

वृद्धावस्था का संयोजन

[‘सीनियर सिटीजन्स फोरम’ ग्रेटर कैलाश-II, नई दिल्ली की वार्षिक सभा में दिनांक 11.03.2007 को मुख्य अतिथि के आसन से दिया गया न्यायमूर्ति श्री रमेशचन्द्र लाहोटी, पूर्व प्रधान न्यायाधीश, भारत का वक्तव्य]

‘सीनियर सिटीजन्स फोरम’ – वरिष्ठ नागरिकों का संगठन, गठित करने के लिए आप सबको बधाई। कई समान सोच वाले व्यक्ति एकत्रित हों, संगठित हों और कुछ करने का संकल्प लें तो संकल्प अवश्य साकार होते हैं। मेरे विनम्र मत में आपका संगठन एक परिवार है। आने वाले समय में परिवार की परिभाषा सिर्फ इतनी ही होगी कि समान सोच अथवा समान विचारधारा वाले व्यक्ति एक स्थान पर एक साथ रह रहे हों, वही परिवार है।

जब भी वरिष्ठ नागरिकों की चर्चा होती है तो स्वाभाविक रूप से एक प्रश्न उत्पन्न होता है कि क्या वृद्धावस्था कोई समस्या है? क्या यह कोई रोग है? क्या यह कोई न्यूनता या ऐसी हीनता है जो चिंता का कारण बन सकती है? एक बात तो प्रकट है और सभी को इसे स्वीकार करना होगा कि आयु के इस पड़ाव पर सभी को पहुंचकर ठहरना है और इस मुकाम पर शरीर में परिवर्तन की अपरिहार्यता को स्वीकार करना है। एक विद्वान ने कहा है कि शरीर पर आयु के चौथेपन का प्रभाव तो बाद में आता है, वृद्ध होने का भाव मन में पहले आता है। जैसे ही व्यक्ति यह सोचता है कि उसकी आयु अधिक हो गई है उसकी सोच का प्रभाव शरीर पर परिलक्षित होने लगता है। वह विद्वान वृद्धावस्था की परिभाषा देते हैं— “It is a negative thinking of an aged mind”। इसलिए यह आवश्यक है कि मनुष्य सकारात्मक सोचे। सकारात्मक सोच और सकारात्मक विचार आयु के बढ़ाव को रोक तो नहीं सकते, चढ़ती आयु के प्रभाव से बचा भी नहीं सकते, पर विलंबित तो अवश्य ही कर सकते हैं। ऐसे सकारात्मक सोच और दृढ़ संकल्प के दो प्रेरणादायी दृष्टांत स्मरण हो आते हैं ।

बहादुरशाह ज़फ़र अंतिम मुग़ल शासक थे जिन्होंने अंग्रेज़ों के खिलाफ हिन्दुस्तान की आज़ादी के लिए संघर्ष किया। लड़ते – लड़ते वे थक गए। कुछ आयु का प्रभाव भी

था। जब वे अंग्रेजी सेना से घिरे हुए थे तब एक अंग्रेज़ जनरल ने उन्हें संदेश भेजा जो एक शेर के माध्यम से दो पंक्तियों में व्यक्त किया गया था –

“दमदमे में दम नहीं अब खैर मांगो जान की
ऐ ज़फ़र, अब हो चुकी तकदीर हिन्दुस्तान की”

संदेश था कि अब तुम्हारे शरीर में ताक़त नहीं रही। तुम अपनी जान बचा नहीं सकते। इसलिए अपनी जान की ख़ैरियत मांग लो। ज़नाब ज़फ़र, हिन्दुस्तान की तकदीर अब डूब चुकी है।

बहादुरशाह ज़फ़र का शरीर शिथिल हो चुका था किन्तु उनके हौंसले बुलंद थे, उनका आत्मविश्वास बढ़ा-चढ़ा था। उन्होंने जवाब भेजा—

“हिंदियों में बू रहेगी जब तलक ईमान की
तख़्ते लंदन तक चलेगी तेग हिन्दुस्तान की”

बहादुरशाह ज़फ़र ने लिखा कि जब तक भारतवासियों का ईमान कायम है और हौंसले बुलंद हैं तब तक उनकी तलवार न केवल हिन्दुस्तान को आज़ादी दिलाने के लिए सक्षम है बल्कि लंदन के राजसिंहासन पर आक्रमण करके उसे भी जीत सकती है।

