



...

# یادتان به خیر خانه‌های اجدادی!

بررسی ضرورت و فرهنگ آپارتمان نشینی

گاهی برای پیشرفت  
باید به گذشته برگشت.

...



...

خانه که می‌گویم، دست خودم نیست  
ذهنم مثل برق به سوی خانه‌ای می‌دود که  
اهلش مدارِ زمین و زمان‌اند  
خانه‌ای که هر چند مساحتش اندک  
اما نه فقط بر زمین، که حتی محیط بر آسمان است.  
پدربزرگی دارد این خانه که بهانهٔ آفرینش همهٔ دنیاست.  
این خانه، شب‌ها با چراغی روغنی روشن می‌شود  
اما مادری که زیر سقفش نفس می‌کشد  
منبع نور زمین و آسمان و حتی بهشت خداست.  
شغل پدر، تقسیم بهشت و جهنم است میان خلائق.  
دست فرزندان این خانه را که بگیري  
تو را یک راست می‌برند تا خود آسمان، خود بهشت  
و اصلاً تو را می‌نشانند کنار خود خدا.  
خانه‌ات بهشت می‌شود  
اگر با اهل این خانه برو بیا داشته باشی.

اهل خانهٔ وحی، اصحاب کسا

مصطفی و مرتضی، فاطمه زهرا، کریم آل طه و

سیدالشهداء علیهم‌السلام

تقدیم به



گاهی وقتاً آدم دوست داره، یه مطلبی رو، هم بخونه و هم بشنوه.  
گوشی شما اگه هوشمنده، کافیه برنامه بارکدخوان رو فعال کنید  
و قسمتی که بارکد دارن رو با صدای نویسنده کتاب گوش کنید.

## فهرست یادتان به خیر، خانه‌های اجدادی!

۱۳ • مقدمه

### بخش اول

نقش نقشه خانه در آرامش (معماری و زندگی)

۲۳ • فصل اول آپارتمان‌نشینی و شادابی اعضای خانواده

۲۵ • آپارتمان‌نشینی و شادابی

۲۶ • الف) مساحت کم و سقف کوتاه

۳۶ • ب) نداشتن حیاط

۳۸ • ج) نورگیری ضعیف

۴۰ • د) معماری خشک و بی‌روح

۴۳ • هـ) دوری از طبیعت

۴۵ • و) ناامنی روانی

۵۲ • ز) استفاده کمتر از هوا

۵۴ • شادابی و نقش آن در روابط زوجین

۵۷ • فصل دوم آپارتمان‌نشینی و تربیت فرزند

۵۹ • محدودیت‌های آزاردهنده

۶۲ • ۱. شرارت

۶۲ • ۲. افسردگی

۶۳ • ۳. ساکن شدن اجباری کودکان و رسانه‌ای شدنشان

۶۴ • ۴. امر و نهی‌های زیاد و تبعات آن

۷۱ • رسانه‌ای شدن کودکان آپارتمانی

۷۶ • پیامدهای جسمی رسانه‌ای شدن

۷۶ • ۱. مشکلات ناشی از کم شدن تحرک

۲. مشکلات ناشی از اختلال در خواب	• ۷۹
پیامدهای تربیتی رسانه‌ای شدن	• ۸۲
۱. از بین رفتن دوران کودکی	• ۸۲
۲. اختلال در رابطه کودک با والدین	• ۸۳
۳. عوض شدن مرئی	• ۸۶
۴. ضعف فرهنگ مطالعه	• ۸۹
۵. تخیل	• ۸۹
۶. ترس	• ۹۶
۷. انزوای طلبی	• ۹۷
۸. خشونت و تلویزیون	• ۹۹
۹. قبح‌زدایی از مفاهیم زشت	• ۱۰۱
۱۰. تغییر عادت عاطفی	• ۱۰۲
۱۱. بلوغ زودرس	• ۱۰۴
<b>بچه‌های آپارتمانی و تغییر در فرهنگ بازی</b>	• ۱۰۷
آسیب‌های جسمی	• ۱۰۷
آسیب‌های روحی و عصبی	• ۱۰۸
الف) ترس	• ۱۰۸
ب) اعتیاد	• ۱۱۰
ج) بالا رفتن آستانه تحریک هیجان	• ۱۱۰
د) افسردگی	• ۱۱۲
ه) اضطراب	• ۱۱۳
و) عصبی شدن	• ۱۱۳
ز) بدبینی	• ۱۱۴
آسیب‌های تربیتی	• ۱۱۴
الف) پوشش و آرایش	• ۱۱۴
ب) پاسخ به نیازهای جنسی	• ۱۱۵
ج) فرهنگ برهنگی	• ۱۱۶
د) ضعف روحیه علمی	• ۱۱۶
ه) گرفتن فرصت تفکر به وسیله سرعت	• ۱۱۸
و) رابطه دختر و پسر- زن و مرد	• ۱۱۹
ز) رابطه با اعضای خانواده	• ۱۱۹
ح) خشونت	• ۱۱۹
ط) رابطه با مردم و حق الناس	• ۱۲۰
ی) عبادت (راه ارتباط انسان با خدا)	• ۱۲۲

