ISSN 0973-8541, HUMANITIES AND DEVELOPMENT, VOL.18, NO.2, JULY-DEC,2023 /43

भारतीय समाज में वृद्धजन

डॉ महेन्द्र प्रताप तिवारी
असि० प्रोफेसर एवं विभागाध्यक्ष (समाजाशास्त्र)
बजरंग महाविद्यालय कुण्डा, प्रतापगढ़ उत्तर प्रदेश
https://doi.org/10.61410/had.v18i2.142

सारांश

वृद्धावस्था विविध प्रकार के दुःखों की सुग्राह्य अवस्था है। सामाजिक, आर्थिक, मानसिक आदि समस्याओं से जीवन की सांध्यबेला अनेक दुःखों के मकड़जाल में उलझता जाता है। आधुनिकता अविवेकी दौड़ में समाज और परिवार में वृद्धजनों के प्रति मूल्यात्मक दृष्टिकोंण में अवनमन हुआ है। आज की युवा पीढ़ी और वृद्धजनों के बीच स्वस्थ्य अन्तःक्रिया का लोप होता जा रहा है । वृद्धजनों में लचीलेपन का अभाव तथा युवाओं में परंपरागत मूल्यों के प्रति विमुखता के कारण दोनों में समायोजन दुःसाध्य होता जा रहा है। संतुलित संस्कारों के निवेश के अभाव में युवा पीढ़ी वृद्धजनों के साथ सहज सकारात्मक व्यवहार नहीं कर रही है। नई पीढ़ी द्वारा स्वयं के प्रजननमूलक परिवार पर ही केन्द्रित होने से वृद्धजन दीन–हीन और अवसादग्रस्त होकर विविध प्रकार के दुःखों को झेलने को मजबूर हैं। आज वृद्धजनों की गिरती हुई प्रस्थिति और भूमिका के कारण समाज एवं परिवार में उनकी प्रतिष्ठा एवं सम्मान में अवनमन हो रहा है। संयुक्त परिवार के विघटन के कारण वृद्धजनों की सत्ता का अवमूल्यन एवं विघटन हुआ है । संतति द्वारा वृद्ध माता–पिता का तिरस्कार सामान्य हो गया है । जहाँ एक ओर माता–पिता अपनी संतानों के लालन–पालन में किसी भार का अनुभव नहीं करते हैं, वहीं युवा पीढ़ी वृद्धजनो के लालन–पालन को आवांछनीय भार समझती है। युवाओं में इस बात का विस्मरण हो गया है कि एक दिन उनको भी वृद्धावस्था की समस्याओं के दुष्चक्र से गुजरना होगा। वस्तुतः वृद्धावस्था का यह दुष्चक्र किसी भी समाज के लिए दुःखदायी है।

संकेत शब्द

जीवन की सांध्यबेला, आधुनिकीकरण, लौकिकीकरण, पश्चिमीकरण, प्रजननमूलक परिवार, अकेलापन, अवसाद, उपभोक्तावादी समाज, समायोजन आदि ।

प्रस्तावना

भारत की परम्परागत मूल्य और मानदण्ड समाज के सम्यक् प्रगति का हिमायती रहा है। आधुनिकीकरण, औद्योगीकरण, इहलौकिकीकरण, आदि परिवर्तकारी प्रक्रियाओं के कारण सामाजिक संरचना में व्यापक परिवर्तन हुआ है। इन कारणों से वृद्धजनों के प्रति परंपरागत सम्मानसूचक एवं प्रतिष्ठामूलक दृष्टिकोण पर नकारात्मक प्रभाव पड़ा है। ऐसे परिवर्तनों के फलस्वरूप वृद्धजनों में नीरसता, दीनता, अकेलापन, मानसिक विदलन, विरसन, आदि समस्याएँ उनके जीवन की सांध्यबेला में अंधकार की काली रात के रूप में परिलक्षित हो रही हैं। शारीरिक–मानसिक जीर्णता के कारण वृद्धजन अनेक समस्याओं के जाल में उलझते जा रहे हैं। ऐसी दशा में वृद्धजनों की देखभाल, सेवा, सुश्रूषा, उपचारादि हेतु सरकारी, सामाजिक एवं निजी स्तर पर समग्र प्रयास की आवश्यकता है। जीवन प्रत्याशा में वृद्धि के कारण भारत ही नहीं, अपितु वैश्विक स्तर पर वृद्धजनों की आबादी बढ़ रही है। भारत में जहाँ वर्ष 1901 ई. में औसत आयु 25 वर्ष थी, वहीं वर्ष 1991 में यह 60 वर्ष हो गयी। इसी प्रकार वर्ष 1961 में देश के वृद्धजनों की आबादी कुल आबादी की 5.6 प्रतिशत थी। एक सांख्यिकीय अनुमान के आधार पर निष्कर्ष है कि भारत में वृद्धजनों की आबादी सन् 2026 में बढ़कर कुल आबादी की 12.4

