

Идеальный ДОМ от *Татьяны Асецкой*

В идеале жизнь человека должна делиться на три примерно равные части: 8 часов для работы, 8 часов для общения с семьёй и друзьями, 8 – для сна. Получается, что больше всего времени, две третьих нашей жизни, проходят в доме, где мы должны иметь возможность отдохнуть и расслабиться. И именно от того, насколько это жилое пространство является комфортным, во многом зависит наше физическое и духовное здоровье.

Семь лет наша семья жила в доме, расположенном в Подмосковье по Рублёво-Успенскому шоссе. На самом деле знаменитая Рублёвка не ограничивается закрытыми коттеджными посёлками и псевдо-роскошными домами для российской бизнес-элиты. В этой части Москвы продолжают существовать так называемые «исторические» деревеньки, в одной из которых и был построен наш дом. Поскольку мы не хотели, чтобы он выбивался из общей застройки и тяготели к натуральным материалам, выбор «деревенского» стиля для его экстерьера и интерьера был закономерен.

Дом был построен из бруса, в котором я разочаровалась после первой же зимы. Может быть, что-то в нём не было продумано конструктивно, но в нашем случае этому материалу определённо не хватало теплоёмкости. С другой стороны, мы получили комфортную атмосферу: воздух в деревянном доме особенный и дышится в нем очень легко. Поэтому мы решили не устранять проблему с помощью современных средств защиты - пропитанный химией брус – это уже не дерево. На данный момент мне кажется интересным новый белорусский материал: поризованные керамические блоки. И с уверенностью могу сказать, что в моём доме не будет газосиликата и пластика, которые, кстати, на Западе используется в самых бедных районах.

Фактически наш дом состоял из трёх частей: первая часть – непосредственно жилая, вторая – баня и зимний сад, и третья часть – гостевое пространство, которое обычно пустовало, но при визите родственников и гостей было просто необходимо. На мой взгляд, намного удобнее и эргономичнее иметь одноэтажный дом, либо использовать второй этаж под помещения, которыми семья пользуется от случая к случаю: библиотека, гостевые комнаты. В противном случае, за год по лестницам можно намотать порядочный километраж.

Загородный дом обязательно должен быть окружён террасами, так как именно здесь проходит до 90% дневной жизни. Живя на природе, невольно хочется быть ближе к ней – все наши завтраки, обеды, ужины и другие семейные посиделки проходили именно на верандах. В доме было шесть выходов, по выходу



