

## تبیین میزان تطابق الگوی منظر باغ ایرانی و باغ‌های چهارگانه درمانی\*

نجمه سعیدیان\*\* - دانشجوی کارشناسی ارشد معماری، دانشگاه شیراز، فارس، ایران.  
کاظم معمارضیاء- استادیار دانشکده هنر و معماری، دانشگاه شیراز، فارس، ایران.  
سید محمد حسین ذاکری- استادیار دانشکده هنر و معماری، دانشگاه شیراز، فارس، ایران.  
امین حبیبی- استادیار دانشکده هنر و معماری، دانشگاه شیراز، فارس، ایران.

### چکیده

هدف طراحی باغ‌های درمانی، ایجاد محیطی خاص به منظور ارتقاء تندرستی از طریق انجام فعالیت‌های درمانی است. این باغ‌ها ارتقا دهنده هر سه بعد جسمی، روانی و اجتماعی تندرستی هستند؛ بر این اساس باغ‌های درمانی به چهار دسته باغ‌های مدیتیشن متمرکز بر بهبود روح و روان، باغ‌های شفابخش متمرکز بر به دست آوردن مجدد تندرستی به وسیله تجربه حسی طبیعت، باغ‌های ترمیمی متمرکز بر بهبود تندرستی اجتماعی و باغ‌های تواناسازی متمرکز بر ارتقاء تندرستی جسمانی؛ تقسیم می‌شود. در این پژوهش، با در نظر گرفتن نقش شفابخش و درمانگر طبیعت و در راستای ارائه راهکار عملی همسو با ارزش‌های فرهنگی-بومی ایرانیان و با فرض اینکه الگوی منظر باغ ایرانی قابلیت تطبیق با شاخصه‌های باغ‌های درمانی را دارا است، به بررسی میزان تطابق الگوی منظر باغ ایرانی و باغ‌های چهارگانه درمانی پرداخته شده است. حال این سؤال‌ها مطرح می‌شود که: الگوی چهارگانه باغ‌های درمانی در کدام شاخصه‌ها با الگوی منظر باغ ایرانی شباهت بیشتری دارد و در صورت بکارگیری الگوی باغ ایرانی به‌عنوان باغ درمانی، در کدام شاخصه‌ها باید تقویت شود؟ و کدام یک از الگوهای چهارگانه باغ‌های درمانی با الگوی منظر باغ ایرانی شباهت بیشتری دارد؟ فرآیند استنتاج متشکل از سه مرحله است: نخست استخراج شاخصه‌ها و ویژگی‌های باغ‌های چهارگانه درمانی بر مبنای تطبیق پارامترها در تعاریف آنها، سپس بررسی قابلیت تطبیق شاخصه‌ها در باغ ایرانی بر اساس مرور ادبیات و به‌صورت کتابخانه‌ای و در نهایت بررسی سؤال پژوهش از طریق نظرسنجی متخصصین. الگوی منظر باغ ایرانی، بر اساس ارزیابی ادبیات موضوع و تحلیل آراء متخصصان، به ترتیب بیشترین میزان تطابق را با باغ شفابخش، پس از آن باغ مدیتیشن، باغ ترمیمی و کمترین میزان تطابق را با باغ تواناسازی دارا است؛ و بیشترین میزان انطباق مربوط به ویژگی خوانایی و پس از آن ایجاد آرامش و عدم وجود هرگونه تنش جسمی و روانی در محیط است. در صورت بکارگیری الگوی منظر باغ ایرانی به‌عنوان باغ‌های چهارگانه درمانی؛ می‌بایست امکان ایجاد فرصت تعاملات اجتماعی در باغ‌ها، امکان مداخله و مشارکت کاربران در انجام فعالیت‌های باغبانی درمانی و ایجاد راحتی در انجام این فعالیت‌ها توسط طراحان و با نوآوری‌های متعهدانه تقویت شود.

واژگان کلیدی: باغ ایرانی، باغ‌های چهارگانه درمانی، الگوی منظر باغ، ارتقاء تندرستی در طبیعت

\* این مقاله برگرفته از پایان‌نامه مقطع کارشناسی ارشد نجمه سعیدیان با عنوان «طراحی مرکز تندرستی فارس با بهره‌گیری از ارتباط درمانی با طبیعت» می‌باشد که با راهنمایی‌های دکتر معمارضیاء و دکتر حبیبی و مشاوره دکتر ذاکری در دانشکده هنر و معماری دانشگاه شیراز ارائه شده است.

\*\* نویسنده مسؤل، na.saeidian@yahoo.com

## مقدمه

پژوهش‌های روزافزون بیانگر تأثیر مثبت ارتباط با طبیعت و فعالیت در آن بر سلامت و تندرستی است. بینش از شواهد غیرتجربی نشان می‌دهد که حضور در فضای باز، در باغ و یا محیط‌های طبیعی، همه حواس را درگیر کرده و فرد را به رابطه با طبیعت تشویق می‌کند. در قرن‌های گذشته، از قرون وسطی تا قرن نوزدهم و اوایل قرن بیستم، طبیعت سبز، نور خورشید و هوای تازه عناصر اصلی ارتقادهنده سلامت و تندرستی در نظر گرفته می‌شدند. ارتباط میان منظر طبیعی و سلامت برای مدت طولانی در فرهنگ‌ها و جوامع مختلف مورد توجه بوده است. در طول تاریخ باغ‌ها به‌عنوان ابزار ارتقاء تندرستی استفاده شده‌اند، از باغ‌های ظن در ژاپن تا باغ‌ها و صومعه‌ها رهبانی؛ با این حال در اوایل قرن بیستم، زمانی که فناوری در جوامع پزشکی نقش بیشتری گرفت، ارتباط شفا و طبیعت به تدریج قطع شد. در دهه ۱۹۹۰ معکوس این روند رخ داد و تمرکز طراحان بر استفاده از باغ‌ها قرار گرفت؛ میزگردهای در مورد باغ‌های درمانی<sup>۱</sup> در اجلاس‌های سالانه جوامع آمریکایی معماران منظر سال ۱۹۹۸ و ۱۹۹۹ برگزار شد (Cooper Marcus, 2000). همچنین محققان ایده گسترده‌تری از سلامت و تندرستی را بررسی کردند و پژوهش‌های بی‌شماری در خصوص فواید درمانی ارتباط با طبیعت (مانند استفاده از باغ‌های درمانی) منتشر شد (Erickson, 2012). اصطلاح باغ‌های درمانی برای توصیف منظر با توانایی دستیابی به شفای ذهن، جسم و روح استفاده می‌شود و بر ارتقاء ابعاد جسمی، روانی، عاطفی، فکری، روحی و اجتماعی از تندرستی متمرکز است (Velarde, Fry and Tveit, 2007). طراحی که تمایل به استفاده مطلوب از باغ‌های درمانی دارند؛ می‌بایست ارتقاء تمام ابعاد تندرستی را در طراحی منظر در نظر گیرند؛ بر این اساس باغ‌های درمانی به چهار دسته باغ‌های مدیتیشن، باغ‌های شفابخش، باغ‌های ترمیمی و باغ‌های تواناسازی تقسیم می‌شوند، که هر کدام متمرکز بر ارتقاء یکی از ابعاد تندرستی است. با توجه به اینکه اکثر مطالعات انجام‌شده در حوزه باغ‌های درمانی در منابع غربی است و به منظور ارائه راهکار عملی همسو با ارزش‌های فرهنگی-بومی ایرانیان، بررسی میزان تطابق الگوی منظر باغ ایرانی و باغ‌های چهارگانه درمانی، از ضرورت ویژه‌ای برخوردار است. در این پژوهش از روش تحقیق ترکیبی استفاده شده است؛ به این صورت که پس از تبیین شاخصه‌های باغ‌های درمانی و بررسی قابلیت تطبیق شاخصه‌ها در باغ ایرانی بر اساس مرور ادبیات موضوع؛ سؤال پژوهش به‌وسیله نظرسنجی از متخصصین مورد ارزیابی قرار گرفته است. روشی که مبتنی بر انجام نظرسنجی از متخصصان است؛ دلفی<sup>۲</sup> نامیده می‌شود. اساس و پایه روش دلفی بر این است که نظر متخصصان هر قلمرو علمی صائب‌ترین نظر است. بنابراین برخلاف روش‌های

پژوهش پیمایشی، اعتبار روش دلفی نه به شمار شرکت‌کنندگان در پژوهش، که به اعتبار علمی متخصصان شرکت‌کننده بستگی دارد (احمدی، ۱۳۸۸). فرآیند روش تحقیق در بخش ۳ به تفصیل بیان شده است.

