

ΟΙ ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ ΚΑΙ Η ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΤΟΥ ΧΩΡΟΥ



Κωνσταντινίδου Μαρία-Ανθή
Μωυσίδου Ησαΐα

ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΡΑΚΗΣ
ΠΟΛΥΤΕΧΝΙΚΗ ΣΧΟΛΗ
ΤΜΗΜΑ ΑΡΧΙΤΕΚΤΟΝΩΝ ΜΗΧΑΝΙΚΩΝ

ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΗΝ ΑΡΧΙΤΕΚΤΟΝΙΚΗ ΕΡΕΥΝΑ- ΔΙΑΛΕΞΗ

ΟΙ ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ ΚΑΙ Η ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΤΟΥ ΧΩΡΟΥ

Κωνσταντινίδου Μαρία-Ανθή Α.Μ. 60914 Μωυσίδου Ησαΐα Α.Μ. 60906

ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ
Πολυχρονόπουλος Δημήτρης

ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ
Γρηγοριάδου Μαρία
Σαραντοπούλου Στεργία
Λιόλιου Βάσω

ΞΑΝΘΗ 2013

Ευχαριστούμε για την πολύτιμη βοήθεια και καθοδήγησή, τους καθηγητές μας καθώς και για τις συμβουλές τους καθ'όλη τη διάρκεια της έρευνας.

Στις οικογένειές μας,

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

1. Εισαγωγή

- 1.1 Το άτομο. Το στρες. Το θεραπευτικό περιβάλλον.
Ανάλυση βασικών εννοιών

2. Ιστορική αναδρομή

- 2.1 Ασκληπιεία
- 2.2 Οθωμανικά λουτρά
- 2.3 Θεραπευτικοί κήποι

3. Μέσα χωρικής αντίληψης, οι αισθήσεις

- 3.1 Όραση
- 3.2 Ακοή
- 3.3 Αφή
- 3.4 Όσφρηση
- 3.5 Κιναισθησία
- 3.6 Συμμετοχή όλων των μέσων στον αρχιτεκτονικό σχεδιασμό

4. Η περίπτωση του Thermes de Vals. Peter Zumthor

5. Συμπεράσματα

6. Βιογραφικά σημειώματα

7. Βιβλιογραφία

Η δομή της σύγχρονης πόλης, οι έντονοι ρυθμοί ζωής, η κοινωνική αποξένωση, ο συνωστισμός και οι υποβαθμισμένες συνθήκες διαβίωσης είναι μερικές από τις μάστιγες της σύγχρονης ζωής. Σήμερα, περισσότερο από ποτέ, επιτακτική κρίνεται η ανάγκη για στοιχειοθετημένο σχεδιασμό χώρων, οι οποίοι δύναται να απαλλάξουν τους ανθρώπους από αυτές και εν συνεχεία να αναβαθμίσουν την ποιότητα ζωής τους.

Κατά πόσο είναι δυνατό ο σχεδιασμός να αποδεσμεύσει τους ανθρώπους από αυτές τις παθολογίες; Μπορεί ο χώρος να «θεραπεύσει»; Ποια χαρακτηριστικά είναι αυτά που καθιστούν ένα χώρο ως θεραπευτικό; Πως η βιωματική εμπειρία του χώρου διεγείρει τις αισθήσεις; Πως μπορεί η αρχιτεκτονική να συμβάλει στην θεραπεία και την ψυχική ισορροπία;

‘Κάθε αρχιτεκτονική είναι καταφύγιο, κάθε σπουδαία αρχιτεκτονική είναι του χώρου, ο οποίος περιέχει, αγκαλιάζει, εξυψώνει, ή διεγείρει τους ανθρώπους.’

Philip Johnson



1. ΕΙΣΑΓΩΓΗ



Ο χώρος ως μέρος του περιβάλλοντος αποκτά βιωματικό χαρακτήρα, εξαρτώμενος κάθε φορά από τους λόγους και τους στόχους για τους οποίους χρησιμοποιείται. Μέσα από διαφορετικές προσεγγίσεις έχει λάβει κατά καιρούς πολλαπλές έννοιες και διαστάσεις. Στη φυσική ορίζεται ως το περιβάλλον που είναι άρρηκτα συνδεδεμένο με την ιδέα της απόστασης στις τρεις διαστάσεις και ταυτόχρονα 'κινείται' μέσα στο χρόνο, εξετάζοντας τον πλέον ως χωροχρόνο.¹ Από την άλλη πλευρά, έχουν διατυπωθεί ποικίλες φιλοσοφικές προσεγγίσεις για το χώρο. Σύμφωνα με τον καθηγητή φιλοσοφίας Ξηροπαΐδη Γιώργο, ο Heidegger προσπάθησε να αναδείξει το χώρο ως ένα μέσο εντός του οποίου συντελείται κάθε ανθρώπινη εμπειρία, θεωρητική ή πρακτική, βουλευτική ή έλλογη, ποιητική ή τεχνική και με τη σειρά του ο G.Bachelard κατέδειξε τον κυρίαρχο ρόλο του στην συγκρότηση της ανθρώπινης εμπειρίας, συμβάλλοντας άμεσα ή έμμεσα στην ανακάλυψη της ιδιαίτερης σημασίας της φαντασίας.²

1 Ορισμός από Wikipedia (2012), 'Χώρος', <http://el.wikipedia.org/wiki/%CE%A7%CF%8E%CF%81%CE%BF%CF%82>, επίσκεψη ιστότοπου: 14/3/2013

2 Ξηροπαΐδης Γιώργος, Τίτλος άρθρου: «Περί τόπου», <http://www.arch.uth.gr/mps/seminar4.php>, επίσκεψη ιστότοπου: 14/3/2013



Ο άνθρωπος αντιλαμβάνεται το περιβάλλον, και κατ'έπекταση το χώρο, τόσο σε μικρο- όσο και μακροκλίμακα. Από την αίσθηση της βροχής μέχρι την κατανόηση του σύμπαντος. Η αλληλεπίδραση μεταξύ χώρου και ατόμου είναι συνεχής. Ο τρόπος που βιώνεται και χρησιμοποιείται ο χώρος δε διαμορφώνει μόνο αυτόν καθ' αυτόν αλλά και τους ίδιους τους χρήστες. Από τη μια μεριά, μπορούν να δημιουργηθούν χώροι οι οποίοι αλλοιώνουν ή ορισμένες φορές καταστρέφουν το περιβάλλον και εν συνεχεία επηρεάζουν αρνητικά τους χρήστες.

Από την άλλη μεριά, μπορούν να δημιουργηθούν χώροι οι οποίοι βοηθούν στην αρμονική συνύπαρξη ατόμου και περιβάλλοντος, συνεισφέροντας παράλληλα στην υγεία του.³

³Esther M. Sternberg, M.D., **Healing spaces**, Massachusetts: The Belknap press of Harvard University Press, 2009, σσ. 291.



Η χρήση του χώρου είναι άρρηκτα συνδεδεμένη με τις διάφορες κοινωνικές και ψυχολογικές λειτουργίες που συντελούνται καθημερινά στη ζωή των ανθρώπων. Κατ'έπείταση, οι ιδιότητες του φυσικού και μη χώρου συμβάλλουν στη διαμόρφωση, ανάπτυξη και εξέλιξη του ατόμου καθώς και στην εκδήλωση ποικίλων μορφών συμπεριφοράς. Ο τρόπος που χρησιμοποιείται ο χώρος αντανακλά τον τρόπο επικοινωνίας και κοινωνικοποίησης των χρηστών, εκδηλώνοντας κάθε φορά ένα συνονθύλευμα αισθημάτων και εκτιμήσεων.



1.1 ΤΟ ΑΤΟΜΟ. ΤΟ ΣΤΡΕΣ. ΤΟ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ.



Ο Edward Hall – στο βιβλίο του Hidden Dimensions- ήταν ο πρώτος ο οποίος μελέτησε την ανθρώπινη συμπεριφορά στο χώρο (proxemics). Εξέτασε τη χρήση του χώρου από τα άτομα και το πώς προσδιορίζονται οι μεταξύ τους σχέσεις, προσωπικές ή επαγγελματικές, τις πολιτισμικές αλληλεπιδράσεις, τον αρχιτεκτονικό σχεδιασμό και άλλους παράγοντες που επηρεάζουν τις χωρικές νόρμες.⁴ Επομένως, η ταυτότητα του χώρου και του ατόμου προσδιορίζεται από διάφορους παράγοντες εξαρτώμενους κάθε φορά από τις εκάστοτε συνθήκες. Ταυτόχρονα υποστηρίζεται από την καθηγήτρια περιβαλλοντικής ψυχολογίας Έφη Συγκολιτού, ότι συνδέεται άμεσα με το παρελθόν, το παρόν και το μέλλον του χρήστη με γνώμονα το σύνολο των γνώσεων και των εμπειριών που έχει αποκομίσει από τη ζωή του.⁵

Ο χώρος ακόμα και αν είναι ουδέτερος ή και συναισθηματικά φορτισμένος μπορεί να επηρεάσει την ανθρώπινη συμπεριφορά. Τα ερεθίσματα που λαμβάνει ο άνθρωπος, η αίσθηση που του προκαλείται, δημιουργείται μέσω αυτών που βλέπει, ακούει, αγγίζει και μυρίζει.

4 Edward T. Hall, **The Hidden Dimension**, Garden city NY : Anchor Books Editions, 1966.

5 Έφη Συγκολιτού, **Περιβαλλοντική Ψυχολογία**, Αθήνα : Ελληνικά Γράμματα, 1997, σσ.106-107



Μέσω των αισθήσεων, ο ίδιος χώρος κάθε φορά βιώνεται διαφορετικά, γίνεται αντιληπτός διαφορετικά, αναδημιουργείται στη μνήμη, είτε συνδέεται με αισθήματα ευφορίας είτε δυσφορίας.

Ανακαλούνται μνήμες και εμπειρίες, χωρίς μια δεδομένη αφορμή ή αιτία, προκαλώντας στον οργανισμό απρόσμενες ψυχοσωματικές αντιδράσεις και συμπεριφορές. Οι χώροι και τα κτίρια δεν είναι άψυχες κατασκευές, αποτελούν κελύφη ζωής, καταφύγια, προεκτάσεις της μνήμης και της ζωής των ανθρώπων, επηρεάζοντας άμεσα και δραστικά τη ψυχολογική και πνευματική κατάσταση τους. Η αρχιτεκτονική έρχεται να λειτουργήσει καταλυτικά, να διασφαλίσει και να προσφέρει ποιότητα ζωής στους ανθρώπους αντίστοιχη των αναγκών τους. Όλα τα παραπάνω αναλύονται εκτενέστερα στη συνέχεια της ερευνητικής εργασίας.

Το αρχιτεκτόνημα επηρεάζει τη ψυχικότητα του ανθρώπου. Τα ερωτήματα που τίθενται είναι σε ποιο βαθμό την επηρεάζει και κατά πόσο μπορεί ο χώρος να λειτουργήσει ευεργετικά σε αυτή. Έχοντας ως κύριο άξονα τη συνεχή αλληλεπίδραση ανθρώπου- περιβάλλοντος – χώρου μέσα στο



κοινωνικό πλαίσιο που ασκούνται, μπορούν να σχεδιαστούν χώροι που θα προάγουν την αρμονική συνύπαρξη ανθρώπου περιβάλλοντος, καθώς και την ίδια τη ψυχοσωματική υγεία τους μέσα από την εμπειρική και βιωματική κατανόηση και γνώση του χώρου.

Τα ανωτέρω σε συνάρτηση με τα ερεθίσματα που λαμβάνονται, μπορούν να καταστήσουν ένα χώρο ως θεραπευτικό, ο οποίος αποσκοπεί στην ψυχική ισορροπία των χρηστών του. Ποιες είναι όμως οι συνθήκες και οι λόγοι που έχουν οδηγήσει στην ανάγκη για την ύπαρξη θεραπευτικών περιβαλλόντων;



Η ζωή στη σύγχρονη κοινωνία χαρακτηρίζεται πλέον από ταχείς ρυθμούς, πολλαπλές ευθύνες και αυξημένες υποχρεώσεις. Το άτομο, στην προσπάθεια του να ανταπεξέλθει σε αυτές τις απαιτήσεις «χάνεται», οι διαπροσωπικές σχέσεις του φθίνουν- γίνονται απρόσωπες- και κυριεύεται από το άγχος- στρες, το οποίο εμφανίστηκε πρώτη φορά ως όρος σε ένα άρθρο που εκδόθηκε το 1936, από το φυσιολόγο και επιστήμονα Hans Selye.⁶



Υπό φυσιολογικές συνθήκες, το στρες είναι ένας έμφυτος ψυχοσωματικός μηχανισμός άμυνας, που ενισχύει και επισπεύδει τις αντιδράσεις του σε στιγμές κινδύνου ή αβεβαιότητας. Όμως, οι φυσικοί κίνδυνοι πλέον έχουν σχεδόν εκλείψει, και στη καθημερινή του ζωή του ο άνθρωπος είναι εκτεθειμένος σε αυτά τα μικρότερα άγχη που δεν απειλούν άμεσα τη ζωή του, αλλά που χρονίζουν και το ταλαιπωρούν σε καθημερινή βάση.

6 Esther M. Sternberg, M.D., **Healing spaces**, Massachusetts: The Belknap press of Harvard University Press, 2009, σσ.96-97



Το στρες μπορεί να έχει ψυχογενή προέλευση ή να είναι συνέπεια σωματικής πάθησης. Επιπλέον, εξαρτάται από τις γνωστικές, συναισθηματικές διεργασίες, τον τρόπο ζωής του ατόμου και τον τρόπο αντίληψης του. Κάθε άτομο έχει ένα ορισμένο βαθμό άγχους, ο οποίος θεωρείται φυσιολογικός κάτω από ορισμένες περιστάσεις. Σε κάποιες άλλες όμως περιπτώσεις αυξημένου άγχους, προξενεί κακό και συντελεί στο να υπολειπουργεί το άτομο στις δραστηριότητες του και στο να επηρεάζεται αρνητικά η υγεία του, ψυχικά και σωματικά. Ανησυχία, υπερένταση, αγωνία, δυσφορία, ταχυκαρδία, δύσπνοια, τάση για λιποθυμία, απομόνωση, αποξένωση, κατάθλιψη και αναποφασιστικότητα αποτελούν ένα δείγμα των σοβαρών επιπτώσεων του στον ανθρώπινο οργανισμό.

Είναι γνωστό ότι- υπό καταστάσεις έντονου άγχους- το σώμα και ο εγκέφαλος εκκρίνουν ορμόνες και χημικά.



Αυτές επηρεάζουν άμεσα το ανοσοποιητικό σύστημα, κάνουν ευάλωτο τον οργανισμό σε αρρώστιες και παρουσιάζονται συμπτώματα παρόμοια με τα προαναφερθέντα. Το στρες έχει κατηγοριοποιηθεί σε σωματικό και ψυχολογικό, αν και λόγω της άμεσης σύνδεσης νου και σώματος, αντιμετωπίζεται ως ψυχοσωματικό σύμπτωμα. Ο κάθε άνθρωπος οφείλει να μάθει να έχει στον έλεγχο του την εκάστοτε κατάσταση και να μη κυριεύεται από αυτό.

Προς αυτή την κατεύθυνση, αλλά και προς την αντιμετώπιση του στρες μπορεί να συμβάλλει η δημιουργία θεραπευτικών χώρων. Το θεραπευτικό περιβάλλον είναι άμεσα συνδεδεμένο με την έννοια της περιβαλλοντικής (σωματικής), κοινωνικής και ψυχολογικής άνεσης. Οι φυσικές παράμετροι του θεραπευτικού περιβάλλοντος είναι ο φωτισμός, φυσικός και τεχνητός, τα χρώματα και οι υφές των επιφανειών, η επαφή με τη φύση ,

ο προσανατολισμός, η ποιότητα του αέρα, η θερμοκρασία και η υγρασία, τα επίπεδα θορύβου, καθώς και η ιδιωτικότητα, η επικοινωνία, η στέγαση της οικογένειας και η αποφυγή ιδρυματικού χαρακτήρα. Η κατανόηση της επίδρασης των περιβαλλοντικών χαρακτηριστικών μπορεί να βοηθήσει στο σχεδιασμό χώρων που θα έχουν θετική επιρροή στους χρήστες. Επομένως, για την κατανόηση των στοιχείων και των χαρακτηριστικών εκείνων που συνιστούν ορισμένους χώρους θεραπευτικούς, πρέπει αρχικά να κατανοηθεί ο ίδιος ο όρος από τη σκοπιά της ανθρωποκεντρικής προσέγγισης της θεραπείας.

Ο Ιπποκράτης στο έργο του 'Περί αέρων, υδάτων και τόπων' αναφέρει ότι «η υγεία καθορίζεται από την ισορροπία ανάμεσα στις δυνάμεις του περιβάλλοντος και την ατομική συμπεριφορά» και ο Πλάτωνας στο διάλογο 'Τίμαιος' υποστήριξε ότι:

«υγεία είναι κατάσταση πλήρους αρμονίας με το σύμπαν».

Επομένως η υγεία δεν ορίζεται απλά ως η απουσία ασθένειας ή αναπηρίας, αλλά ως μία σύνθετη και πολυπαραγοντική κατάσταση. Η θεραπεία έχει ρυθμό και ροή. Έτσι, στην παρούσα ερευνητική εργασία, ως θεραπεία θεωρούμε την- όσο το δυνατόν- αποδέσμευση του ανθρώπινου οργανισμού από το στρες και την επιδίωξη μιας ψυχοσωματικής κατάστασης ευεξίας, μέσα από τη συμβολή των θεραπευτικών περιβάλλοντων.

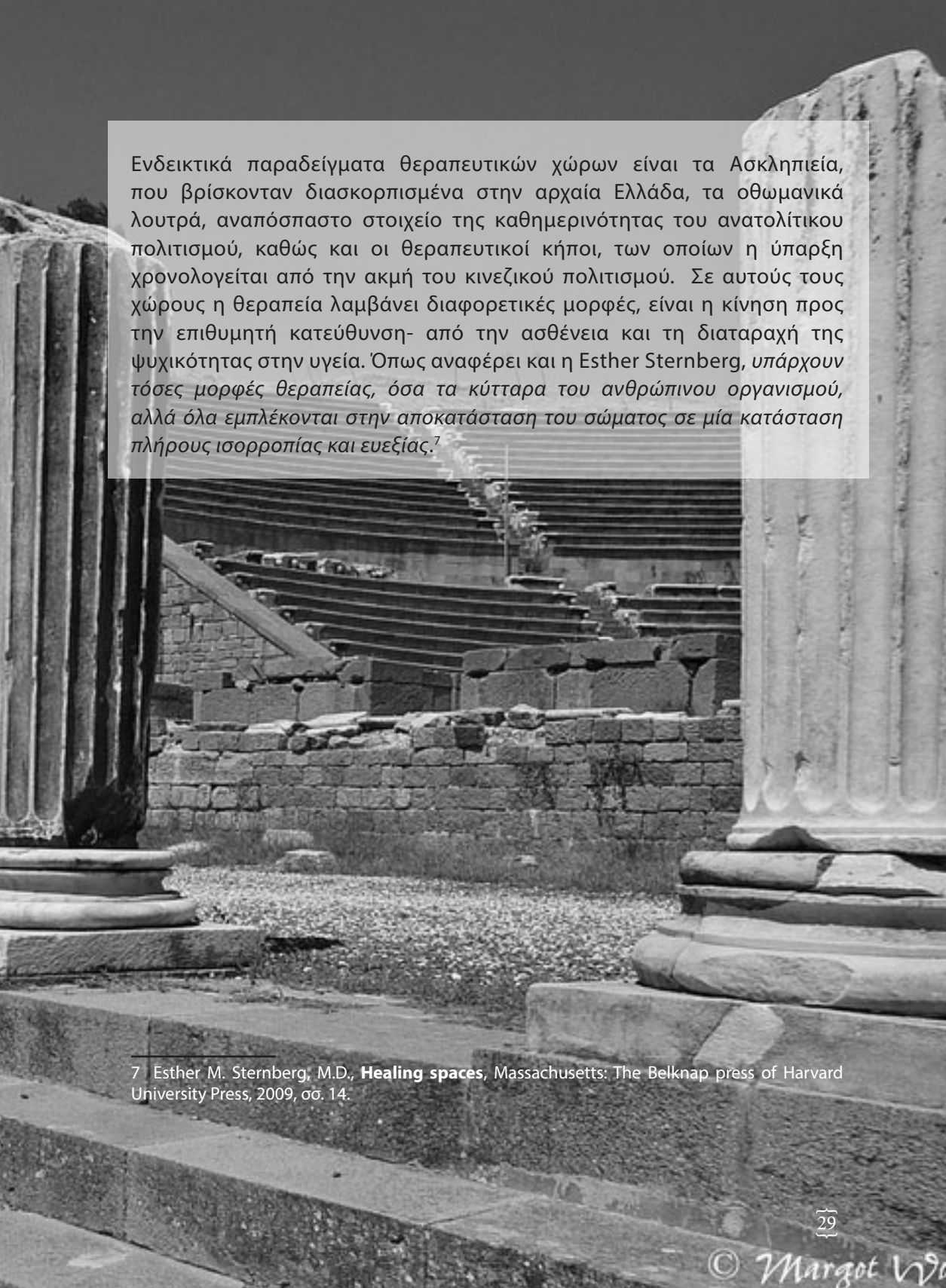
Μέσα στην πάροδο των χρόνων, έχουν γίνει πολλαπλές προσπάθειες για τη δημιουργία τέτοιων χώρων. Από τους αρχαίους Έλληνες, με τη λειτουργία των Ασκληπιείων, ως τον Frank Lloyd Wright με το απόλυτα εναρμονισμένο με το τοπίο Fallingwater, και ως τον Peter Zumthor με το Thermes de vals, το οποίο αναλύεται σε επόμενο κεφάλαιο.





2. ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΑΝΑΔΡΟΜΗ





Ενδεικτικά παραδείγματα θεραπευτικών χώρων είναι τα Ασκληπεία, που βρίσκονταν διασκορπισμένα στην αρχαία Ελλάδα, τα οθωμανικά λουτρά, αναπόσπαστο στοιχείο της καθημερινότητας του ανατολίτικου πολιτισμού, καθώς και οι θεραπευτικοί κήποι, των οποίων η ύπαρξη χρονολογείται από την ακμή του κινεζικού πολιτισμού. Σε αυτούς τους χώρους η θεραπεία λαμβάνει διαφορετικές μορφές, είναι η κίνηση προς την επιθυμητή κατεύθυνση- από την ασθένεια και τη διαταραχή της ψυχικότητας στην υγεία. Όπως αναφέρει και η Esther Sternberg, υπάρχουν τόσες μορφές θεραπείας, όσα τα κύτταρα του ανθρώπινου οργανισμού, αλλά όλα εμπλέκονται στην αποκατάσταση του σώματος σε μία κατάσταση πλήρους ισορροπίας και ευεξίας.⁷

7 Esther M. Sternberg, M.D., **Healing spaces**, Massachusetts: The Belknap press of Harvard University Press, 2009, σσ. 14.



2.1 ΑΣΚΛΗΠΕΙΑ

«Ουκ εσθ' υγείας κρείττον ουδε εν βίω, υγεία καί νούς, έσθλά τω βίω
δύο», Μαινανδρος

«Από την υγεία πιο πολύτιμο τίποτα, υγεία και καλό μυαλό, τα δύο
πολύτιμα αγαθά.»

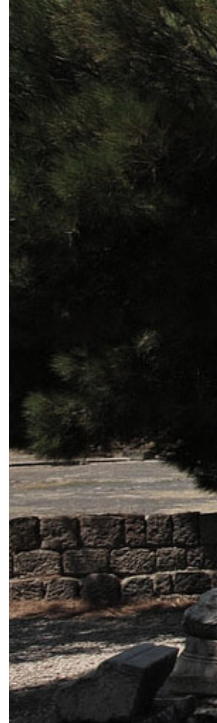
Τα λόγια αυτά του Μαινανδρου αποδίδουν την αντίληψη των
αρχαίων Ελλήνων για την υγεία.

Τα Ασκληπιεία⁸ ήταν ιερά και τόποι λατρείας του ήρωα, ιερού
ιατρού και θεραπευτή θεού Ασκληπιού. Μέσα από τις φιλοσοφικές,
μυθολογικές και ιδεολογικές αντιλήψεις προσέγγιζαν ολιστικά τη
φροντίδα της υγείας, έχοντας ως κύριο άξονα τον ασθενή, ενώ
κατά τα μέσα του 20^{ου} αιώνα η άνεση των ασθενών και οι ίδιοι
παραγκωνίστηκαν⁹, έχοντας διαμορφωθεί εκ διαμέτρου αντίθετες
θεωρήσεις, που αντιμετώπιζαν τον πάσχοντα ως μια ανθρώπινη
μηχανή.

Ο άνθρωπος στα Ασκληπιεία (ασθενής και ικέτης) αντιμετωπιζόταν
με ιερό σεβασμό, ως ολοκληρωμένο ον με ιδιαίτερα πνευματικά,
ψυχικά, συναισθηματικά, κοινωνικά, ηθικά, φυσικά κ.ά.
χαρακτηριστικά, που βρισκόταν σε απόλυτη συνάρτηση με το
άμεσο φυσικό περιβάλλον του.

