

如何打造適意生活環境新思維

中國文化大學景觀學系主任
郭瓊瑩

前言

隨著科技與資訊之發展與流通，諸如「幸福」指數、「痛苦」指數、或者「永續」指標逐一有客觀科學之分析與評估「數據」，成為評定或認定質化生活之另一標準或憑據。當人們開始以空間幾坪、CO₂吸收量、科技家電數量或毗鄰風景優美環境之距離為一公開準繩時，似乎另一反智之現象發生了。當人們問您是否幸福時，可能會聽到在生日是否收到許多禮物，或者有多少朋友圍繞，來說明個別主體之感覺。另一方面卻逐漸喪失了個別主體(或者家庭、生活單元)對於非量化環境或情境之描述本能與感知反射能力。換言之，人漸漸成為一堆數學或科學數字堆積之無機生命體，他(她)也因過於熟稔於量化或數字所詮釋之意義，而無法更直

接或多元反射錯綜複雜之有機生命體之實質需求。

是以當先進文明創造了「智慧」型生活環境空間後，如何藉由對人性本能與人類心理需求而營造出一適合、適應與適意之現代人生活環境(生存場域)是後現代解構身心需求之重要任務。換言之，本文擬探討如何還原人與空間環境在生活上、在生存上以致在文化藝術與生態上之態度與價值重整。而這適意之「生活環境」理應由極小之生息空間拓展到極大之生活生態系。

價值觀之定位

人類之進化一直隨著時空更迭。就感知面，「適意」(Amenity)或曰「寧適」，是相對於時、空與人之多變關係。舉例而言，屬熱帶氣候區之印度、印尼等西亞都會區中

人口密集，相對溼度高，因都市化程度未若開發國家高，「舒適」之感知程度與北回歸線以北之臺灣地區有極大之不同。多數居家無冷氣、空調、無現代化居家設備、無寬敞之居住空間，然而也因與環境融合，其自然通風之杆欄式建築，屋外或聚落外綿延之田野綠地以及屋基四周種植大量之鄉土樹種，如緬梔、含笑……等香花植物。即使不用現代化之芳香劑，不用高科技之奈米光電殺菌劑……，這樣的生活舒適度卻是自然流露。

這些現象真實反映出人與環境之價值觀是相對於其所處環境之相對時空與文化背景的。是以，當吾人在探討如何營造適意之生活環境時，似乎應再提升為深度課題，以瞭解探索其真相。

在英文Amenity一辭，指的是愉快、愉悅的事物，Comfortable則指的是舒服的、舒適的，也可以是簡樸合人意的，相較之下，在價值觀之認定中，如能先達到基本Comfortable之標準，則更高一層級應可再昇華到除生理、物理之舒適外的精神層次之愉快與愉悅。

是以舒服、舒適之生活環境可能應先滿足環境物理之基本條件，讓人可以接受、可以融入，而適意之生活環境則並非僅藉物理設備或有形空間環境可以達成或滿足，它尚需無形軟體或氛圍之融入，俾讓人得以感覺到空間是令人愉悅的、有回應價值的、甚而是有令人鼓舞、振作、再充滿生機與生命創造力的。

當然，對於「適意」之定義，則又將因人、因時、因地而異，空間感知與時間序列之交互作用，絕對是創造適意環境或情境必然之條件。

生活環境之空間向度

如果認真嚴謹地用心探索生活環境之空間類型、屬性以及範疇之大小，則將發現它可以是一本實用理論驗證之鉅著。這包括「生活」環境之定義，其所屬區位、生物地理、人文地理之特殊性，還有這也包括三度空間變化之特殊性，如以科學方法分析，則可以有下列分類：

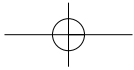


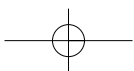
表1 生活環境之空間類型表

		居住單元	聚 落	社 區	部 落
山 區	高山山區（部落）	△			△
	近郊山區		△	△	
鄉 村	偏 遠	△		△	△
	近 郊	△	△		
海岸（邊）	離 島		△	△	△
	都 會 區	△	△	△	
	鄉 野		△	△	△
都市（會）	都市邊緣	△	△	△	△
	都市核心	△		△	
	都市基盤	△	△	△	

也因此，若欲營造出一符合大環境條件，也能符合地區生活空間特質，則又能擁有個人(或個別)生活空間個性與特質，則可依前述檢索表先予定位，這個宏觀之認知與空間定位可去除傳統只認識自我居住空間需求之狹隘視野，這個動作之好處是在促使每一個人均能打開自我、自私或「白閉」式之物質生活觀，能以更客觀、宏觀之視野瞭解個人生活與區域性環境系統之關聯。例如住在內雙溪的人，可以瞭解個人居住生活可能與戶外之天際線互動，屋頂露臺可以觀星或觀看七星、大屯山東側山脈之天際線，而也可能在社區附近引入雙溪之水匯為水塘或水景……。此外，如果