## ۱. پرسش‌های پژوهش

الگوی چهارگانه باغ‌های درمانی در کدام شاخصه‌ها با الگوی منظر باغ ایرانی شباهت بیشتری دارد و در صورت بکارگیری الگوی باغ ایرانی به‌عنوان باغ درمانی، در کدام شاخصه‌ها باید تقویت شود؟ کدام یک از الگوهای چهارگانه باغ‌های درمانی با الگوی منظر باغ ایرانی شباهت بیشتری دارد؟

## ۲. پیشینه پژوهش

ادبیات پژوهش در حوزه مطالعاتی به دو دسته قابل تقسیم است، نخست مطالعاتی که به بیان ویژگی‌ها و شاخصه‌های باغ‌های درمانی پرداخته و گروه دوم مطالعات متمرکز بر قیاس باغ ایرانی و باغ‌های درمانی. بیشترین میزان پژوهش‌ها در استخراج شاخصه‌های باغ‌های درمانی است. در مطالعه اسمیت<sup>۳</sup> و مطالعه بگسن<sup>۴</sup> مفهوم باغ‌های درمانی مورد بررسی قرار گرفته و با توجه به جنبه‌های متفاوت تجربه شخص در طبیعت، این باغ‌ها به چهار دسته تقسیم شده است. در مطالعه یوسل<sup>۵</sup> تعاریف باغ‌های مدیتیشن و باغ‌های ترمیمی مورد بحث و بررسی قرار گرفته و به مؤلفه‌هایی جهت طراحی این باغ‌ها اشاره کرده است. اریکسن<sup>۶</sup> بر اساس تحقیقات علوم رفتاری و رشته‌های مرتبط با سلامت به بیان و جمع‌بندی تعاریف باغ‌های ترمیمی پرداخته و در نهایت چهار بعد اصلی در طراحی این باغ‌ها را بیان می‌کند. در مطالعه دیگر، یانگ<sup>۷</sup> با جمع‌بندی تعاریف باغ‌های شفابخش، از گذشته تاکنون، مشترکات آنها را بیان می‌کند. (در بخش ۴ به‌طور کامل به بیان تعاریف و شاخصه‌های باغ‌های درمانی پرداخته شده است.) پژوهش‌های متمرکز بر استخراج شاخصه‌های باغ‌های درمانی، اکثراً غربی بوده و محققان داخلی نیز در استخراج شاخصه‌ها از آنها برگرفته‌اند. تعداد محدودی از مطالعات متمرکز بر قیاس باغ ایرانی و باغ‌های درمانی است. در مطالعه مردمی و همکاران در سال ۱۳۹۳، باغ ایرانی و باغ‌های شفابخش مورد قیاس قرار گرفته است؛ وی نه ویژگی باغ‌های شفابخش را استخراج کرده و با نظرسنجی متخصصین، میزان انطباق باغ ایرانی با هر یک از مؤلفه‌ها را بیان می‌کند. در مطالعه ادیبی در سال ۱۳۹۲ و مطالعه نیلی و همکاران در سال ۱۳۹۱ به مؤلفه‌هایی جهت طراحی باغ‌های شفابخش اشاره شده که در آنها عموماً تأکید بر جنبه ارتباط منظر با حواس انسان است؛ در این مطالعات بر اساس مرور ادبیات به بیان مشترکات باغ ایرانی و باغ‌های شفابخش پرداخته شده است. در مطالعات بیان‌شده، تفکیک میان انواع

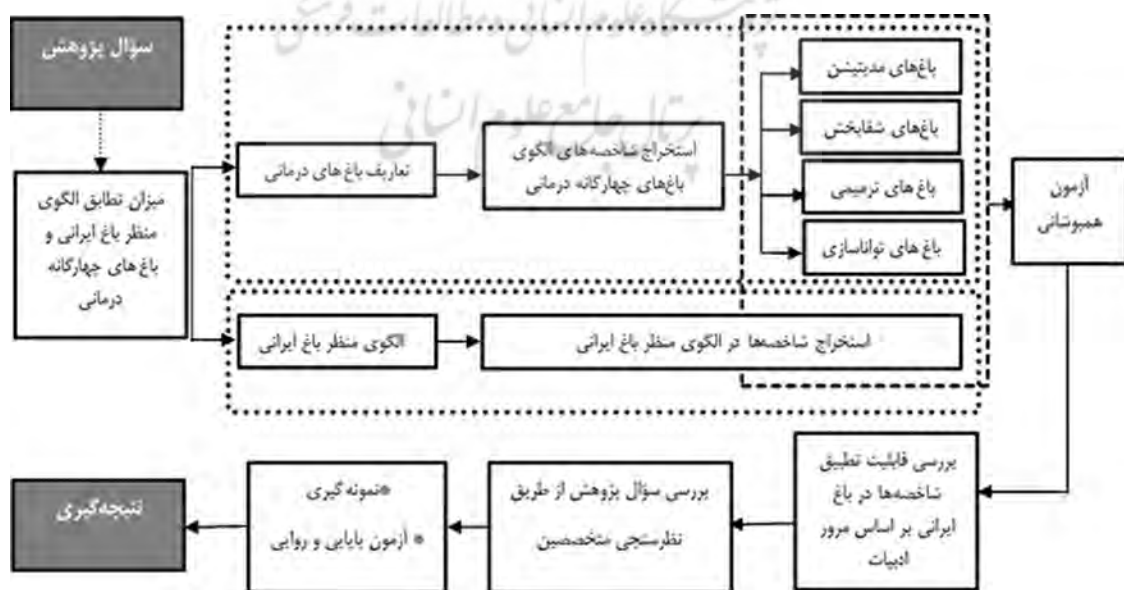
باغ‌های درمانی و مراحل متفاوت تجربه فرد در طبیعت (تجربه فعال و غیرفعال طبیعت) صورت نگرفته‌است و صرفاً جنبه‌های تجربه غیرفعال طبیعت در باغ‌های شفا بخش مطرح شده‌است. در این پژوهش، چهار دسته باغ‌های درمانی مورد بررسی قرار گرفته و با قیاس الگوی منظر باغ ایرانی و باغ‌های چهارگانه درمانی روشن می‌شود، در صورت بکارگیری این الگو جهت ارتقاء تندرستی، باغ ایرانی در چه حوزه‌هایی نیازمند تقویت است.

### ۳. روش پژوهش

با توجه به سؤال پژوهش، ادبیات موضوع در زمینه تعاریف باغ‌های درمانی و انواع آن به روش توصیفی-تحلیلی و جمع‌آوری داده‌ها به صورت کتابخانه‌ای انجام گرفته‌است. سپس تطابق الگوی منظر باغ ایرانی و باغ‌های چهارگانه درمانی به روش تطبیقی-تحلیلی و در سه بخش بررسی شده‌است؛ در بخش نخست شاخصه‌ها و ویژگی‌های باغ‌های درمانی بر مبنای تطبیق پارامترها در تعاریف باغ‌های چهارگانه درمانی استخراج شده، سپس به بازخوانی شاخصه‌های تبیین شده در بخش پیشین در باغ ایرانی بر اساس مرور ادبیات موضوع و جمع‌آوری داده‌ها به صورت کتابخانه‌ای پرداخته شد و در بخش سوم به منظور تبیین میزان تطبیق شاخصه‌ها در باغ ایرانی از روش پیمایش استفاده شد (ن.ک. نمودار ۱). بدین صورت که پرسشنامه‌ای شامل ۱۲ سؤال و بر مبنای شاخصه‌های باغ‌های چهارگانه درمانی طراحی شده و در اختیار متخصصان قرار گرفت. برای انتخاب جامعه پژوهش، از دو فرد صاحب نظر خواسته شد که افراد مطلع و مناسب جهت این تحقیق را معرفی نمایند؛ در نهایت از میان متخصصان رشته معماری و منظر در سراسر کشور، که در زمینه باغ ایرانی

پژوهش‌هایی داشتند، ۳۲ نفر شناسایی و پاسخ‌هایشان مورد بررسی قرار گرفت. متخصصان شناسایی شده از اساتید معماری و معماری منظر دانشگاه‌های شهید بهشتی، شیراز، دانشگاه تهران، قزوین هستند؛ همچنین پرسشنامه در سایت انجمن متخصصان فضای سبز و منظر ایران قرار گرفته و تعدادی از متخصصان منظر به آن پاسخ دادند. ۳۲ فرد پاسخ‌دهنده متشکل از ۱۱ دکتری معماری منظر، ۵ کارشناسی ارشد معماری منظر و ۱۶ دکتری معماری است. محققین متذکر می‌شوند در آمارگیری از متخصصین، معمولاً ۳۰ نفر برای ارائه اطلاعات کافی است و با افزایش آنها پاسخ‌ها تکراری شده و اطلاعات جدیدی اضافه نمی‌شود (احمدی، ۱۳۸۸). بنابراین این حجم نمونه داده‌ها را به سطح اشباع رسانید و با افزایش تعداد جامعه آماری تغییرات معناداری در نتایج حاصل نخواهد شد.

در هر سؤال از پرسشنامه یکی از ویژگی‌های باغ‌های چهارگانه درمانی مطرح شده و از مخاطب خواسته می‌شود که به هر سؤال از یک (کاملاً مخالف) تا پنج (کاملاً موافق) نمره دهد روایی محتوای پرسشنامه توسط ۳ متخصص تأیید شد. و برای سنجش پایایی ابزار پژوهش، از روش آزمون-آزمون مجدد، روی ۱۳ داوطلب استفاده شد. ضریب آلفا کرونباخ برای کل پرسشنامه ۰/۷۷ و ضریب همبستگی درون خوشه‌ای<sup>۱</sup> ۰/۷۶۱ محاسبه شد که شاخص مطلوبی برای پایایی است. جهت تحلیل آماری پاسخ‌ها، از آمار توصیفی نرم‌افزار SPSS و برایش ۲۲ استفاده شد؛ بدین صورت که برای تطابق کامل امتیاز ۵ و برای عدم تطابق امتیاز ۱ در نظر گرفته شد؛ و میزان انطباق برای هر مورد به درصد محاسبه گردید.



