घरातली पिकली पानं

वय झालं की, चांगलं वागता यावं ही साधनाच असते, आणि वय झालेल्या माणसाशी चांगलं वागता येणं हा संस्कार असतो. खरं तर लहान मुलांसाठी जशी चांगल्या पाळणाघराची गरज वाढते आहे तशीच वयस्कर लोकांसाठी चांगल्या डे-केअर सेंटर्सचीही गरज आहे.. कारण समाजाची नीतिमत्ताही समाज मुलांसाठी आणि वृद्धांसाठी काय करतो यावरच अवलंबून असते ना?

पालकांच्या कार्यशाळा झाल्या की पालक हमखास एक मागणी करतात, "आता एकदा आमच्या आजी-आजोबांसाठी कार्यशाळा घ्या आणि त्यांना हे सगळं समजावून सांगा." एकदा खरंच आम्ही आजी-आजोबांची कार्यशाळा घेतली. त्यांच्याही बऱ्याच अपेक्षा पुऱ्या होत नव्हत्या आणि शेवटी सर्व तक्रारी सांगून तेही म्हणाले, "हे आमच्या सुनांना सांगा."

घरातल्याच माणसाला आपल्याला काहीतरी सांगायचं आहे, पण सांगता येत नाही ही परिस्थिती स्वतला न पटणारी असते. तरी ती घरोघर असते. मुळात माणसं वयस्कर झाली की त्यांचा संवादाचा वेग मंदावतो. त्याचा तरुणांना कंटाळा येतो कारण तरुण पिढी सतत घाई-गडबडीत असते. हल्ली टीन एजर्ससुद्धा आईला सांगतात, 'काय सांगायचं ते तीन वाक्यात सांग' त्यापेक्षा जास्त ऐकून घ्यायची त्यांची तयारी नसते. 'व्हॉटस् ॲप'वरदेखील मेसेज थोडा मोठा झाला तरी कोणी वाचत नाही. अशी ही सुपरफास्ट पिढी आहे. ती दोन पिढय़ांपूर्वीचं ज्ञान कसं समजून घेईल?

आजी-आजोबा-नातवंडं-सून यांचे अनेक प्रकार पाहायला मिळतात. सून नोकरी करते म्हणून आजीनं मुलाकडे पाहायचं ठरवलं. पण ते पाहणं म्हणजे जणू काही नातवाचा ताबाच घेतला त्यांनी. ती त्याला आईकडे जाऊ देत नसे. त्यामुळे आई अस्वस्थ! आजी-आजोबा टी.व्ही. पाहत बसतात आणि नातवंडंही त्यांच्या शेजारी जाऊन बसतात. मग अभ्यास होत नाही ही तक्रार अनेक माता करतात. घरात सून आली की सर्व काम तिच्यावर सोपवून सासूबाई आराम करतात हेही दृश्य दिसतं. वयस्कर माणसांना झोप कमी लागते. मग पहाटे लौकर उठून घरात इतरांना हाका मारत राहणारे आजी-आजोबा असतात. आजी-आजोबांच्या स्वच्छतेच्या सवयी चुकीच्या असू शकतात. त्याचा सुनांना त्रास होतो. काही आजोबांना असं वाटतं की, सुनेने आपल्याला वेळेवर जेवायला वाढावं आणि आपण बाहेर हिडावं, पण घरात तिला काही मदत हवी आहे का, हेसुद्धा त्यांनी विचारायला हवं. आजी-आजोबा मुलाच्या आणि मुलीच्या मुलांमध्ये उघडउघड भेदभाव करतात त्याचं सुनांना वाईट वाटतं. एक आजोबा तर असे पाहिलेत की, त्यांनी कष्टाने,

व्यवसाय करून खूप पसे मिळवले या गोष्टीचा त्यांना प्रचंड अभिमान होता. मग ते सर्वानाच राबवत राहायचे. त्यांच्यापेक्षा २-४ वर्षांनीच लहान असलेली वयस्कर बायको त्यांना हातात पाणी देणार, चहा देणार, जेवायला वाढू का? विचारायचं, वाढलं की जेवायला येता का? विचारायला जायचं असा कारभार! रात्री त्यांचे पाय बायकोने चेपून द्यायचे. तिचेही पाय दुखायचे पण ते कोण चेपणार? शिवाय वर ते म्हणायचे, ''जवळ कोणीतरी केअर-टेकर हवा म्हणजे इतरांची मदत लागत नाही'' त्यांच्या मनातही येत नसे की तिला नाही का केअर-टेकरची जरूर?

काही आजी-आजोबांना बोलायची फार सवय असते. सतत उपदेश चालू असतो. कधी त्यांना असं वाटतं की आपण एवढे सांगत होतो तरी या मुलांनी ऐकलं नाही. मग 'ढचडक'चा जप सुरू होतो. 'ढचडक' याचा अर्थ तरी (ढ) मी (च) सांगत (ड) होतो (क).

