

## تأثیر نور فضاهای داخلی بر کیفیت زندگی

دکتر فرشته ناییبی

dr\_fbnybe@yahoo.com

روانی و اخلاقی‌اش در گرو نور است. هدف از این تحقیق، تأکید بر ارتباط حفظ تعادل روانی، اخلاقی و سلامت جسمی و رشد و شکوفایی و خلاقیت (Creativity) و کیفیت زندگی (Quality of life) انسان به سبب تأثیرپذیری محیطی و نور است. به نظر می‌رسد که اصل و مبدأ هستی و پیدایش کلنات بر پایه نور است (الله نورالسموات والارض).

در ادبیات جهان، داستان‌ها و تعاریف و تعبیر استعاره‌ای، همیشه گرمی با روشنی و نور، و سردی با تاریکی و سیاهی، همراه بوده است. این مبحث صرفاً به نورهای مرئی (Visual lights) پرداخته و به مباحث دیگر از قبیل نورهای نامرئی (Ultra lights) مانند پرتوهای فرابنفش (Ultraviolet) و غیره، که چشم انسان قادر به دیدن آنها نیست، نمی‌پردازد (۱).

روشن است که هستی و بقای بشریت و همچنین یادگیری، پیشرفت و ارتقای مداوم کیفیت زندگی اغلب انسان‌ها در گرو نگاه کردن و دیدن است و لازمه دیدن، نور است. قطعاً اگر نور نبود، هستی هم به وجود نمی‌آمد. پدیده نورخواست بود که توفیق حیات بر زمین را به انسان داد. در ارتباط با این موضوع، هدف مقاله حاضر - با توجه به گستردگی طیف استفاده از نور در زندگی روزمره، صنعت، پزشکی، ... - بیشتر کمک به شناخت تأثیر کیفی نور مناسب بر حفظ تعادل جسمی - روانی و اخلاقی - با

شوشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی

### چکیده

بینایی، که مهم‌ترین حس انتقالی در میان دیگر حواس انسان است، در منتقل کردن احساسات مختلف و ادراکات گوناگون به مغز انسان، نقش درخوری دارد. در این نقل و انتقال، عناصر و عوامل بسیاری از جمله محیط و فضای پیرامون انسان، بویژه «نور»، از اهمیت به سزایی برخوردار است. هدف از این تحقیق، اهمیت و تأثیر نور در فضاهای داخلی - با توجه به تأثیرپذیری جسم و روان انسان از نور - است. همان‌طور که اصل آفرینش و حیات موجودات بر پایه پدیده نور است، باید به این مهم، که یکی از عوامل حیاتی جهت حفظ سلامت جسم و تعادل روان و ارتقای کیفیت زندگی و، در نتیجه، حفظ و رعایت شئون اخلاقی است، بیشتر پرداخته شود. در این مقاله، که صرفاً به نورهای مرئی پرداخته شده، سعی بر آن است که اهمیت «نور» در معماری ایرانی و بهره‌برداری از نور در طراحی و ایجاد فضای مطلوب و مناسب و همچنین ارتباط محیط و فضای پیرامونی با سلامت تن و روان، رشد و شکوفایی هوش هیجانی و رعایت اصول اخلاقی - با توجه به اهمیت فوق‌العاده و تأثیرپذیری انسان از محیط جهت ارتقای کیفیت زندگی - بررسی شود.

### سراغاز

انسان، که خود آفریده نور است، بقا و سلامت جسمی و

دکتر فرشته ناییبی، نویسنده و مترجم سلسله کتاب‌های روان‌شناسی عمومی، دارای مدرک دکترای حرفه‌ای پژوهش هنر از دانشگاه الزهراء است. وی مدرک کارشناسی ارشد را از دانشگاه هنر تهران و مدرک کارشناسی را از دانشگاه ایالتی UNC



آمریکا دریافت کرده و تمامی مقاطع تحصیلی خود را با اخذ درجه ممتاز پشت سر گذاشته است. او معتقد است: قطعاً دانش امروزی مستلزم داشتن اطلاعات میان‌رشته‌ای است. و حوزه‌های هنری، روان‌شناسی و رعایت اخلاق اجتماعی و حرفه‌ای پایه ورود به شاخه‌های گوناگون علوم اند. فرشته ناییبی، با سابقه تدریس در دانشگاه‌های سراسری تهران و همچنین نظارت، مشاوره و همکاری در پروژه‌های دولتی، از کارنامه درخشانی برخوردار است. از وی مقالاتی در زمینه مسائل اجتماعی و نقد، در روزنامه‌های رسمی کشور، به چاپ رسیده است. او مؤلف و مترجم کتاب‌های متعددی در حوزه‌های متفاوت علوم روان‌شناسی و هنر و معماری است که از آن جمله می‌توان به اینها اشاره کرد: روان‌شناسی خویشتن، روان‌شناسی دوست داشتن، حیات در حیاط، روان‌شناسی آگاهی، با من بمان، خوشی‌های دوران سخت، مثبت‌اندیشی، روان‌شناسی آشتی، ...

