

ANNA STANIEWSKA*

HISTORIC GARDENS AND QUALITY OF LIFE. AN OUTLINE WITH REFERENCE TO HERITAGE GARDENS

OGRODY ZABYTKOWE A JAKOŚĆ ŻYCIA. ZARYS PROBLEMATYKI W ODNIESIENIU DO OGRODÓW ZABYTKOWYCH

Abstract

The beneficial influence of designed green spaces on human health and well-being is widely known and indisputable. Aspects of landscape design are analyzed with regards to human sciences, such as medicine, psychiatry, psychology and sociology in particular. In this context heritage gardens play a vital and specific role influencing quality of life, as they are examples of harmoniously designed landscapes: diverse and rich in cultural meanings. As such, they have a particular therapeutic significance, especially that they stand in opposition to an ongoing process of chaotic urbanization.

Keywords: landscape, parks, heritage gardens, quality of life

Streszczenie

Dobroczynny wpływ terenów zielonych na ludzkie zdrowie i jakość życia jest bezdyskusyjny i szeroko badany. Aspekty projektowe analizowane są w odniesieniu do nauk o człowieku, zwłaszcza medycyny, psychiatrii, psychologii czy socjologii. Zabytkowe ogrody i parki odgrywają w tym kontekście rolę szczególnie istotną i mają ważny wpływ na jakość życia, ponieważ są przykładami krajobrazów harmonijnie komponowanych, różnorodnych i bogatych w znaczenia. Jako takie mają duże znaczenie terapeutyczne, zwłaszcza w opozycji do chaosu przestrzennego wynikającego z postępujących procesów urbanizacyjnych.

Słowa kluczowe: krajobraz, parki, ogrody zabytkowe, jakość życia

* PhD Eng. Arch. Anna Staniewska, Institute of Landscape Architecture, Faculty of Architecture, Cracow University of Technology.

1. INTRODUCTION

Various measurements of quality of life are being given increasingly more prominent place in scientific research as it is now widely recognized that the pursuit of happiness and a certain state of well-being is one of the fundamental human needs. The efforts to measure the quality of life in fact amount to trying to determine the degree to which this pursuit has been successful. Reducing the impact of monuments of horticulture to the sole aesthetic pleasure they provide does not do justice to their full value. The latest research shows that there is a clear connection between a person's health (both physical and mental) and even a very short stay in a harmonious landscape composed of natural elements. Model examples of such areas are heritage gardens and parks, which have gained the status of historic monuments because of their highest values.

2. THE AIM OF THE STUDY

Heritage gardens and parks are examples of carefully designed landscapes composed of natural elements, diverse and rich in cultural meanings. The fusion of architectural elements and nature creates "a place of enjoyment suited to meditation [...] acquiring the cosmic significance of an idealized image of the world" (see: *The Florence Charter*, 1981, Art. 5). Apart from their significance for history, culture and art, gardens have an important influence on the quality of life, which is particularly clearly perceived when they are set against the spatial chaos resulting from ongoing urbanization. This article presents the current state of research, drawn from publications on the subject, on selected aspects of the contemporary use of heritage gardens with reference to the quality of life.

3. THE STATE AND DESCRIPTION OF RESEARCH ON THE QUALITY OF LIFE AND ITS RELATION TO LANDSCAPE

In the field of landscape architecture, a direct reference to the issue of quality of life has been included in the European Landscape Convention, which states in its preamble that "the landscape is an important part of the quality of life for people everywhere". The concept of quality of life itself has been the subject of scientific and methodological dispute (Trzebiatowski 2011) as it is ambiguous and applied simultaneously in several fields of science: in social sciences, economics and medicine. Its definitions are numerous – existential, which include the context of realising life goals, objective – referring to the degree in which certain specific basic needs have been fulfilled, and finally subjective – resulting from the assessment of the fulfilment of individual aspirations. A combination of many indicators is used for defining the parameters of quality of life, including precisely measurable ones, such as: gross national product per capita, average life expectancy, access to specific services etc. Extensive reports are commissioned by public authorities¹, various institutions

¹ The report by the Polish Central Statistical Office (GUS), *The Quality of Life... or The Social Diagnosis* subsequent editions, see: <http://www.diagnoza.com> (access: 30.10.2013).

and non-governmental organisations². Medical sciences use a concept of quality of life that is related to health – *Health Related Quality of Life* (HRQL), which takes into account relevant areas of patients' lives: their physical condition and motricity, their mental state, social and economic situation as well as somatic sensations, frame of mind and the spiritual sphere (Kochman 2007).

From the point of view of analysing the influence of landscape on the quality of life, significant are definitions which also take into account the options of spending free time, relaxation and recreation, the condition of surroundings and environment, as well as ecological security (Campbell et al. 2007) in addition to general living standards (housing, work, salary, access to medical and educational services, health) and social context (satisfaction from family life and relationships, civic activity, personal development etc.). In the face of the world economic crisis, a high quality of life is becoming an element in cities' marketing and promotion strategies³. The latest European report presenting the results of research into the quality of life in 79 cities in the EU demonstrates that there is a strong correlation between general life satisfaction in a given city and the satisfaction from the amount and condition of green areas in that city (*Quality of life in cities*, 2013, 118). It has been shown in Holland that a view from a window over a park increases a flat's market value by 8%, and having a park in the close vicinity by 6% (Luttik 2000).

Although the beneficial influence of designed green spaces on human health and well-being is indisputable, widely known, and intuitively used practically for centuries, a revival of systematic research into the correlation between green areas and health may be observed over the last 30 years (Velarde et al. 2007, Brown and Cummins 2013). Design aspects are analyzed from the perspective of the sciences of man, especially environmental psychology, medicine, psychiatry and psychology. Research methods include numerous case studies, observational research, research on preferences and satisfaction as well as clinical studies of an organism's vital functions when exposed to a specific type of natural landscape as opposed to urbanized areas, which, according to prognoses, will attract more and more inhabitants⁴.

