

MARIE KONDO

---

## IL MAGICO POTERE DEL RIORDINO

*Il metodo giapponese  
che trasforma i vostri spazi  
e la vostra vita*

近藤麻理恵



VALLARDI

# Presentazione

Un'infinità di oggetti di ogni tipo (abbigliamento, libri, documenti, foto, apparecchi, ricordi...) ci sommergono all'interno di abitazioni e uffici sempre più piccoli e ci soffocano. Col risultato che non troviamo mai quello che davvero ci serve.

Nel libro che l'ha resa una star, la giapponese Marie Kondo ha messo a punto un metodo che garantisce l'ordine e l'organizzazione degli spazi domestici... e insieme la serenità, perché nella filosofia zen il riordino fisico è un rito che produce incommensurabili vantaggi spirituali: aumenta la fiducia in sé stessi, libera la mente, solleva dall'attaccamento al passato, valorizza le cose preziose, induce a fare meno acquisti inutili. Rimanere nel caos significa invece voler allontanare il momento dell'introspezione e della conoscenza.

**«In Giappone è riconosciuta come la regina dell'ordine, un baluardo nella guerra contro il caos. Con la sua filosofia del riordino Marie Kondo ci ha rivelato un nuovo modo di essere.» *The Times***

## **MARIE KONDO**

In Giappone l'«arte del riordino» è una vera e propria forma di cultura. Marie Kondo ci si è dedicata con passione fin da bambina, si è specializzata all'università in questa disciplina e ne ha fatto l'oggetto della sua professione: tiene corsi in patria e all'estero non solo a «casalinghe disperate», ma a manager e capitani d'industria. Il successo straordinario dei suoi corsi l'ha portata a scrivere bestseller e a diventare una star della TV.

MARIE KONDO

# **IL MAGICO POTERE DEL RIORDINO**

VALLARDI

**VALLARDI**

[www.vallardi.it](http://www.vallardi.it)



[www.facebook.com/vallardi](http://www.facebook.com/vallardi)



[@VallardiEditore](https://twitter.com/VallardiEditore)

**IL LIBRAIO**

[www.illibraio.it](http://www.illibraio.it)

Antonio Vallardi Editore s.u.r.l.  
Gruppo editoriale Mauri Spagnol

Copyright © 2014 Antonio Vallardi Editore, Milano

Titolo originale: JINSEI GA TOKIMEKU KATAZUKE NO MAHO by Marie Kondo

Copyright © 2011 by Marie Kondo

Original Japanese edition published by Sunmark Publishing, Inc., Tokyo

Italian translation rights arranged with Sunmark Publishing, Inc., through InterRights, Inc., Tokyo, Japan and Waterside Productions Inc.,  
CA, USA

Traduzione dal giapponese di Francesca Di Berardino

Grafica di copertina: ushadesign + ekidna

Foto di copertina: © Martina Geiss/Corbis

ISBN 978-88-6731-677-9

Prima edizione digitale 2014

Quest'opera è protetta dalla Legge sul diritto d'autore.  
È vietata ogni duplicazione, anche parziale, non autorizzata.

# Per iniziare

In questo libro svelo il metodo per riordinare una volta per tutte e non ritrovarsi mai punto e a capo.

Impossibile? Non mi sorprende che in molti la pensino così, soprattutto considerando che quasi tutti quelli che desiderano mantenere in ordine i propri spazi, pur mettendoci tutto il loro impegno, dopo poco tempo si ritrovano vittime del cosiddetto «effetto boomerang» che li catapulta nel disordine iniziale.

Se pensate di appartenere a questa categoria di persone, voglio confidarvi un segreto: per prima cosa, buttate ciò che non serve; poi, riordinate tutto in una volta, in modo definitivo e senza tralasciare nulla. Procedete in quest'ordine e vedrete che non correrete il rischio di ritrovarvi punto e a capo.

Secondo le tecniche convenzionali di selezione, ordine e riorganizzazione degli oggetti, il metodo che propongo appare alquanto insensato. Eppure, tutti gli studenti che hanno frequentato le mie lezioni e hanno brillantemente superato il corso non solo sono riusciti a mantenere la propria casa in ordine ma, risultato ancora più stupefacente, dopo aver riordinato tutto, hanno visto sensibilmente migliorare molti aspetti della loro vita, come il lavoro e la famiglia. In realtà, questa è la conclusione cui sono giunta anch'io dopo aver dedicato più dell'80% della mia vita a riordinare.

Troppo bello per essere vero? Se vi limitate a buttare una cosa al giorno e a riordinare la casa un po' alla volta, la risposta è sì. Un approccio del genere non sortisce alcun effetto rilevante.

Al contrario, a seconda del metodo che applicate per risistemare, la vostra vita può beneficiare di un'influenza notevole. Ed è questo il vero significato del riordino.

Ho iniziato a leggere riviste per casalinghe a cinque anni, e, partendo da lì, a quindici anni ho trovato lo spunto per portare avanti uno studio vero e proprio sul riordino. Al momento lavoro come consulente domestica: quasi ogni giorno visito le case e gli uffici di clienti incapaci di riordinare, o che dopo aver riordinato si ritrovano presto al punto di partenza, o vorrebbero riordinare ma non sanno da dove cominciare, e do loro consigli.

La quantità di cose che finora sono riuscita a far buttare ai miei clienti – da abiti e biancheria intima a foto, penne, ritagli di giornale e piccoli oggetti come campioni gratuiti di cosmetici – supera il milione di pezzi, e non si tratta di un'esagerazione. Mi sono trovata in situazioni in cui i miei clienti hanno buttato via più di duecento sacchi da quarantacinque litri in un colpo solo.

In questo modo, grazie all'esperienza accumulata affrontando seriamente il problema del riordino e aiutando tante persone in difficoltà a farlo, c'è una cosa che posso affermare con certezza: facendo ordine in casa in modo radicale, cambiano drasticamente anche la propria forma mentis, il proprio modo di vivere e la propria esistenza. Affermare che il riordino vi trasforma la vita potrebbe sembrare esagerato, ma è la verità.

Questi sono solo alcuni esempi delle testimonianze che ricevo quotidianamente dai miei clienti:

- «Mi sono licenziata e ho aperto l'attività tutta mia che sognavo sin da piccola.»
- «Sono riuscita a distinguere con chiarezza le cose di cui avevo bisogno e quelle di cui non avevo bisogno: il risultato è che ho lasciato mio marito e ora mi sento molto meglio.»
- «Sono stata contattata da una persona che ho sempre voluto incontrare.»
- «Sono felice di annunciare che, da quando ho sistemato la mia stanza, un sacco di affari di lavoro sono andati a buon fine.»
- «La mia vita di coppia è visibilmente migliorata.»
- «Non riesco ancora a capacitarmi di quanto io sia cambiata semplicemente buttando della roba.»
- «Senza rendermene conto ho perso tre chili.»

I miei clienti sembrano davvero felici quando mi comunicano loro notizie. Ma allora, secondo voi, perché facendo ordine in casa cambiano di pari passo anche il modo di pensare e lo stile di vita? In altre parole, perché ci si ritrova a mutare quella che era la nostra esistenza di prima?

Approfondiremo questi aspetti nel corso del libro ma, detto in breve, riordinando si mette in ordine il passato; di conseguenza, si prende coscienza di ciò che conta davvero nella nostra vita e di ciò che invece non serve; di ciò che bisogna fare e di ciò che invece bisogna lasciarsi alle spalle.

Attualmente tengo un corso per un pubblico femminile limitato alla cura della casa, «Lezioni di riordino e organizzazione per signorine», e uno per imprenditori dedicato alla cura dell'ufficio, «Lezioni di riordino e organizzazione per uomini d'affari» (per partecipare a quest'ultimo c'è bisogno di una raccomandazione da parte di un vecchio cliente). In entrambi i corsi, le lezioni sono individuali, ciononostante non sono mai rimasta a corto di clienti. È necessario prenotarsi con tre mesi di anticipo, e ricevo costantemente richieste di informazioni da parte di persone portate dai miei vecchi clienti o che hanno saputo del corso tramite passaparola. Tutti i giorni sono in giro per il Giappone a visitare le case di clienti di Tōkyō, di Ōsaka, dell'Hokkaidō e a volte anche le abitazioni di clienti stranieri.

Una mia conferenza promossa da un gruppo di madri e casalinghe è andata sold out nell'arco di una serata a partire dall'apertura della biglietteria, e non solo si è creata una lista d'attesa, ma persino una lista d'attesa per la lista d'attesa.

In realtà, anche se le cose stanno così, devo ammettere che i clienti che ripetono il corso sono pari a zero. Da un punto di vista imprenditoriale potrebbe sembrare un errore imperdonabile, ma forse è proprio in questo che risiede il segreto del successo del metodo che insegno.

Infatti, come dicevo all'inizio, questo significa che, se si riordina in maniera definitiva, non ci si ritrova mai punto e a capo.

In altre parole, una volta in grado di mantenere la propria stanza pulita e in ordine, non c'è bisogno di frequentare ancora le lezioni.

A volte, qualche mese dopo che un mio cliente ha terminato il corso, mi informo via email o per lettera sulle condizioni della sua stanza... Normalmente la risposta che ricevo rispecchia il cambiamento avvenuto nella persona: non solo la stanza non è tornata com'era all'inizio, ma è addirittura migliorata! Inoltre dalle foto allegate si capisce che, già nei mesi immediatamente successivi al completamento del corso, gli oggetti sono diminuiti e tende e biancheria da letto sono state cambiate, riflettendo uno stile di vita che porta a circondarsi solo di ciò che piace davvero.

Perché pensate che gli studenti che hanno portato a termine il corso siano in grado di riordinare

nel vero senso della parola? Perché il metodo che insegno non è semplicemente una tecnica di riordino. L'atto di riordinare in sé non è che la ripetizione di semplici operazioni, come spostare una cosa qui, un'altra su uno scaffale ecc. Se consideriamo solo l'aspetto pratico, sono azioni che persino un bambino di prima elementare è in grado di compiere. Perciò non saper riordinare o non riuscire a tenere la casa in ordine sono comportamenti che affondano le radici in una dimensione psicologica (nell'accezione di atteggiamento).

In altre parole, riordinare è al 90% un atto mentale. Se eliminiamo quest'aspetto, non importa quante cose riusciremo a buttar via, quanti sistemi organizzativi riusciremo a escogitare; eccetto quei pochi a cui riordinare viene naturale, prima o poi tutti gli altri subiranno inevitabilmente l'effetto boomerang.

Alla luce di tutto ciò, come si fa ad assumere il giusto atteggiamento? Il modo per risolvere questo problema è uno solo. Per quanto possa sembrare paradossale, si tratta di usare il giusto procedimento. Infatti, quello che vi insegnerò in questo libro non è una tecnica di sistemazione e di organizzazione degli oggetti, ma un metodo per raggiungere il giusto atteggiamento mentale e trasformarsi in una persona capace di riordinare.

Non tutte le persone che finora hanno frequentato le mie lezioni sono riuscite a padroneggiare completamente l'arte del riordino. Purtroppo, per vari motivi alcuni hanno dovuto interrompere le lezioni, o non sono riusciti a portare a termine il corso con successo. Tra questi, non pochi – pensando si trattasse di un servizio di collaborazione domestica – sono venuti aspettandosi che riordinassi la casa al posto loro.

Persino io che mi definisco una professionista e una fanatica dell'organizzazione, vi assicuro che, per quanto faccia del mio meglio nell'organizzare gli spazi altrui, anche ricreando perfettamente un allestimento impeccabile come quello degli showroom, non riuscirò mai a riordinare la casa di qualcun altro nel vero senso del termine.

Più dei criteri di archiviazione e dei metodi di organizzazione, ciò che è davvero prezioso sono la consapevolezza e il modo di concepire la quotidianità della persona in questione, la personalissima scala di valori espressa dal «di cosa voglio circondarmi nella mia vita quotidiana?»

Chiunque vorrebbe vivere serenamente in una casa sempre ordinata e accogliente. Ed è normale che chiunque abbia pulito e riordinato la propria stanza almeno una volta abbia pensato di volerla conservare in quella condizione di ordine e pulizia per sempre.

Allo stesso tempo non è forse vero che molte persone sono convinte che non ne sarebbero mai capaci? Questo perché hanno provato mille volte ogni metodo di riordino, ma dopo poco tempo si sono sempre ritrovate punto e a capo.

Invece, posso garantirvi con sicurezza che la possibilità di mantenere in ordine la propria stanza è alla portata di chiunque.

Ovviamente, per raggiungere questo risultato, è necessario rivoluzionare completamente le abitudini e le concezioni sul riordino che ritenevate giuste fino a questo punto. La cosa potrebbe sembrarvi un po' eccessiva e forse a qualcuno farà passare la voglia di riordinare, ma non preoccupatevi! Quando sarete arrivati alla fine di questo libro, vi sentirete pronti e desiderosi di cominciare.

Spesso mi sento dire: «Con la pigrizia che mi ritrovo non ce la farò a riordinare», oppure: «Non posso farci niente, perché non ho tempo». Essere disordinati non è un fattore ereditario e non ha nulla a che vedere con la mancanza di tempo. Invece è il risultato dell'accumulo di numerose convinzioni errate sul riordino – finora associate al buonsenso – come: «Le stanze

devono essere riordinate seguendo un ordine specifico», «Se riordino tutto in una volta, di sicuro subirò l'effetto boomerang, perciò riordinerò un po' alla volta ogni giorno», oppure «Per riporre gli oggetti bisogna seguire un piano preciso».

In Giappone si sente dire spesso che fare le pulizie di casa e far brillare i sanitari porti fortuna. Ma quando ci si ritrova sommersi da cianfrusaglie e la stanza è nel caos più totale, l'effetto di un water splendente sarà limitato. La stessa cosa vale per il feng shui: solo dopo aver pulito e riordinato la stanza, la disposizione dei mobili e dei soprammobili prenderà finalmente vita.

Quando una persona sperimenta almeno una volta «l'ordine perfetto», prova la sensazione che la propria esistenza abbia subito una metamorfosi.

In tal modo, non tornerà mai più alla situazione iniziale di disordine.

Questo è ciò che chiamo «il magico potere del riordino».

Gli effetti di questo «magico potere del riordino» sono immensi. Dopo aver riordinato una volta, non solo non ci si ritroverà mai più al punto di partenza, ma si potrà dare il via in tutta naturalezza a una nuova vita.

È questa la magia che desidero condividere con tutti voi.



capitolo primo

# PERCHÉ NON RIESCO A TENERE IN ORDINE LA CASA?

# Non riuscirete mai a tenere in ordine la casa se nessuno vi ha insegnato come si fa

Di solito, quando dico che il mio lavoro consiste nel dare lezioni di riordino, tutti spalancano gli occhi per la sorpresa: «Esiste un lavoro del genere?», oppure: «Il riordino è una cosa che si studia?».

Indubbiamente, dalle scuole di cucina a quelle in cui si insegna come indossare il kimono, fino ai centri di yoga e di meditazione zen, grazie al boom di nuove discipline, persino ora che le lezioni da frequentare non mancano, di corsi in cui si impara a riordinare ne esistono pochissimi.

È opinione diffusa in Giappone che riordinare non sia una cosa da insegnare a scuola, ma una competenza che si acquisisce in modo naturale. In cucina, le ricette segrete della propria famiglia si tramandano di madre in figlia, ma non ho mai sentito parlare di situazioni in cui, nella stessa casa, si trasmetta il metodo segreto del riordino.

Pensate alla vostra infanzia. «Metti in ordine la tua stanza!», vi intimavano i genitori quando li facevate arrabbiare; ma non sono forse pochi i fortunati cui riordinare è stato insegnato come parte della propria educazione?

Secondo un sondaggio, le persone che hanno studiato teoricamente il metodo del riordino sono meno dello 0,5%. Tanto per cominciare, quegli stessi genitori che ci facevano sistemare la nostra stanza non avevano mai imparato a loro volta il modo corretto di riordinare.

In altre parole, quasi tutti riordinano da autodidatti.

Non solo a casa, ma anche a scuola non viene data molta importanza a questo argomento.

Quando ci chiedono: «Che scene ti vengono in mente ripensando alle lezioni di economia domestica?», la maggior parte dei ricordi riguarda sicuramente le chiosose lezioni di cucina in cui si preparavano gli hamburger, o quando bisognava cucire a macchina dei grembiuli e nessuno sapeva come fare.

La verità è che, nei libri di economia domestica delle elementari e delle medie, le parti dedicate al riordino sono molto meno consistenti di quelle dedicate alla cucina e al cucito. Inoltre, queste parti vengono liquidate leggendole ad alta voce in classe, o addirittura, se assegnate per casa, vengono saltate per passare al tanto amato argomento dell'«importanza di una dieta sana».

Vista la situazione, persino quei pochi diplomati in economia domestica che hanno studiato come si riordina, nella realtà non sanno riordinare.

Nonostante la cura della casa dovrebbe essere considerata una necessità primaria alla stregua del mangiare e del vestirsi, il riordino – che è una componente importante della gestione di una casa – viene puntualmente ignorato al punto che è opinione diffusa tra i giapponesi che «il riordino, rispetto alle cose che si studiano a scuola, può essere appreso con l'esperienza».

Perciò, più aumentano gli anni che passiamo a fare pratica, o meglio a «fare i conti col riordino», meno impariamo a riordinare in modo corretto.

A dire il vero, il 25% delle persone che frequentano le mie lezioni sono signore cinquantenni. Molte di loro sono «veterane» delle faccende domestiche e hanno fatto le casalinghe a tempo pieno per quasi trent'anni. Verrebbe da pensare che sappiano riordinare meglio di ragazze ventenni, ma è esattamente l'opposto. Continuando a mettere in pratica quei metodi sbagliati dati per scontati, ci sono molte persone che hanno le case inondate da oggetti superflui e impazziscono dietro a metodi di organizzazione impossibili.

È evidente che non hanno mai imparato il sistema giusto per riordinare, quindi non sapere come fare è abbastanza normale per chiunque.

Nonostante tutto non bisogna scoraggiarsi, è finalmente arrivato il momento di imparare. Studiando questo metodo insieme a me e mettendolo in pratica, riuscirete a liberarvi dall'incubo di non saper riordinare.

## **Non è vero che mettere in ordine tutto in una volta crea un effetto boomerang!**

«Quando mi accorgo del disordine metto a posto una volta per tutte, ma dopo poco tempo mi ritrovo da capo con la stanza sottosopra.»

Di fronte a questo problema la classica risposta è: «Se metti in ordine tutto in una volta subirai l'effetto boomerang! Prendi la sana abitudine di mettere a posto poco per volta, ma quotidianamente».

Che questo fosse il tipico «domanda e risposta» che si trova nelle riviste lo sapevo da quando avevo cinque anni.

Essendo la seconda di tre figli, dai tre anni in poi sono cresciuta con una buona dose di libertà. Mia madre doveva occuparsi della mia sorellina appena nata e mio fratello di due anni più grande stava sempre incollato alla televisione a giocare ai videogiochi, perciò, quando ero a casa, passavo molto tempo da sola.

A quei tempi la cosa che più mi piaceva era leggere riviste per casalinghe. Mia madre era abbonata a «ESSE», e quando il giornale arrivava, ancora prima che lei se ne accorgesse, io avevo già strappato il cellophane della confezione e mi ero immersa nella lettura. Negli anni delle elementari, tornando a casa da scuola, mi fermavo in libreria di nascosto e lì leggevo «Orange Page».

Non riuscivo a capire tutte le parole, ma quelle riviste piene di immagini di dolci e di piatti dall'aspetto buonissimo, di trucchi sorprendenti per togliere le macchie d'olio dai vestiti, di consigli per risparmiare uno yen alla volta, e in generale ricche di idee per migliorare la vita di tutti i giorni avevano per me lo stesso valore che avevano per mio fratello i libri che svelavano i trucchi per passare di livello nei videogiochi. Piegavo gli angoli delle pagine che mi interessavano, immaginando di mettere in pratica quei trucchi che avevo letto. E così, giorno dopo giorno, mi dedicavo ai miei giochi solitari. Ad esempio, una volta lessi un articolo sul risparmio, e anche se non avevo idea dei parametri della bolletta della luce, mi inventai il gioco della «limitazione del consumo energetico», che consisteva nello staccare la spina degli elettrodomestici che non erano in funzione. Un'altra volta mi cimentai in una gara in solitaria al «risparmio idrico» e posizionai una bottiglia di plastica piena d'acqua, chiusa con il tappo, nel serbatoio del water. Dopo aver letto un articolo su come sistemare gli armadi, creai degli scompartimenti nei miei cassetti usando come divisori alcuni cartoni del latte e costruii un portalettere nello spazio tra due mobili mettendo una sull'altra delle custodie di videocassette.

Persino a ricreazione, mentre gli altri bambini giocavano a palla o saltavano alla corda, io tornavo in classe di nascosto e mi mettevo a riordinare pazientemente i libri sugli scaffali, o controllavo il contenuto dell'armadietto delle scope nel corridoio, lamentandomi tra me e me dei difetti di

organizzazione: «Se solo ci fosse un gancio a ‘S’, sarebbe tutto più facile...».

Eppure, c'era un problema che non riuscivo a risolvere: qualunque fosse lo spazio che riordinavo, prima o poi mi ritrovavo sempre punto e a capo. I divisorii costruiti con i cartoni del latte traboccavano di articoli di cancelleria, il portalettere fatto di custodie di videocassette era talmente pieno di lettere e fogli che a un certo punto cedette e si accasciò al suolo. Per quanto riguarda cucire o cucinare, è vero che grazie alla pratica si diventa bravi. Nel caso del riordino, invece, pur essendo una faccenda domestica come tante altre, anche continuando a farlo non si migliora mai, si ritorna sempre al punto di partenza.

Per consolarmi mi dicevo che era inevitabile, perché riordinare è una di quelle cose che producono un effetto boomerang. Anche se avessi affrontato la questione una volta per tutte, prima o poi mi sarei ritrovata comunque a doverci fare i conti.

Fin dalla prima volta in cui, a cinque anni, posai lo sguardo su una rivista, in ogni articolo sul riordino veniva ribadito il fatto che anche riordinando una volta per tutte prima o poi ci si sarebbe ritrovati al punto di partenza. Perciò iniziai a dare per scontato che riordinare producesse un effetto boomerang.

Se esistesse una macchina del tempo, andrei dalla me stessa di allora per dirle: «Questa idea è completamente sbagliata». Infatti, una volta messo in pratica il metodo giusto, non è assolutamente possibile caderne vittima.

Innanzitutto, quando si parla di effetto boomerang viene da associarlo subito alle diete. In un certo senso potremmo concordare sul fatto che, così come se si perde peso tutto in una volta lo si recupera in fretta, può avvenire la stessa cosa se si riordina tutto in una volta; ma non facciamoci confondere da queste parole.

Quando in una stanza spostiamo dei mobili da una parte all'altra o eliminiamo l'immondizia, avviene un cambiamento. Questo perché il lavoro di riordino è soggetto alle leggi della fisica: riordina tutto in una volta e ti ritroverai con la stanza in ordine tutto in una volta.

È una cosa semplice e naturale.

E allora, perché esistono persone che, riordinando tutto in una volta, subiscono l'effetto boomerang? Questo accade perché i soggetti in questione, pur mossi dall'intenzione di riordinare una volta per tutte, in realtà si limitano a eseguire un lavoro raffazzonato di pulizia, ordine e riorganizzazione. Ricordatevi che quando si segue il metodo corretto di riordino, persino le persone più pigre e negligenti riescono a tenere ordinata la propria stanza.

## **Se avete l'abitudine di mettere a posto un po' alla volta, la vostra casa non sarà mai in ordine**

«Se metti in ordine tutto in una volta subirai l'effetto boomerang! Prendi la sana abitudine di mettere a posto un po' alla volta, ma quotidianamente.»

Abbiamo capito che di questo pensiero apparentemente affascinante, la prima parte, cioè che «mettere in ordine tutto in una volta provoca l'effetto boomerang», è sbagliata.

Ma che cosa ne pensate del suggerimento di «prendere la sana abitudine di riordinare po' alla volta tutti i giorni»? In un certo senso, sembrerebbe un'opinione di cui ci si può fidare.

Ma non facciamoci ingannare. Se prendessimo l'abitudine di pulire un po' alla volta tutti i giorni, potrebbe passare tutto il tempo di questo mondo, ma resteremmo comunque incapaci di tenere la casa in ordine.

Non è facile cambiare un'abitudine di vita che ci è rimasta addosso per tanti anni. Coloro che, pur volendo, non riescono ancora ad avere la casa in ordine, troveranno quasi impossibile prendere l'abitudine di riordinare un po' alla volta.

Una persona non potrà mai cambiare le proprie abitudini prima di cambiare la propria mentalità.

E *cambiare la propria mentalità* sembra facile a parole, ma riuscire ad autocontrollarsi non lo è affatto.

Però esiste un metodo grazie al quale il proprio modo di pensare può essere drasticamente trasformato.

Per quanto mi riguarda, ho iniziato seriamente ad aprire gli occhi sul riordino quando frequentavo le medie. Partì tutto da un libro di Nagisa Tatsumi, «*Suteru!*» *Gijutsu* (L'arte di buttar via). Lo lessi di ritorno da scuola e rimasi scioccata dal contenuto. Parlava dell'importanza del *buttare via*, argomento di cui non si era mai parlato in nessuna delle riviste lette fino ad allora.

Ero talmente immersa nella lettura che finii quasi per dimenticare di scendere alla mia fermata, e una volta a casa – sacchi di spazzatura alla mano – mi chiusi in camera per alcune ore. Dalla mia stanza di cinque tatami e mezzo vennero fuori oltre otto sacchi di cianfrusaglie: a cominciare dai vestiti che non mettevo più, ai libri delle elementari, ai giocattoli di quando ero piccola, alla mia collezione di gomme e timbri. Tutte cose di cui avevo dimenticato l'esistenza.

Rimasi circa un'ora a fissare la montagna di buste di plastica semitrasparenti ammucciate al centro della stanza, chiedendomi perché avessi accumulato tutta quella roba inutile.

Ma la cosa che mi aveva scioccato di più era che l'aspetto della mia stanza era cambiato completamente.

Con un lavoro di poche ore erano emerse aree del pavimento che non avevo mai visto prima; sembrava la stanza di qualcun altro. Anche l'aria che si respirava si era alleggerita: avevo la sensazione che persino la mia anima fosse stata arieggiata nel profondo.

«Riordinare è molto più importante di quello che pensavo.»

Rimasi folgorata come se un fulmine mi avesse colpita, e a cominciare da quel giorno distolsi la mia attenzione dalle altre faccende come cucina e cucito – che fino a quel momento avevo considerato le basi per diventare brave casalinghe – per iniziare un nuovo cammino all'insegna del riordino.

Il riordino produce effetti visibili e soprattutto non mente. Perciò il segreto che voglio confidarvi è che non bisogna prendere l'abitudine di riordinare un po' alla volta, ma è importante mettere a posto una volta per tutte, perché solo così il vostro modo di pensare cambierà drasticamente.

Sperimenterete un cambiamento talmente radicale che toccherà le vostre emozioni. Con un simile impatto, volenti o nolenti, cambierete radicalmente la vostra mentalità e le vostre abitudini quotidiane.

Io non abituo i miei clienti a rimettere a posto in maniera graduale. Dal giorno stesso in cui riordinano la casa si liberano del disordine una volta per tutte.

Per questo il riordino va affrontato tutto in una volta. È questo il punto più importante per evitare l'effetto boomerang.

L'effetto boomerang, infatti, non dipende dalla casa o dagli oggetti, ma dalla mentalità di chi riordina. In altre parole, anche con la buona volontà di rimettere a posto, se non si sa di preciso come andare avanti, persino la fiamma della buona volontà si spegne. Non trovate che sia difficile farsi un'idea di qualcosa se non si vedono i risultati?

Affinché il riordino sia efficace, è necessario che sortisca il suo effetto attraverso un metodo giusto e nell'arco di poco tempo.

Mettete in ordine tutto in una volta nel modo corretto. Così facendo, i risultati saranno visibili in fretta. Sarete in grado di andare avanti da soli e di mantenere i vostri spazi in ordine.

Posso affermare sinceramente che, dopo aver sperimentato questo procedimento, a nessuno capiterà una seconda volta di trovarsi in una situazione di disordine in casa.

## **Chi ha detto che non bisogna ambire alla perfezione?**

«Non ambite alla perfezione, iniziate a riordinare lentamente.»

«Buttate via una cosa al giorno.»

Che frasi meravigliose per confortare gli animi di coloro che non nutrono fiducia nelle proprie capacità di riordino! Tempo dopo aver intrapreso il mio studio in proposito, mi sono imbattuta in queste parole durante un periodo in cui divoravo ogni libro pubblicato in Giappone sull'argomento. In un momento in cui lo stupore iniziale per la mia scoperta del riordino si era un po' affievolito e iniziavo a essere scettica sulla possibilità di ottenere risultati concreti, sono caduta in pieno nel tranello teso da queste parole.

Ambire alla perfezione fin dall'inizio può essere scoraggiante e, dopotutto, raggiungere la perfezione – seppure nell'ambito del riordino – è impossibile per definizione. Come diceva il libro, buttando una cosa al giorno, in un anno sarei riuscita a liberarmi di trecentosessantacinque cose. Pensando di aver trovato un buon sistema, iniziai a seguire subito quel metodo.

La mattina, appena sveglia, mi ritrovai a fissare l'armadio pensando a che cosa avrei buttato quel giorno. Soffermandomi con lo sguardo su una maglietta che non mettevo più, decisi che sarebbe toccato a lei. Il giorno dopo, prima di andare a dormire, ispezionai i cassetti della scrivania e notai che c'era un quaderno un po' troppo infantile per la mia età. Decisi di buttarlo. A quel punto notai che anche il bloc-notes accanto non mi serviva più. Feci per buttarlo ma mi bloccai, pensando di lasciarlo per il giorno dopo. Aspettai che arrivasse il suo turno e lo buttai la mattina dopo. L'indomani mi dimenticai completamente sia la mattina sia la sera e feci mente locale il giorno dopo buttando due cose alla volta. Vi dico la verità, non resistetti due settimane. Io non sono un tipo metodico, ad esempio, ho sempre finito i compiti delle vacanze in fretta e furia l'ultimo giorno prima di rientrare a scuola. Per una persona impaziente e incostante come me, buttar via una cosa al giorno è difficile.

Senza contare che buttare un oggetto al giorno non compensava il fatto che, quando facevo spese, compravo più di una cosa alla volta e il ritmo con cui acquisivo cose nuove era sempre superiore a quello con cui mi disfacevo delle vecchie. Insomma, il tempo passava e io non sopportavo più che la mia stanza fosse sempre e comunque in disordine. In breve tempo mi tolsi dalla mente la regola di eliminare un oggetto al giorno.

In base alla mia esperienza posso affermare con certezza che facendo le cose a metà non riuscirete mai a tenere la casa in ordine. Se come me non siete tipi diligenti, capaci di perseverare nelle cose, vi consiglio di puntare alla «perfezione» una volta soltanto. Quando uso il termine «perfezione»,

molti si mettono sulle difensive, ribattendo che è un obiettivo impossibile da raggiungere. Non c'è da preoccuparsi: riordinare, in fin dei conti, non è niente di più di un'azione fisica.

Se dovessimo dividere il riordino in due fasi, la prima riguarderebbe il valutare se buttare un oggetto oppure no, la seconda il decidere la collocazione di quell'oggetto. Se siete in grado di compiere queste due azioni, avete raggiunto la perfezione in questo campo. Gli oggetti possono essere contati con esattezza: se li esaminerete uno per uno, se deciderete se tenerli o no e troverete loro una collocazione precisa, arriverete inevitabilmente alla «fine del riordino».

Perciò, riordinare perfettamente e completamente non è difficile, anzi, è un obiettivo alla portata di tutti. E per evitare l'effetto boomerang, è indispensabile agire in questo modo.

## **Nel momento in cui inizierete a riordinare, la vostra vita verrà resettata**

La notte prima di un esame non vi è mai capitato di provare un desiderio irrefrenabile di riordinare prima di trovare la concentrazione necessaria a mettervi sui libri?

Più di una volta mi sono ritrovata a buttare pile di fogli sparpagliati sulla scrivania, poi radunavo tutti i libri sparsi in disordine sul pavimento e a quel punto, incapace di fermarmi, cambiavo la disposizione dei libri e delle dispense sulle mensole e li classificavo. Per finire, riorganizzavo tutti gli articoli di cancelleria nei cassetti. Dedicandomi a queste mansioni, si facevano in men che non si dica le due e mezzo di notte. La mia scrivania e gli spazi circostanti erano finalmente sgombri, ma io venivo sopraffatta dal sonno e mi appisolavo. Poi mi svegliavo di soprassalto alle cinque di mattina e, in preda al panico, cominciavo seriamente a studiare. Non sto inventando nulla, questa è un'esperienza di vita vissuta, e la situazione del giorno prima dell'esame un evento ricorrente.

Pensavo che «l'impeto di pulizia» che si impossessava di me prima di un esame fosse una mia prerogativa, vista la mia mania per il riordino, invece mi sono resa conto che si tratta di un fenomeno comune a molte persone.

Infatti, a prescindere dal «panico pre-esame», siamo in molti a sentire il bisogno di riordinare in situazioni di emergenza. Ma questa necessità non scaturisce dal desiderio di riordinare la propria stanza, a livello psicologico la cosa che si vuole riordinare è un'altra. Sapendo di dover studiare, dentro di noi fremiamo, ma riusciamo a vedere solo il disordine che ci circonda, così si risveglia una voce che ci intima di riordinare la stanza, e in tal modo ci sembra di eludere il problema.

A riprova di ciò, sono rari i casi di «impeti di pulizia» che persistono dopo il momento critico. Una volta a casa, dopo aver superato l'esame senza intoppi, dell'ardore della sera prima non rimane nessuna traccia, anzi, si ritorna tranquillamente alla vita di tutti i giorni. E questo avviene perché il problema da affrontare – in questo caso studiare per l'esame – è già stato risolto.

Bisogna però precisare che riordinare il caos della propria stanza non fa sparire il caos nella propria mente. Dare una ripulita alla vostra camera vi farà sentire temporaneamente rinfrancati, ma non risolverà la vera causa del vostro «disordine interiore». Se ogni volta vi lasciate ingannare dal momentaneo sollievo per aver riordinato i vostri spazi fisici, non arriverete mai a riconoscere la necessità di riordinare i vostri spazi mentali. In pratica, se non avessi perso tempo a riordinare nel cuore della notte ma mi fossi messa a studiare, i miei voti non sarebbero sempre stati così tremendi.

Proviamo a immaginare una stanza in disordine: non è stata sempre così, è la persona che ci vive ad averla ridotta in quello stato. Si dice che un ambiente disordinato sia frutto di una mente disordinata; in questo caso il problema va oltre l'aspetto materiale: un disordine così evidente ci distrae e ci impedisce di risalire alla causa reale che l'ha generato.

L'azione del disordinare è un meccanismo di difesa che le persone fanno scattare per distogliere l'attenzione dall'essenza del problema.

Nel caso in cui non riuscite a sentirvi a vostro agio in un ambiente pulito e ordinato, cercate di confrontarvi seriamente con le vostre ansie e, molto probabilmente, emergeranno i veri problemi che turbano il vostro cuore.

Trovarsi in una stanza pulita e ordinata ci obbliga a confrontarci con le nostre emozioni e la nostra interiorità. Ci fa notare quei problemi che abbiamo sempre cercato di eludere e ci costringe, volenti o nolenti, ad affrontarli. Nel momento stesso in cui inizierete a riordinare, sarete costretti a resettare la vostra vita e di conseguenza questa comincerà a cambiare radicalmente.

Perciò, terminate in fretta le vostre mansioni di riordino, potrete così spostare l'attenzione sulle cose veramente importanti per voi. Il riordino non è il fine, ma solo il mezzo, il vostro vero obiettivo dovrebbe essere quello di realizzare lo stile di vita che desiderate una volta riordinata la vostra casa.

## **I maestri delle «soluzioni per organizzare gli spazi» diventano presto «accumulatori seriali»**

Qual è il primo problema che vi viene in mente pensando al riordino?

La risposta più comune è: «Come organizzare gli armadi».

Molti vorrebbero che insegnassi loro come e dove riporre gli oggetti. Capisco benissimo la situazione, ma non è così che risolverete i vostri problemi!

L'espressione «riporre gli oggetti» nasconde un tranello.

Infatti, tutti gli articoli sui contenitori e i portaoggetti più convenienti, sulle tecniche segrete per riordinare e organizzare gli spazi in un baleno, sono ormai imprescindibili da parole chiave come «subito» o «in un attimo», per sottolineare la semplicità e la naturalezza insite nel «riporre gli oggetti». Per natura, gli esseri umani tendono a scegliere la via più semplice, e inconsciamente la maggior parte di noi si butta su qualsiasi metodo organizzativo «conveniente», che garantisca di risolvere i problemi di disordine in poco tempo.

Ovviamente anch'io una volta sono stata ammaliata dal mito delle «soluzioni organizzative». Essendo un'avida lettrice di riviste per casalinghe fin dalla scuola materna, ogni volta che trovavo un articolo su come organizzare gli armadi mettevo subito in pratica i consigli – mi è capitato di costruire dei cassetti usando scatole di fazzoletti – e spendevo tutti i miei risparmi nei prodotti pubblicizzati in quelle riviste. Alle medie, dopo la scuola mi fermavo nei negozi specializzati per esaminare gli ultimi arrivi, e alle superiori, quando mi imbattevo in un portaoggetti o in un sistema per organizzare il guardaroba che ritenevo interessante, telefonavo alla ditta produttrice, assillando l'operatrice con una serie di domande su com'erano stati inventati quegli oggetti. Riponevo con cura le mie cose in quei contenitori o portaoggetti a scomparti che mi ero procurata e mi congratulavo con me stessa per il lavoro fatto nella mia stanza: «Ora sì che la vita è comoda!», pensavo tra me e me, grata per



l'esistenza di quei portaoggetti.

In base all'esperienza accumulata finora, posso invece affermare con certezza che le soluzioni che sfruttano al massimo lo spazio nei guardaroba e nei cassetti hanno vita breve. Quando me ne accorsi, la mia stanza era ormai piena di portariviste, librerie, scompartimenti divisorii per cassetti di qualsiasi dimensione, eppure non era in ordine. «Perché nonostante mi sia impegnata a organizzare gli spazi e a riporre gli oggetti secondo una logica, la mia stanza continua a essere in disordine?», mi chiedevo. In preda alla disperazione, esaminai ancora una volta il contenuto di tutti gli scomparti, i portaoggetti e i contenitori. Solo allora ebbi l'illuminazione e mi resi conto di una cosa fondamentale, cioè che quasi tutti gli oggetti che erano lì dentro non mi servivano affatto.

In altre parole, fino a quel momento non avevo riordinato, ma mi ero limitata a stipare gli armadi, nascondendo sotto un coperchio le cose che non mi servivano per tenerle fuori dalla mia visuale.

Il guaio delle soluzioni per organizzare gli spazi è che creano l'illusione che, riponendo vestiti e accessori negli appositi contenitori, si risolva il problema del disordine. In realtà, nei cassetti e nei contenitori si accumula tanta di quella roba che la stanza è ancora in disordine e bisogna trovare un'altra soluzione per organizzare gli spazi, creando così un circolo vizioso.

Perciò, quando riordinate dovete innanzitutto liberarvi delle cose che non vi servono.

È importante che esercitate un'azione di autocontrollo e resistiate alla tentazione di cominciare a riporre gli oggetti finché non avrete esaminato con attenzione che cosa conservare e che cosa buttare.

## **Non riordinate stanza per stanza, ma categoria per categoria**

Il mio studio sul riordino è cominciato seriamente quando frequentavo le medie e consisteva nel fare pratica costantemente e ripetutamente. Ogni giorno riordinavo una stanza diversa: la mia camera, quella di mio fratello e di mia sorella, il soggiorno, la cucina, il bagno... Ogni giorno decidevo che cosa riordinare e mi lanciavo in campagne individuali che facevano pensare alle offerte del giorno al supermercato: «Il cinque di ogni mese tocca al soggiorno», «Oggi si riordina la dispensa», «Domani si parte alla conquista delle mensole del bagno!»

Questa abitudine è continuata anche quando ho iniziato le superiori. Se il mio obiettivo del giorno era riordinare un armadietto del bagno, tornata a casa da scuola, senza nemmeno togliermi l'uniforme, andavo diritta alla meta e dopo aver aperto le ante tiravo fuori tutto il contenuto: «Oggi è il turno di questo ripiano!» Per prima cosa, svuotavo i cassetti di plastica di tutto ciò che contenevano: campioncini ricevuti in omaggio con l'acquisto di cosmetici, saponette, spazzolini da denti, scorte di rasoi; dividevo tutto per categorie per poi sistemare ogni oggetto in un contenitore apposito che alla fine rimettevo nel cassetto. Poi restavo incantata ad ammirarli, allineati nei cassetti e, se mi ritenevo soddisfatta del risultato ottenuto, passavo al cassetto seguente.