توجه به اثر محیط بر رشد و شکوفایی انسان- است که در نهایت به ارتقای کیفی زندگی وی می‌انجامد. این مقاله به مباحث نور و بینایی، نور و معانی نمادین، نور و تأثیرگذاری غیر مستقیم، نور و درمان افسردگی، معماری و ارتباط آن با شاخص‌های ویژه اخلاقی، تأثیرپذیری محیطی و ارتباط آن با شکوفایی هوش هیجانی و رشد ممتاز اخلاقی، و سپس به نتیجه‌گیری می‌پردازد.

## نور و بینایی

نور، سفیدی و روشنایی و تداعی هر چه آرام‌بخش و نیکوست، با خود به همراه می‌آورد. همیشه در فیلم‌ها و داستان‌ها، آدم‌های خوب با لباس‌های سفید و روشن ظاهر می‌شوند و کلاه‌های سفید بر سر می‌نهند، که البته چشم‌ها توسط نور و دیدن در انتقال این احساس، نقش اساسی را عهده‌دار می‌باشند. می‌دانیم که انسان بیشترین اطلاعات خود را از طریق چشم‌ها به مغز می‌برد. متخصصان مغز و اعصاب، ثابت کرده‌اند که اطلاعات کسب شده از راه بینایی ده‌ها بار بیشتر از اطلاعاتی هستند که از طریق شنوایی به ما می‌رسند، و این بدان دلیل است که بایتهای (واحد اطلاعات) موج‌های نورانی بارها بیشتر از موج‌های صوتی است. اگر دقت کرده باشیم، هنگامی که فقط با چشم‌های مان و بدون تکلم مطلبی را می‌خوانیم، بسیار سریع‌تر از آن که با صدای بلند آن مطلب را بخوانیم، خواندن را به پایان می‌بریم (۱).

بینایی مهم‌ترین حس انتقالی در میان پنج حواس دیگر انسان است، ولی در ادراک زیباشناختی و برداشت احساس خوب، که توسط بینایی به مغز منتقل می‌شود و چشم تصاویر را می‌گیرد و ادراکات به وسیله نور در سیستم عصبی مغز انجام می‌گیرد، عوامل و عناصر دیگری نیز تأثیرگذار هستند. در این میان نقش «نور» که تمام خلقت و معجزه هستی بر آن استوار است، از اهمیت بسیار ویژه‌ای برخوردار می‌باشد. در تفکر و ذهن انسان همیشه روزهای آفتابی و روشن با عشق و شادی و نوعی دلگرمی خاص و هیجان توأم با امید همراه است. دیدن نور خورشید، در تصویر ذهنی انسان یادآور خاطراتی از این دست می‌باشد و نوعی تحرک و انرژی مثبت به وجود می‌آورد. و در مقابل آن همیشه روزهای ابری و تاریک و بعضاً بارانی با یک نوع احساس گرفتگی، تنهایی، نگرانی، افسردگی و بی‌انگیزگی همراه است (۱).

## نور و معانی نمادین

نور در بیشتر فرهنگ‌ها نماد تعالی، اوج گرفتن، به کمال رسیدن، رویش و اعتماد به نفس و بسیاری خصوصیات عالی دیگر می‌باشد. چنانچه در آثار نقاشان معروف دوران‌های متفاوت تاریخ هنر هاله نور در اطراف سر شمایل قدیسان را می‌بینیم که نمادی از تعالی، و غایت رسیدن به کمال و تفکر و اندیشه خاص آن بزرگان است (۲).

به طور کلی، در بیشترین آثار ادبی دنیا (اشعار و داستان‌ها)، ناکامی‌ها و سختی‌ها را به شب تاریک و تمام امیدها و نویدها را به سپیده‌دم صبح تشبیه کرده‌اند. پایان شب سیه سفید است یا صبح و طلوع آفتاب، که نشانه دولت و کامیابی است؛ باش تا صبح دولت بدمد/ کاین هنوز از نتایج سحر است.

## نور و تأثیرگذاری غیر مستقیم

نویسندگان و فیلم‌سازان از این ادراکات و احساسات و برداشت‌های طبیعی و عکس‌العمل‌های بالقوه انسان، بیشترین بهره را می‌برند تا بتوانند توسط همین عوامل و عناصر جانبی، که بعضاً نیز بیشترین سهم را در انتقال پیام‌ها دارند، مخاطب خود را تحت تأثیر قرار داده و او

را به حال‌وهوای داستان و یا فیلم بکشانند؛ مثلاً، زمانی که از هوای ابری، سایه و روشن و بدون نور کافی، تاریکی، رعدوبرق در صحنه‌های داخل و یا فضاهای بیرونی استفاده می‌کنند، در واقع، شرایط را برای نشان دادن جنایت، سرقت یا یک عمل غیر اخلاقی طراحی و برنامه‌ریزی کرده‌اند (۱).

یکی از عوامل بسیار مهمی که سبب می‌شود انسان با قرار گرفتن در برخی از فضاها و مکان‌ها احساس شادی و شمع کند و بیشترین لذت را از بودن و ماندن در آن محیط ببرد یا بالعکس در فضاها و مکان‌هایی غمگین، دل‌مرده، افسرده و بی‌قرار شود، با اصل مهم نور و نورپردازی ارتباط دارد.

متن کوتاه زیر، دعای فرعون در سیزده قرن پیش از میلاد (۱۳۰۰ BC) است:

چه زیباست منظره طلوع خورشید در افق آسمان، ای خورشید زنده که سرچشمه حیاتی.

و با برخاستن از افق شرق،

به همه چیز زیبایی می‌بخشی.

