

Ведическая архитектура Махариши и качество жизни: международное исследование опыта проживания с использованием смешанных методов

¹Ли Фергюссон, ²Сэнфорд Нидич, ³Анна Боншек, ⁴Рэнди Нидич

¹ Профессор Ведической науки, образования и окружающей среды, Ведический исследовательский институт Махариши, Gold Coast, Australia.

² и ⁴ Директор, Центр социально-эмоционального здоровья и сознания, Фарфилд, штат Айова, США.

³ Профессор Ведической науки, искусства и ведической архитектуры, Ведический исследовательский институт Махариши, Gold Coast,

Получено 02.07.2020; Принято 05.08.2020

АННОТАЦИЯ: Истории архитектурного дизайна и градостроительства изобилуют ссылками на создание лучшего качества человеческой жизни. Одним из подходов к укреплению человеческого существования является *Vastu Vidya*, знание дизайна и строительства из древней Ведической традиции. Совсем недавно *Vastu Vidya* был модернизирован, чтобы включить не только архитектурную практику и строительство, но и рассмотрен в свете сознания дизайнера и строителя, и необходимости более "просветленного" подхода к дизайну. Такое рассмотрение называется Ведическая Архитектура Махариши (ВАМ). Некоторые из особенностей ВАМ включают учет ориентации здания на кардинальный восток, положение и пропорции комнат в жилище, а также учет склона и связи с ранним утренним солнцем. Считается, что такие особенности повышают творчество, здоровье и счастье жильцов. Цель настоящего исследования заключается в изучении опыта лиц, которые проживают в домах, разработанных в соответствии с принципами ВАМ. Триангуляции количественных и качественных результатов международного смешанного метода обследования 158 человек в 14 странах показывают, что такой подход к архитектурному дизайну способствует индивидуальному и семейному качеству жизни, в частности, поскольку он был операционализирован, означает изменения в благополучии, здоровье, личностном развитии и успехе. По шкале качества жизни исследование выявило статистически значимую разницу между теми, кто живет в ВАМ более трех лет, и теми, кто живет в ВАМ менее трех лет ($F = 1.89, p = .02$).

Ключевые слова: *Ведическая Архитектура Махариши, качество жизни, Vastu, жизненный опыт, смешанные методы исследования*

ВВЕДЕНИЕ

Связь архитектуры с качеством жизни систематически исследуется во многих местах. Например, Vardhan и др. (2018) исследовали жилье для малоимущих в Индии и пришли к выводу, что социально-архитектурные показатели и показатели ветрового потока, такие как естественная вентиляция, могут способствовать повышению качества жизни; Silva и др., (2018, 704) утверждали, что умные города по всему миру, в отличие от более обычных, помогают людям «использовать и развивать свой потенциал» и «предназначены» для повышения качества жизни жителей»; а Hui (2017) рассмотрел качество жизни и его связь с жильем и обновления городов в Китае. Такая ассоциация распространяется на ландшафтную архитектуру в Саудовской Аравии (Addas, 2018) и дизайн интерьера в

Австралии (Smithet и др., 2012), и включает в себя последние разработки, такие как сервис-ориентированная архитектура в контексте садоводства (Kavitha et al., 2018) и архитектура, которая направлена на улучшение жизни пожилых жителей Гонконга (Leung и др., 2019), причем фэн-шуй является одной из наиболее популярных форм архитектурного дизайна, связанных с качеством жизни (Madeddu и Zhang, 2017).

Менее известными, но не менее важными являются древние архитектурные принципы и практики Индии (Nathan, 2015; Venugopal, 2012), история проектирования и строительства, которая повлияла на многие другие страны региона (например, Bonshek и Hamill, 2017; Lah и др., 2015). Эти принципы и практики имеют свои истоки в Ведической традиции, в частности, в *Sthapatya Veda* и его выражение как *Vastu Shastra* (науки архитектуры).

*Соответствующий автор эл. почты: lee@maharishivedicresearch.org

Архитектурные детали Васту Шастра, в свою очередь, задокументированы в таких текстах, как *Манасара* и *Майямата*, среди других важных Ведических. Этот подход к месту, окружению, дизайну и строительству обычно называют Васту Видья (наука о жилище), и выходит за рамки дизайна лишь домов, включая храмы и священные места, правительственные и коммерческие здания, сельское и городское планирование, а также различные общественные места и пространства, такие как больницы, школы и университеты (Dutta & Adane, 2018; Ganapati Sthapati, 2005; Gaur, 2002; Vijayan, 2018).

Принятые особенности Васту Видья включают в себя выбор соответствующего участка (включая тип почвы и другие экологические атрибуты), ориентацию дома, форму участка и здания (Kumar & Kumar, 2012), а также наличие «пяти природных элементов – эфира, земли, воздуха, воды и огня», которые «приравниваются к пяти чувствам человека (слух, осязание, зрение, вкус и запах). Элементы должны присутствовать в пространстве, чтобы сделать его ярким и наполненным положительной энергией. Согласно индийской философии, если дом правильно спланирован в соответствии с пятью элементами, то живущие в нем люди будут нормальными и наслаждаться хорошим здоровьем» (Lah и др., 2015). Некоторые из этих особенностей были изучены эмпирически. Например, Nekmatmanesh и др. (2019) изучали режим сна и ориентацию на север/юг/восток/запад в Иране, а Travis и др. (2005) расследовали кражи со взломом, психическое здоровье и сон в домах на юге и востоке США.

Таким образом, в соответствии с Fazeli и Goodarzi (2010, 100), *Васту Видья* является "традиционным руководством по архитектуре, которая направлена на проектирование зданий в гармонии с природными законами Вселенной", хотя такие традиционные руководства подвергались резкой критике, поскольку они «все больше противоречат приватизационной логике «неолиберального города» (Birtchnell, 2348). Тем не менее, наш интерес в этой статье заключается в эволюции *Васту Видьи* в то, что сейчас называется *Махариши Васту* или *Ведическая Архитектура Махариши* (ВАМ) и ее возможная связь с показателями качества жизни, такими как здоровье и благополучие.

С этой целью мы рассмотрим положения Махариши Махеш Йоги, основателя Европейского исследовательского университета Махариши (MERU), Ведического университета Махариши (MVU) и Международного университета Махариши (MIU), который во второй половине двадцатого века не только оживил основные принципы Васту Видьи, но и определил их происхождение в области чистого сознания или Атмана, используя язык Ведической традиции, в Едином Поле Природного Закона, описанной современной физикой (Hagelin, 2015). Понимание того, что сознание имеет основой материи и внешних физических выражений в жизни, таких как искусственная среда, также поддерживалось физиком-теоретиком Максом Планком (1931), который сказал: «Я считаю сознание фундаментальным. Я считаю материю производной от сознания. Мы не можем выйти за пределы сознания. Все, о чем мы говорим, все, что мы считаем существующим, постулирует сознание.» Действительно, для

Махариши (1998, 165) именно «Ведическое сознание архитектора и строителя» является главным среди многих факторов, отличающих ВАМ от Васту Видьи. «Ведическое сознание» в этом контексте означает осознание, разум, который пробужден к своему полному потенциалу и полностью в согласии со всеми законами природы. Важное значение имеет внедрение Махариши ряда методов, направленных на развитие такого состояния человеческого сознания или просветления (MVU, 2009) и передовых теорий Ведического сознания, связанных с различными современными дисциплинами, такими как физика, математика, управление, право, искусство и устойчивая жизнь, которые были разработаны для исследования и описания развития сознания (Nader, 2013).

В частности, Махариши (1998, 198-199) утверждал, что «Ведическая архитектура ... имеет только один основной принцип структурирования, и это Пурнат пурнам удачайате (Брихад-Араньяк Упанишад, 5.1.1) - из полноты возникает полнота - из полноты возникает структурированная полнота - из целостного Природного Закона [из чистого сознания] возникает целостный Природный Закон». Как указывали Bonshek и др. (2007, 252), «Ведическая структура [такая как дом] воплощает целостность - тотальность сознания - обладая при этом особой ценностью. Таким образом, она содержит в себе как специфику, так и единство. Кроме того, чтобы Ведическая архитектура воплощала в себе полное знание [т.е. Веду], она должна: 1) поддерживаться теориями современной науки; 2) учитывать сознание архитектора и строителя; и 3) соответствовать принципам, процедурам и формулам [Васту Шастры], согласно которым была установлена вечная структура самой вселенной». Уникальные особенности ВАМ хорошо известны в других источниках (Институт Ведической архитектуры и городского планирования [IVACP], 2019; Министерство архитектуры, 2017; MVU, 1998). Анализ теории групп Одетта (Audet, 2014, 2016) особенно информативен, поскольку он исследует систему измерения и тестирования Аяди, используемую в ВАМ, и его подробные объяснения «квадрата», обратных элементов и восьми уровней или аспектов симметрии (по линии четырех основных направлений - восток, запад, север и юг и четыре межкардинальных или порядковых направлений - северо-восток, юго-восток, северо-запад и юго-запад). На самом деле, говоря о кардинальной симметрии и направлениях, ВАМ ссылается на нейрофизиологические исследования, которые показывают, что человеческий мозг «очень чувствителен к ориентации, положению и направлению в пространстве» (Hartmann, 2015, 155-156) и, таким образом, функционирует по-разному в зависимости от того, в какую сторону он обращен. Имея в виду эти направления, ВАМ рассматривает ориентацию зданий, размещение комнат, пропорции и Ведические измерения, форму и уклон земли, на которой расположено здание, водоемы и их влияние на участок, а также другие воздействия окружающей среды на здание (и его обитателей), включая, например, беспрепятственное восходящее солнце, которое она считает принципиально важным (МВУ, 1998). При оценке ВАМ здоровых зданий учитываются плотность застройки, граница Васту (т.е. внешний забор), дизайн и назначение

