. Chatterjee, S., & Jha, A. (2018). Gender disparities in healthcare access: A study of aging women in India. *Journal of Women's Health*, 27(2), 161-168. https://doi.org/10.1089/jwh.2017.6505
8. Choudhury, S., & Roy, N. (2019). *Social support and financial security among elderly women in India: An empirical study*. Journal of Aging & Social Policy, 31(3), 254-271. https://doi.org/10.1080/08959420.2019.1573928
9. Kabeer, N., & Mahmud, S. (2019). *Women's Rights, Economic Security, and the State: Insights from South Asia*. Feminist Economics, 25(4), 34-58. https://doi.org/10.1080/13545701.2019.1573984
10. Indian Law Commission. (2018). *Report on reform of the Hindu marriage law and property rights of women*. Government of India.
11. United nations, Department of Economic and Scoial Affair, Population Division. (2019). World population prospects 2019: Highlights. United Nations. https://population.un.org/wpp/publications/