Passavo così tutto il pomeriggio, seduta in silenzio sul pavimento del bagno a riordinare il contenuto dei cassetti, finché non sentivo la voce di mia madre che mi chiamava per cena.

Un giorno, tornata da scuola, mentre come sempre riordinavo in casa senza nemmeno essermi tolta l'uniforme, notai all'improvviso qualcosa di strano: «Non starò per caso riordinando lo stesso cassetto di ieri?»

In quel momento mi stavo occupando di un cassetto dell'armadio nel corridoio che non aveva nulla a che vedere con l'ambiente del giorno prima. Eppure mi resi conto che conteneva campioncini omaggio di cosmetici, saponette, spazzolini da denti e scorte di rasoi: gli stessi oggetti che il giorno precedente avevo diviso in categorie, sistemato negli appositi scomparti e rimesso nel cassetto. Ebbene sì, mi ci erano voluti tre anni per capirlo, ma ci ero finalmente arrivata: riordinare a seconda dell'ubicazione è un errore imperdonabile.

Molti si stupiranno nel sentire che un approccio al riordino apparentemente così corretto possa nascondere un errore comune, e si chiederanno perché non vada bene fare così. Il problema è che spesso gli oggetti che appartengono alla stessa categoria vengono conservati in più di un posto.

In queste situazioni, se senza pensare si riordina ogni stanza separatamente, com'era successo a me, si rimane intrappolati in un circolo vizioso in cui si continuano a riordinare le stesse cose senza rendersene conto.

Perciò la soluzione è riordinare *per categoria*. Non bisogna ragionare nei termini di «Oggi riorderò questa stanza», ma porsi obiettivi precisi come «Oggi mi occuperò dei vestiti» e «Domani penserò ai libri».

La ragione principale per cui la maggior parte delle persone non sa come riordinare è perché ha troppe cose. E la ragione principale per cui le cose continuano ad accumularsi è perché non ne teniamo sotto controllo la quantità; non riusciamo a farlo perché i posti in cui le riponiamo sono sparsi ovunque. Con questi presupposti, è normale che se riordinassimo seguendo l'ubicazione delle cose potremmo continuare all'infinito. Riordinare dev'essere inteso per categorie, non per ubicazione. Se volete evitare l'effetto boomerang, non dovete dimenticare questo dettaglio.

## **Non ha senso modificare il metodo per adattarlo alla propria personalità**

«I motivi che si nascondono dietro l'incapacità di riordinare cambiano da persona a persona. Mettete in pratica il metodo che più si adatta alla vostra personalità.»

È facile trovare questo consiglio nei manuali dedicati all'argomento e ci troviamo subito d'accordo sul fatto che non siamo mai riusciti a riordinare in modo decisivo perché non abbiamo mai trovato il metodo adatto alla nostra personalità. Poi possiamo rintracciare nell'apposita tabella la tipologia umana a cui apparteniamo: il tipo «pigro», il tipo «che non ha tempo», il tipo «senza particolari preferenze» o il tipo «pignolo», e scoprire il metodo di riordino che più ci si addice.

Anch'io, quando ho iniziato il mio lavoro, per un periodo ho accarezzato l'idea di catalogare i vari approcci al riordino secondo i diversi tipi di personalità. Ho esaminato ogni tipo di libro di psicologia, ho indagato sul gruppo sanguigno dei miei clienti, sulla personalità dei loro genitori, ho perfino provato a stilare un oroscopo animale sulla base delle loro date di nascita.

Ho continuato la mia analisi per più di cinque anni, spinta dal desiderio di definire una regola che fissasse una volta per tutte un metodo prestabilito per ciascuna personalità.

Ciò che ne è venuto fuori, invece, è che cambiare il metodo per adeguarlo alla propria personalità non ha alcun senso. Infatti il discorso della «pigrizia», della «mancanza di tempo», della «pignoleria» su alcune cose e di «non avere particolari preferenze» per altre vale per quasi tutti. A

pensarci bene, anch'io facevo parte di tutte queste categorie. E allora, secondo quale criterio potevo catalogare le cause delle diverse tipologie umane dei disordinati?

Continuando a pensare al riordino, presi la cattiva abitudine di dividere tutto in categorie, sempre e comunque.

I primi tempi in cui lavoravo come consulente domestica mi ero intestardita nel voler offrire a tutti i costi un servizio su misura per ciascuna tipologia umana. A pensarci bene adesso, probabilmente avevo un secondo fine: credevo che, dividendo i miei clienti in tipologie diverse e apportando lievi modifiche al metodo di riordino affinché il mio approccio sembrasse più elaborato, sarei apparsa più professionale ai loro occhi. Dopo un'attenta riflessione, la conclusione cui sono giunta è che esistono tre categorie di «disordinati»: «quelli che non sanno liberarsi delle cose», «quelli che non sanno dove metterle», e in ultimo un mix di entrambi, ovvero «quelli che oltre a non sapersi liberare delle cose non sanno dove metterle». Il verdetto finale è che catalogare le persone in base a vaghe nozioni sulla loro personalità non ha molto senso; è più logico invece basarsi su fenomeni che accadono realmente.

Se prendiamo in esame i miei clienti, il 90% è rappresentato da «quelli che non sanno liberarsi delle cose e nemmeno dove metterle»; il restante 10% da «quelli che non sanno dove mettere le cose». In realtà mi sono resa conto che gli appartenenti al gruppo di «quelli che non sanno liberarsi delle cose» (ovvero persone che non buttano via nulla ma sanno dove mettere ogni cosa) non esistono. Se non buttassero via nulla, in breve tempo i loro spazi sarebbero inondati di roba che non saprebbero più dove mettere. Quanto a quel 10% che «non sa dove mettere le cose», in realtà, una volta iniziata una seria operazione di riordino, presto dimostra di essere in grado di alleggerirsi ancora di più, considerando gli oltre trenta sacchi di immondizia che ogni cliente riesce a mettere insieme.

La cosa fondamentale è che, indipendentemente dalla categoria di disordinati in cui ci si identifica, le operazioni di riordino devono sempre cominciare dal buttar via. Nel momento in cui il mio cliente capisce questo concetto, il metodo da seguire rimane invariato a prescindere dalla tipologia umana cui mi rivolgo. Ogni cliente è diverso dagli altri per le cose che possiede e per l'arredamento della sua casa, ciò che cambia non è il metodo, ma in che modo deciderò di insegnarglielo e come procederanno le nostre lezioni. Non serve trovare per forza delle differenze.

Riordinare non necessita di complesse classificazioni. Le azioni fondamentali da eseguire sono due: *buttare via ciò che non serve* e *trovare una collocazione a quello che rimane*. È importante ricordarsi che *buttare* viene prima.

Il fondamento del riordino non cambia, il resto dipende dal livello di ordine che si vuole raggiungere.

## **Riordinare deve essere un evento speciale, non una cosa da fare tutti i giorni**

All'inizio del mio corso esordisco con queste parole: «Riordinare è un evento speciale, non una cosa da fare tutti i giorni».

Generalmente segue un istante di stupore da parte dei miei clienti in cui nessuno sa che cosa dire. Ovviamente ciascuno di noi ha il suo modo di intendere il riordino e, nonostante io abbia intrapreso

uno studio approfondito sull'argomento, non pretendo di conoscere ogni metodo esistente, per cui quello che dico si limita al mio.

Il riordino si fa una volta sola, anzi, si *completa* in una volta sola.

Se pensate che riordinare sia una di quelle operazioni che vanno avanti in eterno, che si protraggono per giorni e giorni, fino a diventare un'attività predominante della nostra quotidianità, vi sbagliate di grosso.

Esistono due tipi di riordino: quello che si fa tutti i giorni e «l'evento». Il riordino di tutti i giorni è ciò che si fa semplicemente rimettendo al proprio posto una cosa dopo averla usata. Finché continueremo a usare vestiti, libri o articoli di cancelleria, questo tipo di riordino farà sempre parte della nostra vita.

Ciò di cui parlo in questo libro, invece, è il riordino inteso come «evento», che dev'essere portato a termine il più velocemente possibile.

Una volta compiuto questo «riordino eccezionale» come fosse un rito che capita una volta nella vita, vi ritroverete la casa pulita e ordinata e potrete finalmente godervi la vita dei vostri sogni. Vi invito a mettervi una mano sul cuore e a chiedervi se sia possibile provare il significato vero della parola felicità continuando a vivere quasi schiacciati dalle cose. Non pensate che per molte persone questo «riordino eccezionale» dovrebbe avere la priorità assoluta?

Invece, purtroppo, la maggior parte della gente elude quello che è il «riordino eccezionale» e si ostina a vivere in case che sono a tutti gli effetti ripostigli, conducendo giorno dopo giorno un'esistenza all'insegna del «riordino quotidiano»: più riordinano, più la casa è in disordine, e così si trascinano gli anni, e poi i decenni.

Insomma, non è un'esagerazione, ma finché non si conclude la fase del «riordino eccezionale», il «riordino quotidiano» è destinato a fallire. Al contrario, una volta terminato il «riordino eccezionale», quando «la dose quotidiana di riordino» consisterà solo nel rimettere al loro posto le cose dopo averle usate, lo faremo addirittura inconsapevolmente. Il motivo per cui uso il termine «evento» è perché penso che il riordino debba essere affrontato e portato a termine in breve tempo in un momento in cui ci sentiamo su di morale. Dopotutto, non si può avere sempre un umore gioioso!

Probabilmente alcuni si preoccupano del fatto che, anche dopo aver portato a termine il «riordino eccezionale», comprando sempre cose nuove, si ritroverebbero in poco tempo nella situazione iniziale, sommersi dagli oggetti.

Invece, una volta terminato il «riordino eccezionale», potrete procedere senza fatica a rimettere a posto le cose che avete usato o stabilire una sistemazione fissa per i vostri nuovi acquisti.

Forse siete ancora scettici, ma vi assicuro che è così.

L'importante è sperimentare uno stato di perfetto ordine almeno una volta. È sufficiente che si esaminino bene le proprie cose, una per una, e si decida cosa debba essere buttato e cosa conservato. Poi, si tratta di stabilire un posto fisso per ciascuna delle cose rimaste.

«Sono assolutamente negato per il riordino.»

«Sono nato disordinato.»

Nell'istante in cui avrete davanti ai vostri occhi una stanza perfettamente in ordine, farete piazza pulita di tutte le opinioni negative su voi stessi che vi siete portati dietro per lunghi anni senza mai metterle in discussione!

Inoltre, il senso di autostima di dire che persino voi, mettendovi d'impegno, ce l'avete fatta, e il cambiamento drastico della percezione che avevate di voi stessi provocheranno una trasformazione nei vostri comportamenti e vi condurranno verso una vera metamorfosi del vostro stile di vita.

Se si sperimenta anche una volta sola quanto sia sconvolgente trovarsi in una situazione di perfetto

ordine, non si tornerà mai più al disordine precedente. Ovviamente, il discorso vale anche per voi che state leggendo questo libro!

I miei allievi non cadono mai vittima dell'effetto boomerang. Può sembrare difficile, ma vi assicuro che anche voi ve la caverete benissimo.

Credetemi, riordinare non è affatto complicato perché si tratta semplicemente di maneggiare degli oggetti: buttarli o spostarli è molto facile. Per di più questa attività ha un punto di arrivo: nell'attimo stesso in cui avrete messo tutte le vostre cose al loro posto avrete tagliato il traguardo. Inoltre, a differenza del lavoro, dello studio o dello sport, non dovete paragonarvi a nessun altro, il vostro punto di riferimento siete solamente voi stessi; chiunque, quando riordina, dà il meglio di sé. Non c'è nemmeno bisogno di quello che tutti considerano un aspetto problematico: la continuità. Basta una volta sola per decidere dove collocare gli oggetti.

Io non riordino mai la mia stanza. Siete sorpresi? Se vi domandate il perché, la risposta è: «Perché è già in ordine».

Il massimo che faccio – una o due volte l'anno – si conclude nell'arco di un'ora.

Le lunghe giornate trascorse a riordinare ai tempi delle medie – senza peraltro vedere nessun risultato tangibile – sono un lontano ricordo, e ora conduco una vita serena e felice.

Nello spazio sgombro della mia camera silenziosa, dove l'aria fluisce pura e cristallina, ho il tempo di godermi dei momenti di beatitudine, ripercorrendo la mia giornata mentre sorseggio una tisana calda.

Se mi guardo intorno, i miei occhi si posano su un quadro acquistato all'estero che amo particolarmente e su un vaso di fiori freschi posto in un angolo. Il tempo che trascorro in questa casa – piccola, ma ornata di cose che parlano al mio cuore – mi rende felice.

Non vorreste provare a vivere così anche voi?

È facile, una volta imparato il metodo giusto per mettere in ordine la casa.

capitolo secondo

# PRIMA DI ANDARE AVANTI, FINITE DI BUTTARE TUTTO

# **Prima di andare avanti, finite di buttare tutto: in una volta sola, in poco tempo e senza tralasciare nulla**

Pensavate di essere finalmente riusciti a mettere tutto in ordine e, invece, dopo tre giorni, ecco ricomparire il disordine. Col passare del tempo continuate ad accumulare cose nuove e in men che non si dica la stanza è ritornata nel caos. Il ripetersi di quest'effetto boomerang è provocato da un metodo sbagliato che affronta il riordino in maniera approssimativa.

L'unico modo per uscire da questa spirale negativa consiste nel creare una situazione di perfetto ordine, mettendo a posto una volta sola in maniera efficace e nel più breve tempo possibile.

Perché riordinare tutto in una volta, in poco tempo e senza tralasciare nulla, dovrebbe creare il giusto atteggiamento?

Portare a termine un'operazione di riordino in maniera definitiva trasforma completamente lo scenario davanti ai vostri occhi. E questa metamorfosi è talmente impressionante che vi porterà quasi a chiedervi se il mondo in cui vivete non sia improvvisamente cambiato. L'emozione è così forte che chiunque la provi si ripromette di non trovarsi mai più nelle condizioni di prima.

Perché la persona in questione subisca uno shock tale da prendere coscienza della situazione in un attimo, è importante che il cambiamento avvenga in breve tempo; se avvenisse gradualmente in un arco di tempo più lungo, non sortirebbe alcun effetto.

E perché il cambiamento abbia luogo tutto in una volta, bisogna riordinare applicando il metodo più efficace. Se procederete con troppa lentezza, comincerete la mattina e vi ritroverete la sera a non aver concluso nulla e, rispetto al tempo trascorso, la stanza non sarà per niente cambiata. Col passare del tempo vi stancherete e a lungo andare comincerete a odiare il riordino; in questo modo vi verrà voglia di abbandonare il lavoro a metà strada e alla fine vi ritroverete prigionieri del circolo vizioso iniziale.

Nelle mie lezioni individuali, per «tempi brevi» si intendono più o meno sei mesi. Potrebbe sembrarvi un'eternità, ma che cosa sono sei mesi nell'arco di una vita? Non è certo un periodo lungo. Una volta trascorsi quei sei mesi e sperimentata una situazione di perfetto ordine, non direte mai più che non siete capaci di riordinare, che siete irrecuperabili.

Per ottimizzare i risultati, insisto sul fatto che non bisogna assolutamente sbagliare l'ordine delle azioni. Per riordinare, le operazioni fondamentali sono solo due: buttare via quello che non serve e trovare un posto per le cose che rimangono, ma l'azione del buttare ha la precedenza. Un'altra cosa importante è che la seconda fase può cominciare solo dopo aver concluso la prima.

Non fatevi neanche sfiorare dall'idea di iniziare a sistemare gli oggetti prima di aver terminato di buttare via ciò che dovete eliminare.

Il motivo per cui molti incontrano difficoltà a portare a termine semplici operazioni di riordino sta proprio in questo: nel tempo che dovrebbero passare a buttar via le cose, si distraggono con pensieri come: «Dove potrei sistemare questo?», oppure «Chissà se questo scaffale riuscirebbe a contenere tutto...» e, pensando a come sistemare gli oggetti, interrompono il processo di eliminazione.

Potrete studiare dove riporre le cose dopo aver finito di buttare.

Ricapitolando, il segreto per riordinare realmente è farlo tutto in una volta, il più velocemente possibile e in modo definitivo; inoltre, per prima cosa bisogna finire di buttare via. Questa è la conclusione cui sono giunta.

# Prima di buttare via le cose, pensate all'«ideale di vita» cui aspirate

A questo punto dovrebbe essere chiaro che è importante buttare le cose che non servono prima di pensare a sistemare i vari oggetti. Ma ricordatevi anche che buttar via le cose senza un minimo di pianificazione ci condanna a sprofondare nel circolo vizioso del disordine.

Qual è stato il motivo iniziale che vi ha portato a decidere di riordinare? Se avete preso in mano questo libro, ci sarà stata una ragione. Che cosa volete ottenere riordinando?

Pensate all'obiettivo finale del riordino: prima di iniziare a buttar via ciò che non serve, provate a visualizzare con calma gli obiettivi che vi prefiggete. In altre parole, pensate al vostro stile di vita ideale. Se vi mettete a riordinare saltando questo passaggio, non solo rischiate di allungare il processo di riordino, ma si alza notevolmente la possibilità di cadere vittima dell'effetto boomerang. È troppo facile cavarsela con «Voglio liberarmi del disordine!» o «Voglio imparare a riordinare!», bisogna andare a fondo della questione: pensare concretamente, fino a visualizzare distintamente l'immagine di voi che vivete in una casa ordinata.

È esemplare il caso di S., una mia cliente sulla ventina le cui prime parole, quando è venuta da me, sono state: «Voglio uno stile di vita più femminile».

In realtà la sua stanza era disordinatissima: in uno spazio di sette tatami, oltre a un guardaroba delle dimensioni di un armadio a muro, c'erano tre scaffali di grandezze diverse. Lo spazio per riporre le cose avrebbe potuto essere sufficiente, ma ovunque si volgesse lo sguardo il campo visivo era occupato da una quantità incredibile di cose: l'armadio e gli scaffali erano sul punto di scoppiare, le ante non si chiudevano e i vestiti straripavano dai cassetti come il ripieno di un hamburger.

Sulla finestra erano appesi tanti di quegli indumenti, che non c'era più bisogno di una tenda, inoltre, sul pavimento erano disseminati cestini pieni di cianfrusaglie e sul letto erano sparpagliate buste di carta piene di fogli e documenti.

Quando S. tornava a casa dal lavoro, spostava sul pavimento tutto ciò che occupava il letto e andava a dormire; la mattina, quando si svegliava, rimetteva sul letto le cose che aveva spostato sul pavimento per farsi strada verso la porta per andare in ufficio.

Ogni giorno era lo stesso tran-tran.

Era uno stile di vita che si poteva definire «metodico», ma decisamente poco «femminile».

Quando le chiesi che cosa intendesse per «stile di vita femminile», lei ci pensò un attimo e rispose che quando rientrava a casa dal lavoro le sarebbe piaciuto trovare una stanza sgombra, come quella di un hotel, con il pavimento libero e nessun oggetto a occupare il campo visivo, eccetto un copriletto rosa e una lampada bianca d'antiquariato. Dopo il bagno, avrebbe fatto aromaterapia e sorseggiato una tisana o fatto yoga con musica classica in sottofondo, poi si sarebbe coricata.

L'immagine era talmente vivida, che sembrava che la sua esistenza fosse davvero così.

Fantasticare in maniera realistica sul proprio stile di vita ideale è importante.

Se fosse troppo difficile immaginare fin nei dettagli come ha fatto la mia cliente, o se non foste ancora sicuri dello stile di vita che vi piacerebbe condurre, provate a cercare nelle riviste di arredamento d'interni delle foto che vi colpiscano, oppure, ancora meglio, andate a visitare qualche showroom. Vedendo tante stanze diverse, riuscirete a capire qual è il vostro gusto in proposito.

Tra parentesi, una volta terminato il corso, la mia cliente è riuscita a realizzare il suo sogno di una vita basata su aromaterapia, musica classica e yoga. È scampata all'incubo di quella stanza



disordinata in cui non distingueva più il pavimento e ha adottato lo stile di vita femminile che tanto desiderava.

Per concludere, una volta visualizzato lo stile di vita dei propri sogni, si può procedere alla fase successiva in cui si butta via ciò che non serve?

No, non ancora. Capisco la vostra impazienza, ma procedete con attenzione, in modo da rendere il riordino un evento speciale che capita una volta nella vita, e schivare l'effetto boomerang.

Il passo successivo consiste nel chiedersi perché aspiriate proprio a uno stile di vita del genere. Richiamate alla memoria l'immagine che vi eravate appuntati e ponetevi di nuovo la domanda: «Perché voglio fare aromaterapia prima di andare a dormire? Perché voglio fare yoga con la musica classica in sottofondo?» «Perché vorrei rilassarmi prima di dormire... Perché vorrei che lo yoga mi facesse dimagrire...»

Allora perché volete rilassarvi prima di dormire? Perché volete dimagrire? Continuate a indagare sui perché delle risposte date, almeno tre volte, cinque se possibile.

«Vorrei rilassarmi per non sentirmi addosso la stanchezza del lavoro il giorno dopo.»

«Vorrei dimagrire per sentirmi più bella.»

Se continuerete a indagare sui perché del vostro stile di vita ideale, vi accorgete di una semplice verità: che liberarsi di qualcosa o possedere qualcosa serve per essere felici. Nonostante sia una cosa piuttosto ovvia, è importante arrivarci da soli e convincersene, in modo che questo pensiero metta radici nel nostro cuore. Perché volete riordinare? Prima di iniziare, proiettatevi verso lo stile di vita cui aspirate e chiedetelo. E poi, in base alla risposta data, potrete finalmente passare alla fase successiva: esaminare le cose che possedete.

## **Selezionate ciò che vi regala un'emozione**

In base a quale criterio scegliete che cosa buttare via?

Esistono svariati modi per decidere di che cosa sbarazzarsi: se viene meno la funzionalità di un oggetto, ad esempio se è rotto e non c'è possibilità di aggiustarlo, o se l'elemento danneggiato fa parte di un set; oppure se gli articoli in questione sono passati di moda, come abiti antiquati o cose legate a un evento ormai trascorso. È facile sbarazzarsi di qualcosa quando ci sono ragioni per farlo, è più difficile quando non c'è un motivo particolare. Proprio per ovviare al problema di non riuscire a separarsi dalle cose, ci sono svariati metodi, che vanno dal buttare tutto ciò che non viene usato nell'arco di un anno al creare una scatola per gli oggetti provvisori da riesaminare dopo sei mesi per decidere che cosa farne.

Però, se arrivate al punto di focalizzarvi su «come» scegliere che cosa buttare via, vuol dire che avete deviato dalla «rotta» del riordino. Continuare a riordinare in queste condizioni è molto rischioso.

Un tempo potevo giustamente essere considerata una «macchina da smaltimento». Leggere *L'arte di buttar via* a quindici anni mi fece riconsiderare il concetto di riordino e la mia ricerca si intensificò al punto che la mia curiosità non aveva limiti. Ero costantemente alla ricerca di nuovi ambienti – dalla stanza di mio fratello o di mia sorella agli armadietti comuni a scuola – da riordinare furtivamente. La mia testa era talmente piena di informazioni sul riordino, che avevo l'assoluta sicurezza (ahimè infondata) di riuscire a riordinare qualsiasi posto.

La mia principale preoccupazione all'epoca era di buttare via qualsiasi cosa: abiti che non indossavo da un paio d'anni, una cosa vecchia per ogni cosa nuova che acquistavo... Nel dubbio, la mia risposta era «buttare». Continuavo a buttare sulla base di criteri di cui avevo letto nei vari libri scritti sull'argomento, e in un mese mi ero sbarazzata di quasi trenta sacchi di roba. Nonostante questo, il disordine nella mia casa e nella mia stanza non era cambiato di una virgola. Infatti, avevo accumulato talmente tanto stress che continuavo a fare acquisti compulsivi per compensare. In questo modo la mia roba non sarebbe mai diminuita!

A casa ero sempre nervosa, passavo il tempo alla ricerca di qualcosa di superfluo da buttare via: quando trovavo un oggetto che non usava più nessuno, lo afferravo e lo gettavo nell'immondizia gridandogli con rabbia: «Ecco dove ti eri nascosto!» In una condizione del genere, non riuscivo a rilassarmi.

Un giorno, tornata da scuola, aprii come al solito la porta della mia camera per mettermi a riordinare, ma trovandomi davanti il disordine di sempre, mi si accese una lampadina in testa.

«Basta... Non ce la faccio più a riordinare!»

In tre anni di riordino compulsivo sarei dovuta riuscire a liberarmi di tutti gli oggetti superflui, invece in quella stanza mi trovavo più a disagio che mai.

Mi lasciai cadere a terra e, seduta a gambe incrociate sul pavimento con un braccio ripiegato sopra la testa, mi misi a pensare: «Qualcuno mi dica dove ho sbagliato! Mi sono impegnata così tanto... Perché la mia stanza è ancora in disordine?» Pur non avendo mai pronunciato queste parole ad alta voce, il mio cuore – attaccato a un filo di speranza – urlava.

In quel momento ebbi l'impressione che nella stanza echeggiasse una voce che mi diceva: «Guarda meglio le tue cose».

«Le mie cose? Le guardo così tanto ogni giorno che le ho quasi consumate.»

Mormorando queste parole, con la mente ancora confusa, mi addormentai sul pavimento della stanza, come svenuta.

Se all'epoca fossi stata un po' più sveglia, prima di svenire in quel modo per una «nevrosi da riordino», mi sarei accorta che pensare solo alle cose da eliminare ci rende infelici: quello che dovremmo scegliere non è che cosa buttare, ma che cosa conservare.

«Guarda meglio le tue cose.»

Quando riaprii gli occhi, capii il significato di quelle parole. Fino a quel momento mi ero concentrata solo sugli oggetti da eliminare, attaccandoli come fossero nemici; così facendo non mi ero presa cura delle cose a cui tenevo.

Per quanto riguarda il criterio con cui impostare la selezione, la conclusione cui sono giunta è che il modo più semplice e accurato per fare una cernita è chiedersi se le cose «ci fanno ancora scintillare gli occhi quando le guardiamo».

Maneggiate le vostre cose una per una: conservate quelle che vi evocano una qualche emozione e buttate via le altre.

Molti saranno un po' scettici sulla reale efficacia di questo criterio un po' vago e difficile da capire solo leggendo.

La chiave sta nel toccare con mano. Non basta aprire l'armadio, dare un rapido sguardo agli abiti e decidere che più o meno vi piace tutto; è fondamentale maneggiarli uno per uno, e percependo la vostra reazione fisica vi renderete conto che cambia a seconda dell'indumento. Datemi retta, provate a sperimentarlo.

«L'attimo in cui toccherete quella cosa, capirete se vi fa battere il cuore oppure no.»

C'è un motivo per cui ho scelto questo criterio. Dopotutto, qual è il motivo per cui riordiniamo? Se

la nostra stanza o le nostre cose non ci rendono felici, riordinare perde di significato. Perciò, anche nel fare la cernita di ciò che butterete o conserverete, il criterio deve essere «se conservare quel qualcosa vi rende felici»: in altre parole, «se quella cosa vi fa battere il cuore». Indossare abiti che non vi dicono niente vi rende felici? Essere circondati da pile di libri che non avete mai letto e verso cui non nutrite nessun interesse vi rende felici? Avere accessori che sapete che non indosserete mai vi rende felici? La risposta a tutte e tre le domande dovrebbe essere «no». Immaginatevi circondati solo da cose che parlano al vostro cuore. Non è lo stile di vita che avete sempre sognato? Conservate solo ciò che vi emoziona, il resto buttatelo via senza ripensamenti. Così facendo, da quel momento la vostra vita verrà resettata e comincerà il nuovo corso della vostra esistenza.

## Esaminate una categoria per volta

Il passaggio più importante del riordino consiste nel valutare uno per uno tutti gli oggetti che avete in casa, verificando se vi dicono qualcosa oppure no. In base a questo criterio, com'è meglio procedere per ridurre la quantità di cose che possedete?

Innanzitutto, cominciate a buttare via partendo da un posto specifico.

Pensare che «una volta finito di riordinare la camera da letto passerete al soggiorno» o che «pulirete i cassetti partendo dall'alto» è un errore fatale, perché raramente gli oggetti dello stesso tipo vengono riposti nello stesso spazio.

Non è un'esagerazione affermare che quasi tutte le famiglie li conservano in almeno due posti separati.

Procedendo per collocazione, ad esempio, se farete una cernita di tutti i vestiti che avete nell'armadio, una volta conclusa l'operazione troverete altri capi d'abbigliamento sparsi per la casa: indumenti riposti nell'armadio in un'altra stanza o un soprabito appoggiato sullo schienale di una sedia in soggiorno.

Vi ritrovereste quindi a ricominciare da capo e a fare il doppio sforzo di valutare e rimettere a posto nuovamente, e questo non solo richiede tempo, ma rende impossibile scegliere correttamente «che cosa resta» e «che cosa si elimina».

Bisogna cercare di evitare il più possibile di ripetere due volte lo stesso procedimento perché a lungo andare fa perdere la motivazione.

In questi casi, ragionate sempre «per categoria»: quando decidete di fare una valutazione, radunate tutte le cose simili e fate un'unica cernita.

Riprendiamo l'esempio dei vestiti: il segreto consiste nel tirarli fuori tutti – nessuno escluso – e raggrupparli nello stesso posto. Ecco un modo pratico di procedere: una volta che avete deciso di sistemarli, radunate tutti quelli che avete in casa, poi stendeteli sul pavimento; quindi, esaminateli uno per uno: restano solo quelli che in qualche modo vi emozionano. Seguendo questa procedura, valutate tutte le categorie di oggetti che avete in casa. Se i vestiti sono troppi, divideteli in sottocategorie più piccole: parti di sopra, parti di sotto, calze e intimo, ed esaminate una

sottocategoria alla volta.

Radunare tutte le cose in un unico posto è importante, perché vi dà la possibilità di rendervi conto di quanta roba possedete realmente. Quasi tutti rimangono scioccati dalla quantità di cose che hanno, molte di più di quante avrebbero immaginato: in tanti casi circa il doppio di quello che pensavano! Inoltre, radunando tutto nello stesso posto, se per caso avete diversi vestiti di modelli simili, è più facile decidere ciò che resta e ciò che se ne va. Credetemi, tirare fuori le cose dagli armadi e metterle tutte sul pavimento ha un senso. Per esempio, le cose riposte in un cassetto sono come sopite e quindi è difficile valutare se «ci comunicano qualcosa», oppure no. Una volta tirate fuori, a contatto con l'aria «si svegliano» e a questo punto è facile stabilire se parlano al vostro cuore o no. Procedere per categoria è essenziale per velocizzare il processo di riordino, perciò non commettete l'errore di omettere il passaggio di radunare tutte – e dico tutte – le cose che appartengono alla stessa categoria.

## **Se cominciate dai ricordi, siete destinati a fallire**

Avete iniziato la giornata intenzionati a portare a compimento i vostri piani di riordino, e invece, quasi senza rendervene conto, il sole è tramontato e non avete concluso nulla. Quando all'improvviso vi accorgete di che ore sono e provate odio verso voi stessi, di solito avete in mano un oggetto come un fumetto, un libro o un album di fotografie che vi ha fatto perdere la cognizione del tempo.

Arrivati a questo punto avete capito che è importante riordinare non una stanza alla volta, ma una categoria alla volta, e che radunare tutte le cose simili per fare un'unica cernita è un buon accorgimento per liberarsi di ciò che è superfluo senza difficoltà.

Questo però non significa che potete iniziare da una categoria qualsiasi!

Anche nel decidere che cosa conservare e che cosa buttare esistono diversi gradi di difficoltà.

Tra le persone che si fermano a metà strada, si nota una tendenza a partire da una categoria di un grado di difficoltà elevato.

Per cominciare, partire dagli oggetti legati ai ricordi come le fotografie non è un buon metodo per i novizi del riordino. Primo perché le fotografie in genere sono tante, ma soprattutto perché è difficile decidere quali conservare e quali buttare via.

Bisogna chiarire che, oltre a quello materiale, ci sono altri tre elementi che contribuiscono al valore di un oggetto: la funzione che svolge, le informazioni che contiene e i sentimenti che evoca. Se a questi aggiungiamo anche il fattore «rarietà», il livello di difficoltà nello scegliere che cosa buttare aumenta.

In altre parole, le persone non vogliono buttare via un oggetto perché è ancora utilizzabile (valore funzionale), perché contiene informazioni utili (valore informativo) o perché è pieno di ricordi (valore affettivo). Se in aggiunta è anche difficile da procurarsi o da rimpiazzare (fattore rarità), liberarsene diventa sempre più difficile.

Quando decidete che cosa conservare e che cosa buttar via, iniziate da una categoria con un basso livello di difficoltà, per affrontare poi categorie più difficili a mano a mano che acquistate maggiori capacità decisionali nell'ambito del riordino. Così facendo tutto filerà liscio.

Ad esempio, i vestiti sono un'ottima categoria da cui cominciare poiché hanno un «fattore rarità» generalmente basso. Al contrario, ricordi come fotografie e lettere, oltre al valore affettivo, sono

unici nel loro genere, perciò difficili da buttare: lasciateli per ultimi, soprattutto le fotografie, che spuntano in posti insospettabili – tra le pagine di un libro o tra i documenti – anche quando vi state occupando di altre categorie.

La conclusione cui sono giunta è che per rendere meno difficile decidere che cosa buttare prima di iniziare la fase di riorganizzazione, l'ordine è questo: prima i vestiti, poi i libri, in seguito le carte, gli oggetti misti e in ultimo i ricordi. Mettendo a posto in quest'ordine, chiunque può affinare il proprio intuito naturale riguardo a ciò che lo emoziona. Se, cambiando l'ordine delle cose da buttare, la fase di decisione di che cosa resta e che cosa se ne va viene notevolmente velocizzata, non pensate che valga la pena tentare?

## **Non fate vedere alla vostra famiglia quello che avete eliminato**

Il tempo trascorso a liberarsi di cose che non servono produce svariati sacchi di immondizia che rimangono ammucchiati nella stanza come una montagna. In questi casi, una cosa può causare quasi gli stessi danni di un terremoto: l'arrivo di quell'esperto di riciclo che risponde al nome di «mamma». Ed è ciò che si verificò a casa di una mia cliente, che chiameremo M.

M., una ragazza single sui vent'anni, viveva con i genitori e un fratello nella casa in cui si erano trasferiti quando lei frequentava le elementari. Aveva vissuto nella stessa stanza per quindici anni. Se si aggiunge il fatto che le piacevano i vestiti e aveva conservato tutte le vecchie uniformi e le magliette ricordo dei festival scolastici, la sua stanza era piena di scatoloni sparsi ovunque e il pavimento quasi non si vedeva. Senza mai fermarsi, ci vollero cinque ore per riordinare. Alla fine della giornata avevamo riempito quindici sacchi di immondizia, di cui otto solo con i vestiti, gli altri con duecento libri, alcuni peluche e i lavoretti che M. aveva realizzato a scuola da piccola. Avevamo spostato i sacchi, gli scatoloni e gli altri oggetti da buttare vicino alla porta della stanza – dove finalmente si poteva vedere il pavimento – e avevo iniziato a spiegarle un punto importante: «C'è un segreto che voglio svelarle su come eliminare questi sacchi d'immondizia», cominciai. Ma fui interrotta dal rumore metallico della porta che si apriva di scatto: entrò la mamma della mia cliente con due bicchieri di tè freddo su un vassoio.

«Proprio adesso», pensai tra me e me.

La signora poggiò il vassoio sul tavolino basso al centro della stanza.

«Grazie per aver aiutato mia figlia», disse facendo un inchino, e si diresse verso la porta.

In quell'istante si accorse della montagna di sacchi dell'immondizia.

«Oh mio Dio! Non mi dire che hai intenzione di buttarlo», disse indicando un tappetino da yoga rosa appoggiato sull'accumulo di buste.

«Be', in due anni non l'ho usato quasi mai...»

«Ah sì? Allora lo prendo io. Uh, guarda, anche questo...»

La mamma di M. iniziò a rovistare tra le cose da buttare e alla fine – oltre al materassino per fare yoga – uscì dalla stanza portandosi via tre gonne, due camicette, due giacche e un numero considerevole di articoli di cancelleria.

La stanza era ritornata silenziosa, e mentre sorseggiavo il tè chiesi a M. se sua madre faceva spesso

yoga. Lei borbottò che non l'aveva vista fare yoga neanche una volta in vita sua. Quello che cercavo di spiegare a M. prima che comparisse sua madre era proprio di non far vedere le cose da buttare ai membri della propria famiglia. A costo di portare da soli tutti i sacchi al cassonetto, non c'è bisogno di far sapere alla vostra famiglia nei dettagli che cosa e quanto state buttando. Vi consiglio soprattutto di non farlo vedere ai vostri genitori. Poiché non state facendo nulla di male, non è necessario agire di nascosto, ma sappiate che per un genitore vedere la montagna di cose che un figlio elimina è una fonte di ansia. Oltre a chiedersi preoccupati se il figlio riuscirà a sopravvivere senza tutte quelle cose, vedere buttare nell'immondizia i peluche e i vestiti che gli avevano regalato tanto tempo fa li rende un po' tristi, pur sapendo che si tratta di una dimostrazione di indipendenza e di crescita di cui essere felici. Non far vedere ai familiari quello che avete eliminato, oltre a essere una premura nei loro confronti, è importante soprattutto per evitare che si facciano carico di cose che non servono, di cui hanno fatto a meno finora. Se inavvertitamente doveste mostrare loro ciò che avete intenzione di buttare, per un senso di colpa verso uno «spreco» del genere si sentirebbero obbligati a recuperare qualche oggetto dal mucchio, aumentando così le cose inutili che possiedono. Di questo dovremmo sentirci veramente in colpa. Si verifica spesso che le madri recuperino gli abiti eliminati dalle figlie, ma poi raramente li indossano. Ad esempio le signore di cinquanta o sessant'anni cui faccio lezione si ritrovano a buttar via gli abiti che hanno preso dalle figlie senza averli mai indossati una volta. Dovremmo cercare di evitare il più possibile quelle situazioni in cui l'affetto di una madre per la figlia diventa poi un peso per la madre stessa. Ovviamente non c'è niente di male nel fatto che un membro della vostra famiglia utilizzi qualcosa che voi non adoperate più. Se vivete insieme, prima di riordinare chiedete se hanno bisogno di qualcosa di specifico, e se mentre riordinate vi imbattete proprio in quella cosa, regalategliela.

## **Se siete arrabbiati con la vostra famiglia, il disordine può esserne la causa**

«Io riordino e la mia famiglia mette in disordine.»  
«Mio marito conserva sempre tutto. Come faccio a fargli buttare qualcosa?»  
È frustrante quando vi sforzate di realizzare la vostra casa ideale e la famiglia non collabora. A tal proposito, io stessa ho sperimentato un fallimento dopo l'altro. Un tempo ero talmente ossessionata dal riordino che mettere a posto solo la mia stanza non mi bastava; finché non erano in ordine anche quella di mio fratello, di mia sorella e gli spazi comuni non riuscivo a darmi pace. Ed ero sempre arrabbiata con i miei familiari perché erano disordinati. All'epoca la mia maggiore preoccupazione era il ripostiglio al centro della casa. Era uno spazio a disposizione di tutta la famiglia, ma a me sembrava che più della metà fosse occupata da cose che non servivano: l'asta appendiabiti era stipata di vestiti che mia madre non aveva mai indossato e di completi chiaramente fuori moda che mio padre non metteva più; il pavimento era pieno di scatoloni di manga di mio fratello. Aspettavo il momento giusto e poi domandavo al malcapitato proprietario di un oggetto: «Questo non

lo usi più, vero?» La risposta era invariabilmente: «No, lo uso ancora!», oppure «Lo butto io la prossima volta», ma non sembrava avessero la minima intenzione di farlo. «Perché anche se faccio del mio meglio per tenere la casa in ordine gli altri continuano ad accumulare cose inutili?», sospiravo ogni volta che vedevo il ripostiglio. Pur essendo consapevole di essere diventata una «maniaca del riordino», non mi arresi. Quando la mia pazienza raggiunse il limite, iniziai ad adottare la strategia di «buttare e riordinare di nascosto». Per prima cosa, in base allo stile, alla quantità di polvere accumulata e all'odore, identificavo i capi di vestiario che non venivano più usati da molti anni; poi li spostavo temporaneamente nel fondo del ripostiglio e tenevo d'occhio la situazione. Se nessuno si accorgeva che erano spariti, «davo una sfofita» al contenuto del ripostiglio, buttandoli uno per uno. Continuai con questo metodo per circa tre mesi, con un «bottino» di più di dieci sacchi d'immondizia.

Per qualche tempo agli inizi nessuno si accorse di niente e tutto procedette normalmente, ma quando il volume di ciò che avevo buttato arrivò ai livelli citati sopra, qualcuno iniziò ad accorgersi della sparizione di una o due cosette.

