

Épp elég

A Hármashatár-hegyi alsó hangárral szemben tanúsított empátia

szerző: Trajter Éva

Konzulens: Szabó Levente DLA, tanszékvezető egyetemi tanár

Absztrakt

Mit tesz?

Érez.

Felvállalja a múltat.

A kezdeteket, a fénykort, az elhagyatottságot.

Jelen van.

Szembenéz a miértekkel, és hagyja, hogy a hogyan jöjjön magától.

Mer nyitni az új felé.

Nem szeppentik meg a repedések és szembenéz az elkövetkezendővel.

Nem támaszt elvárásokat, mégsem kong az ürességtől.

Tudja, hogy a boldogság nem egyenlő a kényelemmel,
szándékosan törekszik egy csekély diszkomfortra.

Gyertyát gyújt, együtt étkezik, összekapcsol.

Hygge, ikigai, lagom, wabi-sabi, ubuntu.

Talán elválasztják a nyelvek különböző logikai rendszerén alapuló
gondolkodásmódbeli eltérések, ám ezt megértve és szem előtt tartva
kommunikál, tanul belőle.

Empatikus.

TDK 2022

BME Építészmérnöki Kar - Középülettervezési Tanszék - Egyensúlyi helyzet



„ahogy a szél meglebbenti a függönyt
nem a függöny, nem a szél. A lebbenés.” – Fodor Ákos [1.]

Az emberek a mindennapjaik során akarva-akaratlanul sokat gondolkoznak a boldogságon és annak fogalmán. Felmerül bennük, hogy ha a délelőttjüket semmittevéssel töltötték, akkor a délutánnal már nem tehetik meg ugyanezt. Hogy milyen jó volt a rég nem látott barátjukkal töltött kávézás. Hogy megdicsérték a parfümük illatát. Hogy beszélgetést kezdeményeztek az új kollégával. Végre megcsinálták a régóta halogatott projektet és félre tudtak tenni egy kis pénzt a lakásvásárláshoz. Ám ezen egészen egyszerű gondolatokat mégis hogyan lehetne definiálni, rendszerezni, de legfőképpen tudatosítani? Martin Seligman, a pozitív pszichológia egyik atyja szerint a boldogságot 3 dimenzióra lehet bontani: a pozitív érzésekre, az elkötelezett, és a jelentőségteljes életre. A pozitív érzések, másnéven a boldogság affektív dimenziója a pillanatnyi, de legalábbis rövidebb távú örömekre utal. Ennek kissé hedonista felütést is lehet tulajdonítani, ám hosszútávon is mindenképp nagy jelentősége van az elégedettség vizsgálatakor. Az elkötelezettséget elmélyülésként is meg lehet

fogalmazni; Csíkszentmihályi Mihály a flow élményeként írja le. Ez a pillanatban való olyan szintű elmerülést jelenti, amely során nem foglalkoztatnak minket az azon kívül álló problémák; egyfajta öntudatlan állapot, amelyben összeolvad a cselekvés és a figyelem. A *jelentőségteljes élet*, az eudaimónia pedig eredetileg Arisztotelész egy elméletéből származik. Lényege, hogy intellektusunkat céltudatosan olyan dologra használjuk, amiben értéket látunk. Ez a fogalom szorosan összefügg a boldogság kognitív dimenziójával, amely az egyén a hosszútávú elégedettségi skálán való elhelyezkedésével foglalkozik.

Meik Wiking szerint a boldogság alappillérei a következőkön nyugszanak: együttlét/összetartozás, pénz, egészség, szabadság, bizalom és jószág. A hosszútávú elégedettséghez az ezekben a pontokban való egyensúly megtalálása elengedhetetlen. Az ily módon, általánosan leírható alkotórészek minden emberre ráhúzhatók, ám specifikálás egyénenként változó. Ez az eltérés visszavezethető az illető hazájára, problémáira, vallására, kultúrájára, de még a beszélt nyelvére is. A különböző nyelvek különböző logika szerinti felépülése nagy hatással van a kommunikáció során használt logikákra, azon túl pedig a gondolkodásmódunkra is. Egy idegennyelven való beszélgetés során ezt önmagunkon is (kisebb léptékben, nem életvitelszerűen) megfigyelhetjük, hogy a nyelv által biztosított eszköztár miatt egy kissé máshogyan fejezzük ki magunkat, szituációkra is másképpen reagálunk. (Hall 1980. 24.o.) A különböző népeken is szemügyre vehetjük, hogy a változatos befolyásoló tényezők miatt (kultúra, éghajlat stb.) a különböző igényekre miképpen reagáltak és ez hogyan van jelen náluk ma is.