نمودار ۱: فرآیند شکلی و محتوایی پژوهش (نگارندگان)

#### ۴. مبانی و چارچوب نظری

##### ۴-۱. باغ‌های درمانی

باغ‌های درمانی، باغ‌هایی در فضای باز است که به‌طور خاص برای ارضای نیازهای جسمی، روانشناسی، اجتماعی و روحی استفاده‌کنندگان از باغ طراحی شده است. تمرکز این باغ‌ها در درجه اول استفاده از گیاهان و حیات‌وحش طبیعی منطقه است. در نظر ویلیامز<sup>۹</sup> ایده باغ‌های درمانی بر اساس مدل جامع اجتماعی-زیست‌محیطی از سلامتی پایه‌گذاری شده است؛ که بر فعل و انفعال پیچیده ابعاد جسمی، روانی، عاطفی، فکری، روحی و اجتماعی متمرکز است (Milligan, Gatrell and Bingley, 2004). پالکا<sup>۱۰</sup> باغ‌های درمانی را به عنوان "مکان سلامتی که به وسیله فراهم آوردن مراقبه، ترمیم و بهبود شفای جسم، ذهن و روح؛ تندرستی و فرآیند شفا را ارتقاء می‌بخشد." تعریف می‌کند (Smith, 2007). از نظر پالکا دو جزء کلیدی در این تعریف عبارتند از: آثار درمانی تعامل فیزیکی مستقیم با محیط (بودن در منظر) و فواید درمانی تعامل ذهنی-روانی با محیط طبیعی (به وسیله تجربیات حسی) (Milligan, Gatrell and Bingley, 2004) باغ‌های درمانی همچنین می‌توانند برای استفاده‌های فعال و یا غیرفعال طراحی شوند؛ استفاده فعال مانند کاشت گیاهان و فعالیت‌های باغبانی درمانی و تجربیات غیرفعال مانند آرامش، تفکر می‌بخشد (همان). کوپر مارکوس میان باغ‌ها با هدف تجربه غیرفعال در طبیعت و باغ با هدف تجربه فعال و توان بخشی فیزیکی تمایز قائل می‌شود. طراحی که تمایل به استفاده مطلوب از باغ دارند، می‌بایست هم جنبه‌های مرتبط با تجربه غیرفعال طبیعت و هم جنبه‌های تجربه فعال در طبیعت را در نظر گیرند (Bengtsson and Grahn, 2014). به این منظور جان و تسفال<sup>۱۱</sup> پزشک و طراح منظر، باغ‌های درمانی، را با توجه به تجربه فعال و غیرفعال طبیعت، این‌گونه طبقه‌بندی می‌کند: باغ‌های مدیتیشن<sup>۱۲</sup>: باغ‌هایی که به‌طور خاص برای افراد و گروه‌های کوچک به‌منظور تأمل و تفکر در فضای ساکت طراحی شده است. تمرکز اولیه این باغ‌ها بر روح و روان شخص است و تمرکز ثانویه بر تندرستی جسمی است. باغ‌های شفا بخش<sup>۱۳</sup>: باغ‌هایی که متمرکز بر تجربه غیرفعال و حسی طبیعت است. تمرکز اولیه این باغ‌ها به دست آوردن مجدد تندرستی در یکی یا همه ابعاد آن است. باغ‌های ترمیمی<sup>۱۴</sup>: باغ‌هایی که با هدف به دست آوردن هم‌ایستایی و تعادل در گروه استفاده‌کنندگان طراحی شده‌اند. تمرکز اولیه این باغ‌ها بر جنبه اجتماعی و تمرکز ثانویه بر جنبه جسمی و روانی مخاطبان است. و هدف اصلی آن اجازه منفعلانه به بدن به‌منظور بازیابی تعادل پس از حادثه پراسترس است. باغ‌های تواناسازی<sup>۱۵</sup>: باغ‌هایی که نیازهای روحی روانی استفاده‌کنندگان را به‌منظور کمک به بهبود حالت جسمی فراهم

می‌کنند. این باغ‌ها به برنامه‌ریزی برای در نظر گرفتن و ارتقاء حالت جسمی افراد و استفاده از تجربه فعال طبیعت برای کمک به رشد روحی افراد، می‌پردازند (Smith, 2007).

##### ۴-۲. معرفی انواع باغ‌های درمانی

###### ۴-۲-۱. باغ مدیتیشن

این نوع باغ‌های کوچک، محصور، آرام، متمرکز بر آرامش به عنوان بخشی از فرآیند شفا است. این فضا به‌منظور تفکر آرام، مراقبه، جدایی از حواس پرتی‌ها و ایجاد فضایی خصوصی طراحی شده است. هدف باغ‌های مدیتیشن ایجاد مکانی برای انزوا است، فضایی مناسب که در آن همه عناصر به‌منظور رهایی از تنش‌های زندگی روزانه و تفکر و تأمل، تسکین‌دهنده و صلح‌آمیز و القاکننده امنیت روانی است (Yücel, 2013). هدف باغ‌های مدیتیشن فراهم کردن ریلکسیشن و افزایش توجه کاربران به‌منظور فهم آسان محیط است، طراحی باغ‌های مدیتیشن باید تا جای امکان ساده و منظم و بدون پیچیدگی باشد (SULIS, 2015).

###### ۴-۲-۲. باغ شفا بخش

لغت باغ‌های شفا بخش مرتبط با تجربه غیرفعال طبیعت است. با ترکیب تعاریف ارائه‌شده توسط مارکوس، بارنس و ال‌ریچ<sup>۱۶</sup> به این نتیجه می‌رسیم که باغ‌های شفا بخش مکانی است که در آن افراد جذب صحنه‌های طبیعی می‌شوند و فواید درمانی از جمله تعدیل علائم فیزیکی و احساسی دریافت می‌کنند (Yang, 2010). وپا<sup>۱۷</sup> یک تعریف بسیار مهم و عملکردی از باغ‌های شفا بخش ارائه کرده؛ در نظر وی "به‌جای تأکید بر این ایده که باغ‌های شفا بخش می‌تواند شخص را درمان کند؛ بهتر است بر فواید مرتبط با کاهش استرس و توانایی‌های فضایی برای تسکین، آرامش، بازگردانی سلامت عاطفی و روانی فرد تأکید شود". از نظر استارک<sup>۱۸</sup> باغ‌های شفا بخش به عنوان عالم صغیری از جهان بزرگ‌تر است، که در آن هر ویژگی باغ برای نشان دادن یک ویژگی بزرگ‌تر در منظر است. بر اساس مدل او باغ‌های شفا بخش قادر به "تحریک حواس پنج‌گانه، بهبود پاسخ ایمنی، ارتقاء بهبودی از بیماری‌های جسمی و عاطفی است و استفاده‌کنندگان از آن می‌توانند به مراحل بالاتر قدرت روح و معنویت با حضور در فضا برسند." وی معتقد است قدرت این باغ‌ها در بازگرداندن فرد به طبیعت است (Barmelgy, 2013). بر اساس تعریف اسکریلینگ<sup>۱۹</sup>، هدف باغ‌های شفا بخش لقاء حس آرامش و امنیت روانی، استرس کمتر و حتی انرژی بخشیدن به افراد است. به‌طور خلاصه طراحی باغ‌های شفا بخش می‌بایست راحت روح بوده و تجدید روحیه کند. در واقع این باغ‌ها به وسیله ارتباطی که از طریق حواس پنج‌گانه با انسان برقرار می‌کند باعث ایجاد شفا بخشی است. می‌تواند گفت راز موفقیت



باغ‌های شفا بخش در کشش ذاتی انسان به سوی طبیعت است و مهم‌ترین حسی که این نوع باغ به شخص می‌بخشد احساس حیات و آرامش است (SULIS, 2015).

#### ۴-۲-۳. باغ ترمیمی

باغ‌های ترمیمی از ارزش‌های ترمیمی طبیعت برای ایجاد محیط منجر به آرامش و امنیت روانی، کاهش استرس، بازیابی عاطفی و بهبود انرژی روانی و جسمی کاربران به منظور بازیابی تعادل پس از حادثه پراسترس، استفاده می‌کنند. این باغ‌های دعوت‌کننده به معاشرت گروهی و آرامش است و در میان استفاده‌کنندگان حس ممانعت اجتماعی و فرصت فعالیت فیزیکی ایجاد می‌کند (Yücel, 2013). طراحی باغ‌های ترمیمی بر اساس تحقیقات علوم رفتاری و رشته‌های مرتبط با سلامت بنا شده است. این نظریه بیانگر آن است که باغ‌های ترمیمی منابع مهم کاهش‌دهنده استرس هستند، چراکه آنها ابعاد زیر را پرورش می‌دهد: حمایت اجتماعی برای استفاده‌کنندگان از باغ، ایجاد حریم خصوصی و فرصت کنترل بر امور، فرصت فعالیت فیزیکی، ارائه عناصر طبیعت (Erickson, 2012).

#### ۴-۲-۴. باغ تواناسازی

باغ‌های تواناسازی به استفاده‌کنندگان در هر سنی و با هر توانایی اجازه می‌دهد که از تجربه فعال طبیعت مانند باغبانی درمانی لذت ببرند. این باغ‌ها یک محیط غیر تهدیدکننده، بدون مانع فراهم می‌آورند (DePrado, Polanin and Flagler, 2013). برای باغ‌های تواناسازی، راحتی استفاده‌کنندگان اولین نگرانی است. محیط بیرون همچنین باید دارای ایمنی برای استفاده کاربران بدون هیچ‌گونه ناخشنودی فیزیکی باشد (Bengtsson and Grahn, 2014).