## بخش دوم

مگر می شود؟ (بررسی امکان تغییر فرهنگ آپارتمان نشینی)

- ۱۳۷ تعارض میان زندگی سخت و دعوت به زندگی در خانه حیاطدار
- ۱۴۱ مگر می شود؟
- ۱۴۱ فلسفه صحبت درباره آسیب های آپارتمان نشینی
- ۱۴۲ چرا ایه یأس؟
- ۱۴۴ چرا خودمان رانتهامی بینیم؟
- ۱۴۷ خانه آپارتمانی بزرگ یا حیاطدار کوچک؟
- ۱۴۹ کمبود جادار صورت ویلایی شدن خانه ها
- ۱۵۳ ازدواج و محله
- ۱۵۷ خودتان کجا زندگی می کنید؟
- ۱۶۱ تهران، تهران
- ۱۶۱ باز هم تهران پنداری
- ۱۶۲ شهرهای کوچک هم شهر هستند
- ۱۶۳ چرا اضطراب؟
- ۱۶۵ مشکل حیوانات در خانه های قدیمی
- ۱۶۹ خانه دلت بزرگ باشد
- ۱۷۳ خانه های حیاطدار، تحت الشعاع خانه های مرتفع
- ۱۷۵ همراهی زن و شوهر
- ۱۷۵ محبت و همدلی
- ۱۷۶ گفتگو و همدلی
- ۱۷۷ مواجهه با الگوهای موفق
- ۱۷۷ رفتن به شهرهای کوچک و روستاها
- ۱۷۷ صبر و پرهیز از عجله
- ۱۷۹ خانه های بزرگ و جمعیت کم؟
- ۱۸۳ هزینه های رفت و آمد
- ۱۸۷ امنیت
- ۱۹۱ مهاجرت از تهران به روستا
- ۱۹۳ عدم تناسب فرهنگی
- ۱۹۳ حساسیت روی فرهنگ خانوادگی
- ۱۹۳ قضاوت صحیح و منصفانه
- ۱۹۴ مقصود از فرهنگ
- ۱۹۶ نزدیک شدن فرهنگ ها به یکدیگر
- ۱۹۹ مدرسه بچه ها
- ۲۰۳ ریسک پذیری

- ۲۰۹ حیاط کافی نیست
- ۲۱۳ محاسن آبارتمان نشینی
- ۲۱۳ الف) زمینه همکاری راحت تر در برخی از زمینه ها با کمیت بیشتر
- ۲۱۴ ب) امنیت بیشتر در برخی از مناطق نسبت به برخی از مناطق دیگر
- ۲۱۴ ج) هزینه کمتر
- ۲۱۵ اقتضای زمانه
- ۲۱۵ تغییرات درست یا نادرست
- ۲۱۵ غربال کردن فرهنگ های وارداتی
- ۲۱۷ حرف های شما با واقعیات تناسبی ندارد

### بخش سوم

آپارتمان، آپارتمان است (فرهنگ آپارتمان نشینی)

