

LA ATMÓSFERA INTERIOR
POR MEDIO DE ARMONÍAS

Alejandra Bolado



Resumen

El presente trabajo se deriva de investigaciones realizadas en la Universidad Anáhuac Campus Querétaro. Algunos de los temas que abordaremos y otros más, se fundamentan en un libro próximo a publicarse; nos sustentamos a partir de un marco interdisciplinar, de temas relacionados con las neurociencias, el sistema límbico, la fenomenología, las ciencias cognitivas y teniendo la apertura para integrar conceptos como el *ikegai*¹, *basho*², *Wa*³ y *Shiunata*⁴, los que nos ayudan

-
- 1 *iki* = vida, *Gai* = mérito o valor. Se compone de 4 áreas del ser humano: las virtudes, las cosas que le gusta hacer, las actividades por las que puede conseguir remuneración económica, las necesidades del mundo.
 - 2 *Ba* = campo de fuerza, *takaro* o *sho* = lugar. Concepción de lugar o *basho*, el cual el filósofo Kitaro Nishida concibe como los lugares individuales de cada uno de los fenómenos que se comprenden como constitutivos de la realidad.
 - 3 Uno de los 4 conceptos del código social japonés. *Wa* = armonía, el culto a la forma (*rei*), la verticalidad en las relaciones (*take Shakai*) y la dualidad entre los deseos verdaderos y lo que se muestra al exterior (*honne/tatema*).
 - 4 Concepto budista que tiene varios significados, el primero es la vacuidad (vacío), la relación con la realidad (ontológica realidad a partir de relaciones), el estado meditativo (cualidad de dharmas), vacuidad como estado mental.

a que el enfoque hacia el usuario sea amplio y más completo, permitiéndonos generar una propuesta enfocada al diseño centrado en el usuario planteando la teoría de las armonías como primer componente de un Interiorismo sensorial. Bajo nuestro enfoque, el espacio interior debe aportar estímulos que eliminen los factores de estrés, lo cual sabemos que es complejo, pero se debe investigar a partir de entrevistas profundas y no superficiales, nutriéndolas con información de investigaciones actualizadas que nos lleven a inferir los sistemas de creencias, lo que en este momento el usuario quiere, su visión de sí mismo a futuro, sus aspiraciones, cómo interpreta. Preocupándonos en la propuesta de un Diseño Interior que considere las dimensiones filogénicas, ontogénicas, biológicas, filosóficas, culturales, sociales y el contexto en que se desenvuelve el ser humano, entre otras. Es nuestra preocupación que el usuario que vive en los espacios tenga sentimientos placenteros, con un nivel bajo de estrés, proporcionándole una vida más sana en espacios que contribuyan a brindarle bienestar.

El espacio interior y el ser humano

*La auténtica arquitectura responde al deseo de habitar un lugar elocuente,
capaz de proporcionar un sentido de orden que responda a nuestros sueños
y dé razón a nuestro ser mortal en función de nuestra capacidad
de pensar lo eterno.*

Pérez G. (2014)

El Diseño Interior bajo el enfoque en el usuario nos lleva a una perspectiva en la que el espacio interior debe aportar estímulos que eliminen los factores de estrés. Para hacerlo, hay que entender cuáles son esos factores en cada usuario;

conocer sus sistemas de creencias, que tienen que ver con lo ético, lo moral, lo político, lo social, lo económico y otros que afectan.

Con la visión de considerar sólo lo que vemos o percibimos en una o dos entrevistas superficiales al cliente, nos estamos limitando al estado de ánimo en un tiempo específico, lo que quiere decir que basaríamos esta recolección de información en un momento que puede estar influenciado por lo que vivió en esos momentos previos a vernos, limitando nuestra apreciación a un estado de ánimo en un tiempo específico. Por ejemplo, si momentos antes de la entrevista le fue bien, su relación social va bien, su pareja le despidió con una sonrisa, entonces su interpretación de la vida es positiva; o por el contrario, si no le pagaron, tiene migraña y alguien le chocó su auto minutos antes, su interpretación de ese momento en la vida es negativo y estará predispuesto a un cierto grado de disgusto en aquello que se le presente.

