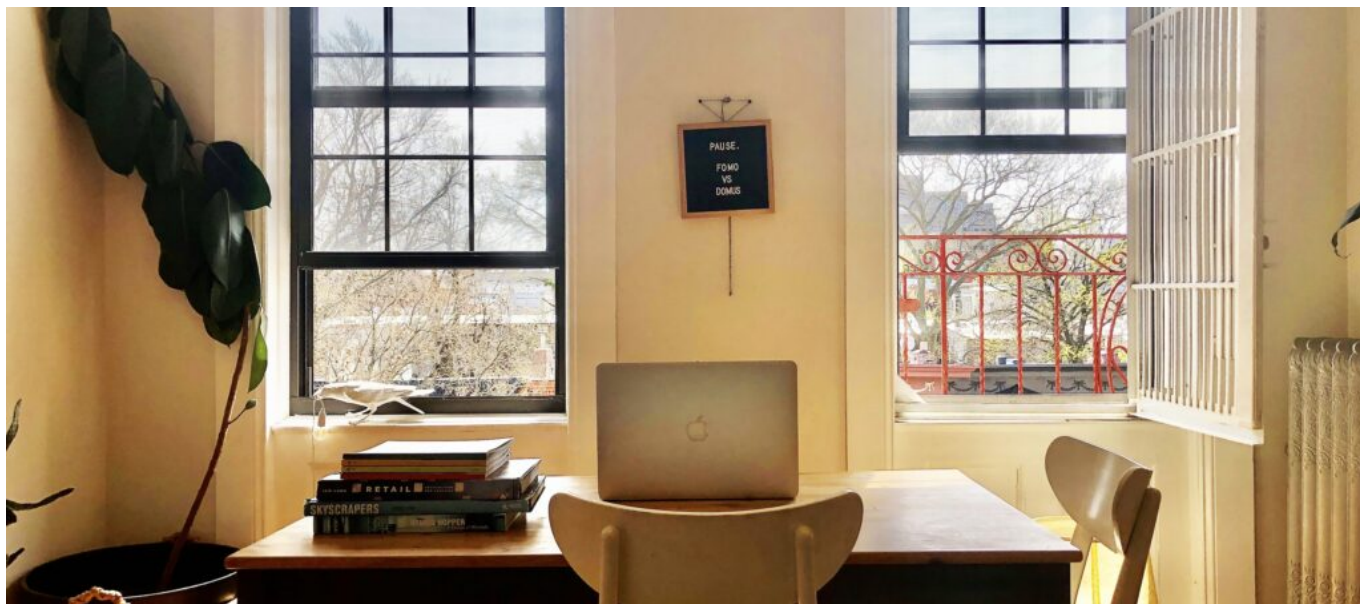




New York: dalla FOMO alla DOMUS

New York: dalla FOMO alla DOMUS

Può, questa, essere l'opportunità per architetti e designer, per approfondire concetti basici di luogo e spazio?

[LEGGI GLI ALTRI CONTRIBUTI DELL'INCHIESTA "LE CASE E LA CITTA' AI TEMPI DEL CORONAVIRUS"](#)

Brooklyn, 6.500 km da quel concetto di casa che gli italiani conoscono; perché casa, a New York, non ha lo stesso significato. Le persone non sono abituate a stare ferme nella città che non dorme mai. Soprattutto, non sono abituate ad avere confini. Non lo hanno mai fatto e, ora, si ritrovano a farlo; chi nel lussuoso appartamento nel West Village e chi nella scatola da scarpe a Brooklyn, chi da solo e chi con quattro coinquilini da tutte le parti del mondo. **I newyorkesi si sono seduti, a casa, come se fosse la prima volta.**

Nella Grande mela si parla spesso del concetto di **FOMO** (*fear of missing out*), intesa come **paura di avere troppo poco tempo e troppe cose da fare** in questa città che, per

definizione, non si ferma. Ed ora, dalla FOMO alla DOMUS.

In questo momento storico tutto è instabile; si ha paura e ansia di un futuro che non si riesce a intravedere. Proprio nel momento in cui il mondo è obbligato a fermarsi, si realizza l'importanza di un'architettura che è sempre stata scontata: la casa. «*La mia casa è il mio rifugio, un'architettura emozionale*», diceva **Luis Barragán**.

