

HOW SUNLIGHT AFFECT LIVING

ภาพจาก www.wallpaperseek.com



[แสงกับดวงอาทิตย์]

แสงแดดนั้นมีความสำคัญกับการออกแบบบ้านและอาคารเป็นอย่างมาก โดยแสงแดดจะเป็นตัวการนำความร้อนมาสู่บ้าน เช่น ตอนเวลาสาย ทิศตะวันออกของบ้านจะเป็นส่วนที่ร้อนสุดเพราะรับแดดมากที่สุด หรือช่วงเวลาบ่าย ทิศตะวันตกก็ได้รับแดดที่สุด นอกจากความร้อนจะเกี่ยวข้องกับแสงแดดแล้ว แสงยังเกี่ยวข้องกับอารมณ์ความรู้สึกของคนด้วย โดยสภาพบ้านที่มีดวงสว่างจะให้ความรู้สึกต่างกันเช่นเดียวกับภาพที่ช่างภาพถ่าย ซึ่งช่างภาพทุกคนจะให้ความสำคัญเรื่องแสงเป็นอย่างมากเพื่อให้ผลงานที่ได้สามารถถ่ายทอดความรู้สึกและอารมณ์ตามที่ต้องการ

หากว่าตามหลักการของหยินหยางในศาสตร์จีน ความสว่างนั้นเป็นพลังหยาง ส่วนความมืดเป็นพลังหยิน ซึ่งเบื้องต้นหยินหยางจะเป็นการเปรียบเทียบของสองสิ่งด้วยกัน โดยสิ่งหนึ่งเป็นหยางและอีกสิ่งเป็นหยิน โดยสรรพสิ่งในโลกล้วนแล้วแต่มีสองสิ่งมาประกอบกัน เช่น ทางชีวจะมีเพศผู้และเพศเมีย ทางเคมีถ้ามีกรดก็ต้องมีด่าง คณิตศาสตร์มีบวกก็ต้องมีลบ แม้เหล็กมีขั้วบวกและขั้วลบ การเคลื่อนไหวกับการหยุดนิ่ง มีดีก็มีเลว มีก้าวหน้าที่มีเสื่อมถอย ฯลฯ ซึ่งกับแสงนั้นความสว่างจะเป็นพลังหยางที่เหมือนความเคลื่อนไหว กระปรี้กระเปร่า ส่วนความมืดนั้นเหมือนพลังหยินที่แทนความหยุดนิ่ง ซึมเศร้า ลึกลับ เสื่อมถอย นั่นเอง

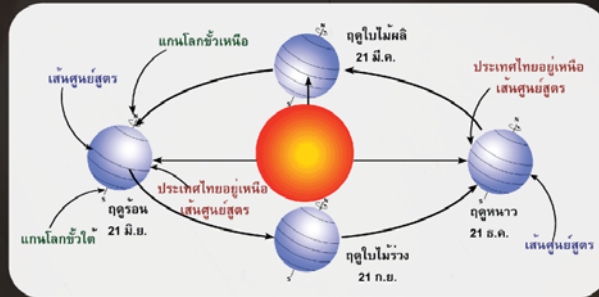
โดยบ้านไหนที่แสงสว่างไม่เพียงพอหรือมืดเรียกว่ามีความเป็นหยินสูง ก็จะทำให้คนไม่ค่อยอยู่บ้าน สร้างความซึมเศร้า โดดเดี่ยวให้กับผู้อยู่อาศัย หากเป็นสถานที่ทำงานถ้ามืดก็อาจทำให้รู้สึกไม่อยากทำงาน ขี้เกียจ ซึมเศร้า ส่งผลต่อประสิทธิภาพการทำงาน สถานที่บางแห่งเป็นหยินมาก เช่น มืด กับ ขึ้น อับ ไม่มีแสงผ่าน ก็อาจเป็นที่อยู่ของวิญญาณได้ หรือกล่าวได้ว่าสถานที่ร้าง มีสภาพเป็นหยินสูงนั่นเอง ในทางตรงข้ามหากบ้านนั้นมีแสงสว่างเพียงพอ ก็จะทำให้บ้านน่าอยู่ ผู้อยู่อาศัยก็จะกระปรี้กระเปร่า รวมถึงทำให้คนอยากอยู่อาศัยในบ้านนั้นมากขึ้นด้วย และหากเป็นสถานที่ทำงาน แสงเป็นพลังหยางที่กระตุ้นต่อใจคนให้ทำงานได้ดี โดยทำให้มีความรู้สึกกระฉับกระเฉง กระปรี้กระเปร่า จึงส่งผลที่ดีต่อประสิทธิภาพการทำงาน