फीसदी हो जाएगी। इसका निहितार्थ यह है कि बढ़ती हुई आबादी के अनुपात में वृद्धजनों का दूसरों पर निर्भर रहने के अनुपात बढ़ जाएगा। आज आवश्यकता इस बात की है कि वृद्धजनों की समस्याओं के प्रति संवेदनशील होना और उन्मूलन में संपूर्ण समाज के योगदान की महती आवश्यकता है। आधुनिक चिकित्सा और अन्य आधारभूत सुविधाओं की उपलब्धता के कारण जीवन प्रत्याशा में वृद्धि हो रही है। ऐसे परिवर्तित सामाजिक ढ़ाँचे में वृद्धजनों की बढ़ती आबादी विकट समस्या के रूप में उभर रही है।

उल्लेखनीय है कि भारत में वृद्धजनों के रूप में दादी–दादा, माता–पिता, ऋषि–मुनि आदि वृद्धजनों को सम्मानित एवं प्रतिष्ठित करने की स्वस्थ्य परम्परा रही है। परिवार में मुखियाँ के रूप में वृद्धजन सामाजिक, आर्थिक, धार्मिक, पारिवारिक कार्यों में सबसे महत्वपूर्ण होते थे। परिवार के सभी सदस्य एक साथ अधिकार एवं कर्त्तव्य के स्वाभाविक एवं संतुलित रूप में जीवन का निर्वाह किया करते थे। औद्योगीकरण, पश्चिमीकरण, नगरीकरण, लौकिकीकरण, आधुनिकीकरण आदि परिवर्तनकारी प्रक्रियाओं के कारण आज सामाजिक संरचना में व्यापक परिवर्तन हुआ है। युवा पीढ़ी में परंपरागत मूल्यों और मान्यताओं के प्रति अरुचि होती जा रही है। वृद्धजनों के साथ प्रेम, सम्मान, प्रतिष्ठा आदि देने तथा उनके साथ सहानुभूतिपूर्वक व्यवहार एवं अन्तःक्रिया करने के स्थान पर युवा पीढ़ी वृद्धजनों के अनुभवों से दूर होता जा रहा है। ऐसे में यह जानना नितांत आवश्यक है कि वृद्धजनों की समस्याएँ और उनके कारण क्या हैं। संक्षेप में, वृद्धजनों की समस्याओं की रूपरेखा निम्नलिखित हैं:

- संयुक्त परिवार के विघटन के कारण वृद्धजनों की पारम्परिक सत्ता का विघटन हो रहा है और सत्ता का प्रवाह वृद्धजनों से युवापीढ़ी की ओर हो रहा है। संयुक्त परिवार में संरचनात्मक–प्रकार्यात्मक परिवर्तन हुआ है। पहले परिवार के वृद्ध मुखिया का निर्णय सम्मानपूर्वक शिरोधार्य होता था। परन्तु आज युवा पीढ़ी स्वच्छन्द विचारों से ओतप्रोत है। आज वृद्ध माता–पिता, दादी–दादा आदि परिवार में रहकर भी असहज और असुविधाजनक जीवन जीने के लिए अभिशप्त हैं । व्यक्तिवादी, उपयोगितावादी एवं स्वार्थवादी स्वभाव के कारण युवा पीढ़ी में वृद्धजनों के पालन–पोषण को घाटे का सौदा मानने की प्रवृत्ति बढ़ रही है ।
- वृद्धजनों का परिवार और समाज में समायोजन की प्रवृत्ति का लोप होता जा रहा है तथा आर्थिक बदहाली एवं परनिर्भरता के कारण वृद्धजन विविध दुखों के दुष्चक्र में उलझने के लिए अभिशप्त हैं।
- वृद्धजनों से प्रेम, सम्मान, प्रतिष्ठा, सहानुभूतिपूर्वक व्यवहार करने के बजाय युवाजन जहाँ एक ओर उपभोक्तावादी संस्कृति की ओर उन्मुख हो रहा है, वहीं वह वृद्धजनों के अनुभवों से दूर होता जा रहा है।
- आज के भौतिकवादी परिवेश में संवेगात्मक असंतुलन, परावलम्बन, अकेलापन, अस्वस्थता, शारीरिक दुर्बलता, नातेदारों से उपेक्षा, सामाजिक अन्तःक्रिया से विरसन और असमायोजन के कारण वृद्धजनों के जीवन की सांध्यबेला विविध प्रकार के दुःखों के भँवर में उलझा गया है।

