

स्वास्थ्य के लिये वास्तुकला

डॉ राजा सिंह

हम अपनी इमारतों को आकार देते हैं और बाद में यही इमारतें हमें अपने अनुसार ढालती हैं
- विंस्टन चर्चिल

मौजूदा समय में हम अपना काफी वक्त बंद कमरों में गुजारते हैं। पहले हमारे जीवन का प्रकृति के साथ लगातार तालमेल था। हमारी दिनचर्या सूरज उगने से जुड़ी थी। हमारे जीवन की लय सूर्य के साथ कदमताल करती थी। लेकिन हम अपनी मौजूदा जीवनशैली में इंसान को प्रतिदिन संचालित करने वाली इमारती सुविधाओं और उपयोगिताओं पर ज्यादा-से-ज्यादा निर्भर होते जा रहे हैं। इन सुविधाओं में प्रकाश और वायु संचार के कृत्रिम साधन शामिल हैं। बेशक, हमने बंद कमरे की जिस जीवनशैली को चुना है उसे छोड़ना संभव नहीं होगा। लेकिन स्वास्थ्य और तंदुरुस्ती की देखभाल के लिये उसमें सुधार तो किया ही जा सकता है। स्वास्थ्य के बारे में हमारी आम धारणा का संबंध सिर्फ रोगों से है। लेकिन विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यूएचओ) ने इसकी एक ज्यादा व्यापक परिभाषा दी है। उसके अनुसार स्वास्थ्य

का मतलब सिर्फ रोगों और दुर्बलता की अनुपस्थिति ही नहीं है। इसमें संपूर्ण शारीरिक, मानसिक और सामाजिक सेहत भी शामिल है। यह परिभाषा हमारी पुरानी वैश्विक समझ को तोड़ती है जिसमें सिर्फ रोगों के निवारण पर ध्यान केंद्रित किया गया था। वास्तव में स्वास्थ्य के दायरे में उपशमन, संबर्द्धन, उपचार, पुनर्वास और देखभाल शामिल हैं। हमारा देश आयुष्मान भारत के तहत इस दिशा में कदम उठाते हुए स्वास्थ्य और तंदुरुस्ती केंद्रों की स्थापना कर रहा है। हमने उपचारात्मक स्वास्थ्यसेवा के संकुचित दृष्टिकोण से आगे बढ़ते हुए इसमें तंदुरुस्ती को भी शामिल किया है।

1914 में लखनऊ में अखिल भारतीय स्वच्छता सम्मेलन का आयोजन किया गया था। इसमें स्वास्थ्य और तंदुरुस्ती के सिद्धांतों को शामिल करते हुए भवन और नगर योजना के मौजूदा प्रतिमान की बुनियाद रखी गयी। इसमें कहा गया कि गलियों में समुचित



'ओपन जिम' प्रकृति के बीच कसरत करने की आदत डाल रहे हैं

लेखक नयी दिल्ली के स्कूल ऑफ प्लानिंग एंड आर्किटेक्चर में वास्तुकला विभाग में विजिटिंग फ़ैकल्टी हैं। ईमेल : rajaphd@spa.ac.in



गुजरात में केवडिया रेलवे स्टेशन ऊर्जा कुशल प्रकाश व्यवस्था से सुसज्जित है और ग्रीन बिल्डिंग सर्टिफिकेशन वाला देश का पहला रेलवे स्टेशन है

रोशनी होनी चाहिये। सड़कों की चौड़ाई प्रकाश की उपलब्धता के अनुसार रखी जानी चाहिये। इससे भवनों के अंदरूनी हिस्सों में सूरज की रोशनी की पर्याप्त उपलब्धता सुनिश्चित की जा सकेगी। यह सिद्धांत भारत में बाद में निर्धारित सभी शहरी नियमों और नगर योजनाओं का आधार है। सूर्य के प्रकाश और प्राकृतिक वायु संचार को समग्र उपचार के रूप में देखा गया है। इसे तपेदिक की दवा सामने आने से काफी पहले से ही इस तरह के रोगों का उपचार माना गया है। कहा जाता है कि वास्तुकला में आधुनिकतावादी आंदोलन सिर्फ औद्योगिक क्रांति के परिणामस्वरूप ही विकसित नहीं हुआ। यह पुराने जमाने में बीमारियों का समाधान माने गये आरोग्य आश्रमों का भी नतीजा था। इस सम्मेलन में मच्छर मुक्त मकान को प्रदर्शित किया गया। इसके बाद ही मकानों में मच्छरों का प्रवेश रोकने के लिये खिड़कियों में जाली लगाने जैसा सामान्य उपाय किया जाना लगा। सुविचारित वास्तुकला इस तरह के बुनियादी समाधानों को सामने ला सकती है।