นอกจากนี้หากเปรียบเทียบร่างกายมนุษย์กับหลักการหยินหยางแล้ว วัยเด็กของสิ่งมีชีวิตจะมีพลังงานหยางมากกว่าวัยชรา เพราะเด็กมีกำลังเคลื่อนไหว ยิ่งเป็นช่วงวัยรุ่นที่ร่างกายแข็งแรงที่สุดก็จะมีกำลังมากที่สุด ขณะเดียวกันเมื่อคนเราชรา ร่างกายก็จะเหี่ยวเฉา กำลังเสื่อมถอย เรียกว่าเป็นหยิน ส่วนเมื่อคนตายแล้วก็คือมีสภาพหยินสูงที่สุดนั่นเอง ดังนั้นสำหรับคนที่อายุมากควรได้รับพลังด้านหยางให้มากตามอายุด้วย เนื่องจากพลังหยางจะทำให้สดชื่นและกระปรี้กระเปร่า ไม่ค่อยเหี่ยวตามอายุ ซึ่งการใช้แสงเพิ่มพลังหยางให้ที่ผู้อยู่อาศัยนั้นจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับบ้านที่มีผู้สูงอายุเพื่อให้สภาพร่างกายดีขึ้นนั่นเอง

แสงนั้นมีอิทธิพลกับมนุษย์ทั้งในเรื่องความร้อนและความรู้สึก ดังนั้นการสร้างและออกแบบอาคารหรือบ้านให้มีแสงสว่างเพียงพอจึงเป็นปัจจัยที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ โดยแสงสว่างที่เราได้รับมากที่สุดในโลกก็คือแสงแดดหรือแสงสว่างจากดวงอาทิตย์ ดังนั้นการออกแบบและสร้างบ้านหรืออาคารให้สอดคล้องกับแสงจึงควรทำความเข้าใจเกี่ยวกับทิศทางของแสงแดดก่อน

หลายคนคิดว่าพระอาทิตย์ขึ้นทางทิศตะวันออกตรงๆ และตกที่ทิศตะวันตกตรงๆ และยังคิดว่าพระอาทิตย์นั้นขึ้นเป็นแนวเส้นตรงจากทิศตะวันออกไปยังทิศตะวันตกเสมอ แท้จริงแล้วพระอาทิตย์ไม่ได้เดินทางเป็นเส้นตรงอย่างนั้น จะมีไม่กี่วันในรอบปีที่ดวงอาทิตย์นั้นขึ้นและตกลงในทิศตะวันออกและตะวันตกพอดี ส่วนใหญ่ดวงอาทิตย์จะขึ้นและตกเฉียงออกไปทางทิศเหนือและทิศใต้ สาเหตุที่พระอาทิตย์ไม่ขึ้นและลงตรงทิศตะวันออกและทิศตะวันตกพอดีเนื่องจากโลกโคจรรอบดวงอาทิตย์โดยที่แกนโลกนั้นเอียง 23.5 องศากับระนาบการโคจรรอบดวงอาทิตย์

ขณะที่โลกโคจรรอบดวงอาทิตย์และแกนโลกทางเหนือจะเข้าหาดวงอาทิตย์ ประเทศส่วนใหญ่ที่อยู่เหนือเส้นศูนย์สูตรจะได้รับแสงหรือความร้อนจากดวงอาทิตย์โดยตรง ทำให้เป็นช่วงฤดูร้อนและทำให้เวลากลางวันนั้นยาวกว่าเวลากลางคืน โดยช่วงนี้พระอาทิตย์จะขึ้นและลงเฉียงไปทางทิศเหนือ หากเรามองดูดวงอาทิตย์นั้นจะเดินทางจากทิศตะวันออกไปทิศตะวันตกโดยอ้อมไปทางทิศเหนือ