La empatía y el uso de la compasión son herramientas útiles para diseñar el interiorismo, ya que el entenderse a sí mismo, el saber los propios umbrales, permite comprender de alguna manera al otro. La ciencia ha explicado que es aquí cuando usamos las llamadas neuronas espejo, y por otro lado hay elementos en nuestra vida como modelos de identidad; existen, sin embargo, otros elementos que los afectan en el siglo XXI, como la crisis de atención que vivimos con la hiperestimulación, la posverdad⁵, la angustia que ha traído la inmediatez que nos ha llenado de estrés, el no saber gestionar; in-

5 Definida como el conjunto de aseveraciones que dejan de basarse en hechos objetivos, para apelar a las emociones, creencias o deseos del público. Este término se utiliza desde 2004 y se incorporó en el DEL en diciembre de 2017 Ramírez, U.A. (2018).12:40 p.m. La era de la posverdad y la inmediatez. <https://www.forbes.com.mx/la-era-de-la-posverdad-y-de-la-inmediatez/> 16/04/2022 18:41 p.m.

cluso el aburrimiento puede conducir a una depresión, por lo que el bienestar del que hablamos para el usuario tiene que ver con lo cognitivo, lo emocional y otros factores que denominamos la vida.

Consideramos que el trabajo del interiorista es llevar a nuestro usuario a interactuar con una atmósfera que lo ayude a enfocarse y conectarse con sus sentidos, discriminar entre lo que le hace bien y lo que le hace mal, comprobar lo que necesita hoy, pero también lo que necesitará a futuro para pensar en interiores escalables con su edad, posibles cambios, etcétera.

En este momento y a partir de lo vivido por la pandemia de la COVID-19 en estos últimos años, el enfoque del interiorismo debería de ser hacia el ser humano, considerando tanto los elementos intangibles como los tangibles. Por lo tanto, daremos algunos puntos importantes a considerar sobre el estudio específico del cliente y los elementos que nos serán de utilidad para el desarrollo de la línea de diseño con este enfoque.

Para realizar un estudio centrado en el ser humano hay que contextualizarnos en este siglo XXI, cuando hablamos de hiperestimulación, debemos también entender la idea equivocada en el sentido consciente en que se usa, si bien el cerebro es *multitasking* al realizar y controlar varias tareas, como regular funciones vitales, el ritmo cardiaco, la homeostasis, así como otras tareas mecánicas como el cepillarse, el caminar, realizamos acciones al mismo tiempo sin ser conscientes y usando estructuras diferentes; sin embargo, es una idea equivocada el pensar que el cerebro puede poner atención (o lo que se denomina atención selectiva) ya que no puede sostener la atención al ver, por ejemplo, mensajes de texto del celular y un vídeo al mismo tiempo, ya que ambos estímulos requieren de la cognición e involucran la atención, lo que hace que se inhiban unos estímulos a favor de otros, por lo que se presta atención a una acción o actividad y a otra, pero no al mismo tiempo en alternancia aun-

que sea por milisegundos, siendo ésta la razón de que a una u otra actividad se le comprenda mejor, existan huecos o se produzcan accidentes⁶; debido a la denominada hiperactividad sensorial puede ponerse en riesgo la persona en tareas cotidianas.

Otra característica que contribuye al estrés que vivimos se ha creado por el denominado “FOMO” (*fear of missing out*), el miedo que se crea cuando no se atiende incluso por segundos las redes sociales; a partir de esto la Organización Mundial de la Salud ha llegado a realizar un cuestionario de autoevaluación para conocer los signos y síntomas de déficit de atención en adultos.

