

# ZNOŚNA LEKKOŚĆ BYTU

ROZMAWIAŁA: ALEKSANDRA CZUPKIEWICZ

**Jesteś pierwszą Polką, która wystartuje w wyścigu pieszo-paralotniowym Red Bull X-Alps. W sporcie i w architekturze rzadko bywa się w czymś pierwszym. Jakie to uczucie?**

Tegoroczna edycja wyścigu to dziewiąta z kolei, ale ten rok jest wyjątkowy, bo wystartują aż dwie dziewczyny – obie z Polski. Ja będę reprezentować nasz kraj, a Kinga Masztalerz – Nową Zelandię, z którą jest bardzo związana. To bardzo medialna impreza, więc stworzyliśmy hasło „pierwsza kobieta reprezentująca Polskę” (nie pierwsza Polka) na potrzeby związane z promocją. Niewiele kobiet podejmuje się startu w wydarzeniu, które łączy ultramaraton górski z paralotniowymi zawodami przelotowymi. Dla mnie to przede wszystkim wyzwanie sportowe. Spodziewam się, co mnie czeka, ale na pewno będzie też jakieś zaskoczenie.

**W pierwszym wywiadzie z tego cyklu Piotr Śmierzewski powiedział: „Wykształcenie muzyczne uczy [...], że bez ogromnej pracy, ćwiczenia każdego dnia, nie da się być dobrym**

**muzykiem. [...] Im więcej ćwiczysz, tym jesteś lepszy, to prosta zasada, która w architekturze nie dla wszystkich jest już taka oczywista”. Czy Twoim zdaniem samozaparcie jest niezbędne w sporcie?**

Sport wyczynowy wymaga ogromnego samozaparcia, ale to słowo kojarzy mi się od razu z jakimś przymusem. Praca nad sobą powinna wynikać przede wszystkim z chęci, co z kolei wymusza szczerą wobec siebie w kontekście motywacji. Mam na myśli to, że jeśli się czegoś naprawdę chce, to łatwiej jest poświęcić inne rzeczy czy wartości do osiągnięcia tego. Nie ma sensu robienie czegoś, czego od nas oczekują inni lub gdy robimy to tylko dlatego, bo uważamy, że powinniśmy. To się nie uda. Motywacja wynikająca z głębokiego przekonania jest trwalsza. Może to być wielkie marzenie albo poczucie misji. Zawsze byłam dosyć konsekwentna w dążeniu do celu i całkowicie zgadzam się z tym, że w ustawicznym samodoskonaleniu tkwi klucz do sukcesu. Być może na moją opinię wpływa to, że sportowo rozwijam się raczej powoli i nie należę do jednostek wybitnych. Nadrabiam braki właśnie konsekwencją i uporem oraz przekonaniem,

że ciągle są przede mną nieodkryte możliwości. Znam wiele bardzo zdolnych osób, które szybko się uczą i odnoszą sukcesy w zawodach paralotniowych dwa sezony po pierwszym locie. Jednak część z nich niedługo potem rezygnuje albo zmienia dyscyplinę.

**Jakie inne podobieństwa widzisz w obydwu dziedzinach, którym się poświęcasz? Oprócz tego, że obydwie są czasochłonne i wymagają ciągłego samodoskonalenia.** Widzę zasadnicze podobieństwa na poziomie struktury samego doświadczenia. Przede wszystkim zarówno projektowanie – sztuka, jak i sport wymagają poznania samego siebie. Architekci poszukują weny, a sportowcy *flow*. Jakkolwiek byśmy to nazwali, chodzi o stan skupienia, uważności. Jest on doskonale znany każdemu architektowi. Występuje wtedy, kiedy wszystkie puzzle projektowej układanki zaczynają w końcu tworzyć całość i powstaje szkielet projektu – koncepcja, zarys, na którym można bazować i który można uzupełniać. Architekt projektuje przecież cały czas, proces ten trwa w jego głowie ustawicznie, nawet kiedy je, śpi albo spaceruje.