8 Τα Ασκληπιεία ήταν κέντρα υγείας και αναρρωτήρια, στα οποία δε γίνονταν
δεκτοί επίτοκες και βαριά άρρωστοι. Απαραίτητο εφόδιο για την αποθεραπεία
του ασθενούς ήταν η κατάλληλη ψυχοσωματική προπαρασκευή. Οι ασθενείς
υποβάλλονταν σε ειδική διαίτα, βασισμένη σε φυτικά τρόφιμα, και εν συνεχεία σε
λουτροθεραπεία, όπου επί το πλείστον γινόταν στα νερά της ιαματικής πηγής,
που υπήρχε σε κάθε Ασκληπιείο. Εν συνεχεία, ο ασθενής προσέφερε τη θυσία του
στο θεό και λάμβανε φάρμακα, πιο συγκεκριμένα αφεψήματα από συνδυασμούς
διαφόρων βοτάνων- διουρητικά και ελαφρά καθαρτικά, ώστε η ενέργεια τους
να είναι καθαρά φαρμακολογική- προκειμένου να βοηθηθεί η διαδικασία της
εγκοιμήσεως, που γινόταν σε ειδικά ανάκλιτρα ή πάνω στα δέρματα των
θυσιασμένων ζώων, για να δεχτούν στον ύπνο τους τη θεραπευτική επίσκεψη του
Ασκληπιού. Αναμφισβήτητα, αυτή η τελετουργική προετοιμασία των ασθενών
συντελούσε σημαντικά στη διέγερση της δύναμης της πίστης, που ήταν προϋπόθεση
για την εμφάνιση του θεού και από την από μέρους του υπαγόρευση του είδους
της θεραπείας. Την επόμενη μέρα ο ασθενής διηγούταν στους ιερείς το όνειρο του,
οι οποίοι το ερμήνευαν και αναλόγως εφαρμόζαν την ενδεικνυόμενη θεραπεία.
[Τ.Πάσχος, Τίτλος άρθρου: «**Τα Ασκληπιεία**», [http://historymed.blogspot.
gr/2008/08blog-post_5105.html](http://historymed.blogspot.gr/2008/08blog-post_5105.html), επίσκεψη ιστότοπου: 30/3/2013]

9 Esther M. Sternberg, M.D., **Healing spaces**, Massachusetts: The Belknap press of
Harvard University Press, 2009, σσ. 4.





Η ασθένεια αντιμετωπιζόταν ως ένα αποτέλεσμα πολύπλοκων και αρνητικών αλληλεπιδράσεων-περιβαλλοντικών, κοινωνικών, ψυχολογικών, πνευματικών και φυσικών παραγόντων και η φροντίδα υγείας στόχευε στην αποκατάσταση της αρμονίας ανάμεσα στους παράγοντες αυτούς έχοντας ως βοήθεια την ιατρική επέμβαση.

Κυρίαρχο ρόλο στη τελετουργική διαδικασία διαδραμάτιζε ο τόπος όπου λειτουργούσαν τα Ασκληπιεία- απομακρυσμένα από τις πόλεις, μέσα σε δάση, καταπράσινα τοπία και κοντά σε πηγές νερού- καθώς και η ψυχαγωγία των ασθενών με άθληση και θεατρικές παραστάσεις, συντελώντας στη ψυχική ευεξία τους.¹⁰

Στην πλειοψηφία τους, η τοποθέτηση των Ασκληπιείων είχε ως κριτήρια τις ευνοϊκές κλιματολογικές και περιβαλλοντικές συνθήκες, δηλαδή τη θερμοκρασία, την υγρασία, την ατμοσφαιρική πίεση και τον άνεμο. Όταν η διαφορά της θερμοκρασίας αέρα- δέρματος δεν είναι μεγάλη, έχει ευνοϊκή επίδραση και προκαλεί αίσθημα ευεξίας. Μικρές διαφορές των παραγόντων του κλίματος σε έναν τόπο είναι ικανές να προκαλέσουν στους ζωντανούς οργανισμούς ένα ζωογόνο ερέθισμα, ενώ αντίθετα η διαρκής

¹⁰ Σεβαστή Χαβιάρα- Καραχάλιου, **Ασκληπιείο Τιτάνης, το πρώτο κέντρο υγείας στον ελληνικό χώρο**; , Διδακτορική διατριβή, Τμήμα Ιατρικής Πανεπιστημίου Ιωαννίνων, επιβλέπων καθηγητής: Β.Π. Ρόζος, 1984, σσ. 26.



ομότιμη θερμοκρασία επιδρά καταθλιπτικά και βλαπτικά για την υγεία. Επιπροσθέτως, η επίδραση της υγρασίας είναι άμεση στον άνθρωπο. Όσο μικρότερο το ποσοστό της υγρασίας, τόσο ευνοείται η κυκλοφορία του αίματος, η πέψη και η πνευματική διαύγεια. Αντίθετα, τα υψηλά ποσοστά υγρασίας μπορούν να έχουν δυσμενή επίδραση στην αναπνοή, στην καρδιακή και άλλες λειτουργίες.

Ο άνεμος, σε συνάρτηση με τη θερμοκρασία και την υγρασία, αποτελεί μηχανικό ερέθισμα του δέρματος, απομακρύνοντας βλαπτικές ουσίες, σκόνη, μικρόβια κτλ. . Εν τέλει, εξίσου σημαντικός παράγοντας είναι η ατμοσφαιρική πίεση. Σε περιπτώσεις μεγάλης μείωσης της (υψηλό υψόμετρο) εκδηλώνονται διαταραχές στο αναπνευστικό σύστημα. ¹¹

Όσο αφορά την αρχιτεκτονική τους οργάνωση, πλήθος πληροφοριών έχουν συλλεχθεί από γραπτές πηγές, καθώς και από τα αρχαιολογικά ευρήματα στον ελλαδικό χώρο- ιδιαίτερα της Επιδαύρου. Το Ασκληπιείο δεν αποτελεί ένα απλό οικοδόμημα, αλλά ένα κτιριακό συγκρότημα με επίκεντρο το ναό του Ασκληπιού. Τα ερείπια, που σώζονται ως σήμερα, μαρτυρούν την ύπαρξη πολύπλοκων κατασκευών, που στο σύνολό τους θυμίζουν την οργάνωση ενός νοσοκομείου. Ο ναός διαθέτει πολλά ιδιόμορφα χαρακτηριστικά σε σύγκριση με την τυπική μορφή των ναών που συνήθως συναντάται.

11 Σεβαστή Χαβιάρα- Καραχάλιου, **Ασκληπιείο Τιτάνης, το πρώτο κέντρο υγείας στον ελληνικό χώρο**; , Διδακτορική διατριβή, Τμήμα Ιατρικής Πανεπιστημίου Ιωαννίνων, επιβλέπων καθηγητής: Β.Π. Ρόζος, 1984, σσ. 26., σσ. 49-56.



Ένα ιδιαίτερο τμήμα του ναού- πέρα από το περιστύλιο και το βωμό με το συμβολικό φίδι-, ήταν η ύπαρξη ενός ειδικού οικοδομήματος, που ο ρόλος του σχετιζόταν με την προπαρασκευή των ασθενών να δεχθούν την επίσκεψη του Θεραπευτή Θεού.

Ένας λαβυρινθοειδής διάδρομος οδηγούσε στο κεντρικό μαρμάρινο θάλαμο, όπου τελούνταν τελετές μυστικιστικού χαρακτήρα. Σε στενή συνάφεια με το ναό βρισκόταν οι χώροι διαμονής των ιερέων- θεραπευτών και του προσωπικού που απασχολούσαν στις θεραπείες. Στα πλάγια του ναού βρισκόταν το εγκοιμητήριο, χώρος προορισμένος για την παραμονή των ασθενών. Κοντά στα κτίρια αυτά υπήρχαν ξενώνες για τους επισκέπτες, στοές για τον περίπατο, γυμναστήρια, παλαίστρες, λουτρά και τέλος το θέατρο, για τη ψυχαγωγία των θεατών.

Όλοι οι παραπάνω παράγοντες και η φιλοσοφία που διέπει τα Ασκληπιεία είναι αυτά τα χαρακτηριστικά που το καθιστούν έναν αρχέτυπο πυρήνα ανάπτυξης του «ολιστικού» προτύπου σχεδιασμού της υγείας, έναν πρότυπο θεραπευτικό χώρο με πλούτο, προσανατολισμένο στα πλαίσια της ανθρωποκεντρικής προσέγγισης της θεραπείας. Η συμμετοχή όλων των αισθήσεων σε αυτή τη διαδικασία, είναι συνεχής και αναπόσπαστο κομμάτι της, καθώς ήταν ιδιαίτερα έντονη η πεποίθηση περί άρρηκτης σύνδεσης νου και σώματος.



2.2 ΟΘΩΜΑΝΙΚΑ ΛΟΥΤΡΑ



Τα οθωμανικά λουτρά (ή χαμάμ) αποτέλεσαν σημαντικό κομμάτι της κουλτούρας των ανατολικών χωρών καθώς ήταν μέρη συναντήσεων, εξαγνισμού της ψυχής και αρχιτεκτονικού ενδιαφέροντος. Τόσο για τους άνδρες όσο και για τις γυναίκες το χαμάμ αποτελούσε χώρο κοινωνικοποίησης και αναψυχής. Ιδιαίτερα, για το γυναικείο πληθυσμό της οθωμανικής αυτοκρατορίας η λειτουργία των λουτρών αποτελούσε τη μοναδική διέξοδό τους από την περικλειστη και συντηρητική κοινωνία τους.

Σύμφωνα με την αρχιτέκτονα Ελένη Κανετάκη, η λουτρική παράδοση των Ρωμαίων υιοθετήθηκε από την οθωμανική παράδοση, μετά από την κατάκτηση της Μικράς Ασίας από τα ισλαμικά φύλα κατά την περίοδο 11^{ου} -15^{ου} αιώνα. Εξίσου σημαντική ήταν και η επίδραση που άσκησαν τα λουτρά της Συρίας και της Αιγύπτου. Τα μεγαλύτερα κέντρα διάδοσης της λουτρικής παράδοσης υπήρξαν η Δαμασκός και το Κάιρο, όπου και στις δύο περιοχές το αραβικό λουτρό απέσπασε στοιχεία τόσο από τα κλασικά και βυζαντινά αρχέτυπα, όσο και από τα πτολεμαϊκά ως φυσική εξέλιξη.¹²

Η διάταξη των λουτρών ακολουθούσε συγκεκριμένα τυπολογικά χαρακτηριστικά, που εξυπηρετούσαν τους κανόνες υγιεινής, οι οποίοι ήταν απόλυτα συνυφασμένη με τις επιταγές της θρησκείας.¹³ Η χωρική οργάνωσή τους διαρθρώνονταν σε τρεις αίθουσες διακυμαινόμενων θερμοκρασιών. Η πρώτη αποτελεί μια τρουλωτή αίθουσα (τζαμεκιάν), τα αποδυτήρια, η οποία έχει θερμανθεί με χλιαρή θερμοκρασία. Η πλειοψηφία των λουτρών, στην πρώτη αυτή αίθουσα διαθέτουν το δωμάτιο του διαχειριστή (χαμαμτζής), σιντριβάνι και ξύλινο υπερώο, για την τοποθέτηση των αποδυτηρίων. Η δεύτερη αίθουσα, που θερμαίνεται μέτρια (20-30 βαθμούς Κελσίου) χρησιμεύει ώστε να συνηθίσει το ανθρώπινο σώμα στη ζέστη. Επιπλέον, για εκείνους που δεν αντέχουν την υψηλή θερμοκρασία υπάρχουν «γούρνες», ώστε να πλένονται, καθώς και πεζούλια- περιμετρικά της αίθουσας- για ξεκούραση των χρηστών. Τέλος, η τρίτη αίθουσα έχει την υψηλότερη θερμοκρασία 38- 40 βαθμούς Κελσίου. Στη μέση της αίθουσας, το μαρμάρινο δάπεδο υπερυψώνεται, ώστε να σχηματιστεί το γκιομπέκ τασί (= πέτρα του ομφαλού).

12 Ελένη Ι. Κανετάκη, **Οθωμανικά λουτρά στον ελλαδικό χώρο**, Διδακτορική διατριβή, Εθνικό Μετσόβιο Πολυτεχνείο, Αθήνα, 2004, σσ.23

13 Ι. Κανετάκη, **Οθωμανικά λουτρά στον ελλαδικό χώρο**, Διδακτορική διατριβή, Σχολή Αρχιτεκτόνων Μηχανικών Ε.Μ.Π., Αθήνα, 2004, σσ.87



Οι λουόμενοι μπορούσαν να ξαπλώσουν και οι ειδικοί υπάλληλοι να τους κάνουν εντριβές. Όπως και στην προηγούμενη αίθουσα, έτσι και εδώ υπάρχουν «γούρνες». Η κτιριακή λειτουργία συμπληρώνεται με το θερμαντικό κέντρο, που βρίσκεται σε επαφή με την τρίτη αίθουσα με τους απαραίτητους βοηθητικούς χώρους. Χαρακτηριστικό των οθωμανικών λουτρών είναι η απουσία παραθύρων και φεγγιτών, προκειμένου να μη διαφεύγει η ζέστη και ο ατμός. Το φως έμπαινε από τα πολυάριθμα μικρά στρογγυλά ανοίγματα που κοσμούσαν τον τρούλο.¹⁴

Στα χρονικά που κληροδοτήθηκαν από τους Ευρωπαίους περιηγητές, μνημονεύεται διαρκώς ο πολυδιάστατος ρόλος των λουτρών- ήδη από την αρχαιότητα-, καθώς και οι άρρηκτα συνδεδεμένοι λόγοι με την υγιεινή και την υγεία, ως συνώνυμο συναναστροφής και απόλαυσης, ψυχαγωγίας και καλλωπισμού. Στην οθωμανική αυτοκρατορία τα λουτρά συνέχισαν να αποτελούν μια συνέχεια σε αυτές τις ανάγκες και τα ήθη, και οι ανωτέρω λόγοι επισφραγίζονται από το ίδιο το μωαμεθανικό δόγμα, που υπαγορεύει στους πιστούς του την καθαριότητα και τον εξαγνισμό προτού εισέλθουν στα τεμένη τους για προσευχή.¹⁵

14 Ευγγελία Μπαλά, Τίτλος άρθρου: «**Το οθωμανικό χαμάμ**», <http://www.kathimerini.gr/kath/7days/2001/05/20052001.pdf>, τελευταία επίσκεψη: 30/3/2013, σσ.6

15 Αλίκη Ασβεστά, Ιόλη Βιγγοπούλου, Τίτλος άρθρου: «**Οι περιηγητές στα χαμάμ**», <http://www.kathimerini.gr/kath/7days/2001/05/20052001.pdf>, τελευταία επίσκεψη: 30/3/2013, σσ.11

Με περιγραφική οξυδέρκεια περιγράφονται η υποβλητική ατμόσφαιρα τους και η αρχιτεκτονική δεξιοτεχνία τους. Τα στάδια της περιποίησης, της γυμναστικής, της τριβής και του καθαρισμού ακολουθούνται στα λουτρά με τρόπο τελετουργικό, ώστε επέρχεται η αίσθηση της ευφορίας και η αναζωογόνηση, συμφιλιώνοντας τους πιστούς μέσω της ψυχικής και σωματικής κάθαρσης. Επιπρόσθετα, οι περιηγητές αναγνώρισαν την αξία και τα αποτελέσματα των λουτρών στην υγεία των ανθρώπων. Με το πέρασμα των χρόνων, η διάδοση της χρήσης τους στους δυτικούς πολιτισμούς διευρύνθηκε, μέσω της ευεργετικής ιδιότητας τους στην αντιμετώπιση ρευματικών και δερματικών παθήσεων, στην αποτοξίνωση του οργανισμού και στην πνευματική ισορροπία.¹⁶


Όλα αυτά συντέλεσαν στην καθιέρωση του θεραπευτικού χαρακτήρα των λουτρών. Η δομή του χώρου σε συνδυασμό με τις υψηλές θερμοκρασίες, με το στοιχείο του νερού οδηγούν στη διέγερση των αισθήσεων και στον εξαγνισμό της ψυχής, μέσα από τη βιωματική εμπειρία του χώρου. Η τελετή της πλύσης, ως μια καθαρά προσωπική πράξη επικαλείται όλο το εύρος των ανθρώπινων αισθήσεων, με σκοπό την αποσυμφόρηση από την καθημερινότητα και το στρες, τη δημιουργία μιας σχέσης ανθρώπου-χώρου, η οποία θα βασίζεται στην επαφή.

16 Αλίκη Αοβεστά, Ιόλη Βιγγοπούλου, Τίτλος άρθρου: «Οι περιηγητές στα χαμάμ», <http://www.kathimerini.gr/kath/7days/2001/05/20052001.pdf>, τελευταία επίσκεψη: 30/3/2013, σσ.13



2.3 ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟΙ ΚΗΠΟΙ





Ο θεραπευτικός κήπος είναι ένας κήπος σχεδιασμένος να κάνει τους ανθρώπους να νιώθουν καλύτερα. Οι κήποι αυτοί αποτελούν μια προσπάθεια να βελτιωθεί το νοσοκομειακό περιβάλλον, όχι μόνο από αισθητικής πλευράς, αλλά περισσότερο ως προσπάθεια να αντιμετωπιστεί η ασθένεια. Οι χώροι αυτοί θα πρέπει να έχουν σχεδιαστεί ενσυνείδητα ως θεραπευτικοί, και θα πρέπει να αποδίδουν, ανάλογα με την περίπτωση, κατευναστικές, χαλαρωτικές ή επανορθωτικές επιδράσεις στην πλειονότητα των χρηστών. Η ουσία είναι οι χρήστες να νιώθουν ασφάλεια, λιγότερο άγχος, πιο άνετα και αναζωογονημένοι.¹⁷

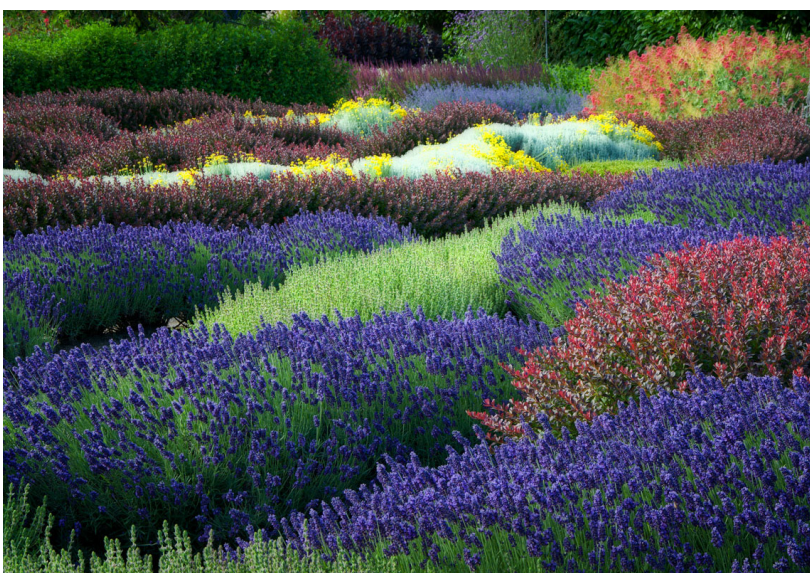
Θα μπορούσε να υποστηριχθεί ότι –εν δυνάμει– κάθε κήπος είναι θεραπευτικός, επαναπροσδιορίζοντας τη σχέση ανθρώπου και φυσικού περιβάλλοντος. Από την αρχαιότητα, ήταν διαδεδομένη η πεποίθηση ότι η φύση περιείχε θεραπευτικές ιδιότητες, θεωρώντας ότι η ασθένεια προερχόταν από τη διαταραχή της αρμονικής συνύπαρξη με αυτή και η αποκατάσταση αυτής της ισορροπίας είναι απαραίτητη για τη θεραπεία. Μέσω διάφορων θεωριών, έχει εκφραστεί η γενικότερη αντίληψη ότι η φύση μπορεί να συνεισφέρει στη ψυχική, συναισθηματική και πνευματική ισορροπία του ανθρώπου. Η εμπειρία της φύσης εμφανίζει θεραπευτικά αποτελέσματα, βοηθώντας στην αντιμετώπιση καταστάσεων άγχους.

Οι πρώτοι κήποι, που σχεδιάστηκαν με σκοπό την ενδυνάμωση της εσωτερικής αρμονίας και κάθαρσης αποτελούν οι ιαπωνικοί κήποι zen και οι κήποι του τσαγιού. Οι πρώτοι εμφανίστηκαν κάπου μεταξύ 1185 και 1333, αποτελώντας το επίκεντρο του φιλοσοφικού στοχασμού. Συνήθως, αποτελούνταν από μια σύνθεση πετρών και φυτών, συμβολίζοντας μια απλοποιημένη έκφραση της φύσης.

17 Μαρία Γιδάρáκου, **Αρχιτεκτονική τοπίου θεραπευτικών- νοσηλευτικών κήπων: ρόλος, λειτουργίες και αρχές σχεδιασμού**, Διδακτορική διατριβή, Γεωπονική Σχολή Α.Π.Θ., Επιβλέπων καθηγητής: Τσαλικίδης Ι., Θεσσαλονίκη, 2008, <http://thesis.ekt.gr/thesisBookReader/id/25949#page/1/mode/2up>, τελευταία επίσκεψη: 5/4/2013, σσ.8

Με τη σειρά τους, οι κήποι του τσαγιού αποτελούσαν έκφραση μιας ηθελημένης δημιουργίας συμβολικού σχεδίου, που ανταποκρινόταν στο ψυχισμό του ανθρώπου. Οι ιδιότητες της κάθαρσης του, δίνονταν από τη βιωματική εμπειρία της πορείας, μέσα από ένα δεδομένο δρόμο με κατευθυνόμενες θέες, σημεία εστίασης και περιοχές διαλογισμού.¹⁸

Αναγνωρίζονται δύο είδη κατηγοριοποιήσεων των θεραπευτικών κήπων, η πρώτη ερευνάται με βάση την τοποθεσία τους και η δεύτερη με βάση την κεντρική ιδέα σχεδιασμού. Αναλυτικότερα, διακρίνονται στον κήπο επίδειξης- ο οποίος δημιουργείται συνήθως στους ακάλυπτους ή τους φωταγωγούς και οι χρήστες δε μπορούν να εισέλθουν σε αυτόν παρά μόνο να τον θαυμάσουν από μακριά -στην αυλή- η οποία συναντάται σε νοσοκομεία και είναι μικροί, ήσυχοι και προστατευμένοι κήποι -στον κήπο εσωτερικού χώρου- ο οποίος ενδείκνυται για περιοχές με μη ευνοϊκό κλίμα και είναι ένας εύκολα προσεγγίσιμος χώρος -στον κήπο οροφής- ο οποίος ως επί των πλείστων έχει αξιόλογη θέα, καθώς δημιουργείται στα δώματα κτιρίων -και στα πάρκα-κήπους των νοσοκομείων- οι οποίοι είναι κήποι μεγάλης έκτασης με έντονη την παρουσία πρασίνου.



18 Μαρία Γιδαράκου, **Αρχιτεκτονική τοπίου θεραπευτικών- νοσηλευτικών κήπων: ρόλος, λειτουργίες και αρχές σχεδιασμού**, Διδακτορική διατριβή, Γεωπονική Σχολή Α.Π.Θ., Επιβλέπων καθηγητής: Τσαλικίδης Ι., Θεσσαλονίκη, 2008, <http://thesis.ekt.gr/thesisBookReader/id/25949#page/1/mode/2up>, τελευταία επίσκεψη: 5/4/2013, σσ.1-2

Ως προς την κεντρική ιδέα σχεδιασμού διακρίνονται στον κήπο των αισθήσεων -ο οποίος λειτουργεί για την ενεργοποίηση των αισθήσεων χρησιμοποιώντας έντονες αντιθέσεις χρωμάτων, καθώς και εναλλαγές υφών και υλικών-, στον κήπο ως διαγνωστικό εργαλείο -ο οποίος δίνει αρκετές δυνατότητες για παιχνίδι και βασικό στόχο έχει να στηρίζει μια σειρά από διακεκριμένες δραστηριότητες -στον κήπο φαρμακευτικών φυτών- ο οποίος βασίζεται στην αντίληψη ότι τα φάρμακα απομυθοποιούνται όταν οι ασθενείς αναγνωρίζουν τη φυσική τους προέλευση -στους κήπους περισυλλογής- σκοπός των οποίων είναι να προσφέρουν ένα χώρο περισυλλογής αποτελώντας έναυσμα για την επακόλουθη αποθεραπεία των ασθενών και στους θεραπευτικούς κήπους με έντονες επιδράσεις από την τέχνη -οι οποίοι βασίζονται στο σχεδιασμό τους στις επιδράσεις του δημιουργού τους από την τέχνη -στους κήπους οι οποίοι είναι βασισμένα σε ιστορικές και πολιτισμικές αναφορές, όπως οι ιαπωνικοί κήποι, οι μοναστηριακοί και οι λαβύρινθοι και, εν τέλει, στους κήπους με ανθρωποκεντρικό σχεδιασμό, των οποίων ο σχεδιασμός βασίζεται στις ανάγκες, εμπειρίες και ιδιαιτερότητες των χρηστών.¹⁹



19 Μαρία Γιδάρκου, **Αρχιτεκτονική τοπίου θεραπευτικών- νοσηλευτικών κήπων: ρόλος, λειτουργίες και αρχές σχεδιασμού**, Διδακτορική διατριβή, Γεωπονική Σχολή Α.Π.Θ., Επιβλέπων καθηγητής: Τσαλικίδης Ι., Θεσσαλονίκη, 2008, <http://thesis.ekt.gr/thesisBookReader/id/25949#page/1/mode/2up>, τελευταία επίσκεψη: 5/4/2013, σσ.24-42.

Παρά το ευρύ φάσμα των παραπάνω κατηγοριών, οι βασικοί στόχοι της επίδρασης των θεραπευτικών κήπων επικεντρώνονται στα εξής σημεία. Πρωταρχικός στόχος είναι η κοινωνική στήριξη και η αποκατάσταση των ανθρώπων που δεν ανταποκρίθηκαν σε άλλες θεραπείες και εν συνεχεία να δημιουργηθεί ένα περιβάλλον που να προωθεί την κοινωνικοποίηση συμβάλλοντας στο να νιώσουν μέρος του συνόλου και της κοινωνίας.²⁰ Επίσης, μέσω των κήπων επιδιώκεται η ως ενός βαθμού ανακούφιση από τα σωματικά συμπτώματα ή επίγνωση αυτών. Αυτή η ανακούφιση είναι ένας σημαντικός παράγοντας τόσο για τη ζωή του ασθενή όσο και για την αποθεραπεία του.

20 Μαρία Γιδράκου, **Αρχιτεκτονική τοπίου θεραπευτικών- νοσηλευτικών κήπων: ρόλος, λειτουργίες και αρχές σχεδιασμού**, Διδακτορική διατριβή. Γεωπονική Σχολή Α.Π.Θ., Επιβλέπων καθηγητής: Τσαλικίδης Ι., Θεσσαλονίκη, 2008, <http://thesis.ekt.gr/thesisBookReader/id/25949#page/1/mode/2up>, τελευταία επίσκεψη: 5/4/2013, σσ.6

Εξίσου σημαντικός στόχος είναι και η καταπολέμηση του άγχους, ένα από τα σημαντικότερα συστατικά για ευεξία, καθώς και η βελτίωση για τη γενικότερη αίσθησή της.²¹

Οι κήποι είναι χώροι που προσφέρουν ψυχική ηρεμία και γαλήνη, κομμάτια αναδημιουργημένης φύσης μέσα στις πόλεις. Χαρακτηριστικά παραδείγματα μπορούν να θεωρηθούν το Highline Park στη Νέα Υόρκη, καθώς και Shanghai Houtan Park στη Σανγκάη. Δύο χώροι σχεδιασμένοι για να προσφέρουν ψυχική ηρεμία και αρμονία στους επισκέπτες του, μικρογραφίες οικολογικών συστημάτων ενταγμένοι στον αστικό ιστό.