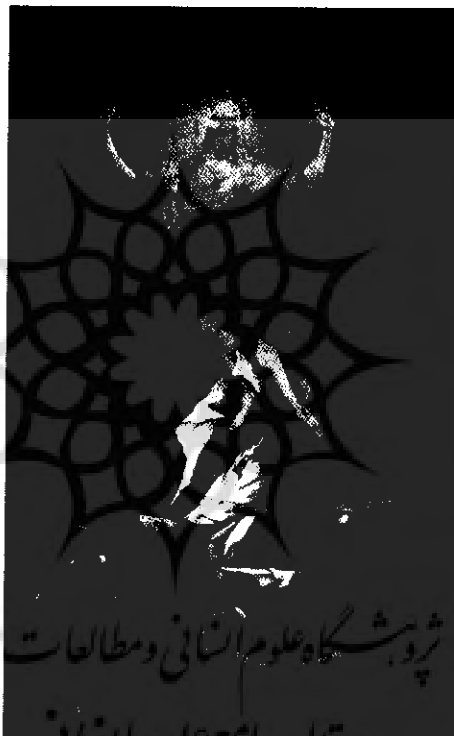
سرعت آن در خلأ و یا ... را ندارد. ولی روشن است که انرژی نور، نه تنها در پیدایش و بقای نخستین موجودات زنده (که به امر پروردگار خلق شده بودند) عامل اصلی بوده، بلکه پدیده نورخواست، که استعداد پایداری حیات بر پایه انرژی نور می‌باشد، به حیات و بقای گیتی و هستی، شکوفایی بخشیده و در اصل معجزه نور، سبب شده است که حیات در چهارمیلیارد و شصت‌میلیون سال پیش آب را ترک گوید و به خشکی بیاید (تاریخ پیدایی زمین و خشکی) (۱).

آلبرت انیشتین، در بیش از یک‌صد سال پیش (۱۹۰۵ میلادی)، در نظریه نسبیّت خاص، این فرضیه را، که در گیتی هیچ چیز تندتر از نور حرکت نمی‌کند، امری مسلم فرض کرد و بر پایه و اساس آن به تحقیقات بعدی خود ادامه داد، و هنوز فیزیکدانان تا به امروز نتوانسته‌اند خلاف آن را ثابت کنند (۱).

خلقت انسان، پیچیده‌ترین و شگفت‌آورترین پدیده هستی روی کره زمین است، تا جایی که شایستگی آن را پیدا می‌کند، خالق هستی، به خاطر خلق او، به خود تبریک



تأثیر نور در معماری و هنر رنسانس



نور و شمایل‌های مذهبی

و همچنین زرتشت، در شش قرن پیش از میلاد (۶۰۰ BC)، دینی را بر پایه نور و تاریکی بنیاد نهاد. او جهان را به دو بخش روشنائی و تاریکی، درستی و نادرستی، نیکی و بدی تقسیم کرد و در بخش روشنائی، که اهورا مزدا است، پاکدامنی، زیبایی و نیکی و در بخش تاریکی، که اهریمن است، کژخویی، زشتی و پلیدی را قرار داد (۱).

اما مسلم است که قرن‌ها پیش از فرعون و زرتشت و دورزمانی پیش از تولد نخستین انسان، پدیده «نور» هستی را آفرید (۱).

## نور و درمان افسردگی

مبحث نور در تمامی حوزه‌ها و علوم متفاوت از جمله پزشکی، ستاره‌شناسی، دین، فلسفه، فیزیک، هنر و غیره منظر تخصصی همان شاخه، محور اصلی و ریشه این علوم است. این مقاله مجال پرداختن به موارد مهم و شیرینی مانند داستان‌های اسطوره‌ای، روایات، منظومه شمسی، زمین و ماه و خورشید و ارتباط آنها با نور و تعاریف گوناگون دیگر از قبیل سال‌های نوری، سیاره‌ها و یا نظریات متفاوت و یا سرعت‌های گوناگون نور، مانند

گوید و خود را سرآمد همه مبتکران و نوآوران بدانند (فتبارک‌الله احسن‌الخالقین). باید اذعان کرد، بدن پررمزوراز انسان و دستگاه بینایی و ساختمان اجزا و شیوه کارکرد آن، بالاترین حد کمال را داراست و در عین ظرافت، یکی از پررمزورازترین و شگفت‌انگیزترین دستگاه‌ها در دایره خلقت است.

امروزه جراحان چشم و همچنین متخصصان مغز و اعصاب معتقدند، حتی اگر چشم به دلایلی نابینا شود، هنوز به نوعی نوررسانی دارد. به همین دلیل، ما با چشم بسته و حتی در خواب بعضاً احساس می‌کنیم، سیده دیده و صبح شده است! پس اکنون می‌توانیم دلیل احساس غیر قابل تحمل بودن غم‌های زمستانی یا دلتنگی‌ها و بی‌حوصلگی‌های روزهای ابری بدون خورشید یا افسردگی شب‌های سرد و طولانی را درک کنیم و بپذیریم که سرمنشأ درک انسان از مغز سرچشمه می‌گیرد و چشم انسان وظیفه دیدن را بر عهده دارد و مغز به عنوان فرمانده دستگاه تشکیلاتی بدن، عهده‌دار درک دیده‌هاست.