काही आजी-आजोबांच्या तब्येती चांगल्या असतात. मग ते नातवाला शाळेत, ग्राऊंडवर पोचवायला जातात. नातवंडांना सांभाळतात. त्यांची शांतपणे केलेली मदत घरात असते, त्यामुळे घरही शांत राहातं. घरात काही प्रश्न निर्माण होत असले तर सर्वानी, खरं तर मुलांसकट सर्वानी एकत्र बसावं, आपले प्रश्न मांडावेत, आपली मतं मोकळेपणाने सांगावीत याची गरज असते. त्याशिवाय प्रश्न मिटत नाहीत. नातवाची खरी काळजी घ्यायची त्याच्या आईने, आपण फक्त तिच्या गरहजेरीत मुलाचा सांभाळ करू हे आजीनं ठाम ठरवावं. इतरांना बोलून दाखवावं. अभ्यासाच्या वेळी घरात टी.व्ही. बंद असं ठरवावं. घर मोठं असेल, आर्थिकदृष्टय़ा शक्य असेल तर आजी-आजोबांना स्वतंत्र टी.व्ही. द्यावा. घरात सून आली आहे, सासूबाईंची तब्येत चांगली आहे तर कशाला कामं सोडून द्यावीत? वयस्कर लोक जेवढे कामात गुंतलेले राहतील तितकी त्यांची तब्येत चांगली राहते. पहाटे लौकर उठणारे आजी-आजोबा स्वतचं आवरून फिरायला गेले तर सर्वात चांगलं. त्यांनी इतरांना उठवण्याच्या भानगडीत पडू नये. बरेच लोक हास्यक्लबमध्ये जातात, व्यायाम करतात. स्वच्छतेबाबत तर वयस्करांनी जास्त काळजी घ्यायला हवी. कुठेही हात पुसणे टाळावे. सुना जर सासऱ्यांचं सगळं करतच असतील तर एखाद्यावेळी सुनेनं म्हटलं, ''घरात थांबता का दहा मिनिटं? मी मुलीला शाळेतून घेऊन येते. पुढे तिला शाळेत कार्यक्रम आहे'' तर सासऱ्यांनी थांबावं ना पाच-दहा मिनिटं! पण ते आपल्या विचारात असतात. त्यांना सुचत नाही. मुद्दाम करतात असं नाही. बायकोने आपली सर्व सेवा करावी असा आग्रह धरणारे आजोबा त्यांना काय म्हणावं? त्यांची बायको मनातून त्यांचा किती राग-राग करत असेल! अशा माणसाचा शेवटी सगळे राग-राग करत असतील? सतत उपदेश करणारे आजोबा- त्यांनी इतर गोष्टीत मन रमवावं हे चांगलं. पण असे एकेका वाक्यात तोडगे थोडेच निघतात! वय झालं की, चांगलं वागता यावं ही साधनाच असते, आणि वय झालेल्या माणसाशी चांगलं वागता येणं हा संस्कार असतो. खरं तर लहान मुलांसाठी जशी चांगल्या पाळणाघराची गरज वाढते आहे तशीच वयस्कर लोकांसाठी चांगल्या डे-केअर सेंटर्सचीही गरज आहे. त्यांना तिथे खेळांच्या, गप्पा मारण्याच्या, विश्रांती घेण्याच्या, साधं काही खाण्याच्या, चालण्याच्या, व्यायामाच्या सोयी असाव्यात. त्यांचं घरही तुटू नये अशी गरज आहेच. शिवाय मित्रमंडळी मिळतात ते वेगळंच.

सध्याची, काम करणारी पिढी खरोखर ताणात जगते आहे. त्यांना कशालाच वेळ नाही. मुलांकडे लक्ष द्यायलाही नाही आणि घरातल्या वयस्करांकडेही! अनेक लोक ओढाताण सोसूनही आपल्या आई-वडिलांचं,

सासू-सासऱ्यांचं करताना दिसतात. ज्येष्ठांकडून असा प्रयत्न हवा की मी माझी तब्येत चांगली ठेवीन, झेपतील ती कामं करीन आणि घरातल्या नंतरच्या पिढय़ांना समजून घेईन, त्यांना उपदेश करणार नाही. वेडंवाकडं बोलणार नाही, घरात आनंदाचं वातावरण राहावं असा प्रयत्न करीन.

कित्येक घरात याहून गुंतागुंतीचे आर्थिक प्रश्नही असतात. शहरात राहिलं की, जागा, सोयी, रस्त्यावरची गर्दी असे अधिक प्रश्न वृद्धांना त्रासदायक ठरतात. आपण सर्वानी मिळून हे प्रश्न सोडवायला हवेत, कारण कुटुंबातल्या माणसांचं कुटुंबाने काही करायचं तर कुणी करायचं?

