

TwDw | 為生活創造平衡的幸福狀態 Life, not just goes on but goes well.

Wellbeing，作為本屆WISH主題的首發，字面本身已經說明了一切——好好地存在著。在人生的各個階段裡，人們大多喜歡聽到別人說「你看起來狀態很好喔！」這句簡短的稱讚背後有著令人驚喜的意義存在，它意謂著我們生活過得很不錯，散發出來的幸福光芒和快樂指數還蠻高的。探究這指數的來源似乎跟生活進行得平順與否有所關連，而質感是讓一切順利的關鍵。經驗告訴我們，生活質感的高低影響著幸福程度的濃淡。當然這裡所指的品質不是指物質上的優劣，而是人們藉由五感價值的提升來達到自我的最佳狀態，這種身心愉悅的體驗就是一種理想中的平衡，一種優活的狀態。

我們常說，設計是為了追求更美好的生活。我們也都知道，設計師為了達到所謂的理想品質，用創意來重新定義，產生行動，進而改革生活。不管是追求還是改變，都是一種雙向性的實驗，它可以是一種前行的嘗試與挑戰，也可能是向後的回歸與探尋。但目的都是讓人們的生活可以更接近所謂的幸福狀態，從idea變成ideal的過程，其中多出來的「l」可解讀成「life」，因為唯有把生活納入考量的發想，才能貼近人們最真實的理想需求。在「idea for ideal」的定義下，不論是提倡舒適健康跟環境調和的綠建築設計，還是呼籲減少障礙、降低不便，達到全民皆可使用的通用設計，每個以人為出發點來構思的突破與回復皆是秉持著順應自然的邏輯來過生活。

舉例來說，日本家具設計師Daisuke Motogi所設計的「Sleepy Chair」單人沙發，改變了傳統座椅的樣貌，用更直覺的方式來呈現身體貪戀的感覺。利用人們喜歡東靠西靠，這邊窩一下那邊窩一下的習性，設計出最適合坐臥的軟物件。這種讓身心都倍感舒適的設計，強調的不只是材質上讓人喜愛的柔軟性，而是情感上被觸動到的柔和性。抓住人們習慣耽溺於床上入睡的美好經驗，這張椅子提供的是一種生活上的幸福感，讓人想到村上春樹所定義的「小確幸」，簡單自然不造作，越是貼近身心喜歡的感覺越能給使用者溫馨的安全感。很多時候，依著人類最原始的習慣來思考，達到平衡的幸福狀態是再自然不過的事了。

從慢活、樂活到優活，一直以來人們所談的都是圍繞在所謂的生存品質。慢活是一種態度，以一種悠然的步調，回歸大自然根本的節奏，達到一定的和諧。樂活乃至優活則是一種實踐，在受限的環境下，為自己找出一個更自在的生活模式。快樂存在於平衡之間，在一個無須拉扯與抗衡的環境，幸福感自然產生。為了要達到這所謂的平衡，我們在身心的感覺及感知上都需要適度的調節。也許是藉由居住環境的轉移，也可能是透過行為模式的改變，但最終的目的都是讓生活趨於更加和諧的狀態。

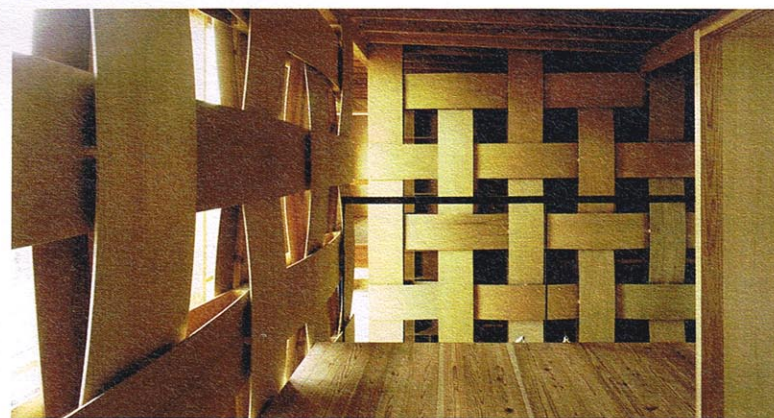


● Wood Block House (圖片提供：Tadashi Yoshimura Architects)

國內外很多建築師都把這樣的健康觀念植入作品中，希望呈現一般建材及制式居住空間所無法給予的優質感，如同我們在Tadashi Yoshimura的作品「Wood Block House」所看到的運用。利用片狀木材搭造出編織感的結構，不只是讓居住者接觸自然素材這麼簡單，而是運用交織間隙所達到的透光效果來改變傳統窗櫺及一般窗簾的樣貌，進而擴展了原有的生活體驗。除了外形上的創新，功能上也有所突破。交織中所產出的空間更足以容下一位小朋友無拘束地「嵌入」，實在是非常討喜的設計！這樣的構想改變了屋內生活的形態及動線，更增添了互動來提高自在感所帶出的幸福。生活中能如此接觸



● Sleepy Chair (圖片提供：Daisuke Motogi Architecture)



● Wood Block House (圖片提供：Tadashi Yoshimura Architects)

到五感體驗的升級，的確是一種優活態度的實踐。所謂生命存在的價值，並不是建立在單一形態的完美自處，而是在與周圍環境及物件相處過程中，一同創造出的身心和諧氛圍。

在Wellbeing這個主題下，不論是從人與環境出發的健康建築、回歸生活本質的用品，還是從關懷角度切入的通用設計，每個討論議題與觀察面向的出發點都是「愛」：對美的喜愛，對生活的熱愛，對人類的關愛以及對世界的大愛。因為各層面都被用心包覆，於是我們所接收到的溫暖感很自然地就會衍生出一種幸福生活的輪廓。當設計的思維能夠依附在這樣的輪廓下被勾勒出來，那麼所產出的創意必定能觸動到每一顆需要被填滿的心。(執筆：邱亞菱)