21 Clare C. Marcus, Marni Barnes, **Healing Gardens**, http://books.google.gr/books?id=YRY1WejQok8C&printsec=frontcover&hl=el&source=gbs_atb#v=onepage&q&f=false, τελευταία επίσκεψη: 5/4/2013, σσ.1-9



3. ΜΕΣΑ ΧΩΡΙΚΗΣ ΑΝΤΙΛΗΨΗΣ, ΟΙ ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ



Όπως διαπιστώθηκε -μέσω των προαναφερθέντων παραδειγμάτων-η διαδικασία της θεραπείας και του επαναπροσδιορισμού της ψυχικής ισορροπίας λαμβάνει διαφορετικές μορφές και ενισχύεται από τη δομή και τα χαρακτηριστικά του ίδιου του χώρου. Η διέγερση των αισθήσεων, η εμπειρία του χώρου και η μνήμη πυροδοτούν το αίσθημα της προσδοκίας είτε για θεραπεία είτε για ευεξία, καθώς και αισθήματα ευφορίας, ενεργοποιούν τον οργανισμό και επιταχύνουν τη διαδικασία της αποθεραπείας.

Η αρχιτεκτονική αποτελεί ένα πεδίο όπου η αντίληψη του χώρου θεωρείται κρίσιμη τόσο κατά τη διαδικασία του σχεδιασμού όσο και κατά τη χρήση, όντας άμεσα συνδεδεμένη με την σωματική εμπειρία μέσω των αισθήσεων. Γενικά αποτελεί μια διαδικασία η οποία ταλαντεύεται ανάμεσα σε ορθολογικές και ασυνείδητες διεργασίες του ανθρώπινου εγκεφάλου, οι οποίες σχετίζονται με την αποθήκευση, τον εντοπισμό και την ανάκληση της γνώσης.

Η αντίληψη δεν προκύπτει μόνο από την «οφθαλμοφανή» πραγματικότητα αλλά και από βιωματικές εμπειρίες στον χώρο και στον χρόνο.

Το αντιληπτικό σύστημα του ανθρώπινου οργανισμού είναι πολύπλοκο, απασχολώντας πολλαπλούς τομείς έρευνας και μελέτης. Το σύστημα που μεταφέρει τις πληροφορίες, καθώς και τα ερεθίσματα στον εγκέφαλο, προκειμένου να γίνει οτιδήποτε αντιληπτό και να διατηρηθεί ως μνήμη-εμπειρία για μελλοντική επεξεργασία, είναι το σύνολο των αισθήσεων. Οι γνωστές πέντε αισθήσεις μας αλλά και συνδυασμοί αυτών, μεσολαμβάνουν για την επικοινωνία μεταξύ του σώματος, του χώρου και του φυσικού περιβάλλοντος που μας περιβάλλει, εξασφαλίζοντας την αντιστοιχία μεταξύ εσωτερικών και εξωτερικών καταστάσεων και επιτρέποντας την αλληλεπίδραση ατόμου- περιβάλλοντος.

Όλες έχουν τέσσερις κοινές βασικές ιδιότητες: το είδος, την ένταση, τη διάρκεια και την ικανότητα εντοπισμού ενός ερεθίσματος. Εξειδικευμένες νευρικές ίνες αναγνωρίζουν συγκεκριμένα ερεθίσματα του χώρου μετατρέποντάς τα σε διαφορετικές ποιοτικά αισθήσεις. Η ένταση μίας αίσθησης εξαρτάται από την ισχύ του ερεθίσματος και η διάρκειά της από τη διάρκεια και την ισχύ του ερεθίσματος, δηλαδή, όσο περισσότερο χρόνο είναι το άτομο εκτεθειμένο σε ένα ερέθισμα του χώρου τόσο πιο έντονο είναι αυτό. Συμπερασματικά, όταν ο ανθρώπινος οργανισμός εκτίθεται για μεγάλο χρονικό διάστημα σε ένα ερέθισμα, η ένταση της αίσθησης ελαττώνεται, γεγονός που χαρακτηρίζεται ως προσαρμογή. Επομένως, για να ενεργοποιηθούν ξανά οι αισθήσεις του ατόμου πρέπει να υπάρξει μια μεταβολή στα **χωρικά ερεθίσματα**.²²

Παρακάτω αναλύονται η αίσθηση της όρασης, της ακοής, της όσφρησης, της αφής, της κιναισθησίας, το πώς αντιλαμβάνεται ο άνθρωπος τη θερμοκρασία, τις υφές, τα χρώματα, το φως, το θόρυβο και τις οσμές, και τέλος πώς επηρεάζεται η διάθεση του ατόμου καθώς και η διαδικασία της θεραπείας.

22 Γεωργία Βοραδάκη, Δήμητρα Λιναράκη, **Νευροχωρικό σύστημα**, Ερευνητική εργασία, Τμήμα Αρχιτεκτόνων μηχανικών, Πολυτεχνείο Κρήτης, Επιβλέπων καθηγητής: Κ. Ουγγρίνης, 2011, σσ.15-16



3.1 ΟΡΑΣΗ





Ο άνθρωπος αντιλαμβάνεται το περιβάλλον του πρωταρχικά οπτικά. Όπως υποστηρίζει και ο G.Bachelard, η εικόνα είναι τα πάντα, εκτός από ένα άμεσο παράγωγο της φαντασίας και αποκαλύπτει κάθε φορά μια κατάσταση της ψυχής.²³ Ανά πάσα στιγμή οπτικά ερεθίσματα από όλο το οπτικό πεδίο μας φτάνουν στα μάτια μας, τα οποία σε συνδυασμό με τις κινήσεις των ματιών, του σώματος και του κεφαλιού διαρκώς μεταβάλλονται. Ένα κινούμενο αντικείμενο που περνά από μπροστά παράγει μια τοπική «ροή» στον αμφιβληστροειδή, ενώ μια κίνηση του κεφαλιού παράγει μια καθολικότερη «ροή». Για παράδειγμα, αν στραφεί το κεφάλι προς τα αριστερά, ακολουθώντας την κίνηση με τα μάτια, τότε όλο το οπτικό πεδίο θα μετακινηθεί προς τα δεξιά, διότι καθετί που βρισκόταν μπροστά μας θα φαίνεται λίγο πιο δεξιά. Επομένως, η οπτική ροή μας παρέχει τις πληροφορίες για τις κινήσεις των αντικειμένων του περιβάλλοντος, των ατόμων καθώς και του εαυτού μας.²⁴

23 Gaston Bachelard, **Η ποιητική του χώρου**, Μετάφραση: Ελένη Βέλτσου, Ιωάννα Δ. Χατζηνικολή, Αθήνα: Εκδόσεις Χατζηνικολή, 1982, σσ. 23,99

24 Αθανάσιος Πρωτόπαππας, Τίτλος άρθρου: «**Η κατασκευή των εμπειριών από τον εγκέφαλο, συνέπειες για τη φαινομενολογία και τη νευροαπεικόνιση**», http://www.ilsp.gr/homepages/protopapas/pdf/Protopapas_2004_ConstrExper.pdf, τελευταία επίσκεψη: 5/5/2013, σσ.10-11

Η όραση είναι δυνατή μόνο όταν υπάρχει φως, φυσικό ή τεχνητό, το οποίο προσπίπτει σε διάφορα αντικείμενα και αντανακλάται²⁵. Ψυχολογικά, το φως παραμένει μία από τις θεμελιώδεις και πιο ισχυρές ανθρώπινες εμπειρίες. Το φως δημιουργεί το χώρο, όλες οι βαθμιαίες μεταβολές παρέχουν τη δυνατότητα δημιουργίας βάθους.²⁶ Πριν από την αναγνώριση ενός αντικειμένου, τα μάτια το αντιλαμβάνονται σε κομμάτια, ανακατασκευάζοντας γραμμές και γωνίες και εν συνεχεία ο οπτικός φλοιός συγκροτεί αυτά τα τμήματα σε όλον.



25 Όταν ο άνθρωπος κοιτάει ένα αντικείμενο, το φως που αντανακλάται προσπίπτει στον κερατοειδή, ο οποίος καλύπτεται από μία λεπτή στοιβάδα δακρύων. Εν συνεχεία, ο κερατοειδής με τη βοήθεια του κρυσταλλοειδή φακού εστιάζουν την εικόνα στον αμφιβληστροειδή, μια λεπτή στιβάδα νευρικού ιστού η οποία βρίσκεται στο πίσω τμήμα της σφαίρας του οφθαλμού. Περιέχει φωτοαισθητήρες, τα κωνία, τα οποία ανταποκρίνονται σε διάφορα μήκη κύματος φωτός- τα χρώματα-, καθώς και τα ραβδία, τα οποία ανταποκρίνονται μόνο στο φως και το σκοτάδι. Όταν το φως προσπίπτει στον αμφιβληστροειδή, πραγματοποιείται μια χημική αντίδραση, ενεργοποιώντας ένα ηλεκτρικό σήμα που μεταδίδεται σε νηματοειδείς ίνες, γνωστές ως νευράξονες. Αυτή η ηλεκτρική ώθηση προσκρούει στα κυστίδια των ινών, απελευθερώνοντας τα περιεχόμενα τους στους κόλπους μεταξύ των νευρικών κυττάρων. Κατά αυτό τον τρόπο, το φως μετατρέπεται σε ηλεκτρικό σήμα, που μεταφέρεται από το ένα κύτταρο στο άλλο και κατ'επέκταση στον εγκέφαλο.

Δέσμες αυτών των νευρικών ινών συγκροτούν μία επιμήκη δομή, γνωστή ως οπτικό νεύρο. Οι μισές ίνες προέρχονται από το αριστερό μάτι και συνδέονται με το δεξί ημισφαίριο του εγκεφάλου, ενώ εκείνα που απορρέουν από το δεξί μάτι συνδέονται με το αριστερό. Ηλεκτρικά σήματα μεταδίδονται μέσω του οπτικού νεύρου σε ένα δευτερεύων νευρικό σύστημα σε ένα μεταγωγικό τμήμα του εγκεφάλου που ελέγχει την όραση, τον ινιακό λοβό. Esther M. Sternberg, M.D., **Healing spaces**, Massachusetts: The Belknap press of Harvard University Press, 2009, σσ. 25-28

26 Rudolf Arnheim, **Η τέχνη και η οπτική αντίληψη**, Berkeley : The new version, 1974, σσ.331, 339

Ακόμη και στις περιπτώσεις όπου δεν παρέχεται αρκετή πληροφορία για τη δημιουργία μιας συνεχούς γραμμής, ο εγκέφαλος συνδέει τα κομμάτια, προκειμένου να γίνει αντιληπτό το σχήμα. Παράλληλα με αυτή τη λειτουργία, ένα διαφορετικό τμήμα του εγκεφάλου προσπαθεί να συνδέσει αυτή την εικόνα με άλλες που είναι αποθηκευμένες στη μνήμη. Η καλύτερη αντιστοιχία είναι αυτό που αναγνωρίζει ο άνθρωπος. Αυτή η διαδικασία αναγνώρισης είναι συνεχής, ο εγκέφαλος σαρώνει τα αντικείμενα του οπτικού πεδίου, αντιστοιχώντας τα στις ήδη υπάρχουσες εικόνες της μνήμης.²⁷

Ακόμα μια ιδιότητα του οπτικού συστήματος είναι η ικανότητά του να επιλέγει τι είναι αυτό που ο οργανισμός «θα δει» και τι θα απορριφθεί από την οπτική σκηνή, σε τι θα εστιαστεί και τι θα μείνει ασαφές σε δεύτερο επίπεδο. Το «θα δει» εδώ σαφώς ερμηνεύει την έννοια της αντίληψης. Επιλεκτικά η όραση ομαδοποιεί και διακρίνει γνωστά ή άγνωστα, παρόμοια ή ετερογενή οπτικά ερεθίσματα με έναν τρόπο όχι απόλυτα συνειδητό. Έτσι εξηγείται και ο λόγος για τον οποίο η φωτογραφική εικόνα (ως μηχανικό προϊόν), ακόμα και αν παρουσιάζει ακριβώς την ίδια οπτική σκηνή που ο ανθρώπινος οργανισμός έχει μπροστά του, αδυνατεί να περιγράψει την ίδια εντυπωμένη εικόνα με αυτή που το μάτι αντιλαμβάνεται.

Επιπρόσθετα, έχει παρατηρηθεί και η ύπαρξη ενός τμήματος του εγκεφάλου αναγνώρισης κτιρίων.²⁸ Ο εγκέφαλος χρησιμοποιεί μεγάλες δομές – όπως κτίρια- για να καθορίσει τη γεωμετρία του άμεσου περιβάλλοντος του, καθώς και ομάδες μικρότερων αντικειμένων για την αναγνώριση σκηνών. Το φαινόμενο της αναγνώρισης συντελείται καθημερινά, ενώ περιπλανιέται το άτομο στο χώρο. Πρώτα εντοπίζονται τα γενικά χαρακτηριστικά του και μετ' έπειτα τα είδη των αντικειμένων που εμπεριέχει. Παράγοντες επιρροής αυτής της διαδικασίας αποτελούν η κίνηση, τα χρώματα, ο φωτισμός, καθώς και το βάθος της σκηνής. Περισσότερα τμήματα του εγκεφάλου ενεργοποιούνται και συμβάλλουν.²⁹ Ο χώρος μπορεί να επηρεάσει συναισθηματικά τους χρήστες στον ίδιο βαθμό με κοινωνικούς παράγοντες.

27 Esther M. Sternberg, M.D., **Healing spaces**, Massachusetts: The Belknap press of Harvard University Press, 2009, σσ.28

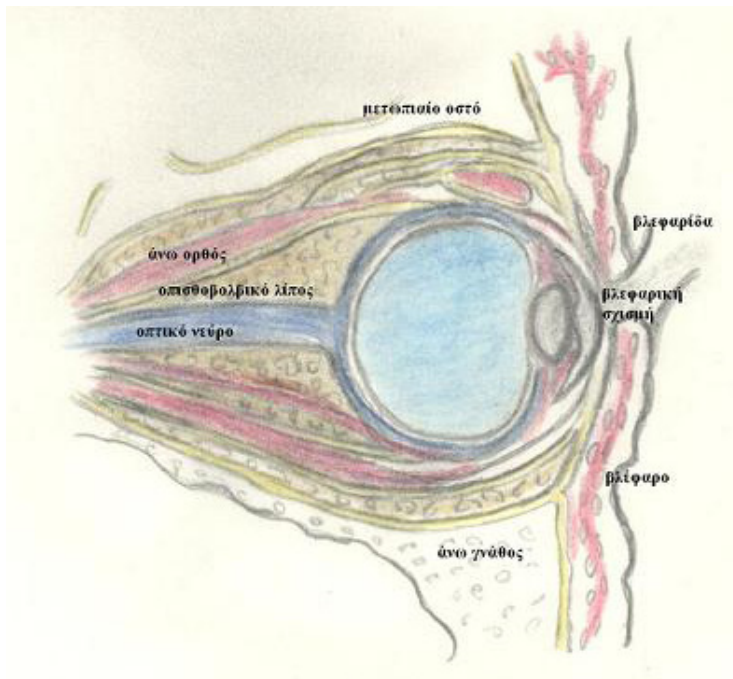
28 Στο ίδιο, σσ.30

29 Στο ίδιο, σσ.32-33

Ένας ευχάριστος χώρος προκαλεί θετικά συναισθήματα που κάνουν τον άνθρωπο να αποκτά δύναμη για να ανταπεξέλθει στις κοινωνικές συνθήκες, ενώ αντίθετα ένας δυσάρεστος πυροδοτεί αγχώδεις διαταραχές. Ωστόσο, η ποιότητα μιας αρχιτεκτονικής πραγματικότητας φαίνεται να εξαρτάται πλήρως από τη φύση του βλέμματος, το οποίο περικλείει το θέμα στο χώρο.

Γιατί όμως ο άνθρωπος νιώθει τόσο έντονα την ανάγκη να περιβάλλεται από φως και χρώματα, είτε εντός του δομημένου περιβάλλοντος είτε εκτός; Είναι ικανός ο φωτισμός και το χρώμα να επηρεάσουν τη διάθεση ή ακόμα και τη θεραπευτική διαδικασία;

Παρά την πλέον διαδεδομένη πεποίθηση, δεν υπάρχει ξεκάθαρη απόδειξη ότι τα χρώματα επηρεάζουν τη διάθεση, τα συναισθήματα, ή τη ψυχική ευημερία με συστηματικό τρόπο. Η πιο ενδιαφέρουσα διαφορά στη μορφοποίηση της έννοιας του χρώματος σχετίζεται στενά με την πολιτιστική εξέλιξη κάθε κουλτούρας.





Τα βασικά χρώματα είναι κοινά σχεδόν σε όλες τις γλώσσες και αντιστοιχούν σε διαφορετικό εύρος χρωμών. Ο αριθμός των χρωμάτων που μπορούμε να αναγνωρίσουμε με σιγουριά, μετά βίας υπερβαίνουν τα τρία βασικά συν τα δευτερεύοντα. Αυτό συμβαίνει γιατί ο ανθρώπινος εγκέφαλος συγκρατεί στη μνήμη του περισσότερες διαφορές είδους παρά χρωμάτων.³⁰ Υπάρχει απόδειξη για την προτίμηση χρωμάτων, αλλά η συναισθηματική αντίδραση σε αυτά είναι ιδιοσυγκρασιακή και μεταβατική. Το κάθε χρώμα προκαλεί διαφορετικά οπτικά ερεθίσματα, αποτελώντας μια από τις κύριες διαστάσεις του φυσικού περιβάλλοντος. Πολλοί είναι οι μελετητές που υποστηρίζουν ότι συγκεκριμένοι χρωματικοί συνδυασμοί έχουν τη δυνατότητα να αλλάξουν την χωρική αντίληψη και τη διάθεση του χρήστη. Ένας μικρός χώρος με σκούρο χρωματισμό δημιουργεί την αίσθηση ενός μικρότερου χώρου, αντίθετα με έναν αντίστοιχο ανοιχτού χρωματισμού. Το ίδιο χρώμα σε δύο διαφορετικά περιβάλλοντα, δεν είναι το ίδιο χρώμα.

Σε πληθώρα ψυχολογικών πειραμάτων, κατά τα οποία τυχαίες σειρές μεμονωμένων χρωμάτων ή χρωματικών ζευγών παρουσιάζονταν σε παρατηρητές οδηγούσαν σε χαώδη και ασαφή αποτελέσματα, και διαπιστώθηκε ότι η ταυτότητα ενός χρώματος δεν εδρεύει στο χρώμα αυτό καθαυτό αλλά καθιερώνεται μέσω των σχέσεων του με άλλα χρώματα και με το περιβάλλον του.³¹ Κανείς δεν αρνείται ότι τα χρώματα έχουν τεράστια εκφραστική δύναμη. Πιστεύεται ευρέως, ότι το κόκκινο διεγείρει τον ανθρώπινο οργανισμό, επειδή θυμίζει τη φωτιά, το αίμα, την επανάσταση. Το πράσινο φέρνει στο νου την αναζωογονητική θύμηση της φύσης, και το μπλε είναι δροσιστικό όπως το νερό. Η εντύπωση του χρώματος που αποτυπώνεται είναι αυθόρμητη και άμεση και προς το παρόν δεν υπάρχει κάποια ξεκάθαρη συμπεριφορά για τη φυσιολογική αντίδραση στα χρώματα. Ένα φωτεινό αμιγές κόκκινο είναι πιο διεγερτικό από ένα υποτονικό γκριζωπό μπλε.

Αλλά δεν υπάρχουν αρκετές πληροφορίες για το πώς επιδρά στο νευρικό σύστημα η έντονη ενέργεια του φωτός. Ο R.Arnhheim παραθέτοντας την άποψη του Fere, υποστηρίζει ότι η μυική δύναμη και η κυκλοφορία του αίματος αυξάνεται με το έγχρωμο φως, αλλά δεν έχει αποδειχτεί αν αυτό οφείλεται σε κάποια δευτερεύουσα συνέπεια της αντιληπτικής εμπειρίας.³²

30 Rudolf Arnheim, **Η τέχνη και η οπτική αντίληψη**, Berkeley : The new version, 1974, σσ.362-364

31 Στο ίδιο, σσ. 396

32 Στο ίδιο, σσ. 400-403



Όπως όμως προαναφέρθηκε, ενώ η απόδειξη της επιρροής των χρωμάτων στη διάθεση δεν είναι αποδεδειγμένη, έχει καθοριστεί η ανταπόκριση του ατόμου σε διαφορετικά μήκη κύματος και εντάσεις φωτισμού. Τα επίπεδα φωτισμού, και πιο συγκεκριμένα τα επίπεδα έκθεσης στο φως της ημέρας, είναι αυτά που ασκούν επιρροή στη ψυχική ευημερία. Η πλειονότητα εκείνων που χρονίως εκτίθονταν λίγες ώρες στο φως της ημέρας υποφέρουν από θλίψη, κόπωση και –σε ακραίες περιπτώσεις- από κλινική κατάθλιψη.³³ Η έκθεση σε φως είναι ζωτική για τον άνθρωπο και ικανή να επισπεύσει και να ενισχύσει τη θεραπεία, συμβάλλοντας στην παραγωγή των κατάλληλων ορμονών και βιταμινών. Εξίσου σημαντικό ρόλο, διαδραματίζει το φως και στην αρχιτεκτονική. Η ιστορία της αρχιτεκτονικής είναι συνυφασμένη με το φως και ιδιαίτερα με το φυσικό φως. Πολλά παραδείγματα που διαχειρίζονται κατάλληλα τον ήλιο και το διάχυτο φυσικό φως για λόγους αισθητικούς, αλλά και θερμικής / οπτικής άνεσης, μπορούν να εντοπιστούν στην κατά τόπους ανώνυμη παραδοσιακή αρχιτεκτονική και παλαιότερα. Όλα τα κτίρια σχεδιάζονταν και κατασκευάζονταν κάτω από μια και μοναδική φωτεινή πηγή, τον ήλιο. Ο διαρκώς μεταβαλλόμενος και ως εκ τούτου μη προβλέψιμος χαρακτήρας του φυσικού φωτός έκανε εξαιρετικά δύσκολο τον αποτελεσματικό χειρισμό και έλεγχο του, ως μέσου αρχιτεκτονικού σχεδιασμού. Ο σχεδιασμός του φωτισμού υπήρξε συνειδητή πράξη από την αρχή της ιστορίας του πολιτισμού. Καθ' όλη τη διάρκεια της ιστορίας το φως χρησιμοποιήθηκε με ποικίλους τρόπους ώστε να αναδείξει τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά της, να δημιουργήσει μυστήριο και θρησκευτική κατάνυξη, να υποβάλει την κατάλληλη ατμόσφαιρα, να ορίσει το χώρο. Συνεχώς διαπιστώνεται ότι, στις επιλογές των μεγεθών,

33 Gary W. Evans, Τίτλος άρθρου: «**The Built Environment and Mental Health**», <http://cmbi.bjmu.edu.cn/news/report/2004/Urban/view/31.pdf>, τελευταία επίσκεψη: 16/5/2013, σσ.6



των σχημάτων, των υλικών, των χρωμάτων, πολύ σημαντικό ρόλο παίζει η σχέση τους με το φυσικό φως. Το φως δεν έρχεται να συμπληρώσει και να εφαρμοστεί στο ήδη δομημένο περιβάλλον, αλλά πολύ συχνά αυτό αναπτύσσεται με παράμετρο το επιθυμητό φως. Το παράθυρο αποτελεί ένα από τα βασικά εργαλεία για την εφαρμογή των παραπάνω κατά τη θεραπευτική διαδικασία. Παρέχει μια πύλη, μια απόδραση από το φόβο, την καθημερινή ρουτίνα, το στρες. Αποτελεί την επικοινωνία με το εξωτερικό περιβάλλον, τη μετάβαση σε ένα χώρο διαλογισμού, που δεν σε απομακρύνει απλά από την πραγματικότητα αλλά προσφέρει ανακούφιση- και εν συνεχεία εκείνη μπορεί να οδηγήσει στη θεραπεία ή και να την επιταχύνει, μέσω της θέασης και της διέγερσης του ανοσοποιητικού συστήματος. Ακόμη, δεν είναι απολύτως κατανοητοί, οι τρόποι με τους οποίους τα παράθυρα επιδρούν. Αρχικά το παράθυρο ήταν μια οπή στον τοίχο- μια σχετικά μικρή περιοχή απλού περιγράμματος μέσα στη μεγάλη επιφάνεια του τοίχου. Το περίγραμμα αντιληπτικά ανήκει στη μορφή, συνεχίζοντας κάτω από αυτή χωρίς διακοπή.³⁴ Η επιρροή τους μπορεί να απορρέει από το φως που παρέχουν, τα χρώματα που μπορούν να διακριθούν. Ήδη από το 19ο αιώνα τα νοσοκομεία σχεδιάζονταν προκειμένου να εκμεταλλευτούν κατά το μέγιστο δυνατό το φως της ημέρας, με μεγάλα νότια ανοίγματα σε κάθε πτέρυγα.³⁵ Σε μια σχετική έρευνα που πραγματοποιήθηκε το 1996 στον Καναδά, οι ασθενείς που υπέφεραν από χρόνια στρες και κατάθλιψη και διέμεναν σε δωμάτια με νότιο προσανατολισμό πήραν εξιτήριο τρεις ημέρες νωρίτερα από εκείνους που διέμεναν σε δωμάτια με δυτικό.³⁶

34 Rudolf Arnheim, **Η τέχνη και η οπτική αντίληψη**, Berkeley : The new version, 1974, σσ.265

35 Esther M. Sternberg, M.D., **Healing spaces**, Massachusetts: The Belknap press of Harvard University Press, 2009, σσ.4

36 Το ίδιο, σσ.50



3.2 AKOH





Η ακοή είναι η αίσθηση της αντίληψης του ήχου. Ο άνθρωπος ζει σε ένα περιβάλλον με οικείους ήχους, ευχάριστους ή δυσάρεστους: θρόισμα φύλλων, παιδικές φωνές, θόρυβος εξαιτίας της κυκλοφορίας, ήχοι γραφείου, κλιματιστικών. Παρόλα αυτά, όσον αφορά τους ήχους δημιουργούνται παραισθήσεις, ενώ παράλληλα, είναι εκπληκτική η ικανότητά του ανθρώπου να αγνοεί όσους ήχους δεν τον ενδιαφέρουν και να εστιάζει σε αυτούς που επιθυμεί να ακούσει.