- ۲۲۱ فصل اول آپارتمان نشینی و حقوق همسایگان

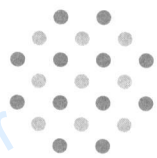
- ۲۳۰ برخی از مهم ترین حقوق همسایه
- ۲۳۰ الف) جویا شدن از احوال همسایه
- ۲۳۵ ب) اذیت نکردن و بر اذیت صبر کردن
- ۲۳۶ ج) حفظ اسرار
- ۲۳۸ د) عدم تجسس
- ۲۴۰ ه) پاسخ به درخواست قرض
- ۲۴۰ و) شاد بودن یا شادی ها و غمگین بودن با غم های همسایه
- ۲۴۱ ز) مرتفع سازی با اجازه او
- ۲۴۱ ح) مشارکت در خوراکی ها
- ۲۴۳ ط) احترام، دفاع و تنها نگذاشتن در سختی ها
- ۲۴۳ ی) خیرخواهی، حفظ آبرو و بخشش لغزش ها
- ۲۴۴ ک) دعا

- ۲۴۷ فصل دوم الزامات زندگی آپارتمانی

- ۲۴۹ الف) نقشه ساختمانی
- ۲۵۰ ب) دقت در انتخاب همسایه، قبل از خرید خانه
- ۲۵۱ ج) طبیعت و آپارتمان
- ۲۵۶ د) حفظ حریم خانه
- ۲۵۷ ه) رعایت حق الناس
- ۲۶۰ و) استفاده مفید از تراکم جمعیت



- ۲۶۱ ز راز داری
- ۲۶۲ ح رعایت پوشش در محیط عمومی آپارتمان
- ۲۶۲ ط رعایت حدود ارتباطی زن و مرد
- ۲۶۳ ی تحمل آزار و اذیت همسایه‌ها
- ۲۶۴ دعای امام سجاده علیه السلام در حق همسایگان
  
- ۲۶۷ منابع





## • | مقّمه

خانه، اتاق خواب دارد؛ ولی خوابگاه نیست. در خانه، غذا می‌پزند؛ اما آشپزخانه نیست. مهمان در خانه رفت و آمد می‌کند؛ ولی مسافرخانه نیست. در خانه، فیلم و سریال هم شاید ببینند؛ اما سینما نیست. خانه، در و دیوار دارد؛ اما فقط یک چهار دیواری نیست. پس خانه چیست؟ خانه، محلّ چشیدن آرامش است. در خانه، همه چیز باید دست به سینه، در خدمت آرامش خانواده باشد. از اعضای خانواده تا در و دیوار خانه، باید خدمت‌گزار آرامش باشند. آرامش، پادشاه خانه است. کسی حق ندارد به تاج و تخت این پادشاه، دست بزند. شورش علیه این پادشاه، جرمی نابخشودنی است.

خانه اگر محلّ آرامش نبود، حتماً یک جای کار می‌لنگد. باید گشت و آن جا را پیدا کرد. شاید اهل خانه مقصّر باشند و شاید هم خود خانه! آری، می‌شود خانه، چهار دیوار داشته باشد و سقفی هم از این دیوارها سواری بگیرد؛ اما این دیوارها و آن سقف خانه، سرِ ناسازگاری داشته باشند با آرامش آدم‌های این خانه. این روزها به نام پیشرفت و فرهنگ، دارند از همه راه، آرامش را از

ما می‌گیرند. آنهایی که با آرامش انسان مشکل دارند، همه جا سرباز دارند برای خودشان. شاید خانه‌های امروزی، یکی از سربازانشان باشد؛ شاید!

اگر تردید دارید، به این سؤال‌ها جواب بدهید: چرا وقتی پا در خانه‌های پدربزرگ‌هایمان می‌گذاشتیم، قبل از پدربزرگ و مادربزرگ، این آرامش بود که ما را در آغوش می‌گرفت؟ چرا در خانه‌های امروزی، صدای پای آرامش، کمتر به گوش می‌رسد؟ اصلاً آیا خانه‌های امروزی، خودشان را مسئول آرامش ما می‌دانند؟

کمی حواسمان را جمع کنیم. آرامش، گم شده ما نیست. او به دنبال ماست. شاید این ماییم که خودمان را از چشم آرامش دور نگه داشته‌ایم. ما، گم شده آرامشیم.

کمی ساکت. اگر می‌شود، نفس‌هایمان را هم آرام بکشیم. گوش‌ها همه تیز! این صدا، صدای آرامش نیست که از پشت دیوار خانه‌های مدرن به گوش می‌رسد؟ این دیوارها چرا نمی‌گذارند آرامش به سراغ ما بیاید؟ باید فکری به حال آرامش کرد. آرامش، بدون ما آرام نیست.