La mia reazione di fronte alle accuse dei miei familiari fu spudorata. Una volta mi chiesero se sapevo che fine avesse fatto una certa giacca e io feci finta di non averne idea. Quando insistettero, sostenendo che ero stata sicuramente io a buttarla, feci la gnorri. La mia teoria era che, se a quel punto avessero lasciato perdere, si sarebbe sicuramente trattato di una cosa che non valeva la pena conservare. Poiché invece mi risposero che doveva essere lì perché l'avevano vista con i loro occhi due mesi prima, non potei più ingannarli; ma invece di chiedere scusa, finii per rivoltarmi contro di loro: «Non siete contenti che l'ho buttata io visto che nessuno la usava?» Riflettendo bene, buttare le cose altrui senza chiedere il permesso, pensando anzi di far loro un favore, per me era assolutamente normale. A pensarci adesso, ero veramente arrogante.

Com'era giusto che fosse, ricevetti pesanti critiche e numerose proteste da parte della mia famiglia, che culminarono in un «divieto di riordinare».

Se potessi tornare indietro, prima di questo verdetto, darei alla me di allora un sonoro schiaffone per farla smettere. Buttare via le cose altrui senza permesso è una grave mancanza di rispetto.

Sebbene adottando la tattica del «buttare e riordinare di nascosto» nella maggior parte dei casi la sparizione di un oggetto passi inosservata, nel caso in cui si viene scoperti il rischio di perdere la fiducia della propria famiglia è troppo alto. E dopotutto, è un comportamento sbagliato. Se volete assolutamente che la vostra famiglia metta in ordine, esiste un metodo molto più semplice.

Dopo che mi fu vietato di riordinare le aree comuni, non mi rimase nessun altro posto cui dedicarmi eccetto la mia stanza. Non potendo fare altro, mi guardai intorno attentamente e mi accorsi di un fatto sorprendente: nel mio armadio c'erano una camicia che non avevo mai indossato e una vecchia gonna fuori moda che non andava più bene per me, mentre sullo scaffale si trovavano svariati libri di cui avrei fatto volentieri a meno.

Per farla breve, mi ero macchiata delle stesse colpe che rinfacciavo ai miei familiari. Non trovandomi nella posizione di giudicare gli altri, mi ripromisi di concentrarmi per il momento sul riordino della mia stanza.

Il cambiamento si verificò dopo circa due settimane. Mio fratello, che nonostante le mie lamentele si era sempre rifiutato categoricamente di buttare qualsiasi cosa, iniziò a fare una cernita dei propri libri: in un giorno ne buttò via duecento. Dopo fu il turno dei miei genitori e di mia sorella, che un po' alla volta esaminarono le proprie cose ed eliminarono alcuni vestiti e altri oggetti. Alla fine, la mia famiglia era riuscita a tenere la casa molto più in ordine di prima.

Il modo migliore per gestire una famiglia disordinata è proprio questo: buttare via le proprie cose in

silenzio. Così facendo, i vostri familiari seguiranno il vostro esempio e inizieranno spontaneamente a liberarsi delle cose in eccesso, diventando finalmente capaci di riordinare senza che voi dobbiate lamentarvi di nulla. Vi sembrerà incredibile, ma se qualcuno comincia a riordinare dà inizio a una reazione a catena.

Inoltre, quando ve ne state in silenzio a sistemare le vostre cose, si verifica un altro cambiamento interessante: diventate più tolleranti nei confronti del disordine creato dagli altri. Quando sono soddisfatta della mia stanza, non sento più la necessità di buttare le cose della mia famiglia senza chiedere il permesso come facevo prima, e se noto un po' di disordine negli spazi comuni della casa, come il soggiorno o il bagno, metto a posto io senza dire nulla. Questo cambiamento non riguarda solo me, l'ho riscontrato anche nella maggior parte dei miei clienti.

Quando siete arrabbiati con i vostri familiari per il disordine, andate a controllare gli armadi e gli scaffali nella vostra stanza, sicuramente troverete qualcosa da buttare. L'istinto di puntare il dito contro il disordine altrui è segno di negligenza verso i propri spazi.

Perciò, quando è il momento di eliminare gli oggetti superflui, cominciate dai vostri e lasciate alla fine gli spazi comuni. Prima di tutto, dedicatevi alle vostre cose.

## **Non rifilate agli altri membri della famiglia le cose di cui non avete bisogno!**

Ho una sorella di tre anni più piccola. È il classico tipo timido e riservato che ama stare a casa tranquilla a leggere o a disegnare, piuttosto che uscire e fare una vita sociale a contatto con tanta gente. Fin da quando era piccola, ha sempre fatto da cavia per i miei esperimenti sul riordino, e sicuramente è stata lei a subirne le conseguenze più gravi.

Ai tempi della scuola ero soprattutto impegnata a buttare via indiscriminatamente: c'erano però diversi oggetti da cui mi era difficile separarmi. Per esempio alcuni vestiti che mi piacevano ma erano troppo grandi o troppo piccoli per me. Incapace di arrendermi, me li provavo davanti allo specchio un'infinità di volte, ma era innegabile che non mi stavano più bene. Se si trattava di cose che mi avevano regalato i miei genitori, poi, non avevo il coraggio di buttarle via, e non riuscivo a liberarmene.

In casi del genere, il trucco che usavo era quello del «regalo per mia sorella». Ovviamente questo non significava che incartavo con cura il vestito che non mi andava più e glielo offrivo in un pacchetto regalo, bensì facevo irruzione nella sua stanza con l'oggetto indesiderato in mano mentre lei leggeva sdraiata sul letto, e strappandole il libro dalle mani le chiedevo: «Ti può servire questa maglietta? Se la vuoi te la regalo». Notando il suo stupore davanti alla mia richiesta così improvvisa, insistevo ancora di più. «È nuova e il modello è molto carino, ma se a te non serve la butto subito. Va bene?» Con quest'ultima stoccata che sembrava quasi una minaccia, la costringevo a prendere una decisione. Sentendosi dire una cosa del genere, mia sorella, da persona discreta qual era, rispondeva semplicemente con un: «Allora va bene».

Dato che questi «regali» da parte mia avvenivano ogni volta che si creava l'occasione, nonostante mia sorella non facesse quasi mai acquisti, il suo armadio straripava di vestiti. Tra quelli che le davo io ce n'erano alcuni che metteva, ma anche molti altri che non le ho mai visto indosso. Malgrado ciò



continuavo a «regalarle» vestiti.

I capi in sé non erano male, e poi ritrovarsi con un vestito in più non fa sempre piacere?

Mi sono resa conto di quanto fossero sbagliate queste idee solo dopo aver iniziato il mio lavoro di consulente domestica, aiutando una mia cliente, che chiameremo K., a fare ordine fra i propri vestiti.

K. aveva vent'anni, lavorava per una ditta di cosmetici e viveva con i genitori. Quando l'ho vista selezionare i vestiti con grande impegno, ho notato qualcosa di strano. La quantità era sufficiente per riempire un armadio piuttosto grande, ma quelli che aveva deciso di conservare erano stranamente pochi. Alla mia domanda: «Questo vestito ti ispira qualcosa?», la sua risposta era quasi sempre: «No». «Bene, allora possiamo congedarlo e ringraziarlo per aver svolto il suo lavoro.» E dopo che avevo detto questo, leggevo sul suo viso un'espressione di sollievo, mentre procedeva a buttarlo.

Esaminando meglio i vestiti di K., mi resi conto che quelli che aveva deciso di conservare erano capi informali, come magliette di cotone, mentre quelli che non le comunicavano niente erano di uno stile completamente diverso, tipo gonne aderenti e abiti scollati. Questo mi incuriosì e le chiesi spiegazioni. Lei mi rispose che erano abiti che le aveva dato sua sorella. Poi, quando ebbe terminato di selezionare tutto, mormorò commossa: «Finora sono stata circondata da vestiti che non mi piacevano affatto».

Per farla breve, più del 30% degli abiti che K. possedeva le erano stati dati da sua sorella, di questi aveva deciso di conservarne ben pochi e, a parte quei pochi, li aveva indossati quasi tutti solo perché era stata sua sorella a darglieli, ma non le erano mai piaciuti. A pensarci è una cosa molto triste.

Questo non è solo il caso di K., ma è la situazione in cui si trovano tutte le sorelle minori. La quantità di vestiti che queste eliminano è nettamente superiore a quella delle altre persone, ed è un fenomeno sicuramente riconducibile al fatto che sin da piccole sono state abituate a «ereditare» i vestiti smessi dalle sorelle maggiori.

Le ragioni sono due: la prima è che è indubbiamente difficile buttare via qualcosa che viene dato dalla propria famiglia; la seconda è che queste persone non hanno ancora ben chiaro ciò che le entusiasma, perciò hanno dubbi su molti capi d'abbigliamento. Ricevendo sempre vestiti da qualcun altro, non hanno la necessità di fare acquisti, e ciò rende difficile sviluppare la capacità di scegliere in base al proprio gusto personale.

Non fraintendetemi, l'abitudine di passare i propri vestiti a qualcuno è una cosa meravigliosa. Non solo dal punto di vista economico, ma anche perché non c'è niente di più bello di sapere che una persona a noi cara può godere di qualcosa che noi non utilizziamo più. Ben diverso è rifilare a un membro della propria famiglia una cosa solo perché non vogliamo buttarla via. Che si tratti della mamma o di una sorella, è una cattiva abitudine che dovrebbe essere vietata. Anche se mia sorella non si è mai lamentata, sono certa che non sia mai stata molto convinta quando accettava le mie cose. Seppure in buona fede, volevo solo trasferire su qualcun altro il senso di colpa che buttare qualcosa mi creava. A pensarci adesso, è una cosa orribile da dire.

Nel caso in cui vogliate dare i vostri vestiti usati a una persona, non forzate ad accettarli, e non fatela sentire in colpa minacciando che li butterete se non li vuole. Informatevi prima sul tipo di vestiti che possono piacerle e mostratele solo le cose che possiedono quei requisiti; oppure datele solo le cose che le piacciono a tal punto che spenderebbe dei soldi per comprarle.

È importante avere riguardo per gli altri ed evitare loro di caricarsi del peso di possedere più cose di quante siano necessarie.

# Fare ordine è un «dialogo con voi stessi attraverso gli oggetti»

«Signorina Konmari, le andrebbe di venire a meditare sotto una cascata?»

Questa proposta mi era stata fatta su due piedi da una cliente: una donna molto affascinante, che a settantaquattro anni lavorava ancora come manager e andava spesso a sciare e a fare escursioni in montagna.

Praticando questo tipo di meditazione da più di dieci anni, era ormai una veterana, e ogni tanto diceva: «Vado a meditare un po' sotto una cascata» con la stessa naturalezza con cui avrebbe affermato di andare in un *sentō* per un bagno caldo. Di conseguenza, il posto in cui mi portò non era affatto una meta per principianti.

Alle sei di mattina lasciammo il nostro alloggio e seguimmo un percorso in montagna fuori dal sentiero. Solo dopo aver scavalcato una staccionata e attraversato un fiume con l'acqua che ci arrivava sopra le ginocchia, giungemmo finalmente al bacino di una cascata deserta, dalle acque pure e cristalline.

Non racconto questa storia per parlare di attività ricreative, ma perché trovo che meditare sotto una cascata e riordinare abbiano notevoli punti in comune. Quando sei sotto una cascata, riesci solo a sentire il rumore dell'acqua. Sebbene l'acqua colpisca violentemente il tuo corpo, il dolore scompare presto per lasciare spazio a un vago tepore che si spande per tutte le membra, ed è allora che entri nel cosiddetto trance meditativo. Benché per me fosse la prima volta, la sensazione che ho provato mi è stata come familiare, perché assomigliava molto a quello che sento quando riordino.

Pur non potendoli definire trance meditativi, quando riordino seriamente ci sono momenti in cui nel silenzio riesco a entrare in comunione con me stessa. Il lavoro di confrontarsi pazientemente con le proprie cose, e chiedersi, una per una, se ci fanno scattare una scintilla di emozione, è un vero e proprio dialogo con sé stessi.

Perciò, quando vi trovate a selezionare ciò che butterete e ciò che conserverete, è indispensabile che creiate un ambiente il più calmo e silenzioso possibile. Sarebbe ideale non avere neppure musica in sottofondo. Di tanto in tanto si sente parlare di qualche nuovo metodo di riordino «a tempo di musica», ma io non ve li consiglio. Secondo me è come se il rumore alterasse quello che dovrebbe essere un dialogo intimo con le proprie cose.

Ovviamente avere la televisione accesa in sottofondo è fuori discussione. Nel caso in cui senza musica non riusciate proprio a rilassarvi, optate per un genere ambient, senza parti cantate, in cui la melodia non faccia da protagonista. Se volete dare vigore al vostro lavoro di riordino, invece di affidarvi alla musica, fate leva sull'energia che c'è nell'aria. In altre parole, la cosa migliore è cominciare di buonora; l'aria frizzante del mattino vi rinfresca le idee e vi attiva, rendendo lucida la vostra facoltà di discernimento. Le mie lezioni iniziano quasi tutte presto, quella più di buonora che ho fatto è cominciata alle sei e mezza: siamo riusciti a procedere al doppio della velocità consueta.

Per inciso, la sensazione corroborante che si prova dopo aver meditato sotto una cascata – un po' come succede con il riordino – ci fa desiderare di ricominciare da capo. Però, riordinando potete ottenere nella vostra casa lo stesso effetto prodotto dallo stare seduti a meditare sotto una cascata senza dover andare in montagna. Non è incredibile?

# Il rimedio per quando non riuscite a buttare qualcosa

Ho cercato di convincervi a decidere se conservare o eliminare un oggetto basandovi su ciò che vi suggerisce l'istinto quando lo maneggiate, ma riconosco che è nella natura umana non riuscire a buttare determinate cose. Oggetti che non vi dicono più niente, ma che non riuscite comunque a buttare via, sono un vero problema.

I criteri in base ai quali le persone selezionano le cose sono essenzialmente due: l'istinto e la razionalità. Se la parte razionale non si muove nel verso giusto, è un guaio: nonostante il vostro istinto vi dica chiaramente che quella cosa «non vi fa più battere il cuore», gli si contrappone il cervello, argomentando che «un giorno potrebbe servire» o «buttarla sarebbe un peccato» e in men che non si dica – con tutti questi pensieri che vi ronzano nella testa – non siete più in grado di prendere la decisione di disfarvene. A scanso di equivoci, non sto dicendo che ci sia qualcosa di sbagliato nell'esitare a buttare qualcosa, potrebbe denotare un vostro particolare attaccamento nei confronti di quell'oggetto, e comunque non è detto che si possa decidere tutto solo sulla base dell'istinto. Però, allo stesso tempo, non potete liquidare la questione con un «sarebbe un peccato buttarlo»; al contrario, voglio che vi rapportiate a quell'oggetto fino in fondo.

«Perché possiedo questa cosa? Che significato aveva per me quando l'ho comprata?»

Rivalutate il vero ruolo che svolgono nella vostra vita gli oggetti che non riuscite a buttare.

Per esempio, se nel vostro armadio ci sono vestiti che non avete messo quasi mai, cercate di ricordare il motivo per cui li avete comprati, uno per uno. Forse perché nel negozio vi erano sembrati carini, ma una volta a casa non vi hanno detto più niente?

Se li avete comprati perché in quell'istante vi sono piaciuti, vuol dire che il ruolo che dovevano svolgere si è esaurito in quel momento.

«E allora, perché non li ho messi quasi mai?»

«Perché se li provavo non mi stavano molto bene...»

Ebbene, se non comprate più vestiti di quel tipo significa che hanno svolto egregiamente un'altra funzione: vi hanno insegnato che cosa non vi sta bene.

In tal caso, si può dire che quei vestiti hanno compiuto il loro dovere in maniera soddisfacente. Perciò, ringraziandoli per avervi resi felici quando li avete comprati e per avervi insegnato ciò che non vi sta bene, potete finalmente congedarli.

Ogni cosa svolge una funzione diversa: non tutti i vestiti devono essere usati fino a quando sono logori e consunti. Lo stesso vale per le persone: non tutti quelli che incontrate sono destinati a diventare amici intimi o innamorati. Proprio perché avrete dei problemi ad andare d'accordo con alcune persone – e altre non le sopporterete affatto – quando troverete qualcuno che vi piace veramente, lo apprezzerete ancora di più.

Perciò, quando trovate degli oggetti che non vi piacciono più ma non riuscite a eliminarli, esaminateli uno per uno e pensate al vero ruolo che svolgono nella vostra vita. Così facendo, vi accorgete, com'è giusto che sia, di quante cose abbiano già inaspettatamente fatto il loro corso. Riconoscendo il loro contributo e lasciandole andare con gratitudine, sarete in grado finalmente di mettere in ordine le vostre cose e la vostra vita. In questo modo resterà solo ciò che vi sta davvero a cuore.

E per riuscire davvero a prendervene cura, dovrete buttare via tutte quelle che hanno fatto il loro

tempo.

Buttare via tante cose non è uno spreco. Potete dire in tutta onestà che vi state prendendo cura di quei vestiti nascosti nel fondo dei cassetti di cui avete dimenticato l'esistenza? Se gli oggetti avessero dei sentimenti, quei vestiti non sarebbero certo felici. Senza perdere altro tempo liberateli da quella prigione, da quell'isola remota in cui li avete esiliati. Quando avrete finito di riordinare, sono convinta che non solo voi, ma anche loro si sentiranno sollevati.

# RIORDINARE PER CATEGORIE FUNZIONA CHE È UNA MERAVIGLIA!

# Le fasi del riordino: mettete a posto le diverse categorie di oggetti nella giusta successione

La porta di casa si apre con un rumore metallico e mi ritrovo davanti la mia cliente con un'espressione tesa sul viso.

«Ehm, benvenuta.»

Quasi nessuno dei miei clienti riesce a mascherare il nervosismo la prima volta che vado a casa sua. Non è dovuto all'imbarazzo iniziale – a quel punto ci siamo già incontrati varie volte –, il fatto è che il pensiero dell'imponente piano di riordino che sta per cominciare mette molte persone sulla difensiva.

«Riusciremo davvero a sistemare questa casa? È talmente piena di roba che non sappiamo neanche dove mettere i piedi...»

«Riordinare tutto in una volta, in poco tempo e senza tralasciare nulla? Non ci riuscirò mai!»

«Signorina Konmari, lei dice che nessuno dei suoi studenti è mai stato vittima dell'effetto boomerang. E se il primo fossi proprio io?»

Conosco tutte le ansie che passano per la testa dei miei clienti come il palmo della mia mano. Ma so anche che ciascuno di loro se la caverà benissimo. Pigri, disordinati cronici, gente che non ha un minuto libero: chiunque può imparare il modo corretto di riordinare.

Vi confido un segreto: riordinare è addirittura divertente! Il percorso che fate confrontandovi con cose che avevate quasi dimenticato, decidendo che cosa ne pensate, ringraziando gli oggetti che ormai hanno fatto il loro corso e congedandovi da loro, è come un rito di passaggio che a tutti gli effetti vi permette di «fare un inventario» della vostra interiorità. Inoltre, dato che il criterio di giudizio su cui basare le vostre scelte è «l'emozione che ogni cosa è in grado di comunicarvi», non c'è bisogno di teorie complicate e di numeri.

Perciò, armatevi soltanto di una discreta quantità di sacchi dell'immondizia e iniziate a riordinare.

Accertatevi soltanto di seguire l'ordine corretto. Per prima cosa i vestiti, poi i libri, le carte, gli oggetti misti e per ultimi i ricordi. Eliminando ciò che non vi serve seguendo quest'ordine, vi avvantaggerete in modo sorprendente. È più semplice riorganizzare partendo da una categoria di cose semplici da valutare: la prima è il vestiario. Se volete procedere nel modo più efficiente, vi consiglio di dividere le vostre cose nelle seguenti sottocategorie:

- Parti di sopra (camicie, maglioni)
- Parti di sotto (pantaloni, gonne)
- Cose che vanno appese (giacche, tailleur, cappotti)
- Calze
- Biancheria intima
- Borse
- Accessori (foulard, cinture, cappelli)
- Vestiti stagionali (*yukata*, costumi da bagno)
- Scarpe

Perché è questo l'ordine giusto? Effettivamente non saprei dare una spiegazione, se non sulla base

dell'esperienza accumulata dedicando metà della mia vita al riordino. Comunque, seguendo quest'ordine tutto filerà liscio e otterrete risultati visibili nel giro di poco tempo.

Inoltre, dato che le cose che deciderete di conservare saranno solo quelle che vi rendono veramente felici, anche se durante queste operazioni vi stancherete un po', vi tornerà subito il buonumore e buttare via vi donerà una piacevole sensazione di cui non potrete più fare a meno.

L'importante, però, è ciò che conserverete. Quali cose vi renderanno felici se deciderete di vivere insieme a loro? Sceglietele con lo stesso criterio con cui identifichereste ciò che vi colpisce nella vetrina di un negozio.

Una volta afferrato il concetto, radunate tutti i vostri vestiti in un mucchio, poi prendeteli uno alla volta e domandatevi silenziosamente: «Questo mi emoziona?»

Il «festival del riordino» è ufficialmente iniziato.

## **Vestiaro: tirate fuori tutti i vostri indumenti e radunateli sul pavimento**

Per prima cosa radunate tutti i vestiti che trovate in casa. Passate in rassegna i cassetti dell'armadio, il comò in camera, i contenitori sotto il letto: è fondamentale non tralasciare nulla.

Quando le mie clienti pensano di aver tirato fuori più o meno tutto, io rivolgo loro questa domanda: «Siete proprio sicure che in casa non sia rimasto più niente?». Poi aggiungo: «Qualsiasi vestito verrà fuori in seguito, rinunciateci già da adesso».

Con queste parole intendo dire che, anche se da qualche parte spuntassero altri vestiti, dovrebbero essere buttati immediatamente senza nemmeno essere presi in considerazione. Davanti a una possibilità del genere, le mie clienti si affrettano a controllare che non sia rimasto niente nell'armadio dei mariti o nella stanza in stile giapponese, e qualche altro pezzo viene aggiunto all'ultimo momento.

Ogni volta do questo tipo di ultimatum: l'idea insopportabile di dover buttare qualcosa incondizionatamente motiva tutti a fare un serio sforzo di memoria.

Raramente ho dovuto applicare questa regola, ma se a quel punto venisse fuori qualcos'altro, si tratterebbe comunque di indumenti che di sicuro non ispirano più nessuna emozione, e non potrei assolutamente chiudere un occhio. Fanno eccezione solo i vestiti che in quel momento si trovano in lavatrice.

Dopo che avrete radunato tutti i capi di vestiario nello stesso posto, solo il mucchio di «pezzi di sopra» vi arriverà alle ginocchia. Per «pezzi di sopra» intendo indumenti di ogni tipo, da magliette e canottiere a maglioni di lana. In questa fase, normalmente il numero di pezzi si aggira in media sui centosessanta. Quasi tutti restano imbambolati per un po' davanti alla montagna di vestiti, e all'improvviso si trovano di fronte il primo ostacolo di quello che sarà il loro percorso di riordino. Alle povere clienti rimaste a bocca aperta dico sempre di cominciare dai vestiti fuori stagione.

C'è un motivo per cui scelgo i vestiti fuori stagione per dare il via a questo memorabile «festival del riordino»: perché si tratta della categoria che crea meno difficoltà, quando si tratta di capire ciò che ci colpisce e ciò che ci lascia indifferenti.

Se partissimo dai vestiti che indossiamo nel periodo dell'anno in corso, le mie clienti tenderebbero a pensare: «Non mi ispira un granché ma l'ho indossato ieri», oppure: «Se non mi rimane niente da mettere nei prossimi giorni è un problema», e non riuscirebbero a decidere serenamente. Il vantaggio è che proprio perché non avranno un bisogno imminente di quei vestiti, potranno affidarsi all'istinto. Per capire se ciascuno dei vostri vestiti fuori stagione vi piace o no, io consiglio sempre di rivolgervi questa domanda: «La prossima stagione voglio rivedere quest'abito nel mio armadio?». Oppure: «Se oggi cambiasse improvvisamente la temperatura, lo metterei subito?». Se pensate che non avete tutta questa voglia di ritrovare quel vestito nell'armadio, allora liberatevi. Ovviamente se si tratta di un capo che avete indossato spesso la scorsa stagione, non dimenticate di esprimere la vostra gratitudine nei suoi confronti.

Molti si preoccupano del fatto che seguendo questo criterio rimarrebbero senza niente da mettere, ma vi assicuro che non c'è alcun rischio che accada una cosa del genere. Anche se vi sembra di aver eliminato una quantità considerevole di roba, scegliendo solo le cose che vi piacciono, ve ne rimarranno comunque a sufficienza.

Allenando il vostro istinto a individuare ciò che vi piace e ciò che non vi piace partendo dai vestiti fuori stagione, potrete continuare applicando lo stesso metodo alle categorie di vestiti a seguire. Il punto cruciale consiste nel tirare fuori tutti i vestiti dagli armadi e ammucciarli sul pavimento, poi prenderli in mano uno per uno e decidere che cosa farne.

## **Abbigliamento da casa: vietato giustificare con «è un peccato buttarlo» la scelta di declassare qualcosa ad abbigliamento da casa**

È un peccato buttare un capo di vestiario che abbiamo comprato, anche se ormai non lo mettiamo più. In casi simili, spesso mi viene chiesto se va bene trasformare in «abiti da casa» quelli che non metteremmo mai per uscire dalle mura domestiche. Se a una domanda del genere rispondessi che non c'è nessun problema a farlo, non solo la quantità di vestiti che viene normalmente ridotta resterebbe invariata, ma continuerebbero ad aumentare gli abiti da indossare solo in casa.

Ciò non significa che, a suo tempo, anch'io non abbia fatto la stessa cosa, «retrocedendo» ad abbigliamento da casa vestiti che anni prima avrei indossato per uscire. Cardigan pieni di pallini, scamicciati passati di moda, camicette che non mi stavano molto bene e che non avevo mai usato granché: mettevo tutto da parte senza buttare via nulla, con la scusa che li avrei indossati in casa, e senza accorgermene era diventata un'abitudine. Però, così facendo, in nove casi su dieci quei vestiti retrocessi ad abbigliamento da casa non li mettevo mai. Poi mi sono resa conto che anche molte mie clienti si trovavano nella mia stessa situazione: non sapevano che cosa fare di un sacco di abiti «retrocessi» che non avrebbero mai utilizzato.

Quando ho chiesto perché non li indossavano, ho ricevuto una serie di risposte che rivelavano che quegli indumenti scartati non potevano essere considerati abbigliamento da casa: «Se vado in giro per casa vestita così non riesco a rilassarmi», «È un peccato mettermi queste cose per stare in casa,



visto che originariamente si trattava di abiti per uscire», «Non mi piacciono» e via dicendo. Dopotutto, definirli così non è che un posticipare il momento di buttarli.

Se ci pensate, dal momento che esistono negozi che trattano articoli di questo tipo, è ovvio che ciò che vi mettete in casa e ciò che indossate per uscire appartengano a due generi completamente diversi. Il tessuto e il modello di questi abiti sono pensati proprio per il relax, e tra quelli «retrocessi», gli unici che potrebbero essere usati per questo scopo sono le magliette di cotone.

Inoltre, trasformare in abbigliamento da casa un vestito perché non ci entusiasma più indossarlo in pubblico ha un che di sbagliato. Il tempo che passiamo in casa fa comunque parte della nostra vita.

Che gli altri ci vedano o no questo valore non dovrebbe cambiare.

Perciò, a cominciare da oggi, smettete di convertire in abbigliamento da casa i vestiti che non vi entusiasmano. Il vero peccato è trascorrere il tempo indossando cose che non vi piacciono più, nonostante ci stiate mettendo l'anima per raggiungere il vostro *stile di vita ideale* in uno *spazio ideale*.

Proprio perché nessuno vi vede, non pensate che dovrete rinforzare la vostra autostima adottando uno stile che vi faccia sentire bene con voi stesse? La stessa cosa vale per il discorso pigiama. Consiglio alle donne di scegliere qualcosa di fresco e femminile oppure di puntare su un genere più raffinato.

La cosa peggiore è indossare una felpa sopra i pantaloni della tuta. Ci sono persone che si vestono così sia durante la giornata sia per dormire. Se per voi è normale indossare la tuta, finirete automaticamente per diventare una donna cui la tuta si addice. Vi sembrerà un punto di vista estremo, ma io la penso così.

Per voi uomini, invece, non è così importante prestare tanta attenzione a questi dettagli, dato che quello che indossate in casa sembra esercitare un'influenza minima sulla vostra autostima.

Tra parentesi, sapevate che molte donne single sempre in tuta hanno delle piantine di cactus in casa? Per una donna, è indiscutibilmente meglio avere in casa un vaso di fiori che un cactus – perlomeno questo è il mio punto di vista – ma a quanto si dice, i cactus generano una notevole quantità di ioni negativi, e le cosiddette donne in tuta potrebbero tenerli in casa perché inconsciamente hanno bisogno di una terapia antistress. Pensate al fatto che, indossando una graziosa tenuta da casa, sareste in grado di generare ioni negativi da sole senza dover fare affidamento sulle piantine di cactus: non vi piacerebbe?

## **Organizzare il vestiario: risolvete i vostri problemi di spazio piegando i vestiti**

Terminata la lunga maratona di selezione dei vestiti, la quantità che avrete deciso di conservare sarà pari a un terzo o a un quarto del totale iniziale. Dal momento che i vestiti che restano sono ancora accumulati sul pavimento, il passo successivo è trovar loro una collocazione definitiva. Come fare? Prima di procedere alla spiegazione, lasciate che vi racconti una storia.

Una volta sono andata a fare una consulenza di riordino a casa di una cliente e mi è capitata una cosa di cui non riuscivo a capacitarmi.

S., una casalinga sulla cinquantina, sosteneva di non avere spazio a sufficienza per tutti i suoi vestiti. Eppure, a giudicare dalla piantina della casa, non solo doveva avere due armadi interi a sua completa disposizione, ma questi erano una volta e mezzo più larghi della media. Era impossibile che lo spazio non fosse sufficiente! Come se non bastasse, fuori dall'armadio c'erano addirittura tre stand appendiabiti d'acciaio inossidabile stracolmi di indumenti.

«Quanti vestiti avrò mai?» pensai. Avevo calcolato che dovevano essere più di duemila.

Attesi il giorno di andare a vedere la casa con una certa apprensione e solo allora capii.

Quando la porta scorrevole dell'armadio – che occupava un'intera parete – si aprì rumorosamente, mi ritrovai davanti un'immensità di vestiti appesi agli attaccapanni come capita di vedere nelle lavanderie. Non solo gonne e cappotti, ma anche magliette, maglioni, borse e biancheria intima erano appesi ordinatamente uno accanto all'altro.

Rimasi a bocca aperta per lo stupore, mentre la mia cliente chissà perché continuava a vantarsi dei suoi appendiabiti speciali: uno che non lasciava scivolare gli indumenti lavorati a maglia, un altro, fatto a mano, che aveva comprato in Germania... Dopo cinque minuti passati a parlare di attaccapanni, il suo volto si illuminò, e con il più raggianti dei sorrisi disse: «I vestiti è meglio appenderli così non si spiegazzano. E durano anche di più!» Quando le chiesi a bruciapelo se avesse mai piegato un capo di vestiario, mi rispose di no.

Esistono due modi per sistemare i propri abiti: appenderli sugli attaccapanni o piegarli uno per uno e metterli nei cassetti. Posso capire perché molte persone siano attratte da un metodo semplice come quello di appenderli, ma quello che raccomando di gran lunga è di piegare tutti quelli che potete.

Chiunque pensi che piegare i vestiti uno per uno e riporli nei cassetti sia una seccatura, e che se potesse li terrebbe tutti appesi, non conosce la vera forza del piegarli.

Non c'è paragone tra lo spazio che si guadagna piegando i vestiti e quello che si ha appendendoli. Ovviamente, molto dipende dal loro spessore, ma nello spazio in cui appendete dieci capi di vestiario, se li piegate correttamente, potete riporne dai venti ai quaranta. La signora S. di cui vi ho parlato prima in fondo ne possedeva una quantità poco superiore alla media, e se li avesse piegati sarebbe riuscita tranquillamente a farli entrare negli armadi. Non esagero quando dico che piegando i vestiti nel modo giusto potete risolvere quasi tutti i vostri problemi di spazio.

Gli effetti che derivano dal piegare i vestiti non sono solo questi: il vero beneficio è che così facendo nel momento in cui li toccherete con le mani, riverserete in loro la vostra energia.

La parola «cura» in giapponese si indica con il termine *teate*, che alla lettera significa «imposizione delle mani»: si dice derivi dal fatto che, ai tempi in cui l'assistenza medica non era sviluppata come al giorno d'oggi, si mettevano i palmi delle mani sul punto in cui c'era una ferita per favorirne la guarigione. È risaputo che il contatto fisico che un genitore stabilisce con il proprio figlio – tenerlo per mano, carezzargli la testa, abbracciarlo – aiuta a stabilizzare le sue emozioni. Nel caso dei massaggi, le mani di una persona che sciogliono un muscolo in tensione esercitano effetti molto più benefici di un apparecchio dall'approccio brusco. In altre parole, quando l'energia che si sprigiona dalle mani viene convogliata sul corpo, ci guarisce a livello fisico e a livello spirituale, ci risolve e ci fa tornare a stare bene.

La stessa cosa vale per i vestiti: sono certa che l'atto di toccarli e sistemarli con amore sia, anche per loro, piacevole ed energizzante.

Piegare i vestiti con cura elimina le grinze e rinforza e rinvigorisce il tessuto. Nel momento in cui vengono indossati, quelli trattati bene hanno un'elasticità e una lucentezza che quelli buttati nei cassetti come capita non hanno, e questa differenza si nota a colpo d'occhio.

Piegare i vestiti non è solo un sistema per occupare meno spazio nell'armadio, ma ritengo sia un

gesto di premura verso questi capi che ci supportano sempre, e un modo per dimostrare il nostro affetto nei loro confronti.

Per questa ragione, mentre li ringraziamo per aver protetto il nostro corpo, quando li pieghiamo dobbiamo farlo col cuore.

Dopo il bucato, toccandoli possiamo accorgerci se si sono un po' sfilacciati o se sono giunti quasi alla fine della loro esistenza: piegandoli instauriamo con loro un dialogo.

In particolare per i giapponesi, prendere coscienza della bellezza insita nel piegare i vestiti non dovrebbe essere difficile. Il Giappone è sempre stato un paese con una spiccata predisposizione culturale in proposito: pensate al fatto che kimono e *yukata* vengono piegati in quadrati armonizzati perfettamente con le dimensioni dei cassetti in cui vengono riposti.

Non esiste un altro posto al mondo che abbia una cultura del piegare i vestiti più raffinata di quella giapponese: sono convinta che i geni del «piegare i vestiti» siano insiti nel DNA di questo popolo.

## **Come piegare i vestiti: il modo più giusto di piegare un abito è individuare il suo «punto magico»**

Avete ritirato i panni stesi, ma sistemarli è una seccatura. Tanto per cominciare, dato che di lì a poco li indosserete di nuovo, piegarli uno alla volta vi sembra uno sforzo inutile. Perciò, li lasciate come sono in un mucchio sul pavimento da cui prendete l'abitudine di pescare quelli che vi servono giorno per giorno. Se entrate in un circolo vizioso del genere, quell'angolo della stanza viene automaticamente monopolizzato dai vestiti, che invadono progressivamente il vostro spazio vitale. Come in questo caso, le persone che odiano piegare i vestiti sono senza dubbio quelle che non hanno idea del modo corretto di farlo.

Ma state tranquilli. Fra tutti i clienti che hanno frequentato le mie lezioni, non ce n'è stato uno che sapesse già dall'inizio come piegare correttamente gli indumenti. Anzi, c'era chi ammetteva candidamente di non averlo mai fatto, chi teneva i vestiti ammassati nell'armadio come una specie di gelatina solidificata, chi li aveva talmente attorcigliati nei cassetti che sembravano un piatto di spaghetti. Insomma, non erano poche le persone che pareva non avessero mai sentito nella loro vita la parola «piegare».

Dopo aver terminato le lezioni, tutti i miei alunni, nessuno escluso, mi confessano che piegare i vestiti è divertente! A., una giovane casalinga sui vent'anni, odiava talmente tanto piegarli che lo faceva sua madre al posto suo. Durante il corso, ad A. piacque così tanto farlo che insegnò a sua madre la tecnica corretta che aveva imparato!

Una volta padroneggiato il metodo, vi divertirte tantissimo a metterlo in pratica tutti i giorni! Inoltre vi sarà utile per sempre. Trascorrere la vita senza sapere qual è il modo corretto di piegare i vestiti sarebbe una grave perdita.

Prima che vi dica come fare, proviamo a visualizzare l'aspetto finale del vostro cassetto dopo che avrete terminato di riporvi i vestiti. Il vostro obiettivo dovrà essere quello di sistemare le cose in verticale, in modo da riconoscere immediatamente dove si trova ogni singolo capo, come sareste in grado di identificare i libri dal dorso.

*Il punto chiave è posizionare le cose in verticale.*

Purtroppo capita anche che ci siano persone che piegano i vestiti in rettangoli larghi e sottili che poi ammucciano gli uni sugli altri, così come li vedreste esposti nei negozi. È un metodo che va bene per l'esposizione temporanea della merce in un negozio, ma non funziona assolutamente per l'uso dei vestiti che facciamo a casa, soprattutto per il fatto che puntiamo a stabilire una relazione duratura con loro.

Molte casalinghe sostengono che più si piega un indumento più si formano grinze, perciò bisognerebbe ridurre il più possibile le piegature. In realtà è vero il contrario.

Per disporre gli indumenti in verticale è necessario renderli compatti, e questo aumenta il numero di volte in cui li pieghiamo. Le grinze nei vestiti, però, non sono causate dalla quantità di piegature, ma dalla notevole pressione esercitata su queste ultime.

In altre parole, più capi piegati sottili accumulate gli uni sugli altri, più le grinze resteranno impresse nel tessuto in profondità a causa della pressione esercitata da quelli posti sopra, e i vestiti sembreranno stropicciati.

Se immaginate le linee di piegatura di un foglio di carta e quelle di cento fogli messi uno sopra l'altro e poi piegati, si capisce più facilmente. Nel caso dei cento fogli, a causa del peso esercitato dagli uni sugli altri, le linee di piegatura saranno decisamente più marcate.

Non appena riuscite a visualizzare l'immagine degli indumenti in verticale nel vostro cassetto, è il momento di iniziare a ripiegarli.

La condizione ideale per una corretta ripiegatura è essenzialmente una: che venga fuori un semplice rettangolo. Per prima cosa portate entrambi i lati della maglietta verso il centro nel senso della lunghezza (escludendo maniche e colletto: in questa fase non importa come li piegate), poi, una volta formato un rettangolo, ripiegate in quattro o sei parti, secondo l'altezza del cassetto in cui dovrete riporla. I punti cruciali sono solo questi.

Può capitare che, mettendo in pratica questo criterio, ciò che viene fuori non sia abbastanza compatto da reggersi ritto da solo. Pur avendo assunto una forma più o meno quadrangolare, si affloscia su sé stesso come se non avesse nessun sostegno. Quando si verifica una situazione del genere, è chiaro che non abbiamo trovato l'approccio adatto a quell'indumento. D'altro canto, ci si accorge del «punto magico» di ciascun indumento soltanto piegandolo; solo provando si trova il modo più adatto di piegarlo. Questo cambia a seconda del tessuto e delle dimensioni, per cui bisogna sperimentare vari tipi di piegature. Nonostante ciò, non è un sistema difficile da imparare, anzi, è talmente facile trovare il «punto magico» che quasi non c'è gusto: di solito basta regolare l'altezza dell'indumento quando lo si mette in verticale.

Il segreto è piegare gli indumenti dal tessuto leggero e sottile in parti più piccole, riducendo la larghezza e l'altezza, e quelli pesanti e vaporosi in maniera meno compatta. Inoltre, se un capo ha un'estremità più sottile e una più spessa, tenerlo dalla parte di tessuto più sottile mentre lo si piega aiuta a rendere il procedimento più efficace. Non c'è niente che dia più soddisfazione dell'individuare il «punto magico», quella sensazione di stabilità che si prova vedendo che il vestito si regge in verticale, quel senso di appagamento nel tenerlo in mano percependo la sua forma ideale. Il momento in cui finalmente capite il modo in cui i vostri vestiti avevano sempre voluto essere ripiegati e il vostro animo si sente in comunione con loro è memorabile: osservare come si illumina il volto dei miei clienti in quell'attimo è la parte preferita delle mie lezioni.

# Come disporre i vestiti: vi svelo il segreto per riordinare l'armadio

Aprire l'armadio e vedere appesi i nostri amati vestiti perfettamente allineati ci rende felici. Ma, ahimè, ci sono molte persone che si ritrovano con un armadio talmente disordinato che hanno difficoltà a usarlo, e che le fa sospirare solo ad aprirlo. Ascoltando i loro racconti sono giunta alla conclusione che questo può essere attribuito a due cause.

La prima riguarda l'eccessiva quantità di vestiti. Una mia cliente ne aveva talmente tanti stipati gli uni sugli altri che le servirono tre minuti buoni per estrarne uno. Continuò a tirare lamentandosi del fatto che l'attaccapanni non si muoveva di una virgola e quando finalmente riuscì a tirarlo fuori, gli abiti appesi da entrambi i lati schizzarono via come due fette di pane dal tostapane. Non era difficile capire perché non usava quell'armadio da anni. Questo è un esempio estremo, ma la realtà è che troppi vestiti stipati nell'armadio rendono difficile usarlo. Il mio consiglio è: piegate tutti gli indumenti che potete.

