

COS'È LA BIOFILIA

DI GIORGIA MARINO
FOTO DI SMILING FOREST

L'essere umano, per istinto, ama la vita e tutto ciò che è vivo e vitale. Sembra strano essere arrivati al punto di dover enunciare e ribadire un concetto tanto basilare. Eppure al suo apparire, a metà degli anni '80, la teoria sulla "biofilia" di Edward O. Wilson portò una ventata rivoluzionaria. A dire il vero, il primo a introdurre il termine era stato, una ventina di anni prima, lo psicanalista tedesco Erich Fromm, nel contesto delle sue teorizzazioni sull'amore. Il professor Wilson, biologo di Harvard, si concentrò però in particolare sull'attrazione e sul legame profondo dell'uomo nei confronti della Natura. «La biofilia - scriveva nel 2002 - è la tendenza innata a concentrare la nostra attenzione sulle forme di vita e su tutto ciò che le ricorda e, in alcune circostanze, ad affiliarvisi emotivamente». Non si tratta dunque di semplice fascinazione, ma di un bisogno imprescindibile. Una connessione che si colloca in quella che Wilson definisce "Web of Life", cioè la rete della vita di cui l'uomo fa parte,

●●● vivere sano

insieme a tutti gli altri esseri viventi. Insomma, l'essere umano non ama semplicemente la Natura: è Natura. Questo significa che la nostra salute e il nostro equilibrio psicofisico dipendono dal grado di connessione e vicinanza che riusciamo a mantenere con gli elementi naturali. E vuol dire, per contro, che più ce ne allontaniamo e li escludiamo dalla nostra esperienza quotidiana, più avvertiremo le conseguenze di questa mancanza. Calo di attenzione, stress, stanchezza, depressione, aumento delle allergie e degli stati asmatici: sono tutti effetti negativi di quello che l'americano Richard Louv ha battezzato "deficit di Natura". Il problema si è fatto serio con l'impennata dei tassi di urbanizzazione negli ultimi vent'anni; oggi più della

metà della popolazione mondiale vive in aree urbane e il trend è in continua crescita. Si trascorre praticamente l'intero arco della giornata al chiuso – tra casa, lavoro e tempo libero – e il contatto diretto con l'ambiente naturale è diventato sempre più raro e trascurato. Nel contempo, però, gli effetti benefici di una rinnovata connessione con gli elementi naturali, intuitivamente immaginabili, stanno cominciando ad essere quantificati e misurati. È italiano uno dei pionieri in materia, il biologo Giuseppe Barbiero. Il professor Barbiero insieme alla collega psicologa Rita Berto dell'Università della Valle d'Aosta, ha dimostrato, ad esempio, che brevi pause fra gli alberi aiutano gli studenti a rigenerare l'attenzione con una velocità maggiore del 30% rispetto alle consuete



ricreazioni fra i banchi.

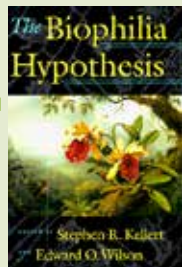
Ma quando non si ha un bosco a disposizione? È a questo punto che la biofilia entra in architettura.

Il primo incontro lo sancì ufficialmente, nel 1993, la collaborazione fra Edward Wilson e il sociologo ed ecologo Stephen Kellert, che si tradusse in una raccolta di saggi sull'ipotesi biofilica. Da lì Kellert partì per definire la corrente del Biophilic Design, formalizzata in un libro del 2008 e poi in molte altre pubblicazioni. L'idea è semplice: riportare nell'ambiente costruito – esterno o interno, pubblico o privato che sia – degli elementi che nutrano l'innata connessione tra esseri umani e Natura. Kellert scende nel particolare, elencando in concreto tutte le caratteristiche che dovrebbe avere un edificio biofilico. I colori dell'ambiente, l'integrazione con la flora e la fauna locali, i materiali di provenienza autoctona, la ventilazione naturale, tanto per cominciare. Poi l'armoniosa gestione di luce e spazi, la mimesi di forme e modelli del mondo naturale, come superfici curve e arrotondate invece dei classici moduli squadrati. Ma anche l'attenzione ad aspetti relazionali che fanno parte della natura umana, come il bisogno di un rifugio.

Scomparso nel 2016, Kellert ha lasciato una corposa eredità di idee e pratiche, che oggi sono alla base di una nuova idea di architettura: più vicina alla Natura e, quindi, più a misura d'uomo.

✓ **L'IPOTESI BIOFILICA
DI WILSON E KELLERT**

Dall'incontro di Edward Wilson con l'ecologo Stephen Kellert nasce la raccolta di saggi "The Biophilia Hypothesis". L'ipotesi biofilica prende corpo attraverso una varietà di prospettive: psicologica, biologica, culturale, estetica. Successivamente, in "Biophilic Design", Kellert definisce teoria e prassi per costruire spazi che favoriscano la connessione uomo-natura.



✓ **NATURA, PSICOLOGIA
E AFFETTIVITÀ**

Il biologo Giuseppe Barbiero è il maggior esperto di biofilia in Italia. Nel libro "Introduzione alla biofilia" (Carocci Ed.), scritto con la psicologa Rita Berto, traccia una panoramica dalla teoria alle recenti ricerche sperimentali da lui condotte. In "Ecologia affettiva" (Mondadori) spiega come affinare i nostri sensi per rispondere, anche nella società urbanizzata, al richiamo della Natura.