ภาพแสดงการโคจรของโลกรอบดวงอาทิตย์ โดยแกนโลกนั้นเอียง 23.5 องศา ทำให้พระอาทิตย์ไม่ได้เดินทางเป็นเส้นตรงจากตะวันออกไปตะวันตก จึงทำให้แสงนี้ไม่ได้มาจากทางทิศตะวันออกและตะวันตกอย่างเดียว

เมื่อโลกโคจรรอบดวงอาทิตย์และแกนโลกทางเหนือหันออกห่างดวงอาทิตย์ หรือแกนโลกทางใต้หันเข้าหาดวงอาทิตย์ ประเทศที่อยู่เหนือเส้นศูนย์สูตรจะได้รับแสงและความสว่างจากดวงอาทิตย์น้อยกว่า ทำให้เป็นฤดูหนาวและยังทำให้ระยะเวลาของกลางวันสั้นลงและกลางคืนนั้นยาวขึ้น พระอาทิตย์จะขึ้นและลงเฉียงไปทางทิศใต้ หากเรามองดูดวงอาทิตย์นั้นจะเดินทางจากทิศตะวันออกไปทิศตะวันตกโดยอ้อมไปทางทิศใต้

แต่หากพิจารณาประเทศไทยเป็นหลักนั้นจะมีสิ่งที่แตกต่างอย่างหนึ่งจากประเทศอยู่เหนือเส้นศูนย์สูตรทั่วไป ถึงแม้ว่าประเทศไทยจะอยู่เหนือเส้นศูนย์สูตรเหมือนหลายๆ ประเทศก็ตามแต่ในช่วงที่โลกเคลื่อนเอาขั้วโลกเหนือเอียงเข้าหาดวงอาทิตย์นั้น (ช่วงฤดูร้อนไปจนถึงช่วงต้นฤดูฝน) ดวงอาทิตย์ขึ้นลงหรือเคลื่อนที่บนพาดอยู่บริเวณตรงกลางจากทิศตะวันออกไปตะวันตกพอดี และทำให้เกิดแสงแดดอยู่ตรงหัวเราค่อนข้างพอดีอีกด้วย ซึ่งต่างจากประเทศที่อยู่เหนือเส้นศูนย์สูตรทั่วไปที่พระอาทิตย์เคลื่อนที่เฉียงไปทางเหนือ โดยสาเหตุที่ดวงอาทิตย์เคลื่อนที่จากทิศตะวันออกไปตะวันตกพอดีนั้นเนื่องจากประเทศไทยนั้นมีตำแหน่งอยู่เหนือเส้นศูนย์สูตรขึ้นไปไม่มากพอ ขณะที่ช่วงโลกเอียงขั้วโลกเหนือออกห่างดวงอาทิตย์ (ช่วงปลายฤดูฝน ฤดูหนาว และช่วงต้นฤดูร้อนนั้น) สำหรับประเทศไทยนั้นดวงอาทิตย์ขึ้นลงหรือเคลื่อนที่บนเฉียงไปทางทิศใต้เหมือนกับประเทศที่อยู่เหนือเส้นศูนย์สูตรทั่วไป

สาเหตุจากการที่โลกนั้นโคจรรอบดวงอาทิตย์โดยที่แกนโลกปกติจะเอียง 23.5 องศาภิระมาณการโคจรรอบดวงอาทิตย์ ทำให้คนในประเทศไทยเห็นดวงอาทิตย์บนพาดตรงหัวช่วงฤดูร้อนไปจนถึงต้นฤดูฝนและเคลื่อนที่เฉียงไปทางทิศใต้ช่วงปลายฤดูฝน ฤดูหนาว และช่วงต้นฤดูร้อน ทำให้แสงแดดที่มาจากทิศเหนือมีน้อยกว่าทางทิศใต้