हम भारतीय विश्व के जिन महान शहरों में साल-दर-साल सैलानी या प्रवासी के तौर पर जाते रहे हैं उनका इतिहास हमें हैरान कर सकता है। लंदन और पेरिस को बड़े पैमाने पर आग और बदबू जैसी चुनौतियों का सामना करना पड़ा है। हम विकासशील देश के रूप में स्वास्थ्य, स्वच्छता और रोगों से संबंधित जिन समस्याओं का

वर्तमान में सामना कर रहे हैं उनसे इन शहरों को पहले ही गुजरना पड़ा था। पश्चिम के शहरी प्रयोगों के परीक्षित नतीजे हमारे लिये मददगार हो सकते हैं। हम नगर योजना और स्वास्थ्य के अपने उस पारंपरिक ज्ञान का भी उपयोग कर सकते हैं जिसे हमने समय बीतने के साथ ही भुला दिया है।

भारत को स्वास्थ्य और तंदुरुस्ती के उपायों के क्रम में असंक्रामक और असंचारी रोगों के संकट का भी सामना करना पड़ रहा है। इस तरह की बीमारियों में हृदय रोग और कैंसर सबसे ऊपर है। लेकिन सवाल उठता है कि इसका वास्तुकला से क्या संबंध है? वास्तव में, अगर समुचित ध्यान दिया जाये तो वास्तुकला और नगर योजना असंचारी रोगों को घटाने में काफी मददगार हो सकती है। हमारे शहरी विन्यास में घरों के नजदीक पार्क जैसे वर्जिश और मनोरंजन के स्थलों की मौजूदगी स्वस्थ जीवन की कुंजी बन सकती है। हृदय रोग से बचने के लिये जिस सक्रिय जीवन शैली की जरूरत होती है उसमें साइकिल ट्रैक, साइकिलों की उपलब्धता, मोटर वाहन वर्जित क्षेत्र और हरित पट्टी काफी मददगार हैं। शारीरिक और मनोदैहिक कारणों पर गौर करें तो वास्तुकला और कैंसर के बीच भी संबंध है। वाष्पशील कार्बनिक यौगिकों से लंबे समय तक संपर्क कैंसरकारी साबित हो सकता है। इसलिये भवन निर्माण में अकैंसरकारी पेंटों, फर्नीचर पॉलिशों और गृह सामग्रियों

का इस्तेमाल जरूरी है ताकि वाष्पशील कार्बनिक यौगिकों का जमाव रोका जा सके। जहां तक मनोदैहिक नज़रिये का सवाल है भवनों को आंखों और मन को सुकून देने वाला होना चाहिये। एक अच्छी डिज़ाइन वाली इमारत कामकाज की रोजमर्रा की नीरसता और तनाव को दूर करती है।

भारत ने हाल के वर्षों में स्थापत्य में काफी प्रगति की है। हर जगह विशाल महत्वाकांक्षी परियोजनाएं दिखायी देती हैं जिनसे हमारी पहचान को अभूतपूर्व ऊंचाई मिलती है। हम दुनिया की सबसे ऊंची प्रतिमाएं और विशाल सम्मेलन केंद्र बना रहे हैं। ये केंद्र हमें अंतरराष्ट्रीय कार्यक्रमों की मेजबानी करने में सक्षम बनाते हैं जिससे भारत को विश्व में अपना उचित स्थान मिल रहा है। इन विशाल सामुदायिक स्थलों के निर्माण में आंतरिक पर्यावरणीय गुणवत्ता और तंदुरुस्ती का काफी ध्यान रखा जा रहा है। इन इमारतों के अंदर की हवा को बाहरी वायु के समान ही महत्व देने की जरूरत है। संक्रमण का