بی تردید، خانه از نعمت‌های بزرگ خدا محسوب می‌شود.  
خداوند عزیز در قرآن مجیدش فرمود:

وَاللَّهُ جَعَلَ لَكُمْ مِنْ بُيُوتِكُمْ سَكَنًا وَجَعَلَ  
لَكُمْ مِنْ جُلُودِ الْأَنْعَامِ بُيُوتًا تَسْتَخِفُّونَهَا يَوْمَ  
ظَعْنِكُمْ وَيَوْمَ إِقَامَتِكُمْ وَمِنْ أَصْوَابِهَا وَأَوْبَارِهَا

وَأَشْعَارِهَا أَثَاثًا وَمَتَاعًا إِلَى حِينٍ \* وَاللَّهُ جَعَلَ  
لَكُمْ مِمَّا خَلَقَ ظِلَالًا وَجَعَلَ لَكُمْ مِنَ الْجِبَالِ  
أَكْنَانًا وَجَعَلَ لَكُمْ سَرَابِيلَ تَقِيكُمُ الْحَرَّ وَ  
سَرَابِيلَ تَقِيكُمُ بَأْسَكُمْ كَذَلِكَ يُتِمُّ نِعْمَتَهُ  
عَلَيْكُمْ لَعَلَّكُمْ تُسْلِمُونَ.<sup>۱</sup>

و خدا برای شما از خانه هایتان، محل سکونت [و آرامش] قرار داد و از پوست چارپایان نیز برای شما خانه هایی قرار داد که هنگام کوچ کردن و هنگام اقامتتان، به آسانی می توانید آنها را جا به جا کنید و از پشم و کرک و موی آنها، برای شما اثاث و متاع (وسایل مختلف زندگی) تا زمان معینی قرار داد. و [نیز] خداوند از آنچه آفریده است، سایه هایی برای شما قرار داده و از کوه ها پناهگاه هایی، و برای شما پیراهن هایی آفریده که شما را از گرما [و سرما] حفظ می کند و پیراهن هایی که به هنگام جنگ، حافظ شماست. این گونه، نعمت هایش را بر شما کامل می کند، شاید تسلیم فرمان او شوید!

با توجه به آنچه در این کتاب خواهید خواند، باید گفت: اگر چه خانه محل آرامش انسان است؛ اما هر خانه ای با هر نوع معماری ای، توانایی آرامش بخشی به اعضای خانه را ندارد. معماری، یکی از ارکان اصلی آرامش بخشی خانه هاست.

در این میان، خانه های آپارتمانی، از ناتوان ترین خانه ها برای آرامش بخشی به خانواده است. دلایل این ادعا را می توانید در این کتاب بخوانید و خود در باره آن قضاوت کنید.

۱. سوره نحل (۱۶)، آیه ۸۰.

چند لحظه‌ای به آمار خانه‌های مسکونی توجّه کنید که بر اساس سرشماری سال ۱۳۹۰ و ۱۳۹۵ به دست آمده است:

در سال ۱۳۹۰، مجموع خانه‌های مسکونی، نوزده میلیون و ۹۵۴ هزار و ۷۰۸ (۱۹,۹۵۴,۷۰۸) بوده که سهم خانه‌های آپارتمانی، شش میلیون و ۳۴۲ هزار و ۳۸۷ خانه، یعنی ۳۱,۷ درصد و سهم خانه‌های غیرآپارتمانی، سیزده میلیون و ۶۱۲ هزار و ۳۲۱ خانه، یعنی ۶۸,۳ درصد است. این آمار در سال ۱۳۹۵ این گونه تغییر می‌کند: مجموع خانه‌های مسکونی، ۲۲ میلیون و ۸۲۵ هزار و ۴۶ خانه که سهم خانه‌های آپارتمانی، هشت میلیون و ۹۷۵ هزار و ۶۲۴ خانه، یعنی ۳۹,۳ درصد و سهم خانه‌های غیرآپارتمانی، سیزده میلیون و ۸۴۹ هزار و ۶۲۴ خانه، یعنی ۶۰,۷ درصد است. با توجّه به این آمار، باید گفت: خانه‌های آپارتمانی نسبت به سرشماری سال ۱۳۹۰، دو میلیون و ۶۳۳ هزار و ۲۳۷ خانه و تعداد خانه‌های غیرآپارتمانی تنها ۲۳۷ هزار و ۳۰۳ خانه افزایش داشته است. ناگفته نماند که در این آمار، هم واحدهای مسکونی شهری و هم روستایی، در نظر گرفته شده است. اما آمار خانه‌های شهری در سال ۱۳۹۵ این گونه است: آپارتمانی: هشت میلیون و ۶۳۶ هزار و ۴۷۵ و خانه‌های غیرآپارتمانی: هشت میلیون و ۸۱۵ هزار و ۶۱۹ خانه.

