নিঃসংগতা বৃদ্ধকালৰ অভিশাপ। বৃদ্ধকালীন যন্ত্ৰণা, বৃদ্ধকালীন অৱসাদ। উপাৰ্জনক্ষম অৱস্থাত পৰিয়ালৰ সকলোৰে প্ৰিয়পাত্ৰজন অৱসৰপ্ৰাপ্ত অৱস্থাত হৈ পৰে সকলোৰে এলাগি। "যাবৎ বিত্ত উপাৰ্জন শক্তঃ, তাৱৎ নিজ পৰিবাৰো ৰক্তঃ, পশ্চাৎ ধাৱতি জৰ্জৰ দেহ, বাৰ্তাং পৃশ্বতি কোহ্‌পিন গেহে...।" অৰ্থাৎ যেতিয়ালৈকে একোজন লোক উপাৰ্জনক্ষম হৈ থাকে, তেতিয়ালৈকেহে তেওঁৰ পৰিয়ালৰ লোকে তেওঁৰ শলাগ লয়। যেতিয়াই এদিন তেওঁ বৃদ্ধ অৱস্থালৈ গতি কৰি নিজৰ দেহ উপাৰ্জনৰ বাবে অক্ষম কৰি তোলে, তেতিয়া মাত এষাৰ দিবলৈকো তেওঁৰ ওচৰলৈ কোনো নাহে।

নিঃসংগতাবোধ ঃ বিয়লি বেলাৰ কৰুণ সংগীত

দুৰ্লভ বুঢ়াগোহাঁই

কথাবোৰ এনেকৈয়ো ভাবি ল'ব পাৰি। এদিন পতি-পত্নী, পুত্ৰ-বোৱাৰী, নাতি-নাতিনীৰে পৰিপূৰ্ণ ঘৰ এখনেই আছিল। কালে পত্নী অথবা পতিক হৰি নিয়াৰ পাছত থাকিল কি! তেতিয়াও সকলো আছিল, নাই হয়তো ঘৰৰ মূল মানুহজন নাইবা গোটেই সংসাৰখন মূৰত কঢ়িয়াই ফুৰা গৃহিণীগৰাকী। পুত্ৰ-বোৱাৰী নিজক লৈ ব্যস্ত। উপায়ো যে নাই। জীৱিকাসূত্ৰে সিহঁত দিহিঙে-দিপাঙে থাকিবলগীয়া হৈছে। বোৱাৰীহঁতো কৰ্মস্থলীলৈ যাব লাগে। ৰুগ্ন শহুৰ-শাহু। ভাগে ভাগে খাদ্যবস্তু, ঔষধপাতি বিছনাৰপৰা ঢুকি পোৱা অৱস্থাত থৈ যায়। এতিয়া ঘৰখনত বিৰাজ কৰে এক মহাশূন্যতা আৰু অবাক নিৰ্জনতা।

'পিছে শূন্যতা নাই ক'ত। অন্তৰীক্ষ আগুৰি আছে বিৰাট শূন্যতাই। বিশ্বব্ৰহ্মাণ্ডৰো সৃষ্টি হৈছে মহাশূন্যৰপৰাই। শূন্যতেই জন্ম, স্থিতি আৰু লয়। আমাৰ জীৱনৰ আৰম্ভণিও শূন্যৰপৰাই আৰু শূন্যতেই শেষ। ভাবি আমি সান্ত্বনা লভিব পাৰোঁ—মানুহ হোৱাৰ অৱশ্যম্ভাবী চৰ্তই হ'ল শূন্যতাৰ উপলব্ধি। অৱচেতন মনত আমিও কাৰোবাৰ বাবে অপেক্ষা কৰি থাকোঁ। মনৰ নিভৃতিত কৰুণভাৱে নিজকে বিচাৰি নোপোৱাৰ নিস্ফল প্ৰয়াস। তেতিয়াই নিঃসংগতাৰ গান বাজি উঠে।'

নিঃসংগতা বৃদ্ধকালৰ অভিশাপ। বৃদ্ধকালীন যন্ত্ৰণা, বৃদ্ধকালীন অৱসাদ। উপাৰ্জনক্ষম অৱস্থাত পৰিয়ালৰ সকলোৰে প্ৰিয়পাত্ৰজন অৱসৰপ্ৰাপ্ত অৱস্থাত হৈ পৰে সকলোৰে এলাগি। "যাবৎ বিত্ত উপাৰ্জন শক্তঃ, তাৱৎ নিজ পৰিবাৰো ৰক্তঃ, পশ্চাৎ ধাৱতি জৰ্জৰ দেহ, বাৰ্তাং পৃশ্বতি কোহ্‌পিন গেহে...।" অৰ্থাৎ যেতিয়ালৈকে একোজন লোক উপাৰ্জনক্ষম হৈ থাকে, তেতিয়ালৈকেহে তেওঁৰ পৰিয়ালৰ লোকে তেওঁৰ শলাগ লয়। যেতিয়াই এদিন তেওঁ বৃদ্ধ অৱস্থালৈ গতি কৰি নিজৰ দেহ উপাৰ্জনৰ বাবে অক্ষম কৰি তোলে, তেতিয়া মাত এষাৰ দিবলৈকো তেওঁৰ ওচৰলৈ কোনো নাহে।