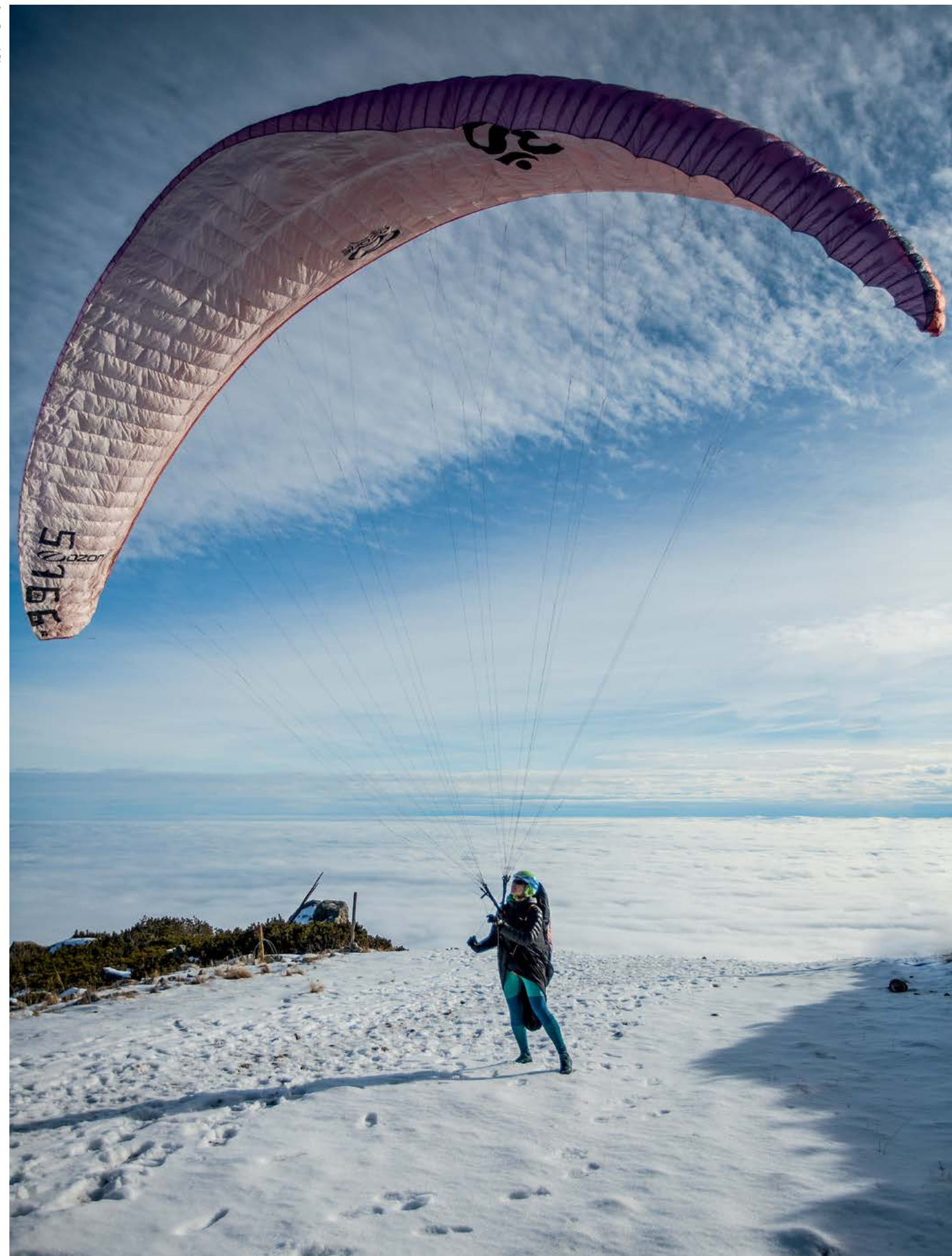
→ Architekci poszukują weny, a sportowcy *flow*. Jakkolwiek byśmy to nazwali, chodzi o stan skupienia, uważności. ←

↳ ARCH. DOMINIKA KASIECZKO  
PRACOWNIA GRAVITACJA-ARCHITEKTURA

Z:A

Z:A

fot. Paweł Biegun



Dominika Kasieczko.



Dominika Kasieczko podczas lotu w Himachal Pradesh w Indiach.

foto: Michal Berlach

Czasami ciężko się od niego uwolnić. Aż w końcu przychodzi moment, że siadamy do projektu i wpadamy w swoisty tunel czasoprzestrzeni – to kilka, czasem nawet kilkanaście godzin pracy, pozbawione chaosu myśli czy zwracania uwagi na jakiegokolwiek potrzeby, np. wypicie kolejnej kawy. Jako sportowiec paralotniarz takiego stanu doświadczam, kiedy na poziomie pozaświadomym jestem w stanie odbierać z otoczenia bardzo subtelne informacje. Dzięki tej analizie wiem, gdzie lecieć, żeby znaleźć kolejne noszenie, mam pewność decyzji i okazują się one skuteczne. Nie odczuwam zmęczenia, upływu czasu, nic innego się nie liczy. Takie doświadczenie zawsze jest niezwykle energetyzujące. Mimo że bywa wyczerpujące, daje niesamowitego kopa i motywuje. Określam to mianem „podróży poza czasoprzestrzeń” poprzez sport czy projekt.

