

## ПРОСТО, ПРАКТИЧНО, ПРИЯТНО аскетическая философия интерьера спальни

За что платит человек, когда он платит дизайнеру интерьера?

Ответ столь же очевиден, сколь и невятен. Как и любая другая художественная профессия, дизайн торгует образами. Расплывчатая и субъективная сущность образа, казалось бы, исключает его из сферы экономических расчетов. Между тем производство, тиражирование и продажа образов стремительно превращаются в гигантскую область мирового рынка. Кинематограф, музыка, живопись, компьютерные игры и туризм – собрав дизайнера по образной сущности своего продукта – успешно переваривают миллиарды сегодня и будут переваривать триллионы завтра.

По свидетельству Ксенофонта, Сократ ставил вопрос, могут ли живопись и скульптура, подражая природе, изобразить не только то, что мы видим (предметы вогнутые и выпуклые, темные и светлые, жесткие и мягкие, неровные и гладкие и т.п.), но и то, что совершенно невидимо – «духовные свойства». И отвечает утвердительно: искусство «должно во всех произведениях выражать состояние души». <sup>1</sup> Отрасли экономики, производящие образы, фактически производят и продают состояния души – нечто невидимое и невесомое, но вполне осязаемое и измеримое. Заказчик платит дизайнеру за те душевные состояния, которые он, заказчик, сможет пережить в интерьере своего жилища.

Основная идея аскетизма заключается в сохранении и преумножении одного, самого важного ресурса за счет всех остальных, менее важных.

Какие же состояния души аскетически экономятся в спальне?

Томас Элиот рассказывает одну из благочестивых легенд, которыми поучали средневековых мирян. Святой Гильом Верчельский, основатель конгрегации Монте-Вирджини, стал однажды жертвой клеветы. Придворные короля Неаполя и Сицилии обвинили его в лицемерии и, дабы продемонстри-

ровать, что «сердце его исполнено страстей и пороков», подослали к нему куртизанку. Распутница пообещала придворным совратить монаха. Святой же притворился, что уступит ее желанию, но «при условии, что она ляжет с ним в ту же постель, на которой спит он сам... Она была очень удивлена... когда вошла в помещение предполагаемого со- вращения и увидела там лишь ложе, наполненное раскаленными углями, на которых и почивал святой, приглашая ее лечь рядом». <sup>2</sup>

Куртизанка была столь поражена увиденным, что тут же обратилась в христианскую веру. Покаяние этой женщины, ее строгость и добродетели принесли ей посмертную славу под именем блаженной Агнессы де Веноза.

Заметим, что католическому монашеству вообще присуща строгая дисциплина сна. Средневековые монахи укладывались спать после заката, около десяти вечера. В полночь раздавались удары колокола, и монахи поспешно поднимались на всенощную. Отстояв молебен, ложились спать, но через два часа снова поднимались на заутреню. Примерно в полпятого утра снова ложились, а в шесть – с восходом солнца – вставали окончательно. Если монах не вставал с постели при первом же звуке колокола, это считалось проступком, достойным рассмотрения на обвинительном капитуле.

На первый взгляд, подобный режим выглядит каким-то самоистязанием. Недостаток сна – штука весьма и весьма болезненная. Пытка бессонницей всегда считалась одной из самых жестоких, а самый жуткий хоррор русской классической литературы – рассказ «Спать хочется» – написал интеллигентнейший и очень аскетичный Антон Павлович Чехов.

Однако привычка быстро переходить от сна к бодрствованию и обратно, похоже, давалась монахам без особых мучений. Сохранились разнообразные жалобы на трудности монашеской жизни – скудная и од-

нообразная пища, холод, тяготы сексуального воздержания, скука, – но нигде не упоминается о недостатке сна. Интересно, что монастырский устав гуманно учитывал меняющуюся потребность в сне по сезонам: к концу осени время сна увеличивалось до восьми – девяти часов, а в начале лета уменьшалось до пяти часов в сутки.

Минимализм, самый аскетический стиль современности (если рассматривать его как стиль жизни), подразумевает оживленную ночную жизнь и постоянный дефицит сна. <sup>3</sup> Завсегдатаи ночных клубов вполне добровольно жертвуют сном ради острых возбуждающих переживаний. Расписание ночных шоу заменяет им колокола средневековых монахов, и даже полная горящих углей постель святого Гильома выглядит как находка экстравагантного дизайнера. Представьте себе: откидываешь одеяло, а под ним – прозрачный матрас с красно-оранжевой подсветкой...