वृद्धजनों की इन समस्याओं के समाजशास्त्रीय अध्ययन की आवश्यकता और अध्ययन का महत्त्व निम्ननिखित हैं:

- सम्मान एवं आत्मनिर्भर मानव संसाधन बनाने के लिए वृद्धजनों की समस्याओं का समाजशास्त्रीय अध्ययन अपरिहार्य है ।

- वृद्धजनों की शारीरिक, मानसिक ओर आर्थिक आदि समस्याओं से निपटने के साथ–साथ उनकी बढ़ती आबादी की देखभाल हेतु धारणीय प्रयास की नितांत आवश्यकता है। अतः बुजुर्गों के समस्याओं का समाजशास्त्रीय अध्ययन उचित और आवश्यक है।
- पश्चिमी देशों में वृद्धजनों के संबन्ध में शोध की प्रचुरता है, लेकिन भारत जैसे विकासशील देशों में वृद्धजनों के संदर्भ में अभी पर्याप्त अध्ययन की कमी है। विश्व बन्धुत्व की अलख जगाने वाले हमारे देश भारत में वृद्धजनों की बढ़ती आबादी और जैविक, मनोवैज्ञानिक तथा सामाजिक बुढ़ापा के कल्याणार्थ अध्ययन की कमी है। सरकारी और गैर सरकारी योजनाओं की कमी, अल्प रोजगार, चिकित्सा सुविधा का अभाव, सुरक्षा के लिए व्यावहारिक और प्रभावी कानूनों का अभाव, वृद्धजनों में जीने की कला का अभाव आदि के कारण उनकी समस्याओं के समाजशास्त्रीय अध्ययन की महती आवश्यकता है ।

अध्ययन के उद्देश्य

प्रस्तुत अध्ययन में 60 या अधिक उम्र के व्यक्तियों वृद्ध मानकर उनकी समस्याओं समग्र अध्ययन किया गया है। प्रस्तुत अध्ययन के प्रमुख उद्देश्य निम्नलिखित हैं:

1. वृद्धजनों की समस्याओं का समग्र अध्ययन करना।
2. वृद्धजनों की समस्याओं के निदान में सहायक पहलुओं का अध्ययन करना ।

जीवन की सांध्यबेला में वृद्धजन निम्नलिखित समस्याओं को भुगतने के लिए अभिशप्त है:

सामाजिक समस्याएँ

आज भौतिकता एवं उपयोगितापरक दृष्टिकोण की परिणति उपभोक्तावादी संस्कृति के अधिकाधिक स्वीकरण में हो रही है। आज के समाज में वृद्धजनों के प्रति सम्मान एवं प्रतिष्ठा का अवनमन हो रहा है। विविध शोधों एवं अध्ययनों से यह स्पष्ट है कि वृद्धजनों को उन लोगों के साथ समायोजन एवं अन्तःक्रिया करने में सुगमता होती है जो उनकी भावनाओं का सम्मान करते हैं। यह कहा जाता है कि जीवन की सांध्यबेला उन व्यक्तियों के लिए समस्यात्मक है जो स्वयं को इस अवस्था के लिए पूर्व में तैयारी नही ंकर लेतें हैं। अकेलेपन और अलगाव के कारण वृद्धजनों का सामाजिक जीवन व्याधिग्रस्त बनता जा रहा है। नगरीकरण, औद्योगीकरण आदि परिवर्तनकारी प्रक्रियाओं की परिणति वृद्धजनों के अलगाव में हुई है। वृद्धजनों की उचित देखभाल होने के साथ–साथ उनके अनुभवों से भावी पीढ़ी को मार्गदर्शन और प्रेरणा लेने की आवश्यकता है। आर्थिक विपन्नता, दैहिक अस्वस्थता, एवं असमायोजन वृद्धजनों की समस्याओं में प्रमुख हैं। वृद्धजनों का परिवार और समाज के साथ समायोजनपूर्ण अस्तित्व उनकी उत्तरजीविता के लिए आवश्यक है। हीनता की भावना और असामंजस्यपूर्ण व्यक्तित्व के कारण जहाँ एक ओर उनके दुःख की तीव्रता में वृद्धि होती है तो दूसरी ओर युवा पीढ़ी से उनके अलगाव को बढ़ावा मिलता है। आज के भौतिकवादी परिवेश में भारत की परंपरागत एवं प्राचीन अंतरपीढ़ीगत सामंजस्य का दर्शन दुर्लभ हो गया हैं। उपेक्षा के कारण वृद्धजनों में दीनता और हीनता के भावना में वृद्धि हो रही है। वृद्धजन कमजोरी, बीमारी, निराशा तथा अकेलापन की भावना से व्यथित रहते हैं। परंपरागत भारतीय समाज में वृद्धजनों की समस्याओं का निदान ग्राम, जातीय समूह और संयुक्त परिवार में हो जाया करता था । आधुनिकीकरण के फलस्वरूप इन आधारभूत संमाजिक संस्थाओं की मौलिक दशाओं में व्यापक परिवर्तन हुआ है।

आर्थिक समस्याएँ

वृद्धजनों की समस्याओं के निदान के लिए सरकार, स्वैच्छिक संस्थाओं, विशेषज्ञों आदि के सम्मिलित प्रयास की आवश्यकता है। आधुनिकीकरण, तकनीकी परिवर्तन और गतिशीलता के कारण लोगों के जीने के तौर–तरीकों और मूल्यों में परिवर्तन हुआ है। इन परिवर्तनों के कारण वृद्धजनों के

प्रति आदर भाव कम हुआ है। नई पीढ़ी अपने प्रजननमूलक परिवार पर ही अपनी आमदनी का अधिकतर भाग खर्च को आवश्यक और परिवार के वृद्धजनों पर व्यय को अनावश्यक मानती है। आज वृद्धजनों में अवसाद, असहायता, दुःख, अकेलापन आदि सामान्य बात है। कुछ वृद्धजन आर्थिक सहायता के अभाव में भिक्षाटन को मजबूर हैं। ऐसे वृद्धजनों को न तो संतानों द्वारा और न ही सरकारी–गैरसरकारी संस्थाओं द्वारा सहायता मिलती है। नई पीढ़ी परिवार के वृद्धजनों से अलग रहना चाहती है। 'माता–पिता' ने अपनी जिन संतति के परवरिश के लिए स्वयं की सुख–सुविधाओं की तिलांजलि दे दी, आज वही संतानें माता–पिता को भार समझने की भूल कर रहीं हैं। जहाँ एक ओर आर्थिक रूप से परनिर्भर वृद्धजन असम्मान, अकेलापन और अनेक अन्य कठिनाइयों का सामना करते हैं वहीं आत्मनिर्भर वृद्धजनों की समस्याएँ परनिर्भर वृद्धजनों की तुलना में कम होती हैं।

भारत में वृद्धजनों की एक बड़ी फौज न्यून आर्थिक स्तर पर जीवन जीने को अभिशप्त है। पेंशन विहीन सेवानिवृत्त वृद्धजनों की दशा पेंशनयुक्त सेवानिवृत्त वृद्धजनों से बदतर है। परंपरागत जीवन व्यतीत करने वाले वृद्धों में वंचना और दुख–दैन्य का स्तर सेवानिवृत्त वृद्धजनों की तुलना में कम होती है। पुनश्च, पेंशनयुक्त सेवानिवृत्त वृद्धजनों का मनोदैहिक स्वास्थ्य अच्छा देखा गया है। नई पीढ़ी अपने बच्चों के लालन–पालन पर व्यय को आवश्यक और अपने बूढ़े माता–पिता की उचित देखभाल करने में असक्षम मानती है। अतः वृद्धजनों का आर्थिक रूप से संपन्न होना उनके सुरक्षित एवं सुखमय बुढ़ापे के लिए एक प्रभावशाली कारक है।