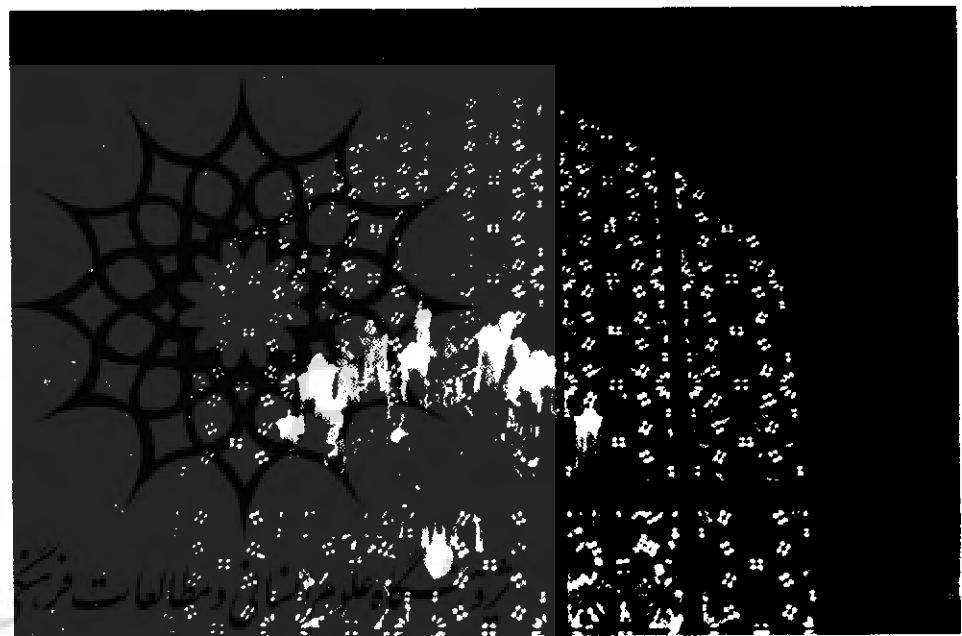
دانشگاه علوم پزشکی اورگان طی تحقیقی آماری نشان داد که نوردرمانی می‌تواند در تسکین افسردگی زمستانی مؤثر

باشد. آنان در طی تحقیقات آزمایشگاهی، تعداد هشت بیمار داوطلب را، که دچار افسردگی زمستانی بودند، برای مدت یک هفته (هر روز صبح زود) در معرض نور خیره‌کننده ۲۵۰۰ لوکس (واحد نور تقریباً برابر با ۲۰۰ وات در متر مربع) برای زمانی معلوم قرار دادند و متوجه کاهش معنی‌دار احساس افسردگی در آنان شدند. مطالعات بالینی، تأثیر مشابه نور و داروهای ضد افسردگی را در درمان افسردگی‌های فصلی نشان می‌دهد. از این رو، بیماران، درمان با نور را به عنوان نخستین گزینه درمانی، انتخاب می‌کنند (۳).

در مجموع، درمان با نور ملایم، گزینه‌ای عالی برای درمان افسردگی‌های غیر فصلی در کنار درمان با داروهای ضد افسردگی می‌باشد (۴). امروزه تأثیر مثبت نور مطلوب بر روان و رفتار و خلق و خوی، قدرت نیروبخشی و تولید انرژی مثبت در انسان، غیر قابل انکار می‌باشد؛ زیرا «نور» اثر مستقیم بر فعالیت بخش‌های درون مغز دارد و اشتیاق و علاقه به روشنائی یا ترس از تاریکی، فقط یک مسأله واهی یا روان‌شناختی یا اجتماعی نیست، بلکه اثربخشی بهینه نور در سلامت روان و تأثیر آن در تغییر خلق و خوی و

محیط و فضاها، انسجام‌یافته و هم‌ساز با وجود خویش قرار می‌گرفت، احساس آرامش می‌کرد. او در استفاده و بهره‌گیری از نور، گویی حنا از نظریه تموجی نور آگوستین ژان فرزنل (Augustin Fresnel) که معتقد بود: «نور، پس از عبور از سوراخ‌های ریز در یک پرده، تولید نقش تداخلی می‌کند که به موج‌های استخر آب می‌ماند»، بدون آن که دسترسی به اطلاعات روز از طریق کتابخانه، رسانه و یا غیره داشته باشد، آگاهی کامل داشت (۱). زیرا از آن در طرح‌بندی‌های شگفت‌انگیز مقرنس‌کاری‌های سقف‌ها که: «مرکب از طاق‌های هم‌اندازه و هم‌آهنگ یا عناصر سه‌بعدی فضایی می‌باشد»، استفاده کرده و بدین ترتیب با به کارگیری ذهن مخاطب خود، او را از مشغله‌های روزمره دور و به آرامش دعوت می‌کرد و پیدا کردن زمینه و متن (موتیوها) را به خلاقیت ذهنی او می‌سپارد. لازم به ذکر است که در معماری و طراحی‌ها، آنجا که سخن از دیدگاه (پرسپکتیو) به میان می‌آید و امکان نمایش دادن عمق و بُعد سوم مطرح می‌شود، «نور» و سایه‌روشن‌ها نقش اساسی پیدا می‌کند (۵).

