

MONIKA TROJANOWSKA

## ODCZUWANIE PRZESTRZENI, CZYLI ARCHITEKTURA JAKO LEKARSTWO

*„Healing Spaces” The science of place and well-being* Esther M. Sternberg M.D. The Belknap Press of Harvard University Press 2010 j. angielski 343 strony.

---

Na pierwszy rzut oka książka *„Healing Spaces” The science of place and well-being* Esther Sternberg prezentuje się jak typowa powieść. W rzeczywistości nie jest to jednak fikcja, lecz opis autobiograficznych zdarzeń, przeplatanych relacjami z doświadczeń i eksperymentów medycznych. Autorka jest lekarzem, członkiem Academy of Neuroscience for Architecture, w swej książce porusza tematy z pogranicza architektury i medycyny. Przedstawia historię badań medycznych, prezentując świat nauki opartej na podstawach „twardych” wyników, mierzalnych i powtarzalnych, nie uwzględniających subiektywnych odczuć świata sztuki. Architektura i urbanistyka to dyscypliny gdzie rzadko stosuje się eksperymenty. Projektowanie, czyli proces tworzenia idei i ubierania jej w formy wynikające z wiedzy technicznej, wymyka się racjonalizacji naukowej. Okazuje się jednak, że nie do końca. Na styku między architekturą i medycyną pozostaje obszerne pole do doświadczeń naukowych.

Sternberg opisuje naturalne procesy, jakie zachodzą w ludzkim organizmie podczas oglądania i doświadczania architektury i naturalnego piękna krajobrazu. Książka zawiera barwny opis pobytu autorki w Lourdes i próby naukowego wytłumaczenia zjawiska wyleczenia i powrotu do zdrowia osób odwiedzających sanktuarium słynne z cudownych uzdrowień. Praca przedstawia przykłady osobistych doświadczeń autorki w trakcie oglądania zrealizowanych inwestycji. Wśród

opisywanych w nietypowy sposób obiektów są suchy ogród Ryoanji Temple w Kyoto, St. Paul Cathedral w Londynie, Salk Institute w La Jolla w Kalifornii, Santiago de Compostella w Hiszpańskiej Galicji, labirynty ogrodowe w pałacu Hampton Court obok Londynu, katedra w Chartres czy Muzeum Guggenheima w Bilbao.

Już na początku pierwszego rozdziału omawianej książki *Healing Places (Miejsca lecznicze)* Sternberg zadaje pytanie czy możemy tak projektować przestrzeń, aby ulepszać jej terapeutyczne właściwości? W celu ukazania naukowych podstaw założenia, o terapeutycznych właściwościach kontaktu z naturą, cytuje głośny historyczny eksperyment Rogera Ulricha, którego wyniki opublikowano w 1984 r. w periodyku *Science*. Ulrich zaprezentował wyniki badań dotyczących porównywalnych pod względem medycznym grup pacjentów po operacji woreczka żółciowego, których łóżka znajdowały się obok okna z widokiem na drzewa albo na ceglana ścianę bez roślinności. Wyniki wyraźnie pokazały, że ci, którzy oglądali drzewa, szybciej wracali do zdrowia i rzadziej doświadczali komplikacji. Sternberg przywołuje przykłady architektury obiektów służby zdrowia, projektowanych tak, aby maksymalnie wykorzystać penetrację promieni słonecznych i zapewnić kojące widoki natury przez okno. Autorka odwołuje się do historycznych zasad projektowania XIX-wiecznych szpitali proklamowanych przez Florence Nightingale, przytacza przykład sanatorium w Paimio, (Finlandia) zaprojektowanego przez Alvara Alto. Sternberg wspomina też postacie architektów znane z kunsztu wtapiania architektury w naturalne otoczenie – Franka L. Wrighta (Prairie School) i Richarda Neutra (np. Health House, Los Angeles).

