

آپارتمان‌هایی خالی از آرامش

با فلش‌بکی که به دو تا سه دهه پیش می‌زنیم، دلمان هُری می‌ریزد پایین از یاد آن روزها که وقتی خسته از محل کار به سوی خانه می‌آمدیم...



جام جم آنلاین: با فلش‌بکی که به دو تا سه دهه پیش می‌زنیم، دلمان هُری می‌ریزد پایین از یاد آن روزها که وقتی خسته از محل کار به سوی خانه می‌آمدیم، باید کوچه‌ای خلوت و زیبا را طی می‌کردیم تا به در خانه برسیم. وارد حیاطی پر از درخت و گل می‌شدیم و با حس خوش بوی خاک نمناک باغچه‌ها، خستگی و مشکلات کاری را فراموش می‌کردیم و لبخندی روی لب‌هایمان می‌نشست.

اما با وجود همه خوبی‌ها و جذابیت‌های خانه‌های دیروزی، حالا دیگر نه خبری از آن کوچه‌های ساکت و آرام است و نه حیاط‌های پر از گل و گیاه در انتظار گام‌های خسته نشسته‌اند. این روزها باید در ترافیک خسته‌کننده عصرگاهی، خیابان‌ها و حتی کوچه‌های باریک را پشت‌سر بگذاری تا به آپارتمانی شلوغ و پرهیاهو برسی. وارد پارکینگی شوی که دیوارهای خاکستری و کف روغنی و سیاهش به تو خوشامد نمی‌گوید و از راه پله‌های سرد و تاریکی بگذری که گاه خستگی‌ات را دوچندان می‌کند.

اگر فکر می‌کنید این موضوع چندان مهم نیست و ارتباطی به زندگی شما ندارد باید بدانید مشاهده صحنه‌های زیبا و کسب آرامش در محیط زندگی یکی از مهم‌ترین اصولی است که باید در زندگی شهری مورد توجه قرار گیرد؛ همان که متأسفانه در شلوغی‌های زندگی روزمره شهر ما به دست فراموشی سپرده شده است.

دکتر زهره گوهرشادی، طراح داخلی و مدرس دانشگاه در گفت‌وگو با «جام‌جم» ضمن بیان این که معماری سنتی ایران حرمت خاصی برای زندگی شخصی افراد قائل می‌شده، چنین توضیح می‌دهد: معماری سنتی ایران، هم درونگرا بود و هم مردم‌محور. در واقع همان طور که در خانه‌های قدیمی برای وارد شدن به خانه، سلسله مراتبی رعایت می‌شد تا خانه امنیت داشته و حرمت زندگی شخصی حفظ شود، با قرار دادن هشتی‌ها و سکوهایی کنار در به مهمان و فردی که با صاحبخانه کار داشت نیز احترام می‌گذاشتند.

با این توضیح می‌توان گفت خانه‌های قدیمی و سنتی ایران براساس دانشی خاص طراحی و ساخته می‌شد. با این حال امروز ناچاریم زندگی آپارتمان‌نشینی و سکونت در کنار سایر همشهری‌ها را تجربه کنیم. دیگر خانواده‌ها در خانه‌ای بزرگ و قدیمی تنها نیستند و باید در آپارتمان‌های کوچکی که فضاهای مشترک زیادی دارد، کنار هم زندگی کنند. این دگرگونی خود را بر ما و زندگی شهرنشینی تحمیل کرده است، اما یادمان باشد همین آپارتمان‌های کوچک را هم می‌توان زیباتر و متفاوت با آنچه هست طراحی کرد، به گونه‌ای که زیبایی و آرامش فضای خانه، خستگی کار روزانه را برطرف کند.

خانه‌های قدیمی، رنگارنگ و شادی‌آفرین

شاید اگر به پدربزرگ‌ها و مادربزرگ‌های ما می‌گفتند روزی می‌رسد که خانه‌ها دیگر حیاط ندارد، باور نمی‌کردند و زندگی در چنین شرایطی را غیرممکن می‌دانستند؛ اما خوب یا بد، زندگی شهری آرام‌آرام دگرگون شد و آپارتمان‌های کوتاه و بلند جای خانه‌های شخصی و حیاط‌های بزرگ را گرفت تا بچه‌های این نسل مفهوم لذت میوه چیدن از درخت و دویدن دور حوض خانه را درک نکنند.