**Czy są takie sytuacje w sporcie lub w Twojej pracy architektki, kiedy doświadczenia z tej drugiej**

**dziedziny okazują się pomocne? Np. wpływają na kreatywność w rozwiązywaniu problemów.**

Jest efekt synergii pomiędzy tymi dyscyplinami. Sport dał mi umiejętność zapanowania nad wspaniałym zjawiskiem, jakim jest *flow*. Umożliwił mi świadome wejście w stan, kiedy mózg przełącza się na tryb niezakłóconej pracy w zakresie fal alfa (zajmuje się tym m.in. psychologia sportowa). Wynika to z faktu, że zawodnik podczas startu powinien umieć poradzić sobie ze stresem, obecnością konkurencji, presją czy innymi rozpraszaczami. Architekt podobnie jest narażony na mnóstwo nacisków z różnych stron i ustawicznie pracuje pod presją czasu. Umiejętność odcięcia się i wyciszenia, zapanowania nad emocjami jest niezwykle przydatna i oszczędza mnóstwo cennego czasu oraz nerwów. Mimo że nauczanie się tego rodzaju koncentracji to sprawa dość indywidualna, istnieją sprawdzone i przydatne techniki. W lataniu natomiast niezwykle pomocne jest

myślenie przestrzenne, które pomaga odnaleźć się w termicznym powietrzu i w terenie.

**Jak wygląda Twój dzień/rok? Czy są okresy, w których ćwiczysz intensywnie i takie, kiedy oddajesz się w pełni projektowaniu? Czy starasz się dzielić każde 24 godziny pomiędzy sport i architekturę?**

Specyfiką paralotniarstwa jest sezonowość. Sezon w Europie zaczyna się na przełomie marca i kwietnia, i trwa do października, ze zdecydowanym naciskiem na wiosnę i początek lata. Aby latać dobrze, trzeba latać dużo, a jeszcze lepiej regularnie stawiać sobie jakieś cele, np. udział w zawodach, które trwają przeważnie ok. tygodnia. To wszystko powoduje, że w sezonie spędzam więcej czasu na lataniu, a zimą na projektowaniu. Od kilku lat, aby nie tracić kontaktu z powietrzem, pracuję na wyjazdach paralotniowych z pilotami. Jeździmy do Indii, Nepalu czy Kolumbii. Niestety, nie da się podzielić doby pomiędzy latanie oraz

Z:A

architekturę, gdyż brak w tym systematyki i efektywności. Trudno jest zatem łączyć te dwie życiowe pasje, tak aby być w obu profesjonalistą. Po kilku latach prób pogodzenia tego postanowiłam postawić wszystko na jedną kartę. Zaaplikowałam do Red Bull X-Alps i zostałam wyselekcjonowana. Te zawody to poważna impreza sportowa, wymagająca solidnego przygotowania. Od ogłoszenia listy zawodników do startu jest dziewięć miesięcy – to bardzo mało czasu. Jest to też niesamowicie medialny temat, więc z pomocą przyjaciół stworzyliśmy swego rodzaju kampanię wizerunkową i pozyskałiśmy sponsorów dla zespołu. Dzięki wsparciu firmy Execon mogę na trzy miesiące przed startem skupić się na treningu oraz rozpoznaniu trasy. Mam przez to również taki trochę *gap year* – czas na nabranie dystansu do naszej polskiej architektonicznej biurokracji i zastanowienie się, w jakim kierunku chcę iść dalej, jeśli chodzi o architekturę.

**Jest coś takiego w edukacji architektonicznej w Polsce, co powoduje, że każdy młody architekt chciałby być tym najlepszym na świecie (a przecież nie istnieje ranking, który ten tytuł zagwarantuje). Podobnie jest w sporcie – wyścig. Jak radzisz sobie z takim poziomem rywalizowania w życiu?**