The published research referred to later in this article pertains to green areas in general, but it may be referred to heritage gardens too, as they are special examples of the art of shaping the surrounding space with the use of vegetation for the purpose of making it human-friendly. The reason for their creation was often care for the health and wellbeing of the people living at the time of their creation. Historic monasteries which have survived to our times in cities of mediaeval origin (e.g. in Krakow: Hodor 2012) used to have cloister garth gardens with medicinal herb gardens. Numerous public gardens, now already of historic heritage value, such as the oldest London parks, were created by the 19th-century hygiene promotion movement trying to combat the effects of pollution in cities resulting from the development of industry, and to improve living conditions and health

² E.g. Human Development Index HDI by the United Nations Programme for Development (UNDP), more information on the rules for calculation of the index: <http://hdr.undp.org/en/statistics/hdi>, Better Life Index (OECD), <http://www.oecdbetterlifeindex.org> (access: 30.10.2013); Quality of Life Index (developed in 2005 by the British weekly *The Economist*), http://www.economist.com/media/pdf/QUALITY_OF_LIFE.pdf (access: 30.10.2013).

³ The report on great Polish cities (Orłowski 2011) includes an indicator called Quality of Life Capital measuring access to the health service and education, the condition of the environment, and safety.

⁴ The UN forecast that by 2050 almost 82% of the European population will have moved to towns and cities (UN, 2012).

(e.g. Victoria Park, 1841–1843, designed by James Pennethorne). What is more, survival of historic gardens until our times and granting them heritage status in order to preserve them speaks for their profound impact on the quality of life.

4. THE BENEFICIAL INFLUENCE OF GARDENS ON QUALITY OF LIFE. A REVIEW OF RESEARCH RESULTS WITH THE FOCUS ON CONTEMPORARY FUNCTIONING OF HERITAGE GARDENS

As with other historic monuments, heritage gardens may be valued for their antiquity, authenticity of substance (plan, idea, choice of plants etc.), uniqueness, historic importance, and aesthetic and landscape features. Pawłowska and Swaryczewska (2002) also mention the importance of the informative and symbolic and emotional values they carry, as well as the integral role they may play. Aesthetic and compositional values are usually confirmed by research and expert evaluation. Utility and economic values are often considered peripheral, although in countries with long gardening and democratic traditions, there are examples of the commercial opening of such complexes to the public in a sustainable way in order to meet the demands of the fast developing cultural heritage garden tourism. Great Britain is clearly in the lead in this field, as parks here record 1.8 billion visits every year⁵.

This part of the article is a review of significant examples of the research on the correlation between contemporary ways of using green areas and quality of life. To illustrate the review, several heritage gardens have been selected that have the status of historic value gardens (recognized by the relevant legal regulation of the country they are in) and are at the same time open to the public. In this discussion it has been assumed that the renown of historic heritage gardens also results from their impact on quality of life. And that is why the issues below are of particular weight with reference to historic gardens, although not unique to them. In other words, calling a historic garden a heritage monument does not fundamentally change its influence, yet this is a legal recognition of its particular meaning. Source materials have been provided by publications on the history of horticulture, informational publications on particular gardens, guidebooks and websites.

Relaxation amongst greenery is the main motivation for visiting parks, including heritage gardens (research by A. Chiesura on Vondelpark in Amsterdam, established in 1865). The desire to break away from everyday routine occupations and the rhythm of daily life (especially urban life) is an important need, whose fulfilment by staying in natural surroundings makes it possible to regenerate physically and psychologically. Even a short visit to a garden enables us to reduce stress and tension levels. The distinctive features of historic gardens in this field are cultural features connected with their history, the circumstances of their establishment, or the their designer and/or owner. Immersion in history coupled with the uniqueness of landscaping and the first class compositional qualities of classic garden styles (which is the basis for recognition of a historic garden) is a far more interesting experience and distinguishes the rest of heritage from the contemporary park. Furthermore, according to experimental research, just the view over a harmonious landscape with a majority of natural elements has a soothing effect and accelerates regeneration from mental fatigue

⁵ Data from *HLF funding for public parks 1st April 1994 – 31st March 2009*, Heritage Lottery Fund Policy and strategic development department data briefing, 2009, cited after: *Urban green nation: Building the evidence base*, CABE Space, 2010, 22.

(Kaplan and Kaplan 1989). A designed landscape of historic parks and gardens may have such an impact, especially so since they usually feature aged trees, beautiful compositions of vegetation, ponds or gentle hills, completed by an appropriate arrangement of paths and relaxation spots offering the most attractive views. The defining characteristic of historic gardens in this matter is their setting in a particular era of garden art and the use of solutions typical of that time. Their uniqueness can involve either the use of elements which are contemporarily rarely used (e.g. French embroidery flower parterres), or may be based on elements of the composition which strongly depend on the plants' mature shape resulting from their age (rows, bosquets or alleys composed of trees which, because of their age, are fully formed). The visual appeal of natural panoramas also enhances the ability to concentrate, as well as select and absorb information (Berto et al. 2010), which is particularly important in the modern world, where we are under constant attack from countless sensations. It is worth noting that in the compact structure of the centres of many modern cities such oases of calm lifting the quality of life tend frequently to be just historic parks such as Central Park in New York, Hyde Park and the other Royal Parks in London, Łazienki Królewskie Park /Royal Baths Park/ in Warsaw, historic botanical gardens (the Jagiellonian University Botanical Garden in Kraków, London Kew Gardens) or monastery gardens made accessible to the public (e.g. the Archaeological Museum Gardens in Kraków).

The influence a landscape exerts over human physical and mental health, resulting from its intentional composition as well as from the vegetation itself, justifies the opinion that there are medicinal and therapeutic landscapes. At the beginning of the 19th century, gardens and parks were an integral part of many British mental hospitals ('asylums'), such as Brislington House (Hickman 2005), in compliance with the theories of treating mental disorder prevailing at the time. The oldest Polish hospitals for "nervous" patients (erected even during the Partitions, such as Świecie, Owińsk, Kochanówka, Tworki or Kobierzyn) also included extensive parks, now more than a hundred years old. The latest research on mental health indicates the therapeutic role of landscape (Wolf and Flora 2010), presenting results showing that there has been an improvement in the mental condition of patients suffering from various psychiatric complaints⁶ (e.g. depression⁷) who spent time and worked in a garden (MIND report, 2013). The report emphasizes that eco-therapy, i.e. garden therapy, may be an effective remedy helping to relieve the problem in the face of long waiting lists for psychotherapy and the high costs involved, as well as common overuse of pharmacological antidepressants (MIND, 2007). The same situation may be observed in the case of ailments connected with aging (Ottoson and Grahn 2005) or Alzheimer's disease (Mooney and Nicell 1992), in which a stay in green surroundings, such as a garden, contributes to improved powers of concentration. For many Polish historic gardens, which require regular care and meticulous maintenance,

⁶ In Poland, according to a survey called EZOP, 27% of the surveyed people suffer from various mental conditions, nearly 10% of them (2.5 million) suffer from neurotic disorders, and almost a million struggle with affective disorders such as depression, dysthymia or mania. The survey was carried out by the National Institute of Public Health – National Institute of Hygiene within the project *Epidemiology of Psychiatric Disorders and Accessibility of Psychiatric Health Care (EZOP)*, financed by Norway Grants. The report was intended to demonstrate on a large statistical sample (10 thousand respondents, from 18 to 64 years of age) the real scale of mental disorders in Poland; more information at: <http://www.ezop.edu.pl/index.html> (access: 30.10.2013).