Ένας ήχος έχει τη δυνατότητα να επηρεάζει σημαντικά τα άτομα, να τα σαγηνεύει ή να τα εκνευρίζει, να τα μελαγχολεί ή να τα ενθουσιάζει. Αναπαριστούν εικόνες και μπορούν να παραπέμψουν σε χωρικές σχέσεις και να συμμετέχουν στη αναγνώριση των χώρων. Αλλά πρώτα από όλα ο ήχος αποτελεί το ίχνος κάποιας δραστηριότητας.



Το όργανο αντίληψης της ακοής είναι το αυτί³⁷, ένα ιδιαιτέρως πολύπλοκο όργανο που εντοπίζει κινήσεις μορίων αέρα και τις διαφορές συχνοτήτων που δημιουργούνται από αυτές τις κινήσεις. Αποτελεί βασικό σύστημα αντίληψης του εξωτερικού χώρου, λειτουργεί ως σύστημα προειδοποίησης, προσανατολισμού και ισορροπίας. Ο ανθρώπινος εγκέφαλος είναι έτσι ρυθμισμένος ώστε να αναζητά ακουστικά ερεθίσματα με οποιονδήποτε τρόπο. Το αυτί έχει την ικανότητα να αντιλαμβάνεται συχνότητες ήχων και να προσδιορίζει την πηγή τους. Η ικανότητα αυτή διαμορφώνει την αντίληψη του εξωσωματικού τρισδιάστατου χώρου, μέσω της μεθόδου του τριγωνισμού και της ανάκλασης των ήχων στα αντικείμενα του περιβάλλοντος χώρου.

Οι ήχοι ερμηνεύονται στον ακουστικό φλοιό, ο οποίος βρίσκεται στο κροταφικό λοβό. Όπως προδίδει και η ονομασία είναι η περιοχή που βρίσκεται πίσω από τους κροτάφους. Έτσι, όπως τα οπτικά σήματα από τον αμφιβληστροειδή χιτώνα διαθέτουν τη χωρική οργάνωσή τους κατά την πορεία τους προς τον εγκέφαλο, έτσι και ο κοχλίας, επεκτεινόμενος από χαμηλούς προς υψηλούς βαθμούς, διατηρείται μέσω των ακουστικών μεταγωγικών σταθμών στον ακουστικό φλοιό.

Δυο κατηγορίες ήχων, των οποίων η συμβολική αξία είναι πολύ έντονη όντας στενά συνδεδεμένες με την ακουστική αντίληψη, είναι η **ομιλία και η μουσική**.

37 Το αυτί διαθέτει τρία βασικά μέρη, το εξωτερικό αυτί, το μέσο και το εσωτερικό. Καθώς ο ήχος μεταδίδεται από κύτταρο σε κύτταρο, χωρίζεται προκειμένου να προσδιοριστεί η πηγή του, το είδος του, καθώς και η ένταση του- συνεχώς αυξανόμενη όσο πλησιάζει προς το δέκτη, απομειούμενη καθώς απομακρύνεται από αυτό. Επακόλουθα, όταν ο παλμός του ήχου φτάσει στο εξωτερικό τμήμα συγκεντρώνεται στο ακουστικό κανάλι του λοβού. Στον ανθρώπινο οργανισμό, αυτό το τμήμα του αυτιού δεν είναι τόσο ευκίνητο συγκριτικά με άλλα έμβια όντα, τα οποία είναι ικανά να στρέψουν το λοβό τους προς την πηγή του ήχου. Εν συνεχεία, τα ηχητικά κύματα προσκρούουν στο τύμπανο, μία μεμβράνη που βρίσκεται στο τέλος του εξωτερικού καναλιού, δονώντας τα στην συχνότητα του ήχου και συνεχίζουν προς το μέσο αυτί. Όταν τα ηχητικά κύματα φτάνουν στο εσωτερικό αυτί προσκρούουν στο κύριο όργανο της ακοής, τη βασική μεμβράνη του κοχλίου, αντλώντας την ονομασία από το σχήμα του. Esther M. Sternberg, M.D., **Healing spaces**, Massachusetts: The Belknap press of Harvard University Press, 2009, σσ.54-55



Η ομιλία βασίζεται στην κωδικοποίηση μιας περιοχής ήχων και συνδυασμών τους που με το άκουσμα τους παραπέμπουν σε ενότητες της γλώσσας. Από την άλλη μεριά η μουσική χαρακτηρίζεται από περιοχές ήχων, από συμπλέγματα και μοτίβα, έτσι όπως έχουν οριοθετηθεί στα πλαίσια διαφορετικών πολιτισμικών παραδόσεων.³⁸ Ήδη από τα αρχαία χρόνια, ιδιαίτερα διαδεδομένη ήταν η αντίληψη για τις θεραπευτικές ιδιότητες της μουσικής. Ο Αριστοτέλης και ο Πλάτωνας αναφέρθηκαν σε αυτές, ενώ συνήθης ήταν και η χρήση της μουσικής από τους ιερείς του Ασκληπιού κατά τη θεραπευτική διαδικασία. Στη μετέπειτα ιστορία των μεταγενέστερων κοινωνιών, το θέμα αυτό απασχόλησε και διέγειρε το ενδιαφέρον της επιστημονικής κοινότητας. Πληθώρα ερευνών έχει διεξαχθεί, ώστε να διερευνηθεί ο τρόπος με τον οποίο η μουσική και οι ήχοι διεγείρουν αισθήματα και κατ' επέκταση εγκεφαλικές περιοχές διευκολύνοντας τη διαδικασία της θεραπείας. Η μουσική παρεμβαίνει στον τρόπο με τον οποίο το άτομο αντιλαμβάνεται και αντιμετωπίζει το χώρο, επηρεασμένο πάντα και από το κοινωνικό του υπόβαθρο.³⁹

38 Σταύρος Σταυρίδης, **Η συμβολική σχέση με το χώρο**, Αθήνα: Κάλβος, 1990, σσ. 157-158

39 στο ίδιο, σσ. 158-159



Σε αυτό συνεισφέρει η παραγωγή ορμονών, οι οποίες είναι ικανές να επηρεάσουν ακόμα και την όραση. Σε κάθε περίπτωση, όταν η παραγωγή ήχων αναφέρεται στη βελτίωση της ψυχοσωματικής κατάστασης του ανθρώπου, οφείλεται στην ανάκληση συναισθημάτων και μνημών.

Ο εγκέφαλος ενεργοποιείται, ηλεκτρικά και χημικά, παράγοντας αισθήματα και ορμόνες. Η σεροτονίνη ρίχνει τα επίπεδα δυσφορίας και κατάθλιψης, η νορεπινεφρίνη παρεμφερής με την αδρεναλίνη αυξάνεται σε περιόδους στρες, επηρεάζοντας την ακοή και την όραση. Μπορεί όμως η παραγωγή αισθημάτων από τους ήχους να συνδεθεί με τη πολύπλοκη διαδικασία της θεραπείας; Μπορούν τα αισθήματα να θεραπεύσουν; Μια έρευνα που εκδόθηκε το 1983, κατέδειξε ότι η μουσική και οι ήχοι επηρεάζουν σε μεγάλο βαθμό τα συναισθήματα, όπως και άλλες σωματικές αντιδράσεις όπως η καρδιακή λειτουργία.⁴⁰

40 Esther M. Sternberg, M.D., **Healing spaces**, Massachusetts: The Belknap press of Harvard University Press, 2009, σσ.66-69

Ακόμα και στην περίπτωση που υπάρξει προσθήκη μουσικής στο θεραπευτικό περιβάλλον, δεν είναι δεδομένα τα αποτελέσματα που θα επιφέρει στη θεραπεία. Η συστηματική –όμως- μείωση ενοχλητικών ήχων θα λειτουργήσει δραστικά στην απομείωση του καθημερινού άγχους. Το στρες έχει πολλαπλές επιβλαβείς επιδράσεις στο ανοσοποιητικό σύστημα, μειώνοντας την απόδοσή του, την ανταπόκριση του σε θεραπείες. Ως αποτέλεσμα, αφαιρώντας τους δυνατούς και στρεσογόνους ήχους από το περιβάλλον και το άμεσο χώρο.

Η συστηματική μελέτη των σχέσεων ήχου και χώρου είναι ιδιαίτερης σημασίας, αν και τα πρακτικά αποτελέσματα μιας τέτοιας έρευνας είναι άγνωστα. Το ηχητικό ίχνος παραπέμπει σε γεγονότα που το προκαλούν. Κατά αυτό τον τρόπο, ο ήχος επεμβαίνει στην υπόσταση του χώρου, καθώς παράγει στον ερμηνευτή εικόνες που αναφέρονται στις συνθήκες παραγωγής του ήχου.⁴¹ Στο καθημερινό περιβάλλον, ο ήχος και ο χώρος αποτελούν δύο κρίσιμες συνιστώσες : δεν υπάρχει ήχος έξω από το χώρο, και κανένας χώρος δεν είναι ποτέ πραγματικά σιωπηλός. Ήχος και χώρος ενισχύουν ταυτόχρονα την αντίληψη του ατόμου· οι ποιότητες του χώρου επηρεάζουν το πώς ο ήχος γίνεται αντιληπτός από τους δέκτες και εκείνες του ήχου επηρεάζουν με τη σειρά τους το πώς γίνεται αντιληπτός ο χώρος από τους χρήστες του. Δύο έννοιες, άρρηκτα συνδεδεμένες με τις βιωματικές εμπειρίες του εκάστοτε ανθρώπου. Παρά όλα αυτά, τα ανθρώπινα όντα δεν παραμένουν απλώς παθητικοί δέκτες αυτής της σχέσης, αλλά δημιουργοί τους.

Σήμερα υπάρχει ο ισχυρισμός ότι οι πόλεις αποτελούν χώρους κατακλυσμένους από ηχορύπανση, γεγονός που προκαλεί την ανάγκη ηχητικής απομόνωσης του ανθρώπου στην κατοικία του. Η ακουστική σε ένα χώρο αποτελεί σημαντικό στοιχείο του. Η ένταση και η ποιότητα των ήχων σε ένα δωμάτιο κατοικίας ή σε ένα χώρο αναψυχής επηρεάζει τις δραστηριότητες και την ψυχολογία των χρηστών. Τα υλικά που χρησιμοποιούνται σε ένα χώρο καθορίζουν σε μεγάλο βαθμό την ακουστική του, όπως για παράδειγμα τα χαλιά ή οι κουρτίνες που τοποθετούνται σε κατοικίες λειτουργούν ηχομονωτικά και καθιστούν το σπίτι ένα ήρεμο, ζεστό μέρος για τους χρήστες του. Ενώ πολλές φορές, ο άνθρωπος αναζητά πολυσύχναστους και θορυβώδεις χώρους για να αναπτύξει την έμφυτη κοινωνικότητά του.

41 Σταύρος Σταυρίδης, **Η συμβολική σχέση με το χώρο**, Αθήνα : Κάλβος, 1990, σσ. 161

Παρά όλα αυτά, στην πλειοψηφία τους ελάχιστα είναι τα αρχιτεκτονικά παραδείγματα όπου η ακουστική δε παραμένει μια υποσυνείδητη εμπειρία, αλλά δημιουργεί την κατάλληλη και επιθυμητή ατμόσφαιρα για πνευματικά τοπία.

Μπορούν να δημιουργηθούν χώροι σιωπηλοί, χώροι θορυβώδεις, χώροι που ασκούν επιρροή και διαμορφώνουν τις εμπειρίες μας, χώροι που διευκολύνουν ή παρεμποδίζουν την επικοινωνία. Η αρχιτεκτονική αντιμετωπίζεται και θεωρείται μια οπτική τέχνη, παρακάμπτοντας πλήρως την ακουστική της παράμετρο. Σήμερα, οι τρόποι με τους οποίους είναι δυνατό να «ακουστεί» ένα κτίριο έχουν μεταμορφωθεί χάρη στις τεχνολογικές εξελίξεις στο χώρο των εφαρμοσμένων και ψηφιακών τεχνών και στα νέα σχεδιαστικά εργαλεία, που ενισχύουν και υποβοηθούν το σχεδιασμό των αρχιτεκτόνων και να συντελέσουν ευεργετικά στην καταστολή του άγχους και άλλων ψυχοσωματικών συμπτωμάτων.

Με τη σειρά της, η απουσία ήχου δεν είναι καθόλου κενή νοήματος για την ακουστική αντίληψη, όπως στη μουσική η παύση και η σιωπή στην καθημερινότητα. Τίποτα δεν υποβάλλει περισσότερο την αίσθηση του απεριόριστου χώρου όσο η σιωπή.⁴² Η ησυχία είναι μια κατάσταση που προσδιορίζει συνολικά τις συνθήκες ενός γεγονότος, ενός τόπου, χαρακτηρίζοντας πολλές φορές και την ίδια την ύπαρξη του χώρου, παραδείγματος χάρη το νεκροταφείο ως χώρος απόλυτης ησυχίας και κατάνυξης. Μία από τις πιο ενδιαφέρουσες ακουστικές εμπειρίες στην αρχιτεκτονική είναι η ηρεμία. Στο παρελθόν η σιωπή έχει χρησιμοποιηθεί ως πρωτεύων εργαλείο για τη δημιουργία κατανυκτικών και ατμοσφαιρικών χώρων. Χαρακτηριστικό παράδειγμα αποτελεί το Πάνθεον. Η απουσία ήχου σε συνδυασμό με την καθηλωτική θέα της στέγης δημιουργεί ένα χώρο αξεπέραστης απλότητας και συμβολικότητας.

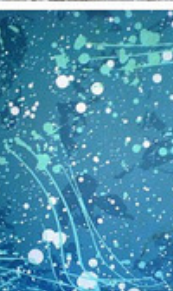
Κάθε κομμάτι ενός κτιρίου παράγει και μεταφέρει ήχους, η σιωπή δεν υπάρχει σε ένα «ζωντανό» κτίριο. Μετατρέποντας την αρχιτεκτονική, δημιουργώντας και μετατρέποντας ήχους, αποκτούμε πλήρη επίγνωση ότι ο ρόλος των κτιρίων ξεφεύγει από τον έλεγχο των αρχιτεκτόνων.

42 Gaston Bachelard, **Η ποιητική του χώρου**, Μετάφραση: Ελένη Βέλτσου, Ιωάννα Δ. Χατζηνικολή, Αθήνα: Εκδόσεις Χατζηνικολή, 1982, σσ. 85



3.3 ΑΦΗ





Μία από τις δύο αισθήσεις μέσω των οποίων ο οργανισμός έρχεται σε άμεση επαφή με το περιβάλλον του είναι η αφή⁴³, δηλαδή το πώς γίνεται αντιληπτή η τραχύτητα ενός τοίχου, η σκληρότητα ενός πέτρινου καθιστικού, η αίσθηση του ζεστού νερού. Μέσω της αφής γίνεται αντιληπτή η υφή των υλικών, λαμβάνεται ένας τεράστιος αριθμός πληροφοριών για το χώρο, καθότι το δέρμα, το μεγαλύτερο ανθρώπινο όργανο, περικλείει ολόκληρο το σώμα. Η αφή είναι θεμελιώδους σημασίας για την ψυχική υγεία του ατόμου και η έλλειψη αγγίγματος ενός ανθρώπου με άλλα πρόσωπα ή αντικείμενα μπορεί να προκαλέσει ακόμα και εγκεφαλικές δυσλειτουργίες.

Δεν γίνεται να προσδιοριστεί ένα μοναδικό όργανο που να μεσολαβεί στην μετάβαση του ερεθίσματος από την πηγή στον εγκέφαλο. Το δέρμα, προσεγγίζει τον ρόλο αυτό αλλά και πάλι δεν μπορεί να αντιστοιχηθεί πλήρως, καθώς τα νεύρα είναι αυτά που ευθύνονται για τη λήψη των οπτικών ερεθισμάτων και το νευρικό μας σύστημα εξαπλώνεται σε ολόκληρο το σώμα μας, εσωτερικά και εξωτερικά. Η διανομή των αισθητήρων αυτών δεν είναι ίδιας πυκνότητας με κάθε σημείο του σώματος. Κάποια μέρη του σώματος, όπως οι άκρες των δαχτύλων και το στόμα, έχουν υψηλή πυκνότητα υποδοχέων και αντίστοιχα μεγαλύτερο αριθμό αισθητηριακών νευρών.

Όλες οι αισθήσεις μπορούν δυναμικά να θεωρηθούν επεκτάσεις της αφής. Είναι άρρηκτα συνδεδεμένη με την όραση, καθώς μπορεί να γίνει αντιληπτή η υφή ενός αντικειμένου ή υλικού, κρίνοντας με βάση τα φωτο-αντανακλώμενα χαρακτηριστικά του. Αυτή η κριτική ικανότητα αποκτάται μέσα από τα βιώματα της καθημερινότητας.

43 Η αίσθηση της αφής λαμβάνει χώρα στο δεύτερο στρώμα δέρματος, αφού το πρώτο είναι ουσιαστικά νεκρό. Όταν κάποιος αγγίζει ένα αντικείμενο, οι υποδοχείς πίεσης στο δέρμα προσδίδουν την πίεση που ασκείται. Αυτοί οι υποδοχείς υπάρχουν σε κάθε κύτταρο και ονομάζονται μηχανοϋποδοχείς. Καθώς η ασκούμενη πίεση παραμορφώνει την κυτταρική μεμβράνη, παραμορφώνονται και τα κανάλια των υποδοχέων, επιτρέποντας την είσοδο ατόμων στα κύτταρα. Αυτή η ροή ιόντων δημιουργεί μία ηλεκτρική σήματα, τα οποία ενεργοποιούν τα αντίστοιχα αισθητήρια τμήματα του εγκεφάλου, καθώς ανταποκρίνονται σε ένα ευρύ φάσμα πιέσεων, καλύπτοντας οχτώ βαθμίδες μεγέθους. Για αυτό το λόγο είναι αισθητό το χνούδι του ροδάκινου, η τραχύτητα του γρανίτη, η λειότητα του μαρμάρου
Esther M. Sternberg, M.D., **Healing spaces**, Massachusetts: The Belknap press of Harvard University Press, 2009, σσ.92



Στη γεύση για παράδειγμα, μέσω του οργάνου της γλώσσας που μεταφέρει τα ερεθίσματα του γλυκού, πικρού, όξινου και αλμυρού στον εγκέφαλο, μεταφέρεται παράλληλα και ένα οπτικό ερέθισμα που προκαλείται από την επαφή της τροφής με τη στοματική κοιλότητα, παρέχοντας μας έτσι πληροφορίες για την υφή της τροφής. Η αφή είναι αυτή που διακρίνει τα ερεθίσματα του θερμού-ψυχρού, του πόνου, της πίεσης και της μυϊκής δράσης.

Στην αρχιτεκτονική, η αφή ενεργοποιείται μέσω των υφών και της θερμοκρασίας ενός χώρου. Η υφή δεν είναι απλά μια φυσική ιδιότητα των υλικών, δρα συμβολικά λόγω των διαφορετικών τρόπων με τους οποίους η υφή επενδύεται με αξία. Σύμφωνα με την άποψη του Σ.Σταυρίδη, η υφή μπορεί να μεταφέρει εμπειρίες, γεγονότα. Συλλογικές εμπειρίες και πρακτικές αναγνωρίζουν στην υφή συμβολικό περιεχόμενο, της αποδίδουν λοιπόν την ικανότητα να προσδιορίζει συμβολικές σχέσεις με το χώρο.



Ένας ολόκληρος κτιριακός πολιτισμός μπορεί να χαρακτηριστεί από τον τρόπο που μεταχειρίζεται και εκμεταλλεύεται τα υλικά, πως ο χρόνος αφήνει τα σημάδια του στην υφή τους, συνοψίζοντας τον τρόπο ζωής και μοντέλα συμπεριφοράς.⁴⁴ Ο χρήστης αγγίζει τα συνθετικά στοιχεία του χώρου, νιώθει το κλίμα του και διαμορφώνει τη συναισθηματική του κατάσταση, πολλές φορές ασυνείδητα. Υφές μαλακές με τις οποίες ο άνθρωπος έρχεται σε επαφή, του προκαλούν αίσθημα ασφάλειας και ζεστασιάς, ενώ νιώθει άβολα σε ένα χώρο όπου επιλέγονται τραχύτερα και σκληρότερα υλικά, προκαλώντας δυσφορία. Η υφή παραπέμπει σε μια εικόνα, όχι την εικόνα του υλικού, αλλά στην εικόνα ενός αντικειμένου φτιαγμένου από ένα τέτοιο υλικό.⁴⁵

44 Σταύρος Σταυρίδης, **Η συμβολική σχέση με το χώρο**, Αθήνα : Κάλβος, 1990, σσ. 174-179

45 Στο ίδιο, σσ. 179

Όπως αναφέρει και ο Π.Μιχαηλής, η ύλη και οι υφές είναι συναρτήσει του μεγέθους του έργου, της τοποθεσίας της και κατά κύριο λόγο με το φως που αναδεικνύει την υφή του υλικού, αφαιρείται η φυσική της υπόσταση, ζωντανεύει.⁴⁶ Καθώς ο άνθρωπος κινείται μέσα στο χώρο, αγγίζει ό,τι αντιλαμβάνεται και αντιλαμβάνεται ό,τι αγγίζει- «αποσπά» αισθήματα από ό,τι αγγίζει, τα ερμηνεύει και τους δίνει νόημα μέσω της μνήμης, συνεισφέροντας στην κατανόηση του περιβάλλοντος και του χώρου.

Ο χρήστης μπορεί να νιώσει εάν ένα δωμάτιο είναι φωτεινό ή σκοτεινό. Κατά τον ίδιο τρόπο που κάποιος νιώθει το φως του ήλιου στο δέρμα του. Έτσι, το φως είναι μία μέθοδος για να απευθυνθεί η αφή στην αρχιτεκτονική. Όπως –όμως- έχει ειπωθεί το δέρμα είναι ικανό να αντιληφθεί περισσότερα ερεθίσματα, υφές, βάρος, πυκνότητα, και θερμοκρασία.



46 Παναγιώτης Μιχαηλής, **Η αρχιτεκτονική ως τέχνη**, Αθήνα: Εκδόσεις Ε.Μ.Π., 1977, σσ.165

Έτσι, γίνεται αντιληπτή η επιρροή που ασκεί η επιλογή των υλικών ενός χώρου, καθώς διαμορφώνουν ένα κομμάτι της ταυτότητας του. Ο στοιχειοθετημένος σχεδιασμός χώρων με κύριο γνώμονα τις ιδιότητες της υλικότητας αποτελεί πλέον επιτακτική ανάγκη, προκειμένου το κτιστό περιβάλλον να αποκτήσει ταυτότητα και να μπορεί να συνεισφέρει-μέσω των σχετικών αποφάσεων που ελήφθησαν κατά τη δημιουργία του- στη θεραπεία της ψυχής, τη μείωση του στρες, η προσφορά θετικών αντιπερισπασμών, η αίσθηση ελέγχου και η καταπολέμηση άλλων σύγχρονων παθογενειών. Συνεπώς, το θεραπευτικό περιβάλλον είναι άμεσα συνδεδεμένο με την έννοια της σωματικής, κοινωνικής και ψυχολογικής άνεσης. Η δύναμη των υφών και ο κατάλληλος συνδυασμός τους μπορεί να προσφέρει απρόσμενα αποτελέσματα προς αυτή την κατεύθυνση, καθώς και την ενίσχυση του σκοπού της, τη δραστική μείωση των επιπέδων θορύβου, τη φυσική ρύθμιση της θερμοκρασίας, την ποιότητα του αέρα, τη δημιουργία ενός άνετου και δεκτικού περιβάλλοντος και κατ' επέκταση την αποφυγή του ιδρυματικού χαρακτήρα. Παραδείγματος χάριν, μέσω της αφής μπορούν να ανακαλυφθούν πολλαπλοί συσχετισμοί. Όπως ένα βότσαλο γυαλισμένο από τη θάλασσα δεν είναι απλά ευχάριστο στο χέρι, αλλά εκφράζει και όλη τη διαδικασία σχηματισμού του.

Αγγίζοντας ένα υλικό, ο άνθρωπος αντιλαμβάνεται περισσότερα και δέχεται πολλαπλής φύσεως ερεθίσματα, από το να περιοριστεί στην οπτική αντίληψη του. Τα υλικά μπορούν μέσω των ιδιοτήτων τους να ανταποκριθούν στις εκφραστικές απαιτήσεις της αρχιτεκτονικής σύλληψης. Στη διαδικασία του σχεδιασμού η μορφή συλλαμβάνεται ως μορφή με φέροντα 'οργανισμό' και πλήρωση όπου ο αρχιτέκτων συνθέτει δομικά υλικά. Το ξύλο προσφέρει μια ζεστασιά στο χώρο κάνοντας τον ανοιχτό και ευπρόσδεκτο. Κατά τον ίδιο τρόπο και η πέτρα προσδίδει οικειότητα στο χώρο, ενώ το σκυρόδεμα προσφέρει στο χώρο σταθερότητα και ασφάλεια.