আধুনিক যুগটোৱেই হৈছে তেনে। আমি প্ৰত্যেকেই প্ৰত্যেকৰপৰা বিচ্ছিন্ন নিৰ্জন দ্বীপৰ বাসিন্দা। আমি প্ৰত্যেকেই আজি মূল্যবোধৰ চিকাৰ। আমি ভুগিছোঁ যুগ-যন্ত্ৰণাত।

নিঃসংগতাক এনে সংজ্ঞাৰেও বান্ধিব পাৰি—"নিঃসংগতা হ'ল আনৰ কাৰণে জীয়াই থকা কাৰ্যৰ প্ৰতি অনিচ্ছা আৰু অক্ষমতা। নিঃসংগতাৰ সৈতে আকৌ মানসিক অৱসাদগ্ৰস্ততাৰ সম্পৰ্ক আছে।

◆◆

আধুনিক জীৱনযাত্ৰাৰ পদ্ধতিয়ে নগৰ-মহানগৰত বাস কৰা বহু লোকৰ জীৱনলৈ নিঃসংগতাবোধ নমাই আনিছে। বহুতৰ মাজত থাকিও অনেক বৃদ্ধ-বৃদ্ধাই একাকিত্ববোধ কৰিব লগা হৈছে। এই নিঃসংগতাবোধ তথা একাকিত্বৰ কৰাল গ্ৰাসৰপৰা নিস্তাৰ লাভৰ উপায় হিচাপে অ'ত-ত'ত গঢ়ি উঠিছে বৃদ্ধাশ্ৰমবিলাক। বাস্তৱিক অৰ্থত এনে বৃদ্ধাশ্ৰমে জীৱনত সকলো এদিন পায়ো শেষ জীৱনত সৰ্বস্ব হেৰুৱাই পেলোৱাৰ নিকৰুণ বেদনা কিমানখিনি উপশম কৰিব পাৰিছে।

◆◆◆

অৱসাদগ্ৰস্ততানো কি? অন্তৰ্মুখিতা, অত্যধিক দুশ্চিন্তা, নৈৰাশ্যপূৰ্ণতা, বিমৰ্ষতা, নিজক আৰু আনক সমালোচনা কৰাৰ মনোবৃত্তি, অত্যধিক সহনশীলতা, সদায় কিবা নহয় কিবা এটা বস্তুৰ অভাৱৰ কথা ভবা ইত্যাদিক ক'ব পাৰি অৱসাদগ্ৰস্ত ব্যক্তিৰ গুণ।"

নিৰ্জনতাকে আমি বহুতে নিঃসংগতা বুলি ভাবোঁ। আচলতে নিৰ্জনতাই নিঃসংগতা নুবুজায়। দাৰ্শনিক বিচাৰত আমি প্ৰত্যেকেই বুকুৰ মাজত একোখন শূন্য ঘৰ কঢ়িয়াই লৈ ফুৰোঁ। এই ভাবকে কোনোৱে আনৰ আগত ব্যক্ত কৰে, কোনোৱে নকৰে। আমি যে পৃথিৱীলৈ আহিলোঁ অৱধাৰিতভাৱেই শূন্যৰ সৈতে আমাৰ আন্তৰিক আৰু অনিবাৰ্য সম্পৰ্ক গঢ়ি উঠিল। কাৰণ মানুহ হোৱাৰ অৱশ্যম্ভাবী চৰ্তই হ'ল শূন্যতাৰ উপলব্ধি। অৱচেতন মনত আমিও কাৰোবাৰ বাবে অপেক্ষা কৰি থাকোঁ। মনৰ নিভৃতিত কৰুণভাৱে নিজকে বিচাৰি নোপোৱাৰ নিস্ফল প্ৰয়াস বিৰিঙি থাকে। তেতিয়াই নিঃসংগতাৰ গান বাজি উঠে।

পৰিৱৰ্তিত সময়ৰ সৈতে নিজক খাপ খুৱাই জীৱনটোক পৰিচালনা কৰিব নোৱৰাৰ ফলতে মানুহ অসুখী হয়। এইষাৰ কথাকে মাৰ্ছেল প্ৰুষ্টৰ ভাষাৰে সুৰ মিলাই ক'ব পাৰি। সেয়েহে জাৰ্মান নাট্যকাৰ বাৰ্ট'ল্ড ব্ৰেখটে কৈছিল—"সময়ৰ সৈতে খাপ খুৱাই ল'ব নোৱৰা জীৱন যিমান ভয়লগা আনকি মৃত্যুও তাতোকৈ কম ভয়ংকৰহে। একেটা সুৰতে গ্ৰীক দাৰ্শনিকসকলেও কয় যে জীৱনৰ কৃতকাৰ্যতাও শৃংখলাবদ্ধ জীৱনৰ ওপৰতেই নিৰ্ভৰ কৰে।"

আধুনিক জীৱনযাত্ৰাৰ পদ্ধতিয়ে নগৰ-মহানগৰত বাস কৰা বহু লোকৰ জীৱনলৈ নিঃসংগতাবোধ নমাই আনিছে। বহুতৰ মাজত থাকিও অনেক বৃদ্ধ-বৃদ্ধাই একাকিত্ববোধ কৰিব লগা হৈছে। এই নিঃসংগতাবোধ তথা একাকিত্বৰ কৰাল গ্ৰাসৰপৰা নিস্তাৰ লাভৰ