

مرکز مدیتیشن و یوگا (با رویکر معماری همسو با طبیعت)

ماندانا روزمهر*، دکتر آرش مهرگانی،

1394-06-31

چکیده : در دنیای امروز، سرعت پیشرفت و توسعه فرهنگ شهرنشینی ماشینی بقدری افزایش یافته که گاه رسیدن به آرامش نسبی در میان این بافت فشرده و پر ازدحام حتی در آرامش بخش ترین مکان های شهری غیر ممکن به نظر میرسد. اگر چه حومه شهرها از این پیشرفت نابسامان شهری هنوز مصون مانده اند میتوانند در این راستا به این محکومان زندگی نوین کمکی هر چند اندک رسانند بستر اصلی این پروژه اجتماعات بزرگ میلیونی انسان ها یعنی کلان شهرهاست. با توجه به مطالب، طراحی و در نظر گرفتن مرکزی برای بازگرداندن آرامش به اجتماع سرگردان انسانی که به نظر میرسد با دور شدن از اصل خویش و درگیر شدن با جنبه های کاذب زندگی به این حد از بیخودی و سرگشتگی دچار شده امری ضروری می نماید. در این میان با وجود داشتن تاریخچه ای غنی درباره فعالیت های تقویت کننده تمرکز و آرامش دهنده، متاسفانه شاهد هیچ مرکز رسمی و تجهیز در این زمینه در کشورمان نیستیم. رسیدگی به روان آدمی فقط مختص بیمارستان های روانی و آسایشگاه ها شده لذا برای حل معضلات اجتماعی، طراحی مراکز آرامش بخش شامل کاربری های آموزشی (موسیقی درمانی، شعر درمانی، نقاشی درمانی و ...) فرهنگی، ورزشی درمانی، درمانی، مدیتیشن و ... برای افراد که بتوانند ساعاتی از اوقات شبانه روز خود را در آن سپری کنند، نه تنها به بهبود روحی و روانی آنها کمک می کند بلکه تا حد زیادی از افزایش فشارهای روحی شهرنشینی کاسته و درصد زیادی از تعداد بیماران روحی آینده را کاهش خواهد داد. در این پروژه سعی بر این است فضایی در داخل شهر تهران طراحی شود که، با طبیعت حداکثر ارتباط را داشته باشد و این تعامل با طبیعت را با فعالیت های ذهنی و مراقبه که خود ساختاری طبیعت گرا دارد، ایجاد کنیم که هم معماری و هم فعالیت های داخل مجموعه ساختاری طبیعت گرا خواهد داشت.

کلمات کلیدی : مرکز مدیتیشن، یوگا

[Islamic Azad University, Rasht Branch - Thesis Database](#)

[دانشگاه آزاد اسلامی واحد رشت - سامانه بانک اطلاعات پایان نامه ها](#)