#### ۵. ادبیات تحلیلی موضوع

##### ۵-۱. تبیین شاخصه‌ها و ویژگی‌های باغ‌های چهارگانه درمانی

استخراج ویژگی‌ها و خصوصیات باغ‌های چهارگانه درمانی از طریق تحلیل و مرور ادبیات موضوع انجام گرفته است؛ و به منظور دستیابی به شاخصه‌های طراحی باغ‌های چهارگانه درمانی، نکات کلیدی در تعاریف تحت عنوان کیفیت فضایی-کاربردی استخراج شده است:

با توجه به جدول ۱، شاخصه‌ها و ویژگی‌های هر بخش از باغ‌های درمانی را می‌تواند به صورت زیر خلاصه کرد:

باغ مدیتیشن: سادگی، ایجاد حریم خصوصی، آرامش و امنیت روانی.

باغ شفا بخش: تحریک حسی، آرامش، امنیت روانی، خوانایی.

باغ ترمیمی: ایجاد فرصت تعاملات اجتماعی، ایجاد حریم خصوصی، ایجاد فرصت کنترل بر امور، ایجاد فرصت فعالیت فیزیکی، خوانایی، آرامش، امنیت روانی.

باغ تواناسازی: ایجاد فرصت تجربه فعال طبیعت، راحتی، ایمنی. نمودار (۲) بیانگر شاخصه‌های هر بخش از باغ‌های چهارگانه درمانی است. این شاخصه‌ها در قسمت‌هایی همپوشانی دارند.

#### ۲-۵. بررسی قابلیت تطبیق شاخصه‌های باغ‌های چهارگانه درمانی در باغ ایرانی بر اساس مرور ادبیات موضوع

باغ ایرانی پدیده‌ای فرهنگی، تاریخی، کالبدی در سرزمین ایران است و معمولاً به صورت محدوده‌ای محصور که در آن گیاه، آب و ابنیه در نظام معماری مشخصی با هم تلفیق می‌شوند و محیطی مطلوب، ایمن و آسوده برای انسان به وجود می‌آورد، ساخته می‌شود. باغ ایرانی فضایی است که با ترکیب معمارانه ساختارهای مصنوعی و طبیعی مانند آب و گیاه، معنایی رؤیایی و خیال‌پردازانه را مجسم می‌کند (شاهچراغی، ۱۳۸۹، ص ۴۱). کالبد تمامی باغ‌های تاریخی شکل‌یافته از سه نظام کاشت، آب و استقرار ابنیه است. و ساختار هندسی به‌عنوان نظام تلفیق عناصر طبیعی و مصنوعی که در نظام‌های کالبدی باغ، ساماندهی می‌شوند، مطرح می‌شود. به بیانی دیگر نظام ساختاری باغ ایرانی، زمینه هندسی تلفیق عناصر طبیعی و مصنوع را در باغ پدید آورده که عناصر طبیعی را با توجه به نظام‌های کاشت و آب سازمان‌دهی می‌کند (همان، ص ۶۵).

برای آنکه باغی خاصیت درمانی کارآمد و اثربخش داشته‌باشد، وجود شاخصه‌های تبیین‌شده در بخش ۵-۱ الزامی است؛ در ادامه به بررسی تطبیقی-تحلیلی هر یک از شاخصه‌ها در باغ ایرانی از طریق مرور شواهد کتابخانه‌ای پرداخته می‌شود:

#### ۲-۵-۱. سادگی

در باغ‌های مدیتیشن، تمام عناصر و اجزاء باغ می‌بایست ساده بوده و به دور از هرگونه ابهام، پیام مثبت و واضح برای کاربران داشته‌باشند. سادگی به معنای استفاده از عناصر محدود و ضروری و عدم وجود عناصر تحریک‌کننده و نارسا در محیط است؛ جزئیاتی که دارای تأثیر عمده بر منظر نیست بهتر است به‌منظور درک آسان محیط توسط کاربران حذف شود (SULIS, 2015). اغلب پژوهشگران تأکید می‌کنند باغ ایرانی تا آنجا که ممکن است ساده و روشن شکل می‌گیرد و ابهامی مادی در رابطه انسان و فضا باقی نمی‌گذارد (میرفندرسکی، ۱۳۸۳). به عبارت دیگر هنر باغ‌سازی ایران هنری حکیمانه، آرمان‌گرا و هدفمند معرفی می‌شود (مردمی و همکاران، ۱۳۹۳)، که در آن هیچ چیزی بی‌مورد یا فقط برای زیبایی وجود ندارد. آنچه مفید و لازم

جدول ۱: تبیین شاخصه‌های باغ‌های چهارگانه درمانی بر اساس تطبیق پارامترها در تعاریف باغ‌های درمانی (نگارندگان)

باغ‌های درمانی	تعریف	کیفیت فضایی-کاربردی	محقق
باغ‌های مدیته‌شن	این باغ‌ها متمرکز بر آرامش به عنوان بخشی از فرآیند شفا و مناسب برای تفکر آرام، جدایی از حواس پرتی‌ها و ایجاد فضایی خصوصی است. همه عناصر در آن تسکین‌دهنده و صلح‌آمیز و القاگر امنیت روانی است.	القاء آرامش، ایجاد فضایی خصوصی، القاء امنیت روانی	Yücel, 2013
	طراحی باغ‌های مدیته‌شن باید تا جای امکان ساده و منظم و بدون پیچیدگی باشد.	طرح ساده و بدون پیچیدگی	SULIS, 2015
باغ‌های شفابخش	هدف باغ‌های شفابخش القاء حس آرامش و امنیت روانی، استرس کمتر و حتی انرژی بخشیدن به افراد است.	القاء حس آرامش، امنیت روانی	Eckerling, 1996
	باغ‌های شفابخش قادر به تحریک حواس پنج‌گانه و ارتقاء بهبودی از بیماری‌های جسمی و عاطفی است.	تحریک حواس	Stark, 2004
باغ‌های ترمیمی	باغ‌های ترمیمی منابع مهم کاهش‌دهنده استرس هستند، چرا که آنها ابعاد زیر را پرورش می‌دهند: <b>حمایت اجتماعی</b> برای استفاده‌کنندگان از باغ، <b>ایجاد حریم خصوصی و کنترل بر آن، فرصت فعالیت فیزیکی و ارائه عناصر طبیعت.</b>	پرورش حمایت اجتماعی، ایجاد حریم خصوصی و کنترل بر امور، فرصت فعالیت فیزیکی	Erickson, 2012
	این باغ‌ها از ارزش‌های ترمیمی طبیعت برای ایجاد محیط منجر به آرامش و امنیت روانی استفاده می‌کنند	القاء آرامش و امنیت روانی	Yücel, 2013
باغ‌های تواناسازی	باغ‌های تواناسازی به استفاده‌کنندگان در هر سنی و با هر توانایی اجازه می‌دهد که از تجربه فعال طبیعت مانند باغبانی درمانی لذت ببرند.	تجربه فعال طبیعت	DePrado, Polanin & Flagler, 2013
	در باغ‌های تواناسازی راحتی استفاده‌کنندگان اولین نگرانی است. محیط بیرون همچنین باید دارای ایمنی برای استفاده کاربران بدون هیچ‌گونه ناخوشدوی فیزیکی باشد.	راحتی ایمنی	Bengtsson & Grahn, 2014

است زیبا عرضه می‌شود و جلوه‌ای در کمال و جمال دارد (نعیما، ۱۳۸۵، ص ۲۱). در باغ ایرانی همه فضاها اعم از ساخته‌شده و ساخته‌نشده دارای استقلال و تشخیص‌اند و هیچ فضایی بدون هدف رها نشده‌است. به طوریکه حتی فاصله میان دو فضای مستقل، عرصه‌ای کامل به شمار می‌آید که واجد هویت و عملکرد مستقل است. این اصل از ترکیب فضاهای کلی باغ شروع شده و تا ترکیب شدن و به هم پیوستن فضاهای خرد دیده می‌شود (حیدرنتاج، ۱۳۸۹، ص ۹۰). برای مثال در استفاده از درختان و گل‌ها در باغ ایرانی از بیهودگی پرهیز شده و همه آنها استفاده منطقی داشتند و هیچ‌گاه بدون دلیل و هدف خاص چیزی کاشته نمی‌شد<sup>۲</sup> (زمانی و همکاران، ۱۳۸۸).

### ۵-۲-۳. آرامش

ایجاد حس آرامش از اصلی‌ترین ایده‌ها در طراحی باغ‌های شفابخش، مدیته‌شن و ترمیمی است. انسان هرچه به طبیعت نزدیک‌تر شود، آرامش او بیشتر می‌شود. بررسی نظرات محققان نشان می‌دهد، که در پژوهش‌های انجام‌شده، بر کیفیت آرامش‌بخشی در محیط باغ بر اساس نظام‌های کالبدی و معنایی تأکید شده است و چنین بیان می‌شود که "باغ ایرانی یک مکان کنش بین شکل و سطح است... و فضایی پاک، غرق آرامش و خالی از هر تنش و محیطی تفکرانگیز پدید می‌آورد." می‌تواند گفت که کیفیت آرامش، آسایش به وسیله عدد، هندسه، رنگ و ماده یعنی عناصر کالبدی به حیطة حواس انسانی درآمده.