центра здания и участка (то есть Брахмастхан), устойчивые города-сады и использование кардинальной и межкардинальной сетки в городском планировании (IVACP, 2019). Другие особенности ВАМ, связанные с качеством жизни, включают обильное использование естественного света (особенно в связи с движением солнца и его отношением к размещению помещений), естественные системы вентиляции и управления освещением, а также устойчивое строительство с использованием натуральных, нетоксичных материалов, подходящих для местных климатических условий, таких как дерево, кирпич, утрамбованная земля и саман, а также природные отделки, такие как глиняная штукатурка, мрамор, керамическая плитка, натуральное волокно для ковров, штор и мебели, а также здоровые, нетоксичные краски и клеи. Согласно Махариши, «поскольку индивидуум космичен, все в индивидуальной жизни должно быть в полной гармонии с космической жизнью». [Ведическая архитектура Махариши] дает размеры, формулы и ориентацию зданий, которые обеспечат космическую гармонию и поддержку человеку для его мира, процветания и хорошего здоровья - повседневной жизни в соответствии с Природным Законом» (цитируется в Hartmann, 2015, 153). Такой подход к гармонизации индивидуальной жизни с космической жизнью означает, что «столовая должна быть расположена там, где пищеварение будет наиболее здоровым, кабинет должен быть расположен там, где интеллект будет наиболее пробужденным, а гостиная должна быть расположена там, где социальная жизнь будет пользоваться наибольшей поддержкой» (MVU, 1998, 6). Эти интегрированные особенности дизайна ВАМ, при применении к офисным зданиям, в последнее время были связаны с увеличением творчества сотрудников (Maheshwari и Werd, 2019, 2020), а Bonshek (2001, 2020), Namill (2020), и Bonshek и Namill (2017) проанализировали ВАМ с точки зрения устойчивости, садовых городов, устойчивости и искусства, опираясь на несколько примеров в Камбодже и других странах мира.

Махариши выделил три основных элемента ВАМ для того, чтобы она имела ценность (что в данном исследовании мы называем «принципами и практиками ВАМ»): надлежащая ориентация здания на кардинальный восток (т.е., к восходящему солнцу, как определено в *Манасаре*, IV, 87, в котором говорится: «Для построек тех, кто желает

просветления, предпочтение следует отдавать строго востоку»); правильное размещение комнат в здании (т.е. входная дверь, выходящая на кардинальный восток или север; кухня в юго-восточном углу); и правильные пропорции внешних и внутренних размеров, особенно тех, которые рассчитываются с использованием Ведической математики (Gorini, 2015). Как воскликнул один эксперт в области ВАМ: «Без математики нет Васту!» (цитируется по Audet, 2014, 202).

Когда эти (и другие) соображения учитываются в дизайне здания, «благоприятное Васту способствует позитивному, эволюционному влиянию; здания без благоприятного Васту создают негативные последствия» (MVU, 1998, 16). «Позитивный» и «эволюционный» в этом контексте означает влияние здания на его обитателей, которое поддерживает жизнь, способствует здоровому, счастливому и прогрессивному человеческому существованию и улучшает качество жизни. Хотя мы признаем, что "качество жизни" является спорной конструкцией, с долгой и сложной историей в социальных науках, образовании, экономике и психологии (например, Michalos, 2008; Morton и др., 2017), мы, тем не менее, используем его здесь для обозначения общего состояния равновесия, здоровья и счастья человеческой жизни, а также реальных условий этой жизни и то, что человек делает из этих условий.

В отличие от этого, «неправильно размещенные входы (т.е. на юг и запад) могут способствовать неблагоприятным негативным влияниям на всех – гневу, агрессии, постоянному страху, нищете, отсутствию жизненной силы и успеха, а также хроническим заболеваниями» (MVU, 1998, 11). «Если дома и рабочие места не находятся в гармонии с Природным Законом, который гармонизирует все в творении и поддерживает порядок во все расширяющейся вселенной, – предложил Махариши, – жизнь человека всегда будет оставаться вне равновесия. Отсутствие равновесия между человеком и его космическими двойниками [то есть окружающей средой и вселенной в целом] всегда будет основной причиной плохого здоровья, проблем и несчастий» (Maharishi, 1998, 172-173). Таким образом, ВАМ стремится проектировать и строить здания, которые способствуют повышению качества жизни их обитателей, и это стремление возникает из-за развитого состояния сознания архитектора и строителя, опирающегося на древние принципы проектирования, заложенные в Веде, области

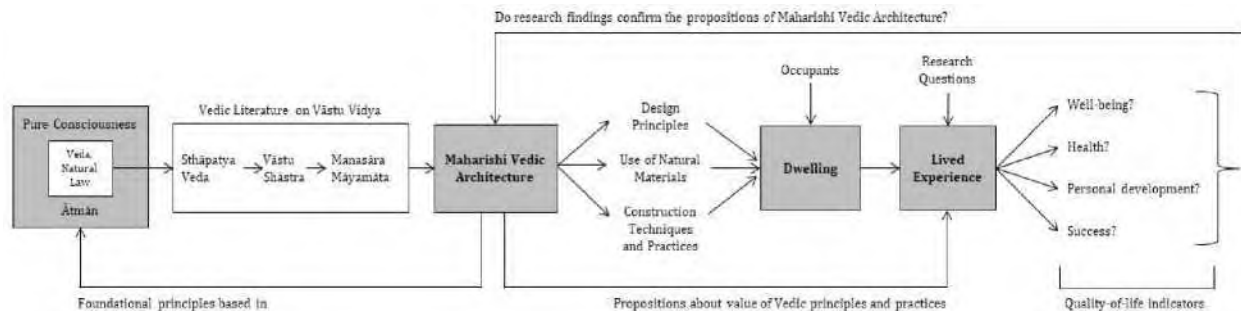


Рис. 1: Прото-теоретическая модель исследований ВАМ и ее связь с показателями качества жизни.

полного знания, поля Природного Закона.

Таким образом, для артикуляции этого исследования на рисунке 1 представлена прото-теоретическая модель отношения ВАМ к чистому сознанию, Ведам и Васту-Видье, с одной стороны, и, с помощью принципов и практик ВАМ, к повышению качества жизни, с другой. Ведическая архитектура Махариши предлагает положительное влияние на ряд результатов для жителей, и мы предварительно определили четыре измеримых фактора, которые представляют то, что мы называем «качеством жизни» в этом исследовании: благополучие; здоровье; личное развитие; и успех. В другом месте эти факторы по отдельности или в совокупности были связаны с качеством жизни (Devlin и др., 2018; Krageloh и др., 2015; Utian и др., 2018).

Ведическая архитектура Махариши применялась в нескольких странах в течение последних нескольких десятилетий, с личными отзывами и обилием эпизодических свидетельств опыта, используемого для его описания. Однако никакой систематической или всеобъемлющей глобальной оценки ее связи с качеством жизни не проводилось.

Для того, чтобы исследовать опыт проживания в доме, спроектированном в соответствии с принципами и практиками ВАМ, мы ставим следующие три исследовательских вопроса: RQ1) о каком влиянии на качество жизни сообщают те, кто живет в домах, спроектированных и построенных в соответствии с принципами и практиками ВАМ; RQ2) различаются ли сообщаемые переживания в зависимости от продолжительности жизни в жилище ВАМ; и RQ3) различаются ли сообщаемые переживания в зависимости от местоположения жилища ВАМ? Там, где это возможно, мы также исследуем "смысл", который люди приписывают этим сообщениям.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОД

В этом исследовании используется апостериорная параллельная конструкция смешанных методов, нацеленная на триангуляцию количественных (quan) и качественных (qual) свидетельств, чтобы ответить на вопросы исследования (Almalki, 2016). Мы используем термин "триангуляция", чтобы обозначить наше стремление к сходимости результатов quan и qual через подтверждение (C1) или соответствие (C2).

Участники

Институт Ведической архитектуры и градостроительства (IVACP) в Нидерландах ведет учет проектирования и строительства нескольких сотен домов ВАМ и коммерческих зданий по всему миру. Из международной базы данных IVACP второй и четвертый авторы этого исследования связались с владельцами и жильцами сертифицированных домов ВАМ. Эти исследователи разработали анкету для оценки качества жизни и сделали ее доступной в режиме онлайн в качестве опроса для владельцев и жильцов домов ВАМ в каждой стране. В результате для этого исследования было отобрано 158 человек из 14 различных стран. В данном исследовании

приняли участие такие страны, как Австралия, Бельгия, Бразилия, Канада, Дания, Финляндия, Германия, Ирландия, Нидерланды, Новая Зеландия, Испания, Соединенное Королевство и Соединенные Штаты Америки.

Процедуры

В дополнение к вопросам, касающимся возраста, пола, продолжительности жизни в доме, детей, живущих дома, и того, жил ли жилец в доме неполный или полный рабочий день, среди другой демографической и справочной информации было предложено 13 пунктов, предназначенных для коллективного определения качества жизни (QoL). Опрос был разработан со следующим набором ответов Лайкерта из 5 пунктов: 1) категорически не согласен, 2) не согласен, 3) ни согласен, ни не согласен, 4) согласен или 5) полностью согласен. Респонденту было предложено оценить свой опыт "начиная с проживания в доме, спроектированном в соответствии с принципами и практиками Ведической архитектуры Махариши" в следующих категориях: : Q1) общая практическая польза; Q2) общее качество жизни; Q3) качество сна; Q4) психическое здоровье; Q5) уровень стресса; Q6) семейные отношения; Q7) физическое здоровье; Q8) финансовое положение; Q9) осмысленность и целеустремленность в жизни; Q10) духовное развитие; Q11) удача; Q12) способность достигать поставленных целей; и Q13) ощущение комфорта в своем доме. Эти 13 элементов были сгруппированы в четыре фактора (F): No 2, 6 и 13 были сгруппированы для формирования F 1: благополучие; No 3, 4, 5 и 7 были сгруппированы, чтобы сформировать F 2: Здоровье; 9, 10 и 11 были сгруппированы, чтобы сформировать F 3: личностное развитие; и No 1, 8 и 12 были сгруппированы, чтобы сформировать F 4: успех.