स्वास्थ्यपरक समस्याएँ

विश्व स्वास्थ्य संगठन के अनुसार स्वास्थ्य होने का अर्थ निरोगी और सशक्त होना न होकर शारीरिक, मानसिक और सामाजिक रूप से सुखद होने की स्थिति का द्योतक है। वृद्धावस्था में स्वस्थ रहना व्यक्ति के जीवनशैली तथा आदत पर निर्भर करता है। ऐसे वृद्धजन जो आर्थिक रूप से विपन्न हैं, उनको संतुलित आहार और स्वास्थ्य की उचित देखभाल से वंचित पाया गया है। जीवन की सांध्यबेला में अस्वस्थता के कारण असमायोजन, अवसाद, और विदलन की समस्या उत्पन्न हो रही है । वृद्धावस्था को अनेक बीमारियों की सुग्राह्य अवस्था माना जाता है; जैसेः कब्ज, मोटापा, तनाव, उच्च–निम्न रक्तचाप, कैंसर, प्रोस्टेट की बीमारी, पारकिंसन रोग, अल्झाइमर रोग, मधुमेह, अनिद्रा आदि। ऐसे में जीवन की सांध्यबेला में वृद्धजनों को शारीरिक, मानसिक, आर्थिक और स्वास्थ्यपरक सहायता की आवश्यकता है। अच्छा मनोदैहिक स्वास्थ्य, व्यायाम, संतुलित एवं सुपाच्य आहार, सामाजिक सामंजस्य और अच्छा आर्थिक स्तर खुशहाल वृद्धावस्था के लिए अत्यावश्यक है। एक अध्ययन के अनुसार वृद्धावस्था में हृदयपरक रोग, आँत संबंधी बीमारी, मूत्रतंत्र की बीमारी, अवसाद, श्वसन संबंधी बीमारी, रक्तचाप की अनियमितता, दृष्टि–श्रवण संबंधी रोग, अस्थिपरक कमजोरी आदि की आवृत्ति बढ़ जाती है। मात्र सुखद आर्थिक दशा वृद्धजनों के सुखद जीवन की गारंटी नहीं देता है , अपितु परिवार के साथ सकारात्मक एवं भावनात्मक संबन्ध उनके मनःपटल पर सकारात्मक एवं सुखद प्रभाव डालता है।

मनोवैज्ञानिक और समायोजन की समस्याएँ

अकेलापन, अवसाद, असमायोजन, असहाय होने की भावना, याददाश्त का कम होना, नकारात्मक अनुभूति, विलगाव, भूमिका का अवनमन आदि अनेक मनोवैज्ञानिक समस्याएँ है, जो उम्र बढ़ने के साथ बढ़ती जाती है। परिवार, पड़ोस एवं समाज में वृद्धजनों का समायोजन कठिन हो जाना एक गम्भीर मनोवैज्ञानिक समस्या है। अस्वस्थ होने के कारण वृद्धजनों की जहाँ एक ओर मानसिक क्षमता में कमीं आती है तो दूसरी ओर उनमें असहायता, हीनता और चिंता की भावना घर कर जाती है। औद्योगीकरण, नगरीकरण आदि आधुनिक प्रक्रियाओं से वृद्धजनों का परिवार और समाज के साथ सम्यक् समायोजन नहीं हो पाता है। अनेक वृद्धजन इस बात से अप्रसन्न हैं कि संताने उनकी कदम–कदम पर उपेक्षा

और अपमान करतीं हैं। ऐसे में शारीरिक–मानसिक रूप से कमजोर वृद्धजनों को परिवार के सदस्यों से सहयोग की अपेक्षा होती है। वांछित सहयोग नहीं मिलने से वृद्धजनों की समस्याओं में वृद्धि हाती जाती है। उचित समाजीकरण के अभाव में संताने असहज व्यवहार करती हैं।

