

1575937

ОЛЕНА САЛТАНОВА

# ВДОМА і стіни гріють



# СЕКРЕТИ ЩАСТЯ

по-українськи

У книзі досліджується тема домашнього затишку та щастя. Авторка, дизайнерка інтер'єрів, під враженням світових бестселерів про хюґе директора Інституту щастя шукає відповіді на питання у дослідженнях минулого України та крізь призму власного досвіду. Що для українців означає власний дім? Чому для нас важливо завжди повертатись додому? Що робить оселю фортецею, в якій стіни гріють та лікують?

На сторінках є практичні поради, як облаштувати власний дім, щоб він став вашим місцем сили.

Секрети щастя ілюстровані світлинами кращих дизайнерів інтер'єру України. Книга сподобається тим, хто цікавиться дизайном, любить комфорт та шанує наш спільний дім — Україну. Побудуємо щастя по-українськи!

# З М І С Т

ПРО МЕНЕ .....	12
РОЗДІЛ 1. МІЙ ШЛЯХ У ДИЗАЙНІ.....	16
РОЗДІЛ 2. МІЙ ШЛЯХ ДО КНИГИ.....	21
ХЮҒЕ .....	21
ЛАГОМ.....	24
ІКЕА .....	26
ФЕН-ШУЙ .....	27
КУЛЬТУРНИЙ КОД .....	30
ТО ЩО Ж У НАС? .....	32
ПРО ВІЙНУ .....	40
ЯКИМ БУТИ СУЧАСНОМУ УКРАЇНСЬКОМУ ДОМУ? .....	46
ПОДЯКА.....	51
РОЗДІЛ 3. ДІМ — ФОРТЕЦЯ.....	53
1. НИЖНІЙ РІВЕНЬ.	
ФУНДАМЕНТ. ФІЗІОЛОГІЧНІ ПОТРЕБИ .....	57
ЗОВСІМ ТРОХИ ІСТОРІЇ .....	58
ЯК БУДУВАЛИ СВОЇ ДОМІВКИ НАШІ ПРАЩУРИ .....	58
ТРИПІЛЬЦІ .....	58
ЗАКЛАДИНИ .....	61
КВІТКА .....	62
ВИБІР .....	62

ВІДЧУТТЯ ДОМУ .....	63
СМАЧНА ЇЖА .....	69
СКАЖИ, ЩО ТИ ЇСИ, І Я СКАЖУ, ХТО ТИ .....	71
РИБА — ВОДА, ЯГОДА — ТРАВА, А ХЛІБ — УСЬОМУ ГОЛОВА. ....	71
ПАЛЯНИЦЯ — ХЛІБОВА СЕСТРИЦЯ. ....	74
СІЛЬ І ЦУКОР. ....	76
БОРЩ І ГРЕЧКА. ....	77
ЇЖА ЯК СВЯТО .....	79

## 2. СЕРЕДНІЙ РІВЕНЬ. СТІНИ ТА ПЕРЕГОРОДКИ.

БЕЗПЕКА, ОПОРА, ЗОНУВАННЯ ДОМУ .....	85
ВІТАЛЬНЯ .....	85
КОРОТКА ДИВАННА ЗАМАЛЬОВКА. ....	88
ВЛАСНИЙ КУТОЧОК .....	88
ОСВІТЛЕННЯ. ....	92
ДЕ ВОГОНЬ, ТАМ І ЖИТТЯ. КУХНЯ ТА ЇДАЛЬНЯ .....	95
КУХНЯ .....	97
ЇЖА ТАМ, ДЕ ЛЮБОВ .....	100
ВОДА ЯК ПРОВІДНИК ІНФОРМАЦІЇ .....	102
КУЛІНАРІЯ .....	105
ЇДАЛЬНЯ .....	114
СПАЛЬНЯ .....	117
ДИТЯЧА .....	122
ВІЗИТІВКА ДОМУ. ПЕРЕДПОКІЙ .....	128
ВАННА ТА ЛАЗНЯ .....	134
ВОДА ЛІКУЄ .....	134
ЛАЗНЯ .....	137
НОВІ ТРЕНДИ .....	141
СПОРТИВНИЙ КУТОЧОК. ....	142