Autorka przytacza wyniki prac japońskich naukowców z Uniwersytetu w Kyoto, badających strukturę ogrodu medytacyjnego Zen w Ryoanji Temple w Kyoto. Wyniki ich badań ukazały się w periodyku *Nature* w 2002 r. Ogród został zbudowany w okresie Muromachi (XIV–XVI w). Badacze użyli skomplikowanych metod matematycznych do sprawdzenia symetrii kompozycji ogrodu i ze zdziwieniem stwierdzili, że powtarzające się podziały i proporcje ogrodu są zbliżone do wzorców często powtarzających się w naturze, wzorców układu kwiatów, wzorów muszli czy płatków śniegu. Układy te określa się mianem fraktali. Sternberg twierdzi, że nie wiemy dlaczego powtarzające się fraktale są tak bardzo przyjemne dla oka, ale być może fakt ich istnienia w świecie natury jest odpowiedzialny za terapeutyczny wpływ naturalnych krajobrazów. Autorka przytacza teorie, że reguły gotyckiej architektury sakralnej są oparte na podziałach analogicznych do fraktali.

Kolejnym ważnym dla projektantów i opisanym w recenzowanej książce zagadnieniem jest oddziaływanie koloru. Nie jest nowym odkryciem, że kolory wpływają na nasz nastrój. Autorka opisuje eksperyment, którego wyniki opubli-



kowano w *Architectural Digest* w marcu 2006 r. Udowodnił on powszechnie znaną prawdę, że kolor niebieski działa kojąco, a czerwony i żółty – pobudzająco. Jednakże Sternberg zakłada, że wiele z konotacji i oddziaływań różnych kolorów jest związanych z ich znaczeniem kulturowym lub wyuczonym w procesie edukacji, np. kolor czekoladowy czy kolor owocu, który lubimy. W książce znajdziemy opisy szeregu badań medycznych, które potwierdzają te tezy.

Interesujące są również rozważania Sternberga na temat działania światła dziennego i światła sztucznego. Warto zastanowić się w tym miejscu nad normami dotyczącymi nasłonecznienia i przesłaniania budynków. Architekci powinni zdawać sobie sprawę jak bardzo ich decyzje projektowe wpływają na warunki i jakość życia ludzi w zaprojektowanych przez nich przestrzeniach i w ich sąsiedztwie. Można pokusić się o przytoczenie badań japońskich lekarzy pod kierunkiem Takehito Takano opublikowanych w 2002 r. w „*Journal of Epidemiology & Community Health*”, o których nie wspomina autorka, a które udowodniły, że ilość godzin nasłonecznienia pomieszczeń, w których przebywają seniorzy w japońskich miastach wpływa bezpośrednio na zdrowie i wydłużenie ich życia. Badanie to potwierdza tezy prezentowane przez Sternberga. W kolejnych rozdziałach książki autorka skupia się na innych doznaniach zmysłowych: słuchu, powonieniu i dotyku. Sternberg pisze krytycznie o hałasie w oddziałach szpitalnych i jego negatywnym wpływie na stan pacjentów. Twarde, łatwe do czyszczenia powierzchnie antystatyczne, powszechnie stosowane we wnętrzach obiektów służby zdrowia, wpływają negatywnie na ich warunki akustyczne.

W omawianej publikacji ciekawie przedstawione jest wykorzystanie doświadczeń neurologii w projektach Franka Gehry'ego. Ważną cechą opisanego Muzeum w Bilbao jest dobre doświetlenie wewnętrznych przestrzeni światłem naturalnym. Gehry, zapytany przez autorkę, czy jest świadomy, że jego budynki widziane z bliska mogą być źródłem stresu z powodu niekonwencjonalnych form i czy przewidział, jak zapobiegać reakcji stresowej, odpowiada, że stosuje w projektach elementy, które pozwalają ludziom odwiedzającym budynek odnaleźć swoją lokalizację w przestrzeni względem zewnętrznych uspokajających widoków oraz stabilnych punktów we wnętrzu budynku i złagodzić poczucie niepewności.