Ovviamente ci sono molti vestiti che è meglio appendere. Questo vale di norma per cappotti, tailleur, giacche, gonne e abiti. Il criterio che uso per stabilire se un indumento debba essere appeso o no è intuire se ha l'aria di essere più felice appeso. Quelli che ondeggiano al vento con aria felice e quelli rigidi e strutturati che si rifiutano di essere ripiegati dovrebbero accettare di buon grado di essere posizionati su un attaccapanni.

L'altra causa di un armadio in disordine deriva dall'appendere gli abiti in modo sbagliato. Il principio fondamentale è che prima di tutto bisogna mettere uno accanto all'altro quelli che appartengono alla stessa categoria, e poi appenderli tutti insieme. Stabilite in modo definito la sezione delle giacche, quella delle camicie e via dicendo, e procedete ad appendere. Come le persone, quando si trovano insieme ai loro simili, si rilassano in maniera istintiva, così è anche per i vestiti. Dividerli per categoria li aiuta a stare tranquilli. Adottando questo accorgimento sarete in grado di cambiare completamente l'aspetto del vostro armadio.

Ciononostante, molti sostengono che anche dopo aver separato e appeso con cura i vestiti, il loro armadio assume in poco tempo un aspetto disordinato. A tal proposito, vi svelo il segreto di come organizzare l'armadio per mantenere quell'ordine per cui vi siete tanto impegnati: disponete i vestiti in modo che vadano salendo verso destra. Fate un esperimento, disegnate su un foglio una linea che sale verso destra e un'altra che invece scende. Va bene anche tracciarne una immaginaria con il dito. Com'è andata? Sono certa che tracciare una linea che sale vi ha trasmesso una sensazione di maggiore leggerezza. Questo si verifica perché le linee che seguono un senso crescente verso destra sono più gradevoli per i nostri sensi. Applicando tale principio alla disposizione dei vestiti, possiamo trasferire questo «benessere» al contenuto del nostro armadio.

Quindi, metterete a sinistra i vestiti pesanti e a destra i vestiti leggeri. In pratica, a sinistra andranno gli indumenti più lunghi, con i tessuti più pesanti e i colori più scuri; a mano a mano che si procederà verso destra, invece, la lunghezza si accorcerà, il tessuto si alleggerirà e i colori saranno più chiari.

Per quanto riguarda la suddivisione in categorie, sempre partendo da sinistra appenderete nell'ordine i cappotti, gli abiti, le giacche, i pantaloni, le gonne e le camicette. Il criterio di base di allineamento è questo, ma poiché nel vostro armadio la pesantezza delle categorie potrà essere diversa, cercate di creare un equilibrio personale basato sul criterio generale del «salire verso destra». Inoltre, allineerete i capi dai più pesanti ai più leggeri anche nell'ambito di ciascuna categoria.

Quando ci troviamo di fronte a un armadio che è stato riorganizzato secondo il criterio del «salire verso destra», inspiegabilmente il nostro cuore batte forte e l'eccitazione delle cellule del nostro corpo è palpabile. Istantaneamente quest'energia viene trasmessa anche ai nostri vestiti. Persino chiudendo semplicemente l'anta dell'armadio si respirerà un'aria più leggera. Una volta assaporato questo senso di eccitazione, non ne potrete più fare a meno e non abbandonerete mai l'organizzazione dell'armadio per categorie.

Se qualcuno obietterà che prestare tutta questa attenzione ai dettagli difficilmente creerà un cambiamento... peggio per lui! Spargere sul vostro armadio questo pizzico di magia-energia è un trucco per mantenere in ordine la vostra stanza. Dal momento che cambiare la disposizione dei vestiti nell'armadio occuperà solo dieci minuti del vostro tempo, vi consiglio di tentare! Ovviamente, non dimenticate che il presupposto fondamentale è conservare solo le cose che vi piacciono.

## **Calze, calzini e collant: non annodateli!**

Vi è mai capitato, nonostante le vostre buone intenzioni, di aver ferito qualcuno senza rendervene conto? In questi casi, senza rendersi conto dell'impatto che le sue azioni hanno avuto sull'animo della vittima, il colpevole non fa una piega e continua la propria vita di sempre. A casa nostra si verificano molte situazioni del genere che vedono protagoniste le nostre calze.

Prendiamo per esempio il caso di S., una mia cliente sulla cinquantina con trent'anni di esperienza da casalinga alle spalle. Quando andai a casa sua, per prima cosa iniziammo dai vestiti, e dopo aver riorganizzato le cose estive e poi quelle invernali, passammo a sistemare la biancheria intima. Dopo aver terminato anche questa, dissi alla mia cliente: «Stiamo procedendo di buon passo, a questo punto possiamo passare alla prossima categoria: le calze» e aprii un cassetto del suo comò di paulonia. Senza rendermene conto mi lasciai sfuggire un gridolino di sgomento.

Al suo interno facevano capolino vari tipi di calze appallottolate dall'aspetto simile a patate. Si trattava di collant annodati talmente stretti da essere diventati rotondi, e di calzini che erano stati rivoltati e appallottolati. Rimasi senza parole. La mia cliente, che indossava un grembiule immacolato, sorrise e mi disse: «Così è facile prenderli quando mi servono e anche metterli via: basta appallottolarli!». È una scena cui assisto spesso durante le mie lezioni di riordino, ma ciò non significa che per me non sia ogni volta una pugnalata al cuore.

Ve lo dico in modo chiaro: i collant non vanno assolutamente annodati e i calzini non vanno rivoltati e appallottolati.

«Guardi bene», replicai alla mia cliente indicando una di quelle «patate», «questo per loro dovrebbe rappresentare un momento di riposo... invece, non si stanno riposando affatto».

È proprio così. Le calze riposte nei cassetti sono come in vacanza. Sempre messe a dura prova, costrette a tollerare il sudore e lo sfregamento tra piede e scarpa, malgrado tutto continuano stoicamente a proteggere i piedi del proprietario. Nel cassetto dovrebbero godersi il loro breve ma meritato riposo. E invece? Le calze annodate e rivoltate si sformano, sono sottoposte a una tensione costante e la parte dell'elastico è sotto pressione. Come se non bastasse, buttate a quel modo, rotolano qua e là e sbattono le une contro le altre ogni volta che il cassetto viene aperto o chiuso, e

non riescono a riposare in pace. Inoltre, se hanno la sfortuna di finire sul fondo, la loro esistenza viene dimenticata per così tanto tempo che l'elastico si allenta irrimediabilmente e quando la loro prospettiva di vita si è sensibilmente accorciata, nel momento in cui ci ricordiamo di loro, non possiamo che notare che sono sformate senza rimedio. Potrebbe esserci un trattamento peggiore di questo per una calza?

Innanzitutto, esaminiamo il modo corretto di ripiegare i collant. Se li avete annodati, disfate il nodo, sovrapponete la parte di sinistra a quella di destra e piegateli a metà longitudinalmente. Poi piegateli in modo da formare tre parti uguali in lunghezza: è importante che la punta del piede capiti all'interno e l'elastico in vita all'esterno, in modo da sporgere leggermente. A questo punto, partendo dal lato opposto a quello dell'elastico in vita, iniziate ad arrotolarli. Una volta concluso questo passaggio, se vi ritrovate con la parte dell'elastico in vita nel punto più esterno, vuol dire che avete seguito il procedimento correttamente. Anche per i gambaletti vale lo stesso sistema. Per quanto riguarda calzamaglie e collant fatti di un materiale più pesante, piegandoli a metà è più facile arrotolarli. L'importante è che alla fine i collant siano stabili e compatti, come un rotolo di sushi.

Quando li riponete nel cassetto, mettete i collant in verticale, in modo che la parte arrotolata sia rivolta verso l'alto. Se invece dovete infilarli in un cassetto di plastica, visto che in genere sono scivolosi e dopo averli arrotolati con tanto impegno potrebbero disfarsi, metteteli in una scatola di cartone e sistematala nel cassetto. Un ottimo divisore per i collant potrebbe essere una scatola di scarpe vuota.

Così facendo, riuscirete sempre a rendervi conto a colpo d'occhio della quantità che ne possedete, non annodandoli non li danneggerete, e privi di grinze saranno facili da indossare. Insomma, una buona cosa sotto ogni punto di vista. Anche per l'umore dei collant stessi.

Il metodo per ripiegare le calze è addirittura più facile: prima di tutto, se avete arrotolato all'esterno la parte dell'elastico, rimettetela al suo posto. Sovrapponete la calza sinistra alla destra e piegatele normalmente seguendo la stessa tecnica che abbiamo visto per i vestiti. Nel caso di calze sportive come i pedalini, che si limitano a coprire il piede, vi basterà piegarle in due parti. I calzini corti vanno piegati in tre e le calze sotto al ginocchio da quattro a sei volte, a seconda dell'altezza del cassetto in cui pensate di riporle. Non è particolarmente difficile, seguite la regola di base che suggerisce di formare un semplice rettangolo.

Anche quando andrete a riporle, fate come per i vestiti: ordinatele in verticale.

Resterete sorpresi da quanto poco spazio vi servirà rispetto a quello che occupavano le «patate».

Anche le calze tireranno un sospiro di sollievo dopo che le avrete sciolte.

Tra parentesi, quando vedo delle studentesse in uniforme, l'occhio mi cade istintivamente sulle loro calze. Se vedo una ragazza con l'elastico dei gambaletti un po' lento, mi viene l'istinto di prenderla da parte e di spiegarle il modo corretto di piegarli.

## **Cambio di stagione: il metodo che vi evita di farlo**

A giugno in Giappone inizia la stagione delle piogge. Giugno è anche il mese del cosiddetto cambio di stagione. Quando la stagione delle piogge si avvicina, mi tornano in mente i ricordi di quando

anch'io seguivo questo rituale. Ormai da molti anni non lo faccio più.

Il cambio di stagione era un'antica usanza della Cina che fu importata nelle corti giapponesi durante il periodo Heian. Fu solo a partire dal periodo Meiji, quando si introdusse l'uso delle uniformi, che si stabilì che l'uniforme estiva andava indossata a partire da giugno e quella invernale a partire da ottobre. Quest'obbligo era limitato a enti come scuole e aziende: le famiglie non erano costrette a fare il cambio di stagione.

Eppure, anch'io all'epoca avevo la sensazione che il cambio di stagione per qualche motivo andasse fatto, perciò ogni anno a giugno e a settembre sostituivo diligentemente il contenuto degli armadi e dei cassetti. Non vi nego che era un fastidio. Se un vestito che volevo indossare era intrappolato in una scatola in alto, tirarlo fuori era un problema. Perciò rinunciavo e finivo per mettermi un'altra cosa. Oppure distrattamente lasciavo passare il mese di giugno e quando finalmente riuscivo a fare il cambio di stagione a luglio, mi accorgevo che nel frattempo avevo comprato alcuni abiti estivi uguali a quelli che già avevo. A quel punto il tempo cambiava all'improvviso, era una storia che si verificava spesso. Ultimamente, con l'introduzione di condizionatori e riscaldamento, le differenze tra estate e inverno sono minime e non è raro vedere persone che in inverno vanno in giro per casa in maglietta. Il cambio di stagione non si addice più alla nostra epoca, perciò è tempo di abbandonare questa usanza e di tenere sempre a portata di mano nell'armadio sia i vestiti adatti alla stagione sia quelli fuori stagione.

Anche ai miei clienti consiglio di organizzare i propri vestiti in modo da evitare il cambio di stagione, e siccome questo sistema permette loro di avere a portata di mano tutti gli indumenti che possiedono, riscuote molto successo. Non c'è bisogno di applicare nessuna regola particolarmente difficile, è sufficiente organizzare gli armadi basandosi sul presupposto che non si farà il cambio di stagione. Il segreto consiste nel non esagerare con le classificazioni. È sufficiente dividere e organizzare i cassetti sulla base di differenze di materiale, come «vestiti di cotone» e «vestiti di lana». Evitate invece suddivisioni stagionali come «vestiti estivi», «vestiti invernali», «vestiti per le mezze stagioni» o suddivisioni in base all'uso come «vestiti per l'ufficio» o «per il tempo libero» perché risulterebbero troppo vaghe.

Nel caso in cui non abbiate spazio, potete fare il cambio di stagione solo per alcuni accessori: cose estive come costumi e cappelli e cose invernali come sciarpe, guanti e paraorecchie. È concesso spostare nel fondo dell'armadio solo elementi ingombranti come i cappotti. Se anche così non avrete spazio sufficiente e non potrete evitare di spostare i vestiti fuori stagione nel fondo, vi suggerirò uno stratagemma. I contenitori col coperchio vengono usati da molte persone, ma sono i più difficili da gestire. Nel momento in cui sopra il coperchio si accumulano tante altre cose, tirare fuori il contenuto di queste scatole diventa fastidioso, ed è facile dimenticarsene fino alla fine della stagione. Se avete in programma di comprare dei contenitori, vi consiglio spassionatamente di optare per dei cassetti. E fate attenzione a evitare il più possibile di nascondere nel fondo i vestiti fuori stagione.

I vestiti che rimangono sepolti nel fondo di un armadio per sei mesi, quando vengono tirati fuori sembrano appassiti, come se avessero difficoltà a respirare. Perciò, esponeteli di tanto in tanto all'aria e alla luce, guardateli e toccateli, colmateli di attenzioni e fate loro sapere che non vedete l'ora di indossarli la prossima stagione. Questo tipo di comunicazione li aiuta a restare in forma e mantiene vivo più a lungo l'affetto che vi lega a loro.



# Riordinare i libri: disponeteli tutti sul pavimento

Dopo aver terminato con i vestiti potete finalmente passare a riordinare i libri. I libri rientrano nella categoria delle cose da cui è più difficile separarsi.

Che siano amanti della lettura o persone cui non piace particolarmente leggere, sono molti quelli che dichiarano di non riuscire a buttare via i libri. A mio vedere, una delle ragioni principali dietro l'incapacità di sbarazzarsene deriva proprio dal fatto che il modus operandi è sbagliato in partenza.

Y., una mia cliente sulla trentina impiegata in una ditta di consulenza per aziende a capitale straniero, era una grande appassionata di libri. Oltre ad aver letto praticamente qualsiasi tomo di argomento economico, aveva ampi interessi che spaziavano dai romanzi ai manga. Proprio per questo motivo, la sua stanza era sepolta dai libri. Oltre a tre grandi scaffali che arrivavano fino al soffitto, avevano tanti libri ammucchiati sul pavimento in pile alte fin quasi alla vita. Di queste «torri» che minacciavano di crollare da un momento all'altro, se ne contavano venti. Mentre camminavo per la stanza, avevo la strana sensazione di dover procedere a zig zag per evitarle.

Dissi alla mia cliente quello che dico sempre, cioè di tirare fuori tutti i libri dagli scaffali – nessuno escluso – e di disporli sul pavimento. Lei sgranò gli occhi.

«Tutti?» mi rispose. «Ma sono veramente tanti!»

«Sì, lo so, ma le chiedo di tirarli fuori tutti» replicai senza esitazione, e lei fece per dire qualcosa, esitando come se avesse difficoltà a continuare: «Non sarebbe meglio che li scegliesti dal titolo senza toglierli dagli scaffali?»

In genere i libri sono conservati tutti nello stesso posto, allineati con il dorso bene in vista in modo che sia possibile sceglierli. Sono anche pesanti, e tirarli fuori per poi rimetterli a posto richiede un certo sforzo. Dal momento che alla fine dovranno essere comunque risistemati sullo stesso scaffale, tirarli fuori tutti sarebbe una doppia fatica oltre che una seccatura non da poco. Almeno sono in molti a pensarla così.

Invece, non si può assolutamente saltare la fase del tirarli fuori tutti dagli scaffali: finché si trovano ancora lì, decidere se ci comunicano ancora qualcosa è praticamente impossibile.

Questo discorso non vale solo per i libri, ma anche per i vestiti e gli accessori: se restano immobili nello stesso punto per molto tempo, sono come «addormentati». Si può anche dire che «scompaiono». Sebbene siano in bella vista diventano invisibili come la mantide immobile nell'erba che si mimetizza con ciò che ha intorno. (Non vi è mai capitato di notarne una e di spaventarvi?) Esaminare una cosa direttamente dallo scaffale su cui è riposta o dal cassetto in cui è conservata non ci fa capire immediatamente se ci colpisce ancora.

Perciò, nel momento in cui dovete decidere se conservare una cosa o buttarla, tiratela fuori da dove la tenete e «svegliatela». Per quanto riguarda i libri che sono già accumulati sul pavimento, spostandoli un po' e riorganizzandoli meglio, riuscirete a scegliere più facilmente. Così come sfioriamo lievemente le guance di un bimbo addormentato per svegliarlo, possiamo «destare» la coscienza delle cose muovendole, arieggiandole ed esponendole agli stimoli.

In pratica, quello che faccio sul luogo del riordino è dare alcuni lievi colpetti alla copertina dei libri accatastati o, ponendomi di fronte alla montagna di libri, battere le mani come si fa in un tempio scintoista. I clienti all'inizio mi guardano stupiti, ma poi non possono fare a meno di prendere atto del cambiamento radicale di velocità e precisione che subiscono le operazioni di selezione. Loro

stessi affermano di capire chiaramente quali sono quelli di cui hanno bisogno e quelli da cui, invece, sono pronti a separarsi. Lasciando i libri sugli scaffali, non riuscirete a scegliere quelli necessari e vi ritroverete nella situazione complicata di dover ricominciare da capo. A mio avviso, è questo il «doppio lavoro» reale.

Nel caso in cui i libri che possedete siano troppi per essere radunati tutti insieme sul pavimento, vi consiglio ancora una volta di dividerli per categorie e poi disporli sul pavimento. Le macrocategorie in cui suddividerli sono quattro:

- Pubblicazioni generiche (libri da leggere)
- Libri di uso pratico (opere di consultazione, libri di ricette ecc.)
- Libri da guardare (collezioni di fotografie ecc.)
- Riviste

Dopo questo passaggio, prendete in mano uno per uno tutti i libri accatastati, e procedete a scegliere quelli da conservare e quelli da buttare. Il principio in base al quale dovete regolarvi resta sempre «l'emozione che vi provocano nel momento in cui li sfiorate». Basta solo toccarli, l'importante è che non li leggiate. Leggerli confonderebbe il vostro senso di discernimento su che cosa vi colpisce e che cosa non vi stimola, ciò che vi serve e ciò di cui non avete bisogno.

Immaginate una libreria composta solo dai libri che vi piacciono. Solo il pensiero non vi manda in estasi? Per gli amanti dei libri non deve esserci gioia più grande.

## **Libri mai letti: il giorno in cui deciderete di leggerli non arriverà mai**

Il primo motivo per cui le persone non riescono a buttare i libri è il pensiero che un giorno potrebbero avere voglia di rileggerli.

Ebbene, provate a contare i libri che avete letto più di una volta. Quanti sono? Per alcuni può trattarsi di cinque, per altri – i cosiddetti veterani della lettura – addirittura di cento. Però, questi ultimi sono generalmente individui che svolgono un'attività specifica come quella di ricercatore o di scrittore. Difficilmente troverete una persona normale come me che abbia riletto così tanti libri.

Innegabilmente, i libri che si leggono più di una volta sono pochi.

Come abbiamo detto finora, è arrivato il momento di soffermarsi sul vero scopo di possedere queste cose. I libri sono essenzialmente carta, fogli di carta su cui sono stampati dei caratteri, che poi vengono rilegati tutti insieme. Leggendo questi caratteri si assimilano informazioni: questo è il vero ruolo che svolgono i libri. Il significato reale risiede nelle informazioni che trovate nei libri, non nei libri che trovate sugli scaffali.

In altre parole, i libri si leggono per l'esperienza stessa di leggerli. Con il libro letto già una volta l'esperienza è stata fatta. Anche se non vi ricordate perfettamente il contenuto, è già tutto dentro di voi.

Perciò, senza fermarvi a pensare se li avete letti o no, se avete assorbito il loro contenuto o no, prendeteli in mano uno per uno e decidete se vi fanno battere il cuore. Conservate solo quelli che vi

inorgoglisce vedere nella vostra libreria, quelli che prendendoli in mano vi rendete conto di amare davvero.

Anche questo libro che state leggendo ora non fa eccezione. Se maneggiandolo non vi dirà nulla, voglio che lo buttiate via senza remore.

Poi ci sono i libri che avete letto fino a un certo punto ma non avete mai finito, oppure quelli che avete comprato ma non avete mai iniziato. Che cosa fare dei libri che avreste voluto leggere?

Ho l'impressione che negli ultimi tempi la possibilità di comprare libri in internet abbia fatto aumentare notevolmente la quantità pro capite di libri non letti, da tre a più di quaranta. Ne compriamo uno nuovo prima ancora di aver finito l'ultimo e prima di rendercene conto i libri non letti si accumulano. Rispetto a quelli già letti, la categoria di quelli mai finiti è nettamente più difficile da sfoltire.

Una situazione simile mi è capitata qualche tempo fa, in occasione di una lezione sull'organizzazione dell'ufficio impartita al presidente di una compagnia. Come ci si aspetterebbe da un imprenditore di quel livello, sui suoi scaffali erano allineati libri di economia dall'aria difficile, dai cosiddetti classici, come Carnegie e Drucker, fino ai più recenti best-seller; tanto che quel meraviglioso assortimento ricordava un po' un negozio di libri.

Però, davanti a una collezione così ordinata, ebbi un terribile presentimento.

Al momento di iniziare a riordinare, molti libri andavano ad aggiungersi, uno dopo l'altro, alla pila dei «libri non letti». Alla fine arrivarono a cinquanta volumi, ma la sua collezione non fu scalfita minimamente. Quando gli chiesi la ragione per cui non voleva buttarli, mi diede una delle risposte più comuni della lista delle più gettonate: «Perché un giorno potrebbe venirmi voglia di leggerli». Però, mi dispiace dirlo, parlando in base anche alla mia esperienza, posso assicurarvi che «quel giorno» non arriverà mai.

Questa è l'occasione ideale per rinunciare a tutti quei libri che vi sono stati consigliati, a quelli che vi siete sempre riproposti di leggere, a quelli che avete sempre evitato. Magari quando li avete comprati avevate davvero intenzione di farlo, ma, comunque, il ruolo che hanno svolto nella vostra vita è stato di insegnarvi che non ce n'era bisogno. Non serve finire tutti i libri che avete iniziato. Il loro ruolo era solo di essere letti a metà.

Perciò scartate tutti i libri che non avete mai concluso. Dopotutto, è meglio leggere quelli che attirano la vostra attenzione oggi che quelli che avete trascurato per tanti anni.

I tipici libri lasciati a metà sono i manuali di inglese e quelli di preparazione agli esami. Coloro che ne possiedono tanti sono senza dubbio persone di grande cultura e studenti diligenti, perciò non è raro vedere in fila sugli scaffali dei miei clienti manuali e libri di consultazione.

Volumi di inglese, come manuali di preparazione al TOEIC<sup>®</sup>, manuali di conversazione per quando si viaggia all'estero, dizionari di inglese commerciale. Di libri di preparazione agli esami poi ce ne sono per tutti i gusti: da quelli classici per ragionieri, agenti immobiliari e segretarie a quelli di aromaterapia e coordinazione dei colori, che ti fanno meravigliare persino della loro esistenza... Spesso noto persino i libri di testo di quando andavamo a scuola e quelli di esercizi di calligrafia. Se, come molti miei clienti, anche voi possedete libri del genere, vi consiglio di abbandonare l'idea che «un giorno» affronterete questi argomenti e vi invito a separarvi da loro.

Il motivo è che la maggioranza delle persone in realtà non li usa. La percentuale di miei alunni che li adopera non raggiunge il 15%. Quasi tutti finiscono per non utilizzare i libri che comprano. Ciononostante, quando sento le loro ragioni per non buttarli, è un tripudio di: «Un giorno vorrei studiare questi argomenti», «Quando ho tempo lo vorrei fare», «Vorrei migliorare il mio inglese», «Dato che mi occupo di amministrazione, vorrei approfondire le mie conoscenze di ragioneria». In

queste scuse, sono i «vorrei» a farla da padrone. Semplicemente perché «vorreste», non è un motivo sufficiente per conservare quei libri di testo su cui non avete più messo le mai: buttateli una volta per tutte.

Quando inizierete a eliminarli, capirete davvero le vostre intenzioni su quella materia. Se dopo averli buttati non sarà cambiato nulla, allora andrà bene così; se invece dopo esservene sbarazzati arriverete al punto di volerne comprare di nuovi, fatelo. E questa volta mettetevi a studiare davvero.

## **Libri da conservare: collocate a portata di mano quelli che entrano di diritto nel vostro «olimpo» personale**

Di questi tempi, la mia collezione di libri si è stabilizzata intorno ai trenta volumi, ma non è sempre stato così, anzi, ero il classico tipo che si rifiutava categoricamente di buttare i libri.

Dal momento che li amavo così tanto, anche dopo aver messo in pratica il criterio di scelta in base a ciò che mi colpiva, sul mio scaffale ne rimaneva comunque un centinaio. Rispetto alla media, una quantità simile non era affatto eccessiva, ma un giorno ebbi la sensazione di doverla ridurre ancora, perciò mi soffermai a osservare i libri sui miei scaffali per l'ennesima volta.

Innanzitutto, ce n'erano alcuni che amavo con tanto trasporto e tanta sicurezza che buttarli via sarebbe stato un sacrilegio, come ad esempio *Alice nel paese delle meraviglie*, in cima alla mia lista sin dalla prima elementare e che era per me come una bibbia. Nel caso di libri come questo, ascrivibili al mio «olimpo» personale, la cosa giusta da fare è tenerli, e non mi viene il minimo dubbio al riguardo. Segue poi una categoria che non è proprio ai livelli della prima, ma racchiude comunque opere che mi hanno fatto battere il cuore. Nel corso degli anni sono cambiate, ma si tratta di quelle che in questo periodo della mia vita voglio assolutamente tenere a portata di mano. Come potete immaginare, a suo tempo *L'arte di buttar via*, il libro che mi aveva aperto gli occhi sul riordino, apparteneva di diritto a questo gruppo. Attualmente non è più in mio possesso, ma finché un libro ci dona quel genere di soddisfazione è giusto tenerlo.

La categoria che invece mi crea problemi è rappresentata dai libri che mi lasciano qualcosa, ma niente di lontanamente paragonabile all'eredità di quelle citate. Si tratta di libri che ho letto una volta e ho trovato interessanti. Non arrivano al punto di procurarmi un brivido di emozione quando li tocco, ma in alcuni punti ci sono parole che hanno fatto vibrare la mia anima e potrei aver voglia di rileggere... Questi sono i più difficili da eliminare. Non avevo l'obbligo particolare di buttarli, ma dato che intendevo compiere fino in fondo il mio percorso di riordino, non potevo chiudere un occhio su degli elementi che non mi convincevano del tutto. Esisteva un modo per liberarsi di quei libri senza ripensamenti? Trovai il compromesso ideale nel metodo di «riduzione del volume». In poche parole, piuttosto che tenere tutto il libro, conservavo una parte delle informazioni e le parole che mi avevano colpito. Così facendo, pensavo che sarei stata in grado di conservare i passaggi che mi servivano e di buttare tutto il resto senza problemi.

Decisi di trascrivere in un quaderno le parole e le frasi che mi avevano colpito, in modo da creare una mia collezione personale di citazioni. In questo modo pensavo che se in seguito avessi voluto riguardarla, avrei potuto ripercorrere le tracce dei miei interessi e sarebbe stato divertente... Mi

sembrava una buona idea, inaugurai felice il mio quaderno preferito e mi misi subito all'opera. Per prima cosa sottolineai le parti che mi avevano colpito, poi trascrissi il titolo del libro, e infine mi accinsi a copiare il contenuto.

Mi passò la voglia nel momento stesso in cui iniziai. Finché si trattava di parole non era un problema, ma ricopiare intere frasi richiedeva un grande sforzo. Inoltre, pensando al fatto che avrei voluto rileggerle in futuro, dovevo impegnarmi a scrivere in bella grafia. Se in un libro ci fossero state dieci frasi che mi piacevano, avrei impiegato mezzora. A pensare di doverlo fare per circa quaranta libri mi girava la testa. Perciò mi venne in mente di fare delle fotocopie. Fotocopiando le pagine con le frasi che mi interessavano, avrei potuto estrapolare la citazione in un istante, poi avrei incollato le fotocopie sul quaderno. Invece, una volta provato a mettere in pratica le mie intenzioni, anche questo metodo si rivelò problematico.

Alla fine, decisi che era più semplice strappare la pagina corrispondente. Incollarla sul quaderno era seccante, perciò semplificai la procedura inserendo le pagine strappate in un raccoglitore. Facendo così non ci volevano più di cinque minuti. Senza problemi riuscii a sistemare una quarantina di libri e a conservare le parole che mi interessavano, ottenendo risultati molto soddisfacenti.

Eppure, a due anni dall'applicazione del mio metodo di «riduzione del volume», mi sono accorta improvvisamente di una cosa: non sono andata a riguardare il raccoglitore nemmeno una volta. In altre parole, ciò che avevo attuato non era molto più di un semplice scrupolo di coscienza.

Da allora – questa è una cosa che ho notato ultimamente – avere meno libri a portata di mano ha aumentato la mia sensibilità alle informazioni: quelle importanti diventano più facili da riconoscere. Ho sentito dire la stessa cosa specialmente da quei clienti che hanno buttato via una grande quantità di libri e scartoffie.

Per un libro il tempismo è un fattore vitale: il momento giusto per leggerlo è quello in cui lo incrociate sul vostro cammino. Per non perdere quell'istante prezioso, vi consiglio di non tenere a portata di mano più libri del necessario.

## **Organizzare le carte: la regola d'oro è buttare via tutto**

Dopo aver organizzato i libri, arriva il momento di occuparsi delle carte.

Prendete, ad esempio, quel portadocumenti appeso alla parete, talmente pieno di corrispondenza da essere quasi sul punto di esplodere. O il frigorifero tappezzato di avvisi della scuola dei bambini. Oppure le cartoline di inviti alle riunioni di vecchi compagni di classe cui non avete ancora risposto, ma che continuate ad ammassare accanto al telefono. Poi c'è il tavolo su cui sono abbandonati i quotidiani di parecchi giorni. In casa ci sono svariati punti in cui le carte si accumulano in un attimo. Si ha sempre l'impressione che, rispetto all'ufficio, i documenti di casa siano molto meno, ma in realtà non è così. La quantità di carte che viene fuori quando si riordina la casa va da un minimo di due sacchi d'immondizia da quarantacinque litri di capienza a un massimo di quindici. Non so più neanche quante decine di volte ho sentito a casa dei miei clienti il rumore della macchina tritadocumenti che si inceppava.

Tenere sotto controllo una tale quantità di carte non è poi così difficile, ma ci sono persone che hanno

un talento particolare nell'organizzarle. Inutile dire che le stimo in maniera incondizionata. Quando chiedo loro come fanno a gestirle, mi danno sempre spiegazioni dettagliatissime: «I documenti che riguardano i bambini vanno in questo raccoglitore, qui è dove conservo le ricette, i ritagli di giornale li metto qua, i libretti di istruzioni degli elettrodomestici li tengo in questa scatola...» Suddividono le loro carte in modo talmente minuzioso che a metà strada mi distraigo e smetto di ascoltare.

Andrò diritta al punto: classificare le carte è la cosa che odio di più. Detesto usare non si sa quanti raccoglitori, suddividere in argomenti e mettere diligentemente le etichette. Rispetto all'ufficio, dove i documenti vengono usati da più persone, a casa non si dovrebbe sentire tutta questa necessità di catalogarli in maniera così precisa.

In definitiva, io seguo il principio del «butta via tutto».

Quando lo dico, i miei clienti mi guardano sconcertati, ma a mio parere non c'è niente di più fastidioso delle carte. Non siete d'accordo che nemmeno quando sono sistemate con la massima cura riescono a darvi un briciolo di soddisfazione?

Le tre categorie in cui possiamo suddividere le carte sono: «in uso», «necessarie per un periodo limitato» e «da conservare a tempo indeterminato». Tutto ciò che non rientra in uno di questi parametri, buttatelo.

Per inciso, il termine «carte» non comprende lettere d'amore e pagine di diario. Se iniziaste a mettere mano ai cosiddetti «ricordi», la vostra velocità nel riordinare subirebbe una netta battuta d'arresto.

Perciò, limitatevi alle carte che non vi suscitano nessuna emozione e finite il vostro lavoro in un colpo solo. Riservate le lettere che avete ricevuto da amici o innamorati al momento in cui tratterete i ricordi, e prima di allora non toccatele.

Dopo che vi siete occupati di queste carte prive di qualsiasi interesse, che fare con quelle che avete deciso di conservare?

Il principio in base al quale regolarsi nel caso dei documenti resta sempre quello del «buttare via tutto». Se invece decidete di conservare qualcosa, dividetelo in una di queste due categorie: i documenti da mettere da parte e quelli di cui dovete occuparvi subito.

Parliamo innanzitutto di ciò di cui occuparsi immediatamente. Si tratta di questioni da risolvere: lettere a cui rispondere, moduli da consegnare; anche i giornali cui dare un'occhiata appartengono in qualche modo a questa categoria. Il punto essenziale è radunarle tutte in un unico punto: create un angolo destinato a queste carte e non disperdetele per nessuna ragione. Vi consiglio di usare un contenitore in cui i documenti possano essere sistemati in verticale e di stabilire un posto specifico dove collocarlo. È lì che le aggiungerete volta per volta, senza suddividerle ulteriormente.

Ora passiamo ai documenti da conservare: divideteli in altri due gruppi in base a quanto spesso li consultate. Il modo in cui raggrupparli non è complicato; gli unici che usate meno frequentemente sono quelli che appartengono all'ambito contrattuale, tutto il resto, consideratelo materiale di utilizzo frequente.

Per ambito contrattuale intendo polizze assicurative, certificati di garanzia e contratti d'affitto. Saranno anche fastidiosi – e non suscitano in voi il benché minimo interesse – ma devono essere conservati a prescindere. Dal momento che vi capiterà raramente di doverli recuperare, potete cavarvela con un lavoro sbrigativo.

Il mio consiglio è di metterli tutti in un raccoglitore trasparente senza preoccuparvi di catalogarli in maniera specifica.

Infine, ci sono le carte che consultate spesso: non si tratta di documenti della stessa importanza di quelli contrattuali, ma di materiale che vi preme comunque conservare. Ad esempio, cose che volete

rivedere di tanto in tanto come ritagli di giornale o informazioni su workshop e seminari. Se non le organizzate in modo che siano facili da consultare sfogliando le pagine, non ha senso conservarle: l'ideale è un raccoglitore trasparente a mo' di libro. Secondo il mio punto di vista, questa è la categoria più fastidiosa di tutte. Sebbene siano cose di cui potremmo fare benissimo a meno, tendono a moltiplicarsi senza che ce ne rendiamo conto. Il segreto per organizzarle sta tutto nel diminuirne il volume.

Riassumendo, le carte si dividono in tre gruppi: quelle di cui dobbiamo occuparci subito, quelle da conservare come i documenti contrattuali e, infine, il materiale da conservare di altro tipo. La chiave è collocare quelli di ciascuna categoria in un contenitore diverso (una scatola o una cartellina), evitando di dividerli in base al contenuto.

Una cosa che non dovete assolutamente dimenticare è che il contenitore dei «documenti di cui occuparvi subito» dovrebbe essere sempre vuoto.

Se trovate qualcosa in quella scatola significa che ci sono cose che sono rimaste in sospeso. Fate in modo che la scatola sia sempre vuota! Anche se sono io la prima a non essere ancora riuscita nell'intento...

## **A proposito di carte: le più fastidiose organizzatele così!**

Per i documenti vale la regola del «butta via tutto», ma alcuni risultano difficili da buttare per chiunque. Qui di seguito ci soffermiamo sul metodo per «espugnare» le «scartoffie fastidiose».

### **Materiale didattico dei seminari**

Capita spesso che gli studiosi scelgano di frequentare seminari sugli argomenti più disparati: aromaterapia, logica, marketing. Ultimamente, in Giappone si sta verificando un boom di corsi tenuti il mattino presto, prima dell'orario di lavoro; con l'ampliamento dei turni e degli argomenti offerti non c'è che l'imbarazzo della scelta. Le dispense realizzate con dedizione dagli insegnanti – attestazione del vostro studio – sono senza dubbio difficili da buttare via. Nelle stanze di questi avidi studiosi, però, gran parte dello spazio viene monopolizzato da carte di questo tipo, e nell'aria si respira un senso di oppressione.

Entrando nella stanza di M., una cliente di trent'anni che lavorava per un'agenzia pubblicitaria, ebbi l'impressione di trovarmi in un ufficio. Ciò che saltava all'occhio erano i dorsi allineati dei raccoglitori. «Queste sono tutte le dispense dei corsi che ho frequentato» mi rivelò; appassionata di seminari per sua stessa ammissione, aveva conservato e archiviato tutto il materiale che aveva ricevuto durante i corsi cui aveva partecipato fino a quel momento.

«Un giorno voglio studiare di nuovo tutti questi argomenti.» Questa è una frase che sento dire spesso dai miei clienti, ma poi lo fanno? Nella maggior parte dei casi la risposta è no.

Tra l'altro ho scoperto che il materiale didattico dei tanti seminari che hanno frequentato verte più o meno sullo stesso argomento. Questo può solo significare che non hanno mai assimilato davvero le nozioni apprese nei corsi. Non vuole essere una critica, quanto una riprova che le dispense dei seminari seguiti non vengono poi studiate. Detto chiaramente, frequentare un seminario non ha senso

se non si mette in pratica quanto studiato durante le lezioni. Il valore di un seminario sta nel prendervi parte, e la chiave per trarne il massimo vantaggio è mettere in pratica ciò che si è imparato nel momento stesso in cui terminano le lezioni. Perché la gente paga una somma elevata per iscriversi a un corso quando potrebbe imparare le stesse cose da un libro? La risposta la trovate nel clima di apprendimento che si respira e nella passione dell'insegnante. In altre parole, la vera risorsa didattica è il seminario stesso, e va sperimentato dal vivo.

Frequentate i seminari con la disposizione d'animo di liberarvi del materiale che verrà distribuito. Se dopo averlo fatto ve ne pentirete, siete autorizzati a iscrivervi di nuovo allo stesso corso, a patto di mettere subito in pratica gli insegnamenti.

Sembra un paradosso, ma penso che sia proprio perché abbiamo sempre a disposizione le dispense che non mettiamo a frutto le nozioni apprese.

Tra parentesi, la più grande collezione di materiale didattico di workshop che mi sia mai capitato di vedere comprendeva centonovanta dispense. Inutile dirvi che la mia cliente le ha buttate via tutte.

## **Estratti conto di carte di credito**

Gli estratti conto della vostra carta di credito sono un'altra cosa che dovete buttare via in blocco. Dopotutto, a che servono? Per molte persone rappresentano un modo per controllare quanti soldi hanno speso durante il mese; perciò, dopo esservi accertati che tutto corrisponda e aver trascritto i dati nel vostro libro delle spese familiari, buttateli immediatamente, hanno svolto il loro dovere. Non c'è nessun problema a buttarli senza remore. Come fareste a trovarvi nei guai senza l'estratto conto della vostra carta di credito? Potrebbe servirvi solo come prova in un eventuale caso giudiziario in cui dovrete dimostrare quanto vi è stato addebitato sulla carta di credito, ma nella realtà queste cose non accadono, quindi non c'è bisogno di conservare gli estratti conto in previsione di un evento del genere. La stessa cosa vale per le notifiche di pagamento delle utenze addebitate automaticamente sul vostro conto. Buttatele tutte.

A questo proposito, tra i miei clienti, chi ha riscontrato più difficoltà a buttare questo tipo di documenti è stata una coppia di avvocati. Preoccupati che sarebbero potuti servire loro in aula, non volevano decidersi a buttarli. Eppure, se persino questa coppia che in tribunale ci lavora alla fine è riuscita a liberarsene, sicuramente potrete sbarazzarvi anche voi dei vostri estratti conto!

## **Certificati di garanzia di apparecchi elettronici**

A tutti gli apparecchi elettronici, dalle tv alle fotocamere digitali, è associata una garanzia. Sono i documenti più comuni che si possono trovare in una casa, e in genere quelli che chiunque conserva con cura. Purtroppo, però, quasi tutti lo fanno nel modo sbagliato.