निष्कर्ष एवं सुझााव

वृद्धावस्था की सामाजिक, आर्थिक, मनोवैज्ञानिक, समायोजनपरक, स्वास्थ्यपरक आदि समस्याएँ जीवन की सांध्यबेला को मज़बूर और मज़लूम बनाने में अहम् भूमिका अदा करतीं हैं। शारीरिक–मानसिक स्वास्थ्य, सामंजस्य, आर्थिक स्वतंत्रता और संपन्नता से जीवन के चौथेपन की समस्या को न्यून किया जा सकता है। नई और पुरानी पीढ़ियों को विचारों में लोचशीलता लाने और एक–दूसरे के प्रति सकारात्मक भूमिका के संपादन की आवश्यकता है। वृद्धजनों की समस्याओं के कारण और निदान की खोज के लिए समाजशास्त्रियों, समाजकार्य विशेषज्ञों, स्वास्थ्य विशेषज्ञों, मनोवैज्ञानिकों, अर्थशास्त्रियों, शासको–प्रशासकों, नीति निर्धारकों, योजनाकारों आदि के संयुक्त प्रयास की आवश्यकता है। इनकी समस्याओं के निदानार्थ सक्षम एवं व्यावहारिक कानूनी पहल की आवश्यकता है, जो वृद्धजनों की सम्यक् सुरक्षा के लिए व्यक्ति, परिवार, समाज और सरकार की भूमिका को दिशा दे सके। सुपाच्य एवं संतुलित आहार, अच्छा शारीरिक–मानसिक स्वास्थ्य, सुखद परिवेश, अन्तरपीढ़ीगत सौहार्द तथा बेहतर आर्थिक दशा खुशहाल वृद्धावस्था के लिए अनतांत आवश्यक है। पुनश्च, जीवन की सांध्यबेला की पूर्व तैयारी हेतु वृद्धजनों को स्वस्थ एवं सरल जीवन शैली विकसित करने की आवश्यकता है।

संदर्भ ग्रंथ सूचीः

1. अटल, योगेश (2016), *भारतीय समाज नैरन्तर्य एवं परिवर्तन* दिल्ली ।
2. प्रदीप कुमार, धर्मेन्द्र प्रताप सिंह ''प्रोब्लेम्स ऑफ दी एजेड इन इंडिया'' इन *इंडियन जर्नल ऑफ सोशल रिशर्च,* 2008; 49:3।
3. चौहान, एस.के. 1987: ''एज एण्ड सोशल स्ट्रेटिफिकेशन'' इन *शर्मा, मदन लाल. एण्ड डाक, टी.एम. (एडि.) एजेइंग इन इण्डियाः चैलेंजेज फॉर दी सोसायटी;* दिल्ली।
4. हल्दर, अरुणा 1998: ''ओल्ड एजः एनसियंट एण्ड मॉडर्न टाइम्स'' इन *एजेइंग एण्ड सोसायटीः इंडियन जर्नल ऑफ जेरोन्टोलॉजी,* वोल. 8, नं. 3–4, जुलाई–दिसम्बर।
5. बालकृष्ण 1986: ''ओल्ड एज प्रॉब्लेम्स इन दी पर्सपेक्टिव ऑफ एज ट्रेट्स'' इन *वर्ल्ड कांग्रस ऑफ दी इंटरनेशनल सोसियोलॉजिकल एसोसिएशन (11वाँ, अगस्त 18–22, नई दिल्ली) प्रोसीडिंग्स* ।
6. रंजन, रेनू, 1986. ''एजिंग ईश्यूस इन इंडिया (विथ स्पेशल रेफरेंश टू बिहार)'' इन *वर्ल्ड कांग्रेस ऑफ दी इंटरनेशनल सोशियोलोजिकल एसोसिएशन (11 अगस्त 18–22. न्यू दिल्ली), पेपर्स* ।
7. रामनाथ, राजलक्ष्मी 1989: ''प्रॉब्लेम्स ऑफ दी एजेड'' इन *पाती, आर.एन. एण्ड जेना, बी. (ईडीएस.) एजेड इन इंडियाः सोशियो–डिमोग्राफिक डाइमेंशन;* नई दिल्ली, आशीष, पेज।
8. ''लोंगिंग टू बिलोंग'' इन हेल्थ फॉर मिलियन्स, वोल. 25, नं. 5, सितम्बर–अक्टूबर, 1999।
9. मिश्रा, सरस्वती 1999: (''प्रोब्लेम्स ऑफ दी एजेड एण्ड दियर्स सोल्यूशन्स'') इन *इंटरनेशनल कान्फरेन्स ऑन जेरियाट्रिक्स एण्ड जेरेन्टोलॉजी (नवंबर 12–14, नई दिल्ली) सूवेनिर `म अब्सट्रैक्ट बुक;* पेज. 61 (मीमिओग्राफड)।
10. कोहली, डी.आर. 1987: ''चैलेंज ऑफ एजिंग'' इन *शर्मा, एम.एल. एण्ड डाक, टी. एम. (ईडीएस.) एजिंग इन इंडियाः चैलेंज फॉर दी सोसायटी*; दिल्ली, अजंता।