МІСЦЕ ДЛЯ ЗБЕРІГАННЯ .....	143
СКРИНІ .....	145
ШАФИ .....	145
БАЛКОН .....	150
ЯКІ ПЕРСПЕКТИВИ? .....	153
ПОЗА СТІНАМИ ДОМУ .....	154
3. ВІКНА ТА ДВЕРІ. ПОРТАЛИ ДЛЯ ЗВ'ЯЗКУ. СПІЛКУВАННЯ .....	159
ЩАСТЯ В ДОМІ — ДОВІРА ТА ПОВАГА .....	163
4. ВИСОКИЙ РІВЕНЬ. СТЕЛЯ. САМОІДЕНТИФІКАЦІЯ. ДІМ ЯК ВІДОБРАЖЕННЯ ГОСПОДАРІВ .....	166
КРАСА .....	166
КРАСА У ЗАГАЛЬНІЙ СВІДОМОСТІ НАРОДУ .....	167
КРАСА В ІНДИВІДУАЛЬНОМУ РОЗУМІННІ .....	169
РОЗКІШ І ДОСТАТОК .....	172
5. НАЙВИЩИЙ РІВЕНЬ. ДАХ. ТВОРЧІСТЬ. ДІМ, У ЯКОМУ ХОЧЕТЬСЯ ЖИТИ .....	175
НАЙПЕРША МОВА .....	176
НАЙПЕРШІ СИМВОЛИ. ФОРМИ .....	181
КРАПКА .....	181
ЛІНІЯ .....	182
ТРИКУТНИК .....	185
КВАДРАТ .....	187
ХРЕСТ .....	189
СВАРГА .....	192

КОЛО .....	194
ПІДСУМКИ.....	199
БАРВИ НАШОГО ЖИТТЯ .....	202
ВЕСЕЛКА .....	205
БІЛИЙ — ПОЧАТКОВЕ ДЖЕРЕЛО .....	205
ЧОРНИЙ — ЦЕ СКАРБ УКРАЇНИ.....	211
СІРИЙ.....	217
ЧЕРВОНИЙ — ТО ЛЮБОВ?.....	220
ОРАНЖЕВИЙ, ПОМАРАНЧЕВИЙ, ЖОВТОГАРЯЧИЙ, РУДИЙ, ГАРБУЗОВИЙ, ЗОЛОТИЙ .....	227
ЖОВТЕ СЕРЦЕ СВІТ .....	232
ЗЕЛЕНЕ ЖИТТЯ .....	236
СИНІЙ ТА БЛАКИТНИЙ. ПРОСТІР БЕЗ МЕЖ.....	240
МІСТИЧНИЙ І РОМАНТИЧНИЙ ФІОЛЕТОВИЙ .....	245
КОРИЧНЕВИЙ КОНСЕРВАТОР .....	248
НОВА УКРАЇНСЬКА ПАЛІТРА .....	252
З ЧОГО ПОЧИНАТИ РОБОТУ НАД ІНТЕР'ЄРОМ .....	258
КОМПОЗИЦІЯ .....	258
ВИДИ КОМПОЗИЦІЇ .....	259
ЗОЛОТА СЕРЕДИНА .....	262
КРОКИ РОБОТИ З КОМПОЗИЦІЄЮ .....	268
1. ТОЧКИ ОПОРИ.....	268
2. ЛІНІЇ .....	270
3. ПЛОЩИНИ.....	272
ПІДЛОГА, СТІНИ, СТЕЛЯ .....	273
ПІДЛОГА .....	275
СТІНИ .....	277
КИЛИМ.....	282
СТЕЛЯ .....	285
ОСВІТЛЕННЯ.....	289
МЕБЛІ ТА АКСЕСУАРИ .....	291

РЕМОНТ ТА ЙОГО СПРАВЖНІЙ СЕНС .....	295
ГЕНДЕРНІ ПИТАННЯ І РЕМОНТ .....	299
ОСОБЛИВОСТІ РЕМОНТУ ПО-УКРАЇНСЬКИ .....	303
6. МІСЦЕ СИЛИ .....	305
ІНДИВІДУАЛЬНИЙ ІНТЕР'ЄР .....	308
ДУША ДОМУ .....	312
СТАРІ РЕЧІ З ІСТОРІЄЮ .....	315
ЩО РОБИТЬ НАС СИЛЬНІШИМИ .....	318
ЛАД .....	319
7. СЕЗОННІ МИТТЄВОСТІ ЩАСТЯ .....	322
ВЕСНА (ВЕСНЯНИЙ ІНТЕР'ЄР) .....	322
ЛІТО (ЛІТНІЙ ІНТЕР'ЄР) .....	326
ОСІНЬ (ОСІННІЙ ІНТЕР'ЄР) .....	331
ЗИМА (ЗИМОВИЙ ІНТЕР'ЄР) .....	335
8. ЩАСТЯ ПО-УКРАЇНСЬКИ .....	342
АТМОСФЕРА .....	342
АРОМАТИ .....	344
ЗАТИШОК .....	346
ЗАДОВОЛЕННЯ/НАСОЛОДА .....	348
МІРА .....	348
ПРОФЕСІЙНІ ПОРАДИ ПСИХОЛОГІВ .....	350
ЩАСТЯ .....	355