Otras consecuencias además del estrés son la angustia, el tiempo de atención constante cada vez más reducido; algunos datos indican que la concentración es de alrededor de 3 minutos y lo más grave es que tardamos otros 15 minutos en volver a concentrarnos... confusión, desorientación.

Por otro lado, no es posible considerar al ser humano más que bajo el punto de vista bio-pisco-social y considerando el impacto de su contexto debemos considerar estas variables, ya que el ser humano difiere en las respuestas ante un mismo hecho o contexto, por lo que su respuesta de afrontamiento difiere en género, intensidad y duración; hay que tomar en cuenta también las implicaciones individuales de lo vivido, así como el momento en que se encuentre el individuo y en el contexto que lo rodea.

La memoria y los recuerdos son importantes, ya que los objetos nos ayudan a rememorar al crear una atmósfera que sea un detonador de ellos,

6 Del Fabro, A. (25/07/2017). Neuromito #4: El cerebro es multitarea (“multitasking”) en el momento de prestar atención en el aula”. <https://asociacioneducar.com/neuromitos-aula4> 16/04/2022 20:03 p.m.

de manera consciente o inconsciente. Es por eso que debemos procurar que tenga algo familiar y, si es posible, cercano a una experiencia positiva. Aunque no es el único factor que tomar en cuenta al diseñar, entender esta parte del ser humano nos ayuda a ser más estratégicos y enfocarnos en el usuario al momento del diseño, aunque, como veremos, hay otros aspectos que debemos considerar.

Los sentidos

Hay muchas maneras de clasificar los sentidos; aquí los dividiremos en 4 para los fines de esta investigación:

- *Sentidos superiores e inferiores.* Se consideran evolutivamente más antiguos porque presentan esquemas de respuesta menos configurados. El gusto, el olfato, el oído y la vista nos informan de cualidades directas del contexto hacia la corporeidad.
- *Sentidos exteroceptivos e interoceptivos.* Algunos de los sentidos nos informan sobre cualidades y disposiciones del mundo que nos circunda, como la presión, la temperatura. Hay otros que nos informan de la propia disposición corporal, el estado interior como el hambre. El propioceptivo percibe la posición, el movimiento (cinestesia), la tensión o relajación de los músculos, el sentido del equilibrio o sentido vestibular, los sentidos cutáneos del dolor, la irritación.
- *Sentidos externos e internos.* Esta división es aristotélica, y hoy en día sabemos que el significado de los sentidos es más amplio, ya que abarca desde la sensación hasta el fenómeno global de la percepción. Mien-

tras los externos se relacionan con el contacto con las cosas, por lo que engloban sentidos particulares distintos, los internos son facultades centrales superiores a los externos, como la imaginación y la memoria.

· *Clasificación física y fisiológica.* Estímulos electromagnéticos, mecánicos, químicos, etc. Tiene relación con la experiencia humana, que es cualitativa. Se debe determinar el género de los objetos para lo cual hay facultades que tienen aptitud cognoscitiva.

Sinergia entre usuario y diseño

A partir de lo anterior podemos decir que el usuario es afectado por factores físicos, biológicos, psicológicos, sociales y ambientales, por lo que requiere que se tenga en cuenta un sistema complejo para interactuar en una atmósfera.

Lo que vivimos en el espacio es la configuración con significado; y sólo reflexionando y analizando posteriormente, podemos distinguir aspectos captados a través de la historia personal y por varios medios sensoriales. De esta forma, podemos diferenciar varios niveles de la percepción:

1. Datos como colores, olores, sonidos, sabores, figuras, formas, movimientos, magnitudes, etcétera.
2. Integración de datos en una experiencia en movimiento, es decir, la captación a través de: la vista –color–; tacto –calor, dureza, pesadez–; olfato –partículas químicas aromáticas–; oído –vibraciones–.
3. Significado vital; proceso interno complejo, algo sensible que se liga a la memoria.

4. Percepción que supera la vida sensitiva, conceptualizando, integrando con un enfoque universal y significativo que depende de la vida y el contexto.

