



In Equilibrio Con L'Universo

Abbracciano le discipline orientali e assecondano il desiderio di introspezione. Così le nuove spa diventano "ecosistemi del benessere".

di FEDERICA TURCHETTI

La palestra, da sola, non basta più. Si fa strada la consapevolezza dell'interazione fra le componenti fisiche ed emozionali, come insegnano le discipline orientali, che sono ormai parte dell'equazione del wellness. Il Center for Disease and Prevention conferma: oggi il 14 per cento degli americani pratica la meditazione, un dato che moltiplica per tre i risultati del 2012. Cresce di pari passo l'interesse per attività complementari come mindfulness e yoga, mentre il design asseconda questo desiderio di introspezione, come dimostrano le nuove spa olistiche, veri "ecosistemi del benessere" sparsi nel mondo. A Gyeongju, duecento chilometri da Pechino, Meditation Hall è un centro di meditazione Zen e yoga costruito su una serie di shop houses, fra una zona commerciale e uno specchio d'acqua. «Il progetto trascende la divisione dogmatica fra architettura e interior design: la struttura originale è stata incorporata nell'organizzazione spaziale e genera una risonanza spirituale», racconta Dao Yu, founding partner di H2I Architects che ha firmato i lavori. Come il centro di meditazione femminile di Wat Pa Wachinabampit di Chonburi, a sud est di Bangkok. «L'edificio è stato disegnato per scomparire alla vista di chi lo abita che, invece, percepisce la natura, il vento, la luce e la pioggia», spiega Suriya Unpasitiratrana, design director dello studio di architettura Wallasia. La costruzione, inoltre, punta sulle sottrazioni: «L'acqua sostituisce le barriere e promuove uno stato mentale che invita alla calma». Per i meditati, arrivano poi spazi dalle forme ibride. È il caso di The Well, appena inaugurato a New York. «Vogliamo cambiare la relazione e quello che possiamo del wel-

ness», sintetizza Kane Sarhan, co-founder e chief creative officer. Disegnati dallo studio Rose Ink Workshop di Miami, gli interni - spa, sale per yoga, meditazione, riflessologia e private gym - hanno spazi curvi e prospettici. Il bianco, in toni e texture diverse, è il colore dominante per ispirare l'immaginazione ed espandere la coscienza. Nel cuore

stanze giapponesi, il flow dell'ambiente amplifica l'esperienza e invita alla trasformazione», aggiunge il co-fondatore Chieco Tarricco. Guardando avanti, c'è spazio per crescere. A oggi, sono stati prenotati 200mila cuscini da meditazione», fa sapere Ellie Barrows Gluck, di Mivell, una delle destinazioni più note di New York, dove sperimentare le principali



SOPRA. La sala principale di Meditation Hall, centro di pratiche zen a Gyeongju, in Corea, disegnato dallo studio H2I Architects. **SOTTO.** Interiori a New York, propone sessioni di meditazione per tutti i livelli. **NELLA PAGINA ACCANTO.** Meditazione Italia Via De Wahlenstrasse, nel nord di Bangkok, è un centro con destinazione, dedicato esclusivamente alle donne.



fenetico di Hong Kong, il resort cocoono-epole Five Elements ha dato vita a Fivelements Habitat, un'assi dove immergersi in arti sacre - yoga, mindfulness, meditazione, gong bath e singing bowl. I materiali, in una palette di colori rigorosamente naturali, richiamano gli elementi di terra, acqua, fuoco, aria ed etere. «Ispirato all'essenzialità delle

tradizioni di meditazione. Sull'altro lato dell'Atlantico, invece, Nicolas Tye Architects firma il progetto per l'espansione dell'International Meditation Centre nell'Essex. Veritate e volumi massicizzano l'entrata della luce cosicché lo spazio sembra evolvere nel corso della giornata, dando corpo all'impermanenza.