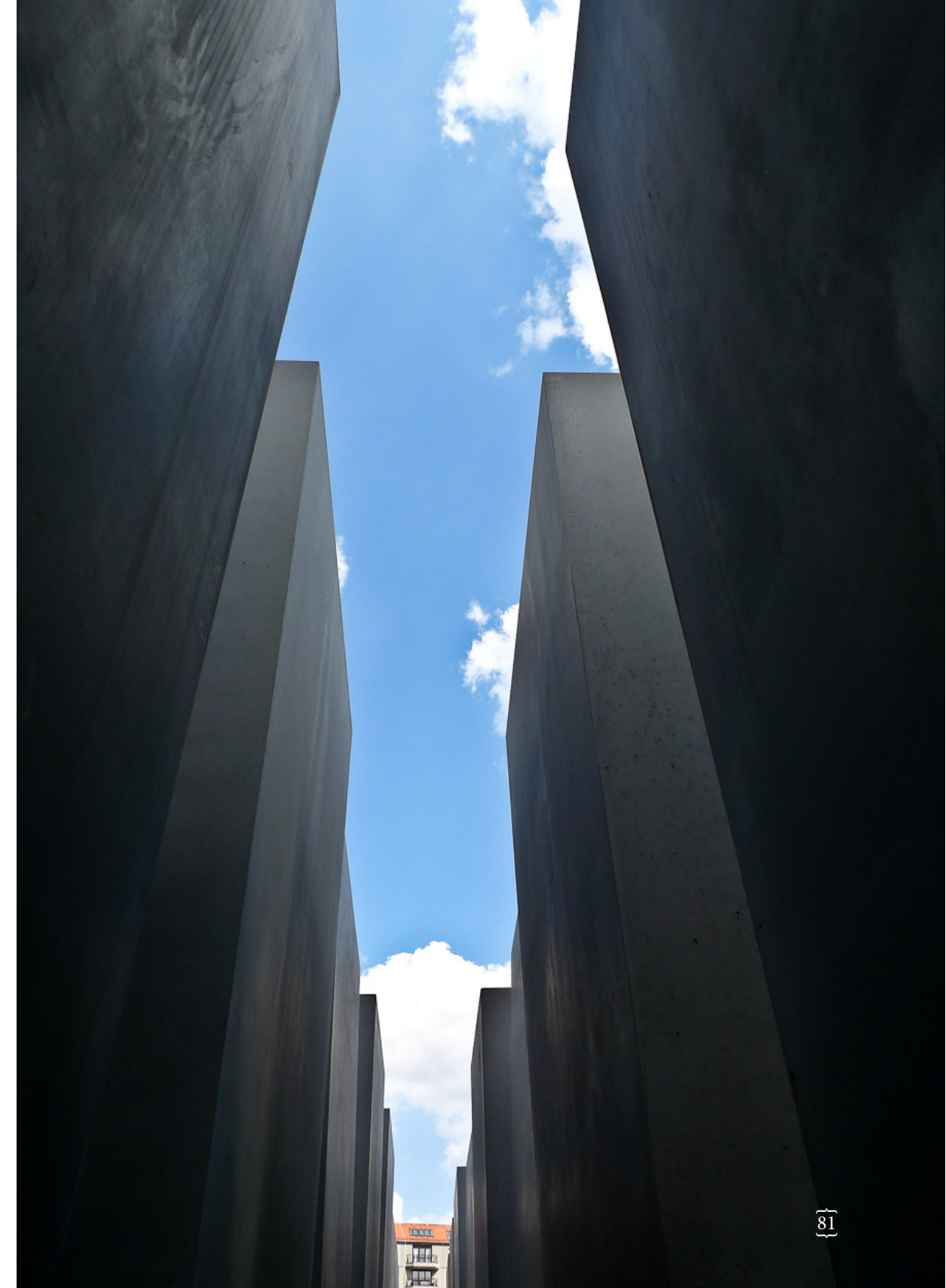


Οι διάφορες δομές του περιβάλλοντος ασκούν σαφώς οπτικές επιρροές, αλλά όταν ο ανθρώπινος οργανισμός έρχεται σε άμεση επαφή αντιλαμβάνεται ένα μεγάλο μέρος των συστατικών του στοιχείων. Σκληρότητα, βάθος, θερμοκρασία- στοιχεία που διαφοροποιούνται από υλικό σε υλικό, παρά το ότι μπορεί να προσδίδουν την ίδια οπτική αίσθηση. Ένα παράδειγμα αρχιτεκτονικής μπορεί να είναι το μνημείο του Ολοκαυτώματος στο Βερολίνο του Peter Eisenman. Προκαλεί τους επισκέπτες να το αγγίξουν με τις λείες επιφάνειες από σκυρόδεμα. Μέσω της όρασης, ο επισκέπτης οδηγείται να ικανοποιήσει την περιέργεια του αποκλειστικά μέσω της αφής, διότι εξεγείρονται οι αισθήσεις του σε τέτοιο βαθμό που η οπτική αντίληψη δεν αρκεί, είτε εν τέλει αυτό το μνημείο του προκαλέσει αισθήματα συμπόνοιας, θλίψης και κατανόησης έχοντας εκπληρώσει το σκοπό του δημιουργού, είτε προκαλέσει αισθήματα αποστροφής και αδιαφορίας.

Την τελευταία δεκαετία με την εξέλιξη του διαδραστικού σχεδιασμού, η αρχιτεκτονική προσαρμόζεται και ανταποκρίνεται σε όλες τις σύγχρονες απαιτήσεις και ανάγκες. Διαρκώς διαπιστώνουμε μια εντελώς διαφορετική αντίληψη στον τρόπο διαχείρισης της υλικότητας της αρχιτεκτονικής. Η αντίληψη αυτή αντανακλά ένα συνολικό μετασχηματισμό του τρόπου κατανόησης της αρχιτεκτονικής που συμβαδίζει με τον αντίστοιχο μετασχηματισμό της σχέσης του φυσικού με το τεχνητό. Καθώς τα κτίρια αποκτούν πιο εξελιγμένα περιβάλλοντα για το χρήστη, αισθητηριακά συστήματα και δικτυωμένες πληροφορίες «βοηθούν» να λαμβάνονται αποφάσεις από τα ίδια, τα διαδραστικά σχέδια καλούν πλέον τους χρήστες να αγγίζουν τα κτίρια περισσότερο, προσφέροντας νέες δυνατότητες και τρόπους.

Η πρώτη αίσθηση του χρήστη που βιώνει αυτού του είδους την αρχιτεκτονική είναι ο εντυπωσιασμός, αν και είναι πλήρως αυτοματοποιημένος και ελεγχόμενος. Ένα από τα ζητήματα που τίθεται προς έρευνα και συζήτηση είναι ο βαθμός επιρροής που ασκεί το άγγιγμα του χρήστη στο κτίριο ως όλον.

Μέχρι στιγμής τέτοιου είδους περιβάλλοντα έχουν χρησιμοποιηθεί ως εικαστικές εφαρμογές σε ήδη υπάρχοντα κτίρια ή σε προσωρινές κατασκευές, χωρίς να γίνεται η προσπάθεια για την ουσιαστική προσαρμογή τους στις ανάγκες των χρηστών και πιθανότατα στην αξιοποίηση τους κατά το σχεδιασμό ενός θεραπευτικού περιβάλλοντος.





3.4 ΟΣΦΡΗΣΗ



Ο ρόλος των οσημητικών στοιχείων στη διαμόρφωση της φυσιογνωμίας ενός χώρου είναι ιδιαίτερα ισχυρός και άρρηκτα συνδεδεμένος με τις ατομικές βιωματικές εμπειρίες. Οι μυρωδιές έχουν την ιδιότητα να ανακαλούν στην μνήμη καταστάσεις και εικόνες, συνεπώς καθίσταται ικανή η αναγνώριση ενός χώρου μέσω του οσφρητικού συστήματος, συνδέονται με τις συνθήκες που τις προκαλούν. Η μνήμη λειτουργεί ως ένα απόθεμα εμπειριών συσχετισμένων με κάποιες μυρωδιές. Μόνο μέσα από τη βιωματική εμπειρία του χώρου και μέσα στο χώρο μπορούμε να βρούμε τα αποτελέσματα της διάρκειας που έχουν σταθεροποιηθεί μέσα από μακροχρόνιες διεργασίες.⁴⁷ Όταν μια μυρωδιά γίνει αντιληπτή, δραστηριοποιείται άμεσα η μνήμη, προκαλώντας την ανάκληση κάποιων τμημάτων του αποθέματος που συνδέεται με παρεμφερείς οσμές. Η δύναμη της ανάκλησης προκαλεί αλληπάλληλους συνειρμούς, επιδρώντας στη συμπεριφορά του ατόμου στο χώρο.⁴⁸

47 Gaston Bachelard, **Η ποιητική του χώρου**, Μετάφραση: Ελένη Βέλτσου, Ιωάννα Δ. Χατζηνικολή Αθήνα: Εκδόσεις Χατζηνικολή, 1982, σσ. 36

48 Σταύρος Σταυρίδης, **Η συμβολική σχέση με το χώρο**, Αθήνα: Κάλβος, 1990, σσ. 148

Οι οσμές θα έπρεπε να συμμετέχουν και να είναι μέλημα σχεδιασμού, να αντιμετωπίζονται σε όλες της κλίμακες αρχιτεκτονικού σχεδιασμού. Στην καθημερινή ζωή, λαμβάνουν πολλαπλές χρήσεις, καθώς μπορούν να λειτουργήσουν ως μέσο καθαριότητας, καλλωπισμού, θρησκευτικής εκδήλωσης, διεγερτικό, θεραπευτικό, ηρεμιστικό, εκμάθησης, επικάλυψης, αναγνώρισης, υποβολής, επιρροής, υποσυνείδητου, πρόκλησης συγκεκριμένων ψυχολογικών καταστάσεων, δελεασμού, προειδοποίησης, προστασίας, σήμανσης, μεταφοράς μηνυμάτων, διάκρισης κοινωνικών τάξεων, διάκριση φύλου, αναγνώρισης χαρακτηριστικών, πληροφόρησης, ικανοποίησης άλλων αισθήσεων ή όχλησης. Τα στοιχεία αυτά συχνά αποτελούν πολύτιμους φυσικούς ή πολιτιστικούς πόρους ενός χώρου και η ανάδειξη ή αξιοποίηση τους μπορεί να προσφέρει πολλά στην καλύτερη και πληρέστερη λειτουργία και απόδοση αυτού του χώρου.





Όπως αναφέρει και ο Σ.Σταυρίδης, η λειτουργία της μυρωδιάς είναι άκρως στενά συνδεδεμένη με το χώρο, οι χώροι «μυρίζουν» και χαρακτηρίζονται από πληθώρα οσμών, κατοικούνται από μυρωδιές που είναι σημάδι, αποτέλεσμα της σχέσης τους με τους ανθρώπους.⁴⁹

Η μύτη είναι το αισθητήριο όργανο αντίληψης των οσμών⁵⁰. Το οσφρητικό όργανο καταγράφει οσμές κατά τον ίδιο τρόπο που το οπτικό σύστημα καταγράφει εικόνες. Αρχικά, τα συνθετικά στοιχεία της μυρωδιάς εντοπίζονται, και εν συνεχεία ο εγκέφαλος τα συνδυάζει για τη δημιουργία μιας οσμητικής «εικόνας» του περιβάλλοντος. Δηλαδή, ο άνθρωπος μπαίνοντας σε ένα χώρο, από τον οποίο αναδίδουν έντονες μυρωδιές, είναι ικανός να τον αναπαραστήσει και να εστιάσει την προσοχή του στην πηγή της οσμής. Αλλά και μια εικόνα μπορεί να ανακαλεί μυρωδιές, εμφανίζοντας αυτές και ό,τι εκφράζουν ή αντιπροσωπεύουν στο παρασκήνιο.

49 Σταύρος Σταυρίδης, **Η συμβολική σχέση με το χώρο**, Αθήνα: Κάλβος, 1990, σσ. 148

50 Κατά τη διαδικασία της εισπνοής, αέρας εισέρχεται μέσω των ρουθουνιών. Καθώς κατευθύνεται στο πίσω μέρος του λαιμού, διαπερνά τρία εσωτερικές δομές της μύτης. Ένα μέρος του- όμως- διαπερνά μία δομή, η οποία βρίσκεται στη βάση του κρανίου και εντοπίζει τις μυρωδιές του άμεσου περιβάλλοντος, το οσφρητικό όργανο. Τα νευρικά του κύτταρα στέλνουν συνεχώς ίνες μέσω μιας ιδιαίτερα λεπτής διάτρητης κηλίδας του κρανιακού οστού, προκειμένου να είναι ανεμπόδιστη η επαφή των κυττάρων με τον εγκέφαλο. Μυρίζοντας κάτι αναγνωρίζεται η χημική του σύσταση. Το οσφρητικό όργανο αποτελεί ουσιαστικά ένα χημικό ανιχνευτή, το οποίο είναι ικανό να αναγνωρίζει τη σύσταση με βάση ελάχιστα μόρια διαλυμένα στον ατμοσφαιρικό αέρα. Σε διακόσια χιλιοστά του δευτερολέπτου, η μύτη σε συνεργασία με τον εγκέφαλο ανιχνεύουν διαφορές και ομοιότητες, βασισμένες σε χημικές ιδιότητες, ανάμεσα στις διάφορες οσμές. Esther M. Sternberg, M.D., **Healing spaces**, Massachusetts: The Belknap press of Harvard University Press, 2009, σσ.75-79

Πώς ο ανθρώπινος οργανισμός είναι ικανός να διακρίνει δεκάδες χιλιάδες διαφορετικές οσμές; Πώς αναγνωρίζει οσμές σε δέκατα του δευτερολέπτου;

Μέχρι στιγμής, δεν έχει βρεθεί κάποια μέθοδος απομόνωσης και αποθήκευσης των οσμών που συναντώνται στο χώρο, με σκοπό την μετέπειτα αναπαραγωγή τους. Ίσως αυτός είναι ο λόγος που οι μυρωδιές συνδέονται τόσο στενά με τη μνήμη καθώς είναι ο μοναδικός τρόπος αποθήκευσής τους. Συνήθως όταν μια μυρωδιά δεν συναντάται συχνά στο περιβάλλον περιγράφεται με λεκτικούς προσδιορισμούς οι οποίοι με τη σειρά τους παραπέμπουν σε αλυσιδωτούς συνειρμούς της σκέψης.

Είναι φανερό πως ο χαρακτηρισμός μιας οσμής όχι μόνο ως ευχάριστη ή δυσάρεστη, αλλά γενικότερης κρίσης αυτής, είναι αποτέλεσμα πολλών παραγόντων, πολύπλοκων που έχουν να κάνουν με θέματα χώρου, χρόνου και συμπεριφορών. Οι παράγοντες αυτοί μπορούν να διακριθούν σε τρεις κατηγορίες. Σε πρακτικούς, ιδεολογικούς και συναισθηματικούς. Στους πρακτικούς συγκαταλέγονται η γνώση της πηγής προέλευσης, οι συνθήκες παραγωγής ή η ποσότητα. Η χρήση είναι ένας ακόμα παράγοντας, το οικονομικό κέρδος, ο βαθμός επιρροής της υγείας, η συνήθεια, η ομοιομορφία κ.α. Στους συναισθηματικούς παράγοντες κρίσης μιας μυρωδιάς συγκαταλέγονται η συναισθηματική και ψυχολογική κατάσταση, ο χρόνος, η σύνδεσή της με μνήμες ή εμπειρίες, η συνήθεια, η ιδιωτικότητα, το ενδιαφέρον ως προς την πληροφορία κ.α. Ενώ στους ιδεολογικούς παράγοντες συγκαταλέγονται η κουλτούρα, η πολιτιστική ταυτότητα, η διαμορφωμένη κοινωνική συνείδηση, η συμβατότητα με τον τόπο, οι συνθήκες παραγωγής, η δυνατότητα διάκρισης κ.ο.κ. Όλοι οι παραπάνω παράγοντες πρέπει να ληφθούν υπόψη όταν το οσμητικό τοπίο γίνει εργαλείο σχεδιασμού για τους αρχιτέκτονες.⁵¹

Ακόμα και στα παλαιότερα χρόνια, η αρχιτεκτονική δυναμική των οσμών ήταν ενσωματωμένες στο σχεδιασμό των εκκλησιών, των θεάτρων, και άλλων δημόσιων ή ιδιωτικών κτισμάτων. Κατά τον 20^ο αιώνα, ενώ παρουσιάστηκε έντονα η ανάγκη αποστείρωσης των χώρων για τη ρύθμιση της ποιότητας του αέρα, σχεδόν οδήγησε την αίσθηση της όσφρησης κάτω από το επίπεδο αντίληψης.

51 Αρχοντούλα Βασιλάρα, Εισήγηση με τίτλο: «**Ο ρόλος του οσμητικού τοπίου στην ανάδειξη και αξιοποίηση της τόπου**», στο 1^ο πανελλήνιο συνέδριο marketing & branding τόπου, στρατηγικής προβολής και ταυτότητας τόπου και εκδηλώσεις αστικού πολιτισμού, Βόλος, 2012, τελευταία επίσκεψη: 23/5/2013

Υπάρχουν όμως παραδείγματα σύγχρονης αρχιτεκτονικής που αναμορφώνουν αυτή την άορατη διάσταση του χώρου ως ένα θεμιτό στοιχείο της αρχιτεκτονικής και το ενσωματώνουν στην βιωματική εμπειρία. Τέτοια παραδείγματα αποτελούν το ελβετικό περίπτερο του Peter Zumthor για την έκθεση του Ανόβερου, που υποδεχόταν τους επισκέπτες με τη ρητινώδη οσμή της ξυλείας.

Έτσι, καθημερινά ο άνθρωπος γίνεται δέκτης πολλαπλών οσμών, οι οποίες διαφοροποιούνται σε σχήμα, μέγεθος και σύσταση. Η αντίληψη της έντασής της είναι εξαρτώμενη όχι μόνο από την περιεκτικότητα της, αλλά και από την ταχύτητα συμπλοκής της με το δέκτη. Η μυρωδιά λειτουργεί ως συμπύκνωση του χαρακτήρα ενός τόπου, να εντοπίζει σημεία ενδιαφέροντος, ακόμη και να δηλώνει γεγονότα που συνέβησαν.⁵² Πέρα από τις πληροφορίες σχετικά με το χημικό και φυσικό περιβάλλον, η αίσθηση της όσφρησης παρέχει πληροφορίες και για το άμεσο κοινωνικό περιβάλλον και τις διαπροσωπικές σχέσεις που το συγκροτούν, παραδείγματος χάριν εάν κάποιοι άνθρωποι θεωρούνται πιο ελκυστικοί.

Ένα ακόμη χαρακτηριστικό των οσμών, που έχει παρατηρηθεί μέσα από την καθημερινή ζωή αλλά και πληθώρα ερευνών και μελετών είναι η επιρροή που ασκούν στη διάθεση των ανθρώπων και στις ψυχολογικές τους διεργασίες. Μυρωδιές που προκαλούν χαρά, λύπη ακόμη και φόβο.

Πώς όμως επηρεάζεται ο ανθρώπινος οργανισμός; Μπορούν οι οσμές να θεραπεύσουν;

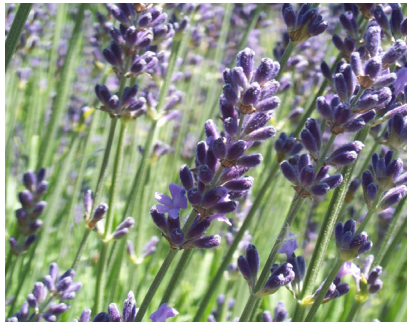
Ήδη από την αρχαιότητα, πολλά αρωματικά έλαια- λεβάντα, χαμομήλι, λιβάνι κτλ.- ήταν γνωστά για τις θεραπευτικές τους ιδιότητες. Το μύρο και το βάλαμο χρησιμοποιούνταν για την ίαση πληγών. Όπως όμως έχει ήδη αναφερθεί, η θεραπεία του σώματος ήταν η θεραπεία της ψυχής, έτσι πληθώρα αρωματικών ελαίων χρησιμοποιούνταν για την ευεργετική τους επιρροή στη ψυχική διάθεση των ανθρώπων. Η λεβάντα χαλαρώνει, το χαμομήλι, η βαλεριάνα και το τριαντάφυλλο μειώνουν το καθημερινό άγχος. Ένας λόγος για τον οποίο είναι δύσκολο να μελετηθούν συστηματικά οι επιρροές που ασκούνται στη διάθεση, οφείλεται στο ότι ανακαλούν μνήμες διαφορετικές για το κάθε άτομο.

52 Σταύρος Σταυρίδης, **Η συμβολική σχέση με το χώρο**, Αθήνα : Κάλβος, 1990, σσ. 152-154

Από την άλλη, αυτό το χαρακτηριστικό είναι που ενισχύει την θεραπευτική τους ιδιότητα. Η αίσθηση της οσμής είναι μία από τις πρώτες αισθήσεις που αναπτύσσονται και συνδέονται ανεξίτηλα με τη μνήμη. Πιθανότατα, αυτό το φαινόμενο να σχετίζεται με τον τρόπο που ένα βρέφος βιώνει τον κόσμο, μέσω της μυρωδιάς της μητέρας του.

Τα ανωτέρω εφαρμόζονται με το βέλτιστο τρόπο κατά το σχεδιασμό θεραπευτικών κήπων, καθώς και στην αρχιτεκτονική τοπίου. Στους θεραπευτικούς κήπους αναφερθήκαμε αναλυτικότερα σε προηγούμενο κεφάλαιο. Κάθε στοιχείο τους εκπροσωπεί ένα ευρύτερο στοιχείο του τοπίου: βουνά, ποτάμια. Μέσω της ολιστικής προσέγγισης, και εκμεταλλευόμενο όλες τις ιδιότητες της φύτευσης και του υγρού στοιχείου, είναι ικανός ένας θεραπευτικός κήπος να διεγείρει τις αισθήσεις, ιδιαίτερα την οσμή, να βελτιώσει τη ζωτικότητα, καθώς και να προωθήσει την ανάρρωση από σωματικές, ψυχικές, ψυχολογικές και πνευματικές αρρώστιες.

Συνεχώς αυξανόμενο είναι το πλήθος των ερευνών που διεξάγονται, ώστε να διερευνηθεί σε βάθος το κατά πόσο και πώς είναι εφικτή η ευεργετική επιρροή των οσμών σε ψυχοσωματικά συμπτώματα. Χρειάζεται να αποσαφηνιστεί η σύνδεση της διαδικασίας της θεραπείας με την αίσθηση των οσμών.





3.5 ΚΙΝΑΙΣΘΗΣΙΑ



Η αίσθηση της κίνησης. Η συνειδητοποίηση ότι το σώμα ή κάποιο μέλος του σώματος κινείται, βιώνοντας ταυτόχρονα ένα σταθερό κόσμο και μία ρέουσα παράταξη. Η ροή του περιβάλλοντος χώρου βιώνεται, λοιπόν, ως ιδιομετακίνηση.⁵³ Η κιναισθησία διακρίνεται σε οπτική, η οποία προσδιορίζει την κίνηση του σώματος σε σχέση με το περιβάλλον, και στην ακουστική, η οποία το κάνει μόνο στην περίπτωση της παθητικής μετακίνησης- παραδείγματος χάρη όταν ο παρατηρητής κινείται με μηχανικά μέσα.⁵⁴ Συνδέεται στενά με το αιθουσαίο και ιδιοδεκτικό σύστημα που καθορίζουν τη σχέση του σώματος με βάση τη βαρύτητα και την κίνηση. Πιο αναλυτικά, το αιθουσαίο σύστημα αναφέρεται σε δομές στο έσω αυτί (λαβύρινθος) που ανιχνεύουν την κίνηση και αλλαγές στη θέση της κεφαλής και είναι υπεύθυνο για να επιτρέπει στο άτομο να γνωρίζει την θέση, κίνηση, ταχύτητα και διεύθυνση της κίνησης.⁵⁵



53 Τσαμπίκος Πετράς, Φάρκωνας Ιωάννης, **Η οπτική εμμονή και η διεύρυνση της πολιτιστικής προσβασιμότητας**, Ερευνητική εργασία, Σχολή Αρχιτεκτόνων Μηχανικών, Επιβλέπων καθηγητής: Κ. Μωραΐτης, Αθήνα, 2008, σσ. 51

54 Στο ίδιο, σσ.53

55 Στράτος Αλεξάνδρου, Τίτλος άρθρου: **Αιθουσαίο σύστημα**, <http://www.proseggisi.gr/?p=189>, τελευταία επίσκεψη: 26/5/2013

Ενώ το ιδιοδεκτικό σύστημα είναι υπεύθυνο για την αυτόματη (ασυνείδητη) προσαρμογή των κινήσεων του σώματος στο χώρο. Θεωρείται υπεύθυνο για ικανότητες που χρειάζονται λεπτούς χειρισμούς και δεξιότητες όπως η γραφή, το κούμπωμα πουκάμισου κ.α. καθώς επίσης και για τον συντονισμό προσχεδιασμένων, ταυτόχρονων δράσεων του σώματος.⁵⁶

Η κιναισθησία έχει μελετηθεί πριν από το 19^ο αιώνα, υπό άλλων ονομασιών – όπως «εσωτερική λογική» και «βιολογική ευαισθησία», αναφερόμενες σε όλες αυτές τις μη προσδιορίσιμες αισθήσεις που δεν εντοπίζονταν σε κάποια από τα πέντε γνωστά αντιληπτικά συστήματα. Δεν ήταν μέχρι τις αρχές του 19^{ου} αιώνα που η «αίσθηση του μυός» ανακηρύχτηκε ως η έκτη αίσθηση, από δύο φυσιολόγους τον Charles Bell (1774-1842) και τον François Magendie (1783- 1855).⁵⁷



56 Στράτος Αλεξάνδρου, Τίτλος άρθρου: **Ιδιοδεκτικό σύστημα**, <http://www.proseggisi.gr/?p=192>, τελευταία επίσκεψη: 26/5/2013

57 Zeynep Çelik, Τίτλος άρθρου: **Kinesthesia**, <http://sixthsensereader.org/about-the-book/abcdarium-index/kinaesthesia/>, τελευταία επίσκεψη: 26/5/2013

Θεωρείται ότι δεν αποτελεί πάντα μια συνειδητή διαδικασία αλλά έχει σχεδόν μαθηματική ακρίβεια στον τρόπο που επηρεάζει τις σωματικές μετακινήσεις. Κατά την άποψη του Michotte, η κίνηση φαίνεται να είναι ουσιώδης στη φαινομενική ύπαρξη του σώματος, και βιώνει κανείς τη στάση ως την τελική φάση της κίνησης.⁵⁸ Δεν παρέχει ένα άμεσο σωματικό αίσθημα, εντούτοις μπορεί να επηρεάσει τις αισθήσεις και την φάση της χωρικής εμπειρίας, γεγονός που την καθιστά εξαιρετικά σχετική με την αρχιτεκτονική. Η απαραίτητη συνθήκη του χρόνου για την διεξαγωγή της κίνησης, είναι θεμελιώδης και στην αντίληψη του χώρου μέσω της κιναισθησίας. Η κιναισθησία θεωρείται αναγκαίος τρόπος βίωσης του χώρου καθώς το σώμα μετράει το χώρο και το χρόνο. Ο τρόπος με τον οποίο ο χώρος διαμορφώνεται και μετατρέπεται καθώς κινείται κάποιος σε αυτόν είναι μία από τις πιο ουσιαστικές ποιότητες και διαστάσεις της αρχιτεκτονικής.