Può, questa, essere l'**opportunità per architetti e designer, per approfondire concetti basilici di luogo e spazio**? Ora siamo obbligati a confrontarci con nuove emozioni e timori, possono l'architettura e il design essere un aiuto? Si osservano cose, tra le quattro mura, che prima non avevamo il tempo di osservare, capiamo che cosa piace e che cosa rende felici. L'uomo non è abituato a reggere a situazioni di allerta e paura prolungati, soprattutto in un luogo circoscritto; un isolamento che può portare ad un livello di stress elevato, con cui l'umanità moderna non si era mai scontrata in precedenza. Siamo tutti in *survival mode*.

In **psicologia** c'è una **tecnica** chiamata "**5-4-3-2-1**", usata per chi soffre d'ansia e attacchi di panico, quando ci ostiniamo a controllare l'incontrollabile, questo esercizio aiuta a sentirsi *grounding*, focalizzati nel vivere quello che sappiamo, il presente, e di non avere paura di quello che non sappiamo, il futuro. Un concetto in grado di rifocalizzare l'attenzione a "qui ed ora", l'unica cosa che possiamo gestire.

5: Pensiamo a 5 cose che vediamo intorno a noi. Una finestra su un cortile, la luce naturale del corridoio, le piastrelle colorate della cucina. Come ci fanno sentire?

4: Pensiamo a 4 cose che possiamo toccare intorno a noi. Una curva nella parete, una superficie ruvida, il pavimento in legno sotto i piedi. Come ci fanno sentire?

3: Pensiamo a 3 cose che riusciamo ad ascoltare. Può essere il rumore di un treno, del traffico, degli uccelli, del vicino di casa. Come ci fanno sentire?

2: Pensiamo a 2 cose di cui sentiamo il profumo. Il prato appena tagliato, l'odore del pesce al cartoccio proveniente dalla cucina. Come ci fanno sentire?

1: Pensiamo ad 1 cosa a cui siamo grati in questo preciso istante.

Interessante è **capire come un oggetto, un profumo, un rumore, un pensiero siano tramiti per concretizzare un'emozione in un preciso spazio**; e come lo stesso spazio, incubatore, possa generare reazioni positive e negative sull'uomo. **L'architettura diventa psicologica, i moti affettivi della persona si materializzano**. Molti studi sono stati fatti negli Stati Uniti sulla **neuro-architettura**, soprattutto all'Academy of Neuroscience for Architecture (ANFA) a San Diego e alla Pratt Institute School of Architecture a Brooklyn, dove si

approfondisce l'**interazione tra ambiente e salute**, dove emerge l'importanza dello spazio come fonte di piacere, benessere e identità collegati ad un'architettura emozionale che si contrappone alla progettazione tradizionale. Immaginiamo d'integrare questa semplice tecnica psicologica "5-4-3-2-1" negli edifici che costruiamo, agli interni che progettiamo, all'arredamento che scegliamo. Molto spesso viviamo dissociati dal luogo che ci circonda, ma finalmente ci siamo seduti sul divano e stiamo guardando come la luce entra e si riflette sulle pareti, come i colori influenzino il nostro umore, come i materiali al tatto siano armoniosi; una tecnica che si focalizza sul dettaglio.

Ripensiamo e invertiamo la logica progettuale; prendiamo il tempo di capire lo spazio.

Immaginiamo per un istante di essere all'interno dell'[Oculus progettato da Santiago Calatrava](#) o nel Pantheon e proviamo a fare questo esercizio, quale sarebbe il risultato? È forse arrivato il momento di approfondire un altro tipo di architettura psicologica, portando le emozioni ad un livello razionale e quindi funzionale (*grounding*)? **Steven Holl** descrive la sua **architettura come interazione tra mente e corpo**, partendo da una distinzione accentuata da **Albert Einstein** sulla differenza tra pensiero ed emozione, che può essere riconducibile ad un approccio tradizionale e a volte freddo dell'architettura contemporanea. **L'architetto come psicologo dello spazio**, dove la collaborazione e l'integrazione emozionale del cliente diventa fondamentale.

Il mondo è in pausa, le emozioni no.

[!\[\]\(a03a7eb2f4046e1d3c76772003e549ea_img.jpg\) Condividi](#)