⁷ It is estimated by the WHO that in 2030 it will be the most commonly occurring disease.

the use of ecotherapy would be a beneficial opportunity, although it would involve organizational effort and require training. Such solutions are currently being used on a small scale – a vocational school for the deaf in the Warsaw Institute of the Deaf is working with the Royal Baths (Łazienki Królewskie), where students take practice and work as gardeners⁸.

Although the contemplation of scenic beauty and daily care in historic gardens prevail, it appears that even such an undemanding physical activity as walking has health benefits. Green surroundings positively influence blood pressure and heart rhythm (Tsunetsugu et al. 2013) and accelerate recovery of patients in hospitals (Ulrich 1984). Historic gardens which are public parks often offer place for open air activities or physical exercise and games (e.g. the famous London Royal Parks or Jordan's Park in Kraków, which was intended to promote physical stamina in the young). A separate group of medicinal parks and gardens are the complexes accompanying spa resorts: the sanatorium parks, e.g. Szczawnica Zdrój, Krynica, Ciechocinek or Jeseník (Majdecka-Strzeżek 2012) and others (Węclawowicz-Bilska 2008).

Historic gardens also have an enormous cognitive value as living testimony to the times they were created in, and as such they contribute to the development of cultural tourism (Zachariasz 2008). Some of them became training centres for landscape architects and gardeners, such as e.g. the Royal Vegetable Garden (*Le Potager du Roi*), which is part of the *École nationale supérieure du paysage* (ENSP)⁹. Getting professional qualifications, satisfaction from work done, and pursuing one's passions in leisure time all increase the sense that life is meaningful. Historic gardens are also a matter of fascination for a multitude of garden art lovers who are active in the field of their preservation and prosperity – especially in the UK (like: The Garden History Society (GHS)¹⁰, The Historic Gardens Foundation¹¹, The Association of Garden Trusts¹²).

In an era when most of the population live in towns and cities, a historic garden has a chance of becoming a place for contact with nature, which is one of the fundamental human needs, researched and described in studies on the cityscape (64% cases in publications on the subject, Matsuoka and Kaplan 2008). What is more, such gardens often take great pride in their mission of promoting traditional gardening skills and cultivation of old plant species and cultivars (the historic Thomas Jefferson Garden in Monticello in the United States, numerous arboreta and botanic gardens – both historic and contemporary, but founded in old palace and park complexes, such as Kórnik, Pawłowice and others). Such activities contribute to the preservation of biodiversity, not only due to the number of taxa grown, but also bird and insect habitats (in particular bees and butterflies). Extremely important from the environmental point of view are the ancient trees frequently found in historic gardens¹³, which are unique ecological niches for many organisms. Ancient trees

⁸ <https://www.institut-gluchoniemych.waw.pl/pliki/www2/zawodowa.html> (access: 30.3.2014).

⁹ The school website: www.ecole-paysage.fr (access: 30.10.2013).

¹⁰ Established in 1966, counts 1500 members, <http://www.gardenhistorysociety.org> (access: 3.4.2014).

¹¹ <http://historicgardens.org/about-hgf> (access: 3.4.2014).

¹² <http://www.gardenstrusts.org.uk> (access: 3.4.2014).

¹³ Ancient Tree Guides No. 2: Trees in Historic Parks and Landscape Gardens, <http://www.ancient-tree-forum.org.uk/ancient-tree-forum/atfresources/images/2848%20historic%20parks%20and%20landscape%20gardens.pdf>.

were used in English landscape parks (Lancelot "Capability" Brown and Humphrey Repton used them in their designs¹⁴). Comparable specimens of similar meaning can be only found in relict fragments of primeval forests in Europe¹⁵.

All historic value gardens are of ecological significance – regardless of whether they are accessible to the public or closed. In cities, they are an important part of the ecosystems and they influence the climate, reducing "urban heat islands" and producing oxygen (Whitford et al. 2001).

5. CONCLUSIONS

Former private gardens surrounding residences and palace-park complexes are now accessible to the public and perform diverse functions, which is beneficial for local communities and garden enthusiasts. In the past their beauty emphasized the prestige of the owner and improved the quality of his and his family's life. At present they are protected, just like historic parks, first of all, because of their value and significance for the history and art of gardening. Their heritage value is evidenced by their beauty and preserved original composition. Recognition of the contribution heritage parks and gardens make to the quality of life provides additional arguments for their effective protection.

At the beginning of the 19th century, the concern for quality of life became the motivation for creating public parks. Today heritage gardens may become another field of experimental study on the influence of landscape on humans.

The research summarised in this article, which was carried out as part of subject no A8/74/2013/DS, has been financed by the subsidy for science granted by the Polish Ministry of Science and Higher Education.

REFERENCES

- BERTO R., BARONI M.R., ZAINAGHI A., BETELLA S., *An Explanatory Study of the Effect of High and Low Fascination Environments on Attentional Fatigue*, Journal of Environmental Psychology, Vol. 30, 4, 2010, 494-500.
- BROWN T., CUMMINS S., *Intervening in health: The place of urban green space*, Special Section: Intervening in Health, Landscape and Urban Planning, Vol. 118, 2013, 59-61.
- CAMPBELL F., BODLEY A., BERKELEY C., *Measuring Quality of Life: Does Local Environmental Quality Matter?*, ENCAMS Research Report, August 2007.
- HODOR K., *Ogrody klasztorne i ich rola w kształtowaniu tkanki urbanistycznej miasta Krakowa/ Cloister gardens and their role in shaping the urban tissue of Cracow*, Czasopismo Techniczne, z. 6-A/2012, 57-64.
- KAPLAN R., KAPLAN S., *The Experience of Nature: a Psychological Perspective*, Cambridge University Press, Cambridge 1989.
- KOCHMAN D., *Jakość życia. Analiza teoretyczna/The quality of life. Theoretical analysis*, Zdrowie Publiczne, 117(2), 2007, 242-248, <http://www.zdrowiepubliczne.pl/arttykul/szczegoly/id/1877> (access: 15.10.2013).