Состояние души, которое культивирует подобный дизайн, заключается в непрерывной активности. Даже во сне человек продолжает пребывать в потоке событий – сон его неглубок и каждую секунду готов смениться бодрствованием. Стремительная динамика жизни представляет собой слишком большую ценность, чтобы обменивать ее на покой и тихую расслабленность спокойного сна.

Восприятие сна как досадного замедлителя настоящей жизни возникло не сегодня. Западная культурная традиция постоянно обнаруживает изрядное сходство сна с болезнью. Советский фантаст А. Беляев, например, придумал специальные пилюли против отравления «токсинами усталости». Его герой профессор Вагнер принимает их регулярно, и в результате он вообще перестал спать, посвящая общественно-полезному труду круглые сутки.

Стремление к постоянным состояниям напряжения и активности формирует соответствующий образ аскети-



ческой спальни. Пространство ее замкнуто – хотя бы визуально – плотным занавесом, драпировкой, балдахином (сон неглубок и насторожен, чужое присутствие его сразу нарушит). Погружаясь в сон, который является разновидностью активного присутствия в мире, необходимо настроиться на предстоящую деятельность. Если во сне человек хочет размышлять о себе, преодолевать психологические затруднения, развязывать внутренние конфликты – вполне уместным окажется зеркало или другой предмет, настраивающий работу разума на самого себя (портрет, личные вещи, фотографии). Любителю читать перед сном необходим локальный источник света.

Цветовая гамма спальни формируется как сочетание тусклых, земляных тонов с преобладанием серого и резких локальных акцентов – красного, синего, зеленого. Точно так же выглядит и фактурный ключ. Он строится на сочетании грубых хаотических рельефов «красный камень», «старая штукатурка», «джутовая мешковина» – с гладкими поверхностями полированного металла, лакированного дерева, блестя-

1. Античные мыслители об искусстве, 1938, с. 18-19

2. Мулен Лео. Повседневная жизнь монахов средневековой Европы (X-XV век). – М.: Молодая гвардия; Классик, 2002

3. Прекрасную подборку материалов по данной теме можно найти в журнале «Проект Россия», № 31. – 2004

4. Архитектура, дизайн, мода / 2006-07-13. – [http://articles.ctpoum.ru/articles\\_2/](http://articles.ctpoum.ru/articles_2/)

щих тканей и даже латекса.

Кровать причудливой формы, напоминающая античные руины, фрагменты космического корабля, экзотические грибы или, скажем, груды бракованных мягких игрушек, занимает центр спальни. Ее многозначительный облик обязательно подчеркнут экстравагантной деталью – например, Паола Навоне при оформлении изголовья кровати на вилле Торлониа остроумно использовала в декоративных целях целую коллекцию галстукеров от Molteni & Dada.<sup>4</sup>

Рядом с кроватью уместно расположится небольшой бар с запасом напитков и закусок. Для экономии времени перехода от сна к полноценному бодрствованию уместно соединить спальню с ванной или бассейном. А для любителей работать во сне возможны варианты срачивания спальни с кабинетом – чтобы, проснувшись среди ночи, немедленно записать или зарисовать пришедшую в голову мысль.

Таково логическое развитие многовекового западного подхода к дизайну спальни, в которой аскетически сохраняется состояние активности. Откуда же в таком случае взялась традиционная европейская кровать – большая, мягкая, на ножках и с изукрашенным высоким изголовьем?

В первоначальную эпоху развития римской цивилизации (V–IV век до н.э.) в жилом интерьере главенствовал этрусский стиль. Все жилище состояло из одной комнаты: она называлась *atrium*. В течение нескольких столетий римский дом сохранял подобную несложную структуру. В потолке атриума проделывалась дыра, через которую дом освещался, а в дождливую погоду вода с вогнутой кровли стекала внутрь, в *impluvium* – водоем, устроенный в полу атриума. При входе в атриум прежде всего бросалось в глаза брачное ложе, стоявшее как раз напротив дверей. Это была большая кровать, весьма роскошно украшенная и поднимавшаяся

очень высоко над полом, так что взбирались на нее при помощи лестницы. Все остальные домочадцы спали на скамейках или прямо на

полу вдоль стен. Позднее, когда для родителей стали устраивать особую спальню, в атриуме продолжало все-таки стоять брачное ложе, имевшее теперь уже только символическое значение.