Η κιναισθησία παρουσιάζει έναν αρκετά τεχνικό χαρακτήρα που όμως χρειάζεται συντήρηση και μπορεί να αναπτυχθεί με την εκπαίδευση. Η αποστέρηση δυνατοτήτων κιναισθητικής βίωσης του χώρου στα σύγχρονα περιβάλλοντα είναι συνεχής, με την ολοένα και αυξανόμενη χρήση του αυτοκινήτου, των ανελκυστήρων και των υπολοίπων μέσων άνεσης που καθηλώνουν το σώμα, περιορίζοντας την κίνησή του. Η αλλαγή του αστικού σχεδιασμού προς μια κατεύθυνση που θα τόνωνε κιναισθητικά τις χωρικές εμπειρίες, θα μπορούσε να ενεργοποιήσει τον ενθουσιασμό και να προσελκύσει τον χρήστη σε μια ενεργή σωματική συσχέτιση με τον χώρο, μέσω περιπάτων και σχεδιασμένων διαδρομών.

Η κιναισθησία μπορεί να βιωθεί και να κατανοηθεί σε βάθος μέσω της έννοιας του λαβυρίνθου, που πρωτοεμφανίστηκε σε γραπτά του Πλούταρχου περιγράφοντας το μινωικό λαβύρινθο που άτυχες ψυχές έχασαν το δρόμο τους και τη ζωή τους από τον μυθικό Μινώταυρο. Ο ακίνητος παρατηρητής βλέπει τις δυνατότητες κίνησης και τις δυνατότητες αλληλεπίδρασης με τα αντικείμενα στο χώρο που βρίσκεται, και επιλέγει τον τρόπο που θα κινηθεί. Επομένως, η μετακίνηση καθοδηγείται από την οπτική αντίληψη. Η μετακίνηση και η αντίληψη είναι αλληλοεξαρτώμενες, σε σχέση με κάποιο κινούμενο σημείο παρατήρησης, το οποίο κρίνεται

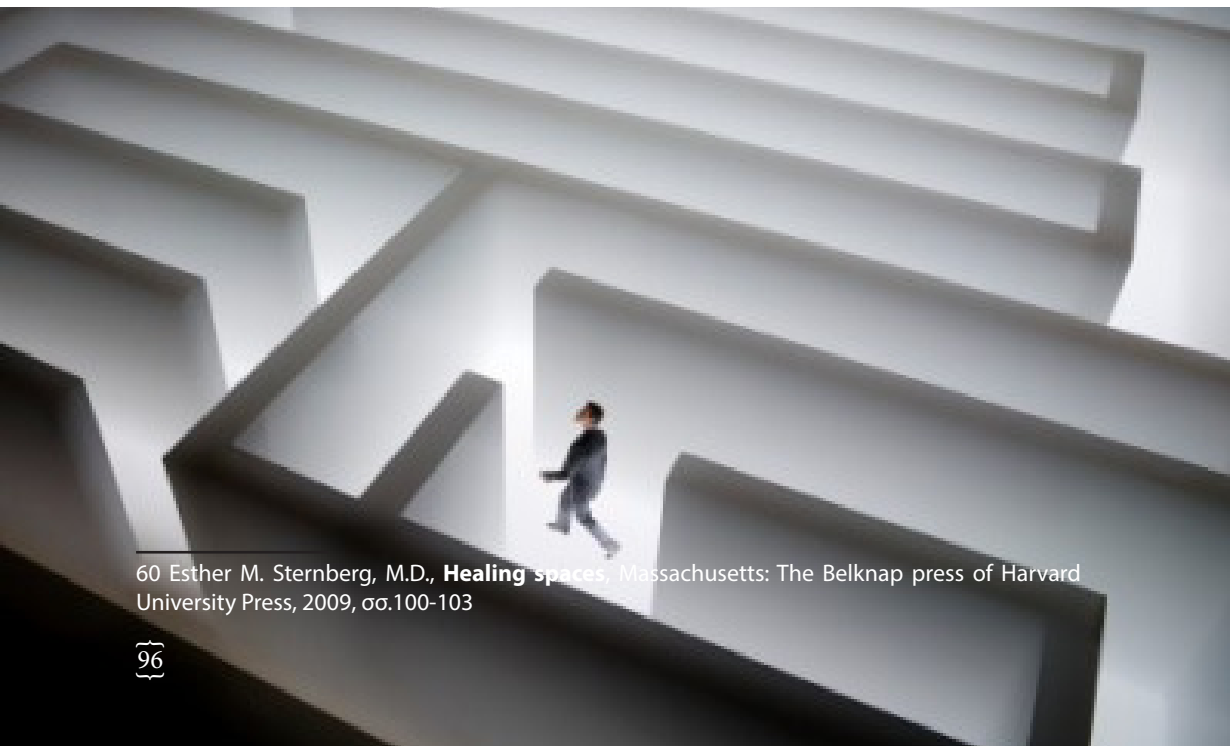
58 Rudolf Arnheim, **Η τέχνη και η οπτική αντίληψη**, Berkeley : The new version, 1974, σσ.444



απαραίτητο για την αντίληψη του περιβάλλοντος χώρου.⁵⁹ Έχουν καταγραφεί δύο διαφορετικά είδη λαβυρίνθου. Ο πρώτος, γνωστός ως «maze», είναι ένα συνεχές μονοπάτι, παρέχοντας πολλαπλές δυνατότητες διαδρομών, που ίσως οδηγήσει και σε αδιέξοδα. Αποτελεί ένα γρίφο, που μπορεί να σχεδιαστεί σε διάφορα επίπεδα δυσκολίας και πολυπλοκότητας με διαφορετικά σημεία εισόδου και εξόδου. Σε ένα τέτοιου είδους λαβύρινθο, δεν υπάρχει η δυνατότητα της πλήρους οπτικής αντίληψης και ο προσανατολισμός μέσω της ακοής δεν εύκολος, οπότε η όσο το δυνατό πλήρης χρήση της όρασης και της ακοής είναι επιτακτική. Κατά καιρούς έχουν χρησιμοποιηθεί σε επιστημονικά πειράματα για να μελετηθεί η χωρική συνειδητοποίηση και η νοημοσύνη. Αντίθετα, το δεύτερο είδος λαβυρίνθου διαθέτει μία μοναδική είσοδο και έξοδο, μέσω ενός πολύπλοκου μονοπατιού που δεν οδηγεί σε αδιέξοδα. Είναι σχεδιασμένος για να είναι εύκολος ο προσανατολισμός του χρήστη. Πολλοί από αυτούς δημιουργήθηκαν με σκοπό την πνευματική και θεϊκή εξύψωση.

59 Τσαμπίκος Πετράς, Φάρκωνας Ιωάννης, **Η οπτική εμμονή και η διεύρυνση της πολιτιστικής προσβασιμότητας**, Ερευνητική εργασία, Σχολή Αρχιτεκτόνων Μηχανικών, Επιβλέπων καθηγητής: Κ. Μωραΐτης, Αθήνα, 2008, σσ. 56

Σήμερα, αυτού του είδους η δομή μπορεί να συναντηθεί σε θεματικά πάρκα, αξιοθέατα, δημόσια πάρκα και ακόμη και ιδιωτικούς κήπους.⁶⁰ Μία από τις βασικότερες όμως διαφορές που πρέπει να τονιστούν είναι η εκ διαμέτρου αντίθετη επιρροή που ακούν στη ψυχικότητα του χρήστη που περιπλανιέται, με βασικό άξονα τη δομή τους. Ένας λαβύρινθος με πολλαπλές διαδρομές και αδιέξοδα προκαλεί στο χρήστη άγχος, αγωνία για τις αποφάσεις που πρέπει να παρθούν σχετικά με τη συνέχεια της κίνησης, εντείνοντας το στρες. Όλα τα έμβια όντα ανταποκρίνονται σε καταστάσεις έντονου άγχους. Αντίθετα αποτελέσματα στο χρήστη, παρουσιάζει το δεύτερο είδος λαβυρίνθων, που διαθέτουν μία και μοναδική διαδρομή, μία είσοδο και μία έξοδο. Δεν εμπνέει αισθήματα φόβου ή άγχους, λειτουργεί κατευναστικά και ηρεμιστικά. Δεν υπάρχει η ανάγκη για τοπόσημα, όπως οπουδήποτε αλλού για τη διευκόλυνση του προσανατολισμού. Συνεχώς ο χρήστης καθοδηγείται από ένα μονοπάτι, αυτό βοηθά στο να επικεντρωθεί η προσοχή στην πορεία του, χωρίς περιττούς αντιπερισπασμούς. Αναπνέει πιο αργά σε ρυθμό με το περπάτημα του, οδηγώντας σε ένα είδος περισυλλογής που επικεντρώνεται στην αναπνοή, όπως η γιόγκα, το τάι τσι και άλλες μέθοδοι περισυλλογής. Υπάρχουν πολλοί τρόποι που οδηγούν στην ηρεμία, επηρεάζοντας θετικά τον καρδιακό ρυθμό και στην αναπνοή. Γενικότερα, η σωματική άσκηση- ακόμη και στην απλή μορφή του περπατήματος- βελτιώνει θεαματικά την διάθεση και τη ψυχικότητα.



60 Esther M. Sternberg, M.D., **Healing spaces**, Massachusetts: The Belknap press of Harvard University Press, 2009, σσ.100-103

Οι ίδιες οι πόλεις και τα κτίρια μπορούν να θεωρηθούν μικρογραφίες αυτών των λαβύρινθων. Όπως έχει περιγράψει και ο G.Cullen, η περιήγηση μέσα στην πόλη είναι μια συνεχής διαδικασία αντίληψης και αποκαλύψεων, καθώς το άτομο περιηγείται και καθορίζει τη διαδρομή του.⁶¹

«Το να περπατάς από τη μία άκρη του χώρου στην άλλη, με σταθερό βηματισμό, προσφέρει μια ακολουθία αποκαλύψεων... Η πορεία του ταξιδιού διαφωτίζεται από μια σειρά ξαφνικών αντιθέσεων, επιδρώντας στο μάτι, ζωντανεύοντας το.»

Λαμβάνοντας υπόψη τα παραπάνω και κατανοώντας πλήρως τη σημασία της κιναισθησίας και της ανάπτυξης της, ο αρχιτέκτονας έχει τη δυνατότητα και μια πληθώρα εργαλείων στη διάθεση του, ώστε ο σχεδιασμός του να στοχεύσει στην υιοθέτηση αυτών των χαρακτηριστικών, στη δημιουργία σύγχρονων περιβαλλόντων που να τις ενισχύουν, καθώς και στο σχεδιασμό πόλεων με γνώμονα την οπτική γωνία του περιπατητή- μετατρέποντας την πόλη σε μια πλαστική εμπειρία κενών και πλήρων, εκτεθειμένων και περικλειστων κομματιών⁶².

Ο αρχιτεκτονικός χώρος δεν θα αποτελεί ένα αντικείμενο θαυμασμού, αλλά ένα περιβάλλον που αποκαλύπτεται σταδιακά στον παρατηρητή κατά τη διάρκεια της κίνησης, ξεκινώντας από το ερέθισμα που λαμβάνει το μάτι στο κεφάλι, καταλήγοντας στην κίνηση του σώματος, δίνοντας την αίσθηση της κλίμακας και του μεγέθους.⁶³ Η δημιουργία θεραπευτικών χώρων με στοχευμένες διαδρομές, εύκολο προσανατολισμό, ικανών να προάγουν και να αναπτύξουν την κιναισθηση των ανθρώπων, είναι μια εκδοχή που μπορεί να ενισχύσει τη θεραπευτική διαδικασία και την αποτελεσματική καταπολέμηση των συμπτωμάτων του στρες.

61 Gordon Cullen, **The concise townscape**, New York: Architectural Press, 1971, σσ.9,19

62 Στο ίδιο, σσ.10

63 Τσαμπίκος Πετράς, **Η διερεύνηση του αστικού τοπίου πέραν της όρασης**, Διπλωματική εργασία διατμηματικού μεταπτυχιακού προγράμματος Ε.Μ.Π., Επιβλέπων καθηγητής: Κ. Μωραϊτης, Αθήνα, 2011, σσ. 57



3.6 ΣΥΜΕΤΟΧΗ ΟΛΩΝ ΤΩΝ ΜΕΣΩΝ ΑΝΤΙΛΗΨΗΣ ΣΤΟ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΩΝ ΧΩΡΩΝ



Ο αρχιτεκτονικός σχεδιασμός καθώς σχετίζεται με τις χωρικές εμπειρίες, αποτελούν προϊόν της αντίληψης που διαμορφώνεται μέσω των αισθήσεων. Η συλλογή αισθητηριακών δεδομένων από έναν αρχιτεκτονικό χώρο, δίνει την ευκαιρία στο σύνολο του σώματος να μελετήσει τις ιδιότητες των υλικών, την κλίμακά των αντικειμένων, το περιεχόμενο και τις συνθήκες που τον παρήγαγαν και με τη σειρά του ο ίδιος ο χώρος να δράσει στο σώμα και να το εντάξει στο εκάστοτε νέο περιβάλλον.

Όπως έχει ειπωθεί, η διάδραση αρχιτεκτονικής και ανθρώπου παράγει χώρους ανθρωποκεντρικούς, με την οπτική αντίληψη να διαδραματίζει σημαντικό ρόλο προς αυτή τη κατεύθυνση, χωρίς όμως να καλύπτει τις ανάγκες μιας ολοκληρωμένης εμπειρίας από μόνη της, καθώς άλλα δεδομένα αποκτούνται από τον ακοή, την όσφρηση, την αφή και την κίνηση μέσα στο χώρο.

Η συμβολή των άλλων αισθήσεων στον σχεδιασμό δεν σημαίνει σε καμία περίπτωση την εξάλειψη της όρασης. Εξάλλου ο παραγόμενος χώρος αρχικά γίνεται αντιληπτός μέσω των οπτικών ερεθισμάτων. Η όραση



λειτουργεί σε ένα ευρύτερο φάσμα από την αφή, όπως για παράδειγμα η ακτινοβολία και το χρώμα της ύλης, αλλά η αφή είναι αυτή που θα παρέχει πληροφορίες για την υφή της, την ποιότητα της και τη θερμοκρασία της. Η ακοή μπορεί να παρέχει πληροφορίες προσανατολισμού, όγκου και πυκνότητας.

Οι αισθήσεις φαίνεται να αδρανούν. Η ακοή είναι μια πολύ ενδιαφέρουσα αίσθηση αναφορικά με την αρχιτεκτονική, επειδή ενέχει μια χωρική ποιότητα. Ο χρόνος αντήχησης δίνει στοιχεία για τη μορφή και το μέγεθος ενός χώρου. Ο τόνος δίνει τις πληροφορίες για τη μαλακότητα και τη δομή των υλικών. Η όσφρηση θεωρείται ως η αίσθηση με τα σημαντικότερα αποτελέσματα. Η μυρωδιά των υλικών εντούτοις είναι σπανίως πια παρούσα, όντας αντισταθμισμένη από μια τεχνητή μυρωδιά, για την πλήρη αποστείρωση των χώρων και ελέγχου του εσωτερικού αέρα.

Η αναζήτηση της αρχιτεκτονικής όχι μόνο στην εικόνα αλλά στο σύνολο του χώρου, μπορεί να παράγει δομές που να ανταποκρίνονται καλύτερα στις ανάγκες του ανθρώπου.

Παράδειγμα μπορεί να αποτελέσει το Experimental House του Alvar Aalto στην Φιλανδία. Μία θερινή κατοικία, που χτίστηκε για να δοκιμαστούν η κατασκευή και οι εναλλακτικοί τρόποι εφαρμογής επενδύσεων ή άλλων δομών απελευθερωμένων από τη μορφή ή τον φέροντα οργανισμό. Αν και εν τέλει, το αρχιτεκτόνημα θέτει περισσότερα ερωτήματα συγκριτικά με αυτά που απαντά.

Όλοι μπορούν διαισθητικά να αντιληφθούν ότι το κτιστό περιβάλλον επηρεάζει τον τρόπο που λειτουργούν οι άνθρωποι, ακόμη και αν η εν λόγω επίδραση είναι πολύ αφηρημένη και γενική. Η κατανόηση της επίδρασης των περιβαλλοντικών χαρακτηριστικών μπορεί να βοηθήσει στο σχεδιασμό χώρων που θα έχουν θετική επιρροή στους χρήστες. Πρόκειται για ένα από τα βασικά μέσα για τη δημιουργία συνθηκών θεραπευτικού περιβάλλοντος. Βασικά στοιχεία του στοιχειοθετημένου σχεδιασμού είναι η ολιστική θεωρία και η ολοκληρωμένη προσέγγιση. Ο στοιχειοθετημένος σχεδιασμός εστιάζει στη μείωση του στρες, ο οποίος καθοδηγείται, όλο και περισσότερο, από επιστημονική έρευνα. Το αποτέλεσμα είναι η επίτευξη θεραπευτικού περιβάλλοντος που βοηθά τους ανθρώπους να ανταποκριθούν στις ανάγκες και τις απαιτήσεις της σύγχρονης κοινωνίας. Βασικός στόχος είναι να διαπιστωθεί αν μπορεί να σχεδιαστεί και – κατ' επέκταση- να υπάρξει ένας χώρος, τα στοιχεία του οποίου θα συμβάλλουν στην ψυχοσωματική ευημερία του ανθρώπου, μέσω των υλικών, των τοποσήμων, της κλίμακας, των αντιθέσεων, των υφών, των ήχων, του φωτός ή των σκιών.

Η σύγχρονη αρχιτεκτονική θα πρέπει να λαμβάνει υπόψη της τις ανάγκες και τα αισθήματα των ανθρώπων, καθώς και τη δυνατότητα του ανθρώπινου εγκεφάλου να συνθέτει τα αναρίθμητα ερεθίσματα που λαμβάνει από το περιβάλλον του μέσω των αισθήσεων. Η θεραπεία δεν πρέπει να γίνεται αντιληπτή με την αλλαγή από τα συμπτώματα, αλλά ως μια ψυχοσωματική ολοκλήρωση, όπου ο άνθρωπος βρίσκεται σε πλήρη αρμονία με το περιβάλλον του.

Στο επόμενο κεφάλαιο παρουσιάζεται και αναλύεται η αρχιτεκτονική προσέγγιση του Peter Zumthor στο Therme des Vals στην Ελβετία, το πιο χαρακτηριστικό και από παράδειγμα σύγχρονης αρχιτεκτονικής, στο οποίο ενσαρκώνονται όλες οι παραπάνω αρχές σχεδιασμού και αποτελεί υπόδειγμα θεραπευτικού περιβάλλοντος.

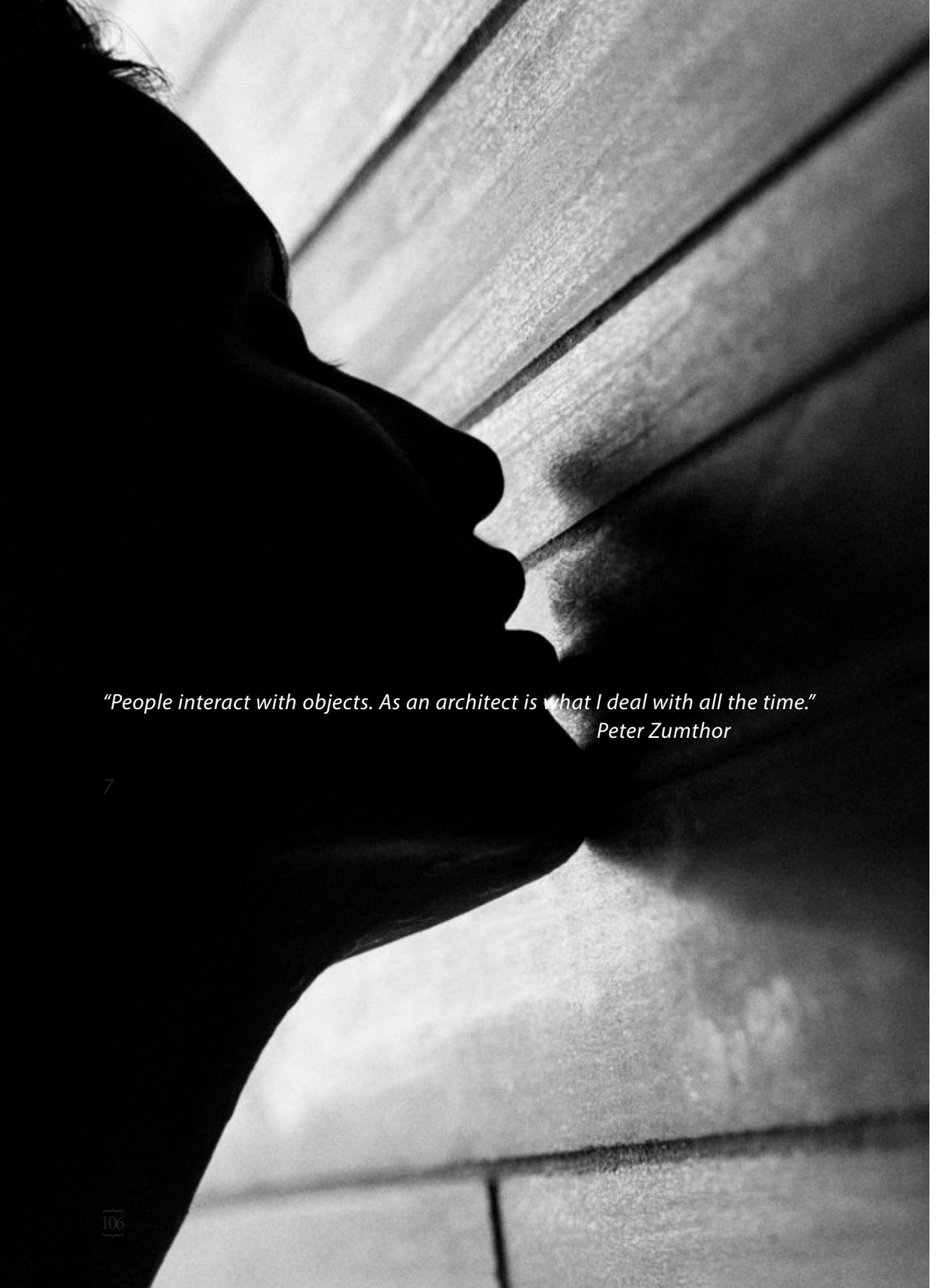




4. Η ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΤΩΝ THERMES DE VALS

PETER ZUMTHOR





"People interact with objects. As an architect is what I deal with all the time."
Peter Zumthor

7

Στον οικισμό Vals της Ελβετίας βρίσκονται οι λουτρικές εγκαταστάσεις, που σχεδιάστηκαν από τον Peter Zumthor.

Ο οικισμός βρίσκεται σε μια ειδυλλιακή περιοχή με ιαματικές πηγές, στους πρόποδες βουνών, όπου οι κάτοικοι της κοιλάδας είναι σε μεγάλο βαθμό συνδεδεμένοι με τον τόπο και την ιστορία του. Σήμερα το Vals εξακολουθεί να περιτριγυρίζεται από τα πρώτα πέτρινα και ξύλινα σπίτια, χρησιμοποιώντας τα τοπικά φυσικά υλικά.⁶⁴

Οι λουτρικές εγκαταστάσεις λειτούργησαν το 1996, και έκτοτε έχουν αναδειχθεί ως ένα σημαντικό σημείο αναφοράς για την κοινότητα του Vals. Το 1960 ένας Γερμανός επιχειρηματίας έφτιαξε ένα ξενοδοχείο 270 δωματίων, που αποτελούνταν από 5 κτίρια. Ωστόσο, σύντομα το συγκρότημα οδηγήθηκε στη χρεωκοπία, μέχρι που το 1986 η εκμετάλλευση του περιήλθε στην ιδιοκτησία του οικισμού και αποφασίστηκε στο κέντρο των 5 κτιρίων να χτιστεί ένα νέο κέντρο υδροθεραπείας. Έτσι ορίστηκε μία τοπική επιτροπή και κηρύχτηκε αρχιτεκτονικός διαγωνισμός, στον οποίο νικητής ορίστηκε ο P.Zumthor.

Ο ίδιος θεωρεί ότι η αρχιτεκτονική του πρέπει να είναι εκφραστική του τόπου και σε άμεση συνάφεια και σύνδεση με την ιστορία και τις αξίες του, χωρίς παράλληλα να χάνεται ή να παραβλέπεται η απαιτούμενη εστίαση στο σκοπό και τη λειτουργία της νέας δομής. Αντιλαμβάνεται αυτή τη σύνδεση σε κάθε τόπο, είτε στην προϋπάρχουσα ιστορία του ή στον τρόπο με τον οποίο η νέα αρχιτεκτονική περιλαμβάνει και- επιτυχημένα ή μη- συνδέεται με αυτή.

Ο αρχιτέκτονας επηρεασμένος βαθιά από το τοπίο δήλωσε σε συνέντευξη:

«Αν επαναπροσδιορίσουμε την έννοια των λουτρών, και αν σκεφτούμε τις θερμές πηγές, μπορούμε να σχεδιάσουμε ένα κτίριο το οποίο θα βρίσκεται σε πλήρη αρμονία με την τοπογραφία και γεωλογία του τόπου και όχι απλά με το άμεσο περιβάλλον του... Η ιδέα των λουτρών γεννημένων μέσα από τα βουνά, όπως και οι ίδιες οι πηγές.»