यह थी बहादुरशाह ज़फ़र की सकारात्मक सोच जिस पर न तो आयु का प्रभाव था और न ही उनकी अस्वस्थता का।

मिर्ज़ा ग़ालिब से आप सभी परिचित हैं। उर्दू के बेजोड़ शायर। वे पीने के शौकीन थे। हर शाम उनकी बैठक लगती थी। उनके तख़्त के सामने टेबल पर पीने का मुक़म्मिल सामान रखा होता था। उनका वफ़ादार सेवक प्रतिदिन शाम को यह व्यवस्था किया करता था। उम्र का प्रभाव मिर्ज़ा ग़ालिब पर भी पड़ा। एक वक़्त ऐसा आया कि वे लेटे रहते थे और उठ भी नहीं पाते थे तो बैठ कर पीने का तो प्रश्न ही नहीं रहता। एक दिन उनके नौकर ने, हर दिन के मुताबिक टेबल लगाया और पीने

का सारा सामान लगा दिया। फिर उसे ख़याल आया कि अब इस इंतज़ाम के मायने क्या हैं? अब मिर्ज़ा साहिब अपने हाथ से न तो सुराही से गिलास भर पाएंगे और न गिलास उठा पाएंगे। वह सामान समेटने लगा। मिर्ज़ा ग़ालिब ने उसे रोक दिया और कहा—

गो हाथ में जुंबिश नहीं, आंखों में अभी दम है,
रहने दो अभी सागरों मीना मिरे आगे

मिर्ज़ा ग़ालिब ने कहा कि मेरे हाथों में ताक़त नहीं रही किंतु हौसले अभी बुलंद हैं। जो काम मैं अब तक हाथों से किया करता था वह अब मैं अपनी आंखों के इशारों से करूंगा।

दोनों प्रसंग एक सशक्त संदेश देते हैं कि मनुष्य शरीर से भले ही वृद्ध हो जाए तो भी वह मन से युवा और सशक्त बना रह सकता है।

वृद्धावस्था स्वागत करने योग्य है। यह एक ऐसी मंज़िल है जिस पर पहुंचने की तैयारी मनुष्य अपनी आयु के पहले तीन चरणों में कर रहा होता है। जिस चीज़ की तैयारी में आयु के तीन चरण व्यतीत हो गये वह करने का वक़्त अब आया है। मनुष्य के मन में अनेक इच्छाएं होती हैं। कुछ पूरी हो जाती हैं, कुछ नहीं। जो इच्छाएं पूरी नहीं हो सकीं और जिन कामों को करने का सोचते रहे पर करने का वक़्त नहीं मिला उन्हें करने का वक़्त अब आया है। एक सुप्रसिद्ध न्यायाधीश हुए हैं— जस्टिस होम्स। उन्होंने अवकाश प्राप्त किया और न्यायाधीश के पद से मुक्त हुए। पत्रकारों ने पूछा — जस्टिस होम्स, अब आप क्या करना चाहेंगे? कैसे आप समय व्यतीत करेंगे?

जस्टिस होम्स ने उत्तर दिया— मित्रों मैं अभी थका नहीं हूं। जो अब तक नहीं कर सका वह अब करूंगा। संयोगवश मैं न्यायाधीश बन गया किन्तु मेरी हमेशा से चाह रही थी कि मैं एक वैज्ञानिक बनूं। विज्ञान का अध्ययन करने में मेरी गहन रुचि रही है। वह चाह मैं अब पूरी करूंगा। मैं बड़ईगिरी का काम भी सीखना चाहता था। अब सीखूंगा।

फिर मुस्क्राते हुए उन्होंने पत्रकारों को देखा और कहा कि यदि आप में से कोई अपने ड्राइंग-रूम के लिए फर्नीचर बनवाना चाहे तो मुझे सेवा का अवसर दें। इतना बढ़िया फर्नीचर बना कर दूंगा जो इस शहर में कोई और नहीं बना सकेगा।