Przeciwieństwem Gehry'ego, który chce pobudzić wyobraźnię i poszerzyć horyzonty myślowe ludzi, był inny twórca, który również pragnął wykorzystać wiedzę na temat ludzkich mechanizmów poznawczych w projektach budowlanych. Mowa tu o Walcie Disneyu, chcącym stworzyć miejsca, w których ludzie będą się czuli całkowicie bezpiecznie. Autorka tłumaczy, jak w miasteczkach Walta Disneya, Disneylandzie i Epcot, wykorzystano mechanizmy programowania emocji, które potem tak chętnie zaczęły wykorzystywać centra handlowe i cały przemysł turystyczny. Polemizując z autorką, możemy mówić o postrze-



ganym dziś negatywnie zjawisku disneylandyzacji, czyli powierzchownym i sztucznym podejściu do historii i przestrzeni życia. Idee Disneya zostały wykorzystane do stworzenia sztucznej przestrzeni manipulacji odczuciami potencjalnych, wyselekcjonowanych klientów. Jednakże trudno zaprzeczyć, że disneylandyzacja może być postrzegana także w znaczeniu pozytywnym, jeżeli dotyczy świadomego kształtowania przestrzeni mogącej wywoływać pozytywne emocje.

Autorka książki dotyka też problematyki projektowania miast, przywołując ideały twórców modernizmu. Można polemizować z oceną modernistycznej urbanistyki z początków XX wieku, jednak nie należy chyba kwestionować wpływu wczesnego modernizmu na poprawę jakości życia w sensie biologicznym. Oddzielenie funkcji i separacja przestrzenna miejsc, gdzie produkcja przemysłowa tworzyła szkodliwe dla zdrowia warunki środowiskowe, od nowych osiedli mieszkaniowych, gdzie zagwarantowano dostęp do światła, słońca i zieleni, miało ogromny wpływ na poprawę stanu zdrowia społeczeństwa. Modernizm był odpowiedzią na argumenty środowiska lekarskiego, wykazującego związek między warunkami życia w XIX-wiecznym mieście i epidemiami chorób zakaźnych. Jednakże słoneczne i dobrze przewietrzane osiedla modernistyczne zawiodły, jeśli chodzi o tworzenie przestrzeni publicznych, co podkreśla wielu badaczy. W pracy „*Healing Spaces*” *The science of place and well-being* nie znajdziemy słów krytyki zdobyczy wczesnego modernizmu, raczej pochwałę nowych dobrych praktyk, jak np. opis kulisów projektu w Atlantic Station, gdzie stworzono wielofunkcyjną przestrzeń zachęcającą do przemieszczania się na piechotę i aktywnego trybu życia.

Innym bardzo cennym dla projektantów wątkiem książki są rozważania na temat architektury obiektów służby zdrowia. Autorka, która jest lekarzem, przedstawia na podstawie doznań pacjentów, jak może odbierać przestrzeń osoba o upośledzonej pamięci krótkotrwałej. Doświadczenie to dotyka szczególnie osób w podeszłym wieku, cierpiących np. na demencję czy chorobę Alzheimera. Dzięki wydłużeniu życia osoby starsze to coraz liczniejsza grupa społeczna, o potrzebach której nie można zapomnieć. Jak postuluje autorka, wszystkie szpitale i obiekty służby zdrowia powinny być projektowane tak, aby ułatwić orientację i przemieszczanie się osobom dotkniętym brakiem pamięci krótkotrwałej. Podany jest przykład takiego projektowania szpitali – The Village Waveny Care Center w New Canaan, Connecticut zostało zaprojektowane specjalnie dla osób z demencją. Wspomniana jest też inicjatywa środowiska architektów na rzecz poprawy jakości obiektów służby zdrowia – *The Pebble Project*.

Głównym przesłaniem książki jest przedstawienie naukowych dowodów na to, że przestrzeń może mieć wpływ terapeutyczny na człowieka. Praca wyjaśnia, w jaki sposób odpowiednio ukształtowane otoczenie może przyczynić się do



szybszego powrotu do zdrowia osób chorych i promocji zdrowia osób zdrowych. Doświadczenia i eksperymenty opisane przez Esther Sternberg są pomocne w tworzeniu projektów architektonicznych uwzględniających potrzeby ludzkiego organizmu. Dzisiaj projektanci mogą bazować na doświadczeniach epoki modernizmu i nowych badaniach naukowych, aby lepiej odpowiadać na zmieniające się potrzeby społeczne.

*Monika Trojanowska – e-mail: trojamo@yahoo.com*