Наше использование термина "благополучие" охватывает био-психо-социальное значение множества личностных атрибутов, таких как благоприятные семейные отношения и комфорт в доме; "здоровье" определяется как разумное качество сна, крепкое психическое и физическое здоровье и низкий уровень стресса; "личностное развитие", включая духовное развитие, определяется как больший смысл и цель в жизни и удача (считается результатом ВАМ, в отличие от несчастья, постигающего тех, кто живет в неправильно ориентированных домах [Hartmann, 2015, 155]); и "успех", который включает в себя общие выгоды, улучшение финансового положения и достижение цели. Участникам также предлагалось ответить "да" или "нет" на вопрос о том, добились ли они большего "успеха" с момента проживания в ВАМ, с четырьмя номинальными вариантами выбора "да": богатство и финансовая выгода; семейные и межличностные отношения; карьера и профессиональное развитие; и другие. Респондентам, которые имеют детей, живущих с ними, действующих в качестве ключевых осведомителей от третьего лица, было предложено сообщить об опыте своих детей, проживающих в доме, при этом номинальными вариантами являются: практические выгоды; счастливее; здоровее; лучше в школе; или другой. Респондентов также попросили написать о своем личном, субъективном опыте, наблюдениях, чувствах и мнениях о жизни в доме, разработанном в соответствии с ВАМ. Открытые ответы поощряли ненаправленные комментарии для изучения «...

значения, которое люди ... приписывают социальной или человеческой проблеме» (Creswell, 2014, 4). В качественных результатах будет указан только один ответ от каждого респондента. Надежность (сопоставимая с надежностью в количественном исследовании) контролировалась путем задания одного и того же вопроса каждому участнику, следуя одному и тому же протоколу исследования; достоверность (сравнимая с валидностью в количественных исследованиях) поддерживалась за счет разработки вопросов по направлению исследования в соответствии с (и расширением) ранее опубликованных исследований качества жизни. Такой подход к исследованию смешанных методов обсуждался ранее Ferguson и др. (2019).

Анализ данных

Описательная статистика использовалась для подтверждения демографических характеристик и происхождения респондентов, включая частоту набранных баллов. Корреляционный анализ проводился для выявления взаимосвязей между факторами и с единой концепцией, называемой QoL, но мы не делали никаких априорных предположений о взаимосвязях между факторами. Исходная описательная статистика, а также метод интерпретации размеров эффектов Коэна (d) и Fritz и др. (2012) были рассчитаны для определения ответа на RQ1, а многомерный дисперсионный анализ (MANOVAs), протестированный на двустороннем уровне, был рассчитан для определения ответов на RQ2 и RQ3.

В этом исследовании были применены методы, связанные с систематизированными, точными и прозрачными качественными исследованиями, поощряемыми Nowell и др. (2017); в частности, их шестиступенчатый метод тематического анализа, который включает в себя: 1) знакомство с данными; 2) генерацию исходных кодов; 3) поиск тем; 4) обзор тем; 5) определение и наименование тем и; 6) документирование результатов. Предварительные коды были сгруппированы концептуально, чтобы отразить сходные возникающие темы. Последующий анализ тем авторами с использованием критериев как частоты (например, повторяющиеся тематические паттерны, как обсуждалось Nowell и др., 2017), так и значимости (например, важные или новые темы, как обсуждалось Buetow, 2010) привел к их организации в рамках четырех факторов, причем ответы в свободном тексте служили основным источником данных. Конвергентная триангуляция была определена путем интерпретации количественных и качественных данных с использованием исследовательской или целостной структуры QoL в отличие от постпозитивистского подтверждающего подхода, обычно используемого при интерпретации количественных данных (Archibald, 2016).

РЕЗУЛЬТАТЫ И ДИСКУССИИ

Количественные выводы

Коэффициенты корреляции моментов продукта Пирсона были вычислены для проверки внутрифакторной межэлементной надежности (среднее значение $r = .55$, $p < .001$). Все корреляции между пунктами были статистически значимыми ($P < 0,01$). Например, B1:B2 $P = .81$, $P < .0001$; B2:B3 $P = .44$, $P < .0001$; B3:B4 $P = .58$, $P < .0001$; B4:B5 $P =$

$.57$, $P < .0001$; B5:B6 $P = .58$, $P < .0001$; B6:B7 $P = .64$, $P < .0001$; B7:B8 $P = .35$, $P < .001$; B8:B9 $P = .60$, $P < .0001$; B9:B10 $P = .73$, $P < .0001$; B10:B11 $P = .73$, $P < .0001$; B11:B12 $P = .84$, $P < .0001$; и B12:B13 $P = .52$, $P < .0001$. B13 был наименее коррелированы всех элементов, варьирующихся по силе с B13:B3 $P = .21$, $P = .01$, чтобы B13:B5 $P = .59$, $P < .0001$. Альфа-коэффициенты Кронбаха, вычисленные для масштабной надежности обоих факторов и общей конструкции QoL (т. е. комбинированная оценка всех факторов), дали "отличную" оценку внутренней согласованности $\alpha = .91$.

Демографические и фоновые переменные

В таблице 1 обобщены демографические и справочные данные по этой когорте респондентов ($N = 158$). Сорок три процента респондентов были из Соединенных Штатов (представляющих $n = 68$ домов ВМ), а остальные из Австралии ($n = 14$), Бельгии ($n = 1$), Бразилии ($n = 1$), Канады ($n = 1$), Дании ($n = 2$), Финляндии ($n = 1$), Германии ($n = 3$), Ирландии ($n = 2$), Нидерландов ($n = 10$), Новой Зеландии ($n = 15$), Южной Африки ($n = 1$), Испании ($n = 1$) и Соединенного Королевства ($n = 38$). Для целей ответа на вопрос RQ3 респонденты из этих стран были сгруппированы в три региона: Северная и Южная Америка; Европа; и Азиатско-Тихоокеанский регион. Девяносто семь процентов респондентов были старше 40 лет; примерно половина респондентов были мужчинами ($n = 83$, 53%) и половина из них были женщины ($n = 75$, 47%); 82% респондентов жили в своем доме в течение >3 лет, при этом 90% жили там полный рабочий день. Шестидесят восемь процентов респондентов построили собственный дом, 19% приобрели существующий дом, и 13% арендовали свой дом. Размер домов ВМ, занимаемых респондентами, был разделен примерно поровну между следующими категориями: $<100\text{м}^2$ (18%); $100\text{-}200\text{м}^2$ (28%); $200\text{-}300\text{м}^2$ (26%); и $>300\text{м}^2$ (28%).

Таблица 1: Демографические и фоновые переменные.

| | | | | |
|---|----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-------------------------|
| Возраст респондента | 18-24 лет/3% | 41-65 лет/43% | 65 лет/54% | |
| Пол респондента | Женщины: 47% | | Мужчины: 53% | |
| Нет, детей | 0 детей/40% | 1-2 ребенка/37% | 3 детей/23% | |
| Количество лет, живущих в ВАМ | Lt;1 год/5% | 1-2 года/12% | 3-4 года/9% | 5 лет /74% |
| Неполный или полный рабочий день, живущих в ВАМ | РТ: 8% | | ФТ: 92% | |
| Статус владельца | Арендовано: 13% | Приобретено: 19% | Построено: 68% | |
| Число людей, живущих с респондентом | 0 человек/18% | 1 человек/49% | 2+gt; люди/33% | |
| Размер дома | Lt;100 м ² /18% | 100-200 м ² /28% | 200-300 м ² /26% | 300 м ² /28% |

Опыт проживания

Чтобы ответить на вопрос RQ1, в таблице 2 приведены ответы на 13 вопросов, связанных с проживанием в доме, спроектированном в соответствии с принципами и практикой ВАМ. Число и процент респондентов показаны для каждого пункта; средневзвешенное значение, показанное в крайнем правом углу, является средним значением всех ответов.

Восемьдесят девять процентов респондентов (140 человек) положительно ответили (согласны/решительно согласны) на то, что испытали некоторые практические выгоды от жизни в ВАМ (Q1). Восемьдесят восемь процентов согласны/решительно согласны с тем, что с момента проживания в ВАМ они испытали общее улучшение качества жизни (Q2).

Самые высокие наблюдаемые ответы были связаны с духовным ростом (Q10), удачей (Q11), способностью достигать личных целей (Q12), ощущением меньшего стресса (Q5), ощущением большей осмысленности и целеустремленности в жизни (Q9), улучшением психического здоровья (Q4) и более гармоничными семейными отношениями (Q6), причем более 75% респондентов ответили либо согласны/решительно согласны с каждым из этих пунктов. Пятьдесят восемь процентов сообщили, что качество сна улучшилось с момента проживания в ВАМ (Q3), 68% испытали улучшение физического здоровья (Q7), 71% испытали улучшение финансового положения (Q8), а 94% сказали, что им было комфортно жить в своем доме ВАМ (Q13).

Восемьдесят шесть процентов респондентов (136 человек) сообщили, что они были более успешными, поскольку жили в доме, спроектированном в соответствии с принципами и практикой ВАМ, причем больший успех был достигнут в форме богатства и финансовой выгоды (54% респондентов), семейных и межличностных отношений (61% респондентов), а также карьеры и профессионального развития (54% респондентов). Двадцать четыре процента респондентов назвали другие формы успеха, включая способность принимать «лучшие решения», «повышенную креативность» и «лучшее общение с другими и сочувствие к ним».