این در حالی است که به گفته دکتر گوهرشادی در خانه‌های قدیمی، حیاط‌های مختلف و ایوان‌های بزرگی وجود داشته است؛ به عنوان مثال، حیاطی مخصوص فصل تابستان یا قسمتی به نام زمستان‌نشین در خانه‌ها وجود داشته که نشان می‌دهد در ساخت خانه‌های قدیمی، اصول خاص و مشخصی مورد توجه معماران بوده است.

علاوه بر اینها نباید اهمیت شیشه‌های رنگی خانه‌های قدیمی را نیز نادیده بگیریم؛ شیشه‌هایی به رنگ‌های مختلف که با تابش نور خورشید در ساعات مختلف روز، رنگ‌های متفاوتی را داخل خانه ایجاد می‌کرده است. به کمک همین شیشه‌ها و رنگ‌ها، خانه در هر ساعتی، رنگ و فضای خاص و متفاوتی داشته و به این ترتیب در ایجاد تنوع و تغییر روحیه ساکنان هم موثر بوده است. ولی متأسفانه این روزها رنگ‌ها هم جایی در زندگی ما ندارد؛ چه در شهر و چه در خانه به جای آن همه رنگ شادی‌بخش، فقط به دیدن سفید، کرم، خاکستری و... عادت کرده‌ایم.

رنگ‌ها به خانه روح می‌بخشد

هرچند نمی‌توان هیاهوی زندگی شهری را نادیده گرفت و توان تغییر کلیت آن را نداریم، اما نباید اجازه دهیم این شلوغی و هجوم

تکنولوژی، زندگی آرام و دوست‌داشتنی را از ما بگیرد. شاید شما هم این سوال‌ها را از خود پرسیده باشید که راه‌حل چیست؟ چه باید کرد و چطور می‌شود خانه‌های کوچک و سرد این دوره را آرام‌تر و زیباتر طراحی کرد؟

به نظر می‌رسد باید قدری به درون خانه‌ها بپردازیم؛ همان‌جا که کمک می‌کند از مسائل شهرنشینی و معضلات آن قدری دور شویم.

نکته: شیوه معماری و رنگ‌بندی خانه‌های قدیمی باعث جلوگیری از افسردگی ساکنان آنها می‌شد و می‌توان همین اصل را برای آپارتمان‌های جدید نیز رعایت کرد تا ساکنان آنها بیشتر احساس آرامش و نشاط کنند

دکتر گوهرشادی با اشاره به این که به کمک رنگ‌ها می‌توان فضای متفاوتی در خانه ایجاد کرد، چنین توضیح می‌دهد: تا به حال با خودتان فکر کرده‌اید چرا در خانه‌تان فقط از رنگ‌های خاصی مانند سفید و کرم و قهوه‌ای استفاده شده است؟ شاید مردم از انتخاب رنگ‌های دیگر می‌ترسند ولی خوب است یک بار تصمیم بگیرید و از رنگ‌های متفاوتی استفاده کنید؛ به عنوان مثال می‌توانید فقط یکی از دیوارهای پذیرایی را که توجه بیشتری به آن می‌شود یا برای خودتان اهمیت بیشتری دارد، به رنگ آبی فیروزه‌ای یا سبز بهاری درآورید. رنگ آبی فیروزه‌ای یکی از رنگ‌های مهم در معماری سنتی ایران بوده و در ایجاد آرامش فضا نیز موثر است. اگر می‌خواهید صبح با حس و حال بهتری از خواب بیدار شوید و شاداب‌تر باشید، یکی از دیوارهای اتاق خوابتان را با رنگ شادی که دوست دارید بپوشانید. اگر چنین کنید، وقتی از خواب بیدار می‌شوید دیگر با دیدن دیوارهای سفید و خاکستری احساس کسالت و خستگی به شما دست نمی‌دهد و برعکس حس زندگی خواهید داشت.

وی می‌افزاید: البته رنگ مناسب برای اتاق خواب کودکان با بزرگسالان یا نوجوانان تفاوت دارد و بهتر است از رنگ موردعلاقه فرد که باید مناسب فضای اتاق خواب هم باشد، استفاده کرد. مثلاً اگر دیوار اتاق شیرخوارانی که دچار مشکل شب‌اداری هستند، لیمویی رنگ باشد، حتی می‌توان امیدوار بود مشکل بتدریج حل شود. همچنین خیلی‌ها تصور می‌کنند رنگ قرمز انتخاب خوبی برای دیوارهای اتاق خواب است، در حالی که این رنگ برای استفاده در اتاق خواب به هیچ وجه توصیه نمی‌شود.