این آمار نشان می‌دهد که فرهنگ خانه‌سازی در جامعه ایرانی؛ بویژه در شهرها، به شدّت رو به سوی آپارتمان‌نشینی در حال تغییر است.

سوالات جدی و مهمی در این میان وجود دارد که نباید به راحتی از کنار آنها گذشت:

آیا امروزه آپارتمان‌نشینی، ضرورتِ ناگزیر جامعهٔ ایرانی است؟  
 منهای این ضرورت، آیا آپارتمان، توانایی تأمین آرامش  
 خانواده را دارد؟

برای تغییر مسیر فرهنگ خانه‌سازی از آپارتمان‌نشینی به سوی  
 خانه‌های مستقل و حیاط‌دار، چه باید کرد؟

اگر به هر دلیلی بناست در آپارتمان زندگی کنیم، چه مسائلی  
 را باید مراعات کنیم تا از آرامشی که باید در خانه داشته باشیم،  
 محروم نشویم؟ به عبارت دیگر، الزامات آپارتمان‌نشینی چیست؟

کتاب *یادتان به خیر، خانه‌های اجدادی!* وظیفهٔ خود را پاسخ  
 دادن به این پرسش‌ها می‌داند. در بخش اول این کتاب با موضوع  
 «معماری و زندگی»، در سه فصل، تبعات زندگی آپارتمانی را بررسی  
 کرده‌ایم. در فصل اول از آثار آپارتمان‌نشینی بر شادابی اعضای  
 خانواده گفته‌ایم. فصل دوم را به تبعات آپارتمان‌نشینی در تربیت  
 فرزند اختصاص داده‌ایم و موضوع فصل سوم، آپارتمان‌نشینی و  
 روابط فامیلی است.

با خواندن مباحث بخش اول، برای بسیاری از شما این سؤال  
 پیش می‌آید: بر فرض که همهٔ تبعات آپارتمان‌نشینی را قبول کنیم،  
 مگر می‌شود در مقابل فرهنگ آپارتمان‌نشینی مقاومت کرد؟!  
 بخش دوم این کتاب هم به پرسش‌های مختلف شما در این زمینه  
 پاسخ داده است.

آنچه در بارهٔ تبعات زندگی آپارتمانی در این کتاب آمده، به این  
 معنا نیست که همهٔ کسانی که در آپارتمان زندگی می‌کنند، همین  
 امروز به خانه‌های سنتی و حیاط‌دار اسباب‌کشی کنند. ما این را

می‌دانیم که این امکان، برای بسیاری از افراد وجود ندارد. از همین رو، بخش سوم این کتاب، به فرهنگ آپارتمان‌نشینی اختصاص یافته است. فصل اول از این بخش، درباره حقوق همسایگان سخن گفته و در فصل دوم هم راه‌کارهایی برای کم کردن از آسیب‌های زندگی آپارتمانی آمده است.

این کتاب، برگردانی از پانزده برنامه «پرسمان تربیتی خانواده» است که بهار و تابستان سال ۱۳۹۶ در رادیو معارف اجرا شد. از همه شنوندگان رادیو معارف که با مشارکت و پرسش‌های خود، ما را در پویایی هر چه بیشتر این مباحث یاری کردند، بسیار سپاس‌گزاریم. امید است این کتاب بتواند پنجره جدیدی را به روی شما بگشاید تا در کنار آن بتوانید نگاه متفاوتی به خانه و خانواده داشته باشید.

محسن عباسی‌ولدی

شهر بانوی کرامت؛ قم

تابستان ۱۳۹۷