*Сначала мы делаем жилище,
Потом жилище делает нас.
У. Черчилль*

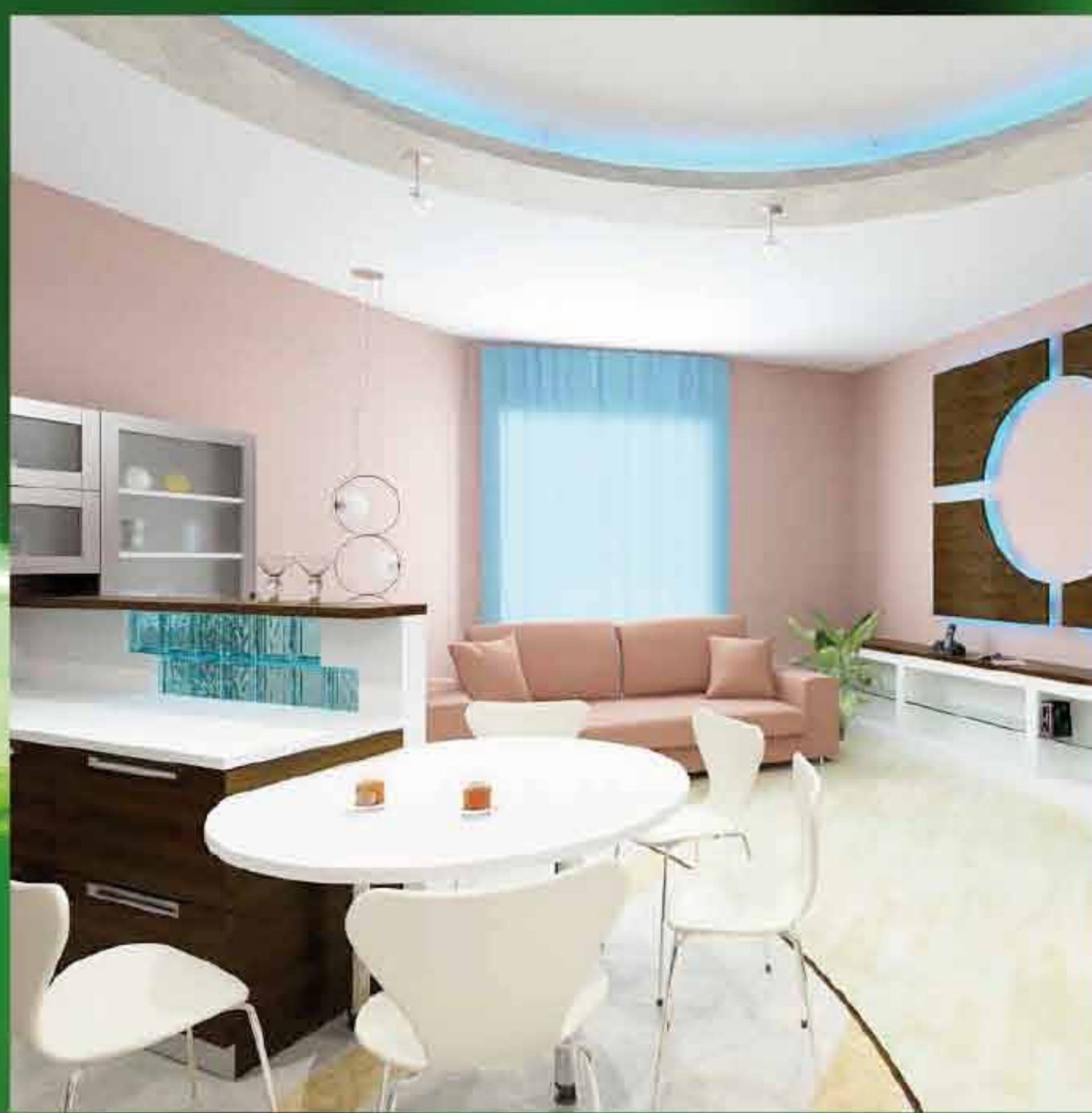
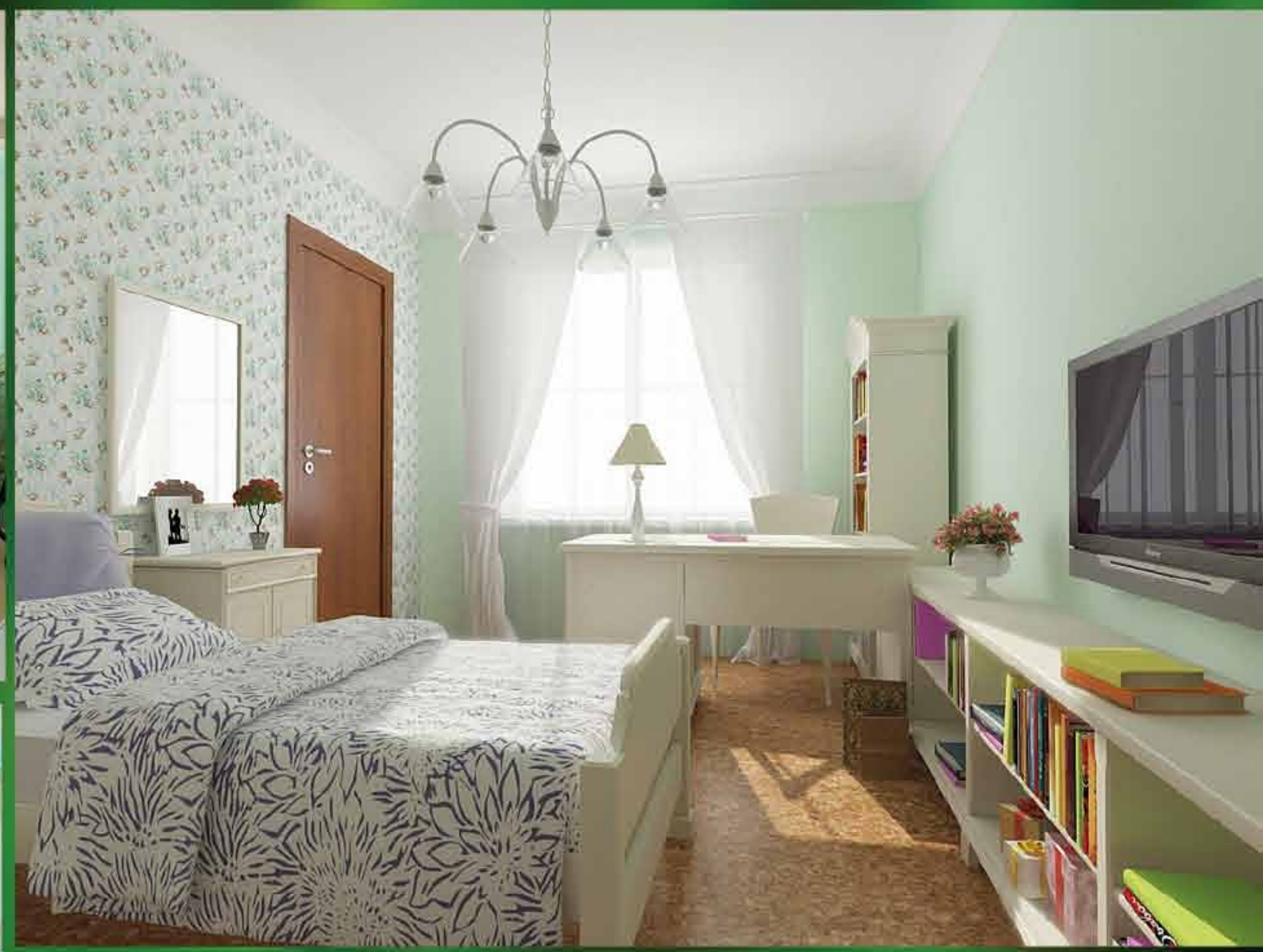
Татьяна Асецкая – дизайнер интерьера.