Promowanie i krzewienie rywalizacji jest domeną nie tylko polskiej edukacji architektonicznej, ale polskiej edukacji w ogóle. Myślę, że korzystniej by było, gdyby na studiach architektonicznych kładziono większy nacisk na pracę zespołową. Wciąż się tego uczę. Przy obecnym skomplikowaniu i specjalizacji projektów jesteśmy skazani na *teamwork*, tymczasem odnoszę wrażenie, że na studiach liczy się indywidualny pomysł i najbardziej powalająca wizualizacja. Podziwiamy starych architektów i często zapominamy, że za projektem sygnowanym jednym nazwiskiem lub nazwą pracowni stoi sztab ludzi. Obecnie w architekturze poprzeczka postawiona jest bardzo

wysoko. Według mnie może to prowadzić do nadmiernego porównywania się młodych projektantów do innych i zupełnie niesłusznie obniżonego poczucia własnej wartości jako architekta. Kiedyś w każdym razie miałam z tym problem, obecnie podchodzę do wyścigu szczerów już bardziej na luzie, bo zdałam sobie sprawę, że wiele rzeczy, które sobie wmawiamy, jest kompletną iluzją. Poza tym architekt rozwija się całe życie, czasem musi po prostu dojrzeć. Zawody sportowe czy konkursy architektoniczne są dla mnie w tej chwili drogą, a nie celem samym w sobie. Zauważyłam, że sukcesy czy porażki to w zasadzie emocje – pozytywne lub też trudne, ale one trwają moment, a treścią tego wszystkiego jest praca: przygotowania, projektowanie czy treningi. Zależy też czego od siebie oczekujemy. Staram się robić projekt najlepiej, jak umiem, staram się wygrać w zawodach, bo po to są. Nie oczekuję natomiast od siebie bycia mistrzem świata, zakładam bardziej realne scenariusze. Jeśli już porywam się na coś szalonego, staram się to rozpracować na czynniki pierwsze. Wtedy największe nawet wyzwania stają się zbiorem mniejszych. Pozwala to też zidentyfikować kluczowe punkty – kamienie milowe. Rywalizacja kojarzy się negatywnie, ale to pojęcie może mieć wiele aspektów. Dla mnie to pokonywanie własnych granic, stwarzanie szans, wytyczanie kierunków. Oczywiście wszystko ma swoją cenę, jest nią trochę życie na krawędzi. Ot, taka karma.

**Jakie są dokładnie zasady wyścigu, w którym weźmiesz udział w czerwcu?**

W wyścigu weźmą udział 32 zespoły. Rusza on 16 czerwca 2019 roku i potrwa najpóźniej do 29 czerwca. Po dwóch dobach, co dwa dni, odpada ostatni *team*. Każdy składa się z zawodnika i co najmniej jednego supporterera, a przeważnie z dwóch, trzech. Mój zespół to Jakub Poburka, Monika Przeczewska i człowiek odpowiedzialny za media – Paweł Biegun. Zawodnicy mają za zadanie pokonać trasę z Salzburga do Monako wyłącznie pieszo i na paralołni. To ponad 1100 km przez 13 punktów zwrotnych. Cały czas trzeba mieć ze sobą sprzęt – paralołnię, uprzęż, spadochron zapasowy, kask, telefon oraz urządzenie do *livetrackingu*, za pomocą którego jesteśmy widoczni przez cały czas na interaktywnej mapie na stronie [Redbullalps.com](http://Redbullalps.com). Jeśli zawodnik akurat nie leci, obowiązkowo niesie cały sprzęt, ważący 7–10 kg, w plecaku. Na niektórych punktach zwrotnych trzeba się podpisać na tablicy, inne można „zaliczyć” w powietrzu, jeśli warunki pozwolą na lot. Trasa jest ciężka, bo zakłada kilkukrotne przejścia przez główną grań Alp, którą trudno jest pokonać w powietrzu. Ponadto niektóre odcinki prowadzą przez strefy zakazu lotów albo pod prąd wiatrów dolinowych. Zawodnicy mogą się poruszać od godziny 5.00 rano do 22.00, a latać od 6.00 do 21.00. Pomiędzy 22.00 a 5.00 nie wolno się przemieszczać, dlatego

→ Nie da się podzielić doby pomiędzy latanie oraz architekturę, gdyż brak w tym systematyki i efektywności. Trudno jest zatem łączyć te dwie życiowe pasje, tak aby być w obu profesjonalistą. Po kilku latach prób pogodzenia tego zdecydowałam się postawić wszystko na jedną kartę. Zaaplikowałam do Red Bull X-Alps i zostałam wyselekcjonowana. ←

*support* dojeżdża busem i rozkłada biwak. Może on oczywiście wypaść gdzieś wysoko w górach i wtedy supporter przychodzi z namiotem, posiłkiem i ciepłymi ubraniami. Może on lecieć razem z zawodnikiem, badać warunki w powietrzu. Ten wyścig to w połowie praca zawodnika, a w połowie reszty zespołu, którego udział jest przeważnie niedoceniany. Trzeba podkreślić, że zawsze startuje *team*, nie ma możliwości indywidualnego udziału. Ważna jest atmosfera. Gdy wszyscy są bardzo zmęczeni, łatwo o sprzeczki. Codzienne kilkudziesięciokilometrowe marsze i wymagające loty, ciągłe podejmowanie decyzji, spalanie 5000 kcal dziennie, minimalny czas na odpoczynek – to wysiłek, którego nikt poza zawodami raczej nie podejmuje. Podczas wyścigu wygrywa *team*, który jest najbardziej zgrany, ma dobrą strategię oraz prognozy pogody, i który lata najczęściej, gdyż przemieszcza się kilka razy szybciej i mniej się męczy.