На противоположном конце света сходные мотивы привели к аналогичному по смыслу явлению. В традиционном интерьере островитян Явы есть особая кровать для дневного сна. Яванские дневные кровати изначально выступали в двух ипостасях: на них спали, но собственно ложе представляло как бы верхнюю крышку большого, глубокого и длинного (в человеческий рост) ларя для хранения овощей и риса. Эти запасы были залогом благополучия семьи. Сама кровать предназначалась для дневного отдыха первого сына – наследника. Его сон на крышке сундука был одновременно ритуалом, притягивающим богатство и достаток. А внутри дома, куда имели доступ только члены семьи, находилось особое место для ритуалов и медитаций – кробоган, которое имело вид ложа с пологом и украшенными резьбой тиковыми опорами.

Привычная для нас кровать, таким образом, изначально вообще не предназначена для сна. Это предмет скорее культовый, сакральный, и возлежание на нем имеет глубокий священный смысл: душа отлетает и встречается с потусторонними сущностями, в бессознательном транс человек беседует с богами и демонами.

Не следует думать, что культивирование «потусторонних» состояний души в спальне ушло в прошлое. Мистическое отношение к богатству совсем не редкость среди современных заказчиков интерьер-дизайна. Магическая связь между сном, сексом и богатством находит живейший отклик и сегодня, так что высокая кровать с лестницей в этрусском духе или, скажем, вмонтированный в кровать сейф для ритуального сна и секса «на деньгах» могут выглядеть вполне привлекательно.

У мистического восприятия спальни есть и более мрачный аспект. Во сне происходит нечто подобное посмертным странствиям души

за пределами физической реальности. В рамках многих европейских стилей строение кровати удивительно напоминает украшение саркофага. Скажем, оформление этрусской гробницы просто повторяет структуру жилого дома: пустой объем, посредине водоем, а напротив входа – высокий, под потолок, саркофаг со скульптурным изображением покойников. Чаще всего изображение было парным: муж и жена лежат, обнявшись, с чашами вина и улыбками на каменных лицах. Сакральный сон – младший брат смерти, а кровать – «репетиционная» домовина.

Основатели европейской цивилизации – греки – спали на низких деревянных скамьях с приподнятым изголовьем, подстилая толстое шерстяное одеяло. Подушки, по-видимому, существовали уже в начале первого тысячелетия до н.э., а вот тюфяки и матрасы появились гораздо позже – примерно в эпоху крестовых походов. Спальни в типичном греческом доме размещались на втором этаже, который больше походил на чердак под черепичной крышей, так что древние греки спали фактически в тесных закрытых «ящиках» без окон.<sup>5</sup>

Греко-римская традиция последовательно придерживается концепции сакрального решения спален, так что помещения для сна приобретали порой прямое сходство с могилой.

Когда Рим увеличился вследствие завоевания Италии (IV – начало III в. до н.э.), толпы иностранцев стали стекаться в город в надежде найти себе здесь заработок. Чтобы разместить всю эту массу бедняков, стали устраивать скромные жилища очень небольших размеров и состоящие почти исключительно из столбов и досок. Такие здания назывались *tabernae*, потому что они были деревянными (*tabula* – доска). В подобной конуре можно было найти приют на ночь, и только.<sup>6</sup>

Однако зажиточные римляне героической эпохи тоже не устраивали себе просторные спальни, хотя имели на то все возможности. Тесные, душные и темные комнатки-кубики (*cubicula*) служили

одновременно местом для сна и кладовками. Часто постель стлала прямо на сундуках.

И даже после Пунических войн и первых походов на восток (II век до н.э. – I век н.э.) интерьер римского дома, испытав сильное влияние греческой архитектуры, мало изменился в отношении к спальне. Центр дома бесед – скульптурный изобразительный двор – перистиль, в котором часто разбивался небольшой садик (*viridarium*) и в котором сосредотачивались все основные события домашней жизни. В колоннаде перистилия располагались столовые (в богатом доме их было несколько). Далее находились особые залы для бесед – *exedra*, библиотеки, картинные галереи и ванны. И уже в самой глубине дома устраивались спальни. По старому обычаю, они были небольших размеров и часто не имели другого отъезда, кроме двери; иногда дверь заменялась в них портьерой. Перед спальней часто устраивалась маленькая передняя, где на всякий случай постоянно находился «ночной» раб. Кровати помещались в алькове или углублении в стене. Очень похожим образом устроены и захоронения той эпохи.