A japánok két szavát emelném ki a kultúrájukat körüllegő békés, tiszteletteljes és szorgalmas légkörre. Az ikigai az előbbiekben már említett boldogság dimenziói közül utalhat egyre, a céltudatos, értelmet adó életre, amelyben közelítünk egyfajta beteljesedéshez. A wabi-sabi a dolgok tökéletlenségének szépségét járja körül. Felvállalja az őszinte formákat (lásd: hagi-yaki kerámiák föld-szerű, nyugodt külsője). Kiemeli a múltat és a sérüléseket (kintsugi – a törött tárgyak megjavítása, a sérült részek aranyporos ragasztással való helyreállítása) arra utalva, hogy ezek különlegesebbé és erősebbé tesznek. Ezen filozófiák a japán kertek kialakításában is megfogalmazódnak, a térben való haladás élményének elmélyítésében. Az utakat jelölő vízbe vagy ösvényre helyezett köveken lassabban lépkednek, jobban megszemlélik az őket körülvevőt.



hagi-yaki kerámia – Toshihisa Ishihar [2.]

Az északi vidékeken a sokszor rövidebb nappalok miatt megnövekedett a megfelelő világítás jelentősége. A világítást a napfény utáni sóvárgás miatt 1800-2200K színhőmérsékletben és a nem csupán a mennyezetről lelógatott lámpatest, hanem több, elszórtan elhelyezett fényforrásban fogalmazhatjuk meg. A dánoknál csupán PH-ként emlegetett Poul Henningsen lámpái jó példák a világításra való kiélezettségre adott igényes megoldásokra. Életfilozófiájuk definiálására használt szavuk a hygge, amely egy meghitt, meleg és otthonos atmoszférával jellemezhető. A már előbbiekben említett Meik Wiking a dán Boldogságkutató Intézet igazgatója egy egész könyvet szentel ennek a jelenségnek. Taglalja például „az étel és tűz rítusát” (Meik 2017. 34.o.), amelyek sok kultúrában a családi élet központjai. A gyertyagyújtással teremtett hangulatot; a közösségalkotás fontosságát; az ottani kerékpárkultuszt; a minőségi design nagybecsülését; valamint a jelenlét lényegességét. Kitér a lassabb élet jelentőségére és az ott mindent körüllegő fenntarthatóság elvére. Ez nem csak a jól formatervezett lámpatest vagy fotel képében ölt testet, hanem az egyénben és a közösségekben is. A megfelelő lelki egyensúly és a meghittség érzésének elérése érdekében hygge-okok alakítanak ki, amely valójában egy kis „fészket” jelent gyertyákkal, párnákkal, takaróval, könyvvel és zenével kiegészítve. (Meik 2016. 90.o.) Ezzel teremtik meg az atmoszférát a kellemes egyedülléthez. A bofællesskab közösségi lakóhelyet jelent. Ebben az életvitelt is meghatározó együttélési formánál a házakat úgy alakítják ki, hogy a családoknak a magán- és a közösségi élethez is meg legyen a lehetőségük. Az egyes lakásokon kívül jelen vannak még a közösségi terek közös konyha és/vagy kert formájában, ahol a gyerekek szabadon játszhatnak a barátaikkal, a szülők és felnőttek pedig minőségi időt tölthetnek együtt. (Meik 2017. 45-51.o.)

Az ubuntu egy tradicionális afrikai eszme, melynek központjában az egységhez tartozás és szívélyesség áll. Nelson Mandela a következőképpen írja le: „Régen, fiatalkorunkban, amikor egy utazó haladt át az országon és megállt egy faluban, nem kellett ételt vagy vizet kérnie. Amikor megállt, az emberek ételt adtak neki és gondját viselték, szórakoztatták. [...] Az ubuntu nem azt jelenti, hogy az embereknek nem szabad meggazdagodniuk. A kérdés inkább így szól: Azért gazdagodsz meg, hogy a téged körülvevő közösség fejlődni tudjon?”¹ Ezekben a példákban megfigyelhetjük a tapasztalatok átélésének jelentőségét. A tökéletlen formájú és felületű kerámiaedény tapintását. Az abba töltött tea illatát és melegségét. A harmonikus környezet szemet nyugtató mivoltját. A párnák és takarók puhaságát. A meleg kenyér ízét. A zene erejét. A különböző kultúrákon átívelő élményeken túl mik a közös pontok, hogyan érzékelünk?