以離島、澎湖(望安小島)之居家而言，乾燥、多日照、風大且鹽分高、缺綠地森林之大環境而言，當現代化之鋼筋混凝土洋房取代了傳統咕咾石之平房；當現代化有空調之室內空間獨立於戶外之蔚藍海岸或冬日之昏灰沙場時，其實離島與海為伴之生活質感則很快被切斷了；換言之，當生活空間與外在環境絕緣時，其實會一直像是個流浪者或過客，無法融入在地情境。當然如何引入藍天星空而又能保有安逸、舒適、愉悅之室內生活空間，則應是探討此課題之重點。

又如，位在毗鄰阿里山、奮起湖之村落居家，在海拔2000公尺以上之高山氣候帶，戶外有自然森



林，有鐵道蜿蜒，有豐富之野花與野鳥，更可能面對每日午後起霧之濕冷環境，如何引入山林之美，卻又容許在特殊天候、地理與民俗文化條件下，有舒適、安逸、愉快之生活感覺，想必又有一套不同之解題。

不可諱言，即便是遠在蘭嶼之雅美族部落，在保存既有聚落型態外，如何讓現代化真正與原住民之信仰、習俗與生活場域共存，並能再更積極地整合融入太平洋海域小島之風情，匯集成島嶼風貌，這似乎是居住者之理想，要經由專業者之協調、整合、突破並開創出另一生活價值新典範。

當然，若回歸最大多數之都會居民之生活環境而言，住在臺北東區高密度集合住宅群中小坪數公寓之居民，要如何在有限空間、有限條件之限制下開創出仍有機會接觸大自然而又能突破有形空間拘束之居住品質，除了藉由所謂室內設計檢討以及隔間之創意外，而最大之挑戰似應是一在都會核心之鴿子籠中，如何將那個鳥籠化為無形？而又如何能讓居住於內之人「心」能

隨時有機會徜徉於窗外(或鳥籠外)都市裡的大自然中？綜合言之，假如居住於鄉村田園間的人，真能有「採菊東籬下，悠然見南山」之心境，而住在都市核心區的人又真能有「室小何需大，一沙一世界」之胸襟與情懷，則再來談如何白技術面切入改造實質環境，似乎較能釜底抽薪地開創新生活環境之革命。

生活美學與空間營造

有人說「美」是見仁見智的，是沒有標準的，也有人說生活空間尤其是居家生活空間，更是因人而異，也是沒有標準的。誠然，這些敘述有點主觀之道理。然而，嚴格說來「美」是科學，也是藝術，而更深一層而言，它是一種知覺、哲學，也是一極致之心靈體驗。它當然可藉由一相對客觀、科學之媒介來呈現表達其抽象之意涵。是以，生活美學之形塑其實源自空間所在場域大環境文化歷史之影響與滋潤傳承，生活美學解釋了人與地之踏實關係。君不見客家聚落整潔有序之騎樓，即便是狹窄的街角，均會看見用回收之桶子種出來有生命力

之孤挺花、金桔、樹蘭、蘆薈……等，說它「美」，它絕不是透過設計精緻安排所呈現出之精巧美，它是隨性的、隨意的，卻深深流露出居者與空間之互動情感。也因此，見到金門老厝西洋式陽臺下種了一串串之翠玲瓏、懸崖菊……，這是所謂的生活文化美質，它的美學架構絕對是生活經驗之組合，它是人與土地、人與自然或人與人關係之流露，藉由自然媒材詮釋了這些「關係」以及對關係層次之表白。

是以「適意」一詞，其令人愉悅之意境是一種美感體驗，而生活空間環境之品質尤應以動態的、變遷的、美感的序列時空串連來表

達。以下是幾個思考重點，或許可提供作為美質創意與實質生活機能謀合之基本評估依據（圖1）。

這些思考流程與方法看似複雜，過於嚴謹與拘謹，不過若白更深之實踐角度回饋總結，其實這個看似拘謹規矩之流程僅是將原來大家認為「主觀」、「見仁見智」之美感經驗或者適意生活空間回歸，整理出一種所謂可「客觀」依循，可「科學化」評估檢索之準繩，而真正心靈之滿足與心理之美感經驗則須透過時間之粹煉以及透過「心」與「物」、「心」與「空間」以及「心」與「心」之互動了。