¹⁴ *What Are Veteran Trees And Why Are They Important?*, [in:] Veteran Trees: A guide to good management, <http://publications.naturalengland.org.uk/publication/75035>.

¹⁵ *Ancient British woodlands and their epiphytes*, http://www.britishtwildlife.com/classic_articles/BW%205-83-93%20Ancient%20British%20Woodlands%20and%20their%20Epiphytes.pdf.

- LUTTIK J., *The value of trees, water and open spaces as reflected by house prices in the Netherlands*, Landscape and Urban Planning, Vol. 48, 161-167.
- MAJDECKA-STRZEŻEK A., *Tereny parkowe w uzdrowiskach rejonu Gór Opawskich. Wybrane przykłady rewitalizacji i rozwiązań współczesnych/Park areas in the spas of the Opawa Mountains. Some examples of restoration and modern solutions*, Czasopismo Techniczne, z. 6-A/2012, 199-211.
- MATSUOKA R.H., KAPLAN R., *People needs in the urban landscape: Analysis of Landscape and Urban Planning contributions*, Landscape and Urban Planning, Vol. 84, 2008, 7-19.
- MOONEY P., NICELL P.L., *The Importance of Exterior Environment for Alzheimer Residents: Effective Care and Risk Management*, Healthcare Management Forum, Vol. 5, 2, 1992, 23-29.
- ORŁOWSKI W. (ed.), *Raport na temat wielkich miast Polski PwC*, Warszawa 2011, <http://pwc.com/pl/pl/wielkie-miasta-polski/download.jhtml> (access: 15.10.2013).
- OTTOSSON J., GRAHN P., *A comparison of leisure time spent in a garden with leisure time spent indoors: on measures of restoration in residents in geriatric care*, Landscape Research, Vol. 30, 2005, 23-55.
- PAWŁOWSKA K., SWARYCZEWSKA M., *Ochrona dziedzictwa kulturowego. Zarządzanie i partycypacja społeczna*, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2002.
- ROSE F., *Ancient British woodlands and their epiphytes*, British Wildlife, Vol. 5, 1993, 83-93, http://www.britishtwildlife.com/classic_articles/BW%205-83-93%20Ancient%20British%20Woodlands%20and%20their%20Epiphytes.pdf (access: 3.4.2014).
- TRZEBIATOWSKI J., *Jakość życia w perspektywie nauk społecznych i medycznych – systematyzacja ujęć definicyjnych/Quality of life in the perspective of social and medical sciences – classification of definitions*, Hygeia Public Health, 46(1), 2011, 25-31, <http://www.h-ph.pl/pdf/hyg-2011/hyg-2011-1-025.pdf> (access: 15.10.2013).
- TSUNETSUGU Y., LEE J., PARK B.-J., TYRVÄINEN L., KAGAWA T., *Physiological and psychological effects of viewing Urban forest landscapes assessed by multiple measurements*, Landscape and Urban Planning, Vol. 113, 2013, 90-93.
- ULRICH R.S., *View through a window may influence recovery from surgery*, Science, Vol. 224(4647), 1984, 420-421.
- VELARDE M.D., FRY G., TVEIT M., *Health effects of viewing landscapes – Landscape types in environmental psychology*, Urban Forestry & Urban Greening, 6, 2007, 199-212.
- WĘCŁAWOWICZ-BILSKA E., *Uzdrowiska polskie*, Kraków 2008.
- WHITFORD V., ENNOS A.R., HANDLEY J.F., *City form and natural process – indicators for the ecological performance of urban areas and their application to Merseyside, UK*, Landscape and Urban Planning, Vol. 57(2), 2001, 91-103.
- WOLF K.L., FLORA K., *Mental Health and Function – A Literature Review*, [in:] *Green Cities: Good Health*, College of the Environment, University of Washington, Washington 2010, www.greenhealth.washington.edu (access: 8.10.2013).
- ZACHARIASZ A., *Zabytkowe ogrody – problemy rewitalizacji, utrzymania i zarządzania w świetle zaleceń Karty florenckiej*, Prace Komisji Krajobrazu Kulturowego, Nr 10, Sosnowiec 2008.
- Raport GUS: BIEŃKUŃSKA A., PIASECKI T., ŁYSOŃ P., *Jakość życia, kapitał społeczny, ubóstwo i wykluczenie społeczne w Polsce*, Warszawa 2013, http://www.stat.gov.pl/cps/rde/xbcr/gus/WZ_jakosc_zycia_2013.pdf (access: 15.10.2013).
- Raport: *Epidemiologia Zaburzeń Psychiatrycznych i Dostępność Psychiatrycznej Opieki Zdrowotnej (EZOP)*, <http://www.ezop.edu.pl/index.html> (access: 15.10.2013).
- Mind 2007, *Ecotherapy. The green agenda for mental health*, www.mind.org.uk/mindweek (access: 30.10.2013).
- Raport MIND, *Feel better outside, feel better inside: Ecotherapy for mental wellbeing, resilience and recovery*, London 2013, <http://www.mind.org.uk/media/336359/Feel-better-outside-feel-better-inside-report.pdf> (access: 30.10.2013).
- ONZ, *World Urbanization Prospects. The 2011 Revision. Highlights*, New York 2012, http://esa.un.org/unup/pdf/WUP2011_Highlights.pdf (access: 8.10.2013).
- Urban green nation: Building the evidence base*, CABE Space, 2010, <http://webarchive.nationalarchives.gov.uk/20110118095356/>, <http://www.cabe.org.uk/files/urban-green-nation.pdf> (access: 9.10.2013).