Шестьдесят процентов респондентов (95 человек) сообщили, что живут с детьми; 44 из них прокомментировали свой опыт. Из них 71% сообщили о практических преимуществах для своих детей; 78% и 61%

соответственно сообщили, что их дети были счастливее и здоровее, а 39% сообщили, что их дети лучше учились в школе с тех пор, как они жили в ВАМ. Другие наблюдаемые преимущества включали в себя: дети были «менее отвлечены внешними влияниями и мотивированы соблюдать здоровый распорядок дня, вовремя ложиться спать, заниматься спортом, наслаждаться семейной жизнью и развивать длительные дружеские отношения»; «в нашем доме не-Васту наш маленький сын постоянно болел респираторными заболеваниями, но в нашем доме Васту все они прошли»; и «наш сын изменил свою жизнь, закончил колледж с отличием и теперь работает специалистом по информатике.»

Восемьдесят девять процентов респондентов (140 человек) положительно ответили (согласен/решительно согласен) на то, что они испытали некоторые практические выгоды от проживания в ВАМ (No1). Восемьдесят восемь процентов согласны/решительно согласны с тем, что, поскольку жизнь в ВАМ они испытали общее улучшение качества жизни (No 2). Самые высокие наблюдаемые ответы были с точки зрения духовного роста (No 10), удачи (No 11), способность выполнять личные цели (No 12), чувствуя меньше стресса (No 5), чувствуя большее чувство осмысленности и целеустремленности в жизни (No 9), улучшение психического здоровья (No 4), и более гармоничные семейные отношения (No 6), с более чем 75% респондентов, ответив либо согласны/полностью согласны с каждым из этих пунктов.

Пятьдесят восемь процентов сообщили, что качество сна улучшилось, так как жизнь в ВАМ (No 3), 68% испытали улучшение физического здоровья (No 7), 71% испытали улучшение финансового положения (No 8), и 94% сказали, что они комфортно жить в своем доме ВАМ (No 13)

Восемьдесят шесть процентов респондентов (136 человек) сообщили, что они были более успешными, так как жили в доме, разработанном в соответствии с принципами и практикой ВАМ, с большим успехом, принимая форму богатства и финансовой выгоды (54% респондентов), семейных и межличностных отношений (61% респондентов), а также карьеры и профессионального развития (54% респондентов). Двадцать четыре процента респондентов назвали другие формы успеха, в том числе способность принимать «лучшие решения», «увеличение креативности» и «лучшее общение с другими людьми».

Таблица 2: Количество ответов на 13 пунктов по коэффициенту и процент от общего числа ответов.

| Начиная с проживания в доме, спроектированном в соответствии с принципами Ведической архитектуры Махариши | Не Согласен | Согласен | Ни согласен, ни не согласен | Согласен | Полностью Согласен | Средневзвешенное значение |
|---|----------------|----------|-----------------------------------|----------|-----------------------|------------------------------|
| Фактор 1: Благополучие | | | | | | |
| № 2. Качество жизни | 3/1.9% | 0/0% | 15/9.5% | 44/27.8% | 96/60.7% | 1.7 |
| № 6. Семейные отношения | 3/1.9% | 4/2.5% | 31/19.6% | 61/38.6% | 59/37.3% | 1.1 |
| №13. Комфорт | 2/1.3% | 2/1.3% | 5/3.2% | 27/17.0% | 120/76% | 1.7 |
| Фактор 2: Здоровье | | | | | | |
| В3. Спать | 1/0.63% | 7/4.4% | 58/36.7% | 50/31.6% | 42/26.6% | 0.8 |
| № 4. Психическое здоровье | 2/1.3% | 2/1.3% | 31/19.6% | 64/40.5% | 59/37.3% | 1.1 |
| В5 евро. Стресс | 2/1.3% | 1/0.63% | 23/14.7% | 64/41.0% | 66/42.3% | 1.2 |
| Q7. Физическое здоровье | 4/2.5% | 5/3.2% | 40/25.9% | 57/37.0% | 48/31.1% | 0.9 |
| Фактор 3: Личное развитие | | | | | | |
| №9. Значение и цель | 2/1.3% | 1/1.3% | 28/17.8% | 52/33.1% | 73/46.5% | 1.2 |
| №10. Духовный рост | 2/1.3% | 1/0.63% | 18/11.4% | 51/32.3% | 86/54.4% | 1.4 |
| №11. Хорошая удача | 2/1.3% | 1/0.63% | 26/16.5% | 51/32.3% | 78/49.4% | 1.3 |
| Фактор 4: Успех | | | | | | |
| Q1. Практические преимущества | 3/1.9% | 0/0% | 14/8.9% | 57/36.3% | 83/52.9% | 1.4 |
| № 8. Финансовое положение | 4/2.5% | 3/1.9% | 38/24.2% | 61/38.8% | 51/32.5% | 1.0 |
| Q12. Способность достигать поставленных целей | 2/1.3% | 1/0.63% | 25/15.8% | 58/36.7% | 72/45.6% | 1.2 |

Примечание. Среднее значение: категорически не согласен (-2 балла), не согласен (-1 балл), ни согласен, ни не согласен (0 баллов), согласен (+1 балл) и полностью согласен (+2 балла).

Анализ четырех факторов

Анализ четырех факторов показал, что каждый из них статистически коррелировал с другим на одностороннем уровне (F1: F2 = 0,77; F1: F3 = 0,73; F1: F4 = 0,81; F2: F3 = 0,66; F2: F4 = 0,79 и F3: F4 = 0,79, все значимы при $p < 0,0001$) и для конструкции QoL (F1: QoL = 0,86; F2: QoL = 0,79; F1: QoL = 0,83; и F3: F4 = 0,87, все значимы при $p < 0,0001$). Для измерения эффекта ВАР рассчитывались величины эффекта разницы между респондентами, которые категорически не согласны / не согласны с пунктами по каждому фактору, и теми, кто согласен / полностью согласен. Размеры эффекта были: F1, $d = 1,48$; F2, $d = 1,06$; F3, $d = 1,27$; и F4, $d = 1,21$, все примерно эквивалентно $g = 0,40-0,50$ (Fritz и др. 2012). Величина эффекта такой величины указывает на то, что разница между ответами с низким и высоким рейтингом на конструкцию QoL в целом может быть классифицирована как «высокая».

Продолжительность времени, живущих в доме ВАР

Чтобы ответить на RQ2, двусторонние MANOVA были рассчитаны по всем четырем факторам и для общей конструкции QoL с использованием продолжительности жизни в ВАР в качестве зависимой переменной. Продолжительность была определена как < 3 лет, проживающих в ВАР ($n = 25$) и > 3 лет, живущих в ВАР ($n = 133$). Результаты показали, что у тех, кто проживал в домах ВАР в течение более длительного времени, как правило, были более высокие баллы по благополучию ($F = 2,02$, $p = 0,02$), успеху ($F = 2,57$, $p = 0,005$) и личному развитию ($F = 1,40$, $p = 0,08$) по сравнению с теми, кто проживал в домах ВАР в течение более короткого периода времени. Фактор здоровья не достиг статистической значимости ($F = 0,84$, $p = 0,19$). Принимая во внимание все факторы вместе для получения общего показателя качества жизни, наблюдалась статистически значимая разница между двумя группами ($F = 1,89$, $p = 0,02$).

Расположение

Чтобы ответить на RQ3, двусторонние MANOVA были рассчитаны для всех четырех факторов и для конструкции QoL с использованием местоположения дома ВАР в качестве зависимой переменной. Местоположение было определено путем отнесения страны проживания к одному из трех регионов. Результаты показывают, что не было статистически значимой разницы между жизненным опытом респондентов в трех местах по любому фактору или по общему баллу QoL (F-значения варьировались от $F = 0,13$ до $F = 0,43$ для факторов и $F = 0,01$ для качества жизни $p = ns$), что указывает на то, что расположение дома ВАР не играло роли в наблюдаемых количественных результатах этого исследования.

Качественные выводы

Пятьдесят четыре процента респондентов (86 человек) добровольно вызвались участвовать в этом исследовании, хотя структура свободного текста не допускала толстых описаний. Quale суммируются по факторам и темам в таблице 3. Чтобы начать триангуляцию результатов, после кодирования мы сгруппировали письменные ответы с одним

из факторов и, таким образом, с QoL для триангуляции результатов для RQ1. Как триангуляция quale с квантовыми данными была обозначена обозначением C1 (т. е. quale подтверждает или поддерживает одно или несколько квантовых результатов) или C2 (т. е. quale соответствует или подобен одному или нескольким квантовым результатам). Хотя ответы были в основном поперечными, там, где это применимо, мы выделили курсивом сообщенный опыт, связанный с изменениями во времени, чтобы триангулировать RQ2; такие дескрипторы включают такие слова, как "улучшить", "накопить", "развитие" и "ускорить". Общим элементом этих переживаний являются чувства удовлетворенности, умиротворенности, счастья, безопасности и защищенности. В соответствии с выводами qual, ничто в quale не относится к специфическим или уникальным особенностям "местоположения" дома, тем самым подтверждая выводы, связанные с RQ3.

Благополучие

Наличие чувства "благополучия" может охватывать множество точек зрения, и ответы в этих данных указывают на то, что жизнь в доме, спроектированном в соответствии с принципами и практиками ВАР, может принимать множество индивидуализированных форм. Среди наиболее распространенных ответов были те, которые были связаны с темами тишины, безопасности, защиты, безопасности и чувства спокойствия в доме. Интересен вывод о том, что благополучие (которое также связано с эмоциональным здоровьем, позитивным аффектом и устойчивостью) обратно связано с психопатологиями и защищает их (Trompeter и др., 2017), а хорошее здоровье и долголетие, Лучшие социальные отношения, производительность труда и креативность являются предикторами благополучия (Diener и др., 2018).