為此，營造具美質、美感之適

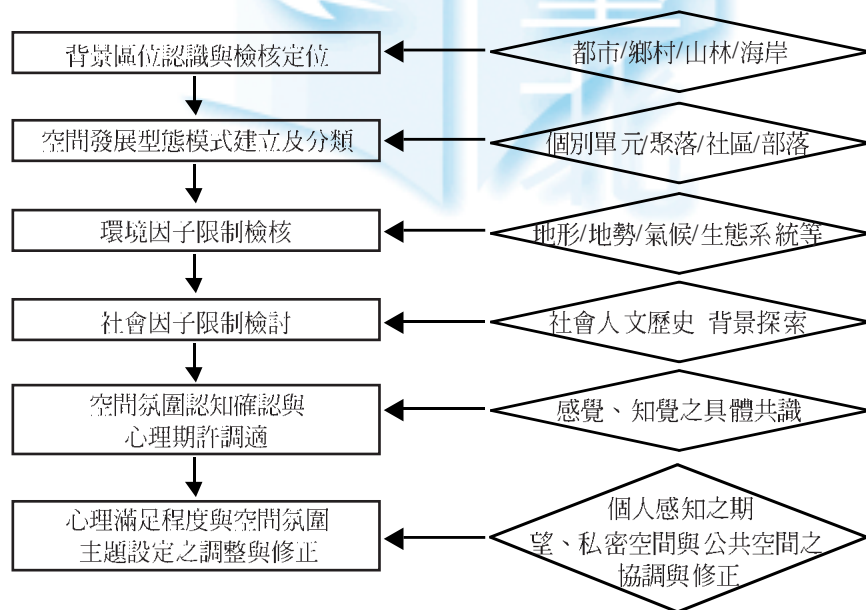


圖1 美質創意與實質生活機能之基本評估示意圖

意生活環境，其實是相當高難度的，因為「愛美之心，人皆有之」，而大部分人很容易將「愛美之心」實踐在個人穿著打扮上，而更進一步者係可以透過對「美學」之認知與涵養實踐為欣賞審美之行動，如觀看藝術展覽、欣賞各類美的事物或藉著旅行到「美」的地方去學習觀察與體驗。而另一高層次之境界則是透過少數專業者、具專業能力或有悟力之實踐者，依照美學的定律來營造、創造美的事物與環境空間。而相信本文討論之重點是，如何讓創造「美」的環境、「適意」的環境之責任或任務，不再是專家的特權，而是人人均可在有限之時間、空間以及財力之限制下，得以創造出有深度、有生命且又能刺激生活，並且不斷滋生生活之新生命力與動力。相信這個精神正是所謂「創造」美的空間之終極目標與精神所在。

而當這個新思維、新價值已可成為普世價值，或已可融合而成為常民生活常識與民風時，則打造的適意生活環境實無需借重所謂專業者(或專家了)。而屆時，吾人應可

說國民美的素養已又進化一層級了!

結語—實踐之態度與智慧

誠如前節所分析，適意(Amenity)之環境是一種令人愉悅的情境與心境，它之成就在虛體之(心理)層面高於實質(有形)之層面。也因此，本文在此篇幅內實無法一一說明在不同情況條件下，該如何打造適意之生活環境？而是期望能將這些思維、價值觀以及實踐期望轉化為一種實踐動態與可行性之實踐過程，而其結果仍應符合美學原則，尤應應用科學知識轉化為合理抉擇之智慧。以下係幾個秘訣(tips)，茲綜合歸納成不同層級之思維向度與內涵：

■道法自然—在與大環境之相處態度上

- 因地制宜
- 順應地形
- 化限制為潛力
 - 保留溼地或低地成為景觀(前景/借景)
- 應用自然鄉土材質
- 資源回收再利用
 - (應用廢棄石材、木材，融入新

的居住空間或基地)

■境随心移—在與微環境之相處態度上

生活環境是有生命的，是隨時、空與「人」的年齡錯綜變遷的，也因此面對微環境之空間面，必須先摒除商業流行對自我之誘惑感牽引，是以若能在空間處理上給予生活環境，自然之演替（Succession）之機會與空間，它會因「人」之成長或「人」之心情變化，而有調整之空間。為此多元、多彈性、多機能、多角色之空間營造亦將會所謂節能、儉樸、經濟，且又快速反應需求之基本需求。

■不完美之美—在對空間質感要求之因應態度上

對空間之營造與孩童玩積木建屋是不同的，當建完積木是Perfect，因挑戰完成了；而生活空間是延續的、生長的，就如同中國人的繪畫之「留白」意境一樣，應被正視的。

留白—

留住未來可成長之空間

留住居住者可呼吸之空間

留住共生之生物可透氣可共生之空間

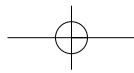
留住人與人自我面的「空」間

適意之生活空間必須是視覺愉悅的、感官愉悅的，而在五感之營造上尤需細膩處之、滋養、培育，也因能有留白之不完美之美，方能容許對環境之感受得以隨性、隨心境而微調，這是自在的、自由的、不拘束的。

而生活環境之營造上必須是讓每一生活者之心理與生理都得以Free，不會有窒息之威脅，而此秘訣正是以不完整之美感為依循準繩。留住可呼吸之心靈，可伸展之軀體。



可透氣的空間峇里島的木雕藝術村
攝影：郭瓊瑩



可與陽光接觸峇里島的Lovina飯店
攝影：郭瓊瑩



可聽蟲鳴鳥叫的紐約中央公園
攝影：郭瓊瑩



可聞到自然芬芳的日本農村
攝影：郭瓊瑩

臺北