सुप्रीम कोर्ट में मेरे एक साथी न्यायाधीश रहे हैं— न्यायमूर्ति श्री बी० एन० श्रीकृष्णा। मेरे अवकाश प्राप्त करने के कुछ ही माह पूर्व उन्होंने भी अवकाश ग्रहण किया। अर्थात् आयु में वे मुझसे कुछ बड़े ही हैं। मैं और मेरी पत्नी, प्रातःकाल दिन निकलने के पूर्व तुंगलक रोड़, अकबर रोड़ और उसके आसपास सड़क पर चार-पांच किलोमीटर का भ्रमण स्वास्थ्य लाभ के लिए किया करते थे। अनेक बार श्रीमती श्रीकृष्णा हमें मिलती थीं, जॉगिंग करते हुए। मैंने न्यायमूर्ति श्रीकृष्णा को ग्वालियर के एक कार्यक्रम में सपत्नी निमंत्रित किया था। श्रीमती श्रीकृष्णा नहीं पहुंचीं यद्यपि उनके आने की स्वीकृति थी। पूछा तो न्यायमूर्ति श्री श्रीकृष्णा ने बताया कि श्रीमती श्रीकृष्णा डॉक्टरेट कर रही हैं। उनका विषय है दक्षिण भारत के किसी सुप्रसिद्ध मंदिर की संरचना और निर्माण में निहित वास्तुशिल्प। इसी मंदिर का ऐसा आकार और विस्तार क्यों है और इसके पीछे वैज्ञानिक आधार क्या हैं। ग्वालियर में कार्यक्रम के दिन ही उन्हें अपने शोध प्रबंध के विषय पर वक्तव्य देने के लिए उनके विश्वविद्यालय में जाना पड़ा इसलिए वे नहीं आ सकीं।

60 वर्ष से अधिक की आयु में शरीर को स्वस्थ रखने के लिए व्यायाम और खुली हवा में जॉगिंग, मस्तिष्क को स्वस्थ रखने के लिए शोध परक अध्ययन। ये सब चुनौतियां हैं वृद्धावस्था को।

कोई पूछ सकता है कि 60-65 वर्ष की आयु में किसी नये विषय को पढ़कर क्या होगा? हम लोग पुनर्जन्म में विश्वास रखते हैं। हम मानते हैं कि जन्म और मृत्यु मनुष्य की अनंत यात्रा में एक पड़ाव मात्र हैं। एक बार जो यात्रा शुरू होती है वह संकल्पित हो तो जन्म जन्मांतर तक चलती रहती है। इस जन्म में किया गया ज्ञानार्जन व्यर्थ नहीं जाएगा। अगले जन्म में इससे आगे का ज्ञानार्जन किया जा सकना संभव है।

भारत रत्न डॉ० विश्वेश्वरैया सौ वर्ष से अधिक जीए और सदैव स्वस्थ और सक्रिय बने रहे। किसी ने उनसे पूछा कि आपके सदैव युवा, उत्साही और सक्रिय बने रहने का रहस्य क्या है? डॉ० विश्वेश्वरैया हंसे और प्रश्नकर्ता के कंधे पर स्नेह से हाथ रखकर बोले—‘मित्र, बुढ़ापा अनेक बार मेरे दरवाजे पर दस्तक देता है और मैं अंदर से उत्तर देता हूँ कि विश्वेश्वरैया घर पर नहीं है, फिर कभी आना। वह लौट जाता है। जब बुढ़ापे से मेरी मुलाकात ही नहीं हुई तो वह मुझ पर हावी कैसे होगा। बस यही है मेरे जीवन का रहस्य।’

जीवन में कठिनाईयां, परेशानियां, दुःख सभी के साथ आते हैं किंतु हम उनकी भयावहता से भयभीत होते हैं अथवा उन्हें जीवन के सहज उतार-चढ़ाव मान कर उनसे व्यवहार करते हैं यह हमारी सोच पर निर्भर करता है। हम इन्हें अपने पर हावी न होने दें तो उनके प्रभाव से बचे रह सकते हैं। एक शायर ने यही बात बड़े सुंदर तरीके से कही है—

गम मेरे साथ—साथ बहुत दूर तक गए,
मुझमें थकन न पाई तो बेचारे लौट गए

यह है आयु के प्रति आध्यात्मिक दृष्टिकोण।

सुप्रसिद्ध कवि लॉगफेलो ने लिखा है :—

Old age is an opportunity no less than youth itself,
Though in another dress,
And as evening light fades away,
The sky is filled with stars invisible by day