Европейская традиция веками поддерживала образ спальни как тесного изолированного помещения. Той же цели служил и балдахин, создавая вокруг кровати совсем уж крошечное замкнутое пространство. Целью тесноты в спальне является не экономия места, а соображения мистического характера: аскетическое сосредоточение на мыслях о краткости земной жизни, культивирование такого состояния души, которое примиряет с неизбежностью смерти.

Несмотря на жутковатый привкус «*memento mori*», такой вариант аскетической спальни востребован и сегодня. Узкое, тесное пространство для сна может восприниматься как уютное и защищенное. В маленькой «норке» особенно комфортно себя чувствуют дети в том возрасте, когда они впервые сталкиваются с мыслями о смертности всего живого (обычно это происходит в период от двух до

5. Гаспаров М.Л. Занимательная Греция – М.: Новое литературное обозрение, 2006

6. Гиро П. Частная и общественная жизнь римлян. СПб.: Алетейя, 1995

пяти лет), но зачастую подобные состояния души остаются ценными для людей и гораздо более взрослых.

Спустя две тысячи лет после Рима необычный вариант двойственного аскетизма стал идеологической основой дизайна в другой империи – в Советском Союзе.

Советская Академия архитектуры в 1945 г. выпустила серию брошюр «Опыт жилищного строительства в США» под общей редакцией К.С. Алабяна. О спальне писалось следующее: «Почти вся мебель, находящаяся в этом помещении, может быть встроенной. При удачно распланированной, хорошо вписанной в габариты комнаты встроенной мебели небольшая комната может показаться просторной и комфортабельной».<sup>7</sup> В стенные ниши прячется одежда, постельное белье, туалетный столик и кровать – в результате комната кажется просторной, хотя фактически жилец спит в тесном алькове. Хорошие советы в условиях острейшего дефицита жилья, когда благом казалось выкроить для дневных занятий хотя бы полтора дополнительных квадратных метра.

Принудительный аскетизм жилья сопровождал советскую власть на всем пути ее существования. Писатель Бенедикт Сарнов вспоминал случай из своей жизни, произошедший после Великой Отечественной войны. Они с женой затеяли обмен комнаты в коммунальной квартире (площадью 18 м<sup>2</sup>), в которой жили четвером, вместе с родителями, на фактически равноценную по площади, но иной конфигурации комнату, что позволяло разгородить ее на две комнатки: «Это было как раз то, о чем мечтали. Комната того же размера, что и наша, в том же районе и не в развалюхе какой-нибудь, а в хорошем доходном доме, с внушительным подъездом, высокими потолками, просторной кухней. И соседей вроде не так уж много: всего шесть семей. Главное же ее достоинство заключалось в том, что окна (такие же два окна, как у нас) располагались в ней по длинной стене. Так что, если бы ее перегородить, получились бы две

хоть и маленькие, но уютные и квадратные, славенькие комнатки.

Счастливые, мы с женой объявили, что комната эта нам подходит. Уходя, уже в дверях, я сказал:

– Смешно, конечно, спрашивать, есть ли в вашей квартире ванная. В таком доме, как ваш ...

И вдруг я вижу, что владельцы комнаты как-то замялись.

– Ванная у нас, конечно, есть, – после долгой паузы ответил, наконец, глава семьи. – Но во время войны в нее вселился прокурор. С семьей. И до сих пор там живет...»<sup>8</sup>.

Предельная теснота советской общенародной спальни соседствует в обществе с демонстративным изобилием квадратных метров и кубатуры в домах советско-партийной, интеллектуальной и творческой элиты. «Вечерняя Москва» от 27 сентября 1937 г. восторженно пишет: «В доме специалистов на Земляном валу праздничное новоселье. 27 сентября заселены 54 квартиры. Среди получивших квартиры – завоеватель стратосферы тов. Прокофьев, скрипач Ойстрах, изобретатель Зайковский, художник Юон, лучший литейщик завода «Динамо» Коган, архитектор Мордвинов, начальник мартовского цеха «Серпа и молота», технический директор завода «Динамо» и др.»<sup>9</sup>.