समाजाची नीतिमत्ताही समाज मुलांसाठी आणि वृद्धांसाठी काय करतो यावरच अवलंबून असते ना? वयस्कर माणसांचे काही आग्रह तरुणांनी समजून घ्यावेत असे असतात. काही आज्यांचा असा आग्रह असतो की घरातल्या कुणीही बाहेर खाऊन येऊ नये. हा आग्रह तब्येतीच्या, पर्यावरणाच्या दृष्टीनी योग्यच आहे. पण सून जर म्हणू लागली, मला स्वयंपाक करणं आवडत नाही मी स्वयंपाकाला बाई ठेवीन किंवा बाहेरचं मागवीन तर ती आजी काय करेल? एकत्र राहून भांडणं होतात म्हणून मुलानं आजी-आजोबांना स्वतंत्र घर घेऊन दिलं तर 'काय हा उगाचचा खर्च?' असं वयस्करांना वाटणारच ना! तरुण पिढीने वाढदिवसाच्या पाटर्य़ा, गिफ्टस्, केक, रिटर्न गिफ्टस् हे कल्चर स्वीकारलं आहे. त्यात वाढदिवसाला ओवाळणं, रांगोळी काढणं हे सगळं जुन्यात जमा झालं आहे याचं आजी-आजोबांना वाईट वाटतं. सतत खरेद्या, कर्ज काढून मोठय़ा खरेद्या हे तरुण पिढीच्या हिशेबात बसतं, त्याचं वयस्करांना दडपण येतं. दर दोन-तीन महिन्यांनी आऊटिंगला जाण्याची कल्पना वयस्करांना पटत नाही. अशी नवी 'लाइफस्टाईल' घरातल्या वयस्करांना कोडय़ात टाकते. स्वीकारावी लागते. तिचा रागही येतो.

तरीही या सगळय़ात आर्थिक बाजू आपल्या परीने पारदर्शक ठेवावी हे चांगलं. त्यात गुपितं नसावीत आणि दुर्लक्षही नसावं. आपला मेडिकल इन्शुरन्स केलेला असावा, आपलं 'प्रॉपर्टी विल' केलेलं असावं. त्याचबरोबर आपल्या शेवटच्या आजारात मुलांनी अनावश्यक खर्च करत राहू नये म्हणून 'लिव्हिंग विल'ही केलेलं असावं. या वैद्यकीय सूचना आवश्यक असतात.

आमच्या आजीचं तिच्या मुला-नातवंडांवर खूप प्रेम होतं हे आम्हाला जाणवलं. ते आमच्यात मुरलं. ती साधीसुधी बाई होती, पण तिला सर्वाची काळजी असे. तिच्याकडून शक्य ते ती सर्व करत असे. जावयासाठी लाहय़ाचं पीठ तिनं कौतुकानं वर्षानुवर्षे पाठवलं आणि "आमच्या सासूबाईंनी पाठवलं" म्हणून दहा जणांना सांगत जावयानं ते चवीनं खाल्लं. प्रेमाचं नातं असं तयार होतं. ती जेव्हा गाईची धार काढायला गोठय़ात जायची तेव्हा जाता-जाता माझा हात धरून मला न्यायची आणि मग धारोष्ण दूध प्यायला द्यायची. मुलांसाठी शेतावरून आंबे मागवून घ्यायची. आजी आणि तिच्या लेकी खूप गप्पा मारायच्या. आजी-लेकींना-सुनांना न्हाऊ घालायची. मला पहिलं मूल झालं तेव्हा आजी बाळंतपण करायला आईच्या मदतीला धावून आली. आमचा चार पिढय़ांचा फोटोही काढला होता.

आयुष्यभर तिनं सर्वाना प्रेम दिलं आणि भरपूर कष्ट केले. तिच्या मुला-नातवंडांचं भरपूर प्रेम तिला मिळालं. ती शेवटपर्यंत निरोगी, खणखणीत होती. एखादं झाड वठत जावं तशी ती शेवटी शांतपणे गेली. सगळय़ात नवल वाटायचं ते दरवेळी मे महिन्यात आम्ही परत यायला निघालो की ती रडायची आणि आई-मावशा पण रडायच्या. त्या का रडतात सगळय़ा हे मी आईला विचारलं, पण तिनं रडतच नुसता

माझ्या पाठीवरून हात फिरवला. त्या हातानं थोडंसं सांगितलं ते मला कळलं ते असं की, "प्रेम असलं माणसाच्या मनात की ते असं वेळी अवेळी पाणी बनून डोळय़ातून बाहेर येतं." घराघरात पसरू पाहणाऱ्या कोरडेपणाला, रुक्षपणाला या पाण्याचं िशपणच हवं आहे. त्यातून आपले आजचे कोवळे कोंब तरारून उठतील.

शेवटी एकच छोटी गोष्ट. एका घरात पाहुणे आले की आजी-आजोबांना त्यांच्या खोलीत बंद करून ठेवलं जाई. घरातला मुलगा एकदा ते कुलूप घेऊन खेळत होता तो ते आई-बाबांना परत देईना. त्याला कारण विचारलं तर म्हणाला, "मला हे कुलूप पाहिजे. तुम्ही म्हातारे झालात की तुम्हाला याच खोलीत बंद करून ठेवावं लागेल ना मला?"

-शोभा भागवत -shobhabhagwat@gmail.com

First Published on June 20, 2015 12:04 pm

Web Title: care of elderly people in home

टॅग: Care-of-elderly,Care-of-elderly-people,Elderly-care

News from e-generator.net