### ۵-۲-۲. ایجاد حریم خصوصی

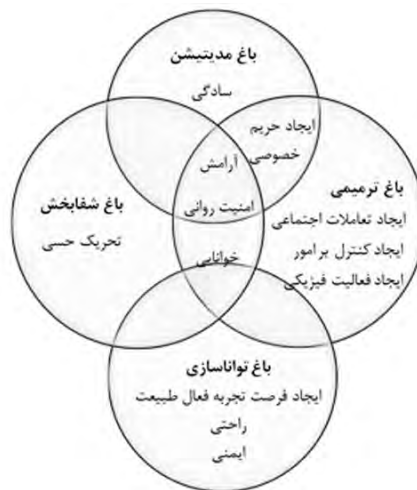
ایجاد حریم خصوصی و متمایز کردن آن از عرصه فعالیت‌های گروهی یکی دیگر از نکات قابل اهمیت در طراحی باغ‌های مدیته‌شن و ترمیمی است. ایجاد حریم خصوصی به وسیله تعریف فضاهای مستقل با استفاده از کاشت گیاهان حائل و یا ایجاد اهروهای عبوری یا گزینه‌هایی در منظر حاصل می‌شود (SU-

## ۵-۲-۴. امنیت روانی

همانطور که گفته شد، باغ‌های شفابخش، ترمیمی و مدیتیشن می‌بایست فراهم‌کننده احساس امنیت باشند؛ باغ‌ها با نمایش زندگی به وسیله عناصر زنده مانند گیاهان، گل‌ها، بوته‌ها به افراد احساس امنیت روانی و امید می‌بخشد (Shahrad, 2012). نحوه قرارگیری گیاهان در باغ نیز در امنیت باغ‌ها تأثیر بسزایی دارد و امنیت در مکان‌هایی که چشم‌انداز بیشتری به محیط داشته باشد، به مراتب بیشتر از محیط‌هایی است که چشم‌انداز کمتری دارد (دانش‌فر و صدیق، ۱۳۹۲). یک اصل مهم در باغ‌سازی ایران بازبودن چشم‌انداز اصلی به شکل مستطیل کشیده است. در این باغ‌ها، در مقابل بنا، فضای باز و کشیده‌ای بود که درست در چشم‌انداز اصلی واقع می‌شد. در این فضا معمولاً درختانی می‌کاشند که زیاد بلند نشوند (نعیما، ۱۳۸۵، ص ۳۲). این اشراف کامل به محور دید اصلی از عوامل ارتقاءدهنده امنیت روانی در باغ ایرانی است. همچنین هنرمند ایرانی همواره کوشیده تا باغی که او می‌آفریند همچون باغ‌های بهشتی، که در آموزه‌های دینی خود توصیفات و تفاسیر فراوانی از آن ارائه شده، باشد. در این توصیفات، ترس و عدم امنیت و مانند آن وجود ندارد (مردمی و همکاران، ۱۳۹۳).

## ۵-۲-۵. تحریک حسی

تحریک حسی یکی از اصلی‌ترین مؤلفه‌ها در طراحی باغ‌های شفابخش است؛ و به معنای هماهنگی و تعادل بین بعضی یا همه حواس در طراحی منظر است. در این باغ‌ها به‌منظور دستیابی به حداکثر فواید درمانی، فراوانی انواع گیاهان مورد نیاز است، شامل فضاهایی با گل‌ها در فصول مختلف، گیاهان یا درختانی که حیات‌وحش غیر تهدیدکننده را جذب می‌کنند، برگ‌ها و چمنزارهایی که با نسیم حرکت می‌کنند، استخرهای منعکس‌کننده آسمان که محیطی برای ماهی‌ها و نیلوفر آبی به وجود می‌آورد، عناصری که حس بینایی و شنوایی را تحریک می‌کنند و... (Cooper Marcus, 2000) محیط باغ ایرانی به‌طور هم‌زمان به همه حواس پنج‌گانه انسان می‌پردازد، در باغ‌سازی ایرانی سرسبزی درخت، تنوع درازمدت گل‌های الوان، حضور شادمانه آب، صدای دلکش پرندگان، لطافت هوای مطبوع، عطرآگینی فضا، زیبایی و چشم‌نوازی سیما منظور است (نعیما، ۱۳۸۵، ص ۲۱). در تحریک حس بینایی، در باغ ایرانی، منظرپردازی و تأثیر آن بر روان انسان بسیار متأثر از نظام کاشت است. ترکیب گونه‌های متنوع درختان در باغ از جمله درختان خزان‌پذیر و خزان‌ناپذیر، یا درختان مثمر و درختان بی‌بار، گل‌ها و گیاهان با تنوع رنگی زیاد، ترکیب‌های رنگی متنوعی در فصول مختلف به وجود می‌آورد. ترکیب‌های گوناگون از بافت‌های ریز یا درشت هم بر کیفیت بصری و منظر تأثیرگذار است و هم تنوع در حس لامسه (شاهچراغی، ۱۳۸۹، ص ۷۱). در تحریک



نمودار ۲: شاخصه‌های باغ‌های چهارگانه درمانی (نگارندگان)

پس "در باغ ایرانی در عین آنکه در مکان زمینی قرار یافته‌ایم بدون فرافکنی ذهنی و جدایی متافیزیکی آدمی با ساحت مقدس پیوند دارد. این حس چندین‌گونگی و تعلیق فضا، حس ملکوتی از جدا شدن، آرامش و ابدیت ایجاد می‌کند و با بافت مکرر خود در طراحی به نوعی معنا را از سلسله مراتب بیرون می‌کشد و به جهت اهمیت اجزاء و عناصر و ظهور چندین‌باره آنها در تمامی عرصه طرح، آدمی را به وحدت وجود می‌رساند" (شاهچراغی، ۱۳۸۹، ص ۱۵۹). "به طور کلی نظام تمرکز حواس در باغ ایرانی موجب گسست و انفصال محیط باغ از محیط اطراف در نظر مخاطب شده و یکی از عوامل مهم و تأثیرگذار بر کیفیت دعوت‌کنندگی باغ به کسب آرامش است. گیاهان موجود در باغ ایرانی و نحوه کاشت آنها همچنین حضور آب، تأثیر به سزایی در کاهش سر و صدای دنیای بیرون از باغ دارد؛ و همانطور که از توصیفات سیاحان و بازدیدکنندگان از باغ به دست می‌آید؛ همواره محیط باغ سرشار از آرامش و صدای طنین‌انداز آب و پرندگان بوده است (مردمی و همکاران، ۱۳۹۳). یکی از موارد تأثیرگذار بر دستیابی به آرامش در باغ‌ها، برخورداری از سایه و آفتاب مناسب، تعدیل رطوبت و دما است. در باغ‌سازی مناطق گرم و خشک ایران به‌منظور مقابله با گرمای طاقت‌فرسا، سعی در ایجاد بیشترین سایه است (نعیما، ۱۳۸۵، ص ۲۱). به این منظور در دو خیابان دو طرف میان‌کرت یا آب‌نما، برای کمک بیشتر به ایجاد سایه، گذرگاه باغ‌ها را باریک‌تر انتخاب می‌نمودند تا سایه درختان دو طرف همه سطح گذرگاه را بپوشاند (زمانی و همکاران، ۱۳۸۸). نظام سایه اصولاً در اقلیم و زادگاه باغ ایرانی دارای نقش مهم و بار معنایی مثبت بوده و می‌تواند آن را یکی از اجزای مهم در باغ به شمار آورد خصوصاً زمانی که با استفاده از آب، به نحوی میزان رطوبت محیط امکان افزایش داشته باشد، مجموعه این دو عامل به بنیادی‌ترین مفهوم باغ ایرانی شکل می‌دهد که همان ایجاد فضای فرح‌بخش و دارای آرامش و آسایش است" (شاهچراغی، ۱۳۸۹، ص ۷۲).

حس شنوایی، حرکت آب و پنهان و پیدا کردن آن در سطح باغ، اصوات گوناگونی در باغ می‌آفریند. انواع درختان و گیاهان موجب جلب پرندگان در فصول مختلف سال و آکنده‌شدن فضای باغ از آوای خوش آنها می‌شود. همچنین عبور نسیم از میان شاخ و برگ درختان آواهای ویژه ایجاد می‌کند (همان، ص ۷۲). کاشت و پرورش گل‌های معطر از جمله بهارنارنج، یاس و محمدی، در باغ گویای علاقه ایرانیان به پراکندن رایحه خوش در فضای باغ و معطر کردن آن و تحریک حس بویایی بوده است (همان، ص ۷۳). در باغ ایرانی بازی نور و سایه، عطر گیاهان، لمس خنکی هوا، تمامی حواس پنج‌گانه را تحت‌تأثیر قرار می‌دهد. باید توضیح داد که در طبیعت بکر و دست‌نخورده نیز حواس پنج‌گانه انسان به‌کارگرفته می‌شود اما در باغ ایرانی بر اساس خواست انسان حواس پنج‌گانه، تحت‌تأثیر قرار می‌گیرد. در باغ ایرانی حواس به‌صورت هدفمند و با بکارگیری تکنیک‌های مشخص، به طرز متمایز و تشدید یافته‌ای (نسبت به طبیعت بکر) به کار گرفته می‌شود؛ و نظام معماری باغ ایرانی، انتظام دادن و پیکره‌مند کردن به همه پنج حس انسان در باغ را بر عهده دارد (شاهچراغی، ۱۳۸۸).