Ezekben a példákban megfigyelhetjük a tapasztalatok átélésének jelentőségét. A tökéletlen formájú és felületű kerámiaedény tapintását. Az abba töltött tea illatát és melegségét. A harmonikus környezet szemet nyugtató mivoltját. A párnák és takarók puhaságát. A meleg kenyér ízét. A zene erejét. A különböző kultúrákon átívelő élményeken túl mik a közös pontok, hogyan érzékelünk?

Legfontosabb érzékünk, a látás jelentősége csak akkor fokozódott fel, amikor az ember elődei felköltöztek a fák ágai közé. Azelőtt - már ez élet megjelenésétől kezdve - a tapintás, valamint a szaglás voltak elsődleges érzékeink. (Edward T. Hall 1980: 77.) Ám a ma élő ember számára is ez a legfontosabb egy ideig. „[...] a szaglás a magzat egyetlen teljesen kifejlődött érzéke az anyaméhben, és a legnagyobb mértékben kifejlett a gyerekeknél körülbelül 10 éves korig, amikor a látás átveszi ezt a szerepet. [...] Valamint,

¹ Nelson Mandela promóciós videója az Ubuntu Linux számára, interjú Tim Modise-szal (2006): Nelson Mandela explains "ubuntu" concept. 2022.10.26-i megtekintés, https://www.youtube.com/watch?v=pVznJ22YCg&ab_channel=RossPirsig

mivel az illatok és az érzések egy emlékként raktározódnak el, ezért a gyerekkor az a periódus, amikor megalkotod azon illatok alapját, amiket életed végéig szeretni vagy utálni fogsz.”² A szaglásunk viszont kihat az ízlésünkre is. „[...] mindaz, amit ízként tartunk számon, valójában illat. Amikor az összes gyönyörű, összetett ízt érzékeled... mind szag. [...] teszteld ezt az elméletet úgy, hogy befogod az orrod, amikor mondjuk vanília- vagy csokoládéfagylaltot eszel. Ahelyett, hogy éreznéd az ízét, [...] csupán annyit érzel, hogy édes.”² Ezeket az ismereteket tudatosan használja a filmipar a 4D-s vetítések során, valamint a különböző brandek karakterisztikájuk megszilárdításaként. A Hall által leírt amerikaiak készítése minden szag semlegesítésére összefügg érzékeik tompulásával, az pedig az emlékek tárolásával, lévén, hogy az agy anatómiájából kifolyólag szaglásunk nagy mértékben összefügg a memóriánkkal.

A tapintásról elsősorban leszögezhető, hogy beszélhetünk aktív és passzív tapintásról. Aktív, amikor én tapintom az adott felületet, ez a pillanatbeli érzékelés 95%-át fedi le, míg a passzív tapintás, mely során a felület érint engem, ez csupán 45%. Az egyre simábbra konstruált utak és alengéscsillapítókkal felszerelt autók a kevesebb inger miatt például éppen az utazás élményét veszik el. Nem érzékeljük úgy az út anyagosságát, a kiindulópontunk és megérkezési helyszínünk közötti teret és az annak átszeléséhez szükséges időt. (Hall 1980. 99-100.o.) Az aránypár és az említett precedens arra utal, hogy milyen fontos érzékeink, azon belül a tapintás (is) aktív módon történő használata és hogy minél több módon kössük magunkat a világhoz. Nem csak a felületek anyagszerűségének és érdességének észleléséhez szükséges a tapintás, hanem a hőérzet tapasztalásához is. Egyrészt jelez számunkra, ha túl hideg vagy meleg lenne; ezzel kapcsolatos veszély fenyegetne tárgyak felől vagy általánosan a hőmérsékletben, tehát elengedhetetlen a túléléshez. A komfortunkon túlmutat például egy forró nyári napon a nagy tömegben való városnézés. Ugyanezt a szituációt az őszi hidegebb levegőben elképzelve sokkal kellemesebb képet kapunk. Zsúfoltságérzetünk tehát fokozódó hő hatására megnövekszik. (Hall 1980. 96.o.)