Следующие цитаты, которые являются репрезентативными для 20% респондентов qual, охватывают несколько тем:

"Вы чувствуете разницу в своем доме Васту с того момента, как входите в него, и жизнь в нем приносит глубокое чувство устойчивости, которое растет со временем" - женщина, Фэрфилд, Айова (C2)

"Место великого мира и спокойствия, это кажется правильным" - мужчина, Перт, Австралия (C2)

"Это похоже на безопасную гавань, святилище" - мужчина, Нельсон, Новая Зеландия (C2)

"Глубокое молчание пронизывает наш дом. Я чувствую в нем полную свободу - на меня не наваливаются никакие стены" - женщина, Фэрфилд, Айова (C2)

"Я чувствую себя защищенной и довольной" - женщина, Веро-Бич, Флорида (C2)

"Я чувствую себя защищенной, счастливой и довольной тем, что нахожусь дома" - женщина, Уэстон, Коннектикут (C2).

"Мы чувствуем себя защищенными и питаемыми. Посетители дома, особенно дамы, не хотят уходить. Они чувствуют себя здесь в безопасности" - женщина, Веро-Бич, Флорида (C2).

В дополнение к умиротворенности, чувство благополучия, включая его ассоциацию со счастьем, также отражается во многих ответах:

Таблица 3: Резюме квалифицированных выводов по фактору, теме и примеру.

| Фактор | Тема | Пример |
|---|------|--|
| Фактор 1: Благополучие | | |
| Умиротворение, полнота покоя, стабильность | | "Жизнь и работа в доме Васту увеличивает радость и счастье" |
| Тишина | | "Глубокая тишина пронизывает наш дом" |
| Безопасность, безопасность, защищенность, святилище | | "Это чувствуется как убежище, святилище" |
| Чувство свободы | | "Я чувствую полную свободу в нем нет стен, посягающих на меня" |
| Поддерживающие, питательные, удовлетворяющие | | "... общее чувство благополучия, порядка и гармонии, общее ощущение благополучия, порядка и гармонии, проникающих из бесконечного источника всего хорошего, поддерживающего и питающего жизнь, которое содержится в самой структуре дома." |
| Использование натуральных материалов | | «Жизнь в Васту глубоко питательна, удобна не только потому, что в строительстве используются натуральные материалы, но и потому, что человек чувствует себя как дома на самом глубоком уровне своего существа» |
| Фактор 2: Здоровье | | |
| Релаксация | | "Я более расслабленным на глубоком уровне, более непринужденно" |
| Отсутствие одиночества, страха, несчастья | | "Я никогда не испытывал одиночества, страха или несчастья, в то время как я в моем доме" |
| Энергия | | "Увеличение энергии является одним из наших самых заметных преимуществ" |
| Физическое, эмоциональное и духовное здоровье | | "огромное чувство подъема на всех уровнях: физическом, здоровья, эмоциональном и духовном" |
| Фактор 3: Личное развитие | | |
| Принятие решений | | Гораздо лучше решения, принятые в этой среде нами и другими" |
| Просветление | | "Проживание в доме Махариши Васту ускоряет весь процесс эволюции и просветления" |
| Чувства, эмоции | | "Большое развитие качеств сердца." |
| Упорядоченное мышление | | "Я чувствую, как упорядоченность Васту создает большую упорядоченность в моем мышлении. сбалансированное и ясное". |
| Толерантность | | "Большее признания вещей, которые мне не нравятся" |
| Удачи | | "Удачи в финансовом отношении, с увеличением гармонии между семьями, которые живут в другом месте" |
| Фактор 4: Успех | | |
| Достижение цели | | "...то, что я думаю и хочу достичь, может быть осуществлено" |
| Финансовое положение | | "... позволяя улучшить финансы и успехи в работе". |

«Существует общее ощущение благополучия, порядка и гармонии, бесконечно проникающих из бесконечного источника всего хорошего, поддерживающего и питающего жизнь, которое содержится в самой структуре дома». - мужчина, Веро-Бич, Флорида (С1). «Жизнь и работа в Васту значительно увеличивает [мою] радость и умиротворение. Это чувство благословения и заботы.

Много раз я чувствовал себя не ограниченным и не связанным стенами дома, поскольку это отражало расширенное чувство «я», и я меньше осознавал границы и различия внутри или вне дома, в моем сознании и в моем окружении». - мужчина, Бетесда, Мэриленд (С2).
"Преимущества жизни в Васту являются положительными и кумулятивными. Чем больше я живу в нашем доме Васту,

тем меньше мне хочется уезжать! Дом ощущается как защитный экран от стресса внешнего мира. Это оазис покоя и гармонии, который посетители могут почувствовать сразу. Даже те, кто не склонен замечать такие вещи, отмечают чудесное, умиротворяющее чувство, которое они испытывают, входя в наш дом - как будто бремя снято и они могут расслабиться"(C2).

Некоторые респонденты отметили использование естественного света, перекрестной вентиляции, натуральных материалов и то, как они способствуют чувству благополучия:

- Я люблю наш Ведический дом. Я горжусь своим домом, построенным из натуральных материалов и ориентированным по сторонам света. Эта ориентация заставляет меня чувствовать себя заземленным. В нем есть аллеи света, идущие на север и юг, восток и запад, которые наполняют мой дом светом и воздухом. Мой дом кажется живым, полным, защищенным. Он построен в соответствии со священной геометрией, которая приносит мне ощущение гармонии с окружающей средой. Никогда еще не было человека, вошедшего в мой дом, который не был бы поражен его красотой и спокойствием." - женщина, Южный Орлеан, Массачусетс (C2). "Жизнь в Васту глубоко питательна, комфортна не только потому, что в строительстве используются натуральные материалы, но и потому, что человек чувствует себя как дома на самом глубоком уровне своего существа... Ориентирован на солнце и находится в гармонии с природой. Меньше препятствий ощущается в жилище и в жизни. Решения яснее и правильнее, жизнь течет простым, гармоничным образом". - мужчина, Блейкни, Великобритания (C2). Подводя итог, респонденты вспомнили о своем удовлетворении гармонией, создаваемой ВАМ, и большей общей поддержкой жизни, которую она обеспечивает:

«На всех уровнях приятно жить в доме, который создает гармонию и поддержку для всех сфер жизни - в соответствии с глубочайшими субъективными и объективными переживаниями и пониманием». - женщина, Фэрфилд, Айова (C1)

Здоровье

Здоровье людей как био-психосоциальных существ охватывает целый ряд личных и экологических сфер. Например, у нормальных взрослых плохой сон связан с биомаркерами амилоидных патологий (Sprecher и др., 2017), но ни один из квалиа в этом исследовании не связан с улучшением режима сна или снижением стресса. Тем не менее, связанные со здоровьем показатели качества жизни (ПЧЗОЛ), обнаруженные в ходе исследования, включают чувство легкости и расслабления, увеличение энергии, отсутствие чувства одиночества и страха, а также улучшение психического и физического здоровья:

"Я более расслаблена на глубоком уровне, более непринужденна" - женщина, Фэрфилд, Айова (C1)

"[Даже несмотря на то, что живу одна] я никогда не испытывала одиночества, страха или несчастья, находясь в своем доме". - женщина, Фэрфилд, Айова (C1).

И было сделано несколько ссылок на повышенную энергию, связанную с проживанием в доме:

«На многих уровнях жизнь в Махариши Васту кажется очень расширенной. У нас обоих есть опыт, что внешняя часть дома очень интегрирована во внутреннюю часть дома; другими словами, стены не кажутся такими плотными, но в то же время они кажутся защитными. Свет и солнечный свет, проникающие в дом через сквозной свет и размещение окон, заряжают энергией. Увеличение энергии - одно из наших самых заметных преимуществ. Вне Васту, у людей часто возникает чувство, будто они пробиваются сквозь вязкую среду, чтобы добиться цели; но в Махариши Васту есть осязаемый опыт продвижения вперед в достижении наших целей. Мы также убедились, что эти положительные эффекты кумулятивны - они становятся все лучше и лучше!» - женщина, Рендлшем, Соединенное Королевство (C1).