Обучалась в Международной школе дизайна в Москве по программе Международной Ассоциации Дизайнеров Интерьера IIDA «Дизайн интерьера жилых и общественных помещений». Несколько лет жила и проходила стажировку в Нидерландах. Ученица и последователь дизайнера, кандидата архитектуры, профессора Британской Высшей Школы Дизайна Сергея Лемешева и психотерапевта, кандидата медицинских наук, руководителя московской клиники «Neo Vita» Артема Толоконина. Увлекается психологией, воздействием на человека среды обитания. Является приверженцем психо- или арт-дизайна. За 10 лет работы Татьяной реализовано около 70 проектов в Москве, Подмосковье и Минске.

на комнату. Это очень удобно, когда ты хочешь выйти на улицу и делаешь это тотчас, не обходя по несколько раз дом, чтобы выйти в одну единственную дверь

Участок, на котором стоял наш дом по белорусским меркам был достаточно большой – 30 соток. На самом деле, установленный максимум в 15 соток – ничто для загородного дома, это не участок, а палисадник. Сейчас для меня оптимальным размером является минимум гектар земли, на котором обязательно должны быть небольшой огорожок и сад, погреб для хранения домашних заготовок и конюшня. И это не какие-то барские замашки, не нужно покупать породистого скакуна за миллион долларов, обычная лошадь стоит тысячу. Моя младшая, дочка увлекается лошадьми, и я её очень понимаю – удовольствие от общения с ними нельзя измерить деньгами. Во что можно оценить преданность лошади, воспитанной тобой из жеребенка? Что касается оформления участка, то здесь нам очень повезло – у моего мужа была фирма по ландшафтному дизайну, которая осуществила все наши желания. А хотели мы, чтобы участок был максимально приближен к естественной природе, выглядел так, как будто им пользуются уже много лет.