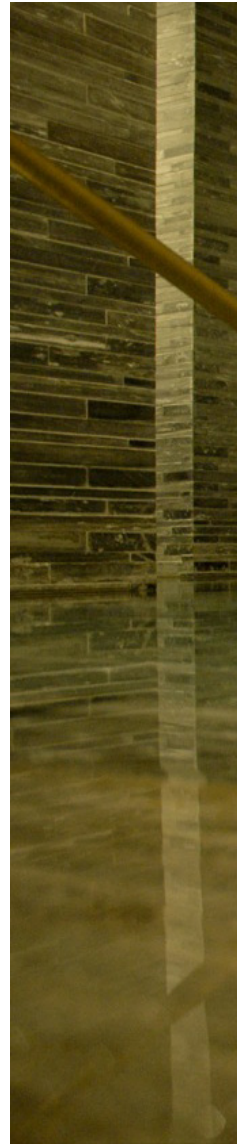
64 <http://www.youtube.com/watch?v=6uGcQACOVUw>, επίσκεψη ιστότοπου: 5/7/2013

Με αυτή την ισχυρή εικόνα και ιδέα στο μυαλό του, σχεδίασε και έδωσε μορφή στις λουτρικές εγκαταστάσεις, επιτυγχάνοντας ταυτόχρονα την αίσθηση -μέσω αυτής της ιδέας- ότι το κτίριο προϋπήρχε των υπολοίπων. Συνδιαλέγεται με την πρωτόγονη ανάγκη του ανθρώπου για την πλύση και κάθαρση του σώματος, μέσω μιας έντονης πνευματικότητας και κατασκευτικής ατμόσφαιρας.

Η τελετή της πλύσης, ως μια αμιγώς προσωπική πράξη, επικαλείται τις αισθήσεις των χρηστών με σκοπό τη δημιουργία μιας άμεσης σχέσης ανθρώπου και χώρου, με έμφαση στην οικειότητα και την επαφή.

Επιδίωξε τη δημιουργία μιας κατασκευτικής και θεραπευτικής ατμόσφαιρας. Το κτίριο είναι οργανωμένο γύρω από μία ορθογώνια εξωτερική πισίνα και μία τετράγωνη εσωτερική, και αποτελείται από 15 διαφορετικές μονάδες που εμπεριέχουν τις υπόλοιπες λειτουργίες, λουτρικές, χαλαρωτικές και επιβιοητικές. Οι χώροι αυτοί περιβάλλονται από συγκεκριμένα υλικά, αλλά η κάθε μονάδα στο εσωτερικό της έχει τη δική της εσωτερική οργάνωση και ιδιαίτερη απτή ατμόσφαιρα, ερχόμενη έτσι σε αντίθεση με το σκληρό περίβλημα της και το απόλυτο γεωμετρικό σχήμα της. Στον επισκέπτη δίνεται η ευκαιρία να βιώσει την επαφή με το νερό σε ποικίλες περιστάσεις ή να χαλαρώσει.


Η είσοδος στις λουτρικές εγκαταστάσεις γίνεται μέσω ενός υπόγειου διαδρόμου από το κεντρικό ξενοδοχείο, που καταλήγει σε ένα βεστιάριο. Υπάρχει μια συνεχής διαδοχή χώρων, με τον επισκέπτη να κινείται από τους ψυχρούς προς τους θερμότερους χώρους. Στα δεξιά του διαδρόμου υπάρχουν πέντε πηγές με πόσιμο νερό και στα αριστερά βρίσκονται τα αποδυτήρια. Εν συνεχεία ο επισκέπτης έχει τη δυνατότητα να κατευθυνθεί είτε προς το χώρο των ατμόλουτρων είτε προς το κύριο χώρο των λουτρών μέσω μιας σκάλας. Εκεί διάσπαρτοι βρίσκονται θεματικοί χώροι, διαφορετικής θερμοκρασίας και λειτουργίας. Κάθε ένας από αυτούς τους χώρους είναι φωτισμένος ανάλογα με τη θερμοκρασία του χώρου, οι ψυχροί με μπλέ και οι θερμοί με κόκκινο. Πιο αναλυτικά, ο επισκέπτης αρχικά συναντά ένα



δωμάτιο, ένα τεχνητό σπήλαιο με πηγές (spring grotto). Γύρω από την εσωτερική πισίνα, η οποία διαθέτει ζεστό νερό, διαρθρώνονται δύο μικρότεροι χώροι λουτρών- ο ένας χαμηλής θερμοκρασίας (cold bath room) ενώ ο άλλος υψηλής θερμοκρασίας και το νερό εμποτισμένο με άνθη (flower bath). Αντίστοιχα, από την εξωτερική πισίνα- που διαθέτει νερό υψηλής θερμοκρασίας- ο επισκέπτης συναντά ένα λουτρικό χώρο με την υψηλότερη θερμοκρασία (fire bath) και ένα δεύτερο χώρο με πόσιμο νερό (drinking stone). Μεταξύ των πλακών αυτών των μονάδων υπάρχουν σχισμές - πλάτους 8 εκατοστών- δίνοντας την αίσθηση ότι οι πλάκες πλέουν μέσα στο χώρο, καθοδηγώντας τον επισκέπτη από μέσα έξω και αντιστρόφως.



“...να σχεδιάζεις το κτίριο ως μία μάζα σκιάς, αργότερα, το φως να ξεπροβάλλει μέσα από το σκοτάδι, σαν μια νέα μάζα που διαρρέει εσωτερικά.”⁶⁵

Καταλυτικό στοιχείο της ατμόσφαιρας που δημιουργείται στις θέρμες αποτελεί το φως, το οποίο παρουσιάζεται σημειακά, καθώς προέρχεται από τις σχισμές μεταξύ των δωμαίων και τα ανοίγματα στην πρόσοψη του κτίσματος. Εκμεταλλευόμενος ο P.Zumthor την αντανάκλαση του φωτός στο νερό, το διοχετεύει σε πολλαπλούς χώρους, με σκοπό τη δημιουργία μιας ατμόσφαιρας που θα διεγείρει οπτικά και πνευματικά τον περιηγητή. Το φως πλέον αποκτά μια ποιοτική διαβάθμιση, καθιστώντας ευδιάκριτη τη μετάβαση από το εσωτερικό στο εξωτερικό, και αντιστρόφως. Αυτή η λεπτότητα στο τρόπο που χειρίζεται το φως, η μυσταγωγική ατμόσφαιρα που δημιουργεί, προκαλεί την έντονη βιωματική εμπειρία του χώρου. Ο χρήστης παροδικά αποδεσμεύεται από τα καθημερινά του άγχη ώστε να επέλθει η εσωτερική ηρεμία του. 



“Οι εσωτερικοί χώροι είναι σαν μεγάλα μουσικά όργανα... συλλέγουν τον ήχο, τον ενισχύουν και τον μεταδίδουν. Αυτό φυσικά είναι άμεσα εξαρτώμενο από τη δομή του χώρου, το μέγεθός του, τα υλικά του, καθώς και το πώς αυτά έχουν εφαρμοστεί.”⁶⁶

Οι ακουστικές ποιότητες των θερμών βρίσκονται σε άμεση σχέση με την ελευθερία κίνησης και την περιπλάνηση μέσα στο χώρο. Ο στενός και μακρύς διάδρομος που οδηγεί τον επισκέπτη στο εσωτερικό των λουτρών, όπως έχει προαναφερθεί περιορίζει το οπτικό πεδίο, αλλά ταυτόχρονα επικεντρώνει την προσοχή του στην ακοή, προσπαθώντας να προσανατολιστεί μέσω αυτής και να εξερευνήσει το χώρο. Ακολουθώντας του ήχους του τρεχούμενου νερού, αλλά και την οσμή του, βιώνει το χώρο μέσω της κορύφωσης των αισθήσεων και της σταδιακής αποκάλυψης των λουτρών. Η ακοή, η αφή και η όσφρηση συναντούν την όραση. Οι θεματικοί χώροι είναι αποκομμένοι από τους εξωτερικούς ήχους, οπότε η ηχώ καταλαμβάνει τη θέση τους, μέσω από τις ανακλάσεις του ήχου στις άλλοτε τραχιές και άλλοτε λείες επιφάνειες των χώρων. Συνεπώς, αυτή η ψυχοσωματική διέγερση μπορεί να οδηγήσει στην αποφόρτιση και τον κατευνασμό της ψυχής.



“Τα υλικά αλληλεπιδρούν και το κάθε ένα έχει τη δική του εμβέλεια επιρροής. Τα υλικά είναι αμέτρητα... Σε ένα κτίριο μπορείς να συνδυάσεις διαφορετικά υλικά και υπάρχει ένα σημείο όπου αυτά είναι τόσο απομακρυσμένα που δεν αλληλεπιδρούν, και υπάρχει ένα σημείο όπου είναι τόσο κοντά που αλληλεπικαλύπτονται... υλικά και επιφάνειες που αντανακλούν το φως. Με άλλα λόγια να διαλέγουμε υλικά τα οποία να έχουν αυτή την ιδιότητα.”⁶⁷

Όσο αφορά την τοποθεσία και τη θέση του κτιρίου αναγνωρίζεται με την πρώτη ματιά η σχέση του με το ορεινό περιβάλλον, καθώς μοιάζει να ξεπροβάλλει από το βράχο. Εν μέρει αυτό οφείλεται σε ένα ορυκτό της περιοχής, από το οποίο κατασκευάστηκαν οι λουτρικές εγκαταστάσεις και το οποίο αποδίδει τη μονολιθική του μορφή.

⁶⁶ Peter Zumthor, **Atmospheres**, Basel: Brickhauser, 2006, σσ.14

⁶⁷ Στο ίδιο σσ.12,13,29

Η τοποθέτηση μακρόστενων πλακών διαφορετικού μεγέθους- τόσο εξωτερικά όσο και εσωτερικά-, επιτυγχάνει τον τονισμό των οπτικών φυγών και της προοπτικής του χώρου.

Αξίζει να σημειωθεί, ότι παρά το γεγονός ότι το συγκεκριμένο ορυκτό καλύπτει όλες τις επιφάνειες του κτίσματος, η ποικιλομορφία και η τεχνοτροπία με την οποία χρησιμοποιείται και εφαρμόζεται, φανερώνει τη γνώση του αρχιτέκτονα για τη γνώση του υλικού, καθώς και την ικανότητά του να αποκαλύπτει και να αναδεικνύει όλες τις ποιότητες του.


Έτσι, στο spring grotto η υφή του υλικού μεταβάλλεται από λεία σε τραχιά, τονίζοντας το μυστηριώδη χαρακτήρα που συναντάται στα σπήλαια, διεγείροντας την αφή και παράλληλα μέσω αυτής της αίσθησης παρέχει πληροφορίες για τη θερμοκρασία του χώρου. Αντίθετα, στο drinking stone το ίδιο υλικό συναντάται στην πιο λεία και καθαρή του μορφή, προσκαλώντας και παροτρύνοντας τον επισκέπτη να πιεί από το πόσιμο νερό και να το γευτεί. Πέρα από αυτή την πέτρα, χρησιμοποιεί και άλλα υλικά, όπως ξύλο, χρυσό και δέρμα, προσφέροντας στο χρήστη περισσότερες εμπειρίες και ποιότητες στο χώρο. Το χρυσό χρησιμοποιείται σε μικρές και συγκεκριμένες επιφάνειες στο κύριο χώρο των λουτρών, αντανακλώντας το φως μέσα στο σκοτεινό περιβάλλον, το δέρμα για το διαχωρισμό δημόσιων και ιδιωτικών χώρων, απομονώνοντας ήχους, απορροφώντας την υγρασία και μυρωδιές, ενώ το ξύλο χρησιμοποιήθηκε σε χώρους πιο οικείου, τονίζοντας την αντίθεση με την ψυχρότητα της πέτρας και προσφέροντας ζεστασιά. Ο τρόπος συνδυασμού αυτών των υλικών, φανερώνει την ευαισθησία του αρχιτέκτονα και τη θέληση του για ενίσχυση των χωρικών εμπειριών μέσω της αφής, οι οποίες προσδιορίζονται κάθε φορά από τις οπτικές ανάγκες του χρήστη, προσφέροντας ένα μεταβαλλόμενο χαρακτήρα στο χώρο.



“Πιστεύω πως κάθε κτίριο έχει τη θερμοκρασία του. Είναι γνωστό ότι τα υλικά αποσπούν τη θερμοκρασία των σωμάτων μας.. Είναι σε ό,τι βλέπουμε, ό,τι νιώθουμε, ό,τι αγγίζουμε, ακόμη και σε ό,τι μυρίζουμε.”⁶⁸

68 Peter Zumthor, **Atmospheres**, Basel: Brickhauser, 2006, σσ.16,17



Στην περιπλάνηση του, ο επισκέπτης συναντά έντονες θερμοκρασιακές διαφορές μεταξύ του νερού και του εσωτερικού ή εξωτερικού περιβάλλοντος, αφυπνίζοντας τις αισθήσεις του. Στους επιμέρους χώρους των εγκαταστάσεων (spring grotto, fire and cold bath, drinking stone και blossom bath), η μεταβολή της θερμοκρασίας γίνεται αισθητή μέσω της επιλογής συγκεκριμένων υλικών και υφών για τον εκάστοτε χώρο, καθώς και μέσω της θερμοκρασιακής διαφοράς του νερού στις πισίνες. Ο αρχιτέκτονας τη μετατρέπει σε κύριο εργαλείο σχεδιασμού του, διεγείροντας το σύνολο των αισθήσεων και ιδιαίτερα εκείνων της όσφρησης μέσω των μυρωδιών που παράγονται και της αίσθησης που αφήνει η θερμοκρασία στο δέρμα. Οι χώροι υψηλών θερμοκρασιών, οι οποίοι συναντώνται επί το πλείστον λόγω των ιαματικών πηγών, βοηθούν στην χαλάρωση του επισκέπτη και στον κατευνασμό του στρες, που έχει προκληθεί από πολλαπλούς εξωγενείς παράγοντες. 

“Η αρχιτεκτονική είναι μια χωρική τέχνη... εξαιρετικά σημαντικό για εμάς είναι να εισάγουμε την αίσθηση της ελευθερίας στην κίνηση, ένα περιβάλλον περιπάτου, μια διάθεση που έχει λιγότερο να κάνει με την καθοδήγηση των χρηστών και περισσότερο με τη σαγήνευση τους... Σε αυτά τα λουτρά προσπαθήσαμε να βρούμε τον τρόπο να ενώσουμε ξέχρωρα τμήματα του κτιρίου, ώστε να δημιουργηθεί μια αυτόνομη σύνδεση.... Το αίσθημα ότι δεν καθοδηγούμαι, αλλά περιπλανιέμαι κατά βούληση. Κατεύθυνση, σαγήνευση, άφηση, ελευθερία. ”⁶⁹

Κατά την περιήγηση του επισκέπτη, οι συνεχόμενες θεάσεις που πλαισιώνουν τους χώρους ενισχύουν και συμβάλλουν στον αρχιτεκτονικό «περίπατο». Παρά το γεγονός ότι εξωτερικά το κτίριο γίνεται αντιληπτό για τη μονολιθικότητα που εκφράζει, ως ένας «ογκόλιθος», εσωτερικά είναι «κατακερματισμένο». Η βασική ροή μέσα στις λουτρικές εγκαταστάσεις διαμορφώνονται μέσω των πλήρων και των κενών που συναντώνται στο εσωτερικό τους, δημιουργώντας πέτρινες μάζες συγχωνευμένες με το έδαφος. Οι επιμέρους χώροι τους συνδέονται μέσω των στοιχείων του νερού, δίνοντας έμφαση στη θεραπεία που αναβλύζει από το έδαφος και το τοπίο.

69 Peter Zumthor, **Atmospheres**, Basel: Brickhauser, 2006,, σσ.20,21


Παρέχοντας ελάχιστα οπτικά ερεθίσματα κατά μήκος του κατακόρυφου άξονα, ο επισκέπτης αντιλαμβάνεται σε μεγαλύτερο βαθμό τις οριζόντιες και επιμήκεις γραμμές, παρασύροντας τον στο εσωτερικό χωρίς η αντίληψη του χώρου να διαταράσσεται από τις επαναλαμβανόμενες πέτρες.

Αυτός ο χειρισμός καταδεικνύει την ικανότητα του Zumthor να διατηρεί αναλλοίωτο το «όλον», ενισχύοντας ταυτόχρονα τις οπτικές και κιναισθητικές εμπειρίες του επισκέπτη. Αυτή η αίσθηση ενισχύεται από επιμέρους στοιχεία, όπως τα κανάλια του νερού και τα στοχευμένα ανοίγματα, καθώς και από τα κενά μεταξύ των πέτρινων όγκων που καθοδηγούν τον επισκέπτη υποσυνείδητα. Αυτή η χωρική εμπειρία προέρχεται από την πολυπλοκότητα της χωροθέτησης, παρέχοντας ταυτόχρονα μια ελεύθερη –αλλά και ελεγχόμενη– κίνηση, η οποία βοηθά στην οικειοποίηση του χώρου και οδηγεί στην ψυχοσωματική χαλάρωση.



“...το σώμα της αρχιτεκτονικής... η υλική υπόσταση της αρχιτεκτονικής... Η αρχιτεκτονική συλλέγει διαφορετικά στοιχεία και υλικά από όλο τον κόσμο και τα συνθέτει για τη δημιουργία χώρων... μία τέχνη δημιουργίας ενός ουσιώδους όλου από πολλαπλά κομμάτια... Στην τελική της μορφή, η αρχιτεκτονική αποκτά τη θέση της στον κόσμο. Εκεί υπάρχει.”⁷⁰

Αυτό που είναι φανερό στις λουτρικές εγκαταστάσεις του Vals είναι μια προσέγγιση στην αρχιτεκτονική που αντιμετωπίζει θέματα εμπειρίας και αισθήσεων μέσω μιας ειλικρινούς ευαισθησίας που σχετίζεται άμεσα με τη δομή, το χώρο και την περιήγηση. Η μη αντιμετώπιση του αρχιτεκτονήματος ως επιμέρους χώρους, αλλά ως ένα αδιαίρετο σύνολο νερού, πέτρας και φωτός διεγείρει την φαντασία και τις αισθήσεις του επισκέπτη στο έπαρκο, αντικατοπτρίζοντας τις αρχές και τις επιδιώξεις του αρχιτέκτονα.

Η αισθησιακή ατμόσφαιρα και οι απτικές εμπειρίες που προσφέρουν τα λουτρά στον επισκέπτη μέσω της κάθαρσης της ψυχής και της χαλάρωσης αποτελούν αναπόσπαστο κομμάτι τους. 

⁷⁰ Peter Zumthor, **Atmospheres**, Basel: Brickhauser, 2006, σσ.9,10,11



5. ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ



Κάθε χώρος κρύβει μια έντονη βιωματική πραγματικότητα, η οποία βρίσκεται πίσω από κάθε κίνηση και σκέψη. Το σώμα του ανθρώπου είναι το κέντρο της ύπαρξής του και οι αισθήσεις εκείνα τα κατευθυντήρια όργανα που τον φέρνουν σε διαδραστική επαφή με το χώρο και το άμεσο περιβάλλον του.

Κάθε έντονα βιωματικός χώρος, όπως και το Thermes de Vals, είναι μια διαφορετική εμπειρία, μια διαφορετική κατάσταση όπου ο άνθρωπος (καθ') οδηγείται μέσω των αισθήσεων του. Η όραση υπάρχει αλλά συναντάται μειωμένη, οξύνοντας έτσι και τις υπόλοιπες αισθήσεις επιτρέποντας στο χρήστη να ζήσει το χώρο με κάθε δυνατό τρόπο. Ο τρόπος σχεδιασμού τέτοιων χώρων προαπαιτεί τα απλούστερα μέσα, το πλάσιμο μιας μορφής, το χειρισμό του φωτός, την επιλογή των κατάλληλων υλικών, ώστε ο χρήστης να έρθει σε επαφή και αρμονία με τον εαυτό του και τα μέχρι τώρα βιώματά του. Ο άνθρωπος επιστρέφει στα πρωτόγονα συναισθήματα του. Δημιουργούνται «ναοί» αισθήσεων, θέτοντας σε πλήρη λειτουργία το σύνολο των αισθήσεων του χρήστη.



Η εμπειρία του χώρου γίνεται πιο βιωματική και σωματική. Το κτίριο γίνεται ένα με το χρήστη, μπορεί να το ακουμπήσει, να το μυρίσει. Ο περιορισμός της όρασης συνεργάζεται με τις υπόλοιπες αισθήσεις, προκειμένου ο χρήστης να οδηγηθεί σε μια κατάσταση ψυχικής και σωματικής ηρεμίας. Ο αέρας δεν είναι πια ψυχρός αλλά θερμός, ο πενιχρός φωτισμός διάχυτος, οι ήχοι οικείοι.

Όλα αυτά αποτελούν δείγμα μιας αρχιτεκτονικής, η οποία αφορά ειδικούς χώρους, σχεδιασμένους με άξονα την αντίληψη τους μέσω της χρήσης του συνόλου των αισθήσεων, εμπλουτίζοντας τις χωρικές εμπειρίες του ανθρώπου-χρήστη, αποσκοπώντας στην ψυχική ηρεμία, καθώς και στη συναισθηματική απελευθέρωση του ανθρώπου, αποδεσμευμένου από τα καθημερινά αγχη. Αυτοί οι χώροι βιωμένοι ως αισθητηριακές περιπλανήσεις οδηγούν στην ανακάλυψη νέων πραγματικοτήτων, αποκομμένων από τους έντονους ρυθμούς που προστάζει η σύγχρονη κοινωνία.

Το άτομο χρειάζεται πρώτα να νιώσει οικεία για να αισθανθεί προστατευμένο και έτοιμο να αντιμετωπίσει την καθημερινότητά του. Μέσω του χώρου και των ποιοτήτων του, υλικών και άυλων: φως, χρώμα, υφές, θερμοκρασία, θόρυβος, ακουστική και οσμές, η αρχιτεκτονική μπορεί να λειτουργήσει κατασταλτικά ως προς το στρες και το καθημερινό άγχος. Επιπλέον, κάθε μεταβολή σε αυτές έχει αντίκτυπο στην ψυχολογία του χρήστη, επειδή επιδρά στη χημική του ισορροπία. Έτσι, για κάθε διαφορετική τιμή που παίρνει κάθε ποιότητα του χώρου και σε συνδυασμό όλων ή μερικών ποιοτήτων, συνεπάγεται διαφορετικό αποτέλεσμα στα συναισθήματα του ατόμου. Τα παραπάνω στοιχεία μπορούν να συμπεριληφθούν στο σχεδιασμό ιδιωτικών ή δημόσιων χώρων, μεταβλητών ή σταθερών, και ακόμα σε προϋπάρχοντες χώρους, προεκτιμένου να βελτιωθούν.

Η μελέτη αυτών των χαρακτηριστικών του χώρου θα πρέπει να αποτελεί αναπόσπαστο μέρος μίας ολοκληρωμένης διαδικασίας σχεδιασμού προκειμένου να δημιουργούνται ανθρώπινα περιβάλλοντα που βοηθούν τα άτομα να ανταπεξέλθουν στις δυσκολίες του κοινωνικού περιβάλλοντος. Η αρχιτεκτονική, ως τέχνη με ανθρωποκεντρικό χαρακτήρα, μπορεί να βοηθήσει σημαντικά προς αυτήν την κατεύθυνση, αφού ανάμεσα στα δημιουργήματά της και το σώμα του ατόμου αναπτύσσονται ισχυροί δεσμοί. Ο άνθρωπος επιθυμεί και χρειάζεται χώρους που του προσφέρουν συναισθηματικό καταφύγιο, χώρους ζωντανούς που βοηθούν το χρήστη να αμυνθεί σε δύσκολες περιστάσεις, χώρους που τον «συγκινούν» διεγείροντας τις αισθήσεις του. Εξάλλου, η αντίληψη δεν είναι απλά μια άθροιση των οπτικών, απτικών και ακουστικών ερεθισμάτων. Ο χρήστης δανείζει συναισθήματα και συνειρμούς στο χώρο και ο χώρος του προσφέρει την αύρα του και μια αμεσότητα που τον απελευθερώνει από τις σκέψεις του.

Ένας αρχιτέκτονας είναι ο δημιουργός της «διάθεσης» του χώρου. Σε αρκετά συχνές περιπτώσεις, προσπαθεί να χρησιμοποιήσει διάφορα τεχνάσματα για να επηρεάσει συναισθηματικά το χρήστη. Σήμερα, έχουν συντελεστεί αρκετές μελέτες για χώρους. Ωστόσο, δεν έχει υπάρξει μία ολοκληρωμένη έρευνα σχετικά με τις ποιότητες του χώρου και το πώς αυτές, επιστημονικά αποδεδειγμένα, μπορούν να λειτουργήσουν κατασταλτικά ως προς το στρες.

«Βασιζόμαστε έμμεσα στο περιβάλλον μας προκειμένου να εκφράζει τις διαθέσεις μας και τις ιδέες που σεβόμαστε και κατόπιν να μας τις υπενθυμίζει. Αναζητούμε από τα κτίρια να μας διαμορφώνουν, σαν ένα είδος ψυχολογικού καλουπιού, ώστε να αποτελούμε μία χρήσιμη εκδοχή του εαυτού μας. Φροντίζουμε ώστε γύρω μας να υπάρχουν υλικές διατάξεις που να μας μεταδίδουν αυτό που χρειαζόμαστε εσωτερικά, αλλά διατρέχουμε διαρκώς τον κίνδυνο να το ξεχνάμε.»⁷¹

Alain de Botton



71 Alain de Botton, **The architecture of happiness**, New York : Vintage Books, <http://www.goodreads.com/work/quotes/14280280-the-architecture-of-happiness>, 2006, επίσκεψη ιστότοπου: 10/7/2013

Βιογραφικά σημειώματα

Αλεξάνδρου Στράτος

Είναι παιδιατρικός εργοθεραπευτής, SI Adv. P.Ed., και διευθυντής της Εταιρείας Ειδικής Αγωγής Προσέγγιση.

Βασιλάρα Αρχοντούλα

Είναι Αρχιτέκτων Μηχανικός ΕΜΠ, Διδάκτωρ Πολεοδομίας Χωροταξίας ΕΜΠ και σήμερα διδάσκει στο εργαστήριο πολεοδομικής σύνθεσης ΕΜΠ Σχολή Αρχιτεκτόνων Μηχανικών.

Βιγγοπούλου Ιόλη

Η Ιόλη Βιγγοπούλου γεννήθηκε στην Κωνσταντινούπολη το 1956. Αποφοίτησε από το Οικονομικό Τμήμα της Νομικής Σχολής του Πανεπιστημίου Αθηνών (1979), τη Σχολή Διπλωματούχων Ξεναγών Αθηνών (1980) και την Ecole du Louvre- Παρίσι (1985). Ολοκλήρωσε τις μεταπτυχιακές σπουδές (D.E.A.) στο Παρίσι και ανακηρύχθηκε διδάκτωρ (These de Doctorat ,2000) από το Τμήμα Βυζαντινής και Μετα- Βυζαντινής Ιστορίας - Universite de Paris I, Pantheon-Sorbonne. Απασχολήθηκε κυρίως στο ερευνητικό πρόγραμμα και στη δημιουργία τράπεζας δεδομένων με θέμα: «Περιηγητικά κείμενα για την Ν.Α. Ευρώπη και την Ανατολική Μεσόγειο, 15ος-αρχές 20ού αιώνα.