- Quality of life in cities. Perception survey in 79 European cities, Luxembourg: Publications Office of the European Union, 2013, Doi: 10.2776/79403, http://ec.europa.eu/regional_policy/sources/docgener/studies/pdf/urban/survey2013_en.pdf (access: 8.10.2013).
- European Landscape Convention, Polish version: Dz.U. 2006, Nr 14, poz. 98, <http://www.coe.int/t/dg4/cultureheritage/heritage/landscape/versionsconvention/Polish.pdf> (access: 15.10.2013).
- The Florence Charter, Polish version, <http://www.nid.pl/upload/iblock/9b1/9b13bc019894c7975620590ae56f9641.pdf> (access: 15.10.2013).
- Natural England, *What Are Veteran Trees And Why Are They Important?*, [in:] *Veteran Trees: A guide to good management*, 1999, <http://publications.naturalengland.org.uk/publication/75035> (access: 3.4.2014).
- Woodland Trust and Ancient Tree Forum, *Ancient Tree Guides No. 2: Trees in Historic Parks and Landscape Gardens*, Grantham, 2005; Ancient Tree Forum, www.woodland-trust.org.uk, www.ancient-tree-forum.org.uk (access: 3.4.2014).
-

1. WSTĘP

Pomiarom jakości życia poświęca się w badaniach naukowych coraz więcej miejsca, uznając, że dążenie do szczęścia i swoistego dobrostanu jest jedną z fundamentalnych potrzeb ludzkich. Próby zmierzenia jakości życia to wysiłki zmierzające do określenia stopnia spełnienia tego pragnienia. Zredukowanie oddziaływania zabytków sztuki ogrodowej do samej przyjemności estetycznej nie oddaje w pełni ich wartości. Najnowsze badania dowodzą, iż istnieje silny związek między stanem zdrowia (tak fizycznego, jak i psychicznego) a choćby krótkotrwałym przebywaniem w harmonijnym krajobrazie, skomponowanym z elementów naturalnych. Modelowymi przykładami takich przestrzeni są historyczne ogrody i parki, które w uznaniu swoich walorów zyskały status zabytku.

2. CEL BADAŃ

Zabytkowe ogrody i parki są przykładami krajobrazów o bogatej historii, pieczołowicie zaplanowanych i harmonijnie komponowanych z elementów przyrodniczych, różnorodnych i bogatych w znaczenia. Przenikanie się elementów architektonicznych i natury tworzy „przeznaczony do rozmyślań [...] kosmiczny obraz świata” (por. *Karta florencka*, 1981). Prócz znaczenia dla historii, kultury i sztuki, ogrody mają ważny wpływ na jakość życia, który uwydatnia się zwłaszcza w opozycji do chaosu przestrzennego, wynikającego z postępujących procesów urbanizacyjnych. Artykuł ma na celu przedstawienie analizy wybranych aspektów współczesnego funkcjonowania ogrodów zabytkowych w odniesieniu do zagadnień badanych w ramach pomiarów jakości życia na podstawie stanu badań zawartego w literaturze przedmiotu.

3. STAN I OPIS BADAŃ NA TEMAT JAKOŚCI ŻYCIA I ICH ZWIĄZKI Z KRAJOBRAZEM

Na polu architektury krajobrazu bezpośrednio odniesienie do kwestii jakości życia zawiera Europejska Konwencja Krajobrazowa, która w preambule stwierdza, że „krajobraz jest ważną częścią jakości życia ludzi zamieszkujących wszędzie”. Samo pojęcie jakości życia jest przedmiotem sporów naukowych i metodologicznych

(Trzebiatowski 2011), ponieważ jest wieloznaczne i stosowane w kilku dziedzinach jednocześnie: w naukach społecznych, ekonomii oraz w medycynie. Liczne są jego definicje – od egzystencjalnych, przez ujmujące kontekst realizacji zadań życiowych, aż po obiektywne, odnoszące się do zakresu spełnienia pewnych określonych podstawowych potrzeb i subiektywne wynikające z oceny spełnienia indywidualnych aspiracji jednostek. Do określania parametrów jakości życia stosuje się kombinacje wielu wskaźników (np. poziom produktu krajowego brutto w przeliczeniu na mieszkańca, przeciętna oczekiwana długość życia, dostęp do konkretnych usług itp.). Obszerne raporty na temat jakości życia sporządzane są z inicjatywy władz publicznych¹⁶, rozmaitych instytucji i organizacji pozarządowych¹⁷. W naukach medycznych stosowane jest pojęcie jakości życia uwarunkowanej stanem zdrowia *Health Related Quality of Life* (HRQL), które bierze pod uwagę istotne obszary życia pacjentów: stan fizyczny i sprawność ruchową, stan psychiczny, sytuację społeczną i warunki ekonomiczne oraz doznania somatyczne i obszar duchowy (Kochman 2007).

Z punktu widzenia analiz wpływu krajobrazu (a w nim zabytkowych ogrodów) na jakość życia znaczące są te definicje, które biorą pod uwagę, oprócz ogólnych standardów bytowych i kontekstu społecznego (satisfakcja z życia rodzinnego, relacje, aktywność społeczna, rozwój osobisty itp.), także możliwości spędzania czasu wolnego, wypoczynku i rekreacji, stan najbliższego otoczenia i środowiska oraz bezpieczeństwa ekologicznego (Campbell i in. 2007). W obliczu światowego kryzysu ekonomicznego wysoka jakość życia staje się elementem marketingu i promocji miast¹⁸. Najnowszy europejski raport badający jakość życia w 79 miastach UE wykazuje, że istnieje silna korelacja między satysfakcją z życia w danym mieście a zadowoleniem z ilości i stanu przestrzeni zielonych (*Quality of life in cities 2013*, 118). W Holandii dowiedziono, że widok parku z okna mieszkania podnosi jego wartość rynkową o 8%, a jego bliskość o 6% (Luttik 2000).

Mimo że dobroczynny wpływ terenów zielonych na ludzkie zdrowie i jakość życia jest bezdyskusyjny, znany i intuicyjnie używany praktycznie od wieków, to renesans systematycznych badań w obszarze związków terenów zielonych i zdrowia datuje się od 30 lat (Velarde i in. 2007, Brown i Cummins 2013). Aspekty projektowe analizowane są na polu nauk o człowieku, a zwłaszcza psychologii środowiskowej, medycyny, psychiatrii czy psychologii. Metody badawcze obejmują liczne studia przypadków, badania obserwacyjne, badanie preferencji i satysfakcji, a także badania kliniczne funkcji życiowych organizmu w warunkach ekspozycji na działanie konkretnego typu krajobrazu o cechach naturalnych w opozycji do obszarów zurbanizowanych, które według prognoz przyciągać mają coraz więcej mieszkańców¹⁹.