وی هم‌زمان از خاصیت گرمایی و سرمایایی نور نیز بسیار آگاهی داشت و راهکارهای مصرف کمتر انرژی در فصل



هنر آینه‌کاری در معماری اسلامی

زمستان و داشتن فضاها، خنک‌تر در تابستان را می‌دانست. کما آن‌که اتاق‌ها و تالارهای تابستانی، همیشه در جبهه‌های جنوبی خانه‌های سنتی قرار می‌گرفتند و البته ایوان‌های این جبهه، که رو به قبله بودند، نیز با تزئینات ویژه‌ای جهت برگزاری‌های مناسک عبادی و گردهمایی‌های مذهبی طراحی می‌شد (۲).

او از بازتاب پرتوهای نور در برخورد با آینه و شکست‌های نوری بین آینه‌ها، جهت نورپردازی و انعکاس نور بیشتر در آینه‌کاری‌های تالارهای آینه، کمال بهره را می‌جست. البته، نبوغ و هنرش در آن بود که توحیدی، محتوایی و کاربردی و چندمنظوره کار می‌کرد و زیبایی می‌آفرید و مانایی کار و هنرش بر همین آگاهی وی از حوزه‌های گوناگون و بخصوص انسان‌شناسی و روان‌شناختی انسان استوار بود. معمار ایرانی دانسته و با آگاهی و آشنایی با روحیات و خلقیات آدمی و احتیاجات گذاردن به اعتقادات، آداب و رسوم و پاسداری و حفظ ارزش‌های فرهنگی-دینی و اخلاقی، که همگی عوامل مهم در راستای حفظ و رعایت بهداشت روانی و اخلاقی انسان است، فضاها و مکان‌های داخلی را دور از نگاه سوداگرانه، طراحی می‌کرد و به همین دلیل بود که آدمی در بدو ورود و یا قرار گرفتن

در محیط و فضاها، داخلی هم‌ساز با طبیعت و نهاد خویش، که نظم مطلق را گواهی می‌داد، احساس آرامش و امنیت خاطر می‌کرد؛ چون صورت‌بندی طراحی‌ها و کیفیت معماری بر اساس شناخت کامل از نیازهای روانی و احترام به خلقیات و خاستگاه روحی آدمی و از درون انسان، انسجام‌یافته بود، با فضاها و مکان‌های معنادارش انس‌والت می‌یست (۲).

«چشم»، که دریچه وجود است، هنگامی که تصاویر هم‌جنس و هم‌سنگ با ذات و فطرت و طبیعت درونی خویش را می‌دید، آن را به مرکز ادراک مغز منتقل می‌کرد، و مغز، که با رضایتمندی و بدون هیچ مقاومتی پیام مطلوب با ذات را دریافت کرده بود، آن حس را به دیگر اعضا و ارگان‌های بدن انتقال می‌داد. طبیعتاً در پی این احساس، انرژی مثبت تولید می‌شد و همراه با آن احساس امنیت و آسایش خاطر و سبک‌بالی بر انسان مستولی و سبب می‌گردید تا آسوده‌تر از حرکات و رفتار نظم‌یافته و، به طبع آن، قطعاً از اخلاق متعالی‌تر و نیکوتر بهره‌مند شود (۶).

به همین دلیل است که در جامعه ما، بزرگ‌شدگان در چنان فضاها و محیط‌های مناسب دیروز، امروز انسان‌هایی با مشخصات اخلاقی ویژه و ممتاز از جمله برخوردار از آرامش، پرشکوبی، بلندنظری و نیک‌رفتاری و به لحاظ اخلاقی پاینده به اصول هستند. برخی از محققان علوم پزشکی و فیزیکدانان، رابطه سرعت جریان خون در ایجاد گرما و تولید احساس مطلوب را، که توسط «دیدن» یا «شنیدن» در رگ‌ها و بدن انسان اتفاق می‌افتد، تأیید کرده‌اند.

### تأثیرپذیری محیطی و ارتباط آن با شکوفایی هوش هیجانی و رشد ممتاز اخلاقی

در مقاله‌ای که در مجله کالج جراحان امریکا به چاپ رسیده است، نویسنده آن، رئیس بخش جراحی دانشگاه شیکاگو، پروفیسور بروس ال. گورتس (Bruce L. Gewirtz) طی یک تحقیق آماری ثابت کرده است، بیشتر آدم‌هایی که موفق و راضی هستند و درجات عالی موفقیت در جامعه را طی می‌کنند، دارای در صد بالای ضریب هوش هیجانی (Emotional Quotient) هستند. او می‌گوید: «اولین پله نردبان رشد هوش هیجانی انسان در خانه نهاده می‌شود و شرایط محیط‌های تربیتی و پرورشی در بنیان‌گذاری آن از همان اوان کودکی نقش به‌سزایی را در آینده فرد بازی می‌کند» (۶).