Γιδαράκου Μαρία

Η Μαρία Γιδαράκου είναι απόφοιτος της Γεωπονικής Σχολής του Αριστοτέλειου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης και από το 2008 Διδάκτωρ.

Κανετάκη Ελένη

Η Ελένη Κανετάκη είναι διπλωματούχος Αρχιτέκτων Μηχανικός Τμήματος Αρχιτεκτόνων Ε.Μ.Π. (1994), έχει μεταπτυχιακό δίπλωμα Ειδίκευσης στην Αποκατάσταση Μνημείων, Università degli Studi di Roma «La Sapienza» (1997) και είναι διδάκτωρ του τμήματος Αρχιτεκτόνων Μηχανικών Ε.Μ.Π. (2003). Συγγραφέας του «Οθωμανικά λουτρά στον Ελλαδικό χώρο». Η διδακτική της εμπειρία περιλαμβάνει συνεργασία με πολλαπλά τμήματα και σχολές της Ελλάδας , καθώς και με διεθνή ερευνητικά κέντρα. Εργάζεται ως ελεύθερος επαγγελματίας πάνω σε μελέτες αποτυπώσεων, αποκαταστάσεων και επανάχρησης ιστορικών κτιρίων.

Καραχάλιου Χαβιάρρα Σεβαστή

Η Σεβαστή Χαβιάρρα - Καραχάλιου γεννήθηκε στη Χίο. Σπούδασε ιατρική στο Πανεπιστήμιο Αθηνών, από το οποίο πήρε το πτυχίο της το 1957. Έλαβε την ειδικότητα της οφθαλμολογίας το 1960 και έγινε διδάκτωρ του Πανεπιστημίου Ιωαννίνων το 1986. Έχει δημοσιεύσει περισσότερες από 100 εργασίες σε ελληνικά περιοδικά σε θέματα ιστορίας της ιατρικής, κοινωνικής ιατρικής και οφθαλμολογίας. Παράλληλα ασχολείται με την ιστορία και τη λαογραφία της ιατρικής και έχει εκδώσει πολλές σχετικές μονογραφίες.

Μιχελής Παναγιώτης

Ο Παναγιώτης Α. Μιχελής γεννήθηκε το 1903 στην Πάτρα. Σπούδασε αρχιτεκτονική στο Πανεπιστήμιο της Δρέσδης. Μετά την αποφοίτηση του, το 1926, εργάστηκε αρχικά ως ελεύθερος επαγγελματίας στη Δρέσδη. Στη συνέχεια, επέστρεψε στην Ελλάδα, όπου εργάστηκε για λίγα χρόνια στην Πάτρα και ύστερα στην Αθήνα, όπου εγκαταστάθηκε μόνιμα. Συγκαταλέγεται στους πρώτους Έλληνες αρχιτέκτονες που υπήρξαν υπέρμαχοι της μοντέρνας αρχιτεκτονικής και τέχνης. Το 1941, εξελέγη τακτικός καθηγητής της έδρας Αρχιτεκτονικής Ρυθμολογίας και Μορφολογίας στο Αρχιτεκτονικό τμήμα του ΕΜΠ, στην οποία θήτευσε ως το 1969. Διετέλεσε Γενικός Γραμματέας του Comité International d'Esthétique και ήταν ιδρυτής και πρώτος Πρόεδρος της Ελληνικής Εταιρείας Αισθητικής, έως τον θάνατο του το 1969.

Μπαλτά Ευαγγελία

Η Ευαγγελία Μπαλτά γεννήθηκε στην Καβάλα το 1955. Σπούδασε στο Ιστορικό Τμήμα της Φιλοσοφικής Σχολής του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης (1973-77) και συνέχισε τις σπουδές της στη Σορβόννη (Paris I-Sorbonne) και Ecole Pratique des Hautes Etudes IV Section (1980-1983) και έγινε διδάκτορας της οθωμανικής ιστορίας το 1983. Εργάστηκε στο Ιστορικό Αρχείο Μακεδονίας (Θεσσαλονίκη, 1979), στο Κέντρο Μικρασιατικών Σπουδών (1978, 1984-1987) και δίδαξε στο Ιόνιο Πανεπιστήμιο κατά τα δυο πρώτα χρόνια της ίδρυσης του (Κέρκυρα, 1985-1987). Από το 1987 εργάζεται στο Εθνικό Ίδρυμα Ερευνών. Τα ενδιαφέροντά της επικεντρώνονται σε θέματα οικονομικής και κοινωνικής ιστορίας των οθωμανικών χρόνων και στη μελέτη του μικρασιατικού ελληνισμού.

Ξηροπαϊδης Γεώργιος

Ο Γιώργος Ξηροπαϊδης γεννήθηκε στην Αθήνα το 1958. Σπούδασε φιλοσοφία, γερμανική και κλασική φιλολογία στο Πανεπιστήμιο του Φράιμπουργκ, όπου και εκπόνησε τη διδακτορική του διατριβή με θέμα τη φιλοσοφία της γλώσσας του ύστερου Χάιντεγκερ. Είναι αναπληρωτής καθηγητής στο Τμήμα Γερμανικής Γλώσσας και Φιλολογίας του Πανεπιστημίου Αθηνών, στο γνωστικό αντικείμενο της φιλοσοφίας της γλώσσας και της θεωρίας της λογοτεχνίας.

Πετράς Τσαμπίκος

Ο Τσαμπίκος Πετράς γεννήθηκε το 1984 στον Πειραιά και κατάγεται από τη Ρόδο. Αποφοίτησε από τη Σχολή Αρχιτεκτόνων Μηχανικών του ΕΜΠ και συνέχισε τις σπουδές του ως υπότροφος στο μεταπτυχιακό πρόγραμμα του ΕΜΠ, «Σχεδιασμός-Χώρος-Πολιτισμός». Διερευνά σε διδακτορικό επίπεδο θέματα που αφορούν την προσβασιμότητα και την συμμετοχή των αισθήσεων στην αντίληψη του χώρου. Έχει συμμετάσχει και διακριθεί σε ερευνητικά προγράμματα και διεθνείς διαγωνισμούς. Σήμερα εργάζεται ως αρχιτέκτων και ως υποψήφιος διδάκτωρ στον τομέα αρχιτεκτονικού χώρου και επικοινωνίας του Ε.Μ.Π.

Πρωτόπαπας Αθανάσιος

Ο Αθανάσιος Πρωτόπαπας αποφοίτησε το 1991 από το τμήμα Φυσικών Επιστημών του Πανεπιστημίου Πατρών το 1991. Συνέχισε τις σπουδές του στο πανεπιστήμιο Brown, Η.Π.Α., όπου απέκτησε δύο μεταπτυχιακούς τίτλους και το 1997 έγινε διδάκτωρ γνωσιακής επιστήμης. Σήμερα είναι αναπληρωτής καθηγητής στο Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών Τμήμα Μ.Ι.Θ.Ε.

Σταυρίδης Σταύρος

Ο Σταύρος Σταυρίδης σπούδασε αρχιτεκτονική στο ΕΜΠ. Εκπόνησε τη διδακτορική του διατριβή στο Τμήμα Αρχιτεκτόνων της Πολυτεχνικής Σχολής του ΑΠΘ με θέμα «Η πολιτισμική εξάρτηση της συμβολικής σχέσης με τον χώρο». Έχει δημοσιεύσει πολλά άρθρα με αντικείμενο τη θεωρητική διερεύνηση των προβλημάτων του χώρου και της αρχιτεκτονικής. Έχουν εκδοθεί πολλά βιβλία του, όπως «Η συμβολική σχέση με τον χώρο», «Διαφήμιση και το νόημα του χώρου», κτλ. Είναι επίκουρος καθηγητής του Τμήματος Αρχιτεκτόνων του ΕΜΠ, όπου διδάσκει αρχιτεκτονική σύνθεση και θεωρία στο προπτυχιακό και μεταπτυχιακό πρόγραμμα σπουδών.

Συγκολλίτου Έφη

Η Ευθυμία Συγκολλίτου είναι Καθηγήτρια Σχολικής και Περιβαλλοντικής Ψυχολογίας στο Τμήμα Ψυχολογίας του Α.Π.Θ. Οι θεματικοί άξονες του έργου της είναι: (α) θέματα σχολικής ψυχολογίας όπως η έννοια του εαυτού και η σχέση της με ποικίλους παράγοντες που επηρεάζουν τη σχολική λειτουργικότητα (συναισθηματικοί, γνωστικοί παράγοντες, κίνητρα, σχολική επίδοση, φύλο) και (β) θέματα Περιβαλλοντικής Ψυχολογίας, όπως περιβαλλοντικοί παράγοντες του σχολικού χώρου που επηρεάζουν τη συμπεριφορά (πυκνότητα, πλαίσιο συμπεριφοράς).

Arnheim Rudolf

Ο Ρούντολφ Αρνχάιμ (1904-2007) γεννήθηκε στο Βερολίνο. Σπούδασε στο Πανεπιστήμιο του Βερολίνου, όπου μαθήτευσε κοντά στους ψυχολόγους της «θεωρίας της μορφής» («Gestalt theory»), Max Wertheimer, Wolfgang Kohler και Kurt Lewin, και υποστήριξε τη διδακτορική του διατριβή, το 1928, πάνω στην ψυχολογία της οπτικής έκφρασης. Το φθινόπωρο του 1940 μετανάστευσε στις ΗΠΑ. Εκεί προσλήφθηκε αρχικά ως καθηγητής στο Τμήμα Ψυχολογίας της Νέας Σχολής Κοινωνικών Ερευνών (New School for Social Research) της Νέας Υόρκης. Στη συνέχεια έλαβε μια υποτροφία του Ιδρύματος Guggenheim, για την πραγματοποίηση έρευνας πάνω σε θέματα ψυχολογίας της αντίληψης σε συνάρτηση με τις τέχνες, και προσλήφθηκε ως καθηγητής στο μικρό Κολέγιο Sarah Lawrence της Νέας Υόρκης (1943), όπου παρέμεινε διδάσκοντας επί 26 χρόνια και όπου συνέγραψε το γνωστότερο έργο του, «Art and Visual Perception: A Psychology of the Creative Eye» (1954).

Bachelard Gaston

Ο Gaston Bachelard γεννήθηκε στις 27 Ιουνίου του 1884 στην Barsur-Aube. Εργάστηκε στο Παρίσι ως διοικητικό στέλεχος στο Ταχυδρομείο και συγχρόνως σπούδασε μαθηματικά. Σπούδασε φιλοσοφία επηρεασμένος από τη θεωρία της σχετικότητας. Πήρε το δίπλωμά του το 1920, το 1922 έγινε υφηγητής και το 1927 καθηγητής. Δίδαξε στο Πανεπιστήμιο της Ντιζόν και υπηρέτησε στη Σορβόνη, μέχρι το 1954, στην έδρα της Ιστορίας και της Φιλοσοφίας των Επιστημών. Το 1961 του απενεμήθη το Μέγα Βραβείο των Γραμμάτων. Πέθανε στις 16 Οκτωβρίου του 1962 στο Παρίσι.

Botton de, Allain

Ο συγγραφέας, που γεννήθηκε το 1969 στη Ζυρίχη, ζει σήμερα στο Λονδίνο. Έχει γράψει τα βιβλία «Μικρή φιλοσοφία του έρωτα» (Εκδόσεις Πατάκη, 2003), «The Romantic Movement» (1994) και «Kiss and Tell» (1995). Η πρώτη μεγάλη του επιτυχία ήταν «Πώς ο Προυστ μπορεί να αλλάξει τη ζωή σου» (1997, ελληνική έκδοση 2002), που έχει μεταφραστεί μέχρι στιγμής σε δεκάδες γλώσσες κι έχει πουλήσει εκατομμύρια αντίτυπα. Συνέχισε με την «Τέχνη του ταξιδιού» (2002), «Περί του κοινωνικού status» (2004) και την «Η αρχιτεκτονική της ευτυχίας» (2006, ελληνική έκδοση 2007).

Celik Zeynep

Διακεκριμένη καθηγήτρια αρχιτεκτονικής, PhD, μία ιστορικός αρχιτεκτονικής και βραβευμένη συγγραφέας, είναι γνωστή για τα βιβλία της και ακαδημαϊκό έργο που παρουσιάζει την Οθωμανική Αυτοκρατορία, τη γαλλική αποικιακή αρχιτεκτονική και την πολεοδομία.

Cullen Gordon

Ο Thomas Gordon Cullen (9 Αυγούστου 1914 - 1911 Αύγουστος 1994) ήταν Άγγλος αρχιτέκτονας και πολεοδόμος, ο οποίος αποτέλεσε βασικό παράγοντα στο townscape κίνημα. Είναι πιο γνωστός για το βιβλίο του Townscape. Σπούδασε αρχιτεκτονική στο Πολυτεχνείο του Royal Institution και στη συνέχεια εργάστηκε σε διάφορα γραφεία αρχιτεκτόνων συμπεριλαμβανομένων των Berthold Lubetkin και Tecton, αλλά ποτέ δεν άσκησε το επάγγελμα του αρχιτέκτονα. Το 1956 ο Cullen έγινε συγγραφέας και σύμβουλος και, στα χρόνια αμέσως μετά συμβούλεψε τις πόλεις της Λίβερπουλ και της Αγίας Πετρούπολης σχετικά με την ανασυγκρότηση και σχέδια ανάπλασης τους.

Evans W. Gary

Ο καθηγητής Evans είναι ένας περιβαλλοντικός και αναπτυξιακός ψυχολόγος που ενδιαφέρεται για το πώς το φυσικό περιβάλλον επηρεάζει την ανθρώπινη υγεία και την ευημερία των παιδιών. Συγκεκριμένους τομείς εξειδίκευσής του περιλαμβάνουν περιβάλλοντα των παιδιών, το περιβάλλον της παιδικής φτώχειας, σωρευτική κινδύνου και την ανάπτυξη του παιδιού.

Hall Edward, T.

Edward Twitchell Hall, Jr (16 του Μάη 1914 - 20 Ιουλίου 2009) ήταν ένας Αμερικανός ανθρωπολόγος και διαπολιτισμικός ερευνητής. Τον θυμούνται για την ανάπτυξη της έννοιας της Proxemics, μια περιγραφή του πώς οι άνθρωποι συμπεριφέρονται και αντιδρούν σε διαφορετικούς τύπους που ορίζονται από πολιτιστικά διαφορετικούς προσωπικούς χώρους. Δίδαξε στο Πανεπιστήμιο του Ντένβερ, Κολοράντο και αλλού.

Marcus Clare, C.

Η Clare Cooper Marcus είναι ομότιμη καθηγήτρια στο τμήμα Αρχιτεκτονικής Τοπίου στο Πανεπιστήμιο της Καλιφόρνιας. Είναι διεθνώς αναγνωρισμένη για την πρωτοποριακή έρευνά της σχετικά με τις ψυχολογικές και κοινωνιολογικές πτυχές της αρχιτεκτονικής, του σχεδιασμού χρήσεων γης και το σχεδιασμό του τοπίου. Έχει διεξάγει πολλές ανοιχτές μελέτες χώρου και αξιολογήσεις του σχεδιασμού του τόπου.

Sternberg Esther

Η Δρ. Sternberg είναι διεθνώς αναγνωρισμένη για τις ανακαλύψεις της πάνω στις αλληλεπιδράσεις εγκεφάλου- ανοσοποιητικού συστήματος και στις επιπτώσεις της αντίδρασης στο στρες για την υγεία: η επιστήμη της αλληλεπίδρασης νου-σώματος. Έλαβε το πτυχίο της και έχει εκπαιδευτεί στη Ρευματολογία στο Πανεπιστήμιο McGill στο Μόντρεαλ του Καναδά. Εκτός από τις πολυάριθμες δημοσιεύσεις σε έγκριτα επιστημονικά περιοδικά, είναι κριτής και μέλος της Συντακτικής Επιτροπής για πολλά από αυτά, έχει επιμεληθεί πολλά βιβλία και έχει συγγράψει δύο.

Zumthor Peter

Peter Zumthor (γεννημένος 26 Απριλίου του 1943) είναι ένας Ελβετός αρχιτέκτονας και νικητής του 2009 Pritzker Prize και το 2013 RIBA Royal Gold Medal. Εκπαιδεύτηκε ως επιπλοποιός την περίοδο 1958-1962. Από το 1963 έως 1967, σπούδασε στο Kunstgewerbeschule, Vorkurs και Fachklasse με περαιτέρω σπουδές στη σχεδίαση στο Pratt Institute της Νέας Υόρκης. Ίδρυσε τη δική του εταιρεία το 1979 και έκτοτε έχει αναλάβει το σχεδιασμό πολλών διεθνών έργων. Επίσης διαθέτει μεγάλη διδακτική εμπειρία, καθώς διδάσκει από το 1996 σε διάφορα πανεπιστήμια.

Βιβλιογραφία

- Μιχελής Παναγιώτης, **Η αρχιτεκτονική ως τέχνη**, Αθήνα: Εκδόσεις Ε.Μ.Π., 1977
- Σταυρίδης Σταύρος, **Η συμβολική σχέση με το χώρο**, Αθήνα : Κάλβος, 1990
- Συγκολιτού Έφη, **Περιβαλλοντική Ψυχολογία**, Αθήνα : Ελληνικά Γράμματα, 1997
- Arnhem Rudolf, **Η τέχνη και η οπτική αντίληψη**, Berkeley : The new version, 1974
- Bachelard Gaston, **Η ποιητική του χώρου**, Μετάφραση: Ελένη Βέλτσου, Ιωάννα Δ. Χατζηνικολή, Αθήνα: Εκδόσεις Χατζηνικολή, 1982
- Botton Alain, **The architecture of happiness**, New York : Vintage Books, 2006 <http://www.goodreads.com/work/quotes/14280280-the-architecture-of-happiness>
- Canter D., **Περιβαλλοντική ψυχολογία**, Μετάφραση: Κοσμόπουλος Π., University Studio Press, Θεσσαλονίκη, 1996
- Cullen Gordon, **The concise townscape**, New York: Architectural Press, 1971
- Hall Edward T., **The Hidden Dimension**, Garden city NY : Anchor Books Editions, 1966.
- Marcus Clare C., Marni Barnes, **Healing Gardens**, http://books.google.gr/books?id=YRY1WejQok8C&printsec=frontcover&hl=el&source=gbs_atb#v=onepage&q&f=false
- Sternberg Esther M., M.D., **Healing spaces**, Massachusetts: The Belknap press of Harvard University Press, 2009

- Zumthor Peter, **Atmospheres**, Basel: Brickhauser, 2006
- Zumthor Peter, **Thinking architecture**, Basel: Brickhauser, 1988

Άρθρα

- Αλεξάνδρου Στράτος, Τίτλος άρθρου: **Αιθουσαίο σύστημα**, <http://www.proseggisi.gr/?p=189>
- Αλεξάνδρου Στράτος, Τίτλος άρθρου: **Ιδιοδεκτικό σύστημα**, <http://www.proseggisi.gr/?p=192>
- Ασβεστά Αλίκη, Βιγγοπούλου Ιόλη, Τίτλος άρθρου: **«Οι περιηγητές στα χαμάμ»**, <http://wwk.kathimerini.gr/kath/7days/2001/05/20052001.pdf>
- Βασιλάρα Αρχοντούλα, Εισήγηση με τίτλο: **«Ο ρόλος του οσμητικού τοπίου στην ανάδειξη και αξιοποίηση της τόπου»**, στο 1^ο πανελλήνιο συνέδριο marketing & branding τόπου, στρατηγικής προβολής και ταυτότητας τόπου και εκδηλώσεις αστικού πολιτισμού, Βόλος, 2012
- Μπαλτά Ευαγγελία, Τίτλος άρθρου: **«Το οθωμανικό χαμάμ»**, <http://wwk.kathimerini.gr/kath/7days/2001/05/20052001.pdf>
- Ξηροπαϊδης Γιώργος, Τίτλος άρθρου: **«Περί τόπου»**, <http://www.arch.uth.gr/mps/seminar4.php>
- Πάσχος T., Τίτλος άρθρου: **«Τα Ασκληπιεία»**, http://historymed.blogspot.gr/2008/08/blog-post_5105.html
- Πρωτόπαπας Αθανάσιος, Τίτλος άρθρου: **«Η κατασκευή των εμπειριών από τον εγκέφαλο, συνέπειες για τη φαινομενολογία και τη νευροαπεικόνιση»**, http://www.ilsp.gr/hompages/protopapas/pdf/Protopapas_2004_ConstrExper.pdf

- Στεφάνου Ι., Εισήγηση με τίτλο: «**Το ακουστικό τοπίο**», Πρακτικά συνεδρίου «Ακουστική 2002», Ελληνικό Ινστιτούτο Ακουστικής Πανεπιστημίου Πατρών ΤΕΕ, Πάτρα, 2002
- Evans Gary W., Τίτλος άρθρου: «**The Built Environment and Mental Health**», <http://cmbi.bjmu.edu.cn/news/report/2004/Urban/view/31.pdf>,
- ÇelikZeynep, Τίτλος άρθρου: **Kinesthesia**, <http://sixthsensereader.org/about-the-book/abcdarium-index/kinaesthesia/>

Διατριβές – διαλέξεις

- Βοραδάκη Γεωργία, Λιναράκη Δήμητρα, **Νευροχωρικό σύστημα**, Ερευνητική εργασία, Τμήμα Αρχιτεκτόνων μηχανικών, Πολυτεχνείο Κρήτης, Επιβλέπων καθηγητής: Κ. Ουγγρίνης, 2011
- Γιδαράκου Μαρία, **Αρχιτεκτονική τοπίου θεραπευτικών-νοσηλευτικών κήπων: ρόλος, λειτουργίες και αρχές σχεδιασμού**, Διδακτορική διατριβή, Γεωπονική Σχολή Α.Π.Θ., Επιβλέπων καθηγητής: Τσαλικίδης Ι., Θεσσαλονίκη, 2008
- Κανετάκη Ελένη Ι., **Οθωμανικά λουτρά στον ελλαδικό χώρο**, Διδακτορική διατριβή, Εθνικό Μετσόβιο Πολυτεχνείο, Αθήνα, 2004
- Πετράς Τσαμπίκος, **Η διερεύνηση του αστικού τοπίου πέραν της όρασης**, Διπλωματική εργασία διατμηματικού μεταπτυχιακού προγράμματος Ε.Μ.Π., Επιβλέπων καθηγητής: Κ. Μωραΐτης, Αθήνα, 2011
- Πετράς Τσαμπίκος, Φάρκωνας Ιωάννης, **Η οπτική εμμονή και η διεύρυνση της πολιτιστικής προσβασιμότητας**, Ερευνητική εργασία, Σχολή Αρχιτεκτόνων Μηχανικών, Επιβλέπων καθηγητής: Κ. Μωραΐτης, Αθήνα, 2008
- Χαβιάρα- Καραχάλιου Σεβαστή, **Ασκληπιείο Τιτάνης, το πρώτο κέντρο υγείας στον ελληνικό χώρο**, Διδακτορική διατριβή,

Τμήμα Ιατρικής Πανεπιστημίου Ιωαννίνων, επιβλέπων καθηγητής:
Β.Π. Ρόζος, 1984

Ιστότοποι φωτογραφιών

- www.flickr.com
- www.google.com
- www.tumblr.com
- Προσωπικό αρχείο

Ελπίζουμε μέσω αυτής της έρευνας ο καθένας από εσάς να αναζητήσει τη δική του «ζωντανή» αρχιτεκτονική.

Μπορεί ο χώρος να «θεραπεύσει» ; Ποια χαρακτηριστικά είναι αυτά που καθιστούν ένα χώρο ως θεραπευτικό; Πως η βιωματική εμπειρία του χώρου διεγείρει τις αισθήσεις; Πως μπορεί η αρχιτεκτονική να συμβάλλει στην θεραπεία και την ψυχική ισορροπία;

“...Η διαδικασία της θεραπείας και του επαναπροσδιορισμού της ψυχικής ισορροπίας λαμβάνει διαφορετικές μορφές και ενισχύεται από τη δομή και τα χαρακτηριστικά του ίδιου του χώρου. Η διέγερση των αισθήσεων, η εμπειρία του χώρου και η μνήμη πυροδοτούν το αίσθημα της προσδοκίας είτε για θεραπεία είτε για ευεξία, καθώς και αισθήματα ευφορίας, ενεργοποιούν τον οργανισμό και επιταχύνουν τη διαδικασία της αποθεραπείας...”

“...Η αναζήτηση της αρχιτεκτονικής όχι μόνο στην εικόνα αλλά στο σύνολο του χώρου, μπορεί να παράγει δομές που να ανταποκρίνονται καλύτερα στις ανάγκες του ανθρώπου,θα πρέπει να λαμβάνει υπόψη της τις ανάγκες και τα αισθήματα τους, καθώς και τη δυνατότητα του ανθρώπινου εγκεφάλου να συνθέτει τα αναρίθμητα ερεθίσματα που λαμβάνει από το περιβάλλον του μέσω των αισθήσεων. Η θεραπεία δεν πρέπει να γίνεται αντιληπτή με την απαλλαγή από τα συμπτώματα, αλλά ως μια ψυχοσωματική ολοκλήρωση, όπου ο άνθρωπος βρίσκεται σε πλήρη αρμονία με το περιβάλλον του...”

“...Κάθε έντονα βιωματικός χώρος είναι μια διαφορετική εμπειρία, μια διαφορετική κατάσταση όπου ο άνθρωπος (καθ')οδηγείται μέσω των αισθήσεων του...”

“Βασιζόμαστε έμμεσα στο περιβάλλον μας προκειμένου να εκφράζει τις διαθέσεις μας και τις ιδέες που σεβόμαστε και κατόπιν να μας τις υπενθυμίζει. Αναζητούμε από τα κτίρια να μας διαμορφώνουν, σαν ένα είδος ψυχολογικού καλουπιού, ώστε να αποτελούμε μία χρήσιμη εκδοχή του εαυτού μας. Φροντίζουμε ώστε γύρω μας να υπάρχουν υλικές διατάξεις που να μας μεταδίδουν αυτό που χρειαζόμαστε εσωτερικά, αλλά διατρέχουμε διαρκώς τον κίνδυνο να το ξεχνάμε.”

Alain de Botton