उम्र में आने वाले हर मोड़ के साथ कुछ नई योजनाएं हो सकती हैं। कुछ नये लक्ष्य निर्धारित हो सकते हैं। कुछ नए शौक बनाए जा सकते हैं। श्री एस. चन्द्रा नाम के एक वरिष्ठ अधिकारी उत्तर प्रदेश शासन के अधीन विक्रय कर विभाग के सहायक आयुक्त के पद से सेवा मुक्त हुए हैं। उन्होंने एक सुंदर छोटी सी पुस्तक लिखी है— 'A Guide to Happy Retirement for the Salaried People'। इसमें वे लिखते हैं

कि इस उम्र में आप चाहें तो अपनी मातृभाषा के अतिरिक्त कई भाषा सीख सकते हैं, जो भारतीय भी हो सकती हैं और विदेशी भी। संगीत, चित्रकला, उत्कृष्ट लेखन तथा कई 'बहुजन हिताय' सेवा के काम शुरू किए जा सकते हैं। जे. आर. डी. टाटा ने अपने जीवन के आठवें दशक में परिवार नियोजन के प्रचार-प्रसार को एक व्यक्तिगत धर्म-तुल्य लक्ष्य बनाकर अपने जीवन में नवशक्ति का संचार किया। एच. डी. शोरी ने अस्सी वर्ष की आयु में अनेक दूरगामी प्रभाव रखने वाले जनजीवन से जुड़े मुद्दे, जनहित याचिकाओं (public interest petitions) के माध्यम से न्यायालय में लड़कर अपने आप को युवा बनाए रखा। नेहरू और शास्त्री दोनों के साथ रही विदेश नीति संबंधी विषयों की मंत्री सुश्री लक्ष्मी मेनन ने महिलाओं के बीच अशिक्षा समाप्त करने के लिए बनी अखिल भारतीय समिति से जुड़ना स्वीकार किया और तिरानवें वर्ष की आयु में उसकी अध्यक्ष बनीं। एक करोड़ से अधिक की आबादी वाले इस देश में जहां गरीबी, अशिक्षा और बरोज़गारी फैली हुई है, वहां कुछ करने के बहुतेरे अवसर हैं। आप चाहें तो घर बैठे ही प्रौढ़ शिक्षा के लिए संध्याकालीन कक्षा शुरू कर सकते हैं, और अशिक्षा को समाप्त करना अपने जीवन का उद्देश्य बना सकते हैं। आपके आस-पास बहुत से आश्रम, समाजसेवी संगठन एवम् अनाथालय जैसी संस्थाएं होंगी जो साधनहीन लोगों की सेवा करती हैं। आप इनमें से किसी से भी जुड़कर विपिVI और रुग्ण लोगों की सेवा को अपने जीवन का लक्ष्य बना सकते हैं। अपना कोई एक लक्ष्य चुन लीजिए, उससे जुड़े रहिए और उसे साकार कीजिए। आपको एक नवीन आनंद की अनुभूति होगी। स्मरण रखिए कि अपने चहेते स्वप्न को साकार होते हुए देखने से बढ़कर कोई आनंद नहीं है।

सर विल्सटन चर्चिल ने आयु के दो महती मुकामों की सुंदर तुलना की है। उन्होंने कहा है कि यौवन और वृद्धावस्था, दोनों ही अभिनंदनीय हैं। दोनों की अपनी-अपनी महिमा है। यौवन खिला हुआ फूल है और वृद्धावस्था पका हुआ फल। खिला हुआ सुंदर पुष्प नेत्रों को तृप्ति देता है, किन्तु पके हुए फल का रस रसना को तो तृप्त करता ही है, आत्मा को भी माधुर्य देता है।

रोशनी फैलाने के दो तरीके हैं। जब शक्ति, साधन और क्षमता हो तो मोमबत्ती की तरह जलो और रोशनी फैलाओ। जब शरीर शिथिल हो, साधन न हों, क्षमता का अभाव अनुभव होता हो तो इस नैराश्य भाव से पीड़ित होने की आवश्यकता नहीं है कि हम मोमबत्ती की तरह जल नहीं सकते। इतना तो कर ही सकते हैं कि रूपहले कांच बनकर रोशनी को परावर्तित और बहुगुणित करें।