#### ۵-۲-۶. خوانایی

خوانایی و سهولت مسیریابی در باغ ترمیمی و باغ شفاف‌بخش به دلیل وجود مسیرهای حرکتی در این باغ‌ها حائز اهمیت است. (Bengtsson & Grahn, 2014) امکان شناسایی هندسه حاکم بر کل مسیر برای فرد از درون آن، فقدان موانع مزاحم دید، قابل رؤیت بودن مسیر از موارد ایجادکننده خوانایی در باغ‌ها است. در باغ ایرانی وجود چشم‌انداز اصلی به شکل مستقیم و کشیده در محور طولی باغ، و عدم وجود موانع مزاحم دید، از موارد ایجادکننده خوانایی است (نعیما، ۱۳۸۵، ص ۲۳). همچنین به دلیل هندسه خاص خود که راست‌گوشه و مربع می‌باشد و وجود تقارن و سلسله‌مراتب، از خوانایی و شفافیت فضایی بالایی برخوردار است. باغ ایرانی بر اساس فرم‌های باقاعده و تابع قوانین هندسی شکل‌گرفته و قابلیت پیش‌بینی آنها می‌تواند به آسانی در ذهن ناظر، تکمیل و بازسازی شود؛ به گونه‌ای که از پیچیدگی در ادراک بصری فضا پرهیز شده است. طرح متقارن باغ، محور بصری واضح بین کوشک و باغ، ترکیب خردمندانه و منظم و سازمان هندسی از قواعد باغ ایرانی است. رعایت اصول طراحی (خط، فرم، بافت رنگ، مقیاس) در باغ ایرانی علاوه بر بهبود بصری، در بهبود هویت تصویری نیز اثر می‌گذارد و افزایش خوانایی، در انگاشت ذهنی بینندگان را ممکن می‌سازد (مهدی زاده و همکاران، ۱۳۹۰).

۵-۲-۷. ایجاد فرصت انتخاب کردن و کنترل بر امور  
 فراهم آوردن امکان انتخاب و کنترل بر امور از اجزاء مهم در طراحی باغ‌های ترمیمی است. کنترل به معنی توانایی واقعی یا ادراکی افراد برای تعیین آنچه آنها انجام می‌دهند است. به این منظور، طراحی باغ می‌بایست اجازه تعامل با آن را بدهد؛ برای مثال امکان انتخاب مکان نشستن به صورت ثابت یا متحرک، تنها و یا در گروه‌های کوچک و بزرگ، قرارگیری در آفتاب یا در سایه و... (Erickson, 2012). باغ ایرانی اثر هنری زیبا، چندمنظوره و پر عملکردی است (نعیما، ۱۳۸۵، ص ۲۱). در باغ ایرانی تنوع فضایی وجود دارد که امکان تعامل با باغ را به کاربر می‌دهد. طراحی باغ امکان انتخاب بین مکانی برای تنها بودن یا با دیگران بودن، نشستن در آفتاب یا سایه، چشم‌انداز وسیع یا بسته را برای کاربران فراهم می‌کند (مردمی و همکاران، ۱۳۹۳).

#### ۵-۲-۸. ایجاد فرصت تعاملات اجتماعی

ایجاد فرصت تعاملات اجتماعی اصلی‌ترین شاخصه در نظریه باغ‌های ترمیمی است (Erickson, 2012). حضور در فعالیت‌های اجتماعی شاید تنها ابزار تعاملات اجتماعی و خانوادگی باشد (Yücel, 2013). در نظر شاهچراغی محیط باغ ایرانی فضایی برای تعاملات اجتماعی، گپ و گفتگو و نماد فرهنگی معرفی شده است (۱۳۸۹، ص ۱۳۸). همچنین می‌تواند گفت که با توجه به ساختار هندسی باغ ایرانی، مسیر اصلی باغ فضایی عمومی و بازتر است و می‌تواند به مکانی برای تعاملات اجتماعی بدل شود (مردمی و همکاران، ۱۳۹۳).

#### ۵-۲-۹. ایجاد فرصت فعالیت فیزیکی

ایجاد فرصت برای حرکت و فعالیت‌های فیزیکی یکی از مؤلفه‌ها در نظریه طراحی باغ‌های ترمیمی است (Erickson, 2012). بر اساس نتایج مطالعات، شدت و مقدار فعالیت جسمی به خصوصیات طراحی باغ وابسته است؛ عوامل طراحی مانند عدم وجود سایه، باغچه‌های گیاه کاری شده، نشیمن مناسب بر میزان استفاده از باغ‌ها و فعالیت در آن تأثیرگذار است (Pasha and Shep-ley, 2013). باغ ایرانی مسیرهای کوتاه و بلند زیبایی جهت پیاده‌روی و فعالیت‌های بدنی برای کاربران خود مهیا می‌سازد. میانگرت‌ها مسیرهای کوتاه‌تر و محور اصلی و طولی باغ مسیر بلندتری جهت فعالیت فیزیکی فراهم می‌آورد. همچنین می‌تواند گفت که این مسیرها ویژگی دعوت‌کنندگی نیز دارند (مردمی و همکاران، ۱۳۹۳). زیرا در باغ ایرانی با توجه به ساختار آن جهت حرکت از سمت پایین شیب به سمت بالا و در جهت خلاف جریان آب در حال گردش در باغ است و حرکت به سمت بالا در محیط، احساس اکتشاف، انگیزه برای بالاتر رفتن را به همراه دارد (شاهچراغی، ۱۳۸۸).



### ۲-۵-۱۰. ایجاد فرصت تجربه فعال طبیعت

در باغ‌های تواناسازی فرصت تجربه فعال طبیعت مهیا می‌شود. تجربه فعال مانند کاشت گیاهان و فعالیت‌های باغبانی درمانی است. باغبانی درمانی<sup>۳۳</sup> یک فرآیند فعال است که در چارچوب یک طرح درمان رخ می‌دهد که در آن خود فرآیند به عنوان فعالیت درمانی در نظر گرفته می‌شود و نه محصول نهایی (DePrado, Polanin and Flagler, 2013). بر اساس مطالعات در باغ ایرانی فضای خاص و طراحی شده برای انجام فعالیت‌های باغبانی درمانی توسط کاربران در نظر گرفته نشده است.

### ۲-۵-۱۱. راحتی

در باغ‌های تواناسازی راحتی استفاده‌کنندگان از نکات حائز اهمیت است. راحتی به معنای فراهم کردن امکانات رفاهی کاربران است؛ مانند دسترسی سریع و راحت به باغ، ایجاد سایه، ایجاد لبه نشیمن در کنار باغچه‌های باغبانی درمانی و... (همان) در باغ ایرانی راهروهای عریض دسترسی راحت را به همه نقاط باغ فراهم می‌کند و کاشت درختان بلند قامت و سایه‌افکن به صورت خطی، معابر و دسترسی‌ها را حتی زیر تابش آفتاب سوزان، تحت سایه قرار می‌دهد (شاهچراغی، ۱۳۸۹، ص ۷۲).

### ۲-۵-۱۲. ایمنی

به دلیل وجود فضاهایی برای تجربه فعال طبیعت در باغ‌های

تواناسازی، ایمنی کاربران دارای اهمیت است. در باغ ایرانی دیوار پیرامونی، وظیفه حفاظت باغ در برابر حیوانات وحشی، محافظت باغ و ساکنین آن و نیز ایجاد ایمنی در باغ را بر عهده دارد (همان، ص ۷۹).

### ۳-۵. بررسی میزان تطابق باغ ایرانی و باغ‌های چهارگانه درمانی بر اساس آراء متخصصان

#### ۳-۵-۱. نتایج آماری

همانطور که در بخش روش تحقیق توضیح داده شد، به بررسی قابلیت تطبیق باغ ایرانی و باغ‌های چهارگانه درمانی بر اساس نظر متخصصان پرداختیم. جدول ۲ میزان تطبیق باغ ایرانی را با هر یک از دوازده شاخصه تبیین شده برای باغ‌های چهارگانه درمانی در بخش ۵-۱ نشان می‌دهد. با توجه به شاخصه‌های تبیین شده برای هر بخش از باغ‌های درمانی و با بهره‌گیری از درصد تطابق باغ ایرانی و هر یک از شاخصه‌ها در جدول ۲، میزان کلی تطابق باغ ایرانی با هر بخش از باغ‌های چهارگانه درمانی، مطابق جدول ۳ محاسبه می‌شود.

#### ۳-۵-۲. بحث و تحلیل داده‌ها

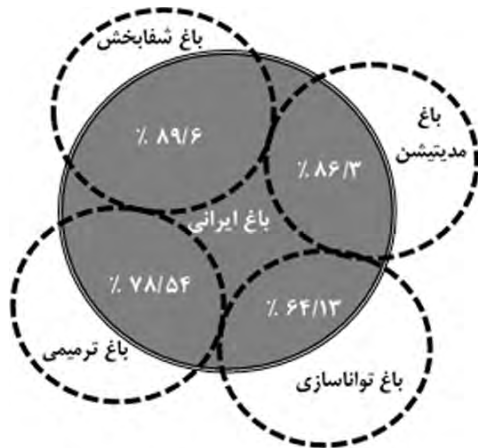
با توجه به جدول ۲، بیشترین درصد انطباق مربوط به ویژگی خوانایی (۹۳/۶٪) است؛ وجود هندسه منظم، راست‌گوشه و

جدول ۲: میزان تطبیق شاخصه‌ها در باغ ایرانی بر اساس آراء متخصصان (نگارندگان)