Жилой площадью наделяются не только лидеры творческой интеллигенции, но и представители новой рабочей олигархии: зачинатель трудовой инициативы, названный его именем, А. Стаханов получил в качестве поощрения не просто благоустроенную квартиру, а настоящие апартаменты со специально обставленным кабинетом и отдельной спальней комнатой. Стаханов получил свою шикарную квартиру в маленьком шахтерском поселке, но в Москве, Ленинграде, Харькове, Сталинграде, Иркутске и других городах (всего 66 – по постановлению «О постройке домов для специалистов»<sup>10</sup>) были свои стахановы, изотовы, сметановы. Эти люди жили по законам другого аскетизма. Они, обрзцы и вожди народа, не

должны были помнить о смертности всего живущего – зато в их обязанности входила круглосуточная трудовая активность. Полубоги, герои нового эпоса, они должны были выглядеть бессмертными и неспящими. Окна вождей светились в самую глухую ночь, а кончина любого из них обязательно была насильственной, неестественной – результат происков демонических врагов.

Заметим, что роль божественного героя, неподвластного сну и смерти, и сегодня остается привлекательной для определенного типа заказчиков. Светские львицы и капитаны бизнеса, деятели шоу-индустрии и «золотая молодежь» готовы на большие затраты денег и здоровья ради состояния непрерывной напряженной активности души и тела. Таким заказчикам и сегодня созвучен сталинский «аскетический ампир» или его стилистические аналоги.

Совершенно другой тип аскетизма испокон веков культивируется на Востоке. Интровертивная восточная культура чаще стремится к достижению внутреннего покоя и равновесия, чем к непрерывной внешней активности. Душевное благополучие и здоровье важнее, чем богатство и слава. Высшая форма деятельности – бездействие. Высшее искусство – побеждать без борьбы. Восточные культуры в интерьере спальни стремятся достичь состояния расслабленности и покоя.

В деле глубокого расслабления мускулов тела и души высокой эффективностью обладает твердая и теплая поверхность для сна. На ней можно с комфортом лежать, только если как следует расслабиться. Любой мышечный зажим тут же даст о себе знать. Корейцы и японцы до сих пор культивируют обычай сна на твердых поверхностях. Наиболее известный и модный вариант восточного отношения к спальному месту – японский. В традиционном японском интерьере вовсе нет спальни: на деревянный пол, покрытый циновкой «татами», стелют тонкий хлопковый матрас «футон», а утром его сворачивают и прячут. Однако подобные привычки – достояние не



только японской, но региональной культуры. Обычай спать на полу, как и многие другие элементы дальневосточного образа жизни, обладает тысячелетними корнями.

В привычном для нас климатическом поясе северо-азиатского региона древнейшим типом жилья была землянка. Пол жилища представлял собой дно ямы глубиной полметра – метр, а стены сплетались или настигались на каркас из доступного материала (чаще всего – веток или жердей). Раскопки показывают хорошо сохранившиеся землянки круглой формы с диаметром около шести метров (на семью) с полом, выложенным плоскими камнями.

«Пол жилищ народов северной части Тихого океана с целью термоизоляции покрывался шкурами или циновками (как у северо-западных индейцев). В этом смысле большой интерес представляет реконструкция интерьера жилища стоянки Хагасикусири-II (северо-восточное побережье Хоккайдо). Датировка по углю, найденному на полу жилища из пятого слоя, дает дату 5390 ± 120 лет до н.э.»<sup>11</sup> Похоже на то, что древние сибиряки и протояпонцы перед сном рассыпали по полу горящие угли, а затем стелили циновки на горячие камни. Похо-

7. Баяр О.Г. Встроенное оборудование квартир. М.: Издательство Академии архитектуры СССР. – 1945

8. Сарнов Б. Перестаньте удивляться! М., 1998. С. 134-136

9. День мира. М., 1937. С. 506

10. СЗ СССР. 1932. №21. ст. 128

11. Васильевский С.С., Лавров Е.Л., Чан Су Бу. Культуры каменного века Северной Японии. – Новосибирск: Наука. – 1982

12. Окладников А.П. Остатки Бохайской столицы у г. Дзунцинчэн на реке Муданцзян // Советская археология. – 1957

13. Типы традиционного сельского жилища народов Юго-Восточной и Центральной Азии. М.: Наука. – 1979

14. Материалы этнографической экспедиции ВолГУ. Волгоград: Изд-во ВолГУ. – 1983. Ч. 2715. Ланьков А.Н. Корея: будни и праздники. – М.: Межд. отношения, 2000. – С.96

16. Там же, С. 89

17. Озенбашлы Энвер Мемет-оглу. Крымцы. // Сборник работ по истории, этнографии и языку крымских татар. – Симферополь: Акмесджит (Доля), 1997

18. Путешествие Ибн-Фадлана на Волгу. Изд. Академии наук СССР – М-Л, 1939

жий прием сна на прогоревшем костровище хорошо известен охотникам и другим «таежным жителям».