A látott és hallott tér összefüggése nehezen megállapítható, érzékelésünket befolyásoló hatása kulturális szinten is változó. Míg a japán ember papírfalakkal elhatárolt hotelszobákban is kellemesen elalszik, úgy a nyugati ember mindent hangszigetel. Egy angol építész például egy, az elnökükre panaszok bizottság működését segítette egy eset alkalmával. Felismerte, hogy a forgalmas út mellett ülésezők a kinti zajokat felerősítő kemény falakkal voltak körülvéve; így az együttesen túl sok inger kihatással volt működésükre; kevésbé nyugtalanok lettek az akusztikai behatások redukálása után. (Hall 1980. 80.o.)

A látás minden érzékszervünkénél több információt szolgáltat idegrendszerünknek. Berksley püspök úgy tartja, hogy „az emberek rendszerint a látás közvetlen és elsődleges érzetének tekintik a valóságos nagyságot és tőlünk való távolságot”³, tehát „a távolságot és a nagyságot egyaránt a tapintás érzéke szolgáltatja”³ Ezen elmélet azonban csupán kis mértékben veszi figyelembe az ideát. Azt a tényt, hogy az általunk már korábban látott és érzékelt tárgyat többszöri alkalom után, amolyan automatikus módon könnyebben azonosítjuk, mint első alkalommal. (Wedgewood 1817)

Az öt érzékünkkel begyűjtött információból kialakult kép néha zavaros tud lenni. Reakciókat, érzéseket kelt bennünk. Tegyük egy pillantást a depressziós emberre. Ül a szobájában és megrohanja egy elviselhetetlen mértékű szomorúság. Teljesen szétfeszíti belülről és egyre rosszabb lesz. Sír, ökölbe szorítja a kezét, előre hátra dől, átvág a szobán, tehetetlen. Nem bírja; vigasztalja magát, hogy másnak is milyen rossz, rosszabb, mint neki és hogy majd jobb lesz. Bólogat, elismétli párszor, ellazítja a kezét, letörli a könnyeit és nyugtazza magában. De mi lenne, ha leülne és hagyná, hogy szétfeszítse? Tovább ülne megfeszült testtel, engedné, hogy a néma sikoly az arcára üljön, nyeldekelné a könnyeit és csak érezne... A megkönnyebbülés tompa hullámokban jön. Olyan, mint az eső utáni levegő illata. Aztán halványan elmosolyodik és tudja, hogy ettől még nem fog tudni aludni éjszaka. Az erős érzéseknek nem az a céljuk, hogy cselekvésre sarkalljanak. Hogy dühből a falnak vágjunk valamit, vagy elkeseredettségből a volt párunk lakásához hajtsunk. Jelezni akarnak. Hogy itt valami nincs a helyén. Elnyomtuk valamit és/vagy hagytuk felgyűlni. Egy kis önmagunk felé irányuló türelemmel, elfogadással és idővel, világosabbá válhatnak az érzéseink forrásai. A miértetek.

A Hármashatár-hegyi sportrepülőtér alsó hangáregyüttesének egyik hangárával foglalkoztam a tervezés során. A Budapest 2. kerületében elhelyezkedő zöldterület népszerű kirándulóhelyé nőtte ki magát. Az évek során kisebb-nagyobb kihagyásokkal, a hétvégikutyasétáltatók mellett, a szimbiózist próbálgatva úzik a sportrepülést. Ez a tág értelemben vett közösség és a környéken levő kulturális kikapcsolódást szolgáló programok hiánya cselekvésért kiált, (amit jelenleg egy konténerbe kitelepült kisebb vendéglátóegység már észre is vett). A szóban forgó hangár jelenleg romos állapotban van, az utóbbi jó pár évben nem végeztek rajta karbantartási munkálatokat. Az épület jelenléte és a körülötte folyó vivid élet az egykori fénykorra és a jövőben rejlő potenciálokra utal. Ám ahogyan az ember múltjában lévő foltokkal, úgy a minket körülvevő épületek sebhelyeivel szemben sem szabad ignoránsnak maradnunk. Megláthatjuk benne azt a lehetőség, ami segít az elfogadásban és a tegnappal az oldalunkon való előrehaladásban. Ezen gondolatok mentén haladtam a programalkotásban, valamint szempont volt még az alacsony költségvetés és a rendkívül könnyen fenntartható lét.



az alsó hangár fénykorában (balra) [3.] és jelenlegi állapotában (jobbra) [4.]