این افراد بعدها با بهره‌برداری از احساسات و برداشت‌های واقع‌بینانه خود و بهره‌گیری از محیط و شرایط مناسب جامعه به این مهم دسترسی پیدا می‌کنند؛ به عبارتی، این گروه سرآمد، که نردبان ترقی را بالاترفته و به درجات ممتازی نائل می‌شوند، با احساس خودداری و رضایت از خویش و خودآگاهی، هرگز دچار خودبزرگ‌بینی و یا خودکم‌بینی نمی‌شوند، و بر اساس اطلاعات صحیح و آگاهی از توانایی‌ها و همچنین ضعف‌های خویش، پا به صحنه تصمیم‌گیری‌ها و اظهار نظرها می‌گذارند. این افراد شاخص، از تحمل بالاتری در مقابل استرس‌ها برخوردارند، شیوه سخن گفتن می‌دانند، مردم‌دار هستند، نظم و حرکات و رفتار منظم و متین دارند و احساسات خود را کنترل کرده و برای قوانین و جامعه‌ای که در آن زندگی می‌کنند، احترام قائل هستند و نهایت کوشش خود را جهت رعایت اخلاق و نظم اجتماعی به کار می‌گیرند. به جامعه خود، با توجه به تخصص‌های مختلف‌شان، خدمت‌رسانی کامل دارند و شانه از زیر بار مسؤولیت‌های سنگین خالی نمی‌کنند. از اعتماد به نفس عالی برخوردار هستند و در ایجاد ارتباطات و کارهای گروهی و روابط صمیمانه، توانایی‌های زیادی دارند. هوش هیجانی، که

رفتار انسان و، در نهایت، ارتقای کیفی اخلاقی وی در پروژه‌های تحقیقاتی مختلف ثابت شده است. در مباحث فلسفی و حوزه‌های علوم انسانی، زمانی که بحث پیرامون کمالات و اخلاقیات مطرح است، قطعاً مؤلفه و منظور و مخاطب، انسان واجدالشرایطی است که ابتدا باید به لحاظ روانی از سلامت نسبی برخوردار باشد.

### معماری و ارتباط آن با شاخص‌های ویژه اخلاقی

آنچه درباره معماری ایرانی قابل توجه است، این است که اطلاعات، دانش، خلاقیت و آگاهی وی برگرفته از حوزه‌های متفاوت علوم و فنون و شناخت مسائل روان‌شناختی استوار بود و با به کارگیری عوامل و عناصر گوناگون و استفاده از عنصر مهم و حیاتی «نور» در طراحی فضای داخلی-با توجه به ابزارهای بسیار ابتدایی- شگفتی می‌آفرید.

معمار ایرانی، گذشته از آن که با ایجاد تقارن، تناسب، تعادل در طراحی‌های داخلی، که به لحاظ روحی و خلقی، سازگار با طبیعت انسان است، احساس رضایت و پی‌آمد آن، اخلاق نیکو را به او هدیه می‌کرد، وی را در فضاها و محیط‌های هم‌سنگ با وجود او قرار می‌داد، و انسان که در

اکتسابی است، در مقایسه با هوش شناختی (Intelligence Quotient) است، شرط لازم سرآمد بودن و ممتاز شدن انسان هاست؛ زیرا افرادی که دارای IQ (هوش شناختی) بالا هستند، اگر در شرایط نامناسب قرار گیرند، نمی‌توانند درجات عالی را طی کرده و یا حتی بهره‌برداری کامل از IQ بالای خود کنند (۷).

به عبارتی، با ضریب هوش شناختی بالا به تنهایی نمی‌توان از نردبان ترقی بالا رفت؛ زیرا هوش شناختی، زیاد انعطاف‌پذیر نیست، اما EQ (هوش هیجانی) مهارتی انعطاف‌پذیر و تأثیرپذیرتر است (۸).

در اصل، سرچشمه هوش هیجانی چیزی بیش از کورتکس مغز (خارجی ترین قسمت مغز انسان) می‌باشد، ولی ضریب هوشی یا هوش شناختی دقیقاً از کورتکس مغز سرچشمه می‌گیرد. انسان از زمان تکمیل رشد مغز (حدوداً پنج‌سالگی) تا پیری هرگز تعداد سلول‌های مغزی‌اش زیاد نمی‌شود و یادگیری‌های جدید صرفاً تعداد سیناپس‌ها (Sinapse) را زیاد می‌کند (۸).

البته لازم به ذکر است که داشتن IQ بالا، برای دستیابی به کامیابی و رفاه، بسیار لازم است، ولی کافی نیست. دکتر گیورتن می‌افزاید: افراد دارای EQ با قابلیت‌های ذکر شده،

آن می‌گذراند و شکل‌گیری ساختار روانی و پایه‌های اولیه و یا به قول فروید، همیشگی رفتاری و اخلاقی در او شکل می‌گیرد و هویت و آینده شخص بدان بستگی دارد. از اهمیت به سزایی برخوردار می‌باشد. البته، عوامل و عناصر مهم تأثیرگذار دیگری نیز وجود دارند که می‌تواند بستر مناسبی را برای آرامش روان و آسایش تن و جان و تبلور رشد ممتاز اخلاقی انسان فراهم آورد که به برخی از آنها مانند معماری، فضاهای داخلی و نور اشاره شد. در همین مقوله تحقیقات بسیاری بر تأثیرگذاری‌های طیف‌های رنگی گوناگون رنگ‌های اصلی و فرآورده‌های آنها و نیز رنگ‌های گرم و سرد، با توجه به مناسبت‌های متفاوت، شناخت کافی از خصوصیات نیازهای درونی انسان و با عنایت به معانی نمادین رنگ‌ها، که بعضاً در فرهنگ‌های مختلف با یکدیگر مترادف و یا کاملاً متضاد هستند، نیز انجام گرفته است.