A partir de los sentidos tenemos lo que se denominan “clases”, según la psicología de la percepción. Algunas de éstas sirven para comprender conceptos y procedimientos de la escena bidimensional, otras para la tridimensionalidad y el movimiento que nos dará la relación espacio-tiempo por medio de sistemas euclidianos y no euclidianos. Estas claves son: monoculares, estáticas, dinámicas, paralaje de movimiento y flujo óptico, entre otras.

El entender el movimiento es un punto que nos puede ayudar a saber cómo a partir de los sentidos se da esa cuarta dimensión en la que el ser humano se conecta con la atmósfera. Lo que buscamos comprender en el interiorismo son los movimientos fenoménicos, aquellos que son extremados por el ser humano en el espacio. También podemos mencionar formas de movimiento:

1. La propia experiencia de movimiento.
2. Movimiento de algo exterior a la persona que se relaciona con estímulos de desplazamiento o estacionarios. Las dos son experiencias de movimiento físico, fenoménico, movimientos visuales, auditivos, táctiles, kinestésicos y basados en el mecanismo vestibular.

Todos estos estudios se abordan en una investigación que se lleva a cabo en la Universidad Anáhuac de Querétaro, que se encuentra en revisión para su edición. Hemos podido determinar que las relaciones con los sentidos son complejas, ya que no son condiciones separadas, esto es, que cada sentido tiene su propio proceso y mecanismo de percepción, aunque se complementan por una fracción de milisegundos de diferencia. Esta diferenciación genera una especie de unidad perceptual en la experiencia de habitar la atmósfera.

Esto es lo que buscamos en esta propuesta de interiorismo sensorial enfocado en el ser humano.

El interiorismo requiere del movimiento del usuario en el espacio habitacional, ya que de ese modo vive la experiencia que le permite experimentar sorpresas y apreciar detalles; es lo que le permite recorrer y entender secuencias entre las relaciones espaciales que le proporciona el diseñador, la calidad de la atmósfera por medios tangibles e intangibles. Así, este movimiento en el espacio nos lleva a recorrer, a “deambular y demorarse, los espacios transcurren en cierto lapso, el que pasa implica plazos más dilatados, efectos de sol, lluvia, devenir del tiempo histórico” (Mijares, 2008: 47).

Cómo entendemos la atmósfera

A partir de la reacción ante un estímulo y la repetición, nos centraremos en el estudio de Hebb, “mostrar que las percepciones ‘simples’ son en realidad complejas y aditivas; dependen parcialmente de la actividad motora y su aparente simpleza es solamente el resultado final de un largo proceso de aprendizaje”. (Hebb, 1949: 17)

Como derivación de la investigación generamos la teoría de la armonía, enfocada a los espacios interiores; debemos destacar que varios de los conocimientos presentados se derivan del conocimiento cartesiano y geométrico que ha prevalecido y prevalece desde el siglo XIX, aunque buscamos no tomarlos de manera purista, hay que estar conscientes de sus limitantes bi y tri dimensionales. Por el contrario, buscamos realizar una fusión desde el entendimiento de éstos como base de la educación general del siglo XX y XXI, y hacemos la propuesta de no olvidar que son elementos para generar la atmós-

fera a partir del ser humano que realiza acciones en el espacio, que claramente son situaciones vividas en consciencia⁷.

Armonía

Para dar lugar a un interiorismo centrado en el ser humano, el principio de armonía o unidad es fundamental para evitar el miedo y el estrés y buscar que la experiencia sea agradable o que produzca lo que el diseñador busca.