Повторяющиеся упоминания о психическом и физическом здоровье также регулярно делались респондентами из разных мест: "Существует огромное чувство подъема на всех уровнях: физическом и здоровом, эмоциональном и духовном". - мужчина, Фэрфилд, Айова (C1)

"Я почувствовал огромную пользу от переезда в Васту дом. Я стал здоровее, у меня улучшилось финансовое положение, и, прежде всего, я испытываю больший уровень счастья и удовлетворенности". - мужчина, Рендлшем, Соединенное Королевство (C1). "Вот то, что вы, возможно, не услышите от других: я живу в месте серьезного сельскохозяйственного загрязнения, которое, я думаю, ужасно для здоровья. Но когда я нахожусь в своем доме Васту, я чувствую себя в безопасности от этого. По сути, это единственное место, где я чувствую себя по-настоящему в безопасности". - женщина, Фэрфилд, Айова (C1)

И социальные взаимодействия также были затронуты: "Более широкие семейные конфликты были разрешены." - женщина, Хелена Бэй, Новая Зеландия (C1)

Личное развитие

Мы использовали этот показатель для обозначения ряда личных переживаний, связанных с чувствами или переживаниями прогресса, продвижения или развития. Ряд респондентов заявили, что дом ВАМ улучшил ясность мышления и их способность принимать решения, в одном случае связав такой опыт более упорядоченного мышления с пропорциями комнат. Отношения между упорядоченным и решительным мышлением связаны с улучшением здоровья, и, следовательно, способность ясно и рационально думать о том, что делать или во что верить, имеет важное значение

при управлении собственным здоровьем и благополучием:

"Немедленное чувство спокойствия и мира при входе в наш дом. Гораздо лучше решения, принимаемые в этой среде нами и другими." - мужчина, Перт, Австралия (C2)

"Мой самый последний опыт - это заметный эстетический покой от пропорций комнат. Я чувствую, как упорядоченность Васту *создает большую упорядоченность* в моем мышлении. Мое мышление *более сбалансировано и ясно*, как вода чиста и прозрачна. Даже несмотря на то, что мое настроение может меняться с взлетами и падениями жизни, есть глубинное осознание, которое стоит особняком". - женщина, Веро-Бич, Флорида (C1)

Возможно, без осознания источника была сделана ссылка на рост «просветления», как цитировалось ранее в «Манасаре», где говорится: «Для построек тех, кто желает просветления, следует отдавать предпочтение востоку»:

«Жизнь в доме Махариши Васту *ускоряет* весь ваш процесс эволюции и просветления. Это очень обогащающий опыт на всех уровнях.» - мужчина, Рендлшем, Великобритания (C1)

И поэтому один из респондентов сказал:

"Древние знания Васту столь же актуальны и сегодня, чтобы мы могли жить в гармонии с окружающей средой и стать более созвучными природе". - мужчина, Веллингтон, Новая Зеландия (C2)

Сообщения о повышенной эмоциональной стабильности и счастье обычно упоминались как фундаментальное преимущество жизни в доме, спроектированном в соответствии с ВАМ, и в одном случае это условие было передано от первоначального владельца кому-то, кто позже купил дом. Мы также отмечаем, что "повседневные положительные эмоции, какими бы мимолетными они ни были, могут инициировать каскад психологических процессов, которые оказывают длительное воздействие на последующее эмоциональное благополучие людей. То есть, помимо того, что люди чувствуют себя хорошо в настоящий момент, положительные эмоции также, по-видимому, увеличивают шансы - через динамические процессы расширения и построения - что люди будут чувствовать себя хорошо в будущем", в том, что можно назвать устойчивыми "восходящими спиралями" (Fredrickson & Joiner, 2018):

"Большее развитие качеств сердца." - мужчина, Рендлшем, Великобритания (C1)

"Моя гостя-архитектор сказала своему мужу после недели пребывания в нашем доме:"должно же быть что-то в этом доме; ты заметил, что мы здесь ни разу не поссорились!" - мужчина, Хаттула, Финляндия (C1)

"Наш нынешний дом - это второй дом, который мы построили в соответствии с принципами дизайна

Ведической архитектуры Махариши. Мы продали первый дом, и когда в день продажи появился новый хозяин, он был резок, а потом принес в дом сигареты и спиртное. Через год мы навестили наших старых соседей, и он, увидев нас, подбежал и с энтузиазмом принялся расхваливать дом. Он сказал нам, что у него больше друзей, больше успеха, больше счастья; он был совершенно другим человеком"(C1)

Один респондент сообщил, что в результате проживания в доме, спроектированном в соответствии с ВАМ, он испытывает большую терпимость:

"Больше принятия вещей, которые мне не нравятся" - мужчина, Гастингс, Австралия (C2)

И сообщалось также о ряде случаев удачи:

"Самое поразительное – это "поддержка природы" или удача [которую мы испытали]. У меня есть много примеров, когда я думаю о чем-то по отношению к человеку, и человек почти сразу же появляется, или я почти сразу сталкиваюсь с ним, чтобы выполнить любое желание. На прошлой неделе у меня был день, когда это случилось три раза за один день. Этот Васту был очень дорогим для строительства, но фондовый рынок так хорошо работает с момента строительства, что мы быстро компенсируем дополнительные расходы, которые требует Васту". - женщина, Южный Орлеан, Массачусетс (C1)

"Удачи в финансовом отношении, с *увеличением* гармонии в отношениях с семьей, которая живет в другом месте." - женщина, Бун, Северная Каролина (C1)

- Я получила неожиданное наследство." - женщина, Дьюсбери, Великобритания (C1)

- В доме очень тихо и спокойно. Вещи просто происходят в этом доме без каких-либо усилий. Кажется, что вы не контролируете происходящие события. Это как жить в космическом корабле на автопилоте... " - мужчина, Сидней, Австралия (C1)

Респондент из Бельгии отметил, что:

"Махариши Васту - не магия. Это инструмент для плавного *прогресса* во всех сферах жизни: материальной, здоровья и духовной." - мужчина, Восселаар, Бельгия (C1)

Успех

Мы определили успех в узком смысле, связанном с общими преимуществами, достижением цели и финансовым благополучием, однако были также описаны и другие аспекты этой конструкции. Достижение цели является критическим элементом QoL, поскольку оно связано с позитивным влиянием и высоким уровнем вовлеченности в жизнь и работу (Sirgy & Lee, 2018):

"Все больше и больше всего: материального и духовного." -

мужчина, Бега, Австралия (C1)

"Всякий раз, когда я возвращаюсь домой из путешествия - а это часто бывает, когда я путешествую довольно много по делам - я не могу поверить в то чувство, когда я вхожу в свой дом: есть огромное чувство подъема на каждом уровне - физическом, эмоциональном и духовном. Конечно, у каждого есть это чувство в какой-то степени, когда они возвращаются домой после отсутствия, но с моим домом Васту оно увеличивается в 1000 раз. Я чувствую, что в этом доме может прийти только хорошее, что я в безопасности и защищен, и что то, о чем я думаю и хочу достичь, может быть исполнено." - мужчина, Фэрфилд, Айова (C1)

"Кажется, нет границ нашему великому потенциалу" - мужчина, Бега, Австралия (C1)

Улучшение финансового состояния очень важно, поскольку финансовая нагрузка находится в обратной зависимости качества жизни HR'oL (Kale & Carroll, 2016):

"Опять же, были некоторые явные внешние особенности, влияющие на богатство и карьеру. Мы переехали [в наш дом Васту] на самом дне рынка недвижимости и фондовых рынков. Они значительно улучшились, что позволило улучшить финансы и добиться успеха в работе". - женщина, Веро-Бич, Флорида (C1)

"В 2016 году мы с женой уволились с работы и переехали в Фэрфилд, штат Айова. Я не был уверен, как смогу поддержать нас там, но мы определенно чувствовали, что снова хотим жить в Васту. Как только мы переехали в арендованный дом Васту, мне стали звонить и писать письма люди, которые хотели, чтобы я писал и редактировал для них. Всего через семь месяцев мы смогли приобрести наш собственный дом Васту и теперь живем там очень комфортно". - мужчина, Фэрфилд, Айова (C1)

«Были взлеты и падения в бизнесе и отношениях, но в целом тенденция положительная. Тем не менее, Васту не заменяет собой усилия и самосознания». - мужчина, Веллингтон, Новая Зеландия (C2)

Из этих данных можно увидеть, что общий жизненный опыт в ВАМ тонкий (но осязаемый) и всеобъемлющий:

"В целом качество жизни улучшилось во многих отношениях, которые не поддаются измерению: они просто есть". - женщина, Бун, Северная Каролина (C1)

"Главное преимущество - это тонкое, но осязаемое чувство поддержки и "присутствия" с тех пор, как я живу в Васту. В презентации архитектор Васту использовал слово "установленный", и я сразу понял, что он имел в виду. С тех пор как я живу здесь, я чувствую себя более стабильной. Существует более глубокая самообращенность, устойчивость и стабильность. Очень часто, посещая другие дома не-Васту, замечаю, что это тонкое присутствие и поддержка отсутствуют. Люди, которые не испытывают или

не живут в Васту, не могут оценить его ценность. [Например] во время нахождения в одном Васту, в котором я останавливалась несколько лет назад, была сильная гроза и молния, но дом был совершенно невозмутим, устойчив, как скала, неподвижен, даже несмотря на суматоху, происходящую вокруг него. Я чувствовала себя глубоко защищенной и в безопасности. Тогда я впервые почувствовала ценность Васту. - женщина, Рендлшем, Великобритания (C1)

Несмотря на вышесказанное, один из 86 человек предоставил несогласные qualia, а два ответа были нейтральными или смешанными. Они были следующими:

"[Жизнь в Васту] не принесла значительных выгод, но, в моем случае, значительные неудобства с точки зрения серьезной болезни." - мужчина, Рендлшем, Великобритания.

"Я прожил в доме Махариши Васту всего четыре месяца, поэтому пока не могу полностью судить о результатах." - мужчина, Рендлшем, Великобритания

"Хотя моя жизнь была значительно улучшена после переезда в Васту, я чувствую, что мне пришлось столкнуться с некоторыми из моих основных слабостей. Тем не менее, в результате, я считаю, что был личностный рост, за который я благодарен." - мужчина, Рендлшем, Великобритания.

ВЫВОДЫ

Триангулированное свидетельство опыта жизни в Васту, сходящегося с конструкцией QoL, можно наблюдать по всем количественным и качественным факторам. Характер этой конвергенции отражен на рисунке 2. Результаты исследования показывают, что принципы и практика ВАМ способствовали повышению качества жизни жителей дома. Например, большинство респондентов по 13 пунктам и четырем факторам согласны / полностью согласны с такими утверждениями, как «Мое качество жизни улучшилось» (Q2, F1, 88%), «Мое психическое здоровье улучшилось» (Q4, F2, 78%), «Моя жизнь менее стрессовая» (Q5, F2, 83%) и «Я чувствую, что моя жизнь имеет больший смысл и цель» (Q9, F3, 80%). Сгруппированные по факторам, величина эффекта также указывает на разницу между теми, кто согласен / полностью согласен с этими утверждениями, и теми, кто не согласен. Однако эти результаты омрачены тем фактом, что лишь небольшое количество респондентов (в среднем 1,5%) оценили свой жизненный опыт как категорически не согласен / не согласен. Несмотря на небольшое количество респондентов в этой группе, эти предварительные результаты показывают с высокой вероятностью ($p = 0,78$), что объективный наблюдатель мог угадать, в какой группе находится человек, на основе их ответа (Fritz и др., 2012). Качественные результаты подтверждают или соответствуют количественным выводам, связанным с различием и величиной эффекта, тем самым отвечая RQ1.