ارسطو آنچه را که امروز محققان علوم اجتماعی و روان‌شناسی و فلسفه بدان رسیده‌اند، زیبا و خلاصه در بیش از دوهزار و چهارصد سال پیش عنوان کرد: دولت از خانه رشد می‌کند و صرفاً حاصل قرارداد نیست، بلکه در طبیعت انسان ریشه دارد (۹).

ارتباط در هر انسان سالم و طبیعی، با توجه به بهره‌مندی از هوش شناختی (IQ) نسبی، برقرار شود. اما سؤال این است: شدت و ضعف و مقدار و مقیاس آن را چگونه می‌توان تعیین کرد؟ زیرا ارزشیابی و پاسخ به سؤالات نظری، باز در دست همان مجموعه پیچیده و نفیس به نام انسان است. انسانی که خود همیشه اسیر و درگیر خاطرات، اطلاعات، تجربیات، نیازها، الگوهای اولیه، حسرت به گذشته (Nostalgia) و همچنین وارث ژنتیک و DNA یا همان ذخیره درازمدت اطلاعات ژنتیکی کدگذاری‌شده کاملاً منحصر به فرد و خاص خویش می‌باشد و در هر لحظه نیز از محیط و فضاها اطراف خود تأثیرپذیری جدیدتری دارد و در نهایت، بسیار متفاوت با دیگری و حتی کاملاً متفاوت با دوقلوی همجنس و همزاد خویش است.

با توجه به طرح پرسش‌های بی‌شمار در ذهن، یک پاسخ در این میان آشکار و محرز است که انسان، همان گونه که در هر لحظه ادامه زندگی و حیات خود، بر محیط و پیرامون خویش تأثیرگذار است، قطعاً به لحاظ آسایش روانی و سلامت جسمی و بلوغ اخلاقی و رشد کمالی، بروز خلاقیت‌ها و رسیدن به سطح خودباوری و شکوفایی و برگزیدگی، خود بیشتر تأثیرپذیر از تمامی شرایط زیست-محیطی و فضاها گوناگونی است که در زمان رشد و طول مسیر زندگی در جریان آن قرار گرفته و می‌گیرد.

نتیجه آن که: سلامت روانی و تنی، شکوفایی هوش هیجانی، کیفیت زندگی و رعایت اخلاق انفرادی و اجتماعی و نیز جایگاه رفیع و هویت انسان در جامعه و، به طبع آن، خلق و خوی، رفتار، کردار، طرز برخورد و گفتار با دیگران در اجتماع، که در نهایت به لحاظ رعایت شئون اخلاقی بر عهده آدمی است و به حفظ ارزش‌ها و پاسداری از فرهنگ می‌انجامد، محصول تأثیرپذیری انسان از فضاها و محیط‌های اولیه پرورشی و تربیتی اوست. استاد دکتر ناصر کاتوزیان، در مبحث اخلاق و حقوق در بخش اخلاق اجتماعی، در بند دوم تقسیم‌بندی‌های اخلاق والای اجتماعی می‌گوید: برای استخراج قواعد اخلاقی باید به کار نیکوکاران و برگزیدگان مراجعه کنیم (۱۱).

#### پی‌نوشت

- ۱- بول، بن. زیبایی نور؛ ترجمه پرویز قوامی، انتشارات سروش، ۱۳۷۶، صص ۱۵-۱۱.
- ۲- نایی، فرشته. حیات در حیات: حیطات در خانه‌های سستی ایران (اصفهان، کاشان و تهران)، انتشارات نزهت، ۱۳۸۱، صص ۸۶-۱۰۰.
3. Westrin A, Lam RW (2007) Seasonal affective disorder: a clinical update. *Annals of Clinical Psychiatry* 19(4): 239- 46.
4. Even C, Schroder CM, Friedman S, Rouillon F (2008) Efficacy of light therapy in nonseasonal depression: a systematic review. *Journal of Effective Disorders* 108 (1-2): 11-23.
- ۵- حلیمی، محمدحسین. اصول و مبانی هنرهای تجسمی: زبان، بیان، تمرین. چاپ پنجم، انتشارات احیاء کتاب، ۱۳۸۴، صص ۱۴۸-۱۴۹.
- ۶- گروتز، یورگ. زیباشناختی در معماری؛ ترجمه جهان‌شاه پاکراد و عبدالرضا همایون، انتشارات دانشگاه شهید بهشتی، ۱۳۷۵، ص ۴۲۰.
7. Schneidman Diane (2003) Chapter Leaders Head to the Hill. *Bulletin of the American College of Surgeons* 88(8): 28-33.
- ۸- نراویسر، برادبری، جین گریوز، هوش هیجانی؛ ترجمه مهدی گنجی، نشر ساوالان، ۱۳۸۴، صص ۱۸-۲۸.
- ۹- راس، دیوید، ارسطو؛ ترجمه مهدی قوام‌صفوی، انتشارات فکر روز، ۱۳۷۷، ص ۳۶۰.
- ۱۰- مددپور، محمد، حکمت معنوی و مساحت هنر، چاپ دوم، دفتر مطالعات دینی هنر، ۱۳۷۷، ص ۲۵۱.
- ۱۱- کاتوزیان، ناصر، اخلاق و حقوق، فصلنامه اخلاق در علوم و فناوری، ۱۳۸۶، شماره‌های ۱ و ۲، ص ۸۶.