इस अवस्था में जीवन साथी की आवश्यकता अनुभव होती है। जिन दंपतियों ने अपने सुखी वैवाहिक जीवन के पच्चीस-पचास या उससे अधिक वर्ष पूरे किए हैं, उनका आज सम्मान हुआ है। एक प्रतीक जश्न मना कर (वरमालाओं के आदान-प्रदान के द्वारा) हमने उन्हें एक सुखद अनुभूति कराई और उनकी खुशी में हिस्सा बांट कर भाग लिया। इन सभी को बधाई। एक क्षण को पीड़ा का भाव भी जागृत हुआ जब हमने उन्हें याद किया जो इस वर्ष की जीवन यात्रा में अपने जीवनसाथी को छोड़कर महाप्रयाण कर गए। श्रीमती चोपड़ा का भी इस वर्ष निधन हो गया और वे अपने शेष रहे कार्य का भार भी श्री चोपड़ा पर छोड़ कर अलविदा कह गईं। यह एक विडंबना है, किन्तु इसकी अनिवार्यता भी हमें स्वीकार करनी होगी। दोनों में से किसी एक को पहले जाना पड़ता है। यह क्षति अपूरणीय होती है, विशेषकर तब, जबकि ईश्वर की कृपा से उनका साथ सार्थक रहा हो और जीवन यात्रा मधुमय रही हो।

एक घटना प्रासंगिक है। एक डॉक्टर की व्यस्त सुबह लगभग 8.30 बजे अस्सी वर्ष से अधिक आयु का एक व्यक्ति आया और बोला – 'डॉक्टर साहब मेरी जिस चोट का इलाज आपने किया था क्या उसकी जांच कर आप मेरे टांके जल्दी काट देंगे। मुझे जल्दी है।' सहायक नर्स ने कहा कि डॉक्टर साहब एक रोगी को देख रहे हैं, उसके तुरंत बाद वह आपको देख लेंगे। वह व्यक्ति भाग्यवान था। पिछला रोगी जल्दी निबट गया और डॉक्टर के पास अतिरिक्त समय निकल आया। डॉक्टर ने उस व्यक्ति का परीक्षण शुरू किया। ज़ख्म भर चुके थे। टांके काटे जा सकते थे। डॉक्टर ने उतना कर दिया और अपना काम करते-करते वह उस व्यक्ति से बातचीत करने लगा, यह जानने के लिए कि उसे जल्दी क्यों है। वह व्यक्ति बोला— 'डॉक्टर

साहब आज मेरी पत्नी का जन्मदिन है। मुझे ठीक नौ बजे उसे गुलदस्ता भेंट करना है। हम लोग इस दिन ठीक नौ बजे मंदिर जाया करते थे। पर अब मेरी पत्नी स्मृतिहीनता के रोग (अल्ज़ाइमर्स) से पीड़ित है। उसकी स्मृति चली गई है। उसे एक अच्छे वृद्धाश्रम में रख दिया है। अब तो वह मुझे भी पहचानती नहीं है। '

डॉक्टर को आश्चर्य हुआ। उसने पूछा—' यदि वह आपको पहचानती भी नहीं है तो उससे मिलकर और उसे गुलदस्ता देकर क्या होगा?' वह व्यक्ति मुस्कुराया और फिर गंभीर होकर बोला—' डॉक्टर साहब, यद्यपि मेरी पत्नी अब मुझे नहीं पहचानती, किन्तु मैं तो उसे पहचानता हूँ। वह मेरी पत्नी है। उसके जन्मदिन पर प्रतिवर्ष की भांति ठीक नौ बजे उससे मिलकर और उसके प्रति अपना स्नेह प्रकट करना मेरा कर्तव्य है। '

डॉक्टर के नेत्र सजल हो उठे। अपना मुंह मोड़कर उसने आंखों से छलकते हुए आंसू उस व्यक्ति से छिपा लिये और कहा —' मैं चाहता हूँ कि स्नेह का यह आदर्श मेरे जीवन में भी घटित हो।

सच्ची स्नेह की अभिव्यक्ति न तो शारीरिक होती है और न औपन्यासिक। परिस्थितियां जो भी हों सच्चा स्नेह अभिव्यक्त किए बिना रह नहीं सकता।

कुछ लोगों को वृद्धावस्था में मृत्यु का भय सताने लगता है यद्यपि मृत्यु एक अवश्यंभावी घटना है। एक व्यक्ति अपनी मृत्युशै-या पर लेटा हुआ था। मृत्यु किसी भी समय आकर उसका वरण कर सकती थी। मृत्यु की कल्पना भयभीत करने वाली होती है। उसी समय किसी एक शुभचिंतक मित्र का आना हुआ। उसने अपने रोगी मित्र को ढाढ़स बधाया और एक दार्शनिक अंदाज़ में कहा कि— मृत्यु तो सभी के लिए अवश्यंभावी है। इस नश्वर संसार में प्रति क्षण कोई न कोई काल कवलित होता रहता है। मृत्यु का मार्ग निरंतर चलता रहता है। इस पर जाने में डर कैसा।