Около четырех тысяч лет назад в Приамурье был изобретен «кан» – трубы-дымоходы из каменных плит и глины, сконструированные вдоль стен и под полом жилищ, по которым шел горячий воздух из очага-топки. Иногда кан полностью прятался под полом, а иногда выступал над ним на 10–20 сантиметров.

Похоже, кан изобретали несколько раз, все более совершенствуя его конструкцию. Позднее, в период Циньской империи, кан был известен в государстве Бохай, а затем через потомков бохайцев, чжурчженей появились в городах родственных монголам киданей.<sup>12</sup> С началом монгольских завоеваний (XIII–XIV вв.) каркасные, квадратные в плане жилища с канами распространились на огромной территории от Орхона и Керулена до Днестра и Дуная.<sup>13</sup>

Донские казаки, расселяясь по рекам Хопер, Бузулук, Медведица, строили землянки с обогревательной системой «боровок». Боровок представлял собой канавку, вырытую в толще глинобитного пола, шириной 30–40 см, длиной 1,5–2 м с дымоходом. Боковые стенки боровка образовывали сырцовые кирпичи, поставленные «на ребро», сверху укладывали такие же кирпичи горизонтально. Над канавкой ставили большую деревянную кровать. Перед сном боровок заполнялся хворостом и протапливался.<sup>14</sup>

Древняя система кан не-

плохо показывает себя и сегодня, причем в такой высококоразвитой стране, как Южная Корея. Корейцы называют ее «кондоль». Ввиду лютой дороговизны электроэнергии, подпольный обогреватель обычно снабжается теплом от квартирной печи на мазуте или на угольных брикетах, либо же от домовой мини-котельной – так легче экономить. До сих пор ондоль присутствует в подавляющем большинстве корейских домов. Центральное отопление западного типа так и не привилось даже в самых крупных городах Южной Кореи. Большинство корейцев по-прежнему спят на отопляемом полу. Статистическое исследование, организованное в 1991 г. в Сеуле, показало, что на кроватях спят всего лишь 12,5% жителей корейской столицы – теплый пол комфортнее, чем кровать европейского типа.<sup>15</sup>

«Традиционная корейская постель в ее современном варианте состоит из тонкого жесткого одеяла (чаще всего, стеганого), на который кладется своего рода матрас/простыня – «ё», тоже очень тонкий и весьма жесткий, по крайней мере, с точки зрения европейца. В некоторых случаях одеяла-подкладки может не быть, и матрас стелется прямо на пол. Поскольку стирать толстый «ё» довольно трудно, то делают это редко, несколько раз в год. Поэтому в последние десятилетия в некоторых жилищных городских семьях из соображений гигиены на «ё» стали класть еще и простыню,

края которой обычно пришиваются к «ё». Впрочем, использование простыни – явно западное влияние, и в подавляющем большинстве домов обходятся без нее.

Спальный набор добавляется одеялом – «ибуль». Подобно простыням, в последнее время получили некоторое распространение и пододеяльники, однако большинство корейцев по-прежнему обходятся без них, вполне удовлетворяясь тем, что раз в несколько недель стирают одеяло. Кроме этого, в традиционный спальный набор входит и жесткая подушка прямоугольной или цилиндрической формы, набитая опилками или песком».<sup>16</sup>

На твердых деревянных поверхностях спят и жители Юго-Восточной Азии. Курортные острова, такие как Бали или Ява, казалось бы, самой природой предназначены для наслаждения всеми радостями жизни. Однако в традиционной яванской спальне «сентонг» мебель практически отсутствует. Вдоль стен стоят разной ширины лавки, на которых днем помещается утварь, а ночью раскладываются постель.