لوازم و مبلمان خانه هم باید متناسب با رنگ دیوارها انتخاب شود تا فضای زیباتری داشته باشیم؛ بنابراین بهتر است زیاد از رنگ‌های کرم و قهوه‌ای که همیشه برای دیوارها و مبلمان مورد استفاده قرار می‌گیرد، کمک نگیریم و رنگ‌های شاد را جایگزین آنها کنیم.

وی که دکتری فلسفه هنر و زیبایی دارد، در این زمینه می‌گوید: استفاده بیش از حد از رنگ‌های سفید، کرم، قهوه‌ای و خاکستری موجب ایجاد حس خستگی و افسردگی می‌شود. پس خوب است به جای آنها از رنگ‌های شاد و زندگی‌بخش کمک بگیریم؛ مثلاً می‌توانید با استفاده از کوسن‌های رنگی فضایی شاد و دوست‌داشتنی در خانه ایجاد کنید.

زیبایی در عین سادگی

دکتر گوهرشادی ضمن تأکید بر اهمیت سادگی در طراحی خانه خاطرنشان می‌کند: یکی از موارد مهمی که امروزه و بویژه در آپارتمان‌های کوچک مورد توجه قرار گرفته، سادگی خانه‌هاست. به این معنی که نباید در فضاهای محدود، تعداد زیادی وسایل و اسباب خانه را کنار هم قرار دهید و به جای این کار باید براساس اصل سادگی با کمترین و ساده‌ترین چینش، آرامش را به خانه کوچک‌تان دعوت کنید. همچنین بهتر است دیوارها را با قاب عکس‌های بزرگ و متعدد نپوشانید و با حداقل قاب‌ها که هماهنگ با رنگ دیوار باشد، آن را تزئین کنید.

البته شاید شما هم تصور کنید اسباب و لوازم خانه ارتباطی به آرامش یا اضطراب و حس نگرانی افراد ندارد، ولی به گفته این طراح داخلی، حجم زیاد لوازم، نگرانی و اضطراب را افزایش می‌دهد و به این ترتیب خانه کارکرد آرامش‌بخش خود را از دست خواهد داد.

خانه‌های زیبا، شهر زیبا

قدیم‌ترها وقتی در کوچه‌ها قدم می‌زدیم، دیدن خانه‌های یک یا دو طبقه با دیوارهای آجری که جلوی هر یک از آنها هم باغچه‌ای کوچک با چند گل رنگارنگ قرار داشت، حس و حال خوبی به ما می‌بخشید، اما حالا کوچه‌های باریک هم پر شده از ساختمان‌های بلند که هر کدام هم یک شکل و رنگ دارد و بدون هیچ هماهنگی کنار هم نشسته‌اند. یکی سنگی است و دیگری آجری، یکی پنجره‌های آهنی دارد و دیگری شیشه‌های آبی و... همه این موارد را هم که نادیده بگیریم، بالکن‌های کوچک و بزرگی را که با انباری اشتباه گرفته شده نمی‌توان ندید و از کنارش راحت و بی‌خیال گذشت.

به گفته دکتر گوهرشادی، راه‌حل‌های متفاوتی برای زیباتر جلوه دادن همین بالکن‌ها وجود دارد؛ مثلاً می‌توان با استفاده از پوشش‌های مناسب مانند پلی‌کربنات‌های تک‌جداره یا پلکسی‌گلاس‌های مختلف قسمتی از بالکن را که قرار است لباس‌ها را آنجا آویزان کنیم، بپوشانیم. همچنین خوب است روی نرده‌ها هم گلدان‌هایی بگذاریم و با گل‌های رنگارنگ داخل آن، زیبایی کوچه و

خیابان و نمای شهری را بیشتر کنیم. مطمئن باشید با این کار نه تنها خودتان در خانه حس بهتری خواهید داشت، بلکه مردم و رهگذران هم بیشتر لذت خواهند برد.

همان طور که گفته شد معماری سنتی ایران مردم محور بوده و خوب است امروز هم بیشتر به فکر این موضوع باشیم؛ به عنوان نمونه در گذشته باغچه‌ای کوچک جلوی خانه‌ها بود که در آن گل‌های زیبایی می‌کاشتند تا عابران در گذر از کوچه لذت ببرند، اما حالا که باغچه شخصی جلوی خانه نداریم، خوب است بالکن‌ها و پشت پنجره‌ها را زیباتر بچینیم.

و در آخر باز هم تاکید بر این نکته تکراری که بالکن انباری خانه نیست و نباید اسباب و لوازم اضافی را در آن جایی دهیم.

نیلوفر اسعدی بیگی / جام جم