شکوه نور در هنر نقاشی / تالار آینه / اثر کمال‌الملک

#### نتیجه‌گیری

اما، آن که فهم بیننده میان‌حال تا چه حد مورزی به اشراف معمار ایرانی و هندسه پنهان این معماری‌ها و ارزش‌های نهفته در طراحی‌ها و پایه و اساس تأثیرپذیری‌های انسان از محیط و فضاهای داخلی و نیز استفاده از نورهای مناسب- با توجه به اهمیت غیر قابل انکار آن- حساس باشد، و یا سطح آگاهی و دانش طراحی امروز تا چه حد بر ایجاد این ارتباطات و تأثیرگذاری‌های محیطی بر روان، تن و جان و نیز رشد خلاقیت و شکوفایی هوش هیجانی و ارتباط آن با رعایت و حفظ اخلاق در جامعه و کیفیت زندگی انسان پاینده باشد، این سؤال را مطرح می‌کند که: آیا ارتباط چشمی (دیداری)، که لزوماً جریانی خودآگاه (Conscious) است و می‌تواند در ضمیر ناخودآگاه (Unconscious) تصویر و یادی خوش و یا بالعکس، خاطراتی تلخ و بد از خود برجای بگذارد، همیشه برقرار می‌شود یا خیر؟

زیگموند فروید (Sigmund Freud)، هنر را گذری از ضمیر خودآگاه به ضمیر ناخودآگاه می‌داند که در صورت هنری تجلی می‌کند (۱۰).

پس، با توجه به تجزیه‌تحلیل‌های ذکر شده، باید این

قادر هستند تا در کنار کنترل رفتار و حرکات منطقی خود و با اشراف بر مسائل و مشکلات، تصمیمات بسیار دقیق و قاطع‌تری بگیرند و در روبه‌رویی و مقابله با بحران‌ها، با در نظر گرفتن آمادگی‌ها و شرایط، نیز تصمیم‌گیری‌های مناسب‌تری را اتخاذ نمایند. وی نتیجه می‌گیرد که: اگر به عنوان مثال، یک جراح با این شاخص‌های ویژه شخصیتی خویش وارد اتاق عمل شود، قطعاً شرایطی در محیط به وجود می‌آورد که در نهایت نتیجه آن می‌تواند به آرامش و اعتماد بیمار قبل از خواب عمیق بیهوشی، بینجامد. او همچنین می‌گوید: این برگزیدگان ویژه، به لحاظ اخلاقی و شخصیتی همان الگوهای جامعه هستند که دیگران می‌خواهند در آینده پیرو راه ایشان باشند (۷).

در اینجا، دانسته و هدفمند، دست به ترجمه مقاله مذکور و متن بالا زده و به آن استناد شده است؛ زیرا با شواهد و تجربیات به دست آمده و تحقیقات و مستندات و با توجه به آن که EQ اکتسابی است، می‌خواهیم این نتیجه را بگیریم: قطعاً در این اکتسابات، که ابتدا از دامان خانواده و تربیت شروع می‌شود، شرایط زیست محیطی و فضاها و محیط‌های داخلی و پرورشی از قبیل خانه، که انسان تا شش یا هفت‌سالگی بیشترین اوقات رشد و نمو خود را در

# نمایشگاه نقاشی دلبر شهباز

انتتاح نمایشگاه:

جمعه ۲۵ اردیبهشت

ساعت ۱۶-۲۱، بازدید روزانه: ۱۶-۲۰

نمایشگاه تا روز پنجشنبه ۳۱ اردیبهشت

ادامه دارد

Painting Exhibition by Delbar Shahbaz  
15 May, 2009; 4-9 p.m. till 21 May, 2009  
Daily visiting hours: 4-8 p.m.

No.3, Taraneh Dd. end, Naz 1 Alley, Tangestan 4 St.,  
Pasdaran St., Niavaran, Tehran, Iran.  
Tel/Fax: (+9821)- 22285299  
Email: info@dayartgallery.com



پایین لواز فرهنگسرای نیاوران  
ابتدای پاسداران، تنگستان چهارم، کوچه ناز ۱، بن بست ترانه، پلاک ۳  
تلفکس: ۲۲ ۲۸ ۵۲ ۹۹

## نمایشگاه گروهی نقاشی خط

جمعه ۲۵ اردیبهشت ماه ۸۸

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
رساله جامع علوم انسانی

از ساعت ۴ تا ۸ بعد از ظهر  
تا پنجشنبه ۳۱ اردیبهشت ماه هر روز  
از ساعت ۴ تا ۸ بعد از ظهر

تهران/بلوار مرزداران/خیابان سپهر/کوچه سپهر/پلاک ۱۲۸۶ /تلفکس: ۴۴۲۸۳۵۲۰  
No,1286,sepehr2, Alley, Sepehr st, Marzdaran Blvd, Tehran, IRAN

www.emroozgallery.com, Email: info@emroozgallery.com Tel/Fax: +98 21 44283530

### Emrooz Art GALLERY

Proudly invites you to attend the opening of Calligraphy

On Friday 15th May 2009

from 16:00 to 20:00

Exhibition will continue until Thursday 21th May

from 16:00 to 20:00

احمد آریا منش

محمد مهدی یعقوبیان

هادی روشن ضمیر