² Colleen Walsh (2020): Experts discuss the science of smell and how scent, emotion, and memory are intertwined and exploited. 2022.10.26-i megtekintés, <https://news.harvard.edu/gazette/story/2020/02/how-scent-emotion-and-memory-are-intertwined-and-exploited/>

³ Józsan I. és Kiss K. (2018, szerk.): Thomas Wedgewood: Vizsgálódás a távolságról való fogalmunk eredetét illetően. (A néhai Thomas Wedgewood hátrahagyott jegyzetei alapján). Filológiai közlöny, 64. 1. sz. 91-99.

Az épületet, emberközelibb lépték érdekében csupán résnyire megnyitott kapun, valamint az ezzel átellenes oldalon lévő kibontott falnyíláson át lehet megközelíteni. A két bejárat által biztosított szellősség és átláthatóság növeli a biztonságérzetet. Az abból fakadó tengelyességéből mozdít ki a centralizált örvénylésű növény-szigetek elhelyezése, és a bejáratok ez által való vizuális elmosása. A beton járófelület feltört részét hol növények, hol föld lepi el. A padlórészek adnak helyet a nézőtérnek, valamint a különböző kulturális programoknak – így színházi esteknek, koncerteknek és kiállításoknak. A nézőtéri székek a flóraszigetek mögül bukkanak elő, mely megoldás az elődaóterek általában üres első sorai által nyújtott biztonságot szeretnék visszaadni. A hangárfalak graffititól való megtisztítása; a tetőt tartó faszerkezet megóvása és rendezése, majd ezen állapotok konzerválása mellett a már egyébként is beomlott tető elbontásra kerül. Szerkezetét csupán nagyobb anyagi beruházások árán lehetne megmenteni; ám ez a megoldás egyébként is lehetőséget ad a kintlét elmélyítésére. A közvetlen atmoszféra a látszólag véletlenszerű ülésrend, a melegfényű világítások és a természetközeli, múlttal rendelkező objektum mivoltjából fakad.

források:

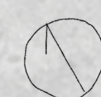
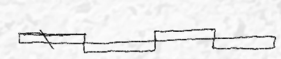
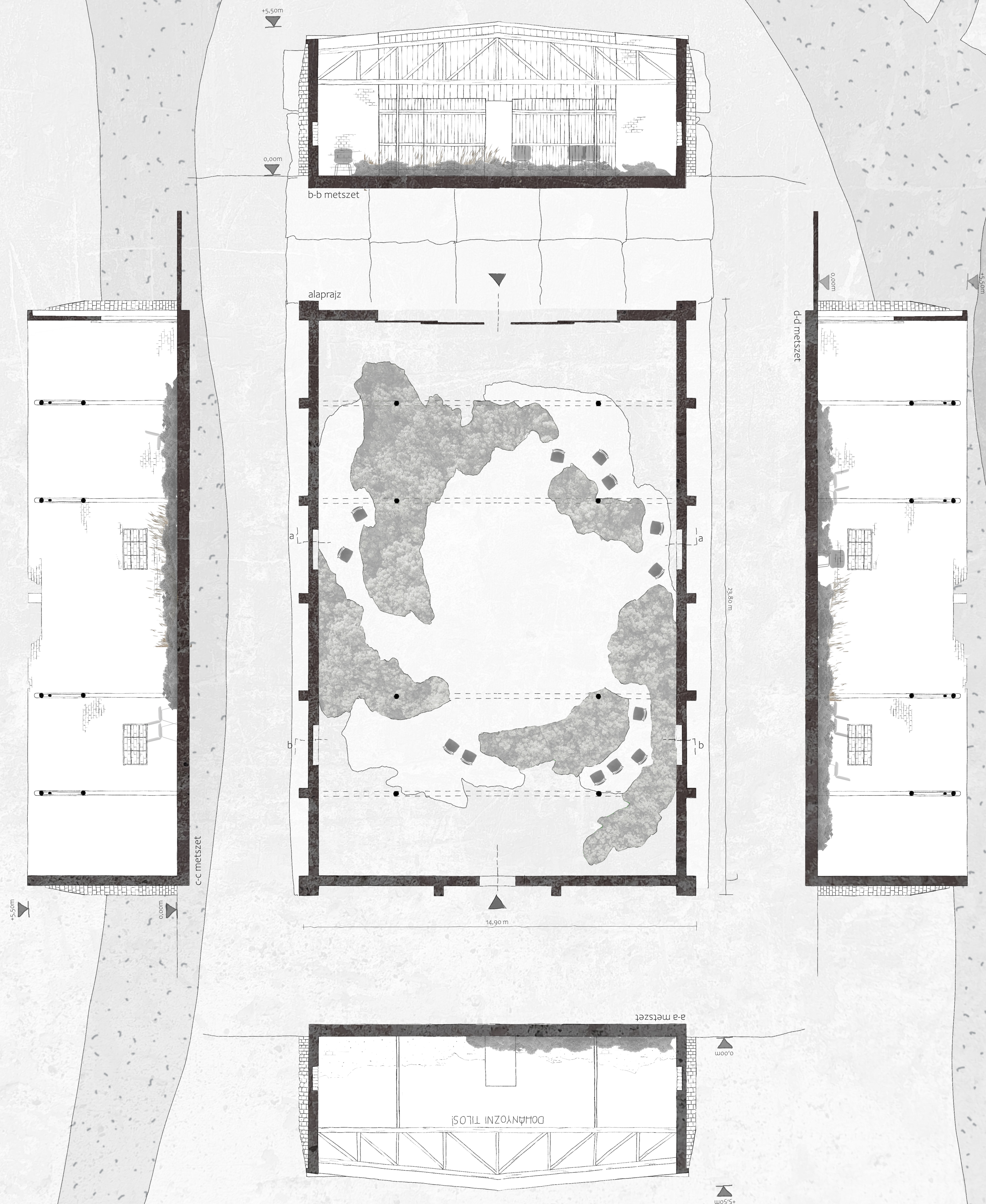
1. E. T. Hall (1980, szerk.): *Rejtett Dimenziók*. Gondolat, Budapest
2. Meik Wiking (2016) *The Little Book of Hygge: The Danish Way to Live Well*. Penguin Life, Denmark.
- 3, Meik Wiking (2017) *The Little Book of Lykke: The Danish Search for the World's Happiest People*. Penguin Life, Denmark
- 4, Józán I. és Kiss K. (2018, szerk.): Thomas Wedgwood: Vizsgálódás a távolságról való fogalmunk eredetét illetően. (A néhai Thomas Wedgwood hátrahagyott jegyzetei alapján). *Filológiai közlöny*, 64. 1. sz. 91-99.
- 5, Nelson Mandela promóciós videója az Ubuntu Linux számára, interjú Tim Modise-szal (2006): *Nelson Mandela explains "ubuntu" concept*. 2022.10.26-i megtekintés, https://www.youtube.com/watch?v=pVznJ22YCcg&ab_channel=RossPirsig
- 6, Colleen Walsh (2020): *Experts discuss the science of smell and how scent, emotion, and memory are intertwined and exploited*. 2022.10.26-i megtekintés, <https://news.harvard.edu/gazette/story/2020/02/how-scent-emotion-and-memory-are-intertwined-and-exploited/>
- 7, Héctor García Francesc Miralles (2018, szerk.): *Ikigai - A boldogság japán titka*. Bookline Könyvek, Budapest
- 8, Barcsi Tamás: A pozitív pszichológia és a jó élet filozófiája. Kézirat. Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar, Pécs
- 9, Nagy Henriett (2019): *Pozitív pszichológia: Az elmélettől a gyakorlatig*. Magyar Pszichológiai Szemle, 74. 3/2. 289-299.