Точно так же жизненный опыт респондентов показал бы, что те, кто живет в домах ВАМ в течение более длительного периода (т.е. > 3 лет), оценивают свой опыт выше, чем опыт



Рисунок 2: Сходимость количественных и качественных результатов к построению QoL с использованием триангулированного метода

более короткой продолжительности, как показывает дисперсионный анализ. Такой вывод подтверждается качественными выводами, в которых используются слова, связанные с улучшенным качеством жизни, такие как «развитие» и «совокупный», что дает утвердительный ответ на RQ2. Тем не менее, разница между ответами «категорически не согласен/не согласен» и «согласен/полностью согласен», величина этого эффекта и очевидные более высокие оценки качества жизни более длительных участников не зависят от местоположения дома ВАРМ, тем самым отвечая RQ3 в отрицательный. Таким образом, данные этого исследования не свидетельствуют о том, что принципы и практика ВАРМ применялись по-разному в любой из 14 стран. Однако осторожность в отношении этих предварительных выводов оправдана, поскольку могут быть выявлены ограничения как в методах, так и в данных. Дифференциальный охват, или то, что Bethlehem (2010) называет "недостаточным охватом" в контексте веб-опросов, таких как ограниченное число молодых респондентов в выборке, может быть репрезентативным для реальных обитателей домов ВАРМ, но не отражает равномерно распределенный возрастной диапазон и может иметь искаженное восприятие жизненного опыта, особенно в том, что касается таких тем, как самоидентифицированное физическое здоровье в пожилом населении, хотя никаких доказательств такой асимметрии не наблюдалось. Точно так же, в то время как низкое число и процент категорически несогласных/несогласных ответов свидетельствуют о том, что явное большинство жителей ВАРМ согласны/полностью согласны с утверждениями QoL, ограниченное число

отрицательных ответов означает, что данные могут быть искажены, что потенциально может привести к искажению результатов. Такая асимметрия также проявляется в результатах оценки качества, когда только три из 86 респондентов дали отрицательные или нейтральные ответы. Кроме того, причиной ошибки могло быть ограниченное число краткосрочных жильцов (т. е. < 3 лет), на основании которых были получены данные за Q2 (т. е. 17% от общей выборки).

Предвзятость, связанная с самоотбором, выборочным отсеком и реактивностью участников, также заслуживает внимания, особенно в отношении онлайн-опросов. Самостоятельный выбор относится к возможности, по которой респонденты сообщили, что их жизненный опыт отличается от того, как в целом или работающее население жителей ВАРМ ответили бы, если бы они были опрошены. Хотя это возможно в некоторых контекстах, участники этого исследования представляли большинство зарегистрированных домовладельцев в базе данных IVACP, что ограничивало потенциальное влияние самостоятельного выбора. Избирательное истощение, явление, при котором выборка является продуктом истощения, а не сбалансированного представления, маловероятно, учитывая перекрестный характер исследования.

Более того, реактивность участников (St.Jean, 2013), которая может поставить под сомнение как надежность, так и достоверность результатов исследований, в данном случае, возможно, заставила участников изменить свои количественные и качественные ответы, чтобы соответствовать ожиданиям исследователей; они, возможно,

хотели показать исследователям, что "ВАМ является особенным" и "достойным дополнительных усилий и инвестиций, которые мы в него вложили". Если да, то респонденты делали это как количественно, так и качественно с поразительной последовательностью. Один из способов, которым мы пытались противодействовать любой возможной ошибке, вызванной реактивностью, - это иметь достаточно большой размер выборки (хотя, если реактивность имела место повсеместно, это могло увеличить ошибку), а вопросы были сформулированы таким образом, чтобы участники не думали, что у них есть социальная или коллективная ответственность за ответ определенным образом. Возможно, имело место и молчаливое согласие, но в данных не наблюдалось никаких подобных закономерностей. Будущие исследования должны попытаться получить исходные данные QoL по ВАМ (т. е. до того, как клиенты переедут в дом) с систематическим и повторным наблюдением в течение долгого времени. Разработка более стандартизированного тестового инструмента с более надежными показателями надежности и валидности, используемыми в продольном направлении до и после жизненного опыта, также обеспечила бы более надежные и надежные результаты. Тем не менее, результаты этого исследования являются информативными и важными, учитывая, что это одно из первых эмпирических исследований по изучению принципов и практик ВАМ. Международный характер и масштаб исследования также делают его особенно ценным. Интерес представляют более подробные и надежные результаты, связанные с длительностью проживания в жилище, спроектированном и построенном в соответствии с принципами ВАМ, а также факторный анализ скрытых или некоррелированных компонентов. Тем не менее, это предварительное исследование дает данные, которые свидетельствуют о принципах и практике ВАМ действительно связаны с качеством жизни и указывают на возможность того, что такой жизненный опыт может улучшиться с течением времени. Такой вывод согласуется с фундаментальными предложениями этих архитектурных проектов и строит принципы, разработанные на протяжении веков для улучшения человеческой жизни.

ССЫЛКИ

Аддас, А. Н. (2018). Ландшафтная архитектура и программа качества жизни Саудовской Аравии. *Emirates Journal for Engineering Research*, 24 (3), 2.

Алмалки, С. (2016). Объединение количественных и качественных данных в исследованиях с использованием смешанных методов: проблемы и преимущества. *Журнал образования и обучения*, 5 (3), 288-296.

Арчибальд, М. М. (2016). Триангуляция исследователя: стратегия сотрудничества с потенциалом для исследования смешанных методов. *Журнал смешанных методов исследования*, 10 (3), 228-250.

Одет, Р. (2014). Математика ведической архитектуры: Вас ту видья Махариши С тхапатья Веды. В Институте ведической архитектуры и градостроительства. Как построить дома и города Васту, 2-е издание (стр. 202-211). Влодроп, Нидерланды: Издательство Ведического университета Махариши.

Одет, Р. (2016). Принципы обширного планирования в свете теории групп: симметрия в основе измерительной системы. Влодроп, Нидерланды: Издательство Ведического университета Махариши.

Бардхан, Р., Дебнат, Р., Малик, Дж., И Саркар, А. (2018). Планы жилья для малоимущих в условиях социально-архитектурных сложностей: параметрическое исследование для устойчивого восстановления трущоб. *Устойчивые города и общество*, 41, 126-138

Вифлеем, Дж. (2010). Предвзятость отбора в веб-опросах. *Международный статистический обзор*, 78 (2), 161-188.

Бирчелл, Т. (2016). Соответствие Васту: облагораживание священных мест Индии и мобильность идей. *Журнал этнических и миграционных исследований*, 42 (14), 2345-2359. DOI: 10.1080 / 1369183X.2016.1205806

Боншек А. (2001). Зеркало сознания: искусство, творчество и Веда. Дели, Индия: Motilal Banarsidass.

Боншек, А. (2020). Ведическая архитектура Махариши: архитектура Васту для благополучия и безопасности. *Журнал Института ведических исследований Махариши*, 13, 19-72.

Боншек А., Хэмилл Н. (2017). Устойчивое сознание и культивирование жизни через искусство и архитектуру. В Л. Фергюссоне и А. Боншеке (ред.). *Ведический университет Махариши в Камбодже: Реконструкция образования и социальное обновление*, 2-е издание (стр. 333-411), Голд-Кост, Австралия: Издательство Института ведических исследований Махариши.

Боншек А. и Боншек К. и Фергюссон Л. (2007). Большая рыба: Сознание как структура, тело и пространство. Нью-Йорк и Амстердам: Redori / Brill.

Буетоу, С. (2010). Тематический анализ и его переосмысление как «анализ значимости». *Журнал исследований и политики в области здравоохранения*, 15 (2), 123-125.

Кресвелл, Дж. У. (2014). *Дизайн исследования: качественный, количественный и смешанный методы* (4-е издание). Лондон: Sage Publications.

Девлин, Н. Дж., Шах, К. К., Фенг, Ю., Малхерн, Б., и ван Хаут, Б. (2018). Оценка качества жизни, связанного со здоровьем: значение EQ-5 D-5 L, установленное для Англии. *Экономика здравоохранения*, 27 (1), 7-22.

Динер, Э., Оиши, С., и Тай, Л. (2018). Достижения в исследованиях субъективного благополучия. *Природа человеческого поведения*, 2 (4), 253.

Датта, Т., и Адане, В.С. (2018). Человеческий отклик и сложная городская сцена. В А. Каталани, З. Нур, А. Версачи, Д. Хоукс, Х. Бугда, А. Сотоко, М. Гоним и Ф. Трапани (ред.), *Самобытность городов через архитектуру и искусство*. Лондон, Великобритания: Taylor & Francis Group; и материалы Международной конференции «Самобытность городов через архитектуру и искусство» (СИТАА

2017), 11-13 мая 2017 г., Каир, Египет.

Фазели, Х., и Гударзи, А. (2010). Принципы Васту как традиционной системы архитектурных верований с экологической точки зрения. *WIT Transactions по экологии и окружающей среде*, 128, 97-108.