11. वाखरे, एम.एम. 1995: ''इंटरनेशनल ईयर ऑफ दी फेमिलीः इंडिया एण्ड दी एजेड (60 एण्ड अबव)'' इन वन्यजाति, वोल. 43, नं0 4, जनवरी, पेज।
12. https://hi.m.wikipedia.org>wiki.
13. भाटिया, एच.एस., 1983. एजिंग एण्ड सोसायटीः ए सोशियोलॉजिकल स्टडी ऑफ रिटायर्ड पब्लिक सर्वेंट्सः उदयपुर, आर्यास बुक सेन्टर।
14. थापर, जी.डी. 1994: लाइफ आफ्टर फिफ्टी; नई दिल्ली, यूबीएस ।
15. नयर, पी.के.बी. 1990: प्रॉब्लेम्स एण्ड नीड्स ऑफ दी एजेड इन इंडिया'' इन वर्ल्ड कांग्रेस ऑफ सोश्योलॉजी (जुलाई 9–13, स्पेन) पेपर्स ।
16. नटराजन, वी.एस. 1995: एजिंग व्युटिफुली; मद्रास शक्ति पथिपगम ।
17. पाठक, जे.डी., 1982 ''हेल्थ प्रॉब्लेम्स ऑफ दी एजेड इन इंडिया'' इन देसाईष के.जी. (ईडी.), एजिंग इन इंडिया; बाम्बे, टाटा इंस्टीट्यूट ऑफ सोशल साइंसेज।
18. राममूर्ति, पी.वी., 1970. ''लाइफ सैटिसफैक्शन इन दी ओल्डर ईयर्स'' इन इंडियन जर्नल ऑफ जीरेन्टोलॉजी, वोल. 2, नं. 3–4, जुलाई–अक्टूबर।
19. पीटर, टॉन्सेण्ड 1957: दी फेमिली लाइफ ऑफ ओल्ड पीपल।
20. कुमार, पी. एण्ड सिंह, डी.पी., 2008. ''प्रॉब्लेम ऑफ दी एजेड इन इंडिया'' इन *इंडियन जर्नल ऑफ सोशल रिशर्च,* 49:6 ।
21. मोहन्ती, 1989 ''रिटायर्ड गवर्नमेन्ट सर्वेन्ट्स एण्ड दीयर प्रॉब्लेम्स ऑफ सोशियो साइकोलॉजिकल एडजस्टमेन्ट'' इन पाती, आर.एन.एण्ड जेना. बी. (ईडीएस.), *एजेड इन इंडियाः सोशियो डिमोग्राफिक डाइमेन्शन्स;* नई दिल्ली, आशीष।
22. नायर, पी.के.बी. 1980: ए स्टडी ऑफ दी वर्किंग ऑफ ओल्ड एज पेंशन स्कीम इन केरल; रिसर्च रिपोर्ट, न्यू दिल्ली, डिपार्टमेंट ऑफ सोशल वेलफेयर ।
23. मिश्र, सरस्वती 1987: सोशल एडजस्टमेंट इन ओल्ड एज; दिल्ली, बी.आर. पब्लिशिंग कारपोरेशन ।
24. नायर, पी.के.बी. 1989–90: ''प्रोब्लेम्स एण्ड नीड्स ऑफ इंडियाः ए मैक्रो पर्सपेक्टिव'' इन जर्नल ऑफ सोशल रिसर्च, वोल. 32–33, नं. 1–2, मार्च–सितम्बर।