Относительно мягкое ложе можно встретить в интерьере некоторых мусульманских народов. Так, жилище крымских татар традиционно оснащалось низкой дощатой лежанкой-диваном (сет), на которую перед сном укладывались одеяла, причем количество одеял соответствовало возрасту, степени здоровья и степени уважения к тому, кто собирался на них спать. Са-

мое мягкое спальное место полагалось самому старому, больному и почтенному.

Днем одеяла и подушки были уложены стопкой на сундуках (сандык) в специальной нише (кьамере), и их количество свидетельствовало о до статке семьи.<sup>17</sup> Тут есть своя, особая мудрость: не следует заставлять пожилого и нездорового человека (или того, кто себя таковым ощущает) спать на жестком. Даже если проектируется спальня для очень скромного и сдержанного в быту заказчика – любителя пожалеть себя и потребовать жалости от окружающих, ложе лучше сделать просторным, теплым и мягким.

Наши славянские предки изобрели еще один способ спасения от ночных сквозняков – спальное место, приподнятое над полом. В 921 году н.э. багдадский халиф отправил посольство к правителю Волжской Булгарии, которая в ту пору искала защиты от хазарского каганата. Посол халифа описал свои впечатления от похода через Восточную Европу – получился уникальный документ по истории быта начала X века: «Книга Ахмада ибн-Фадлана ибн-аль-Аббаса ибн-Рашида ибн-Хаммада, клиента Мухаммада ибн-Сулаймана, посла аль-Муктадира к царю славян, в которой он сообщает о том, что он сам видел в стране турок, хазар, русов, славян, башкир и других (народов), по части различий их вероучений, истории их царей, положения многих из их дел».<sup>18</sup> Ибн-Фадлан описывает чудовищный холод, который зимой царит в приволжских степях и делает их похожими на ледяной ад аз-Замхарира. Реки покрываются льдом, по которому могут ехать повозки, дыхание видно в воздухе, и единственное спасение – поразительно дешевые дрова. В этом жутком климате кочевники спят в юртах из турецкого войлока, устраивая себе «гнезда» из одежд и мехов – и то бывает, что утром щека примерзает к подушке.

Заметим, кстати, что войлок из натуральной шерсти и сегодня остается непревзойденным теплоизолятором. Он не вызывает аллергических реакций (в отличие от синтетических аналогов) и относительно дешев, легко окраши-



вается в разнообразных цветах и не слеживается.

Арабы встречают торговую делегацию русов. «И я не видел (людей) с более совершенными телами, чем они. Они подобны пальмам, румяны, красны» – пишет Ибн-Фадлан. Далее следует описание диких ритуалов идолопоклонства, беспорядочной половой жизни и шокирующих обычаев личной гигиены наших далеких предков. В числе прочего ученый араб упоминает скамейки для спальни, покрытые стегаными матрасами, подушки и покрывала из византийской парчи – достояние богатого русского торговца.

Русский обычай спать на тех же скамейках, на которых днем сидели, сохранялся в течение многих веков и продолжал формировать интерьер сибирской избы вплоть до XVII–XVIII века, и даже позже. «Внутренняя обстановка избы была незатейлива. В «красном» углу находился прямоугольный деревянный стол, вдоль стен были расположены широкие лавки из толстых досок, напрочно прикрепленные к стенам и опирающиеся на крепкие подставки. Эти лавки могли служить кроватями».<sup>19</sup> Спали также и на полатах (дощатый настил под потолком между печью и противоположной стеной), на голбце или каржине (дощатый примост у печи, с лазом в подполье). Самые теплые и комфортные спальные места располагались на печке – там ночевали маленкие дети, немощные старики и больные.

Преобладающее в современной России отношение к собственной истории таково, что сегодняшний дизайнер вряд ли способен всерьез предложить заказчику спальню с полатами и каржиной. Для того чтобы находки и приемы древнерусских «дизайнеров» нашли свое место в современном интерьере, они должны опереться на авторитет архитектурно-дизайнерских школ Европы, США и Японии. К счастью, сами эти школы достаточно разнообразны в своих предписаниях. Есть из чего выбрать.

Собственно западный путь лежит в направлении экономики «рѓivасу» – чувства изолированности, отделённости от других. Этот вид ресурсов весьма высоко ценится в ин-

дивидуалистических культурах, отсюда и стремление замкнуть пространство спальни всеми возможными способами. Но глобализация берет своё, и сегодня можно наблюдать процессы размывания западного «культы самости (self)». Спальня, этот последний бастион замкнутого личного пространства, уже готова сдать: в стилистике лофта, например, bed-room не предусмотрены.