हमारे शहरी विन्यास में घरों के नजदीक पार्क जैसे वर्जिश और मनोरंजन के स्थलों की मौजूदगी स्वस्थ जीवन की कुंजी बन सकती है। हृदय रोग से बचने के लिये जिस सक्रिय जीवन शैली की जरूरत होती है उसमें साइकिल ट्रैक, साइकिलों की उपलब्धता, मोटर वाहन वर्जित क्षेत्र और हरित पट्टी काफी मददगार हैं। शारीरिक और मनोदैहिक कारणों पर गौर करें तो वास्तुकला और कैंसर के बीच भी संबंध है। वाष्पशील कार्बनिक यौगिकों से लंबे समय तक संपर्क कैंसरकारी साबित हो सकता है। इसलिये भवन निर्माण में अकैंसरकारी पेंटों, फर्नीचर पॉलिशों और गृह सामग्रियों का इस्तेमाल जरूरी है ताकि वाष्पशील कार्बनिक यौगिकों का जमाव रोका जा सके।

हवा से प्रसार रोकने और व्यावसायिक स्वास्थ्य के लिये हम अब आंतरिक वायु मानक तैयार कर रहे हैं। भवनों के अंदरूनी हिस्सों को स्वास्थ्य और तंदुरुस्ती के लिहाज से अनुकूल बनाने के लिये समुचित उपाय किये जा रहे हैं।

सभ्यता की जीत आम नागरिकों के लिये अच्छी गुणवत्ता वाले मकानों के प्रावधान में निहित है। इसलिये इन मकानों की योजना और निर्माण पर राष्ट्रीय महत्व की इमारतों जितना ही ध्यान दिया जाना चाहिये। सरकार प्रधानमंत्री आवास योजना के जरिये शहरी गरीबों को किफायती मकान मुहैया करा रही है। गरीबों के लिये विश्व स्तरीय मकानों के साथ ही भव्य सरकारी इमारतों का निर्माण एक महान राष्ट्र के संतुलित विकास का मार्ग प्रशस्त करता है।

सबसे ज्यादा जरूरी है कि हम स्वास्थ्य और तंदुरुस्ती के लिये हमारी प्रतिबद्धता को मजबूत करें। हर इमारत को स्वास्थ्य और तंदुरुस्ती को ध्यान में रखते हुए डिज़ाइन किया जाना चाहिये।

इसका राष्ट्र के संपूर्ण स्वास्थ्य और सेहत पर प्रवर्धक प्रभाव पड़ेगा। इसके लिये भारतीय मानक ब्यूरो (आईएसआई) की सभी अत्याधुनिक भवन संहिताओं और मानकों का अनुपालन उपयोगी साबित हो सकता है। इनमें राष्ट्रीय भवन संहिता 2016, एसपी 41 जैसी उपसंहिताएं और भवनों की कार्यात्मक आवश्यकताओं का हैंडबुक शामिल है। भवनों में सुखद प्रकाश व्यवस्था काफी महत्वपूर्ण है। इस बारे में भारत में एक प्रकाश व्यवस्था संहिता भी बनायी गयी है। स्वास्थ्य के अनुकूल इमारतों के लिये हमें बाहर देखने के बजाय अपने अंदर झांकने की जरूरत है। भारतीय मानकों के वैकल्पिक हिस्सों का भी अनुपालन कर रहे वास्तुकार और निर्माता सुरक्षित, स्वास्थ्य के लिये अनुकूल और मजबूत भवनों का निर्माण सुनिश्चित कर रहे हैं।

हम एक राष्ट्र के तौर पर सेहत के लिये आवश्यकताओं को पूरा करने के लिहाज से विश्व का मार्गदर्शन करने में सक्षम हैं। प्राचीन ज्ञान और हमारे मौजूदा संस्थान इन आवश्यकताओं को पूरा कर रहे हैं। वास्तुकला और नगर योजना भवनों और शहरों के निवासियों के लिये स्वास्थ्य और तंदुरुस्ती के मुख्य तत्व हैं। इमारत और शहर की हर नयी योजना के साथ इस तथ्य का पुनर्संधान किया जाना चाहिये।



झुग्गी-झोपड़ी निवासी लाभार्थियों के लिए दिल्ली की भूमिहीन कैंप में 3024 रेडी टू मूव फ्लैट्स