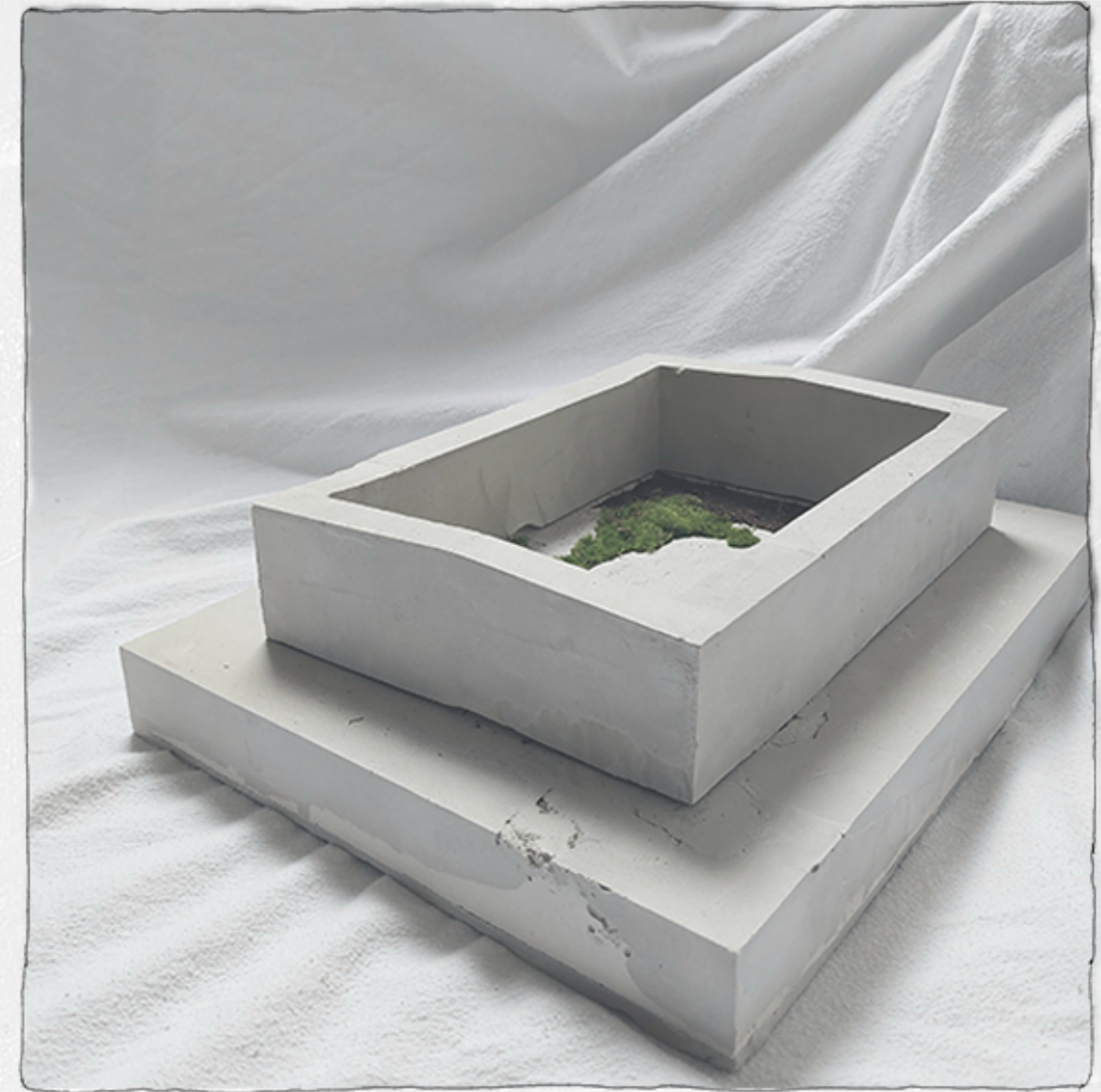
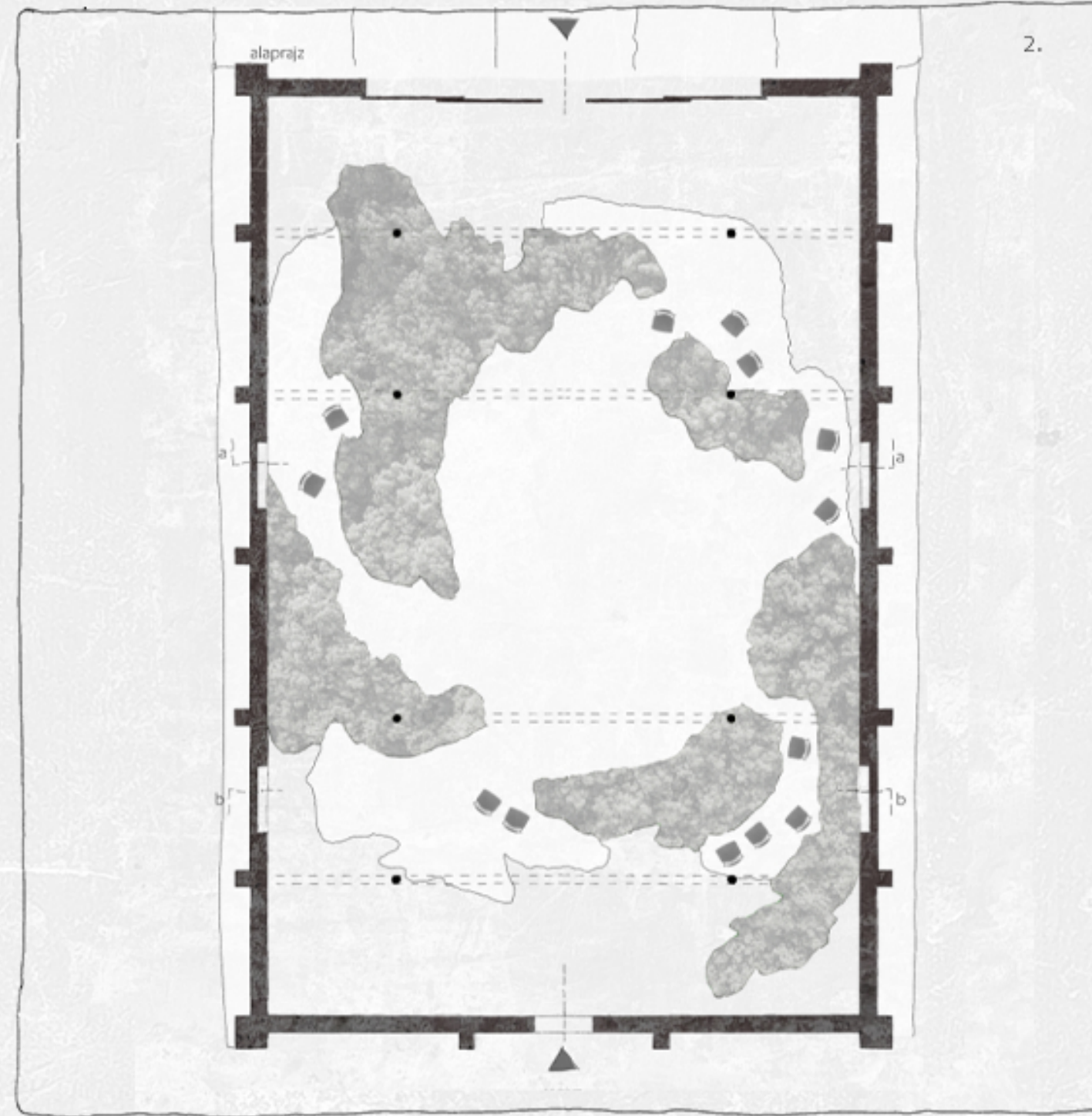
képjegyzék:

- [1.] Duen Jeong: London / Feb 2016
- [2.] Studio Ikkoku - Toshihisa-Ishihar japán kerámiaművész étkészlet szobra
- [3.] Mészáros Zoltán – A Hármashatár-hegyi alsó hangár, Fortepan 46454
- [4.] saját felvétel – A Hármashatár-hegyi alsó hangár 2022.10.



A Hármashegy-sportrepülőtér alsó hangárja a 2. kerületében helyezkedik el, kapuja a pályára néz. Az évek során kisebb-nagyobb kihagyásokkal, a hétvégi kutyasétáltatók mellett, a szimbiózist próbálgatva üzik a sportrepülést. Ez a tág értelemben vett közösség és a környéken levő kulturális kapcsolódást szolgáló programok hiánya cselekvésért kiált, (amit jelenleg egy konténerbe kitelepült kisebb vendéglátóegység már észre is vett). A szóban forgó hangár jelenleg romos állapotban van, az utóbbi jó pár évben nem végeztek rajta karbantartási munkálatokat. Az épület jelenléte és a körülötte folyó vidék az egykori fénykorra és a jövőben rejlő potenciálokra utal.





Épp elég

A Hármashatár-hegyi alsó hangárral szemben tanúsított empátia

szerző: Trajter Éva
konzulens: Szabó Levente DLA

TDK 2022
BME Építészmérnöki Kar
Középülettervezési Tanszék - Egyensúlyi helyzet

1. A falak graffitiktől való megtisztítása; a tetőt tartó faszerkezet megóvása és rendezése, majd ezen állapotok konzerválása mellett a már egyébként is beomlott tető elbontásra kerül.
2. A kapu éppen csak szükséges mértékű megnyitása, nem teljes széljében való használata az emberközeli lépték érdekében. Az épület kapujával átellenes oldalon lévő befalazott ajtónyílás kibontása. A belépés tengelyességéből mozdít ki a centralizált örvénylésű növényzsigetek elhelyezése, valamint a bejáratok ezáltal való vizuális elmosása. A székek növényzsigetek mögötti elhelyezését indokolja az előadóterek általában üres első sorai kapcsán fellépő hiányérzet (az így nyújtott biztonságérzet megmarad). Különböző kulturális programok – színházi estek, koncertek, kiállítások – közvetlen atmoszférája az emberek közelsége, a melegfényű világítás és természetközeli, múlttal rendelkező mivoltja következtében.