ดังนั้นการที่สร้างบ้านให้หันหน้าบ้านไปทางทิศใต้ที่มีโอกาสรับแสงแดดตลอดวันหากเทียบกับทิศอื่น โดยเฉพาะหากเทียบกับทิศเหนือที่แทบไม่ได้รับแสงแดดเลย ส่วนการสร้างบ้านหันไปทางทิศตะวันออกกับตะวันตกก็จะรับแดดประมาณครึ่งหนึ่งของเวลากลางวัน ส่วนกรณีห้องนั่งเล่นที่มักอยู่ทิศหน้าบ้าน ซึ่งหากหันไปตามทิศทางแต่ละทิศก็จะได้รับแสงแดดไม่เท่ากัน ก็จะได้รับความร้อนและความรู้สึกร่างกายแตกต่างกัน ดังนั้นจึงต้องคำนึงถึงหลักสถาปัตยกรรมในการรับแสงแดดแต่ละทิศเพื่อให้เกิดความร้อนจากแสงแดดที่นำมาสู่บ้านและอาคารควบคู่กับการใช้แสงสว่างให้เพียงพอให้มีผลต่อความรู้สึกของคน

ข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับภูมิปัญญาจีน (หมายเหตุ : ข้อมูลนี้สำหรับประเทศเหนือเส้นศูนย์สูตรเท่านั้น)

21-22 มิถุนายน เป็นช่วงที่แกนโลกทางทิศเหนือเข้าหาดวงอาทิตย์มากที่สุด ดังนั้นดวงอาทิตย์จะขึ้นลง หรือเคลื่อนตัวบนท้องฟ้าเฉียงไปทางทิศเหนือมากที่สุดหรือที่เรียกว่า ฤดูร้อน (Summer Solstice) ซึ่งทางภูมิปัญญาจีนเรียกวันนี้ว่าเป็นวันที่มีพลังหยางสูงสุดหรือเป็นวันที่ร้อนที่สุดในฤดูร้อน (ฤดูร้อนไปคือ พ.ค., มิ.ย., ก.ค. หรือช่วงฤดูร้อน)

21-22 ธันวาคม เป็นช่วงที่แกนโลกทางทิศใต้เข้าหาดวงอาทิตย์มากที่สุด ดังนั้นดวงอาทิตย์จะขึ้นลงหรือเคลื่อนตัวบนท้องฟ้าเฉียงไปทางทิศใต้มากที่สุดหรือที่เรียกว่า ฤดูหนาว (Winter Solstice) ซึ่งทางภูมิปัญญาจีนเรียกวันนี้ว่าเป็นวันที่มีพลังหยินสูงสุดหรือเป็นวันที่เย็นที่สุดในฤดูร้อน (ฤดูร้อนไปคือ พ.ย., ธ.ค., ม.ค. หรือช่วงฤดูหนาว) วันนี้ยังเป็นวันขึ้นปีใหม่ของจีนในศาสนาตั้งอีกด้วย เนื่องจากเป็นช่วงที่หยินสูงสุดของปี ซึ่งก็จะเหมือนกับหลักการเปลี่ยนวันทางสากลทั่วไปซึ่งเปลี่ยนในเวลาเที่ยงคืนตรงซึ่งเที่ยงคืนก็คือช่วงอากาศเย็นสุด หรือหยินที่สุดนั่นเอง

21-22 มีนาคม เรียกว่า ฤดูใบไม้ผลิ (Vernal Equinox) โดยวันนี้จะเป็นวันที่พลังธาตุไม้ของฤดูกาลธาตุไม้กำลังสูงสุด (ฤดูร้อนไปคือ ก.พ., มี.ย., เม.ย. หรือช่วงฤดูใบไม้ผลิ)

21-22 กันยายน เรียกว่า ฤดูใบไม้ร่วง (Autumnal Equinox) โดยวันนี้จะเป็นวันที่พลังธาตุทองของฤดูกาลธาตุทองมีกำลังสูงสุด (ฤดูร้อนไปคือ ส.ค., ก.ย., ต.ค. หรือช่วงฤดูใบไม้ร่วง)

21-22 มีนาคม และ วันที่ 21-22 กันยายน จะมีวันที่ดวงอาทิตย์ขึ้นและลงตรงกับทิศตะวันออกและตะวันตกพอดี เนื่องจากแกนโลกทิศเหนือกับทิศใต้ตั้งห่างจากดวงอาทิตย์เท่ากันพอดี ทำให้กลางวันและกลางคืนยาวเท่ากัน และทำให้ซีกโลกเหนือและซีกโลกใต้ได้รับความร้อนจากดวงอาทิตย์เท่ากัน หรือเรียกว่า ฤดูใบไม้ผลิ (Equinox)