Аналогично развиваются и все остальные аспекты дизайна спальни – цвет, свет, объемы и пространства. Восточные приемы формирования аскетического интерьера осваиваются Западом на протяжении всего двадцатого века. Конструктивисты и модернисты, Ле Корбюзье, Фрэнк Ллойд Райт и их последователи борются с традициями «сакральной спальни». Пространство в их работах формируется перетекающим, его эфемерному движению ничто не должно препятствовать. Стены и двери заменяются легкими ширмами, перепадами уровней пола, разной окраской и интенсивностью освещенности – привлекаются все доступные дизайнеру приемы зонирования без использования материальных перегородок.

Открытия модернизма и минимализма во многом повторяют древние рецепты фэн-шуй. С точки зрения китайской геомантии жилья, тяжелые драпировки и обилие мебели в спальне вредно. Лучше обойтись легкими ширмами. Еще вреднее хранить в спальне старые вещи – все это вызывает застой энергии «ци». По той же причине нехорошо, если, засыпая и просыпаясь, человек видит глухую стену, – лучше, если со спального места видна хотя бы открытая дверь (а еще лучше, если стены вообще нет). Совсем плохо, когда спящий человек отражается в зеркале, поэтому в функциональной зоне сна никакие зеркала не уместны. Пряная эротичность, которая достигается зеркальным натяжным потолком над кроватью, – явление энергетически расточительное.

Цветовая гамма спальни оптимальна, если она приближена к естественным тонам дерева и камня. Охристые и песочные тона, темные и глубокие кофейные, цвета



потемневшей древесины в сочетании с легкими и прозрачными зелеными и голубыми – вот самая здоровая гамма для спальной зоны. Уместна стихия Дерева, неуместна противоположная ей стихия Металла. Никелированная кровать и ярко-белое постельное белье с точки зрения фэн-шуй – это просто олицетворение смерти. Возможно присутствие стихии Огня в виде акцентов красного тона, теплых по цвету светильников, живого огня или курительницы. Ароматы в спальне уместны тонкие, легкие, ненавязчивые – и только при наличии хорошей вентиляции.

Живые растения могут оказаться вполне кстати, если они не обладают сильным запахом. Надо только помнить, что большинство растений в темноте поглощают кислород, так что активная вентиляция опять же необходима для любителей спать среди зеленых листьев.

Стихия Воды, присущая ванной, в спальне не очень уместна. Все-таки спать приятнее в сухом месте, так что аквариум или фонтанчик в спальне может помешать спать.

Для здорового полноценного сна крайне важен ритм. Каждый, у кого были маленькие дети, знает: если младенец просыпается по ночам в одно и то же время, то такие пробуждения почти не сказываются на качестве сна взрослых. В течение ночи можно проснуться и снова заснуть три-четыре раза – и прекрасно себя чувствовать,

если пробуждения происходят в повторяющемся ритме. По той же причине здоровому сну помогают ритмичные шумы – прибой, стук вагонных колес, ветер в листве, монотонная музыка (колыбельная).

Принцип экономии в спальне приобретает разные, иногда парадоксальные формы. И только один вид аскетизма всегда вызывает чувство дискомфорта. Это аскетизм принудительный, когда человека заставляют экономить ресурсы, которые он сам не считает самыми важными и необходимыми. Даже если дизайнер пламенно верит в тезисы той или иной идеологической школы (фэн-шуй, минимализм, корбюзизм или гламур), не следует упрекать заказчика, какой именно вид душевных состояний для него, заказчика, должен быть самым важным и ценным. Спальня обязательно должна помогать спать человеку именно в той плоскости, в которой он хочет помощи. Тогда и сон будет полноценным, и дизайн покажется комфортным.

Здоровый сон – основа здоровой психики, необходимый элемент здоровой семьи и важнейший залог здоровья секса. В такой уникальной зоне жилья, как спальня, индивидуально выбранный вариант аскетичности означает и комфорт, и удобство, и здоровье.

**Марк Меерович  
Константин Лидин**

19. Одинцова М.К. Из истории русского деревянного зодчества в Восточной Сибири, XVII век. – Иркутск: Иркутское книжное издательство, 1958