

MONIKA TROJANOWSKA

## ODCZUWANIE PRZESTRZENI, CZYLI ARCHITEKTURA JAKO LEKARSTWO

Esther M. Sternberg *Healing Spaces. The Science of Place and Well-being*  
M.D. The Belknap Press of Harvard University Press 2010, 343 strony.

---

Na pierwszy rzut oka książka *Healing Spaces. The Science of Place and Well-being* Esther Sternberg prezentuje się jako 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 „twardych” wynikach, mierzalnych i powtarzalnych, nieuwzględniających subiektywnych odczuć świata sztuki. Architektura i urbanistyka to dyscypliny, w których 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 wy tłumaczenia 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 Kioto, 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 roku w periodyku „Science”. Ulrich zaprezentował wyniki badań dotyczące porównywalnych pod względem medycznym grup pacjentów po operacji woreczka żółciowego, których łóżka znajdowały się odpowiednio obok okna z widokiem na drzewa oraz na ceglana ścianę bez roślinności. Wyniki wyraźnie pokazały, że ci, którzy oglądali drzewa, szybciej wracali do zdrowia i mieli mniej 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 architektów znanych z kunsztu „wtapiania” architektury w naturalne otoczenie – Franka L. Wrighta (Prairie School) i Richarda Neutra’ego (np. Health House, Los Angeles).

Autorka przytacza wyniki prac japońskich naukowców z Uniwersytetu w Kioto, badających strukturę ogrodu medytacyjnego Zen w Ryoanji Temple. Wyniki ich badań ukazały się w periodyku „Nature” w 2002 roku. 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 teorię, wedle której 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 opublikowano w „Architectural Digest” w marcu 2006 roku. Udowodnił on powszechnie znaną prawdę, że kolor niebieski działa kojąco, a czerwony i żółty pobudzająco. Jednakże Sternberg zakłada, że wiele konotacji i oddziaływań różnych kolorów jest związanych z ich znaczeniem kulturowym lub wyuczonym w procesie edukacji, na przykład kolor czekoladowy czy kolor barwy owocu, który lubimy. W książce znajdziemy opisy szeregu badań medycznych, które potwierdzają te tezy.

Interesujące są również rozważania Sternberg na temat działania światła dziennego i sztucznego. Warto zastanowić się w tym miejscu nad normami dotyczącymi nasłonecznienia i przesłaniania budynków. Architekci powinni zdawać sobie sprawę z tego, 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 roku w „Journal of Epidemiology & Community Health”, o których nie wspomina autorka, a które udowodniły, że liczba godzin nasłonecznienia pomieszczeń, w których przebywają seniorzy w japońskich miastach, wpływa bezpośrednio na zdrowie i długość ich życia. Badanie to potwierdza tezy prezentowane przez Sternberg. 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 wewnątrz-

nych 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 i złagodzić poczucie niepewności.

Przeciwieństwem Gehry'ego, który chciał pobudzić wyobraźnię i poszerzyć horyzonty myślowe ludzi, był inny twórca, który również chciał wykorzystać wiedzę na temat ludzkich mechanizmów poznawczych w projektach budowlanych. Mowa tu o Walcie Disneyu. Chciał on stworzyć miejsca, w których ludzie będą się czuli całkowicie bezpiecznie. Autorka tłumaczy, jak wykorzystano mechanizmy programowania emocji w miasteczkach Walta Disneya, Disneylandzie i Epcot, które potem tak chętnie zaczęły wykorzystywać centra handlowe i cały przemysł turystyczny. Polemizując z autorką, możemy mówić o postrzeganym 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 odmówić racji, że disneylandyzacja może być postrzegana także pozytywnie, 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, w których 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 w stosunku do zdobywcy wczesnego modernizmu, raczej pochwałę nowych dobrych praktyk, jak na przykład 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 osoby w podeszłym wieku, cierpiące na przykład 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, 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. 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.