Przywoływane poniżej publikowane badania dotyczą terenów zielonych w ogóle, jednak można je odnieść do ogrodów zabytkowych jako szczególnych przykładów sztuki kształtowania przestrzeni przyjaznej człowiekowi za pomocą naturalnych

¹⁶ Raport GUS: *Jakość życia... czy Diagnoza Społeczna* – kolejne edycje, <http://www.diagnoza.com> (dostęp: 30.10.2013).

¹⁷ Np. Human Development Index HDI, mierzony przez Program Narodów Zjednoczonych ds. Rozwoju (UNDP). Więcej informacji na temat zasad obliczania: <http://hdr.undp.org/en/statistics/hdi> (dostęp: 30.10.2013); Better Life Index (OECD), <http://www.oecdbetterlifeindex.org> (dostęp: 30.10.2013); Quality of Life Index (opracowany w 2005 r. przez brytyjski tygodnik „The Economist”) http://www.economist.com/media/pdf/QUALITY_OF_LIFE.pdf (dostęp: 30.10.2013).

¹⁸ W raporcie na temat wielkich polskich miast (Orłowski 2011) mierzony jest Kapitał Jakości Życia, obejmujący dostęp do służby zdrowia i edukacji, stan środowiska i bezpieczeństwo.

¹⁹ ONZ prognozuje, że w 2050 roku w Europie w miastach będzie mieszkać prawie 82% ludzi (ONZ, 2012).

materiałów (por. definicja ogrodów zabytkowych wg *Karty florenckiej*), co często było motywowane troską o zdrowie i dobre samopoczucie ludzi danej epoki, w której założenie powstało. Częścią składową historycznych ogrodów klasztornych, które przetrwały do naszych czasów w miastach o rodowodzie średniowiecznym (np. w Krakowie: Hodor 2012), były wirydarze z ogrodami ziół leczniczych. Wiele publicznych ogrodów, dziś już zabytkowych, takich jak najstarsze parki londyńskie, powstało na fali ruchu higienicznego w obliczu zanieczyszczenia miast na skutek rozwoju przemysłu, aby poprawić warunki życia i zdrowia w XIX wieku (np. Victoria Park, 1841–1843, proj. James Pennethorne). Po drugie, fakt przetrwania tych założeń do naszych czasów i nadanie im zabytkowego statusu w celu ochrony świadczą o wyjątkowej sile ich oddziaływania.

4. DOBROCZYNNY WPŁYW OGRODÓW NA JAKOŚĆ ŻYCIA. PRZEGLĄD WYNIKÓW I ICH ODNIENIA DO WSPÓŁCZESNEGO FUNKCJONOWANIA OGRODÓW ZABYTKOWYCH

Wartość ogrodów zabytkowych, podobnie jak innych zabytków, może być rozpatrywana w kilku kategoriach: dawności, autentyczności substancji (plany, zamysł, kontynuacja gatunków itp.), wartości historycznej, wartości estetycznych, wartości krajobrazowej, wyjątkowości, treści – informacji i symboliki, wartości emocjonalnej i roli integracyjnej (za: Pawłowska i Swaryczewska 2002). Ich walory estetyczne i kompozycyjne są zwykle potwierdzone badaniami oraz oceną ekspercką. Na dalszy plan zwykle wysuwają się wartości użytkowe i ekonomiczne, choć w krajach o długich tradycjach ogrodniczych i demokratycznych funkcjonują dobre przykłady zrównoważonego komercyjnego udostępniania takich założeń w ramach rozwijającej się ogrodowej turystyki kulturowej. Prym wiedzie tu Wielka Brytania, gdzie ogółem w parkach odnotowuje się rocznie 1,8 miliarda wizyt²⁰. Wzięcie pod uwagę wkładu ogrodów i parków historycznych w jakość życia dostarcza kolejnych argumentów dla efektywnej ochrony (poza niezbywalnymi cechami kompozycyjnymi, decydującymi o ich randze w dziedzinie historii sztuki ogrodowej).

Poniżej dokonano przeglądu znaczących przykładów przebadanych związków sposobów użytkowania terenów zieleni, które mają odniesienie do jakości życia. Do jego zilustrowania wybrano ogrody historyczne, które mają status ogrodów zabytkowych (uznany regulacją prawną odpowiedniego kraju, w którym się znajdują) i jednocześnie są udostępnione publiczności. W rozważaniach przyjęto, że swoją rangę ogrody zabytkowe zawdzięczają także uznaniu ich oddziaływania na jakość życia. Dlatego też poruszone zostały zagadnienia, które w ogrodach zabytkowych mają szczególną wagę, choć nie są właściwe jedynie dla nich. Innymi słowy, to nie ogród zmienia swoje oddziaływanie w momencie uznania go za zabytek, lecz nadanie statusu zabytku jest uznaniem jego szczególnego znaczenia. Materiałów dostarczyły publikacje z zakresu historii sztuki ogrodowej, publikacje informacyjne na temat poszczególnych ogrodów, przewodniki oraz witryny internetowe.

Odpryczek w zieleni jest główną motywacją odwiedzin w parkach – także tych zabytkowych (badania A. Chiesury dotyczące Vondelparku w Amsterdamie, założonego w 1865 r.). Chęć oderwania się od codziennych zajęć i rytmu życia (zwłaszcza

²⁰ Dane z: *HLF funding for public parks 1st April 1994 – 31st March 2009, Heritage Lottery Fund Policy and strategic development department data briefing, 2009*, cytowane za: *Urban green nation: Building the evidence base*, CABE Space, 2010, 22.