В ближайшее время мы продаем дом на Рублёвке и я собираюсь строить новый дом под Минском. И если мы говорим об идеальном доме, то моё желание не ограничивается созданием комфортного пространства в рамках одного дома и участка. За забором существует остальная жизнь, и очень важно, чтобы тебя окружали твои единомышленники, люди с которыми хочется общаться и проводить время. Поэтому, в моих грандиозных планах – создать свой посёлок, где главным критерием выбора проживающих является именно единомыслие. Этот посёлок должен включать минимальную инфраструктуру: школу, детский сад, магазин, в котором продавались бы продукты, выращенные на собственных небольших фермах по экологически чистым технологиям, и обязательно медицинский центр.



В Москве мне посчастливилось познакомиться с Артёмом Толоконым, известным психотерапевтом. Три года назад он создал так называемую «клинику для миллионеров», которую по слухам, субсидировал Абрамович. Когда Артём ещё не стал таким популярным и «дорогим», а был обычным молодым доктором, я обратилась к нему за помощью. С его помощью мне удалось понять, как вернуть душевную легкость, достичь гармонии и восстановить физическое здоровье. Он помог уйти от философии роскоши, показал более крепкие и надежные ценности. Он приоткрыл мне мир искусства самоисцеления. Кроме того, Толоконин наставил меня на путь здорового образа жизни, жизни не только физической, но и эмоциональной. Поэтому, в моём идеальном посёлке обязательно должен быть медицинский центр, работа которого направлена не столько на излечение симптомов болезней, сколько на помощь в поддержании здоровья эмоционального и профилактики.

Мы – то, что мы едим. Поэтому поблизости обязательно должно быть маленькое хозяйство, где все выращивалось бы без использования химикатов. Может быть это будет бизнес кого-то из проживающих в поселке.

Психодизайн - направление, определяющее влияние среды обитания на эмоциональное состояние человека. Объединяя принципы дизайна, медицины и древних восточных учений, психодизайн позволяет создавать сугубо индивидуальные архитектурные и дизайнерские модели. По мнению специалистов, опирающихся в своей практике на действие «волшебной силы искусства», именно от интерьера зависит, то, насколько человек будет здоров, успешен и любим.