شاخصه باغ‌های چهارگانه درمانی	میانگین نمره تطابق باغ ایرانی با شاخصه‌ها	درصد تطابق باغ ایرانی با شاخصه‌ها
باغ ایرانی دارای سادگی است؛ به معنای استفاده از عناصر محدود، ضروری و هدفمند.	۴/۲۱ (۰±/۷۰)	۸۴/۲٪
باغ ایرانی فراهم‌کننده فرصت خلوت‌گزیدن و ایجاد حریم خصوصی است.	۴/۱۸ (۰±/۶۹)	۸۳/۶٪
باغ ایرانی فراهم‌کننده آرامش است؛ به معنای عدم وجود هرگونه تنش جسمی و روانی در محیط.	۴/۵۶ (۰±/۶۱)	۹۱/۲٪
باغ ایرانی فراهم‌کننده امنیت روانی است.	۴/۳۱ (۰±/۶۴)	۸۶/۲٪
باغ ایرانی فراهم‌کننده تحریک حسی است؛ به معنای بکارگیری حواس پنج‌گانه انسان در طراحی منظر.	۴/۳۷ (۰±/۴۸)	۸۷/۴٪
باغ ایرانی دارای خوانایی است.	۴/۶۸ (۰±/۴۷)	۹۳/۶٪
باغ ایرانی فراهم‌کننده فرصت انتخاب کردن و تجربه کنترل بر امور توسط کاربران است.	۳/۴۰ (۰±/۶۶)	۶۸٪
باغ ایرانی فراهم‌کننده فرصت تعاملات اجتماعی است.	۲/۷۱ (۰±/۸۰)	۵۴/۲٪
باغ ایرانی فراهم‌کننده فرصت فعالیت فیزیکی مانند پیاده‌روی است.	۳/۶۵ (۰±/۸۹)	۷۳٪
باغ ایرانی فراهم‌کننده تجربه فعال طبیعت است؛ به معنای امکان مداخله و مشارکت کاربران در انجام فعالیت‌های باغبانی درمانی.	۲/۷۵ (۰±/۵۰)	۵۵٪
باغ ایرانی فراهم‌کننده راحتی است؛ به معنای برخورداری از امکانات رفاهی متناسب با فعالیت باغبانی درمانی.	۳/۰۹ (۰±/۶۸)	۶۱/۸٪
باغ ایرانی دارای ایمنی است؛ به معنای عدم وجود ناخشنودی فیزیکی در انجام فعالیت‌ها.	۳/۷۸ (۰±/۸۰)	۷۵/۶٪

جدول ۳: میزان کلی تطابق باغ ایرانی و هر بخش از باغ‌های چهارگانه درمانی (نگارندگان)

میزان کلی تطابق باغ ایرانی و باغ‌های چهارگانه درمانی	باغ‌های چهارگانه درمانی
۸۶/۳٪	باغ مدیتیشن
۸۹/۶٪	باغ شفابخش
۷۸/۵۴٪	باغ ترمیمی
۶۴/۱۳٪	باغ تواناسازی



نمودار ۳: نمودار میزان تطابق باغ ایرانی و هر بخش از باغ‌های چهارگانه درمانی (نگارندگان)

کم می‌شود. باغ ایرانی همچنین، فاقد فضاهای طراحی شده و خاص انجام فعالیت‌های باغبانی درمانی توسط کاربران است. بر طبق آراء پس از آنها، ایجاد فرصت انتخاب کردن و تجربه کنترل بر امور توسط کاربران (۶۸٪) کمترین میزان تطابق را دارا است؛ زیرا در یک الگوی منظم هندسی تنوع فضایی و امکان انتخاب کمتری نسبت به آنچه در طبیعت غیرمصنوع یا باغ ژاپنی مشاهده می‌شود، موجود است. با توجه به میزان انطباق شاخصه‌های تبیین شده برای هر بخش از باغ‌های درمانی، باغ ایرانی بیشترین تطابق را با باغ شفابخش و کمترین تطابق را با شاخصه‌های باغ‌های تواناسازی دارد (ن.ک. نمودار ۳) و در صورت بکارگیری الگوی باغ ایرانی به عنوان باغ‌های چهارگانه درمانی؛

وجود تقارن و سلسله‌مراتب در باغ ایرانی را می‌تواند از عوامل ایجادکننده خوانایی دانست. بر طبق آراء متخصصان، پس از خوانایی، ایجاد آرامش و عدم وجود هرگونه تنش جسمی و روانی در محیط (۹۱/۲٪) بیشترین انطباق را با شاخصه‌های باغ ایرانی دارا است. از دلایل آن می‌تواند حضور آب، انتخاب هوشمندانه گیاهان و نظام کاشت در باغ ایرانی که عامل گسست و انفصال محیط باغ از محیط اطراف در نظر مخاطب است، را برشمرد. در این مطالعه ایجاد فرصت تعاملات اجتماعی (۵۴/۲٪)، تجربه فعال طبیعت به معنای امکان مداخله و مشارکت کاربران در انجام فعالیت‌های باغبانی درمانی (۵۵٪)، ایجاد راحتی در انجام فعالیت‌های باغبانی درمانی (۶۱/۸٪) کمترین درصد تطابق را از نظر متخصصان دارا است. باغ ایرانی عام‌المنفعه نبوده و صرفاً جهت استفاده خواص و در ایام خاص طراحی شده است؛ همچنین در یک الگوی منظم هندسی، با مسیرهای راست‌گوشه و متشابه، امکان ایجاد گوشه‌های نشیمن و فضایی برای تعاملات اجتماعی

### نتیجه‌گیری

بر اساس ارزیابی ادبیات موضوع و آراء متخصصان، الگوی چهارگانه باغ‌های درمانی در شاخصه‌های خوانایی، ایجاد آرامش (عدم وجود هرگونه تنش جسمی و روانی در محیط) با الگوی منظر باغ ایرانی بیشترین شباهت را داراست و در صورت بکارگیری الگوی منظر باغ ایرانی به عنوان باغ درمانی، امکان ایجاد فرصت تعاملات اجتماعی در باغ‌ها، امکان مداخله و مشارکت کاربران در انجام فعالیت‌های باغبانی درمانی و ایجاد راحتی در انجام این فعالیت‌ها، فراهم آوردن فرصت انتخاب کردن و تجربه کنترل بر امور، نیازمند تقویت است. به این منظور طراحان با ایجاد نوآوری متعهدانه و تغییر الگوهای کارکردی در ساختار هندسی باغ، می‌بایست عرصه‌های اجتماعی را بهبود بخشیده، محیطی خاص جهت انجام فعالیت‌های باغبانی درمانی خلق کنند و تنوع فضایی بیشتری برای انتخاب در اختیار کاربر قرار دهند.

باغ ایرانی، به ترتیب بیشترین میزان تطابق را با باغ شفابخش، پس از آن باغ مدیتیشن، باغ ترمیمی و کمترین میزان تطابق را با باغ تواناسازی داراست. با توجه به جدول ۴، الگوی منظر باغ ایرانی امکان تجربه حسی طبیعت و تجربه غیرفعال طبیعت را (در باغ‌های شفابخش و مدیتیشن) فراهم می‌کند؛ اما فضاهای خاص و طراحی شده جهت ارتقاء بعد جسمانی و اجتماعی تندرستی در آن کمتر در نظر گرفته شده است؛ و می‌توان نتیجه گرفت الگوی منظر باغ ایرانی بیشتر از طریق تجربه حسی طبیعت، تندرستی را ارتقاء بخشیده و بر ارتقاء بعد روانی تندرستی متمرکز است و در ایجاد فضاهای خاص و طراحی شده جهت ارتقاء بعد جسمانی و اجتماعی تندرستی نیازمند تقویت است. از محدودیت‌های پژوهش می‌توان به تأخیر در پاسخگویی متخصصین، سیر آهسته و وقت‌گیر بودن آن، عدم دسترسی به نتایج قاطع در پژوهش‌های گذشته و نبود مطالعات مشابه در زمینه قیاس باغ ایرانی و باغ‌های چهارگانه درمانی اشاره کرد. همچنین، چگونگی تقویت و بهبود عرصه‌های اجتماعی، ایجاد محیطی خاص جهت انجام فعالیت‌های باغبانی درمانی و چگونگی خلق تنوع فضایی بیشتر در باغ ایرانی، می‌تواند به عنوان موضوع مطالعاتی مفید در پژوهش‌های آتی، توسط علاقه‌مندان و پژوهشگران، مورد بررسی قرار گیرد.

جدول ۴: ویژگی باغ‌های درمانی و میزان کلی تطابق باغ ایرانی و هر بخش از باغ‌های چهارگانه درمانی (نگارندگان)

باغ‌های چهارگانه درمانی	ویژگی باغ‌های درمانی	میزان کلی تطابق باغ ایرانی و باغ‌های چهارگانه درمانی
باغ شفابخش	متمركز بر به دست آوردن مجدد تندرستی به وسیله تجربه حسی طبیعت.	٪ ۸۹/۶
باغ مدیتیشن	متمركز بر بهبود روح و روان کاربران به وسیله تجربه غیرفعال طبیعت.	٪ ۸۶/۳
باغ ترمیمی	متمركز اولیه بر بهبود تندرستی اجتماعی و سپس تندرستی جسمانی از طریق تجربه فعال طبیعت.	٪ ۷۸/۵۴
باغ تواناسازی	متمركز بر بهبود تندرستی جسمانی به وسیله تجربه فعال طبیعت.	٪ ۶۴/۱۳

در این جنبه‌ها می‌بایست ارتقاء یابد.