miejskiego) to istotna potrzeba, której zaspokojenie przez pobyt w otoczeniu natury pozwala na regenerację fizyczną i psychiczną organizmu. Nawet krótkie odwiedziny w ogrodzie pozwalają zredukować stres i napięcie. Czynnikiem, który wyróżnia na tym polu ogrody zabytkowe, są ich walory kulturowe, związane z historią miejsca, okolicznościami powstania czy osobą właściciela i/lub projektanta. Zanurzenie w historii w połączeniu z unikatowością założenia i pierwszorzędnymi walorami kompozycyjnymi klasycznych stylów ogrodowych (co jest podstawą uznania za ogród zabytkowy) jest zdecydowanie ciekawszym doznaniem i odróżnia odpoczynek w ogrodzie zabytkowym od pobytu w założeniu współczesnym. Co więcej, zgodnie z badaniami doświadczalnymi, sam widok krajobrazu o cechach harmonijnych z przewagą elementów roślinnych daje ukojenie i przyspiesza regenerację ze zmęczenia umysłowego (Kaplan i Kaplan 1989). Komponowany krajobraz zabytkowych parków i ogrodów może mieć takie działanie, zwłaszcza że jego elementami są zazwyczaj wiekowe okazy drzew, piękne kompozycje roślinne, tafle stawów czy łagodne wzniesienia, uzupełnione odpowiednim przebiegiem ścieżek i miejscami odpoczynku, powiązanych z najatrakcyjniejszymi widokami. Cechą właściwą ogrodom zabytkowym w tej materii jest ich osadzenie w konkretnej epoce sztuki ogrodowej i właściwe dla niej rozwiązanie. Ich niezwykłość może polegać albo na rzadkości zastosowania współczesnego (np. partery haftowe), albo na wynikającym z wieku roślinnego tworzywa dojrzalym kształcie elementów kompozycji (szpalery, boskiety czy aleje uformowane z drzew, które ze względu na wiek mają w pełni uformowany pokrój). Atrakcyjność wizualna widoków natury ma także wpływ na poprawę zdolności koncentracji uwagi oraz selekcji i przyswajania informacji (Berto i in. 2010), co jest wyjątkowo istotne w natłoku wrażeń we współczesnym świecie. Warto podkreślić, że w zwartej strukturze centrów wielu współczesnych miast takimi oazami spokoju, podnoszącymi jakość życia, bywają wielokrotnie właśnie parki historyczne, jak np. Central Park w Nowym Jorku, Hyde Park i inne parki królewskie w Londynie, Łazienki Królewskie w Warszawie, historyczne ogrody botaniczne (ogród botaniczny UJ w Krakowie, londyński Kew Garden) czy nawet udostępnione ogrody klasztorne (np. ogrody Muzeum Archeologicznego w Krakowie).

Oddziaływanie krajobrazu na zdrowie fizyczne i psychiczne, wynikające z jego celowej kompozycji i samej materii roślinnej, pozwala mówić o krajobrazie leczniczym i terapeutycznym. W początkach XIX wieku ogrody i parki były – w myśl ówczesnych teorii leczenia zaburzeń psychicznych – integralną częścią wielu brytyjskich szpitali psychiatrycznych, jak np. Brislington House (Hickman 2005). Najstarsze polskie szpitale dla nerwowych chorych (wznoszone jeszcze w czasie zaborów, takie jak Świecie, Owińsk, Kochanówka, Tworki czy Kobierzyn) także obejmowały rozległe założenia parkowe, dziś już ponadstuletnie. Systematyczne badanie zagadnień ich kompozycji i jej wpływu na terapię jest nowym polem badawczym. Współcześnie dowiedziono, że terapeutyczna rola krajobrazu (Wolf i Flora 2010) przejawia się poprawą stanu psychicznego u osób dotkniętych różnymi problemami psychicznymi²¹

²¹ W Polsce, według badania EZOP, 27% badanych cierpi na różnorodne dolegliwości psychiczne, prawie 10% badanych (2,5 mln osób) cierpi na zaburzenia nerwicowe, a blisko milion boryka się z zaburzeniami afektywnymi, takimi jak depresja, dystymia czy mania. Badanie „Epidemiologia Zaburzeń Psychiatrycznych i Dostępność Psychiatrycznej Opieki Zdrowotnej (EZOP)” zostało przeprowadzone przez Narodowy Instytut Zdrowia Publicznego – Państwowy Zakład Higieny w ramach projektu dofinansowanego z Funduszy Norweskich. Raport ten miał za zadanie pokazanie na dużej próbie statystycznej (10 tys. respondentów od 18 do 64 lat) rzeczywiste rozpowszechnienie zaburzeń psychicznych w Polsce. Więcej informacji na stronie: <http://www.ezop.edu.pl/index.html> (dostęp: 30.10.2013).

(np. depresją²²) dzięki przebywaniu i pracy w ogrodzie (raport MIND, 2013). Raport podkreśla, że ekoterapia, czyli terapia ogrodowa, może nieść skuteczną pomoc w obliczu długiego oczekiwania i wysokich kosztów psychoterapii oraz powszechnego przesadnego stosowania farmakologicznych środków antydepresyjnych (MIND, 2007). Podobnie rzecz ma się ze schorzeniami wieku starczego (Ottosson i Grahn 2005) czy chorobą Alzheimera (Mooney i Nicell 1992), gdzie pobyt w zieleni przyczynia się do poprawy koncentracji. Dla wielu polskich zabytkowych ogrodów, które wymagają systematycznej pielęgnacji i znacznych nakładów pracy na utrzymanie, wykorzystanie tej szansy, jaką stwarza ekoterapia, byłoby korzystne, choć wiązałoby się z wysiłkiem organizacyjnym i przeprowadzeniem niezbędnych szkoleń. Tego typu rozwiązania stosowane są obecnie na niewielką skalę – szkoła zawodowa dla osób głuchoniemych w warszawskim Instytucie Głuchych współpracuje z Łazienkami Królewskimi, gdzie uczniowie odbywają praktyki i pracują jako ogrodnicy²³.

Jakkolwiek dominującym zajęciem w historycznych ogrodach jest kontemplacja ich piękna i prace pielęgnacyjne, to okazuje się, że nawet tak spokojna aktywność fizyczna jak spacerowanie ma wymiar zdrowotny. Zielone otoczenie korzystnie wpływa na parametry ciśnienia oraz rytmu serca (Tsunetsugu i in. 2013) i przyspiesza powrót do zdrowia rekonwalescentów w szpitalach (Ulrich 1984). Historyczne ogrody, będące parkami publicznymi, w swoim programie użytkowym często przewidywały ruch na świeżym powietrzu czy ćwiczenia lub gry (np. londyńskie słynne parki królewskie, krakowski Park Jordana, który miał się przyczynić do budowy tężyzny fizycznej wśród młodzieży). Osobną grupę parków i ogrodów leczniczych stanowią założenia towarzyszące uzdrowiskom, tzw. parki zdrojowe (Szczawnica Zdrój, Krynica, Ciecchocinek czy Jeseník) (Majdecka-Strzeżek 2012) i inne (Węclawowicz-Bilska 2008).