студия
экодизайна

Матьяна Асецкая



Дизайн интерьера

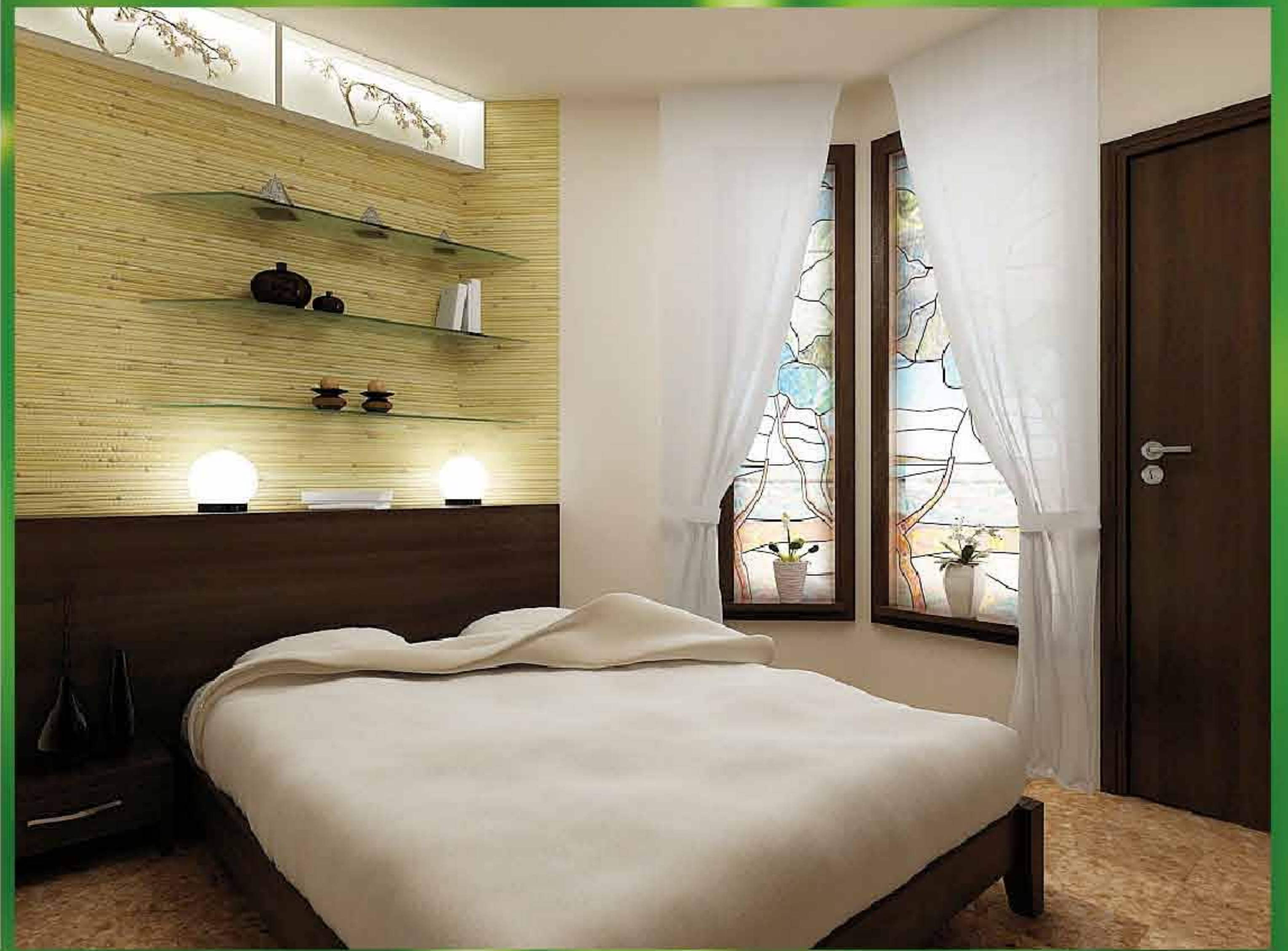
Архитектурное
ландшафтное
проектирование

+ 37544 7-985-985

www.homedesign-ta.com

*Хороший интерьер - это всегда
Идентифицированная
Личность хозяина*





В своей практике я очень часто сталкиваюсь с тем, что люди не понимают, что им нравится и что им хочется на самом деле, ориентируясь на соседа или картинку в модном журнале. Моя задача заключается в том, чтобы человек не брал готовые шаблоны, которые, как правило, совсем ему не подходят, а прислушивался к своему внутреннему голосу. Чтобы услышать его, я не только выслушиваю пожелания заказчика, но и полагаюсь на его психологические и физиологические особенности, такие, как группа крови, темперамент, особенности цветовой восприимчивости и др.

Выбираем стиль по группе крови

Представители первой группы комфортнее всего чувствуют себя в классическом интерьере. Не обязательно превращать свой дом в дворец или музей, но какие-то классические реплики обязательно должны в нём присутствовать. Люди со второй группой крови тяготеют к сельскому стилю, к которому можно отнести не только избу а-ля рус, но и кантри, шале, прованс. Обладатели третьей группы крови склонны к более современным интерьерам. И, наконец, ультрасовременным стилям – хай-теку, минимализму, отдают предпочтение люди с четвёртой группой.