मृत्यु की प्रतीक्षा कर रहे अपने मित्र से उसने एक सूफियाना अंदाज़ में कहा—

अज़ल के नाम से गाफिल तिरा दिल क्यों दहलता है,

मुसाफिर रोज़ जाते हैं, यह रास्ता खूब चलता है।

कोई रास्ता सुनसान हो तो जाने में डर लगता है। यह रास्ता तो ऐसा है जिस पर हर समय कोई न कोई चलता रहता है। इस रास्ते पर जाने में डर कैसा?

मृत्यु के आगमन की प्रतीक्षा कर रहे उस व्यक्ति ने उल्टा दिया—

अज़ल के नाम से ऐ दोस्त मिरा दिल यूँ दहलता है,

मुसाफिर खूब जाते हैं, न कोई साथ चलता है।

मृत्यु के मार्ग पर चलना अवश्यंभावी होते हुए और यह जानते हुए भी कि यह रास्ता सदा आबाद रहता है, इस रास्ते पर चलने में इस कारण डर लगता है कि कोई साथ चलने वाला नहीं मिलता। जो चलता है अकेला होता है।

स्वाभाविक प्रश्न उत्पन्न होता है कि आयु के चौथे मुक़ाम पर पहुंचकर कोई नई वस्तु सीखने या ज्ञानार्जन के एक नये मार्ग पर यात्रा प्रारंभ करके क्या होगा? हम लोग पुनर्जन्म में विश्वास रखते हैं। पुनर्जन्म केवल अंधविश्वास अथवा कपोल कल्पना नहीं है। इसका वैज्ञानिक आधार खोजा जा रहा है। कुछ हद तक सफलता भी मिली है। जोधपुर विश्वविद्यालय में एक संकाय है — परामनोविज्ञान (पैरासाइकॉलोजी)], जिसमें वे उन घटनाओं की जानकारी एकत्रित कर अध्ययन करते हैं जिनमें पुनर्जन्म हुआ है और जन्म लिया हुआ व्यक्ति यह दावा करता है कि उसे अपने पिछले जन्म की स्मृति है, वह पुराने जन्म से जुड़ा हुआ है। अपने माता—पिता और अन्य मित्रों, संबंधियों की जानकारी देता है और जहां उसने पिछला जीवन जीया है वहां जाकर उस जन्म में घटित घटनाओं से जुड़े स्थानों की पहचान कराता है। हमारे यहां अनेक संत, साधक और महापुरुष ऐसे हुए हैं जिन्होंने अल्प आयु में ऐसी उपलब्धियां प्राप्त की हैं जिन्हें देखकर आश्चर्य होता है और लगता है कि इतनी अल्प आयु में इतना सब किया जाना कैसे संभव हुआ। उदाहरण के लिए संत ज्ञानेश्वर द्वारा अल्प आयु में ही 'ज्ञानेश्वरी' की रचना। इन सबके विषय में कहा जाता है और विश्वास करने के अतिरिक्त कोई विकल्प नहीं कि जो लक्ष्य उन्होंने इतनी अल्प आयु में प्राप्त कर लिया उसकी और उनकी यात्रा विगत जन्म में प्रारंभ हो चुकी थी जो इस जन्म में

चलती रही। अर्जित किया हुआ ज्ञान कभी व्यर्थ नहीं जाता। उसकी उपादेयता तत्काल तो है ही, जो पुनर्जन्म में विश्वास रखते हैं वे आश्चर्य हो सकते हैं कि अगले जन्म की यात्रा उस पड़ाव से प्रारंभ होगी जहां उनकी वर्तमान जीवन यात्रा समाप्त हुई।