In genere, le garanzie vengono conservate in una cartellina trasparente congegnata a mo' di libro o in un raccoglitore a soffietto. Sono entrambi pratici perché i documenti possono essere collocati in scompartimenti diversi. Ma c'è una trappola in questa suddivisione troppo dettagliata: si rischia di non notare molte cose. Usando simili raccoglitori, quasi certamente insieme alla garanzia verrà incluso anche il libretto delle istruzioni. Innanzitutto, buttate via questi libretti. Se li esaminate, vi accorgete che sono tutte cose che non avete mai usato. Ci sono pochi manuali che dovremmo veramente leggere, come quelli delle fotocamere digitali o del computer, ma sono così spessi che non entrerebbero mai in quel genere di raccoglitori. Perciò sbarazzatevi di ogni manuale di istruzioni che trovate. I miei clienti che hanno buttato quasi ogni genere di libretto delle istruzioni (inclusi quelli della fotocamera e del computer!) hanno confermato di non essersi mai trovati in difficoltà. Anche se



si verificano dei problemi, li risolvono sperimentando diverse soluzioni; oppure, nelle situazioni in cui non è possibile fare niente da soli, si rivolgono direttamente al negozio in cui hanno comprato l'articolo, o cercano su internet. Insomma non c'è niente che non si possa risolvere, perciò state tranquilli.

Tornando al discorso dei certificati di garanzia, vi consiglio di metterli tutti in una busta trasparente, senza dividerli in categorie.

Dopotutto, quante volte l'anno vi capiterà di usare una garanzia? Perché catalogarle e dividerle con cura se le possibilità di averne bisogno sono così basse? Se le avete sistemate in un raccoglitore, per arrivare a quella che state cercando dovrete comunque sfogliare tutte le pagine. A quel punto, se le conservate in una bustina trasparente, tirare fuori tutto il contenuto quando la situazione lo richiede non cambia molto le cose. Se le dividete troppo nel dettaglio, le occasioni per esaminarle una per una diminuiranno, e scadranno senza che ve ne sarete accorti. Essere costretti a setacciarle tutte prima di arrivare a quella che vi serve è un'ottima occasione per controllare le date di scadenza delle altre garanzie. In questo modo, non dovrete preoccuparvi di controllare il contenuto solo per le date di scadenza, e spesso non avrete neppure bisogno di comprare una busta trasparente dato che di solito ce n'è almeno una in ogni casa. Inoltre, questo metodo occupa un decimo dello spazio dei sistemi convenzionali.

## **Cartoline di Capodanno**

Le cartoline di Capodanno servono per mandare gli auguri per il nuovo anno appena iniziato. Il che significa che, nel momento in cui avete finito di leggerla, la cartolina avrà compiuto il suo dovere. Dopo aver controllato se avete vinto la lotteria con i numeri abbinati al biglietto, va benissimo buttarla, non prima di aver mandato un pensiero di gratitudine a chi ve l'ha inviata. Nel caso in cui usiate le cartoline come memo degli indirizzi a cui rimandarle l'anno seguente, conservate solo quelle dell'ultimo anno. Buttate via tutte quelle da due anni prima in poi, eccetto quelle che vi stanno veramente a cuore.

## **Vecchi libretti bancari**

I vecchi libretti bancari sono già stati usati. Non andrete mai a riguardarli, e se anche doveste farlo, di sicuro questa curiosità non aumenterebbe il vostro conto in banca, perciò disfatene.

## **Buste paga**

Il ruolo delle buste paga è quello di comunicarvi quanto avete ricevuto di stipendio in quel mese. Una volta controllato il contenuto, la loro utilità viene meno.

**Oggetti misti:  
non conservateli per inerzia, ma solo se vi  
piacciono davvero**

Aprii il cassetto e vi trovai una scatolina misteriosa.

Se fossi all'inizio di una storia di fantasia, sarebbe il momento in cui mi batterebbe forte il cuore. Ma in questo caso non c'è nessuna suspense. Posso immaginare la maggior parte degli oggetti che troverò lì dentro.

Aperto il coperchio vengono alla luce spiccioli, ferretti per capelli, una gomma per cancellare, bottoni di riserva, parti di ricambio di orologi da polso, batterie che non si sa se funzionino o meno, medicine avanzate dall'ultima influenza, vecchi portafortuna, portachiavi e via dicendo. Quando domando alle mie clienti perché conservino quegli oggetti, la risposta è quasi sempre: «Non c'è un motivo preciso».

Molti oggetti misti vengono tenuti, messi nei cassetti e accumulati per inerzia. Se ci pensate, anche il termine che si usa in giapponese – *komono* – è abbastanza vago e, indagando ulteriormente, questa è la definizione che riporta il dizionario: «Oggetto minuto. Piccolo arnese o accessorio. Persona mediocre. Pesciolino insignificante», da cui si evince che sono cose che subiscono un trattamento quantomeno sbrigativo.

Ma io credo che sia arrivato il momento di dire addio a questo «stile di vita approssimativo». Questi oggetti offrono un contributo importante alla vostra esistenza, e proprio per questo meritano di essere considerati uno per uno e di essere riordinati con cura. A differenza del vestiario e dei libri, questo gruppo include una vasta gamma di sottocategorie e riordinarle potrebbe sembrare complicato. In realtà, se seguite un ordine ben preciso è molto semplice. La sequenza in cui riordinare gli oggetti misti è questa:

- Cd e dvd
- Prodotti per la cura del corpo
- Cosmetici
- Accessori
- Oggetti di valore (libretti bancari, carte di credito)
- Dispositivi elettronici (fotocamere digitali, cavi e qualsiasi cosa che abbia una vaga parvenza «elettronica»)
- Utensili di uso quotidiano (articoli di cancelleria, utensili per il cucito)
- Prodotti di uso quotidiano (oggetti di consumo non durevoli come medicine, prodotti detergenti per la casa, fazzoletti)
- Utensili da cucina, stoviglie
- Altro

Se possedete altre cose legate a hobby particolari come lo sci o la cerimonia del tè, consideratele come un'ulteriore categoria e riordinatele in una volta sola.

Il motivo per cui quest'ordine è comodo è perché si comincia da oggetti personali e da categorie ben definite. Se vivete da soli, quindi, non sentitevi obbligati a seguirlo, ma, a patto di occuparvi di una categoria alla volta, potete partire da dove preferite.

Tuttavia, ciò che più mi preme dirvi è che la maggior parte della gente vive circondata da troppe cose inutili senza un motivo preciso. Come prima cosa, vi invito a prendere coscienza di ciò che possedete per inerzia, e di conservare solo quello che per voi significa realmente qualcosa.

## Spiccioli:

# la parola d'ordine è «Nel portamonete!»

Avete degli spiccioli in giro per casa – che so, una moneta nel fondo della borsa, un'altra sul fondo di un cassetto, un'altra ancora poggiata sulla scrivania?

Quando aiuto i miei clienti a mettere in ordine, troviamo sempre qualche spicciolo sparso per casa: le monetine sono senza dubbio l'esempio più rappresentativo della categoria degli oggetti misti di cui parlavo prima. Possono essere reperite all'ingresso, in cucina, nel soggiorno, in bagno, dentro i cassetti e sopra i mobili di tutta la casa.

Sebbene siano soldi a tutti gli effetti, subiscono un trattamento orribile rispetto alle banconote. Il fatto che se ne trovino così tante abbandonate in angoli della casa – in posti dove non se ne richiede la presenza – non ha assolutamente senso.

Quando ne trovo qualcuna, mi accerto che i miei clienti la mettano subito nel portamonete, e assolutamente non nel salvadanaio. Questa categoria fa eccezione rispetto alle altre perché non c'è bisogno di radunare tutte le monetine in un unico posto, ma la cosa corretta da fare è metterle immediatamente nel portafoglio appena ve ne capita una. Mettendole nel salvadanaio, non concludereste molto di più che trasferirle in un altro luogo in cui verrebbero ignorate.

Quello del salvadanaio è un fenomeno ricorrente tra le persone che hanno vissuto per molti anni nella stessa casa; invece non ho esempi di qualcuno che dopo aver messo da parte delle monetine senza un obiettivo preciso, le abbia mai usate. Se l'obiettivo nel mettere da parte le monetine è quello di vedere fin dove arrivano, questa è l'occasione migliore per andare a cambiarle in banca. Più il salvadanaio si riempie, più le monete diventano pesanti e andare in banca diventa una seccatura. Per qualche motivo inspiegabile, quando nel salvadanaio non c'è più spazio, invece di andare in banca alcuni mettono le monete in buste di plastica, che saranno recuperate anni dopo in fondo alla credenza, piene di quelle monete ormai annerite e arrugginite, che emanano un odore misto di ferro e muffa e non tintinnano più ma emettono un rumore sordo. A quel punto, i miei clienti preferirebbero non averle mai viste. Descrivere lo stato di degrado raggiunto da queste monetine è già orribile di per sé, ma vi assicuro che vederle con i miei occhi private del loro status di denaro è stato ancora peggio.

Da questo momento in poi se vi capita di trovare una monetina, la parola d'ordine è: «Subito nel portafoglio!». Soccorrete questi poveri spiccioli abbandonati a loro stessi.

Per inciso, c'è una notevole differenza nel modo in cui uomini e donne trattano le monetine sparse per casa: gli uomini tendono a metterle in tasca o a lasciarle in bella vista su un mobile o sul tavolo; le donne, invece, le ripongono in una scatola o in una busta che poi infileranno in qualche cassetto.

È un po' come se l'istinto maschile di prepararsi a reagire al pericolo e quello femminile di governare la casa si manifestassero nel modo di gestire gli spiccioli...

E questo pensiero mi riporta indietro al mistero della vita, mentre trascorro anche questa giornata spargendo intorno a me la magia del riordino.

**A proposito di oggetti misti:  
buttate ciò che trovate in giro senza motivo**

Stranamente ci sono molte cose che vi accorgete subito di voler buttar via senza la necessità di chiedervi se vi colpiscono oppure no. Vi ho già parlato dell'importanza, quando mettete in ordine, di disfarvi delle cose da cui non riuscite a separarvi, ma è altrettanto importante che vi accorgiate delle cose che avete conservato senza un motivo preciso. Sembra strano, ma la maggior parte delle persone è inconsapevole delle cianfrusaglie che occupano spazio nella propria casa.

## Regali

Un piatto che vi è stato dato come bomboniera relegato all'ultimo ripiano della credenza. Il portachiavi che un amico vi ha portato come souvenir ancora sepolto nel cassetto della scrivania. Il set di incensi dall'odore un po' particolare che vi hanno regalato i colleghi per il compleanno.

Ciò che accomuna questi oggetti è che vi sono stati tutti regalati. Delle persone a voi care hanno impiegato il loro tempo per sceglierli e ve li hanno donati con tutto il loro affetto. Non si possono semplicemente buttare.

Ma consideriamoli ancora una volta. Molti di questi regali non sono mai stati tirati fuori dalla confezione, oppure sono stati usati a stento una volta. Se non altro dovete riconoscere che non si addicono al vostro gusto.

Quale pensate che sia il vero scopo di un regalo?

Ebbene, è *essere ricevuto*.

I regali non sono tanto «cose» quanto un mezzo per esprimere dei sentimenti. Perciò, non c'è bisogno di sentirsi in colpa se dopo averli ringraziati per la gioia che vi ha dato riceverli, li buttate via.

L'ideale sarebbe che usaste con piacere le cose che vi vengono regalate. Ma se non vi piacciono, di certo la persona che ve le ha donate non vorrebbe mai che vi sentiste obbligati a usarle, né che le metteste via senza utilizzarle, o peggio ancora che vi sentiste in colpa ogni volta che ve le trovate davanti agli occhi. Buttatele anche per il bene di chi ve le ha offerte.

## Confezioni di cellulari

Non sembrerebbe, ma le scatole sono piuttosto ingombranti. Dopo aver tirato fuori il cellulare, buttatele immediatamente. Non vi servono nemmeno il libretto delle istruzioni e il cd in dotazione con il cellulare. Imparerete le funzioni necessarie usandolo. I miei clienti che le hanno buttate via finora non hanno mai detto di essersi trovati in difficoltà. In caso di problemi seri, potete sempre rivolgervi al commesso del negozio dove avete acquistato il cellulare. Per risolvere il problema, piuttosto che cercare di trovare una soluzione da soli consultando di malumore il manuale delle istruzioni, è più semplice rivolgersi a un professionista.

## Cavi di origine sconosciuta

Se vi capita un cavo che non sapete assolutamente a che cosa serva, è molto probabile che non lo userete mai. I cavi misteriosi resteranno per sempre tali: un mistero. Siete preoccupati del fatto che potreste averne bisogno se dovesse rompersi qualcosa? Non ce n'è motivo. Ve lo dico perché ho visto doppioni dello stesso cavo in tantissime case.

Quando i cavi sono così numerosi, scegliere quello giusto quando serve diventa un problema e la soluzione più rapida è comprarne uno nuovo. Proprio per evitare una situazione del genere, conservate solo i cavi che riuscite a identificare chiaramente e buttate quelli misteriosi. Di sicuro molti appartengono ad aggeggi rotti che avete eliminato da tempo.

## **Bottoni di riserva**

I bottoni di riserva non vengono mai usati. Nella maggior parte dei casi, quando un bottone si stacca è segno che quella camicia o quella blusa è stata molto indossata e molto amata; e quel punto segna l'inizio della fine della sua esistenza. Se ci sono dei cappotti o delle giacche che avete intenzione di conservare nel tempo, vi consiglio di cucire i bottoni di riserva all'interno della fodera subito dopo averli comprati. Per quanto riguarda gli altri vestiti, se perdete un bottone e volete rimpiazzarlo, potrete sempre trovarlo in una merceria ben fornita. Dalla mia esperienza nel settore, sono giunta alla conclusione che i bottoni persi raramente vengono sostituiti, anche nel caso in cui quelli di riserva fossero stati conservati. In quei casi, l'indumento con i bottoni mancanti viene indossato così com'è o viene abbandonato nell'armadio. Dal momento che questi bottoni non verranno comunque usati, conservarli o buttarli è praticamente la stessa cosa!

## **Scatole di dispositivi elettronici**

Alcune persone conservano la scatola degli apparecchi elettronici perché pensano che, se dovessero rivenderli, questo permetterebbe loro di alzare il prezzo. Ragionare in questi termini è inutile. Dal momento che pagare l'affitto vi costa sicuramente più soldi di quanti potreste farne vendendo un qualsiasi dispositivo elettronico, il vero spreco è usare la vostra casa come ripostiglio per scatole che occupano spazio prezioso. Non c'è neppure bisogno di conservarle per un eventuale trasloco. Se dovreste traslocare, provvederete a trovare delle scatole adatte a tempo debito. Non pensate che sia un peccato che il vostro spazio sia occupato da scatoloni inutili solo perché un giorno potrebbero servirvi?

## **Radio e televisioni che non funzionano**

Per qualche strana ragione mi capita spesso di trovare a casa dei miei clienti apparecchi elettronici che non funzionano. Ovviamente non c'è nessun motivo per conservarli. Se anche voi ne avete, questo «festival del riordino» è l'occasione ideale per telefonare immediatamente al servizio di ritiro dei rifiuti ingombranti e sbarazzarvene una volta per tutte.

## **Futon per l'ospite che non viene mai a trovarvi**

Un intero set di futon è composto da materasso, trapunta, cuscino, coperta e lenzuola e occupa molto più spazio di quanto pensiate. Se avete regolarmente ospiti è un conto, ma se vi capita di ospitare qualcuno solo una o due volte l'anno o magari mai, non ne avete affatto bisogno. Il futon è uno di quegli articoli che faccio buttare quasi sempre, e la sua mancanza ha raramente creato problemi ai miei clienti. Se doveste averne davvero bisogno, potrete sempre affittarne uno, che è quanto vi consiglio caldamente di fare in situazioni del genere.

Tra l'altro, quando tirate fuori un futon dopo tanto tempo, spesso capita che emani uno sgradevole odore di muffa. Provate ad annusarlo: di certo non fareste dormire il vostro ospite su un letto del genere!

## **Campioncini di cosmetici da usare quando viaggiate**

Per un motivo o per un altro avete dei campioncini di cosmetici da più di un anno che non avete mai usato? Molti li portano con sé durante i viaggi ma non li utilizzano mai. Ho interpellato diverse case

farmaceutiche per avere informazioni sulle scadenze di questi prodotti. Le risposte sono state diverse: alcuni duravano solo poche settimane mentre altri erano utilizzabili per un anno. Quando la quantità è minima, come nel caso dei campioncini, il prodotto tende a deteriorarsi in fretta. Usare prodotti potenzialmente scaduti, specialmente quando siete in vacanza, mi sembra imprudente.

## **Articoli acquistati seguendo la moda salutista del momento e mai usati**

Cinture dimagranti, un bricco di vetro per preparare il kefir in casa, un frullatore per fare il latte di soia, un macchinario dimagrante che imita l'andare a cavallo. Sembra un peccato buttare questo genere di articoli: ordinati per posta, pagati un sacco di soldi e a malapena usati. Credetemi, vi capisco. Ma potete tranquillamente separarvene, andrà tutto bene. Quando si tratta di oggetti legati alle mode del momento, quello che conta è l'esaltazione che avete provato al momento dell'acquisto. Ringraziateli per avervi reso felici quando li avete comprati e per essersi presi cura – seppure solo un po' – della vostra salute. Poi buttateli, convincendovi del fatto che se state bene e vi sentite in forma è anche un po' merito loro.

## **Gadget in omaggio**

Un portacellulare di stoffa in omaggio con una bottiglietta di tè, una penna promozionale con il nome di una scuola, un ventaglio ricevuto a un evento, un pupazzetto portafortuna in omaggio con una bevanda, un set di bicchieri di plastica estratti a sorte nella lotteria del supermercato, un boccale con il logo di una birra, un blocchetto di post-it adesivi con il nome di una casa farmaceutica, una miniconfezione di cinque veline sebo-assorbenti, un calendario promozionale (ancora nel tubo) e un'agenda (ancora inutilizzata a sei mesi dall'inizio dell'anno). Nulla di ciò dovrebbe destare in voi il minimo interesse. Buttate via tutto senza ripensamenti.

# **Ricordi: la casa dei vostri genitori non può diventare un «rifugio dei ricordi»**

Ora che avete sistemato i vestiti, i libri, le carte e gli oggetti misti sparsi per casa, siete pronti per affrontare l'ultima categoria: i ricordi.

Vengono lasciati per ultimi perché sono la cosa più difficile da buttare. Come dice la parola stessa, i ricordi sono oggetti che contengono tutte le emozioni che ci hanno fatto battere il cuore e che abbiamo paura di dimenticare liberandoci degli oggetti che le simboleggiano.

Ma non preoccupatevi. I ricordi che conservate con cura nel vostro cuore non verranno dimenticati nemmeno se vi separerete dai vostri cimeli. Anzi, se pensate al futuro, non credete sia meglio dimenticare in fretta i ricordi del passato da cui è il caso di separarsi?

Noi viviamo nel presente. Per quanto il nostro passato sia stato splendente, non è possibile in alcun modo riviverlo e, credetemi, le emozioni che proviamo ora sono la cosa più importante.

Perciò, anche nel caso di un oggetto che racchiuda un particolare valore affettivo vale la stessa regola di prenderlo tra le mani e chiedergli: «Mi rendi ancora felice?»

Vi racconterò la storia di una mia alunna, A., trent'anni e madre di due figli.

Alla nostra seconda lezione, quando andai a casa sua (dove abitavano cinque persone), notai che, rispetto alla prima volta, le cose che aveva erano chiaramente diminuite.

«Wow! Si è davvero impegnata! Avrò buttato circa trenta sacchi d'immondizia, vero?» le chiesi.

«Esattamente» mi rispose lei con un sorriso che le si allargava sul volto.

Ma alle parole che seguirono non riuscii a credere alle mie orecchie.

«Ho rimandato quasi tutte le mie scatole di ricordi a casa dei miei!»

Aveva usato il metodo di riordino che consisteva nel «rimandare le cose ai genitori»! Anch'io, quando iniziai questo lavoro, pensavo che rimandare le cose a casa fosse un privilegio di chi era cresciuto in grandi case in campagna. A quei tempi, le mie clienti erano principalmente ragazze nubili e mamme relativamente giovani che vivevano a Tōkyō, e quando mi chiedevano se potevano rimandare delle cose a casa dei genitori, rispondevo che se era necessario dovevano farlo subito.

Però, quando la mia clientela si estese anche a zone di provincia, e la gamma dei miei clienti cominciò a variare, nel momento in cui compresi in quali condizioni versavano le «case dei genitori», mi vidi costretta a ritrattare la mia risposta azzardata.

Ora capisco che disporre di un luogo conveniente dove rimandare le proprie cose è piuttosto triste. Infatti, anche se le case di campagna hanno più stanze, non sono comunque delle «tasche quadrimensionali» che si espandono senza limiti.

Per di più, una volta rimandate dai genitori, queste scatole di cimeli non verranno mai più recuperate. Non appena metteranno piede a casa dei genitori, questi scatoloni sigillati non verranno più riaperti.

Ma tornando alla storia di prima, qualche tempo dopo anche la mamma della mia cliente venne a seguire le mie lezioni. Sapevo che, perché superasse il corso con successo, non potevamo ignorare la roba che A. aveva rimandato a casa sua. Quando andai da lei, vidi che quella che era stata la stanza di A. era rimasta immutata: le sue cose riempivano una libreria e un armadio intero e c'erano anche i due scatoloni dove A. li aveva lasciati.

Il sogno della madre era di avere uno spazio tutto per sé dove potersi rilassare. Anche adesso che A. si era sposata, mi disse che l'unico posto che sentiva suo era la cucina. Per lei che viveva ancora lì non c'era spazio, mentre le cose che sua figlia non usava più venivano conservate come reliquie. Non vi sembra assurdo?

Alla fine mi misi in contatto con A. e le dissi che se non si fosse occupata degli scatoloni che aveva lasciato a casa dei suoi, né lei né sua madre avrebbero superato il corso.

Poi arrivò il giorno dell'ultima lezione di A.: «Finalmente posso godermi il resto della vita senza preoccupazioni!» mi disse tutta allegra. A quanto pare era andata a casa dei genitori a riordinare la roba che aveva lasciato. Aveva esaminato un'altra volta il contenuto degli scatoloni ed erano saltate fuori pagine di diario che bruciavano di passione, le foto con il suo fidanzato di allora e una quantità spropositata di lettere e cartoline di Capodanno...

«Mandare dai miei genitori le cose da cui non riesco a separarmi era come prendermi gioco di me. Quando ho esaminato quelle cose una per una ancora una volta, ho capito di aver vissuto quei momenti fino in fondo e, con estrema gratitudine per le emozioni che mi hanno fatto provare, sono riuscita a buttare via quei cimeli. Per la prima volta ho avuto la sensazione di riuscire ad affrontare il mio passato.»

È la verità. Quando tenete in mano i vostri ricordi e decidete che cosa buttare via e che cosa conservare, per la prima volta nella vostra vita vi confrontate con il passato. Finché queste cose rimarranno sepolte nel fondo di un cassetto o in uno scatolone, pur non rendendovene conto, il vostro passato resterà un peso che vi zavorra e vi impedisce di vivere il vostro presente. Mettere in ordine le proprie cose una per una significa mettere in ordine anche il passato. Sistemare i ricordi vi fa

resettare la vostra vita e vi fa saldare i conti in modo che possiate muovere i passi successivi verso il vostro futuro.

## **Fotografie: più dei ricordi del passato, apprezzate ciò che siete ora**

Tra i numerosi oggetti che compongono la categoria dei ricordi, gli ultimi da mettere in ordine sono le fotografie. Ho un buon motivo per lasciare le foto per ultime. Se fino a ora siete stati attenti a buttare le cose nell'ordine che vi ho suggerito, durante il vostro lavoro avete probabilmente riesumato alcune foto dai posti più svariati: tra un libro e l'altro, nei cassetti della scrivania, in una scatola piena di cianfrusaglie. Anche se molte erano negli album, di sicuro una poteva essere infilata in una lettera, oppure potreste averne trovate alcune che vi avevano sviluppato i vostri amici ancora nelle buste trasparenti del negozio (è una di quelle cose che hanno quasi tutti in casa). Dal momento che le foto tendono a venir fuori dai posti più impensabili mentre state riordinando altre categorie, è più efficace radunarle tutte in un posto specifico ogni volta che ne trovate una, e occuparvene alla fine.

Ho un altro motivo per lasciare le foto per ultime. Se iniziaste a selezionarle in una fase in cui non vi sentite ancora completamente sicuri del vostro istinto, perdereste il controllo della situazione e il vostro lavoro subirebbe una battuta d'arresto.

Invece, seguendo l'ordine corretto di riordino, che vede vestiti→libri→carte→oggetti misti→ricordi, ve la caverete al meglio e vi sorprenderete dalla vostra capacità di scegliere con esattezza in base a ciò che vi fa battere il cuore.

Esiste solo un modo di riordinare le foto nel vero senso della parola, e tenete bene a mente che richiederà un po' di tempo. Armatevi di pazienza e determinazione e seguite queste istruzioni.

Il metodo corretto consiste nel togliere tutte quelle che sono negli album ed esaminarle una per una. Di sicuro qualcuno porrà obiezioni, ma saranno persone che non le hanno mai riordinate nel vero senso della parola. Le foto esistono semplicemente per mostrare un momento particolare, perciò dovete guardarle con attenzione, una per una. Così facendo, resterete sorpresi dalla facilità con cui riuscirete a distinguerne una che vi tocca nel profondo da una che non vi trasmette niente.

Ovviamente, è sottinteso che dovete conservare solo quelle che vi regalano un'emozione. Usando questo metodo, riassumerete un giorno di vacanza in circa cinque foto, che saranno così significative da rievocare nitidamente tutto il resto. Le cose veramente importanti non sono tante. Le tipiche foto inutili di paesaggi indefinibili scattate in vacanza, con un valore affettivo pari a zero, devono essere tutte buttate.

Il significato delle foto è di farvi sentire vivi nel momento in cui le scattate, e molte di quelle che avete stampato hanno già svolto questo ruolo.

A volte le persone ne conservano grandi quantità in maniera disordinata in uno scatolone, con l'intenzione di riguardarle in età avanzata. Posso affermare con certezza che non succederà.

Ho un motivo per farlo: non avete idea di quanti scatoloni pieni zeppi di foto appartenenti a gente deceduta mi siano capitati. Una volta, chiedendo a una mia cliente che cosa ci fosse in una scatola, lei mi rispose che si trattava di foto. Quando io replicai che in quel caso ce ne saremmo occupate



alla fine, lei disse che erano di suo nonno che non c'era più.

Non avete idea di quante volte mi capitò di avere una conversazione del genere con una cliente. E ogni volta sento una tristezza indicibile. Non si dovrebbero sistemare le vecchie foto durante la vecchiaia. Sistematele ora, in modo che possiate godervene in età avanzata e riusciate a tornare indietro ai vecchi tempi, piuttosto che spostare scatoloni pesanti quando sarete anziani.

Non posso fare a meno di pensare che la vita della persona che ora non c'è più sarebbe stata più piena se lo spazio occupato da quello scatolone fosse stato libero, e vengo avvolta da una grande tristezza.

Un'altra categoria estremamente difficile da buttare è rappresentata dai ricordi d'infanzia dei propri figli. Un regalo per la festa del papà con su scritto: «Grazie papà», il disegno di vostro figlio scelto per essere esposto nella sala dei professori, un posacenere che vostra figlia aveva fatto per voi con le sue mani. Cose come queste, se ancora oggi vi emozionano, ovviamente possono essere conservate. Però, se vostro figlio è ormai cresciuto e voi le conservate solo per non ferire i suoi sentimenti, provate a chiedergli che ne pensa. Sicuramente vi risponderà: «Conservi ancora queste cose? Non le hai ancora buttate?»

E che dire allora delle vecchie pagelle e dei vecchi diplomi? Li avete ancora? Anch'io, una volta che una cliente tirò fuori la sua uniforme scolastica di quarant'anni prima, sentii stringermi il cuore, ma si tratta di cose che devono essere buttate via.

Sbarazzatevi di tutte le lettere che avete ricevuto da vecchi fidanzati: il ruolo principale di una lettera viene svolto nel momento in cui la ricevete. Colui che l'ha scritta ha probabilmente già dimenticato il contenuto, se non addirittura di averla scritta. Per quanta riguarda gli accessori ricevuti in dono da un vostro ex, conservateli soltanto se l'oggetto in sé vi piace particolarmente. Se li conservate solo perché non riuscite a dimenticare quella persona, vi consiglio di disfarvene immediatamente. Non facendolo, rischiate che aumentino le possibilità di perdere l'occasione di fare nuovi incontri.

Ciò che dobbiamo tenerci stretti non sono i ricordi del passato, ma la persona che siamo diventati grazie alle nostre esperienze. Ciò che conta è quello che siamo adesso. Mentre li riordiniamo uno per uno, i nostri ricordi ci insegnano questa verità.

Lo spazio in cui viviamo è destinato alla persona che siamo e saremo, non a quelle che siamo state nel passato.

## **Le incredibili scorte di ogni tipo che ho visto con i miei occhi!**

Tra le cose che vedo quando aiuto i miei clienti a rimettere a posto casa, ce ne sono due che non smettono mai di sorprendermi: il fatto che certi oggetti semplicemente *esistano* e le grandi quantità in cui sono presenti alcuni articoli. Quelli che fanno parte della prima categoria li trovo sempre: dalla macchina per fare musica che un cliente cantante di professione si era costruito da solo agli ultimi utensili che comprano i miei clienti appassionati di cucina, gli «incontri ravvicinati del terzo tipo» non sono mai mancati. Però, dato che i miei clienti svolgono professioni estremamente diverse e hanno interessi altrettanto variegati, in un certo senso è normale che mi capitò di vedere alcuni oggetti per la prima volta in vita mia. La vera sorpresa, invece, è quando trovo quantità enormi di un articolo

normale che si trova in ogni casa. Mi riferisco alle famigerate scorte.

Durante il mio lavoro, prendo sempre nota della quantità di oggetti da cui partiamo e di quanti ne vengono eliminati durante le fasi di riordino. Tengo particolarmente d'occhio la mia classifica personale di scorte per diverse categorie, perché nuovi record vengono costantemente battuti.

Per esempio, una volta a casa di una cliente ho trovato una scorta di spazzolini da denti. Fino a quel momento il mio record personale era di trentacinque.

«Forse ha un po' esagerato con le scorte?» le feci notare, lasciandomi sfuggire una risatina. In quel caso, quelli che erano venuti fuori avevano nettamente battuto il record precedente: erano sessanta.

Allineati ordinatamente nella scatola sotto il lavandino, gli spazzolini erano quasi un'opera d'arte e cercai di indovinare il perché di questa eccentricità: forse la cliente esercitava talmente tanta pressione che lo spazzolino si consumava in un attimo? O si lavava ogni dente con uno spazzolino diverso?

In un'altra occasione trovai una scorta di trenta confezioni di pellicola da cucina. Quando aprii lo sportello del ripiano sopra il lavandino, la superficie all'interno era totalmente ricoperta di blocchi gialli tipo LEGO®. La mia cliente disse che usava la pellicola trasparente ogni giorno e che la consumava alla velocità della luce. In realtà avevo calcolato che anche se avesse finito un rotolo a settimana la sua scorta le sarebbe bastata per più di sei mesi. Un rotolo normale corrispondeva a venti metri di pellicola. Per finirne uno a settimana, usando generosamente la quantità necessaria per avvolgere un piatto di venti centimetri di diametro, avrebbe dovuto usarla sessantasei volte. Solo al pensiero di ripetere quell'azione sessantasei volte mi viene una tendinite al polso.

Per quanto riguarda la carta igienica, la scorta record comprendeva ottanta rotoli.

«Sa, soffro di colite... Mi capita di usarne molta» si giustificò la mia cliente. Ma anche se avesse usato un rotolo al giorno, le sarebbero bastati per almeno tre mesi. E difficilmente avrebbe potuto consumare un rotolo in un giorno, neanche passando tutto il tempo a pulirsi il didietro. Solo al pensiero del suo corpo sottoposto alla battaglia dolorosa di una pulizia del didietro tanto accurata da consumare un rotolo intero al giorno, più che iniziarla all'arte del riordino, avrei preferito regalarle una pomata.

Il record dei record era stato stabilito, invece, da una scorta di ventimila cotton fioc: cento scatole da duecento bastoncini l'una. Anche se la mia cliente ne avesse usato uno al giorno, avrebbe finito le sue scorte in cinquantacinque anni. Arrivata alla fine la sua tecnica di pulizia delle orecchie sarebbe stata così straordinaria che al pensiero del giorno in cui avrebbe usato l'ultimo bastoncino rimasto, la punta arrotondata del cotton fioc gli sarebbe apparsa sacra come la testa di un monaco.

Potreste pensare che queste storie siano uno scherzo, invece è tutto vero. La cosa assurda è che queste clienti si sono accorte per la prima volta della quantità di oggetti che possedevano solo dopo aver riordinato. Inoltre, nonostante le grandi quantità accumulate, erano sempre in agitazione, temendo che quanto avevano non fosse sufficiente o che sarebbe finito in poco tempo. Io credo che se si ha la tendenza ad accumulare scorte, non esiste una quantità che ci faccia sentire sicuri. Al contrario, più si possiede, più si è terrorizzati che quanto si ha possa terminare e si diventa più ansiosi.

Con una scorta di due, si corre a comprarne cinque. Questo si verifica spesso.

A differenza di un negozio, se in una casa viene a mancare qualcosa non è poi così grave. Al massimo potreste subire qualche disagio ma non sarebbe nulla di irreparabile.

Queste sono le scorte che mi sono capitate. Quando ci chiediamo che cosa farne, l'unica cosa è usarle senza tanti complimenti. Accumulandone troppe, però, molti articoli si deteriorano e spesso vanno sprecati.

Ciò che vi consiglio di fare è adottare una strategia per liberarvene: date le scorte in eccesso a qualcuno, donatele in beneficenza o vendetele in un negozio dell'usato. Alcuni potrebbero obiettare di fronte all'ipotesi di buttare della roba comprata, ma alleggerirsi una volta per tutte e condurre una vita con le cose ridotte all'essenziale è la scorciatoia più breve per imparare a riordinare in brevissimo tempo.

Se esperimenterete uno stile di vita senza troppe cose inutili, non rinuncerete più a questo senso di liberazione e non accumulerete più scorte. Invece – come sento dire spesso dai miei clienti – quando le vostre scorte finiranno, potrete divertirvi a vedere quanto tempo riuscite a stare senza quella cosa, provare a sostituirla con qualcos'altro o addirittura farne a meno.

L'importante è verificare subito le scorte che possedete e ridurle al minimo necessario.

## **Continuate a eliminare finché non arrivate al momento in cui la quantità giusta «fa clic»**

*Selezionate per categoria, nel corretto ordine e conservate solo ciò che vi rende felici.*

*Fatelo in una volta sola, in breve tempo, completamente.*

Poi, che cosa pensate che succederà? Innanzitutto, ciò che possedete diminuirà notevolmente. Poi, cosa più importante, assaporerete una sensazione di freschezza che non avete mai provato e acquisterete piena fiducia nella vita che vi aspetta.

Sapete qual è la quantità ideale di oggetti da avere?

Probabilmente la maggior parte di voi non lo sa. Soprattutto se vivete in Giappone da quando siete nati, avete vissuto senza dubbio circondati da più cose del necessario. Sono certa che molte persone non riescono a immaginare quante cose bisogna possedere per vivere serenamente.

Se riordinando continuerete a eliminare oggetti, arriverà un momento in cui vi accorgerete qual è la quantità giusta per voi. Grazie all'istinto, capirete qual è quel momento. All'improvviso, nella vostra testa scatterà un «clic» e direte: «Ah, questa è la quantità di roba di cui ho bisogno per vivere senza problemi!», oppure «Non ho bisogno di nient'altro per essere felice». In quel momento, il senso di soddisfazione sarà chiaramente percepibile. Questo è il momento in cui la quantità giusta «fa clic». Strano ma vero, dopo aver raggiunto questo punto, le vostre cose non aumenteranno più e di conseguenza non subirete l'effetto boomerang.

La quantità giusta cambia da persona a persona: chi ama le scarpe ne possiederà cento paia, altri non vorranno avere che libri. Io sono la tipica persona che possiede più vestiti da indossare in casa che per uscire, mentre ci saranno persone che di vestiti da mettere in casa non ne possiedono neanche uno perché nel loro appartamento vanno in giro nude (e sono più di quante pensate).

Mettendo in ordine la casa e diminuendo le cose in vostro possesso, capirete a che cosa dare importanza nella vostra vita e riuscirete a distinguere chiaramente i veri valori. Ma non concentratevi sul ridurre ciò che avete o sulla ricerca di un metodo efficace di organizzare gli spazi. Concentratevi piuttosto sulla scelta delle cose da conservare in base a ciò che vi fa stare bene, e godetevi la vita secondo le vostre regole. Non è questo il vero piacere del riordino?

Se avete la sensazione di non aver ancora sentito quel «clic», vuol dire che non avete ancora ridotto abbastanza quello che avete. Abbiate fiducia in voi stessi e continuate il vostro lavoro.

# Fidatevi del vostro istinto e andrà tutto a meraviglia

«Selezionate quello che vi emoziona al tatto.»

«Appendete tutti quei vestiti che sembrano più felici su un attaccapanni.»

«Non preoccupatevi di buttare via troppe cose, quando arriverete alla quantità giusta sentirete un ‘clic’.»

Se avrete letto fin qui vi sarete probabilmente accorti che il mio metodo è basato sulle sensazioni che provate.

Molti resteranno perplessi di fronte a espressioni astratte come «scegliere ciò che vi comunica qualcosa» o «capirete la quantità giusta con un ‘clic’».

La maggioranza dei metodi di riordino dà indicazioni numeriche precise come: «Buttateli se non li usate da due anni», «La quantità ideale è composta da sette giacche e dieci camicette», «Eliminate una cosa per ognuna che ne comprate».

Io credo che sia proprio questa la causa dell’effetto boomerang. I metodi di riordino basati sul know-how che seguono criteri indicati da altri, ammesso che creino un ordine temporaneo, se non sono in sintonia con ciò che ci fa stare bene, ci riconducono al punto di partenza. Solo voi potete decidere qual è l’ambiente che vi circonda che vi rende felici. L’atto di scegliere ciò che sarà nostro è una questione estremamente personale.

Per evitare di essere vittime dell’effetto boomerang, dovrete creare un metodo di riordino che vi si addice in base ai vostri principi.

Proprio per questo è importante che consideriate le vostre cose una per una e vi chiediate che tipo di emozione vi suscitano.

Non buttare le cose in eccesso che vi circondano non significa che le stiate trattando con rispetto. Anzi, è l’esatto contrario.

Riducendo le cose che avete a un quantitativo che vi permetta di gestirle in maniera appropriata, rivitalizzerete il rapporto che avete con loro.

Separarsi da qualcosa non vuol dire rinunciare alle proprie esperienze passate o alla propria identità. Attraverso la selezione delle sole cose che vi emozionano riuscirete a identificare nei dettagli quello che amate e quello di cui avete bisogno.

Nel confronto faccia a faccia con le cose che ci appartengono, ognuna evocherà in noi un’emozione particolare. Le emozioni che proviamo in quel momento sono reali, e ci danno l’energia per andare avanti.

Quando domandate al vostro cuore se sente un’emozione, credete a ciò che vi risponde.

Se vi fidate di quell’istinto, tutti gli elementi della vostra esistenza si interconetteranno in maniera sorprendente e la vostra vita cambierà in modo radicale.

Proprio come per effetto di un tocco magico.

Riordinare è quella magia che ridesta la vostra esistenza, e la rende viva.

capitolo quarto

# LEZIONI DI ORGANIZZAZIONE PER FAR RISPLENDERE LA VOSTRA VITA

# Decidete la collocazione di ogni cosa

Questa è la mia routine quotidiana quando rientro a casa dopo il lavoro.

Apro la porta e per prima cosa saluto la casa con un: «Sono tornata!» Poi mi rivolgo alle scarpe indossate il giorno prima e lasciate all'ingresso: «Grazie per il vostro duro lavoro di ieri», e le ripongo nella loro scatola. Mi tolgo le scarpe che indosso in quel momento e le allineo ordinatamente sul pavimento dell'ingresso. Vado in cucina e metto il bollitore sul fuoco, poi entro in camera da letto, appoggio delicatamente la borsa sul morbido tappeto di pelle di pecora e mi cambio. Mentre sistemo la giacca e il vestito sugli attaccapanni rivolgo loro delle parole di ringraziamento: «Anche oggi avete fatto un buon lavoro!» e li appendo sulla maniglia dell'armadio (il posto dove metto temporaneamente gli abiti dopo averli tolti), poi butto i collant nella cesta della biancheria sporca in basso a destra, e da un cassetto dell'armadio estraggo gli indumenti da casa che mi va di indossare in quel momento. Accarezzo la pianta vicino alla finestra, che mi arriva alla vita, e le dico: «Sono a casa».

Il passo successivo consiste nello svuotare tutto il contenuto della mia borsa sul tappeto, e rimettere ciascun oggetto nella sua collocazione di appartenenza. Prima di tutto, tiro fuori le ricevute dal portafoglio. Poi, rimetto il portafoglio nel suo contenitore apposito situato nel cassetto sotto il letto e gli esprimo la mia gratitudine congedandolo con un: «Buon riposo». Ripongo accanto a lui la custodia portabbonamento e il portabiglietti da visita. Nello stesso cassetto c'è una scatola rosa d'antiquariato in cui ripongo l'orologio da polso e le chiavi di casa, e in un portagioie lì accanto metto gli orecchini e la collana, non senza averli ringraziati per il loro sostegno quotidiano.