**Znam kilku architektów, którzy biegają, wspinają się, jeżdżą na rowerach. Są to sporty dużo mniej ekstremalne i często spotykane. Skąd w życiu architektki znalazło się paralotniarstwo?**

Moja przygoda z paralotniarstwem zaczęła się trochę przypadkowo 11 lat temu i trochę wynika ze specyfiki miejsca, w którym się urodziłam. Mój tata spotkał instruktora tej dyscypliny, prowadzącego akurat kurs w Zakopanem i tak się to zaczęło. W dzieciństwie, w latach 90., często widywaliśmy paralotnie nad Nosalem, może gdzieś mi te obrazy w głowie utkwily. Dodam, że my – architektki z gór – mamy sportowe pasje zaszczipiane jeszcze we wczesnej młodości. Współprowadzę pracownię w Zakopanem, swego rodzaju co-working, w którym pracuje pięć osób: Kinga Kasprzycka-Hornowska, Andrzej Stopka-Faktor, Bartek Gąsienica-Ladzi, Anna Mychałyk. Każdy z nas uprawia jakiś sport związany z górami i to na wysokim poziomie. Wspinaczkę, slackline, narciarstwo



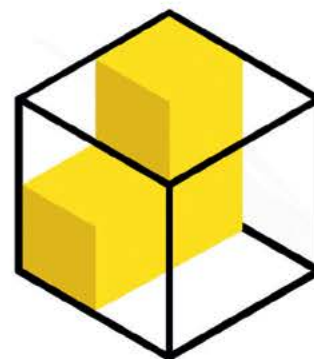
Dominika Kasieczko.

wysokogórskie czy właśnie paralotniarstwo. Każdy ma jakieś uprawnienia, np. instruktorskie, ratownicze, przewodnickie, więc nie stanowią tu specjalnie wyjątku. Myślę, że dzięki temu, że rozumiemy naturalną potrzebę wolności, ryzyka, dobrze się dogadujemy. Każdy może się wyżyć sportowo, a na gruncie zawodowym współpracujemy, wspieramy się, mamy wspólne sprzęty, np. ploter, a większe projekty robimy razem.

**Na pewno pamiętasz swój pierwszy lot. Co sprawiło, że pojawiły się kolejne, a w końcu, że sport obok architektury stał się pomysłem na życie?**

Pierwsze loty nie są zbyt spektakularne. Na kursie robi się złoty z niewielkich gór, aby nauczyć się obycia z paralotnią – startu, sterowania nią i lądowania. Trwają one kilkadziesiąt sekund i człowiek jest tym tak zaferowany, że niewiele pamięta. Z tego okresu najbardziej zapisały mi się w pamięć wywrotki przy startach i niezdarne lądowania. Pamiętam też uczucie, kiedy w końcu pierwszy raz wykręciłam się w termice do podstawy chmury nad Spiskim Zamkiem na Słowacji. Było to co najmniej rok później, kiedy latałam już samodzielnie. Magiczne przeżycie – obserwowanie, jak tworzy się i rośnie piękny biały cumulus, wdychanie strzępek chłodnej pary, aby polecieć dalej... ●

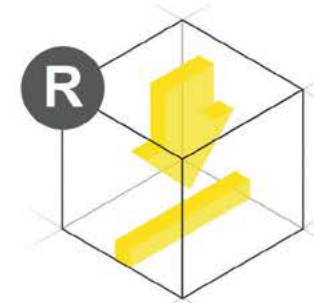
Z:A



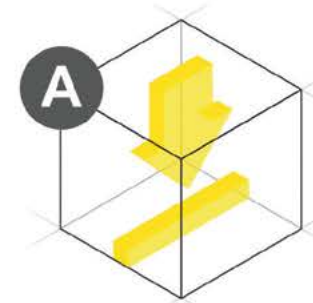
# STREFA PROJEKTANTA

WEJDŹ NA

[WWW.STREFA-PROJEKTANTA.PL](http://WWW.STREFA-PROJEKTANTA.PL)



BIM - BIBLIOTEKI REVIT



BIM - BIBLIOTEKI ARCHICAD