संत श्री सुधांशु महाराज ने मनुष्य की आयु चार भागों में बांट कर उसके आधारभूत मनोभाव और लक्ष्य की अत्यंत आदर्श दार्शनिक व्याख्या की है। वे कहते हैं कि जब कोई बालक विद्यालय में पढ़ने जाता है तो गणित का शिक्षक उसका विषय में प्रवेश जोड़, बाकी, गुणा, भाग से इसी क्रम में कराता है। यही स्थिति और यही क्रम मनुष्य जीवन के चार अनुभागों का है। आयु के प्रथम चरण में मनुष्य जोड़ता है। वह मस्तिष्क के लिए ज्ञान और शरीर के लिए स्वास्थ्य का अर्जन करता है। जोड़ता है। आयु का द्वितीय चरण घटाने का है अर्थात् जो अर्जन किया है उसका प्रयोग करने का। वह घटाता है। यदि जोड़ की प्रक्रिया साथ-साथ न चले तो बाल्यावस्था और किशोरावस्था में किए गए ज्ञान और स्वास्थ्य का संचय युवावस्था में घटने लगता है। आयु का तीसरा चरण गुणा करने की अवस्था है। अर्जित किए गए अनुभव का प्रयोग करते हुए मनुष्य अपने संचय को द्विगणित अथवा बहुगणित कर सकता है। आयु का चौथा चरण भाग करने का अर्थात् अपने अर्जित और गुणित धन, संपदा, ज्ञान और क्षमता का उपयोग लोक-कल्याण के लिए करने का है। मनुष्य सांसारिक क्रियाओं में लिप्त रहते हुए भी 'भाग' की इस चतुर्थावस्था में विरक्ति का अनुभव कर सकता है। दूसरे शब्दों में, मनुष्य अपनी आयु के चारों चरणों में संघर्षरत रहता है, और चुनौतियों का मुकाबला करता रहता है। ये चार चुनौतियां हैं— अज्ञान, अभाव, आलस्य और अन्याय। आयु का प्रथम चरण अज्ञान से संघर्ष करने का है। द्वितीय चरण अभाव से, और तृतीय चरण आलस्य से संघर्ष करने का है। जिसने अपने जीवन के प्रथम तीन चरणों में तत्कालीन चुनौतियों का सफलतापूर्वक सामना किया है, वह आयु के चौथे चरण में अन्याय से संघर्ष करने के लिए सक्षम होता है। और तदर्थ अपने को समर्पित कर सकता है। इसी में लोक कल्याण निहित है।

वृद्धावस्था की अपनी कुछ समस्याएं होती हैं जिनमें कुछ व्यक्तिगत, कुछ पारिवारिक और कुछ सामाजिक होती हैं। अधिकांशतः इस आयु की समस्या एकाकी रहने और

समय व्यतीत करने की होती है। शारीरिक और आर्थिक सुरक्षा की आवश्यकता भी अनुभव होती है। आवश्यक है कि मनुष्य अपने जीवन के दूसरे और तीसरे चरण में ही सचेत हो कर विवेकपूर्वक आने वाले समय के लिए, तत्समय उत्पन्न होने वाली कठिनाईयों के समाधान के लिए, साधन भी जुटा ले और वातावरण भी बना ले। समाधान कठिन नहीं है। विवेकपूर्वक विचार कर कुछ यत्न करने की आवश्यकता है। सर्वोत्तम उपाय ऐसे संगठन और ऐसी संस्थाएँ हैं जैसे कि यह फोरम। इसके सदस्य न केवल आपसी विचार-विमर्श के द्वारा अपनी समस्याओं का समाधान खोज सकते हैं, एक दूसरे के साथ और सहारे से समय आनंदपूर्वक व्यतीत कर सकते हैं, बल्कि वह दूसरे और तीसरे चरण में चल रहे लोगों को चतुर्थ चरण की तैयारी के लिए संदेश भी दे सकते हैं।

एक प्रार्थना है जो वैसे तो सभी के लिए और सभी समय के लिए समीचीन है किन्तु विशेषकर इस आयु के लिए अति उपयुक्त है। छोटी सी प्रार्थना है—

Oh God!
Grant me serenity
to accept the things I cannot change,
Grant me courage
to change the things I can change,
And wisdom
to know the difference.

हे परमेश्वर! मुझे शांति और संतोष की इतनी सामर्थ्य दे कि जिस प्रतिकूलता को मैं परिवर्तित नहीं कर सकता उसे स्वीकार कर सह सकूँ। जिस परिस्थिति को मैं बदल सकता हूँ उसे बदलने का साहस दे। और, इतना विवेक दे कि मैं इन दोनों में भेद कर सकूँ।