Темперамент интерьера

В процессе неформальной беседы я стараюсь определить психотип человека. Обычно, это не сложно, но если возникают какие-то трудности, я задаю очень простой вопрос: «Как вы отреагируете на то, если в общественном транспорте вам наступят на ногу?». И второй «Что Вы предпочитаете: романтический ужин при свечах или шумную вечеринку?» Исходя из ответа, можно определить, экстравертом или интровертом является человек, а также к какому типу темперамента можно его отнести. Флегматик - терпеливый, прагматичный, расчетливый и осторожный тип. Для него подойдёт функциональный образ интерьера, строгий декор, спокойные сочетания белого, серого и чёрного. Сангвиник – живой, подвижный, волевой тип, для которого нужен просторный, светлый и радужный дом с обилием аксессуаров и дорогим декором. Холерик – человек с высокой активностью и фонтанирующей эмоциональностью. Метафора его жилища заключается в создании дома-слуги, который в зависимости от настроения хозяина может трансформироваться в совершенно иное помещение. И, наконец, меланхолик, доверчивый, ранимый и тонкий человек нуждается в доме-утешителе и доме-вдохновителе с пластичным дизайном, мягким, отовсюду льющемся светом, сочетанием нежных оттенков с густыми насыщенными цветами.



Цветотерапия

Тёплая гамма (красный, оранжевый, жёлтый, золотой, охровый и т. д.) в разумных дозах оказывают на нас тонизирующее действие, а в избыточных – вызывают раздражение, излишнюю активность и напряжение. Этот факт имеет и научное подтверждение: если человека с завязанными глазами привести в красную комнату у него сразу же повысится давление. Выдержанная в красных или золотых тонах спальня станет для вас комнатой пыток – бессонница, сумбурные кошмары и очень тяжёлое пробуждение вам гарантированы. Отдельно хочется поговорить о сочетании «белый-красный», которое в любом помещении будет провоцировать угнетение и раздражение.

Холодные цвета (синие, лиловые, голубые и зелёные оттенки) производят на человека релаксирующее и восстанавливающее действие, недаром, в больницах для психически неуравновешенных людей стены окрашивают в синий цвет. Использование холодной гаммы в спальне – как раз то, что доктор прописал, а вот в помещениях для активного бодрствования (кабинеты, фитнес-центры) такие цвета затормаживают человека, погружая в состояние лёгкой дремы.

Кстати, цветотерапией можно с лёгкостью корректировать «недостатки» темперамента. Например, красный цвет по известным причинам противопоказан холерику, зато меланхолику, у которого ослаблена энергетика и не всегда хорошее настроение, такой цвет поможет взбодриться.

Ещё раз о фен-шуй

При создании дизайна интерьера я всегда учитываю некоторые аспекты учения фен-шуй, как бы скептически к этому не относились заказчики. В некоторых случаях, чтобы не провоцировать их на длинные скептические тирады я это даже не озвучиваю. Фен-шуй – древняя наука, насчитывающая тысячелетия. Мне кажется, дело в том, что раньше люди, не нагруженные знаниями, намного внимательнее прислушивались к своему подсознанию. У нас же ощущения стоят на последнем месте, и человек намного больше проникается идеей фен-шуй, если узнаёт, что основополагающие моменты подтверждены современными психологами, нежели, испытывая ежедневный дискомфорт в определенном интерьере. Например, ситуация, когда человек спит ногами к двери. Его подсознание говорит, что вперед ногами через дверь выносят покойников, но он не хочет прислушиваться к себе, мучается, страдает бессонницей, тем самым расшатывая своё здоровье. То же самое касается выступающих углов или балок, направленных на человека.

Следование подобным рекомендациям, может быть, не самый простой и быстрый, но весьма эффективный путь обретения гармонии со своим домом. Психодизайн или «интерьер по науке» поможет вам создать действительно комфортную среду для здоровой и счастливой жизни.