

جایگاه شفابخشی باغ ایرانی در طراحی فضاهای سبز شهری

مهدی حسنزاده اوغاز^{۱*}، آیدا مهربان^۲

۱- دانشجوی کارشناسی ارشد معماری، دانشگاه خيام مشهد، mehdihasanzadeh93@yahoo.com

۲- عضو هیئت علمی دانشکده هنر و معماری، دانشگاه خيام مشهد، ayda.mehraban@gmail.com

چکیده

تحقیقات نشان می‌دهد که مناظر و فضاهای شهری آشفته و متراکم و فاقد عناصر طبیعی به دلایل مختلفی از جمله افزایش استرس و تنش، کاهش توجه و تمرکز در ادراک، موجب اختلال در میزان کارایی، پرخاشگری و در بلندمدت منجر به بیماری‌های مزمنی مانند بیماری‌های قلبی، آسم، آلزایمر، دیابت و پیری زودرس می‌گردند. به همین منظور ارتباط میان منظر و سلامت انسان در تحقیقات و در سطح جهانی بسیار مهم تلقی شده و اهمیت روزافزون پیدا می‌کند. با توجه به این معضل، هدف از این مقاله ارائه راهکاری عملی در جهت کاهش تنش و استرس افراد در جهت حفظ سلامت جامعه می‌باشد. توجه به ارتباط میان منظر و سلامت در مدت زمان طولانی در فرهنگ‌ها و جوامع مختلف عیان گردیده است. موضوع باغ‌های شفابخش که ایده دیرپا و کهن است و مکانی است که در آن سلامت روح و روان انسان از طریق تمرکز حواس پنج‌گانه که نتیجه ارتباط با طبیعت است، فراهم می‌شود. در این میان باغ ایرانی به عنوان یک منظر شفابخش مطرح است که از طریق نظام‌های مختلف موجود در باغ حس آرامش و آسایش را به انسان هدیه می‌دهد. بر اساس این رویکرد، در مقاله حاضر، از ابزار جمع‌آوری اطلاعات (مطالعات کتابخانه‌ای و اسنادی) استفاده شده است تا مولفه‌ها و اصول مرتبط با موضوع را به اجمال مورد بررسی و تحلیل قرار دهیم. یافته‌های این مطالعه حاکی از آن است که استفاده از الگوی باغ ایرانی به عنوان یک منظر شفابخش در طراحی فضاهای سبز شهری با هدف ارتقا سلامت جامعه و پیشگیری از بروز بیماری موثر خواهد بود.

واژه‌های کلیدی: بهداشت و سلامت روان، شفابخشی، باغ ایرانی، فضای سبز شهری

۱- مقدمه

بر اساس پژوهش‌های سازمان جهانی بهداشت، روان‌پزشکان بالینی اعلام کرده‌اند که امروزه استرس، تنش و بحران‌های عصبی، ریشه‌ای‌ترین و اصلی‌ترین علت برای هفتاد درصد از بیماری‌های جسمی انسان است. به بیان دیگر استرس حاصل از بحران محیطی و شیوه زندگی قرن بیست‌ویکم، منشا اصلی اغلب بیماری‌های جسمی انسان معاصر است. بر اساس نظر روانشناسان و پژوهشگران محیط، خدمات ناشی از ازدحام در زندگی انسان، در قالب بیماری، پرخاشگری، خودکشی، جنایات و دیگر آسیب‌های اجتماعی نمود پیدا می‌کند. این بحران عصبی بر پیامدهای نامطلوب، تاثیر مستقیم داشته که در سه دسته کلی قابل مشاهده است: ۱. بیماری‌های جسمی ۲. بیماری‌های روانی ۳. بیماری‌های اجتماعی در قالب ناهنجاری [۱].

از آنجاکه رابطه بین سلامت جسمی و روانی، پیچیده و متقابل می‌باشد، بنابراین به نظر می‌رسد که این علاقه به مسائل محیطی برای تشویق افراد به سمت رفتارهایی است که منجر به سلامتی جسمی می‌گردد و از بیماری‌های روانی جلوگیری می‌کند یا آنها را کاهش دهد. علاوه بر این، اثرات سوء ناشی از عدم مطلوبیت کیفیات شهری و در نتیجه فضای شهری معاصر، بحران‌های عصبی و روانی را برای ساکنین شهرها به بار آورده و منجر به بیماری‌های جسمی (تضعیف سیستم ایمنی بدن،