La teoría que proponemos se compone de varios conceptos y conocimientos para realizarla:

- 1) *Coherencia*. Elementos fundamentales que determinan el “carácter” del interiorismo que requiere el usuario, conformado por una de las cuatro tipologías de interiorismo que lo sustente, así como los elementos, proporciones y demás características que se derivan de éste.
- 2) *Consistencia*. Relaciones geométricas basadas en las operaciones de simetría o sistemas de equilibrio asimétricos.
- 3) *Euritmia*. Sistema de normalización del diseño que se refiere a la correcta disposición y correspondencia, desde el punto de vista matemático geométrico.
- 4) *Correspondencia*. Identificamos dos clases de reglas de correspondencia: unívoca, que menciona al elemento conocido como dominio y corresponde a otro elemento denominado condominio; y la biunívoca, que es

7 “Consciencia”, ya que nos referimos a la capacidad de percibir la realidad y relacionarse con ella.

cuando se da de manera inversa y a todo condominio le corresponde un dominio. Estas relaciones tienen algo que las une, ya que cuando nos referimos al diseño de la atmósfera lo relacionamos con el rango⁸.

- 5) *Equilibrio*. Uno de los elementos de más impacto para el ser humano en su primera impresión visual del espacio, ya que es la base a nivel inconsciente y consciente de la horizontal y vertical con la fuerza gravitatoria.
- 6) *Balance*. Tiene que ver con el usuario que recorre el espacio, las consideraciones de relación entre su movimiento y la ubicación de esos cuerpos, hacia adelante, atrás, arriba, abajo, izquierda, derecha y, sobre todo, dependiendo del recorrido y las posiciones en el espacio.

Para lograr comprender algunos de estos conceptos, son importantes las trampas geométricas, ópticas y sensoriales, que tienen la intención de intervenir y modificar la percepción general del usuario. No se enfocan solamente en lo visual, aunque las geometrías cartesianas se refieren a la relación proporcional y las geometrías de transformaciones se refieren a la morfología, proporción y escala para lograr una intención determinada al usar conocimientos variados.

Para concluir, este texto ha llevado varios años de trabajo de investigación y experimental para llegar a esta teoría de la armonía y su aplicación, recuperación de conocimientos de otras épocas y buscar una escisión con los conocimientos contemporáneos. El abordaje de estos temas a profundidad, como se mencionó anteriormente, se encuentra en el documento próximo a publicar; esta investigación forma parte del desarrollo de un primer paquete-

8 Intervalo entre el valor máximo y mínimo es un valor numérico que indica la diferencia entre el valor máximo y mínimo.

te de conceptos que buscan ofrecer una nueva propuesta para el interiorismo sensorial enfocado en el ser humano.

Referencias de consulta

- Alexander, C., Poyner, B. (1967), *The Atoms of Environmental Structure*. R&D. paper, Directorate of Development, Ministry of Public Building and Works. Citado en Broadbent, G. Ward, A (1971) Metodología del diseño arquitectónico (2ªed). Barcelona: Gustavo Gili.
- Atkinson & Shiffrin (1971). The control of short-Term Memory, vol. 225:89-91.
- J. B. B. (1851). Practical Remarks on Illuminating Gas. (Continued). *Scientific American*, 6(33), 262–262. <http://www.jstor.org/stable/24933803> 6/02/2022 2:25 a.m.
- Campbell, J. (1988). *El poder del mito*. Barcelona: Emecé Editores.
- Fernández, B. P. (1999). Fenomenología del ser espacial. Salamanca: Publicaciones, Universidad Pontificia de Salamanca.
- Hernández, Ma. E. *Habitarse a sí mismo: una reflexión sobre el sentido humanístico de la Arquitectura*. Disponible en: <http://www.architecthum.edu.mx/Architecthumtemp/invitados/calderon.html>
- Varela, F.J. (2014). "The specious present: A neurophenomenology of time consciousness". En J. Petitot, Varela, F. J. (1999). The specious present: A neurophenomenology of time consciousness. In J. Petitot, F. J. Varela, B. Pachoud, & J.-M. Roy (Eds.), *Naturalizing phenomenology: Issues in contemporary phenomenology and cognitive science* (pp. 266–314). Stanford University Press. <https://psycnet.apa.org/record/2000-07254-008> 6/02/2022 3:08 a.m.