Фергюссон, Л., Хармс, М., Хейс, Ф., и Рахманн, К. (2019). Направления расследования и источники доказательств в исследованиях на рабочем месте. *Международный электронный журнал обучения на рабочем месте*, 8 (2), 85-104.

Фредрикссон Б. Л. и Джойнер Т. (2018). Размышления о положительных эмоциях и восходящих спиралях. *Перспективы психологической науки*, 13 (2), 194-199.

Фриц, К. О., Моррис, П. Э. и Ричлер, Дж. Дж. (2012). Оценка размера эффекта: текущее использование, расчеты и интерпретация. *Журнал экспериментальной психологии: Общие*, 141 (1), 2-18.

Ганапати Стхапати, В. (2005). *Строительная архитектура Стапатья Веды*. Ченнаи, Индия: Издательство Дакшинаа.

Гаур, Н. А. (2002). *Стхапатья Веда - Васту Шастра: Идеальные дома, колонии и городское планирование*. Нью-Дели, Индия: Книги Нью Эйдж.

Горини, К. (2015). Ведическая математика и сознание. В «Основание ведической Индии» и «Махариши Веда Вьяс Пратиштхан» (ред.), *Международная конференция по восстановлению идеальной ведической Индии* (стр. 146-147). Фэрфилд, Айова: Издательство Университета управления Махариши.

Хагелин, Дж. (2015). Веда и физика: наука и технология единого поля. В *Основы Ведической Индии и Махариши Веда Вьяс Пратиштхан* (Ред.), *Международной конференции по восстановлению идеальной Ведической Индии* (стр. 34-47). Фэрфилд, Айова: Издательство Университета управления Махариши.

Хэмилл, Н. (2020). Повышение устойчивости городов: пример ведической архитектуры Махариши. *Журнал Института ведических исследований Махариши*, 13, 73-111.

Хартманн, Э. (2015). Генеральный план по созданию идеальной ведической Индии посредством применения ведической архитектуры. В «Основание Ведической Индии» и «Махариши Веда Вьяс Пратиштхан» (ред.), *Международная конференция по восстановлению идеальной ведической Индии* (стр. 152-157). Фэрфилд, Айова: Издательство Университета управления Махариши.

Хекматманеш А., Банаи М., Хагики К. С. и Наджафи А. (2019). Ориентация дизайна спальни и сигналы электроэнцефалографии сна. *Acta Medica International*, 6 (1), 33.

Хуэй, Х. (2017). Жилье, обновление городов и социально-пространственная интеграция: исследование по реабилитации бывших социалистических районов государственного жилья в Пекине. Делфт, Нидерланды: Архитектура и искусственная среда, Технологический университет Делфта.

Институт ведической архитектуры и градостроительства. (IVACP) (2019). *Как построить дома и города в Васту* (2-е издание). Влодроп, Нидерланды: Издательство Ведического университета Махариши.

Кале, Х. П. и Кэрролл, Н. В. (2016). Финансовое бремя лечения рака, о котором сообщают сами люди, и его влияние на качество жизни, связанное с физическим и психическим здоровьем, среди выживших после рака. *Рак*, 122 (8), 283-289.

Кавита В., Шанмугаприя П., Айшварьяприя А. С. и Харини М. (2018). Платформа совместной работы на основе сервисов для умного садоводства. *Международный журнал инженерии и технологий*, 7 (2.33), 588-590.

Крагело, К. У., Биллингтон, Д. Р., Хеннинг, М. А., и Чай, П. П. М. (2015). Духовное качество жизни и духовное выживание: свидетельство двухфакторной структуры духовности,

- религиозности и модуль личных убеждений. *Здоровье и качество жизни*, 13 (1), 26. Кумар, С., и Кумар, С. (2012). Ваш ту для дома и офиса. Дели: Vij Books.
- Ла, Н. А., Вахаб, М. Х. А., Кох, Д., и Сарувано, М. (2015). Метафизический подход к функциональности дизайна в малайско-исламской архитектуре. *Процедурно-социальные и поведенческие науки*, 202, 273-284. Леунг, М. Ю., Фамакин, И. О., и Ван, К. (2019). Разработка интегрированной модели внутренней искусственной среды и качества жизни для пожилых людей в государственном и субсидируемом жилье. *Инжиниринг, строительство и архитектурный менеджмент*, 26 (7), 1498-1517.
- Мадедду, М., и Чжан, Х. (2017). Гармоничные пространства: влияние фен-шуй на городские формы и дизайн. *Журнал городского дизайна*, 22 (6), 709-725.
- Йоги, М. М. (1998). Празднование совершенства в управлении: создание непобедимой Индии. Индия, Публикации эпохи Просвещения.
- Ведический университет Махариши (MVU). (1998). *Строительство для здоровья и счастья каждого: создание идеального жилья в соответствии с законами природы*. Влодроп, Нидерланды: Издательство Ведического университета Махариши.
- Ведический университет Махариши (MVU). (2009). *Ведический университет Махариши: знание для просветления и национальной непобедимости*. Нидерланды: Издательство Ведического университета Махариши.
- Махешвари, А. К., и Верд, М. Р. П. (2019). Архитектура и творчество: изучение влияния Махариши Васту на творчество на рабочем месте. *Журнал исследований творчества*, 31 (4), 371-376.
- Махешвари А. и Верд М. Р. П. (2020). Творчество и развитие рабочей силы: предварительное эмпирическое исследование ведической архитектуры Махариши. *Журнал Института ведических исследований Махариши*, 13, 113-137.
- Михалос, А. С. (2008). Образование, счастье и благополучие. *Исследование социальных показателей*, 87, 347-366.
- Министерство архитектуры. (2017). *Как построить дворец мира*. Влодроп, Нидерланды: Глобальная страна мира во всем мире, Издательство Ведического университета Махариши.
- Мортон, Э., Михалак, Э., и Миоррей, Г. (2017). Что означает качество жизни в исследованиях биполярных расстройств? Систематический обзор определения, использования и измерения конструкции. *Журнал аффективных расстройств*, 212, 128-137.
- Надер, Т. (2013). *Сознание первично: освещает передний край знания*. Фэрфилд, Айова: Издательство Университета управления Махариши.
- Натан, В. (2015). *Ваша геометрия: помимо строительных норм*. В К. Уильямс и М. Дж. Оствальд (ред.), *Архитектура и математика от античности до будущего*, Том I: Античность до 1500-х годов (стр. 375-388). Birkhauser, Cham.
- Новелл, Л. С., Норрис, Дж. М., Уайт, Д. Э. и Моулз, Н. Дж. (2017). Тематический анализ: стремление соответствовать критериям надежности. *Международный журнал качественных методов*, 16 (1), 1-13.
- Планк, М. (1931). Интервью с Максом Планком, *The Observer*, 25 января 1931 г.
- Смит Д., Меткалф П. и Ломмерс М. (2012). Архитектура интерьера как средство благополучия. *Журнал Института домоводства Австралии*, 19 (3), 2-9.
- Сильва, Б. Н., Хан, М., и Хан, К. (2018). На пути к устойчивым умным городам: обзор тенденций, архитектур, компонентов и открытых проблем в умных городах. *Устойчивые города и общество*, 38, 697-713. Сирджи, М. Дж., И Ли, Д. Дж. (2018). Баланс между работой и личной жизнью: комплексный обзор. *Прикладные исследования качества жизни*, 13 (1), 229-254.
- Бленнов, К., Оконкво, О. С., ... и Бендлин, Б. Б. (2017). Плохой сон связан с биомаркерами амилоидной патологии спинномозговой жидкости у когнитивно нормальных взрослых. *Неврология*, 89 (5), 445-453.
- Сен-Жан, Б. (2013). Реактивность участников лонгитюдного смешанного исследования информационного поведения людей с диабетом 2 типа: достоверность исследования или «уличная достоверность». In *Proceedings of the American Society for Information Science and Technology (ASIS 2013)*, 1-6 ноября 2013 г., Монреаль, Квебек, Канада. DOI: 10.1002 / meet.14505001063
- Трэвис, Ф., Боншек, А., Батлер, В., Рейнфорт, М., Александр, К. Н., Кхаре, Р., и Липман, Дж. (2005). Может ли ориентация здания повлиять на качество жизни людей внутри? Проверка принципов Махариши Стхапатья Веды. *Журнал социального поведения и личности*, 17, 553-564.
- Тромпеттер, Х. Р., де Кляйне, Э., и Бохлмейер, Э. Т. (2017). Почему положительное психическое здоровье препятствует психопатологии? Исследовательское исследование самосотрадания как механизма устойчивости и адаптивной стратегии регулирования эмоций. *Когнитивная терапия и исследования*, 41 (3), 459-468.
- Утян, В. Х., Джаната, Дж. У., Кингсберг, С. А., Шлухтер, М., и Гамильтон, Дж. К. (2018). Шкала качества жизни Utian (UQOL): разработка и проверка инструмента для количественной оценки качества жизни в период менопаузы и после нее. *Менопауза*, 25 (11), 1224-1231.
- Венугопал, Дж. (2012). Васту Пуруша Мандала: человеческая экологическая основа для проектирования среды обитания. *Достижения в области архитектуры и гражданского строительства*, 2 (1), 870-877.
- Виджаян, М. Ю. (2018). Входные ворота храмов Кералы: оценка формы гопурама храма Кералы с помощью материалов и конструкции. В А. Каталани, З. Нур, А. Версачи, Д. Хоукс, Х. Бугда, А. Сотоко, М. Гоним и Ф. Трапани (ред.), *Самобытность городов через архитектуру и искусство*. Лондон, Великобритания: Taylor & Francis Group; и материалы Международной конференции «Самобытность городов через архитектуру и искусство» (СІТАА 2017), 11-13 мая 2017 г., Каир, Египет.