Dirigendomi verso l'ingresso, rimetto il libro e il quaderno che avevo portato con me durante la giornata al loro posto sullo scaffale delle scarpe (ho convertito in libreria uno dei ripiani) e ripongo le ricevute nel borsellino apposito sulla mensola sottostante. Accanto ho creato «l'angolo degli apparecchi elettronici», e ci metto la fotocamera digitale che uso al lavoro. Butto le carte che ho finito di usare nel cestino dei rifiuti sotto l'angolo cottura, e mentre do uno sguardo alla posta (le lettere già esaminate vanno subito nell'immondizia!), metto il tè in infusione.

Tornata in camera, rimetto la borsa ormai svuotata nel suo contenitore, che piazzo sul ripiano in alto dell'armadio; prima di chiudere lo sportello la congedo con un: «Hai lavorato tanto. Buonanotte». Da quando sono rientrata a casa non sono passati che cinque minuti. A quel punto, mentre mi gusto il mio tè appena fatto, posso tirare un sospiro di sollievo e rilassarmi.

Non vi ho fatto questo resoconto per vantarmi dell'armonia che contraddistingue il mio stile di vita, bensì per spiegarvi l'importanza di stabilire un posto ben definito per ogni cosa, in modo che anche quando tornate a casa stanchi riusciate a sistemare tutto senza pensarci troppo, e possiate avere ogni giorno più tempo per essere felici e rilassarvi.

Il punto cruciale nello stabilire una collocazione per ciò che possedete sta nel trovare un posto per ogni cosa, nessuna esclusa.

Di sicuro a qualcuno verranno le vertigini al pensiero di trovare una collocazione a tutto, pensando che un lavoro del genere potrebbe protrarsi per l'eternità, ma non disperate. Trovare un posto per ogni cosa a prima vista potrebbe sembrare un'operazione complicata, ma non è affatto così (se ci riflettete con calma, vi accorgete che è più facile rispetto al lavoro di selezione che avete già fatto). Dal momento che avete già deciso quello che conserverete di ciascuna categoria, sarà sufficiente organizzare gli elementi dello stesso gruppo vicino a quelli di un gruppo simile.

È importante che ogni cosa abbia una collocazione ben definita perché se ci fosse anche una cosa

sola senza una sistemazione fissa, le possibilità di disordine aumenterebbero in maniera esponenziale.

Per esempio, facciamo finta che ci sia una mensola vuota. E che senza pensarci ci poggiate sopra uno di questi oggetti «senza fissa dimora». Quell'errore sarebbe la vostra rovina. Temendo che quel povero oggetto si senta solo, tanti suoi «simili» accorreranno in massa per «consolarlo», e lo spazio che finora vi eravate sforzati di tenere libero si riempirà di cianfrusaglie come se qualcuno avesse detto all'improvviso: «Spostiamoci tutti qui!»

Stabilite un posto fisso per le vostre cose una volta per tutte e ne scaturiranno effetti incredibili: non solo non comprerete più cose inutili, ma sarete anche motivati a ridurre le scorte di oggetti superflui. Decidete il posto definitivo per ogni cosa che possedete, nessuna esclusa: l'essenza dell'organizzazione è proprio questa. Se ignorerete questo principio basilare e inizierete a provare le soluzioni organizzative del momento ve ne pentirete: questi sistemi non sono altro che prigioni in cui rinchiodare le cose che non vi ispirano più nessuna gioia.

La causa principale dell'effetto boomerang è la mancata assegnazione di un posto specifico per ciascun oggetto. Al contrario, decidendo la collocazione fissa per ognuno, rimettere le cose al loro posto legittimo vi permetterà di tenere la casa in ordine senza sforzo.

Se le cose non hanno uno spazio tutto per loro, dove pensate di metterle?

Assegnate un posto alle vostre cose e dopo averle usate rimettetele lì.

Questo è il presupposto fondamentale per l'organizzazione.

## **Non affrettatevi a organizzare le cose se prima non avete finito di buttare ciò che non serve**

I partecipanti dei miei seminari rimangono sempre sorpresi quando mostro loro le foto del «prima e dopo» delle case che aiuto a riordinare.

Il commento più comune è: «Nella stanza non è rimasto niente». È la verità. Sono molti i casi in cui i miei clienti decidono di lasciare libero il pavimento e di fare in modo che nella stanza non ci sia nulla che ostruisca il campo visivo. Scompaiono persino gli scaffali di libri. Ciò non significa che li hanno buttati assieme al loro contenuto, piuttosto li hanno spostati nell'armadio o nella dispensa. Mettere gli scaffali di libri nell'armadio è una delle mie procedure organizzative più usuali. Se il vostro armadio fosse già pieno fino all'inverosimile, pensereste che non ci sia verso di farci entrare uno scaffale di libri. O almeno, il 99% delle persone la pensa così.

Invece, di spazio ce n'è abbastanza.

Vi assicuro che la quantità di spazio che avete a disposizione nella vostra stanza è perfetta per organizzare tutto. Ho sentito tante di quelle lamentele e preoccupazioni sulla mancanza di spazio che ho perso il conto, ma sono giunta alla conclusione che non esiste casa che non disponga di sufficiente spazio nel senso più vero del termine. I problemi che si riscontrano sono legati al fatto che si possiedono troppe cose inutili.

Se imparerete a scegliere in maniera corretta le cose da conservare, vi resterà solo la quantità che si adatta perfettamente allo spazio che avete a disposizione. È questo il magico potere del riordino. Può sembrare impossibile, ma il mio metodo di stabilire che cosa conservare in base a ciò che vi

emoziona è davvero preciso.

Come prima cosa, buttate via ciò che non serve. Quando avrete terminato, decidere un posto per quanto è rimasto sarà facile, dal momento che le cose saranno un terzo o un quarto della quantità da cui siete partiti.

Se prima di aver eliminato quelle superflue vi mettete a pensare ai vari modi di organizzarle e iniziate a spostarle, potrete riordinare quanto vi pare, ma sarete condannati a subire l'effetto boomerang.

Secondo voi, perché ve lo dico con tanta sicurezza?

La risposta è: «Perché è successo anche a me».

Sì, proprio a me. Nonostante ora insista sul fatto che non bisogna diventare «esperti di soluzioni organizzative», o che bisogna mettere da parte la fase dell'organizzazione in favore dell'eliminazione, ebbene, fino a poco tempo fa, il 90% dei miei pensieri era concentrato su come organizzare gli spazi. Non a caso iniziai a ossessionarmi con il riordino all'età di cinque anni, e quella parte della mia «carriera» è stata nettamente più lunga rispetto alla fase di eliminazione delle cose, che attraversai quando facevo le medie. Ai tempi delle elementari, come sarà capitato a molti, armata del libro o della rivista di turno, misi in pratica ogni sistema possibile di organizzare gli spazi, sperimentando una lunga serie di fallimenti.

Che si trattasse della mia stanza, di quella di mio fratello o di mia sorella o addirittura a scuola, passavo le mie giornate a esaminare il contenuto di mobili e cassetti e a spostare le cose di qualche millimetro per vedere se riuscivo a trovare l'organizzazione perfetta: «E se muovessi lì quella scatola?», «E se eliminassi quel divisore?». Non importa dove mi trovassi, chiudevo gli occhi e riorganizzavo mentalmente il contenuto di un cassetto come fossero pezzi di un puzzle. Il risultato di essermi soffermata in tenera età a ragionare così tanto su scatole, scaffali e divisori è che l'organizzazione ha sempre rappresentato per me una specie di sfida mentale, il cui obiettivo consisteva nel vedere quanto più riuscivo a stipare in uno spazio usando il mio raziocinio. Se trovavo uno spazio tra due mobili, ci incastravo senza esitazione qualche diavoleria che poi riempivo fino all'inverosimile gongolando trionfante. A un certo punto, avevo assunto un atteggiamento di sfida nei confronti della mia casa e delle mie cose e, per qualche motivo, ero sempre sulla difensiva.

## **Organizzate gli spazi nella maniera più semplice possibile**

Quando ho iniziato questo lavoro, ho avuto come la sensazione di dover dimostrare agli altri la mia abilità nell'inventarmi soluzioni organizzative geniali, che nessun altro sarebbe stato in grado di imitare. Pensavo ai metodi presentati sulle riviste: «È incredibile come piazzando alcune assi in uno spazio così stretto siano riusciti a creare degli scaffali su cui conservare tante cose!». Se avessi proposto soluzioni sorprendenti come quelle, i miei clienti sarebbero stati più soddisfatti.

Invece, ho capito che queste idee così ingegnose si rivelano una gratificazione solo per chi le progetta. Per chi le usa, sono semplicemente poco pratiche.

Un esempio palese viene fornito da una situazione in cui aiutai una mia cliente a organizzare la cucina. A un certo punto saltò fuori il disco girevole di un vecchio microonde inutilizzato. Erano due



dischi messi uno sull'altro, come i tavoli rotondi dei ristoranti cinesi, strutturati in modo che quello superiore potesse ruotare su sé stesso. Contenta che il resto del forno di cui faceva parte fosse stato buttato chissà dove, decisi che avrei usato quel sistema di dischi per riporci sopra qualcosa. Iniziai a pensare a come utilizzarlo, ma sia la forma rotonda sia lo spessore lo rendevano difficile da collocare.

All'improvviso, la mia cliente si lamentò di non riuscire a gestire le sua copiosa scorta di spezie. Aprendo lo sportello accanto al lavandino constatai che era pieno di bottiglie. Avevo deciso di usare a tutti i costi il disco girevole di prima, perciò tirai subito fuori tutte le bottigliette stipate e lo infilai nello stipetto. Le dimensioni combaciavano perfettamente. Mettendoci sopra le bottiglie, il risultato finale ricordava l'allestimento di un negozio. Inoltre, cosa molto utile, facendo ruotare il disco si poteva avere facile accesso anche alle cose sul retro. La mia cliente, colpita dal risultato, era soddisfattissima. E vissero felici e contenti.

In realtà non mi ci volle molto per accorgermi che nel mio metodo c'era un errore. Durante la lezione seguente esaminai la cucina, e sebbene ogni angolo fosse ordinatissimo, lo sportello delle spezie era un disastro. Chiesi alla mia cliente che cosa fosse successo e lei mi rispose che ogni volta che faceva girare il disco, le bottiglie cadevano e si rovesciavano: ne aveva così tante che per farcele entrare le aveva radunate tutte intorno al bordo, il che creava problemi a far girare il disco. Era proprio così. A furia di voler trovare una soluzione organizzativa sorprendente, mi ero ostinata a servirmi di una cosa senza considerare quello che ci stavo mettendo sopra. Se solo ci avessi pensato un attimo, avrei capito che le bottiglie di scorta non dovevano essere tirate fuori così di frequente, perciò non c'era bisogno di avere accesso allo spazio sul retro. Inoltre, sapevo benissimo che tutto ciò che è rotondo sfrutta male lo spazio e che non è adatto per riporci nulla.

In definitiva, tolsi il disco e infilai le bottiglie in un contenitore quadrato che sistemai nello stesso sportello. Non era una soluzione particolarmente creativa, ma in base a ciò che mi riferì la mia cliente, si rivelò un sistema facile da usare.

A partire da quest'esperienza, giunsi alla conclusione che il modo di organizzare lo spazio dovrebbe essere il più semplice possibile. Non ha senso escogitare metodi complicati. Nel dubbio, chiedete che cosa ne pensano la vostra casa e le vostre cose.

Credo che chiunque sia consapevole che la causa principale del disordine si deve al fatto che possediamo troppe cose. E la ragione per cui possediamo troppe cose, nella maggior parte dei casi, è che noi stessi non siamo consapevoli di tutto ciò che possediamo. E proprio questo rende difficile organizzarle. A mio giudizio, per evitare che le proprie cose diventino troppe, basta semplificare l'organizzazione degli spazi.

Se gli spazi vengono organizzati nella maniera più semplice possibile, si vede subito quante cose ci sono. È questo il punto principale del successo nel mantenere in ordine una stanza.

Se uso l'espressione «il più possibile» c'è un motivo. Per quanto possiate semplificare i metodi di organizzazione degli spazi, è impossibile che vi ricordiate esattamente di tutto ciò che possedete. Nonostante l'organizzazione della mia casa sia strutturata nel modo più semplice del mondo, a volte mi capita di aprire un cassetto e di accorgermi di qualcosa che neanche sapevo cosa fosse – né che fosse lì. Immaginate se dividessi i cassetti in tre livelli in base alla frequenza d'uso, o in base alla stagione... Sono sicura che molti vestiti rimarrebbero nei cassetti a lungo senza vedere la luce del sole. Per scongiurare un'ipotesi del genere, organizzate lo spazio nel modo più semplice possibile.

# Non disseminate gli spazi dove riporre le vostre cose

Per le ragioni già esposte, il metodo di organizzazione degli spazi che vi consiglio di usare è molto semplice. Le regole sono solo due: le cose che appartengono alla stessa categoria vanno nello stesso posto, e gli spazi dove riponete le vostre cose non devono essere sparsi per tutta la casa.

Anche i modi per classificare i vostri effetti personali sono solo due: *per oggetto* e *per proprietario*. Potrebbe essere più facile da capire facendo una distinzione tra chi vive da solo e chi vive con la famiglia.

La situazione di chi vive da solo o di chi ha una stanza sua è senza dubbio la più facile. In questo caso è sufficiente trovare un posto per ciascun oggetto.

Non c'è bisogno di fare ragionamenti difficili, il modo di procedere per separare le categorie è lo stesso di quello che avete adottato per buttare via le cose: prima i vestiti, poi i libri, le carte, gli oggetti misti e per ultimi i ricordi. Selezionando in quest'ordine, radunate ogni articolo nel posto in cui riporrete il gruppo di cui fa parte. Esiste anche un modo meno vincolante di questo. Invece di ragionare in termini di categoria, potete mettere insieme tutte le cose che vi sembrano fatte dello stesso materiale, come «oggetti di stoffa», «oggetti di carta» e «apparecchi elettronici», e sulla base di questo criterio trovare un posto per tutto. Invece di immaginare dove potrebbero essere usati e pensare a quanto spesso potrebbero essere adoperati, questo modo è molto più diretto e il risultato è che riuscirete a dividerli in maniera molto più efficace.

Se finora avete seguito diligentemente le fasi di selezione delle cose in base a ciò che vi suggeriva il cuore, dato che avete già raccolto uno per uno tutti gli oggetti sparsi per la casa, e li avete radunati nello stesso posto, dovrete capire come muovervi. Il lavoro di selezione svolto finora vi è servito come esercizio per affinare l'intuito e potete metterlo a frutto in questa fase in cui dovrete designare un posto per ogni cosa.

Se vivete con la famiglia, come prima cosa separate nettamente lo spazio assegnato a ogni componente. È assolutamente necessario. Oltre all'angolo per voi stesse, stabilite uno per la vostra dolce metà e uno per i figli e, dopo che il legittimo proprietario avrà scelto le cose che conserverà, potete riporle in quello spazio una per una. È sufficiente fare così.

La cosa fondamentale è che, nei limiti del possibile, a ogni persona sia assegnato solo un posto. In altre parole, l'area in cui riponiamo le nostre cose dovrà essere concentrata in un punto solo. È proprio quando i posti per riporle sono sparsi qua e là che la casa si ritrova in disordine in un attimo. Se il legittimo proprietario radunerà i suoi oggetti in un unico posto, oltre a contribuire al mantenere l'ordine negli armadi, si otterranno risultati ineguagliabili.

Qualche tempo fa, una cliente mi chiese di insegnare a sua figlia di tre anni a riordinare. Esaminando la casa, notai che i vestiti della bambina erano in una cassettera nella sua cameretta, i giocattoli in soggiorno e i libri nella stanza in stile giapponese; secondo le regole di base, radunammo tutti i suoi effetti personali sparsi in questi tre posti nella stanza col tatami. La mia cliente mi disse che da quel giorno sua figlia fu perfettamente in grado di scegliere i suoi vestiti e di rimetterli a posto da sola. Sebbene fossi stata io a darle istruzioni, dentro di me ero sorpresa: «Persino una bambina di tre anni ha imparato a riordinare!»

Chiunque è felice di avere un angolo tutto per sé. Rendervi conto che si tratta di uno spazio «solo vostro», vi va venir voglia di occuparvene. Se è difficile avere una stanza per ciascuno, potete

sempre assegnare a ognuno uno spazio dove riporre le cose.

Dai racconti di chi non sa riordinare si capisce che sin da piccoli erano le mamme a mettere in ordine la loro stanza, oppure che non hanno mai avuto uno spazio che sentivano come proprio.

Soprattutto le casalinghe tendono a riporre una parte dei loro vestiti nell'armadio dei bambini, una parte dei loro libri sullo scaffale del marito e via dicendo. Io credo che sia pericoloso non avere uno spazio «tutto per sé» di cui occuparsi.

Ognuno ha bisogno del suo luogo sacro.

Capisco benissimo che quando vi accingete a riordinare la casa è difficile resistere alla tentazione di iniziare dagli spazi comuni o da oggetti che adopera tutta la famiglia, come medicine, detersivi o utensili di uso generale. Ma vi prego di lasciarli per dopo. Partite dalle vostre cose, e organizzate il vostro angolo. Facendo così imparerete rapidamente le basi del riordino. Proprio come quando si scelgono gli oggetti da conservare, seguire l'ordine preciso è fondamentale.

## **Ignorate le teorie sul «flusso delle azioni» e sulla «frequenza d'uso»**

«Organizzate gli spazi in cui riporre le cose considerando il 'flusso delle azioni'.»

Ho notato che questa frase viene sempre fuori nei libri sul riordino un po' più formali. Non dico che questo concetto sia sbagliato. Molte persone propongono metodi di organizzazione degli spazi basati su un'attenta riflessione sul «flusso delle azioni», perciò quanto mi accingo ad affermare si riferisce solo ed esclusivamente al mio metodo: ignorate il «flusso delle azioni».

Mi capitò una situazione in cui una mia cliente, una casalinga di cinquant'anni che chiameremo N., aveva appena terminato di sistemare le sue cose e stava per iniziare a riordinare quelle del marito.

«Se mio marito non trova il telecomando, i libri e tutte le altre cose a portata di mano, si infastidisce.»

Effettivamente, ispezionando i vari spazi, gli effetti personali di suo marito erano sparsi per tutta la casa: accanto al water c'era una mensola con alcuni suoi libri, all'ingresso un posto destinato alle sue borse, in bagno un angolo in cui conservava biancheria e calzini.

Non feci eccezione nemmeno in questa situazione: le cose dovevano essere riposte in un punto solo. Feci spostare a N. la biancheria, le calze e le borse del marito nell'armadio in cui erano appesi i suoi vestiti.

«Ma a lui piace tenere le cose nel posto in cui le usa... Magari si arrabbierà.» La mia cliente sembrava preoccupata.

Uno dei criteri più sbagliati sull'organizzazione degli spazi è che sia meglio sistemare le cose dove è più facile tirarle fuori. Questo sistema nasconde una trappola: dietro al disordine, infatti, c'è l'incapacità di rimettere le cose al loro posto. Ciò significa che, più che a facilitare il momento dell'uso, bisognerebbe pensare a risparmiare la fatica quando si devono mettere via. Quando ci serve una cosa, abbiamo un motivo per tirarla fuori, perciò non ci preoccupiamo più di tanto dell'eventuale sforzo da fare. Le cause del disordine, invece, dipendono dal fatto che è fastidioso rimetterla a posto o non si sa bene dove metterla. Se sottovalutiamo questo aspetto, rischiamo di creare un sistema che sfocia facilmente nel disordine. Alle persone pigre come me consiglio di concentrare in un punto solo

l'area in cui riporre le proprie cose. Il fatto che tenere sempre tutto a portata di mano sia più comodo, diversamente da come si potrebbe pensare, è un'impressione sbagliata.

Molte persone vogliono decidere dove riporre le proprie cose in accordo con il flusso delle loro azioni, ma questo «flusso delle azioni» come si stabilisce? Certamente non in base a quelle del soggetto, ma quasi sempre alla posizione di armadi e ripostigli. In altre parole, potremmo credere di aver riposto le nostre cose in modo da favorire i movimenti, ma in realtà siamo noi ad adeguare inconsciamente i nostri gesti all'organizzazione degli spazi che abbiamo creato.

Perciò, se collocherete le vostre cose in modo da seguire il flusso delle azioni nella vita quotidiana, oltre a non risolvere nulla, disperderete i posti in cui riporle e molto probabilmente i vostri effetti personali aumenteranno. Inoltre, vi dimenticherete presto di come avete disposto ciò che vi serve e questo non farà che complicarvi la vita.

Considerando le dimensioni medie della tipica casa giapponese, non credo che un'organizzazione che segue il flusso delle azioni faccia tutta questa differenza. Se camminando lentamente impiegate dieci o venti secondi per attraversare tutta la casa, non credete che preoccuparsi del flusso delle azioni non sia fondamentale?

Se il vostro obiettivo è avere una stanza in ordine, più che pensare a come sistemare le cose per facilitare il flusso delle azioni, è importante fare in modo che si capisca subito dove le avete riposte. Perciò, senza complicare troppo le cose, se decidete il posto dei vostri effetti personali seguendo il modo in cui è strutturata la casa, sarà più probabile che vada tutto per il meglio. La vostra casa sa già qual è il posto giusto in cui dovrete riporre ogni cosa.

Il mio modo di organizzare le case che riordino è talmente semplice che mi ricordo dove ho messo ogni cosa di quasi tutti i miei clienti.

Anche se non mi preoccupo mai del flusso delle azioni in relazione a quella casa specifica, i miei clienti non hanno mai avuto problemi. Al contrario, una volta creato un semplice piano organizzativo, non devono mai chiedersi dove va riposta una cosa, ma diventa naturale per loro rimetterla a posto e non ho mai saputo di case che fossero tornate a essere disordinate.

A ogni modo, conservate le cose simili vicine tra loro, non disperdetele in posti diversi. Se seguirete questo consiglio, noterete che le azioni fluiscono effettivamente in modo naturale!

Così come per il flusso delle azioni, detto francamente, non c'è bisogno di prendere in considerazione nemmeno il principio della «frequenza d'uso». Alcuni libri sull'argomento dividono gli oggetti in sei categorie a seconda della frequenza con cui vengono utilizzati: tutti i giorni, una volta ogni tre giorni, una volta a settimana, una volta al mese, una volta l'anno e meno di una volta l'anno. Sono l'unica a cui gira la testa al pensiero di dividere i miei cassetti in sei parti? Al massimo, li divido in due: le cose che uso spesso e quelle che uso di meno. Le cose che uso di meno le metto sul retro, quelle che uso di più le tengo davanti.

Non c'è bisogno di pensare a queste cose quando decidete dove mettere ogni singolo oggetto. Quando scegliete gli oggetti da conservare, ascoltate ciò che vi suggerisce il cuore: quando stabilite dove riporle ascoltate che cosa vi suggerisce la casa. Se ricorderete di fare così, potrete andare avanti a collocare le vostre cose senza che sorga in voi il minimo dubbio.

**Vietato accatastare le cose una sull'altra, il segreto è metterle in verticale!**

Che si tratti di documenti, libri o vestiti, ci sono persone che accatastano qualsiasi cosa, in qualunque posto della casa. Per me è un crimine!

Se c'è una cosa su cui insisto, è quella di sistemare le cose in verticale.

Io metto in verticale i vestiti, che piego e allineo nei cassetti. Metto in verticale i collant, che arrotolo e ripongo gli uni accanto agli altri. Metto in verticale nei cassetti anche gli articoli di cancelleria: le scatoline di punti della cucitrice, il metro e la gomma per cancellare. Anche il computer portatile lo metto in verticale sulla libreria come se fosse un quaderno. Gli spazi dove riponete le cose dovrebbero essere sufficienti, ma se non vi basteranno, mettendole in verticale risolverete il problema.

Io ripongo i miei effetti personali in verticale ed evito di metterli uno sull'altro per due motivi: il primo è perché accatastandoli si finisce per avere a disposizione uno spazio senza limiti. Le cose possono essere messe le une sulle altre all'infinito, il che rende più difficile notare la crescita di volume. Al contrario, quando allineiamo tutto in verticale, con l'aumentare degli oggetti finirà lo spazio. Se vi succederà ve ne accorgete subito: «Oh no, sto di nuovo accumulando troppe cose!»

Il secondo motivo è che accatastare le cose una sull'altra è doloroso per quelle che si trovano sotto. Quando le cose sono messe le une sulle altre, quelle che stanno sotto vengono schiacciate. Accatastare indebolisce e logora le cose che sopportano il peso del resto del mucchio. Immaginate come vi sentireste voi se vi costringessero a portare sulle spalle un grosso fardello per ore.

Le cose che finiscono sul fondo piano piano scompaiono perché ci dimentichiamo che esistono. Quando mettiamo i vestiti uno sopra l'altro, quelli capitati sotto vengono usati meno. I capi che appena acquistati entusiasmano i miei clienti ora non vengono degnati di uno sguardo. Perché? Generalmente questo succede ai vestiti che stanno per molto tempo alla base del mucchio.

Questo discorso è valido anche per carte e documenti. Nel momento stesso in cui su un documento ne viene piazzato un altro, quello di sotto smette di esistere per noi, e senza rendercene conto ritardiamo il momento in cui ce ne occuperemo o addirittura ce ne dimentichiamo e basta.

Vi raccomando di mettere in verticale ogni cosa che può stare in piedi.

Prendete una pila di cose che avete e provate a disporre tutto in verticale: cambierà la percezione del volume di quello che possedete.

Questa tecnica di organizzazione in verticale può essere usata ovunque. I frigoriferi tendono a essere caotici ma vedrete che se proverete a mettere in verticale ciò che si può reggere in quel modo tornerà tutto in ordine in un attimo. Piccola parentesi: io vado matta per le carote. Aprendo il mio frigo ne troverete una serie, tutte allineate in verticale nello spazio riservato alle bottiglie.

## **Contenitori e divisori non servono!**

Il mondo è pieno di pratici sistemi per organizzare i propri spazi: divisori regolabili, contenitori di stoffa agganciabili al bastone appendiabiti, mensole sottili da infilare negli spazi tra i mobili. Potete trovarne di inimmaginabili nei negozi di qualsiasi tipo, dai «tutto a un euro» a quelli di arredamento di lusso.

Essendo stata anch'io una fanatica di contenitori e divisori, a un certo punto della mia vita ho provato qualsiasi articolo in commercio, da quelli tradizionali a quelli più assurdi. Per quanto possa sembrarvi strano, a casa mia non ne è rimasto neanche uno.

Ciò che troverete sono cassettiere di plastica per i vestiti e per le chincaglierie, cassettiere di cartone che avevo sin dai tempi delle medie, una cesta di rattan dove tengo gli asciugamani. Per giunta tutti questi elementi sono collocati nell'armadio a muro. Oltre a questi, ci sono mensole in cucina e in bagno, e un armadietto per le scarpe all'ingresso. Non ho bisogno di una libreria perché tengo i libri e le carte su una mensola dell'armadietto delle scarpe. Il mio guardaroba e le mensole non sono particolarmente ampi, anzi, rispetto alla media sono anche più piccoli. Per farla breve, finché utilizzerete normali cassette e scatole, non avrete alcun bisogno di ricorrere a bizzarre «soluzioni organizzative».

Spesso mi viene chiesto che tipo di contenitori consiglio e chi me lo domanda si aspetta in risposta chissà quale sistema segreto da non svelare. Invece posso dirvelo tranquillamente: non c'è alcun bisogno di comprare divisori o qualsiasi altro prodotto nuovo, potete risolvere tutti i vostri problemi di organizzazione con quanto avete già in casa.

Io uso prevalentemente scatole di scarpe vuote. Ho provato tutti i tipi di contenitori, ma non ne ho trovato nessuno che fosse gratuito e funzionale allo stesso tempo come una scatola di scarpe. Ottiene un punteggio sopra la media in tutti i miei criteri di valutazione: «dimensione», «materiale», «robustezza», «facilità d'uso» e «fascino». Il buon equilibrio tra questi attributi e la versatilità sono senza dubbio i suoi punti di forza. Ultimamente le scatole delle scarpe hanno anche un design accattivante. Ogni volta che vado a casa di una cliente, la frase che dico sempre è: «Ci sono scatole di scarpe?».

Queste scatole possono essere impiegate in un'infinità di modi. Di solito le uso per riporre calzini e collant nei cassettei. La loro altezza è perfetta per collant arrotolati messi in verticale gli uni accanto agli altri. In bagno possono essere utilizzate per conservare le scorte di prodotti per l'igiene personale come shampoo e bagnoschiuma e sono perfette anche per i prodotti di pulizia della casa. In cucina, possono essere utilizzate per le scorte di alimenti oppure per contenere sacchi dell'immondizia o strofinacci. Le adopero anche per metterci gli oggetti che uso meno di frequente, come tortiere e teglie da forno, che poi colloco in uno dei ripiani superiori. Per la sua semplicità, è un sistema molto popolare tra i miei clienti. Non riesco a capire perché molte persone mettono le teglie in buste di plastica, a mio giudizio sono più facili da usare se tenute in una scatola di scarpe. Quando i miei clienti mi dicono che in questo modo trovano più spesso l'occasione di fare i dolci non posso che esserne felice!

Essendo basso, il coperchio di una scatola di scarpe può essere usato come vassoio. Potete metterlo nella dispensa e radunarci sopra spezie e condimenti, evitando che la mensola si sporchi. A differenza dei rivestimenti antimacchia di plastica che si trovano in commercio, il coperchio della scatola non scivola ed è molto più facile da sostituire. Nel caso in cui conserviate utensili da cucina come mestoli e spatole nei cassettei, provate a collocare nel cassetto il coperchio della scatola: non solo eviterà agli utensili di scivolare e di sbattere l'uno contro l'altro quando aprite il cassetto, ma farà le veci di un divisore in modo che possiate usare lo spazio in maniera più efficace.

Ovviamente oltre alle scatole di scarpe ci sono altri oggetti che possono essere usati per organizzare meglio i vostri spazi: quelli che uso più frequentemente sono i contenitori di plastica in cui consegnano i biglietti da visita quando vengono ordinati e la scatola di plastica trasparente degli iPod. Le scatole di molti prodotti della Apple sono ottime in quanto a stile e dimensioni, perciò se le avete in casa vi consiglio di usarle come divisori nei cassettei. Sono perfette per conservare gli articoli di cancelleria. Un altro modo molto comune di organizzare gli oggetti misti è di riporli nei tupperware in eccesso. Vanno bene scatole o contenitori qualsiasi purché quadrangolari.

Se mentre state riordinando trovate alcune scatole che potrebbero essere utili per metterci dentro

qualcosa, radunatele tutte nello stesso punto e tenetele da parte fino a che non inizierete ad assegnare un posto alle vostre cose. Quando avete finito di sistemare tutto, buttate via quelle che non avete usato, senza pensare che potreste adoperarle un giorno o l'altro. Per quanto riguarda scatoloni vuoti o scatole di apparecchiature elettroniche, sono troppo ingombranti per essere usati come divisori e troppo scomodi e antiestetici per essere usati come contenitori, perciò liberatevi.

Non vi consiglio di usare come divisori scatole rotonde, a forma di cuore o di forme irregolari perché normalmente non faranno un buon uso dello spazio. Se invece una scatola vi piace particolarmente è un altro discorso. Sarebbe un peccato lasciarla inutilizzata, perciò seguite l'istinto e adoperatela per metterci ciò che vi pare, che siano accessori per capelli, bastoncini per le orecchie o i vostri arnesi da cucito. Se abbinerete una scatola vuota a un oggetto che deve essere riposto da qualche parte, verranno fuori combinazioni originali, uniche al mondo. Sentitevi liberi di sperimentare tutto ciò che vi viene in mente e divertitevi.

Quando i miei clienti usano quello che hanno già in casa nei modi che ho citato sopra, si rendono conto di avere a portata di mano tutto ciò di cui hanno bisogno per organizzare le loro cose, senza dover comprare niente. Non nego che ci siano tantissimi prodotti interessanti in commercio, ma, per il momento, l'importante è rimettere a posto la casa il prima possibile. Invece di andare a comprare qualcosa che risolva un'esigenza provvisoria, aspettate di aver finito tutte le operazioni e poi cercate prodotti che soddisfino le vostre necessità e rispecchino il vostro gusto.

## **Riponete le borse in un'altra borsa**

Una volta, mentre riordinavo, mi colpì il fatto che c'era un che di svantaggioso nel modo in cui si organizzano le borse. Si tratta di un aspetto abbastanza ovvio: mi riferisco al fatto che siano vuote all'interno. Nonostante vengano conservate in punti strategici della casa, lo spazio che occupano, proprio perché vuote all'interno, è senza dubbio uno spreco. Le borse non si possono piegare e sono voluminose, per di più sono piene di carte appallottolate per mantenerne la forma: nelle case in cui c'è una carenza di spazio, questo spreco è a dir poco imperdonabile. Ciò che aggiunge al danno la beffa è che in men che non si dica la carta all'interno si riduce a brandelli e i pezzetti si spargono ovunque. Mi chiesi se non c'era proprio niente che si potesse fare in proposito.

Dopo aver pensato a tutte le possibilità, innanzitutto mi decisi a togliere la carta all'interno delle borse. Che bisognasse eliminare le cose che non ci procuravano gioia era il presupposto fondamentale del riordino. Al posto della carta infilai gli accessori fuori stagione: sciarpe e guanti in estate, costumi in inverno. In tal modo, la borsa conservava la propria forma originaria, e gli oggetti che non venivano usati trovavano una collocazione. Seppur felice di aver preso due piccioni con una fava, dopo neanche sei mesi dovetti ricredermi.

In teoria non era un metodo così sbagliato, ma al momento di usare la borsa, svuotarla di tutti gli oggetti indesiderati diventava un problema. Inoltre, a quel punto mi ritrovavo questi oggetti sparpagliati per tutto l'armadio.

Ovviamente non gettai la spugna. Continuai a cercare un'imbottitura che non si sfaldasse. Mi venne in mente di mettere in un sacchetto di stoffa gli oggetti che avrei usato per riempire la borsa. Tirarli fuori non era un problema e il sacchetto di stoffa era molto carino esposto nell'armadio. Ero più che soddisfatta.

Ma anche questa soluzione, che a prima vista sembrava ideale, nascondeva un tranello. Chiusi nella borsetta di stoffa, gli accessori non erano visibili, e quando venne la stagione adatta per tirarli fuori, dimenticai di svuotarne due. In poche parole, quegli accessori rimasero chiusi lì dentro per un anno. Quando finalmente me ne accorsi e, dopo tanto tempo, aprii quei sacchetti, gli oggetti avevano un aspetto molto triste. Questo fatto mi portò a una seria riflessione. Nonostante per principio non facessi il cambio di stagione per i vestiti normali, mi ero illusa che mi sarei ricordata di cose che non erano bene in vista. Perciò, liberai tutti quei poveri oggetti rimasti imprigionati. Ma a quel punto il problema era che le borse si erano afflosciate. Avevo bisogno di qualcosa per mantenerne la forma, ma non avevo intenzione di riempirle con roba fuori stagione di cui mi sarei completamente dimenticata. Non avendo altra scelta, decisi temporaneamente di mettere una borsa dentro l'altra, il che si rivelò una soluzione brillante. Facendo così utilizzai la metà dello spazio, e decisi di lasciare fuori i manici, in modo da non perdere le tracce del contenuto.

Il trucco sta nel mettere insieme le borse dello stesso tipo: se ne avete alcune che appartengono alla stessa categoria, create dei set: quelle rigide di pelle, quelle fatte con materiali invernali, quelle che usate in situazioni formali. Dividerle a seconda del materiale o del tipo di uso che ne fate significa che dovrete tirare fuori un set solo quando vi servirà una borsa specifica. Così è molto più facile. Nel caso degli zaini, piegandoli rimarrete sorpresi da quanto diventano piccoli, e per quanti ne avete, vi consiglio di radunarli tutti nello stesso zaino. C'è solo un dettaglio cui dovrete fare attenzione: non mettete troppe borse una dentro l'altra. Seguite il principio di metterne al massimo due in ogni borsa, in modo da essere sicuri di non dimenticare la loro esistenza. Riassumendo, il modo migliore per organizzare le borse è dividerle in gruppi in base al materiale, alla grandezza e alla frequenza con cui le utilizzate, e tenerle una dentro l'altra come fossero delle scatole impilabili. Manici e tracolle dovrebbero essere lasciati bene in vista. Se la borsa che viene usata per riporre le altre ha in dotazione una busta che vi hanno dato al momento dell'acquisto, usatela per riporci il set. Mettete in fila questi set come se fossero libri: se il vostro armadio ha i ripiani, riponeteli su quello più alto. Mettere una borsa dentro l'altra e cercare combinazioni diverse per creare dei set è divertente come fare un puzzle. Quando trovate la coppia perfetta di borse che combaciano perfettamente e si sostengono l'un l'altra è un momento commovente. È come assistere a un incontro voluto dal destino.

## **Svuotate la borsa ogni giorno**

Ci sono cose che vi servono ogni giorno, come il portafoglio, l'abbonamento ai mezzi pubblici e l'agenda. Molte persone non vedono il motivo di tirarle fuori dalla borsa quando tornano a casa perché le useranno nuovamente il giorno dopo: niente di più sbagliato. La collocazione permanente di un oggetto non dovrebbe essere in una borsa.

Lo scopo di una borsa è di contenere le vostre cose quando siete fuori casa. La riempite con ciò che vi serve, i documenti, il cellulare e il portafoglio, e lei li contiene tutti senza lamentarsi, anche se è sul punto di scoppiare. Quando la poggiate e il fondo si graffia contro il pavimento, non proferisce verbo, ma continua a fare del suo meglio per offrirvi il suo supporto. È una gran lavoratrice! Sarebbe una crudeltà non darle tregua nemmeno a casa. Il fatto che sia sempre colma, anche quando non viene usata, dev'essere un po' come andare a dormire a stomaco pieno. Se tratterete così le vostre borse, presto diventeranno logore e consunte.



Se non vi abituate a svuotare la borsa ogni giorno, è probabile che ci lascerete qualcosa dentro nel momento in cui deciderete di usarne un'altra e senza rendervene conto vi dimenticherete di quello che avete in ogni borsa. Non ritrovando una penna o una crema per le labbra, finirete per comprarne altre.

Gli oggetti che si trovano più facilmente all'interno di una borsa quando riordino con i miei clienti sono: pacchetti di fazzoletti di carta, monetine, scontrini accartocciati e gomme da masticare usate avvolte in un pezzetto di carta. Il rischio è che appunti importanti, documenti o accessori si mischino a questi oggetti.

Per evitare che accada, svuotate la borsa ogni giorno. Non è così fastidioso come sembra. Dovete solo trovare una sistemazione fissa per le cose che vi portate dietro ogni giorno. Per prima cosa procuratevi una scatola dove sistemare in verticale l'abbonamento ai mezzi pubblici, il borsellino e il tesserino di riconoscimento che usate al lavoro, e poi mettete la scatola in un cassetto del comò o nell'armadio. Va bene una scatola qualsiasi, ma se non ne trovate una della grandezza giusta, potete usare una scatola di scarpe. Oppure potete fare spazio in un angolo del cassetto, senza usare una scatola. Anche l'occhio vuole la sua parte perciò se usate una scatolina, cercatene una che vi piaccia davvero. Il posto ideale per riporla è la cassetiera dove riponete gli abiti, e se si trova anche vicino a dove tenete le borse è ancora più conveniente.

Se di tanto in tanto non svuotate la borsa non c'è nessun problema. Alcune volte torno a casa tardi la sera e non la svuoto perché dovrò usarla di nuovo la mattina del giorno dopo. Che rimanga fra noi, ma mentre scrivevo questo libro è capitato più volte che tornassi a casa e mi addormentassi per terra senza neppure cambiarmi.

L'importante è che designiate una collocazione specifica per tutte le cose che avete nella borsa in modo da riporle lì quando tornate a casa e dare alla borsa la possibilità di godersi il meritato riposo.

## **Tutto quello che occupa spazio nella stanza va spostato nell'armadio**

Se nella vostra stanza avete un armadio a muro, dovrete riporre lì tutte le vostre cose. L'armadio a muro è l'orgoglio delle case giapponesi: è largo e profondo, diviso in una parte superiore e una inferiore da un ripiano particolarmente robusto, e ha alcuni sportelli in alto. Eppure, proprio a causa della sua ampiezza, molte persone non sanno sfruttarne al meglio lo spazio. Chi di voi è tanto fortunato da averne uno del genere a casa, deve semplicemente affidarsi a lui e ogni cosa procederà per il verso giusto. Potete scervellarvi quanto vi pare a escogitare sistemi ingegnosi per risolvere i problemi di spazio, ma alla fine saranno quasi sempre più scomodi rispetto a ciò che avete già a disposizione.