### پی‌نوشت‌ها

1. Therapeutic Garden / 2. Delphi / 3. Smith, 2007 / 4. Bengtsson and Grahn, 2014 / 5. Yücel, 2013 / 6. Erickson, 2012 / 7. Yang, 2010 / 8. Intra-class Correlation / 9. Williams, 2002 / 10. Palka, 1999 / 11. Joanne Westphal, 2000 / 12. Meditative gardens / 13. Healing gardens / 14. Restorative gardens / 15. Enabling gardens / 16. Cooper Marcus & Barnes, Ulrich / 17. Vapaa, 2002 / 18. Stark, 2004 / 19. Eckerling, 1996 / 20. به نقل از (Alexander, 2007) / 21. دادبه ۱۳۸۳ / 22. به نقل از مسعودی ۱۳۸۲ / 23. Horticultural Therapy

### منابع

- احمدی، نسبه (۱۳۸۸). **معرفی و نقد روش دلفی**. فصلنامه علوم اجتماعی، (۲۲)، ۱۰۰-۱۰۸.
- ادیبی، علی‌اصغر؛ اکبرزاده، مهنا (۱۳۹۲). **منظر سلامت: باغ‌های شفابخش، رویکرد باغ ایرانی به سلامت**. فصلنامه علمی ترویجی منظر، (۲۲)، ۱۸-۲۱.
- بمانیان، محمدرضا؛ صالح، الهام (۱۳۹۰). **بررسی مفهوم باغ سازی ایرانی در رویکرد پدیدارشناسی در معماری منظر، تبارشناسی و شاخص شناسی**. دو فصلنامه مدیریت شهری، (۲۸)، ۶۱-۸۰.
- حیدرنتاج، وحید (۱۳۸۹). **باغ ایرانی**. تهران: دفتر پژوهش‌های فرهنگی.
- دانش‌فر، احسان؛ صدیق، مرتضی (۱۳۹۲). **معماری منظر (انسان و طبیعت)**. تهران: انتشارات سروش دانش.
- زمانی، احسان؛ لیلیان، محمدرضا؛ امیرخانی، آریین؛ اخوت، هانیه (۱۳۸۸). **بازشناسی و تحلیل جایگاه عناصر موجود در باغ ایرانی با تأکید بر اصول دینی - آیینی**. نشریه باغ نظر، (۱۱)، ۲۵-۳۸.
- شاهچراغی، آزاده (۱۳۸۹). **پارادایم‌های پردیس، درآمدی بر بازشناسی و بازآفرینی باغ ایرانی**. تهران: انتشارات جهاد دانشگاهی.
- \_\_\_\_\_ (۱۳۸۸). **تحلیل فرآیند ادراک محیط باغ ایرانی بر اساس نظریه روانشناسی بوم‌شناختی**. نشریه هویت شهر، (۵)، ۷۱-۸۴.
- مردمی، کریم؛ میرهاشمی، صدیقه؛ حسن‌پور، کسری (۱۳۹۳). **باغ ایرانی - باغ شفابخش. شفابخشی طبیعت در نگاه اسلامی و محیط‌های درمانی**. دو فصلنامه پژوهش‌های معماری اسلامی، (۵)، ۴۹-۶۶.
- مهدی‌زاده سراج، فاطمه؛ نیکوگفتار، عاطفه (۱۳۹۰). **بررسی تطبیقی راهکارهای دستیابی به آسایش، آرامش و تفکر در باغ‌های سنتی ایران و ژاپن**. فصلنامه علمی پژوهشی باغ نظر، (۱۷)، ۳۱-۴۲.
- میرفندرسکی، محمدمین (۱۳۸۳). **باغ ایرانی چیست؟ باغ ایرانی در کجاست؟ خلاصه مقالات نخستین همایش باغ ایرانی**. تهران: سازمان میراث فرهنگی و گردشگری کشور.
- نعیم، غلامرضا (۱۳۸۵). **باغ‌های ایران، که ایران چو باغی است خرم بهار**. تهران: انتشارات پیام.
- نیلی، رعنا؛ نیلی، ریحانه؛ سلطانه‌زاده، حسین (۱۳۹۱). **چگونگی بازتاب شاخصه‌های مناظر شفابخش در الگوی منظر باغ ایرانی**. فصلنامه علمی پژوهشی باغ نظر، (۲۳)، ۶۵-۷۴.

- Barmelgy, Hesham El (2013). **Healing Gardens' Design**. *International Journal of Education and Research*, 1(6), 84-96.

- Bengtsson, Anna, Grahn, Patrik (2014). **Outdoor environments in health care settings: A quality evaluation tool for use in designing health care gardens**. *Urban Forestry & Urban Greening*, (13), 878-891.

- Cooper Marcus, Clare (2000). **Gardens and health**. International Academy for Design and Health (IADH), 61-71.

- DePrado, Laura, Polanin, Nicholas, Flagler, Joel (2013). **Enabling Gardens: The Practical Side of Horticultural Therapy**. Rutgers, New Jersey Agricultural Experiment Station, Fact Sheet FS1208.

- Erickson, Susan (2012). **RESTORATIVE GARDEN DESIGN: Enhancing wellness through healing spaces**. *Art and Design Discourse*, (2), 89-102.

- Milligan, Christine, Gatrell, Anthony, Bingley, Amanda (2004). **Cultivating health: therapeutic land-**

- scapes and older people in northern England. *Social Science & Medicine*, (58), 1781–1793.
- Pasha, Samira, Shepley, Mardelle M(2013). **Research note: Physical activity in pediatric healing gardens.** *Landscape and Urban Planning*, (118), 53– 58.
  - Shahrad, Azadeh(2012). **What are the design principles of Healing Gardens, For people who are suffering from stress-related diseases.** Master programme Urban Landscape Dynamics, Swedish University of Agricultural Sciences, Sweden.
  - Smith, Jerry (2007). **Health And Nature: The Influence of Nature on Design of the Environment of Care. A Position Paper for the Environmental Standards,** Washington: Council of The Center for Health Design.
  - SULIS (2015). **Healing Gardens.** Sustainable Urban Landscape Informa Series,(2),10-21.
  - Velarde, Ma.D, Fry, G, Tveit, M (2007). **Health effects of viewing landscapes in environmental psychology.** *Urban Forestry & Urban Greening*,(6), 199–212.
  - Yang, Yung Chin (2010). **A Healing Garden for Adults with Posttraumatic Stress Disorder,** Master Thesis of Science in Landscape Architecture, Washington State University, Washington.
  - Yücel, Gökçen Firdevs (2013). **Hospital Outdoor Landscape Design.** *Advances in Landscape Architecture*,(10), 381-398.





## Comparative Study of Persian Garden Landscape Pattern Versus Four Kinds of Therapeutic Gardens\*

Najmeh Saeidian\*\* - *M.A in Architecture, Shiraz University, Fars, Iran.*

Kazem Memarzia- *Assistant Professor at Shiraz University, Faculty of Art and Architecture, Fars, Iran.*

Seyed Mohammad Hossein Zakeri - *Assistant Professor at Shiraz University, Faculty of Art and Architecture, Fars, Iran.*

Amin Habibi- *Assistant Professor at Shiraz University, Faculty of Art and Architecture, Fars, Iran.*

### Abstract

A therapeutic garden design objective is to create specific environment for health promotion by doing therapeutic activities. The gardens promote all three dimensions of health: physical, mental, and social. According to this, therapeutic gardens are divided into four categories: meditative gardens focused on improving mental health, healing gardens focused on regaining health by sensory experience of nature, restorative gardens focused on improving social health and enabling gardens focused on improving physical health. Meditative gardens are specifically designed to allow individuals to quietly reflect in thought process. Healing gardens promote physical, psychological, and spiritual dimensions of health. The main purpose of restorative gardens is to allow the body to regain balance after stressful events passively. Enabling gardens are programmed to maintain and enhance the physical condition of target clientele through activities. In this research, with regard to the therapeutic role of nature and in line with provision of a practical solution proportional to cultural and native values of Iranians, the Persian Garden Landscape Pattern compliance with four categories of Therapeutic garden has been studied. Deduction process consists of three stages: firstly, extraction of characteristics and features of four patterns of therapeutic gardens based on matching parameters in their definitions; secondly, investigation of conformity of these characteristics to a Persian Garden Pattern through description and analysis of the existing library documents, and finally, proving the hypothesis through investigation of the experts' attitude via a questionnaire survey. The Persian Garden Landscape Pattern is an appropriate pattern to be applied in design ideas of healing gardens, meditative gardens, and the lowest rates of accordance with the enabling gardens. The highest percentage of conformity related to the readability feature (93/6%), orthogonal geometry and symmetry described readability in the Persian Garden. According to the experts, after readability, calmness and the absence of any physical and mental stress in the environment are the most important features of the Persian Gardens in the present study. The reasons are presence of water and a smart choice of plants and planting in the Persian Gardens. In this study, creating opportunities for social interaction in the gardens (54/2%), creating involvement and participation of users in horticultural therapy activity (55%) had the lowest percentage of conformity based on the experts' views. Persian Gardens were not public and specifically designed for exclusive use among properties, in a regular geometric pattern with rectangular and similar routes, the possibility of creating living space corners and spaces for social interaction decreases. According to the proposed definition of therapeutic gardens, the Persian Garden Pattern improves health through the sensory experience of nature. It is specifically focused on the promotion of mental health and missing designed spaces to improve physical and social aspects of the users' health. In applying the pattern of Persian Garden as four categories of therapeutic gardens in order to enhance the efficacy and efficiency of a garden, the designers are required to improve the facility of creating opportunities for social interaction in the gardens, feasible involvement and participation of users in horticultural therapy activity and creating comfort in carrying out these activities.

**Keywords:** *Persian Garden, Four kinds of therapeutic gardens, Landscape pattern, Wellness promotion in nature.*