Historyczne ogrody niosą też ze sobą ogromną wartość poznawczą jako świadectwo swojej epoki i są katalizatorami rozwoju turystyki kulturowej (Zachariasz 2008). Niektóre stały się ośrodkami kształcenia architektów krajobrazu i ogrodników, jak np. Królewski Warzywnik w Wersalu (*Le Potager du Roi*), który jest częścią *École nationale supérieure du paysage* (ENSP²⁴). Zdobycie zawodu, satysfakcja z wykonywanej pracy i kultywowanie swojej pasji w wolnym czasie zwiększają poczucie sensu życia. Ogrody zabytkowe to także przedmiot fascynacji rzeszy miłośników sztuki ogrodowej, którzy aktywnie działają na rzecz ich trwania i rozkwitu, zwłaszcza w Wielkiej Brytanii (np. The Garden History Society (GHS)²⁵, The Historic Gardens Foundation²⁶, The Association of Gardens Trusts²⁷).

W epoce, w której większość społeczeństw żyje w miastach, ogród historyczny ma szansę stać się miejscem kontaktu z przyrodą, który jest jedną z podstawowych ludzkich potrzeb badanych i opisywanych w studiach nad krajobrazem miejskim (64% przypadków w literaturze; Matsuoka i Kaplan 2008). Co więcej, ogrody takie często szczycą się misją upowszechniania tradycyjnej wiedzy i kultywują hodowlę dawnych gatunków (historyczny ogród Thomasa Jeffersona w Monticello w Stanach Zjednoczonych, liczne arboreta i ogrody botaniczne historyczne i założone współcześnie w dawnych

²² Według WHO cierpi na nią obecnie 350 mln ludzi, co daje 3 miejsce wśród chorób, a przewiduje się, że w 2030 roku będzie to najczęstsza choroba.

²³ <https://www.instytut-gluchoniemych.waw.pl/pliki/www2/zawodowa.html> (dostęp: 3.4.2014).

²⁴ Witryna internetowa uczelni: www.ecole-paysage.fr (dostęp: 30.10.2013).

²⁵ Założone w 1966 roku liczy 1500 członków, <http://www.gardenhistorysociety.org> (dostęp: 3.4.2014).

²⁶ <http://historicgardens.org/about-hgf> (dostęp: 3.4.2014).

²⁷ <http://www.gardenstrusts.org.uk> (dostęp: 3.4.2014).

zespołach pałacowo-parkowych, np. Kórnik czy Pawłowice). Działalność taka przyczynia się do utrzymania bioróżnorodności nie tylko ze względu na ilość uprawianych taksonów, ale także ze względu na siedliska ptaków i owadów (zwłaszcza pszczoł i motyli). Niezwykle istotne z przyrodniczego punktu widzenia są często występujące w ogrodach zabytkowych drzewa sędziwe – pomniki przyrody²⁸, które są osobliwymi zbiorowiskami nisz ekologicznych dla licznych organizmów. Wiekowe drzewa były wkomponowywane w układy krajobrazowych parków angielskich (używali ich w swoich kompozycjach np. Lancelot „Capability” Brown czy Humphrey Repton²⁹). Porównywalne okazy o podobnym znaczeniu znajdują się jedynie w reliktowych fragmentach pierwotnych lasów Europy³⁰.

Znaczenie ekologiczne mają wszystkie ogrody zabytkowe – niezależnie od tego, czy są dostępne publicznie, czy zamknięte. W miastach stanowią ważną część ekosystemów i wpływają na klimat, redukując „wyspy gorąca” i produkując tlen (Whitford i in. 2001).

5. WNIOSKI

Zabytkowe ogrody rezydencjonalne i założenia pałacowo-parkowe stały się często dostępne publicznie, z pożytkiem dla lokalnych społeczności i miłośników sztuki ogrodowej, pełniąc różne funkcje. Niegdyś ich walory stanowiły o prestiżu właściciela i podnosiły jakość życia jego i najbliższej rodziny. Podobnie jak historyczne parki publiczne, współcześnie są chronione przede wszystkim ze względu na swoją wartość i znaczenie dla historii i sztuki ogrodowej. O ich zabytkowości świadczą piękno i zachowana oryginalna kompozycja.

Biorąc pod uwagę jednak przytoczone powyżej wyniki badań, dotyczące wpływu otoczenia na zdrowie psychiczne i dobre funkcjonowanie człowieka, nie sposób pominąć faktu, iż piękno ogrodów zabytkowych ma swój wymierny wkład w jakość życia. W początkach XIX wieku stał się on motywacją do tworzenia parków publicznych. Dziś ogrody zabytkowe mogą być kolejnym polem doświadczalnych badań wpływu krajobrazu na człowieka. Znaczenie mają zawarte w nich ponadczasowe symbole i treści. Te krajobrazy zadumy i wytchnienia mają związek z całą gamą podstawowych potrzeb ludzkiego ciała i ducha, decydujących o poczuciu życia w równowadze.

Badania podsumowane w niniejszym artykule, które zrealizowano w ramach tematu nr A-8/74/2013/DS, zostały sfinansowane z dotacji na naukę przyznanej przez Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego.

²⁸ Ancient Tree Guides No. 2: Trees in Historic Parks and Landscape Gardens, <http://www.ancient-tree-forum.org.uk/ancient-tree-forum/atfresources/images/2848%20historic%20parks%20and%20landscape%20gardens.pdf> (dostęp: 3.4.2014).

²⁹ *What Are Veteran Trees And Why Are They Important?*, [w:] *Veteran Trees: A guide to good management*, <http://publications.naturalengland.org.uk/publication/75035> (dostęp: 3.4.2014).

³⁰ Ancient British woodlands and their epiphytes, http://www.britishtwildlife.com/classic_articles/BW%205-83-93%20Ancient%20British%20Woodlands%20and%20their%20Epiphytes.pdf (dostęp: 3.4.2014).