Il metodo di base per usare un armadio a muro in maniera intelligente è questo: per prima cosa, come regola generale, le cose fuori stagione dovrebbero essere collocate nelle sezioni in alto. Fanno parte di questa categoria: decorazioni per varie feste dell'anno, addobbi natalizi, attrezzature per il tempo libero invernali, come sci ed escursionismo. Questo è anche il posto ideale per riporre gli album di fotografie troppo grandi che non entrano in una libreria normale. È assolutamente vietato metterli in uno scatolone, altrimenti resteranno lì senza vedere mai più la luce del sole: al contrario, riponeteli

in verticale nella parte anteriore del ripiano, come fareste per i libri.

Per i vestiti vi consiglio di usare contenitori rigidi di plastica trasparente, ma non quelli con il coperchio, bensì quelli strutturati come cassette. Nel momento in cui i vestiti vengono messi in un contenitore, diventa un problema recuperarli, e si finisce per non tirarli più fuori nemmeno nella stagione adatta. Inutile specificare che vanno piegati e messi in verticale.

Il futon va riposto sul ripiano superiore dell'armadio perché lì è meno esposto alla polvere e all'umidità. Lo spazio sottostante può essere usato per riporre piccoli elettrodomestici come ventilatori e stufette durante la stagione in cui non vengono utilizzati. Il modo migliore per organizzare un armadio a muro è di immaginare che sia una piccola stanza e riporre gli articoli in cassette o in altri contenitori. Una mia cliente «organizzava» i suoi vestiti in questo modo: li prendeva tutti insieme e li «rovesciava» nell'armadio così com'erano, senza tanti complimenti. Aprendo lo sportello sembrava di trovarsi davanti a una discarica, con i vestiti tutti attorcigliati e ammassati come un piatto di spaghetti che più tristi di così non potevano sembrare.

Invece di fare una cosa del genere, sfruttate al massimo lo spazio che avete e sistemate dentro l'armadio tutti i contenitori, divisori, scaffali a vostra disposizione. Generalmente io metto tutti gli scaffali di metallo, le librerie e i cassette dentro l'armadio, dove conservo anche i libri. Ci trasferisco anche tutto ciò che occupa un sacco di spazio nella stanza, come valigie, stufe, mazze da golf e chitarre. Una vicina mi suggerisce che qualcuno di voi avrebbe ritenuto impossibile una cosa del genere, ma ora, dopo aver eliminato le cose in eccesso nel modo che insegna questo libro, ha trovato queste operazioni estremamente facili.

## **Non appoggiate niente sulle superfici del bagno e sul lavandino della cucina**

Quante bottiglie di shampoo e balsamo sono allineate sul bordo della vasca? Se in famiglia ognuno utilizza un prodotto diverso o voi ne avete svariati che usate a seconda dell'umore o uno che adoperate una volta a settimana, quando pulite la vasca diventa una gran seccatura spostarli. Per di più, se li tenete sul pavimento della doccia o sul bordo della vasca, sul fondo si creeranno fastidiose incrostazioni. Per evitarlo, alcune persone sistemano tutto su portaoggetti di metallo. Non sanno che è la cosa più sbagliata da fare: il metallo, infatti, se rimane bagnato prima o poi si incrosta.

Anche a casa mia una volta usavo un contenitore del genere, piuttosto grande, dove oltre ai saponi e agli shampoo di tutta la famiglia tenevo anche le maschere che usavo una volta ogni tanto. Ma il mio entusiasmo per la praticità di quell'oggetto non era destinato a durare. All'inizio lo asciugavo ogni volta che facevo il bagno, ma presto passare l'asciugamano su ogni asticella divenne una tale seccatura che mi limitai a farlo ogni tre giorni, poi ogni cinque e ancora più raramente... Fino a dimenticare di occuparmene. Un giorno notai che la bottiglia dello shampoo era diventata rossa sul fondo. Sobbalzai e misi sottosopra il portaoggetti per esaminarne la base: era talmente arrugginito che non riuscii a guardarlo. Quasi con le lacrime agli occhi lo scrostai completamente, ma pulirlo tutti i giorni era troppa fatica, e ogni volta che mi capitava sottocchio mi tornava in mente l'episodio della ruggine. Finii per buttarlo. A pensarci bene, avrei dovuto capire subito che il bagno è la stanza più umida della casa, e che riporre lì gli oggetti è la cosa meno opportuna.

Se abbiamo un contenitore o un ripiano a disposizione, le cose che ci poggiamo sopra aumentano in maniera invereconda. Non c'è bisogno di tenere in bella vista shampoo e saponette quando non li stiamo usando e l'esposizione al calore e all'umidità prima o poi si ripercuoterà sulla qualità del prodotto. Per questo motivo è mia abitudine tenere tutto fuori dalla vasca e dalla doccia. Tutto ciò che si usa durante il bagno andrebbe comunque asciugato subito dopo, perciò ha molto più senso asciugare quelle poche cose che abbiamo portato con noi in bagno e poi rimetterle nell'armadietto. Anche se di primo acchito sembra più complicato, in realtà è il contrario. È molto più facile e veloce pulire la vasca o la doccia senza l'intralcio di questi prodotti che occupano spazio, e ci saranno meno incrostazioni di calcare.

La stessa cosa vale per l'area intorno al lavandino in cucina. Tenete lì le spugnette e il detersivo? Io conservo i miei sotto il lavandino. Il trucco sta nell'assicurarsi che la spugna sia completamente asciutta. Molte persone usano un portaspugne di metallo che si attacca al muro con una ventosa. Se anche voi fate la stessa cosa, vi consiglio di sbarazzarvene immediatamente. La spugna non si asciugherà mai se l'acqua continuerà a schizzarci sopra ogni volta che aprite il rubinetto, e presto inizierà a emanare un cattivo odore. Per evitare che accada, strizzate bene la vostra spugna dopo averla usata e mettetela ad asciugare. Se non avete uno scolapiatti, potete fissarla con una molletta del bucato al portasciugamani o alla maniglia di un cassetto. Io vi consiglio di appendere la spugna fuori, per esempio sul balcone.

Io asciugo anche piatti, scolapasta e taglieri sul balcone. Il sole è un ottimo disinfettante e la mia cucina ha sempre un aspetto ordinato perché non ho bisogno di adoperare uno scolapiatti. In effetti non lo possiedo nemmeno. Metto tutti i piatti che lavo in un colapasta dentro una ciotola e li faccio asciugare sul balcone. È sufficiente lavarli la mattina e lasciarli sul balcone. È un'ottima soluzione per chi vive da solo o per chi non usa troppi piatti.

Dove conservate i condimenti? Molti tengono sale, pepe, salsa di soia e olio vicino ai fornelli per averli sempre a portata di mano. Se anche voi fate parte di questa categoria, rimuoveteli immediatamente.

Il piano di lavoro è dove si preparano i cibi, non dove si conservano gli ingredienti. Soprattutto nell'area accanto ai fornelli c'è il rischio che schizzi l'olio, e così le spezie e i condimenti tenuti lì sono sempre appiccicosi. La presenza di bottiglie e bottigliette in questo spazio rende molto più difficile pulire, e il piano di lavoro sarà sempre unto.

I ripiani e gli armadietti sono ideati per conservare spezie e condimenti, perciò metteteli al loro posto. Molto spesso, sulla sinistra del piano cottura c'è un cassetto lungo e stretto. Se nella vostra cucina non c'è, usate quello delle posate o create un angolo nell'armadietto sotto i fornelli.

## **Create il vostro piccolo altare domestico sull'ultimo ripiano della libreria**

Per cinque anni sono stata sacerdotessa in un santuario scintoista. Il mio amore per i santuari scintoisti risale a quando facevo le elementari e anche adesso, quando sono libera, vado spesso a rendere i miei omaggi alle divinità del tempio. Anche chi non ama i santuari come me possiede almeno un amuleto o un talismano, specialmente le donne che sperano di migliorare la loro fortuna in

amore: so benissimo quanto siano serie in proposito. Nelle case in cui sono andata a fare lezione, ho trovato amuleti propiziatori per il matrimonio provenienti da templi di tutto il Giappone, primo fra tutti il santuario di Izumo. L'atteggiamento di chi si impegna a coltivare il proprio corpo e la propria mente e comunque trova il tempo di pregare è encomiabile, ma poi queste persone si ritrovano inevitabilmente con troppi amuleti di cui non sanno che fare.

Innanzitutto, gli amuleti non sono una cosa che si compra ma che vi viene affidata. Il loro «effetto» dura un anno da quando li prendete in consegna e quelli «scaduti» devono essere riconsegnati immediatamente al santuario. Non è necessario ritornare allo stesso tempio dove li avete ricevuti, ciò che conta è che i talismani buddhisti siano riportati ai templi buddhisti e gli amuleti scintoisti ai santuari scintoisti.

Il problema si pone con i talismani e gli amuleti che sono ancora «in servizio». Il modo migliore per usare un amuleto è portarlo sempre con voi. Potete appenderlo insieme alle chiavi, metterlo nel portafoglio o agganciarlo a un'agenda ad anelli. Ma nel caso in cui durante l'anno abbiate visitato molti santuari e possediate quattro o cinque amuleti, c'è un limite a quelli che potete portarvi dietro. Se andrete in giro ostentandone troppi, non solo non ispirerete simpatia in nessuno, ma rischiate di sembrare «alla disperata ricerca di una relazione» (il che può spaventare un potenziale partner). Nonostante ultimamente gli amuleti veramente carini siano aumentati, come regola di base non esponeteli in modo che diano troppo nell'occhio.

S., una mia cliente di trentun anni impiegata in una ditta di consulenza per aziende a capitale straniero, come molte altre ragazze amava farsi predire il futuro e visitare luoghi mistici. Generazioni di amuleti spuntavano fuori dalle profondità di un cassetto della scrivania, da una scatola dei ricordi, o dallo spazio tra un libro e l'altro. Ce n'era uno che sua nonna le aveva regalato ai tempi delle elementari come buon auspicio per i suoi studi e svariati che riguardavano la sfera amorosa provenienti da famosi templi del Giappone. In totale ne contammo trentaquattro, e l'efficacia di molti non era più valida. Inoltre trovammo un Buddha comprato in India, una mini Vergine Maria riportata dall'Europa e svariate pietre e cristalli.

In casi del genere, creo per i miei clienti un «altare domestico personale» in un angolo della casa. Pur definendolo un «altare domestico», non dovete preoccuparvi della direzione in cui è orientato né delle altre convenzioni formali. Create semplicemente un angolo che vi dia l'idea di un luogo sacro. Vi consiglio di utilizzare la superficie del ripiano superiore della libreria perché sopraelevarlo oltre l'altezza dello sguardo gli conferisce un'aura di sacralità.

Il filo conduttore del mio metodo di riordino è sicuramente lo spirito di trasformare i propri spazi in un luogo sacro, un luogo mistico in cui si respiri un'atmosfera di purezza.

## **Decorate l'interno dell'armadio con i vostri piccoli segreti**

«Ehm, non lo apra per piacere.»

Sono molti i cassetti o le scatole che i miei clienti mi vietano di aprire.

Chiunque ha cose cui tiene particolarmente, ma non vuole che il resto del mondo lo sappia. Spesso si tratta di poster di idoli pop o di altri gadget legati a personaggi famosi oppure di libri sui propri

hobby. I poster restano spesso arrotolati dietro l'armadio e i cd rinchiusi in una scatola. Per me è un peccato. Dal momento che si tratta della *vostra* stanza, ritengo giusto che almeno li possiate soddisfare i vostri desideri. Perciò non nascondete le cose che vi piacciono. Vi vergognate di mostrarle ai vostri amici o alla vostra dolce metà? Una cosa che io faccio spesso è trasformare l'armadio in uno spazio da decorare con i poster e tutto ciò che rende felici. Ad esempio, appendete ciò che vi piace sulla parete di fondo dell'armadio o nella parte interna dell'anta. In questo modo non dovrete sentirvi in imbarazzo davanti agli altri. Se avete tanti poster e immagini che avreste sempre voluto appendere ma non avete mai osato farlo per paura di caricare troppo la stanza, potete attaccare nell'armadio tutti quelli che volete. Che siano poster o fotografie, tutto va bene come decorazione. Le possibilità sono infinite. Dal momento che nessuno vedrà, nessuno se ne lamenterà. Rendete l'interno dell'armadio il vostro paradiso più autentico e personalizzatelo al massimo.

## **Quando comprate dei vestiti, toglieteli subito dalle buste ed eliminate il cartellino del prezzo**

Una delle cose che più mi sorprendono quando aiuto i miei clienti a riordinare è la presenza di oggetti ancora nelle loro confezioni. Nel caso di cibi e prodotti per la cura della persona posso capirlo, ma perché le persone riempiono gli armadi di calze e di biancheria senza prima tirare fuori i capi dalle confezioni? In quel modo occupano più spazio ed è anche più facile dimenticarsene. A mio padre piaceva fare scorta di calze. Ogni volta che andava al supermercato, comprava alcuni calzini neri o grigi da abbinare ai suoi completi e li metteva nei cassetti senza aprire la confezione: mi è sempre dispiaciuto per questi indumenti. Pensavo che fosse un'abitudine esclusiva di mio padre, ma quando iniziai ad andare a casa dei miei clienti mi resi conto che ci sono molte persone come lui. In genere le cose di cui le persone fanno incetta sono articoli che si indossano comunemente, come calze, biancheria intima e collant. Il tratto comune di tutte queste persone è l'esagerare nel fare scorta. Sarà che finché il prodotto è ancora nella confezione non si percepisce il senso del possesso vero e proprio, ma vi assicuro che sono molte le persone che comprano prodotti di scorta prima di aver tolto dalle confezioni quelli che hanno già a casa. La situazione più eclatante che mi è capitata finora riguarda una scorta di ottantadue paia di collant ancora impacchettati. Occupavano un intero contenitore di plastica trasparente. È vero che quando si fanno acquisti la cosa più semplice è infilare gli oggetti nei cassetti così come sono, e forse si prova anche un certo piacere nello strappare l'involucro la prima volta che si usano. Quello che voglio dire è che non c'è differenza tra tenere degli oggetti ancora impacchettati nel cassetto o andare a comprarli quando ci servono; l'unica cosa che cambia è il luogo dove vengono conservati: a casa o in negozio. Molti pensano che sia più conveniente comprare più cose tutte insieme quando c'è un'offerta, ma per me vale l'esatto contrario. Se pensate solo ai costi di magazzino – che vengono coperti dal negozio fino al momento in cui andate a comprare qualcosa – non pensate che in fondo il prezzo non cambia molto? Inoltre, se le comprerete nel momento in cui ne avrete bisogno, saranno sempre nella condizione ottimale. Per questo vi invito a non fare scorte inutili, ma a comprare solo ciò che vi serve, a togliere subito dalla confezione le cose che avete

comprato, e a riporle da qualche parte. Se avete già degli «accumuli seriali» almeno rimuovete l'involucro; abbandonare gli oggetti nella confezione non fa che danneggiarli.

Un prodotto che viene lasciato spesso nella confezione sono i collant. Vi consiglio di tirarli subito fuori! Nella confezione, infatti, c'è un cartoncino rettangolare che li tiene tesi: non avete affatto bisogno di quello a casa. Una volta tirati fuori dalle confezioni e messi nei cassetti, piegateli come vi ho insegnato, il loro volume si riduce di un quarto. Sono anche più facili da prendere, perciò è più probabile che li userete.

Credo che solo dopo aver tirato fuori le cose dalla loro confezione, potrete considerarle veramente vostre.

Un esempio simile riguarda i vestiti che hanno il cartellino del prezzo ancora attaccato. Spesso a casa dei miei clienti trovo gonne o cardigan che hanno ancora il cartellino del prezzo o l'etichetta all'interno.

Nella maggior parte dei casi, i miei clienti hanno dimenticato l'esistenza di quei capi e sembrano sorpresi nel vederli, nonostante siano appesi in bella vista nel loro armadio. Per molto tempo mi sono chiesta che cosa rendesse invisibili quei vestiti. Determinata a trovare una risposta, andai nei centri commerciali a ispezionare i negozi di abbigliamento per fare chiarezza sui «vestiti con il cartellino del prezzo». Dopo aver condotto la mia indagine per un bel po' di tempo, mi resi conto che c'è una differenza sostanziale tra i vestiti che teniamo nell'armadio e quelli che si trovano in un negozio. Questi ultimi hanno un'aria fredda e distaccata, completamente diversa dall'aura che emanano i vestiti che «lavorano» per noi ogni giorno. I vestiti che hanno il cartellino del prezzo ancora attaccato trasmettono quello stesso tipo di distacco. Io la vedo in questo modo: i vestiti in negozio sono dei prodotti mentre i vestiti a casa sono nostri. Non vi siete ancora «appropriati» di quelli che hanno il prezzo attaccato, perciò è come se non facessero parte del vostro armadio. Sconfitti dall'aura dei vostri vestiti (figli) «legittimi», la loro presenza si fa sempre più fioca. È inevitabile che al momento di scegliere che cosa mettervi li ignoriate, e che prima o poi ve ne dimentichiate.

Alcuni si preoccupano del fatto che togliendo il cartellino del prezzo, se decidessero di vendere quel capo, varrebbe meno. Questa è una contraddizione: se comprate dei vestiti, fatelo con l'intenzione di accoglierli nella vostra casa e di prendervi cura di loro. Quando li comprate, togliete subito il cartellino del prezzo. Perché i vostri vestiti compiano la transizione da merce a oggetto personale, è necessario che officiate il rito di passaggio del taglio del «cordone ombelicale» che li lega al negozio.

## **Non sottovalutate l'eccesso di informazioni sulle etichette delle confezioni**

Dopo aver più o meno risolto i problemi relativi all'eccessiva quantità di cose e a come conservarle, i clienti che hanno migliorato le loro capacità di riordino si spostano verso un livello in cui sono più interessati a creare spazi dove sentirsi a loro agio. A prima vista, le case di alcuni miei clienti sono così ordinate che sembrano non necessitare del mio aiuto.

Quanto appena detto rappresenta perfettamente la situazione di K., una mia cliente sui trent'anni che

viveva con il marito e una figlia di sei anni. Fin da piccola le era sempre piaciuto riordinare e non era particolarmente refrattaria a buttar via le cose, tanto che già alla prima lezione si era sbarazzata di duecento libri e di trentadue sacchi di immondizia. K. si occupava principalmente delle faccende domestiche, organizzava incontri pomeridiani con altre mamme due volte al mese e teneva lezioni di composizione floreale a casa sua. Riceveva spesso visite e stava molto attenta a tenere in ordine la casa per non sentirsi in imbarazzo qualora arrivassero ospiti a sorpresa.

Oltre al soggiorno, alla cucina e al bagno, la sua casa comprendeva due stanze da letto, e tutte le sue cose erano sistemate ordinatamente nei guardaroba, negli armadi a muro e in due scaffali di metallo. Il pavimento di legno rustico era sgombro e lucidato alla perfezione. Anche le mamme sue amiche si meravigliavano di come potesse voler diventare più ordinata di così, ma lei non si sentiva ancora soddisfatta.

«Non abbiamo tante cose, ma non mi sento ancora perfettamente a mio agio. È come se dovessi fare un ultimo passo.»

Ispezionavo la casa mentre parlavamo: era indubbiamente ordinata, ma avevo come la sensazione che ci fosse qualcosa che non andava...

In situazioni come questa, la prima cosa che vado a controllare è il contenuto di tutti gli sportelli. Quando aprii il guardaroba principale, trovai ciò che mi aspettavo. Le etichette attaccate ai contenitori di plastica trasparente urlavano: «Tantissimo spazio a vostra disposizione!», sui flaconi di deodorante troneggiavano messaggi come «Elimina gli odori in un istante!», gli scatoloni di cartone annunciavano: «Arance amare». Quelli che a prima vista sembravano normalissimi contenitori erano in realtà ricoperti di informazioni. Ovunque muovessi lo sguardo, parole, parole, parole.

Questo era il vero «ultimo passo» da fare. La quantità di informazioni uscite dall'armadio avevano creato «rumore» nella stanza.

Specialmente nei casi in cui sono scritte nella vostra lingua, le parole invadono il vostro campo visivo, e il cervello le tratta come se fossero informazioni da catalogare. Nella mente riecheggiano come un boato.

Nel caso della mia cliente, ogni volta che sceglieva un vestito veniva assalita da messaggi come «Arance amare» ed «Elimina gli odori in un istante!», come se qualcuno le sussurrasse costantemente qualcosa all'orecchio. Sembra strano, ma chiudere semplicemente gli sportelli non è sufficiente a nascondere l'ondata di informazioni. Le parole diventano rumore e galleggiano nell'aria come flebili interferenze. In base alla mia esperienza, gli armadi che danno quella sensazione di «rumore», pur essendo a prima vista ordinati, in realtà traboccano all'interno di informazioni inutili. Più la casa è ordinata e più rari sono i mobili, più queste informazioni sembrano «rumorose».

Iniziate togliendo tutte le etichette dai contenitori. È assolutamente essenziale, così com'è fondamentale rimuovere le etichette dei vestiti che accogliete come «vostri». Strappate gli involucri di plastica indesiderati da deodoranti e detersivi. Anche gli spazi che non sono in vista fanno parte della vostra casa. Eliminando quell'eccesso di informazione scritta che non vi ispira alcuna emozione, potete creare in tutta la casa un'atmosfera di calma e serenità. La differenza che fa questo particolare è talmente sorprendente che sarebbe un peccato non provarci.

**Più ve ne prenderete cura, più gli oggetti saranno**

# dalla vostra parte

Uno dei compiti a casa che assegno ai miei clienti è quello di «apprezzare le proprie cose». Per esempio, quando rientrano in casa e appendono i loro abiti li incoraggio a dire: «Grazie per avermi tenuto al caldo tutto il giorno», oppure, quando si tolgono gli accessori: «Grazie per avermi fatto bella» o infine, quando ripongono la borsa nell'armadio: «È merito tuo se oggi sono riuscita a fare tutte queste cose». Esprimete la vostra gratitudine nei confronti di ogni elemento che vi ha offerto il proprio sostegno durante la giornata. Se avete difficoltà a farlo tutti i giorni, fatelo ogni volta che potete.

Iniziai a trattare le mie cose come fossero esseri viventi quando frequentavo le scuole superiori. Avevo un cellulare: lo schermo era in bianco e nero, svolgeva poche funzioni, al massimo mandare le email, ma era di un bellissimo azzurrino e adoravo il fatto che fosse piccolo e compatto. Non lo usavo in maniera compulsiva, ma mi piaceva così tanto che, contravvenendo alle regole della scuola, lo nascondevo ogni giorno nella tasca della mia uniforme. Ogni tanto lo tiravo fuori per dargli un'occhiata e me ne rallegravo. La tecnologia andava avanti e tutti gli altri avevano ormai lo schermo a colori. Io rimasi con il mio modello antiquato e continuai a usarlo finché potei, ma a un certo punto era talmente rigato e ridotto male che dovetti sostituirlo. Quando comprai un cellulare nuovo mi venne l'idea di mandare un'email a quello vecchio. Era la prima volta che lo sostituivo ed ero molto eccitata. Dopo averci pensato un attimo, digitai un messaggio molto semplice: «Grazie di tutto» e aggiunsi un cuoricino. Poi premetti invio. Il mio vecchio cellulare suonò immediatamente. Controllai il messaggio, ovviamente si trattava di quello che avevo appena mandato. «Bene. Il mio messaggio ti è arrivato. Volevo davvero ringraziarti per quello che hai fatto per me», gli dissi. Poi lo chiusi.

Qualche minuto dopo lo riaprii e con mio grande stupore lo schermo non dava segni di vita. Nonostante provassi a premere qualsiasi tasto, il telefono non reagiva. Dal momento in cui lo comprai non si era mai rotto, eppure, dopo aver ricevuto il mio messaggio era morto. Dopo quella volta non funzionò mai più. Era come se il cellulare, avendo capito che il suo ruolo era ormai terminato, si fosse ritirato di sua spontanea iniziativa. Ovviamente mi rendo conto che per molte persone è difficile credere che gli oggetti inanimati reagiscano a emozioni umane e potrebbe essersi effettivamente trattato di una coincidenza.

Eppure, si sente spesso parlare di atleti che riversano attenzioni amorevoli sulla loro attrezzatura sportiva, trattandola come se fosse sacra. Io credo che ciò accada perché sentono istintivamente il potere di questi oggetti. Se trattassimo tutti gli oggetti che usiamo quotidianamente nello stesso modo in cui gli atleti si prendono cura della loro attrezzatura, che si tratti dei vestiti, della borsa, della penna o del computer, avremmo dei forti «alleati» su cui contare nella vita. Possedere le cose è un fatto naturale che si inserisce nella nostra quotidianità e non è limitato solo a momenti particolari; nella stessa misura in cui uno sportivo non è proprietario della sua attrezzatura soltanto durante un incontro o una gara ma lo è sempre.

Anche se non ce ne rendiamo conto, le nostre cose lavorano duramente per noi, svolgendo una serie di incarichi ogni giorno per offrirci il loro sostegno. Così come dopo essere tornati a casa dopo una dura giornata di lavoro ci piace rilassarci, le nostre cose tirano un sospiro di sollievo quando le mettiamo a posto. Avete mai pensato a che cosa significa non avere fissa dimora? Le nostre vite sarebbero davvero incerte. È proprio perché abbiamo una casa che possiamo uscire per andare al lavoro, andare a fare spese o interagire con gli altri.

Lo stesso discorso vale per le nostre cose. È importante che abbiano la stessa sicurezza che ci sia un



posto per loro dove possono ritornare. La differenza si nota. Gli oggetti che hanno un posto dove vengono messi a riposare ogni giorno sono più vitali.

Dopo che i miei clienti hanno imparato a trattare i loro vestiti con il dovuto rispetto, mi dicono sempre: «I miei vestiti durano di più. Sui miei maglioni non si formano più i pallini e non mi capita più di rovesciarci sopra le bibite». Questo esempio suggerisce che avere cura delle proprie cose è il modo migliore perché siano motivate a supportare voi che ne siete i proprietari. Se le trattate bene, risponderanno sempre di conseguenza. Perciò, a volte mi soffermo a riflettere se lo spazio che ho disposto per loro le rende felici. L'organizzazione degli spazi è l'atto sacro di scegliere una casa per le cose che possediamo.

capitolo quinto

# IL MAGICO POTERE DEL RIORDINO CHE VI CAMBIA RADICALMENTE LA VITA

# **Dopo aver riordinato la vostra stanza scoprirete ciò che volete fare davvero**

In Giappone, l'immagine del «rappresentante di classe» è associata a una tipologia umana che ama distinguersi dalla massa, è dotata di carisma e gode di una certa popolarità. Io, invece, incarnavo in pieno l'immagine un po' eccentrica del «responsabile dell'organizzazione e dell'ordine dell'aula». Sono sempre stata un tipo calmo, che preferiva passare inosservato, e me ne stavo in un angolo della classe a riordinare gli scaffali.

Non si tratta di una favola allegorica o di uno scherzo, il primo incarico che ho ricoperto quando ho iniziato le elementari è stato davvero quello del «responsabile dell'organizzazione e dell'ordine dell'aula». Mi ricordo come se fosse ieri che tutti volevano prendersi cura degli animali o innaffiare le piante e tiravano a sorte a chi sarebbe toccato quell'incarico. Solo quando l'insegnante chiese chi voleva occuparsi di organizzare l'aula e di tenerla in ordine, l'unica ad alzare la mano con entusiasmo fui io.

A pensarci adesso, la mia predisposizione genetica per il riordino era evidente fin da allora.

E così mi fu assegnato senza problemi quel ruolo che tanto desideravo, e, come avete letto nei capitoli precedenti, da quel momento passai allegramente le mie giornate a organizzare e a tenere in ordine i libri sugli scaffali in classe e gli armadietti. Quando racconto questa storia, spesso mi viene detto: «Ti invidio. Hai saputo che cosa volevi fare fin da piccola... Io non ho idea di che cosa mi piace».

Invece, io stessa mi sono resa conto solo di recente che riordinare mi piaceva davvero.

Sebbene ora passi quasi tutti i giorni a fare lezione a casa dei miei clienti o a tenere conferenze e si può dire che la mia vita sia imprescindibilmente legata al riordino, da piccola il mio sogno era di sposarmi. I lavori di casa facevano talmente parte del mio quotidiano che fino al giorno in cui avviai questa attività non avrei mai immaginato che avrei fatto del riordino la mia professione.

All'epoca, quando qualcuno mi chiedeva che cosa mi piaceva fare non sapevo mai cosa dire. In preda alla disperazione, rispondevo: «Leggere», ma dentro di me continuavo a chiedermi: «Che cosa mi piace fare davvero?» e sospiravo.

Non pensavo mai all'incarico di responsabile dell'organizzazione della classe che mi era stato affidato a scuola. Quindici anni dopo, proprio riordinando la mia stanza, all'improvviso me ne ricordai, e mi rividi mentre guardavo la lavagna nella vecchia aula della scuola elementare... In quel momento mi resi conto di essermi interessata al riordino fin da piccola e, alla luce di questa nuova prospettiva, restai piacevolmente sorpresa.

Provateci anche voi, pensate ai ruoli che avete ricoperto in classe e alle cose che vi piaceva fare ai tempi delle elementari. Vi occupavate degli animali? Vi piaceva disegnare? Anche se non negli stessi termini di allora, è probabile che le vostre antiche passioni abbiano qualcosa a che vedere con quello che fate tuttora, com'è giusto e naturale che sia. Le cose che amiamo fare non cambiano mai alla radice, nemmeno col tempo. Riordinare svolge un ruolo molto importante nell'individuare questa radice.

Una delle mie clienti, A., è una mia amica dai tempi della scuola. Nonostante originariamente lavorasse per un'azienda leader del settore informatico, il riordino l'ha aiutata a scoprire che cosa amava fare davvero.

Dopo aver finito di mettere a posto, si accorse che i libri rimasti sul suo scaffale – quelli che

davvero la rappresentavano – riguardavano tutti l’assistenza sociale. Spariti i libri d’inglese e i materiali didattici per l’esame da segretaria acquistati dopo aver iniziato a lavorare, le erano rimasti solo quelli di assistenza sociale che aveva sin dai tempi delle medie. Questi libri le riportarono alla mente l’attività di baby-sitter che aveva svolto con passione dagli anni dell’adolescenza a prima di entrare in quella compagnia.

Mi confidò che voleva dare il suo contributo a creare una società in cui le mamme che crescevano i figli e allo stesso tempo lavoravano potessero farlo senza preoccupazioni. Per questo, dopo aver terminato le lezioni con me, passò un anno a studiare e a fare tutti i preparativi necessari, poi si licenziò e aprì la sua attività di baby-sitting. Ora ha numerose clienti che ripongono in lei la massima fiducia, e trascorre le giornate godendosi il suo lavoro.

«Quando ho messo in ordine, ho scoperto ciò che volevo fare davvero.»

Sento spesso dire queste parole dai miei clienti. Dopo aver finito il corso, la vita lavorativa della maggior parte di loro si trasforma: alcuni aprono un’attività in proprio, altri cambiano impiego, altri ancora si impegnano più seriamente in quello che stanno già facendo. Questa disposizione d’animo vale anche per i loro interessi personali e per la famiglia: con il passare del tempo aumenta la consapevolezza delle cose che amano, e la loro quotidianità ne trae un grande giovamento.

Per capire noi stessi possiamo sederci alla scrivania e fare autoanalisi oppure ascoltare quello che gli altri hanno da dire su di noi, ma io credo che il modo migliore sia riordinare. Dopotutto, le cose che possediamo raccontano accuratamente la storia delle scelte che abbiamo fatto nella vita. Riordinare è un modo di fare l’inventario delle cose che ci piacciono davvero.

## **L’effetto del magico potere del riordino vi cambia radicalmente la vita**

«Finora ho sempre creduto nell’importanza di aggiungere qualcosa al mio ‘bagaglio’, per questo ho frequentato seminari e ho studiato per arricchire le mie conoscenze; ma il riordino mi ha fatto capire per la prima volta che, invece di aumentare, è molto più importante diminuire.»

Queste sono le parole di M., una mia cliente di trent’anni, grande appassionata di studio e con un’agenda zeppa di contatti. Dopo aver frequentato le mie lezioni di riordino, la sua vita è radicalmente cambiata.

La prima cosa da cui non voleva separarsi era l’enorme quantità di materiale accumulato nei suoi seminari. Ma quando se ne liberò, si sentì sollevata da un peso che le opprimeva il cuore. Quando si sbarazzò anche di quei quasi cinquecento volumi che avrebbe voluto rileggere, iniziò ad assimilare nuove informazioni una dopo l’altra. Alla fine buttò anche la quantità enorme di biglietti da visita che aveva accumulato, e fu contattata da una persona che aveva sempre voluto conoscere. Il loro incontro avvenne in maniera molto naturale.

M. mi disse che si interessava di spiritualità, ma affermò felice che, rispetto al feng shui e alla cristalloterapia, il riordino aveva avuto un effetto molto più tangibile sulla sua vita. Da quel momento, si buttò a capofitto nella sua nuova esistenza, lasciò il lavoro e trovò una casa editrice disposta a pubblicare il suo libro.

Quando riordinate, la vostra vita cambia in maniera radicale. Questo non si è verificato solo per la

mia cliente, ma è valido al 100%. L'effetto di quello che ho ribattezzato «il magico potere del riordino» esercita un'influenza enorme sulla nostra esistenza. Di tanto in tanto mi faccio raccontare dai diretti interessati la storia di com'è cambiata la loro vita dopo aver riordinato. Com'è facile immaginare, ora mi sono abituata e non mi stupisco più davanti a risposte simili, ma all'inizio rimanevo molto sorpresa. Le vite di chi riordina in una volta sola, in poco tempo e senza tralasciare nulla, sono destinate a cambiare radicalmente.

S., la madre della mia cliente, aveva passato la vita a dire alla figlia di mettere a posto, e quando vide che tutta la sua roba ammassata nella stanza era sparita, rimase talmente colpita che si iscrisse anche lei alle mie lezioni. S. si era sempre ritenuta una persona ordinata, ma si rese conto che in realtà non lo era. Buttare via diventò per lei così piacevole che riuscì a sbarazzarsi senza alcun rimpianto degli utensili per la cerimonia del tè da venticinquemila yen, anzi aspettò con ansia il giorno in cui ritiravano i rifiuti misti.

«Finora non avevo fiducia in me stessa. Continuavo a pensare che dovevo a tutti i costi cambiare, ma ora sono in grado di accettarmi per quella che sono. Il riordino mi ha dato le basi per sviluppare la mia capacità di giudizio e la mia autostima ne ha beneficiato tantissimo.»

Come dimostrano le parole di S., uno degli effetti del «magico potere del riordino» è la fiducia nelle proprie capacità di scegliere. Toccando le cose una per una e chiedendoci se ci fanno battere il cuore, decidiamo se le conserveremo o se ne faremo a meno.

A furia di ripetere questo procedimento centinaia e migliaia di volte, affiniamo la nostra abilità di scegliere.

Chi non ha fiducia nella propria capacità di giudizio, non ha fiducia in sé stesso.

Vi confesso che anch'io ero così.

Ciò che mi ha salvato è stato il riordino.

## **Il magico potere del riordino vi fa acquistare fiducia in voi stessi**

Ho riflettuto molto sul perché della mia ostinazione a riordinare. Sono giunta alla conclusione che probabilmente affondava le radici nel desiderio che i miei genitori si accorgessero di me e in un complesso di inferiorità nei confronti di mia madre. Essendo la seconda di tre fratelli, da quando avevo tre anni non ho ricevuto molte attenzioni dai miei genitori; sono sicura che non era loro intenzione, ma trovandomi in mezzo tra mio fratello che era il primogenito e mia sorella che era la piccolina di casa, non potevo fare a meno che sentirmi in quel modo.

Il mio interesse per il riordino e le faccende di casa iniziò quando ero al terzo anno di scuola materna e credo che fosse la mia strategia per non creare problemi ai miei genitori, indaffarati a occuparsi di mio fratello e di mia sorella. Seppur così piccola, mi resi anche conto dell'importanza di non dipendere dagli altri. Ovviamente desideravo che i miei genitori mi elogiassero e si accorgessero di me.

Dal primo anno di scuola elementare misi la sveglia ogni mattina per alzarmi sempre per prima. Non mi piaceva dipendere dagli altri, avevo difficoltà a fidarmi delle persone e non ero molto brava a esprimere i miei sentimenti. Visto che passavo il mio tempo libero da sola a riordinare, potete

immaginare che non ero una bambina molto socievole. Mi piaceva vagare per la scuola da sola e tuttora preferisco fare le cose per conto mio, incluso viaggiare e fare spese. Mi viene spontaneo. Dal momento che mi riusciva difficile creare legami di fiducia con le altre persone, sentivo un forte attaccamento alle cose. Forse proprio perché non mi sentivo a mio agio a esporre le mie debolezze o i miei veri sentimenti, la mia stanza e ciò che c'era in essa diventarono molto preziose per me. Con loro non dovevo fingere o nascondere qualcosa. Sono state la mia casa e le cose materiali a insegnarmi per prime ad apprezzare l'amore incondizionato, non la famiglia o gli amici. Per la verità, ancora adesso non ho molta autostima. Sono ancora giovane e la mia esperienza è limitata, è vero, ma ci sono momenti in cui mi scoraggio molto di fronte alle mie inadeguatezze. Ho piena fiducia, invece, nell'ambiente in cui vivo. Quando si tratta delle cose che possiedo, dei vestiti che indosso, della casa in cui abito, insomma quando parliamo del mio habitat naturale, anche se per chiunque altro potrebbe non essere niente di speciale, io mi sento sicura di me e sono profondamente grata di essere circondata da ciò che amo, dalle cose e dalle persone che mi sono care che, una per una, considero speciali e preziose. Le persone e le cose che mi rendono felici mi sostengono, mi danno la sicurezza che andrò tutto bene. Voglio aiutare tutti quelli che si sentono come mi sentivo io un tempo. Tutti quelli cui manca la fiducia in sé stessi e hanno difficoltà ad aprire agli altri il proprio cuore. Voglio aiutarli a capire il supporto che ricevono dagli spazi in cui vivono e dalle cose che li circondano. Questo è il motivo per cui passo il mio tempo visitando le case della gente e insegnando loro a riordinare.

## Attaccamento al passato o ansie per il futuro?

«Buttate tutto ciò che non vi emoziona.»

Se avete sperimentato questo metodo almeno un po', avete capito che non è poi così difficile identificare quello che vi rende felici. Per ottenere la risposta da un oggetto qualsiasi, basta toccarlo. Ciò che è molto più difficile è *convincere noi stessi* a buttarlo. Ci inventiamo qualsiasi ragione per non farlo, da: «Non ho usato questa pentola per tutto l'anno, ma chissà, potrebbe tornarmi utile un giorno...» a «La collana che mi ha regalato il mio ex fidanzato... All'epoca mi piaceva tanto!». Quando analizziamo veramente a fondo, le ragioni che non ci fanno separare da qualcosa possono essere soltanto due: attaccamento al passato o ansie per il futuro.

Durante la fase di selezione, se vi capita qualcosa che non vi entusiasma ma che non riuscite comunque a eliminare, fermatevi un attimo e chiedetevi: «È a causa del mio attaccamento al passato che non riesco a buttarlo? O il problema sono le mie ansie riguardo al futuro?» Fatevi questa domanda per ciascun oggetto. Più approfondirete quest'aspetto, più possibilità avrete di individuare una tendenza nel vostro modo di rapportarvi alle cose, riconducibile a una di queste tre categorie: attaccamento al passato, desiderio di stabilità nel futuro, o un misto di entrambe. È importante capire qual è la vostra tendenza perché esprime i valori da cui vi fate guidare nella vita. Chiedersi che cosa vorreste avere e come vorreste vivere è la stessa cosa. Attaccamento al passato e ansie per il futuro non solo determinano il modo in cui selezionate le cose che possedete, ma rappresentano anche i criteri in base ai quali prendete le decisioni in ogni sfera della vostra vita, incluse quella affettiva e quella lavorativa.

Quando una donna particolarmente ansiosa riguardo al futuro sceglie un uomo, le possibilità che lo

faccia perché ne è innamorata e perché è felice di stare con lui diminuiscono. Potrebbe addirittura scegliere una persona che non le piace, se pensasse che quella relazione può portarle dei vantaggi, o per paura che non scegliendo lui, potrebbe non trovare nessun altro. A livello lavorativo, rispetto a un'occupazione che le piace, è molto più facile che questa stessa persona opti per un impiego in una grande azienda in vista di prospettive di carriera più allettanti e di una qualifica che la faccia stare più tranquilla.

Per una persona che dimostra un forte attaccamento al passato, invece, è difficile intraprendere una nuova relazione perché non riesce a dimenticare il fidanzato che l'ha lasciata due anni prima. Per lei è difficile sperimentare nuovi metodi anche quando quello che sta usando in quel momento non va più bene.

Quando uno di questi due schemi mentali rende difficile buttare via le cose, non riuscite a vedere di che cosa avete bisogno nel presente. Non siete sicuri di ciò che vi soddisfa e di ciò che state cercando. Di conseguenza, aumentate la quantità di cose che possedete, restando sepolti fisicamente e mentalmente dal superfluo. Il modo migliore per scoprire di che cosa avete realmente bisogno consiste nello sbarazzarvi di ciò che non vi serve. Andare alla ricerca di qualcosa in posti lontani o fare nuovi acquisti non aiuta. L'unica cosa da fare è eliminare il superfluo ponendovi di fronte alle cose che possedete.

Affrontare le proprie cose e selezionarle può essere doloroso, vi costringe a confrontarvi con le vostre imperfezioni e con le vostre inadeguatezze e le scelte discutibili che avete fatto nel passato. Spesso, quando durante la fase di selezione mi sono confrontata col passato, mi sono vergognata tanto da voler sprofondare. La mia vasta collezione di gommine profumate dei tempi delle elementari, i gadget dei cartoni animati che mi piacevano quando facevo le medie, i vestiti comprati per sembrare più grande alle superiori – che non mi stavano affatto bene –, borse che non mi servivano ma che acquistavo solo perché le avevo trovate carine in negozio. Le cose che possediamo sono concrete: esistono qui e ora e sono la conseguenza delle scelte che abbiamo compiuto in passato. È rischioso ignorarle o liberarcene indiscriminatamente come se stessimo rinnegando le scelte che abbiamo fatto. Per questo sono contraria sia ad accumulare troppe cose sia a buttare via tutto. Solo quando ci troviamo di fronte alle cose che possediamo, una per una, e sentiamo le emozioni che evocano in noi, possiamo apprezzare realmente la nostra relazione con loro.

Abbiamo tre possibilità per rapportarci alle nostre cose: affrontarle ora, prima o poi, o evitarle per sempre. Dipende da noi. Personalmente credo sia meglio affrontarle subito. Se riconosceremo il nostro attaccamento al passato e le nostre paure per il futuro esaminando ciò che possediamo, saremo in grado di capire ciò che per noi è veramente importante. Questo procedimento ci aiuta a identificare con chiarezza i nostri valori e riduce la confusione che ci attanaglia quando dobbiamo fare delle scelte di vita. Se saremo sicuri delle nostre decisioni e riusciremo a prendere l'iniziativa senza essere bloccati da nessun dubbio, saremo in grado di raggiungere tanti obiettivi. In altre parole, prima affrontiamo le nostre cose, meglio è. Se pensate di mettere in ordine la casa, cominciate ora.

## **Imparare a fare a meno delle cose**

Una volta che iniziate la «maratona di riordino» radunate un sacco d'immondizia dopo l'altro. Mi è giunta voce che gli allievi che partecipano ai miei corsi e i miei clienti che si conoscono si

scambiano informazioni sugli oggetti più strani che sono venuti alla luce e confrontano tra di loro quanti sacchi d'immondizia hanno buttato. A oggi il record spetta a una coppia che ne ha eliminati duecento, oltre a dieci articoli troppo ingombranti per essere messi in un sacco. A molti viene da ridere sentendo una cosa del genere e immaginano che quella coppia viva in una casa grande con molto spazio, il che non è affatto vero. Quei miei clienti vivono in una normalissima casa di quattro stanze a due piani. Per via di una soffitta trasformata in ripostiglio, la casa ha una metratura leggermente più ampia della tipica abitazione giapponese, ma non c'è poi tutta questa differenza. Nonostante ci fossero molte cose in giro, quando andai da loro a prima vista non sembrava ci fosse tutta questa immondizia: la stessa quantità poteva essere prodotta in qualsiasi casa.

Quando i miei clienti selezionano i loro oggetti e si liberano di ciò che non serve, non interrompo mai a metà. Una persona butta via in media dai venti ai trenta sacchi da quarantacinque litri di capienza l'uno, e per una famiglia di tre persone parliamo di settanta sacchi. In base a questo, stiamo parlando di oltre ventottomila sacchi dell'immondizia e di più di un milione di oggetti eliminati.

Pur riducendo drasticamente le cose che possiedono, i miei clienti non si sono mai lamentati che la mancanza di uno degli oggetti che avevo detto loro di buttare avesse creato dei problemi. Il motivo è chiaro: buttare via ciò che non ci interessa non genera nessun effetto sfavorevole. Quando hanno finito di riordinare, rimangono tutti sorpresi che non ci sia stato nessun inconveniente nella loro vita quotidiana. Questa è la riprova che hanno vissuto tutto il tempo circondati da cose di cui non avevano bisogno. Nessuno fa eccezione. Persino chi si ritrova con meno di un quinto delle cose possedute all'inizio prova questa sensazione.

Ovviamente non sto dicendo che i miei clienti non si siano mai pentiti di aver buttato qualcosa, al contrario. È un'eventualità che dovete aspettarvi in almeno tre momenti del riordino, ma non scoraggiatevi. Anche chi si è pentito di aver buttato qualcosa non si è mai lamentato. L'esperienza gli ha insegnato che i problemi causati dalla mancanza di qualcosa si risolvono prendendo provvedimenti pratici. Quando i miei clienti mi raccontano di aver buttato qualcosa che non dovevano, lo fanno in maniera serena. Molti dicono ridendo: «Per un attimo ho pensato di essere nei guai, ma poi mi sono accorto che non era una questione di vita o di morte». Una reazione del genere non è dovuta a un carattere ottimista o a un improvviso menefreghismo, è l'esempio palese che aver buttato tutte quelle cose è stato utile per cambiare mentalità.

Pensate alla situazione in cui a qualcuno servivano le informazioni contenute in un documento che aveva buttato. Se non altro, dato che i documenti in suo possesso erano rimasti pochi, poteva essere sicuro di non averlo in casa, risparmiandosi la fatica di cercarlo dappertutto. Il fatto di non doverlo cercare è già un modo per evitare lo stress. Uno dei motivi per cui il disordine vi logora è che dovete cercare qualcosa anche solo per sapere se l'avete o no, e molto spesso, per quanto cerciate, non riuscite a trovarlo. Dopo aver ridotto la quantità di cose che possedete e aver conservato tutti i documenti nello stesso posto, potete stabilire a colpo d'occhio se quello che cercate c'è oppure no. Se non c'è, potete cambiare marcia immediatamente e mettervi a pensare a cosa fare: chiedere a qualcuno che conoscete, rivolgervi alla ditta, o cercare voi stessi le informazioni che vi servono. Una volta trovata la soluzione, non vi resta che agire. E quando lo fate, vi rendete conto che il problema si può risolvere in maniera semplice.

Invece di farvi sopraffare dall'ansia di cercare senza trovare, prendete l'iniziativa. Questo spesso produce benefici inaspettati. Quando cercate altrove le informazioni contenute nel documento mancante, scoprite cose nuove. Se contattate un amico, può capitare di approfondire quel rapporto o di essere presentati a un esperto nel settore. Ripetute esperienze come questa vi insegnano che prendendo l'iniziativa sarete in grado di ottenere le informazioni necessarie quando ne avrete



bisogno. La vita diventa più facile quando sapete di poter trovare una soluzione anche se vi manca qualcosa.

L'altra ragione per cui i miei clienti non si lamentano mai di aver buttato via qualcosa è ancora più significativa. Dal momento che hanno continuato a selezionare le proprie cose e a decidere da soli cosa farne, non scaricano più sugli altri le responsabilità delle loro decisioni. Se si verifica un problema, non cercano una causa esterna o una persona cui attribuire la colpa, decidono da soli e sanno che ciò che conta davvero è valutare l'iniziativa da prendere in ogni circostanza. Selezionare le proprie cose e buttare via ciò che non serve è un lungo susseguirsi di decisioni prese sulla base dei propri valori. Abituarsi a buttare affina le proprie capacità decisionali. Conservando cose inutili viene sprecata l'opportunità di sviluppare queste abilità. Non è un peccato? Quando vado a casa dei miei clienti non butto via mai niente, lascio sempre a loro l'ultima parola su ogni cosa. Se scegliessi per loro cosa buttare, non avrebbe senso riordinare. È buttando le proprie cose e riordinando la propria casa che la mentalità cambia.

## Salutate mai la vostra casa?

La prima cosa che faccio quando vado da un cliente è salutare la sua casa. Mi inginocchio sul pavimento al centro della casa e mi rivolgo a lei nella mia mente. Dopo una breve presentazione che include il mio nome, cognome, indirizzo e professione, le chiedo aiuto nel creare uno spazio in cui la famiglia che ci abita possa trascorrere una vita felice. Poi mi inchino. È un rito silenzioso che occupa soltanto un paio di minuti ma fa sì che i miei clienti mi rivolgano strane occhiate.

Questo rituale prende spunto dal rito delle visite al santuario scintoista. L'atmosfera densa di aspettative che si percepisce nel momento in cui i miei clienti aprono la porta di casa mi ha sempre fatto pensare alla sacralità del momento in cui si varca l'entrata del tempio e si accede all'area sacra. Forse è questo che mi ha ispirata a celebrare questo rituale. Qualcuno potrebbe pensare che abbia soltanto un effetto placebo, ma io ho notato una differenza reale nella velocità delle operazioni di riordino.

Per inciso, io non indosso pantaloni della tuta o vestiti da lavoro quando metto in ordine, di solito mi metto un vestito con sopra una giacca. Solo occasionalmente mi metto il grembiule, rispetto alla praticità scelgo lo stile. Alcune clienti rimangono sorprese e si preoccupano che rovini i miei abiti, ma anche vestita così non ho problemi a spostare mobili, arrampicarmi sul tavolo della cucina e a occuparmi di altri aspetti pratici del lavoro. Questo è il mio modo di mostrare rispetto alla casa e al suo contenuto. Io credo che riordinare sia un evento, una celebrazione per la dipartita degli oggetti da cui vi separerete, perciò mi vesto in maniera appropriata. Gli abiti che scelgo e gli omaggi che porgo alla casa prima di iniziare a riordinare sono il mio modo per esprimere il rispetto che ho nei suoi confronti, e la casa in risposta sarà felice di dirmi ciò di cui quella famiglia non ha più bisogno e dove mettere quello che rimane in modo che in quegli spazi tutti vivano felici e senza problemi. Questo approccio velocizza la parte in cui si decide dove riporre le cose ed elimina ogni dubbio riguardo al riordino, in modo che tutto scorra senza problemi.

Forse pensate di non riuscire a fare la stessa cosa, che solo chi come me lo fa di professione sia in grado di sentire ciò che la casa ha da dire. Invece, è chi vive in quella casa e possiede quegli oggetti che li capisce meglio di chiunque altro. Andando avanti con le lezioni, i miei clienti iniziano a

vedere con chiarezza ciò che devono buttar via e dove riporre il resto, e in questo modo il riordino procede liscio e a passo spedito. La strategia infallibile per affinare rapidamente la propria capacità di intuire le cose che servono e dove sistemarle è questa: salutate la vostra casa ogni volta che rientrate. Questo è il primo compito che assegno ai miei clienti durante le nostre lezioni. Nella stessa maniera in cui vi rivolgereste a un membro della famiglia o al vostro animale domestico dite alla casa: «Ciao, sono tornato». Se ve ne dimenticate appena entrati, in seguito, quando vi ricordate, dite: «Grazie per offrirmi un riparo». Se siete timidi o vi vergognate di dire queste cose ad alta voce, potete benissimo dirle a mente.

Se lo farete abitualmente, inizierete a percepire la reazione della casa quando rientrate, sentirete la sua gioia al vostro passaggio come una lieve brezza. Poi sarete in grado di capire dove vorrebbe che riordinaste e dove che sistemaste le vostre cose. Portate avanti un dialogo con la vostra casa mentre riordinate, lo so che sembra un discorso fantasioso e poco pratico, ma quando ignorate questo passaggio vi accorgete che il lavoro non fila liscio come dovrebbe.

In sostanza, il riordino dovrebbe occuparsi di ristabilire un equilibrio tra le persone, le loro cose e la casa in cui vivono. Un approccio convenzionale al riordino, invece, tende a incentrarsi solo sul rapporto tra gli esseri umani e i loro oggetti, senza prestare attenzione all'abitazione. Io sono consapevole del ruolo importante svolto dalla casa, perché, ogni volta che vado da uno dei miei clienti, mi accorgo di quanto la casa si prenda cura dei suoi abitanti. È sempre lì, ad attendere che tornino, restando in piedi a proteggerli e a ripararli. Non importa quanto siano stanchi alla fine di una lunga giornata di lavoro, la casa è sempre pronta a rinfrancarli e a curarli. Quando non hanno voglia di fare niente e vanno in giro come mamma li ha fatti, la casa li accetta così come sono. Non troverete nessuno di più generoso e accogliente. Riordinare è la vostra opportunità di esprimere gratitudine per tutto ciò che la vostra casa fa per voi.

Per mettere alla prova la mia teoria, provate a mettere in ordine sulla base di ciò che renderebbe felice la casa: vi sorprenderete della facilità con cui riuscirete a portare avanti la fase decisionale.

## **Le vostre cose vogliono esservi utili**

Ho passato più di metà della mia vita a pensare al riordino. Ogni giorno vado a casa dei miei clienti per passare in rassegna le cose che possiedono. Non credo che esista un'altra professione in cui si ha l'opportunità di vedere da vicino il contenuto dell'armadio e dei cassetti di una persona. In tutte le case che ho visitato non mi è mai capitato di trovare nessuno che possedesse le stesse cose, né che le organizzasse nello stesso modo. Eppure c'è un elemento comune a tutti. Pensate al motivo per cui tutte le cose che avete si trovano lì. Se replicate: «Perché le ho scelte io», «Perché mi servivano» o «Per una serie di coincidenze», queste risposte sono tutte corrette.

Ma io credo che ciò che hanno in comune le cose che possedete è il desiderio di esservi utili. Posso dirvelo con sicurezza perché ho esaminato con attenzione centinaia di migliaia di oggetti appartenuti ai miei clienti durante la mia carriera di consulente domestica.

Sembra un luogo comune, ma non pensate che il destino che ci lega alle cose che possediamo sia incredibile?

Prendete per esempio una camicia: anche se è stata prodotta in serie in una fabbrica, quella camicia che un giorno avete comprato e portato a casa per voi è unica. Il destino che ci ha fatto incontrare

ciascuna delle cose che possediamo è sacro e prezioso come quello che ci ha legato alle persone che fanno parte della nostra vita. Quando espongo questo punto di vista, alcuni dicono: «Ho trascurato questo vestito per così tanto tempo che è tutto stropicciato. Mi sembra risentito». Oppure: «Devo indossarlo! Altrimenti mi odierà». Per quanto mi riguarda, non ho mai incontrato nessun oggetto che si risentisse nei confronti del suo proprietario. Questi pensieri prendono forma dal proprio senso di colpa, non dagli oggetti. E allora, come si sentono le cose che non ci ispirano più nessuna emozione? Io credo semplicemente che vogliano andarsene. Restando inutilizzate in un cassetto, sanno perfettamente che non vi procurano più nessuna gioia.

Ogni cosa che possedete vuole esservi utile. Anche se la butterete via o la brucerete, si lascerà alle spalle un'aura di «chi ha voluto rendersi utile». Non più prigioniera della sua forma reale, si muoverà nell'universo sotto forma di energia, facendo sapere alle altre che voi siete speciali, e tornerà da voi nelle sembianze di un oggetto che sarà più utile alla persona che siete adesso, e vi offrirà una felicità maggiore. Un vestito potrà riapparire sotto forma di un abito nuovo o a volte cambiare sembianze e ripresentarsi come nuove informazioni o nuovi legami. Ve lo prometto: tutto quello che lascerete andare tornerà nelle stesse quantità, ma solo quando sentirà il desiderio di tornare da voi. Per questo motivo, quando buttate una cosa, non sospirate dicendo: «Oh, non l'ho mai usato...» o «Mi dispiace non averti mai utilizzato», ma salutate quelle cose con gioia: «Grazie per avermi trovato» o «Fate buon viaggio. A presto!»

Liberatevi di quelle cose che non vi emozionano più. Celebrate la vostra separazione da loro e il loro nuovo viaggio. Festeggiate questo momento. Credo davvero che le nostre cose siano più felici e più vive quando le lasciamo andare di quando le prendiamo per la prima volta.

## **Lo spazio in cui vivete influenza il vostro corpo**

Molti clienti mi dicono che dopo aver iniziato a riordinare hanno perso peso o hanno tonificato l'addome. Potrebbe sembrare un discorso strano, ma quando riduciamo le nostre cose e «disintossichiamo» la casa, anche il nostro corpo beneficia degli stessi effetti depurativi.

Quando buttiamo via tutto in una volta – il che significa a volte eliminare quaranta sacchi dell'immondizia in un giorno – il nostro corpo può reagire in un modo che ricorda gli effetti di un minidigiuno, con attacchi di diarrea o improvvisa comparsa di brufoli. Non c'è niente di male, si sta semplicemente liberando delle tossine che ha accumulato nel corso degli anni, e tornerà alla normalità – anzi, ancora più in forma – nel giro di un paio di giorni. Una mia cliente liberò un armadio e un ripostiglio che aveva trascurato per dieci anni. Subito dopo ebbe un attacco di diarrea che quando terminò la fece sentire molto più leggera. Sostenere che riordinando si dimagrisce e che buttare via le cose migliora la pelle potrebbe sembrare pubblicità ingannevole, ma non è del tutto falso. Purtroppo non posso mostrarvi le foto dei miei clienti prima e dopo, ma ho assistito con i miei occhi al cambiamento che avviene nel loro aspetto quando la loro stanza è in ordine. La loro silhouette è più slanciata, la pelle più luminosa e gli occhi più splendidi.

Quando ho iniziato questo lavoro, sono rimasta affascinata da questo aspetto. Ma pensandoci attentamente, mi sono resa conto che non c'è niente di strano. Io la vedo in questa maniera: quando mettiamo in ordine, l'aria nella stanza diventa più fresca e pulita. Diminuire la quantità di roba che affolla i nostri spazi riduce la polvere e riusciamo finalmente a pulire in maniera più accurata.

Riuscendo a vedere il pavimento, siamo in grado di notare dove si accumula la polvere e fare le pulizie diventa più semplice, quindi possiamo usare l'aspirapolvere e passare lo straccio diligentemente. L'aria più fresca nella stanza fa sicuramente bene alla pelle. Pulire richiede energia e movimento, che contribuiscono a farci perdere peso, restando in forma. E quando i nostri spazi sono puliti, non dobbiamo più preoccuparci di riordinare e ciò ci rende liberi di concentrarci sul prossimo argomento che ci sta a cuore. Molte donne vogliono dimagrire e tenersi in forma e questo diventa il loro obiettivo. Cominciano a mangiare meno e a fare a piedi distanze più lunghe e tutto questo fa sì che perdano peso senza che si mettano a dieta.

Ma io penso che riordinare sortisca questo effetto perché attraverso la selezione e la sistemazione le persone imparano a capire quanto basta. Dopo aver riordinato, i miei clienti mi dicono che sono meno attaccati alle cose. Se in passato, non importa quanti vestiti avessero, ne volevano sempre di nuovi, dopo aver selezionato e conservato solo quelli che amavano davvero, si sono resi conto di avere tutto quello di cui hanno sempre avuto bisogno.

Accumuliamo le cose materiali per lo stesso motivo per cui mangiamo: per soddisfare un desiderio. Comprare in maniera compulsiva e mangiare e bere in eccesso sono tentativi di alleviare l'ansia. Osservando i miei clienti, ho notato che quando eliminano i loro vestiti in eccesso riducono la pancia, quando eliminano libri e documenti la loro mente si alleggerisce, e quando riducono i cosmetici e riordinano il bagno e l'area intorno al lavandino la loro pelle diventa più liscia e luminosa. Sebbene non abbia nessuna base scientifica a supporto della mia teoria, non è interessante che la parte del corpo che reagisce sia collegata all'area che è stata riordinata? Non è meraviglioso che riordinare la casa migliori il vostro aspetto e sortisca gli stessi effetti di una dieta?

## **È vero che pulire porta fortuna?**

A causa della popolarità del feng shui spesso mi viene chiesto se anche pulire porti fortuna. Il feng shui è un modo per accrescere la buona sorte organizzando i propri spazi vitali. Iniziò ad acquistare grande popolarità in Giappone circa quindici anni fa e adesso è molto conosciuto. Molte persone si sono interessate al riordino grazie a questa disciplina. Io non sono un'esperta, ma ne ho studiato le basi come parte delle mie ricerche sul riordino. Credere che possa accrescere la buona sorte dipende da voi, ma in Giappone fin dai tempi antichi le nozioni di orientamento e di feng shui sono sempre state usate dalle persone nella loro vita quotidiana. Anch'io metto in pratica le conoscenze dei nostri predecessori. Per esempio, quando piego i vestiti e li allineo in verticale in un cassetto, li sistemo colore per colore, in modo da seguire una gradazione cromatica che va dalle tonalità più scure a quelle più chiare. Il modo corretto di procedere consiste nel mettere i colori chiari nella parte anteriore del cassetto e progredire verso le tonalità più scure a mano a mano che si va verso il fondo. Non so se questo sistema aumenti o no la buona sorte, ma aprendo i cassetti e vedendo i vestiti allineati in ordine cromatico, chiunque prova una sensazione piacevole. Per qualche ragione, mettere davanti i colori più chiari ha un effetto calmante. Ciò significa che se renderete anche solo un po' più gradevole il vostro ambiente circostante, aumenterà anche l'entusiasmo che sentirete tutti i giorni. Questo è il segreto del riordino. Il fatto che l'entusiasmo che percepite aumenti giorno dopo giorno non equivale a dire che sia aumentata la vostra buona sorte?

Alla base del feng shui ci sono le due forze in opposizione dello yin e dello yang e i cinque elementi

(metallo, legno, acqua, fuoco e terra). In breve, ciò significa che in ogni cosa dimora un'energia vitale diversa. Io credo che questo principio sia assolutamente naturale, così come la filosofia del feng shui affonda le sue radici nel vivere in accordo con le leggi della natura. Il mio approccio al riordino è lo stesso. Il vero scopo di riordinare è vivere nelle condizioni che ci detta il nostro istinto. Non convenite con me sul fatto che possedere oggetti che non vi procurano alcuna gioia e di cui non avete nessun bisogno non sia poi così naturale? Io sono convinta che la condizione ottimale sia di possedere solo ciò che si ama e di cui si ha bisogno.

Riordinando la casa potete vivere nella condizione ideale. Scegliete le cose che vi rendono felici e fate tesoro di ciò che è davvero prezioso nella vostra esistenza. Nulla può rendervi più felici di riuscire in una cosa semplice e vera come questa. Se la fortuna è questa, allora sono convinta che mettere in ordine la casa è il modo migliore per ottenerla.

## **Come distinguere le cose veramente importanti**

In alcune occasioni, dopo che una cliente ha finito di selezionare ciò che vuole conservare e ciò che vuole eliminare, mi capita di recuperare qualcosa dal mucchio di quelle che restano e chiedere: «Questa maglietta e questo maglione le piacciono davvero?» La mia cliente spalanca gli occhi per la sorpresa e risponde: «Come lo sapeva? A dire il vero, questi erano i vestiti su cui ero in dubbio fin dall'inizio».

Ovviamente non sono un'esperta di moda, né recupero quelle cose perché sembrano vecchie. Me ne rendo conto dall'espressione della mia cliente durante la scelta: il modo in cui tiene in mano quell'articolo, il luccichio negli occhi quando lo guarda, la rapidità con cui decide. La reazione è molto diversa per quello che piace e quello di cui non ci si sente sicuri. Quando le mie clienti si trovano davanti cose che le rendono felici, la decisione è solitamente istantanea, il modo di toccare l'articolo è delicato e i loro occhi brillano. Al contrario, quando una cosa non provoca nessun piacere, le loro mani esitano e inclinano la testa con fare dubbioso. Dopo averci pensato un po', ammucciano quel capo sul cumulo delle cose da conservare. In quel momento le loro labbra e le sopracciglia sono in tensione. I segni di gioia si manifestano chiaramente sul corpo e io non mi lascio sfuggire questi indizi.

Comunque so dirvi i capi su cui i miei clienti hanno dubbi anche senza guardarli mentre scelgono. Prima di andare a casa loro, infatti, faccio con loro una lezione individuale in cui spiego i principi del mio metodo, il «metodo Konmari». Già solo questa lezione ha un impatto sostanziale, e spesso, quando mi reco da loro, alcuni hanno già cominciato a riordinare.

Una delle mie studentesse più brave, una cliente di trent'anni che chiameremo A., ancor prima che andassi a casa sua si era già liberata di cinquanta sacchi dell'immondizia. Aprì i suoi cassetti e l'armadio e mi disse con orgoglio: «Più di questo non c'è niente da buttare!» Rispetto alle foto che mi aveva mostrato durante la lezione, le maglie buttate di fretta sul comò erano state riposte ordinatamente nei cassetti, e sull'asta dell'armadio che prima scoppiava di vestiti si erano creati alcuni spazi.

Nonostante tutto, tirai fuori una giacca marrone e una camicetta beige. Non sembravano tanto diverse dal resto dei vestiti che la mia cliente aveva deciso di conservare, entrambe erano in buone condizioni e avevano l'aria di venire usate spesso.

«E queste, le piacciono davvero?» chiesi.

L'espressione sul volto della mia cliente cambiò all'improvviso.

«Di quella giacca mi piaceva tantissimo il modello, ma in realtà la volevo nera. Solo che in nero non c'era più la mia taglia... Non avevo una giacca marrone, perciò ho pensato che potevo prenderla di quel colore... Alla fine non mi stava molto bene e l'ho messa solo qualche volta. La camicetta invece mi faceva impazzire sia come modello sia come tessuto, quindi ne ho comprate due uguali. Una l'ho messa tantissimo ma poi per qualche motivo non mi ha più attirato.»

Non sapevo che approccio aveva avuto con quei vestiti, né tantomeno in che circostanze li aveva acquistati. Tutto ciò che avevo fatto si limitava a osservare attentamente i vestiti appesi nel suo armadio. Quando esaminate le cose da vicino, potete iniziare a distinguere se sono apprezzate dai loro proprietari. Vale lo stesso per una donna innamorata: chiunque attorno a lei si accorge della differenza. L'amore che riceve dal suo uomo, la sicurezza che acquisisce sentendosi amata e lo sforzo che fa per essere bella agli occhi del suo lui sono gli elementi da cui trae energia. La sua pelle risplende, i suoi occhi brillano e diventa ancora più bella. Allo stesso modo, le cose amate e trattate con cura dai loro proprietari sono piene di vita e irradiano un'energia che sembra voler dire: «Per questa persona voglio impegnarmi ancora di più nel mio ruolo». Ciò che tenete con cura luccica. Ecco perché riesco a dire con un'occhiata se un oggetto è davvero caro al suo proprietario. La gioia più pura dimora nel corpo dei proprietari e degli oggetti, perciò non si può fingere.

## **Passare la vita circondati dalle cose che vi piacciono vi rende felici**

Ognuno ha alcune cose che ama talmente tanto che non riuscirebbe mai a separarsene, nonostante gli altri scuotano la testa vedendole e si chiedano: «Perché una cosa del genere?» Ogni giorno tocco con mano degli oggetti che per molte persone sono preziosi, e a mano a mano che spuntano, non riesco a capacitarmi di come abbiano potuto rapire il loro cuore. Un set di dieci burattini da dita con un occhio solo, una sveglia rotta a forma di «Noobow», un vecchio personaggio della ditta dolciaria Morinaga, una collezione di pezzi di legno che sembravano più recuperati dall'immondizia che raccolti sulla spiaggia... Eppure, quando chiedevo al proprietario in maniera imbarazzata: «Ehm, le piace ancora?» mi rispondeva istantaneamente di sì con un'aria talmente sicura e gli occhi scintillanti che non obietta. D'altronde anch'io possiedo una cosa del genere: la maglietta di «Kiccoro».

Per chi si chiede che cosa sia, «Kiccoro» è una delle due mascotte ufficiali dell'Expo 2005 di Aichi sul tema «La saggezza della natura». «Morizo» – l'altro personaggio – di un verde brillante, spiccava di più, ma «Kiccoro» era quella creatura verde acido piccola e rotonda che stava al suo fianco. Questa maglietta con stampata la faccia di «Kiccoro» la metto sempre in casa e non me ne separerei mai, neanche se qualcuno mi dicesse: «Ma non ti vergogni di avere una cosa del genere, buttala! Rovina la tua femminilità!»

Chiariamo le cose, i vestiti che metto in casa sono carini e femminili. Indosso sempre sottovesti rosa a balze o dei coordinati a fiori, l'unica eccezione è la maglietta di «Kiccoro». È di un verde acido che farebbe spalancare gli occhi anche a «Gachapin» e all'altezza della pancia sono disegnati due puntini che rappresentano gli occhi e la bocca semiaperta a forma di *dorayaki* che è l'unica parte

bianca.

L'altezza indicata sull'etichetta è di 140 cm, ovvia riprova che si tratta di una maglietta da bambino. Dal momento che l'Expo c'è stata nel 2005, l'ho indossata per più di cinque anni anche se non ho nessun ricordo di quell'evento cui sono stata particolarmente legata. Soltanto a leggere quello che ho scritto qui mi vergogno di conservare ancora una cosa del genere, e mi rendo conto da sola che non c'è nessun motivo per cui dovrei continuare ad averla, ma poi la osservo e non riesco a buttarla e solo a guardare gli occhietti rotondi di «Kiccoro» il mio cuore batte forte.

Il contenuto del mio cassetto è ordinato in modo che possa riconoscere a prima vista quello che c'è dentro. Tra tutti i miei vestiti da casa così femminili quella presenza fuori dal comune spicca come un pinguino all'equatore, ma questo non fa che rendermela più cara. Ora è così vecchia che dovrebbe essere deformata o macchiata, ma non lo è, il che non mi offre nessuna scusa per buttarla. Il fatto che l'etichetta affermi che sia stata prodotta in un altro paese nonostante la fiera avesse avuto luogo in Giappone poteva farmi perdere l'entusiasmo nei suoi confronti ma non è stato così, non riesco ancora a buttarla.

Questo è il tipo di cose che dovrete conservare a testa alta. Se nonostante quello che dicono gli altri potete affermare senza il minimo dubbio che quell'oggetto vi piace, se vi piacete anche voi per il fatto che l'abbiate conservato, allora ignorate il punto di vista degli altri.

Per essere sincera, non vorrei mai farmi vedere da nessuno con indosso la maglietta di «Kiccoro». Ma la conservo per le piccole gioie che mi dà ogni giorno: perché quando la tiro fuori e la guardo mi fa scoppiare a ridere, perché quando la indosso per riordinare io e «Kiccoro» sulla mia pancia sudiamo insieme mentre puliamo e ci arrovelliamo sulla prossima cosa da riordinare.

Non mi viene in mente nessuna gioia più grande dell'essere circondati dalle cose che amiamo. Voi che ne pensate? Tutto quello che dovete fare è sbarazzarvi di ciò che non vi tocca le corde dell'anima. Non c'è nessun modo più semplice per soddisfare il vostro cuore.

Che cos'altro chiameremmo «il magico potere del riordino»?

## **La vita vera comincia dopo aver riordinato**

Ho scritto un libro intero per esporre i vari aspetti del riordino, ma effettivamente riordinare non è obbligatorio. Non morirete se la vostra casa è in disordine. Sono certa che a molte persone non interessa affatto se non riescono a tenere la casa in ordine. Ma loro non avrebbero mai preso in mano questo libro. Voi, al contrario, ci siete stati indirizzati dal fato e ciò significa che desiderate ardentemente cambiare la vostra situazione attuale, resettare la vostra esistenza, migliorare il vostro stile di vita, trovare la felicità, brillare.

Proprio per questo motivo, vi garantisco che sarete in grado di mettere a posto la vostra casa. Nel momento stesso in cui avete preso in mano questo libro con l'intenzione di riordinare, avete fatto il primo passo. Se avete letto fino a questo punto, già sapete che cosa fare in seguito.

Le persone possono prendersi cura solo di un numero limitato di cose alla volta. È per questo che voglio fare tesoro delle cose che amo e per lo stesso motivo ho insistito a riordinare per così tanto tempo della mia vita. Eppure, penso che il riordino debba essere terminato il più velocemente possibile, perché non è il fine della nostra esistenza.

Se pensate che sidebba riordinare tutti i giorni, per tutta la vita, dovete svegliarvi! Vi assicuro che

riordinare può essere fatto senza tralasciare nulla, in un colpo solo. Gli unici compiti di cui dovrete occuparvi riguardano selezionare che cosa conservare e che cosa buttare, e prendervi cura delle cose che decidete di tenere. Potete scegliere di mettere in ordine la casa ora, una volta per tutte, per sempre. Le uniche persone che dovranno passare la vita, anno dopo anno, a pensare al riordino, sono quelle come me che trovano la loro realizzazione nel farlo e hanno una passione che le spinge a usare il riordino per rendere il mondo un posto migliore. Voi, invece, riversate il vostro tempo e la vostra passione in ciò che vi dà piacere, in quello che potremmo definire «la vostra missione». Sono convinta che mettere in ordine la vostra casa vi aiuterà a trovare la missione che vi viene dal cuore. La vita vera comincia dopo aver riordinato.



# Conclusione

L'altro giorno ho esagerato col riordino e sono finita in ospedale.

La mattina mi sono svegliata con il collo e le spalle bloccati, e non sono riuscita a muovermi neanche per alzarmi dal letto.

La causa non è stata accertata: forse perché ho passato molto tempo a esaminare la parte superiore del guardaroba di una cliente, in una posizione innaturale del collo, o forse perché ho spostato troppi oggetti pesanti; ma siccome oltre a riordinare non ho fatto nient'altro, non penso che possano esserci altre spiegazioni. Credo di essere la prima e unica persona in tutto il Giappone ad avere una cartella clinica con scritto «eccesso di riordino».

Nonostante mi trovassi in una situazione del genere, mentre ricominciavo gradualmente a muovere il collo, la prima cosa cui ho pensato è stata: «Certo che riuscire a guardare la parte in alto di un armadio deve essere proprio bello...» Il 90% dei miei pensieri riguarda il riordino.

Ho scritto questo libro perché volevo condividere con voi la sensazione che si prova lasciando andare, una dopo l'altra, le cose che hanno fatto il loro corso, accompagnandole nel loro ingresso nel mondo; quella sensazione paragonabile forse all'emozione di una cerimonia di laurea. Volevo condividere con voi l'emozione che sento quando il destino «fa clic» e le cose trovano il luogo che possono chiamare «casa». Ma, sopra ogni cosa, volevo condividere con voi la sensazione di purezza nell'aria che si diffonde in una stanza appena riordinata. Grazie al magico potere del riordino, una giornata qualsiasi, trascorsa da soli senza grandi eventi, si illumina e si trasforma in un momento speciale.

Vorrei cogliere quest'opportunità per ringraziare dal profondo del cuore tutti quelli che mi hanno sostenuta e incoraggiata a scrivere, nonostante l'unica cosa che sappia fare è riordinare: il sig. Takahashi della casa editrice Sunmark e tante persone a cominciare dalla mia famiglia, le mie cose, la mia casa.

Mi auguro che grazie alla magia del riordino tanti di voi riescano a vivere la loro quotidianità con rinnovato entusiasmo circondandosi solo delle cose che amano.

Marie Kondo (Konmari)

# Glossario

*Dorayaki*: dolcetti composti di due frittelle di pan di Spagna con al centro uno strato di marmellata di fagioli *azuki*. Di forma circolare o, come in questo caso, a mezzaluna.

*Feng shui*: disciplina di origine taoista che, studiando le interazioni tra uomo e ambiente, suggerisce come disporre elementi urbanistici, edifici, stanze e oggetti in modo da beneficiare dell'energia vitale che scorre nel mondo e vivere in armonia con essa.

*Futon*: materasso arrotolabile che si stende direttamente sul tatami per dormire e si ripone negli armadi dopo l'uso.

*Gachapin*: personaggio dei cartoni animati molto famoso in Giappone. È un dinosauro dagli incisivi sporgenti e lo sguardo perennemente addormentato.

*Heian*: periodo storico che va dal 794 al 1185.

*Kefir*: bevanda ricca di fermenti lattici e probiotici ottenuta dalla fermentazione del latte. Originaria del Caucaso, è tuttora molto popolare nell'ex Unione Sovietica.

*Manga*: fumetti giapponesi.

*Meiji*: epoca storica che va dal 23 ottobre 1868 al 30 luglio 1912 e coincide con i quarantaquattro anni di regno dell'Imperatore Mutsuhito.

*Sentō*: sale da bagno pubbliche cittadine nate per supplire alla mancanza della vasca da bagno nelle case tradizionali giapponesi.

*Tatami*: pavimentazione tradizionale giapponese costituita da stuoie in paglia di riso pressata, rivestite in giunco e orlate con una fettuccia larga di lino nero o cotone. Ciascun pannello corrisponde a 90 x 180 cm e funge da unità di misura per la grandezza delle stanze.

*TOEIC*<sup>®</sup>: acronimo usato per indicare il *Test of English for International Communication*, un esame che valuta la capacità di utilizzare la lingua inglese in contesti lavorativi internazionali.

*Yukata*: tradizionale indumento estivo giapponese. Rispetto al kimono, è fatto di cotone e non è foderato.

# Marie Kondo (Konmari)

Marie Kondo è consulente domestica e dirige il corso «Lezioni di riordino e organizzazione per signorine». Da vera «professionista del riordino» quale si professa, è in grado di trasformare stanze così disordinate da non riuscire a distinguerne il pavimento in «suite d'albergo». Finora, attraverso le sue lezioni private, è riuscita a far buttare ai suoi «studenti» più di un milione di oggetti. A cinque anni diventa un'affezionata lettrice di riviste per casalinghe come «ESSE» e «Orange Page». Ha una spiccata passione per pulizia, riordino, cucina e cucito e passa gli anni delle elementari perfezionando le sue conoscenze di economia domestica. Durante l'ultimo anno di scuola media, legge il bestseller di Nagisa Tatsumi, «*Suteru!*» *Gijutsu* (L'arte di buttar via) che le apre completamente gli occhi sul riordino. Da questo momento intraprende uno studio vero e proprio sull'argomento che diventa il filo conduttore della sua esistenza. Durante il secondo anno di università apre la propria attività di consulenza domestica e inventa il rivoluzionario «Metodo Konmari» di riordino e riorganizzazione degli spazi, un metodo che promette di cambiarvi la vita. Il motto «Una volta appresa la tecnica, la vostra stanza non sarà più in disordine» la fa salire agli onori della ribalta e grazie al passaparola la sua clientela si espande sempre di più. Oltre a «Lezioni di riordino e organizzazione per signorine» – il suo corso limitato alle donne – anche quello dedicato a manager e professionisti (per cui, però, è necessaria una raccomandazione) «Lezioni di riordino e organizzazione per uomini d'affari» gode di una grande popolarità. La percentuale di alunni che dopo la fine del corso cade vittima dell'effetto boomerang è pari allo 0%.

<http://ameblo.jp/konmari/>

# Sommario

## PER INIZIARE

### CAPITOLO PRIMO

#### PERCHÉ NON RIESCO A TENERE IN ORDINE LA CASA?

Non riuscirete mai a tenere in ordine la casa se nessuno vi ha insegnato come si fa

Non è vero che mettere in ordine tutto in una volta crea un effetto boomerang!

Se avete l'abitudine di mettere a posto un po' alla volta, la vostra casa non sarà mai in ordine

Chi ha detto che non bisogna ambire alla perfezione?

Nel momento in cui inizierete a riordinare, la vostra vita verrà resettata

I maestri delle «soluzioni per organizzare gli spazi» diventano presto «accumulatori seriali»

Non riordinate stanza per stanza, ma categoria per categoria

Non ha senso modificare il metodo per adattarlo alla propria personalità

Riordinare deve essere un evento speciale, non una cosa da fare tutti i giorni

### CAPITOLO SECONDO

#### PRIMA DI ANDARE AVANTI, FINITE DI BUTTARE TUTTO

Prima di andare avanti, finite di buttare tutto: in una volta sola, in poco tempo e senza tralasciare nulla

Prima di buttare via le cose, pensate all'«ideale di vita» cui aspirate

Selezionate ciò che vi regala un'emozione

Esaminate una categoria per volta

Se cominciate dai ricordi, siete destinati a fallire

Non fate vedere alla vostra famiglia quello che avete eliminato

Se siete arrabbiati con la vostra famiglia, il disordine può esserne la causa

Non rifilate agli altri membri della famiglia le cose di cui non avete bisogno!

Fare ordine è un «dialogo con voi stessi attraverso gli oggetti»

Il rimedio per quando non riuscite a buttare qualcosa

### CAPITOLO TERZO

#### RIORDINARE PER CATEGORIE FUNZIONA CHE È UNA MERAVIGLIA!

Le fasi del riordino: mettete a posto le diverse categorie di oggetti nella giusta successione

Vestiaro: tirate fuori tutti i vostri indumenti e radunateli sul pavimento

Abbigliamento da casa: vietato giustificare con «è un peccato buttarlo» la scelta di declassare qualcosa ad abbigliamento da casa

Organizzare il vestiaro: risolvete i vostri problemi di spazio piegando i vestiti

Come piegare i vestiti: il modo più giusto di piegare un abito è individuare il suo «punto magico»

Come disporre i vestiti: vi svelo il segreto per riordinare l'armadio

Calze, calzini e collant: non annodateli!

Cambio di stagione: il metodo che vi evita di farlo

Riordinare i libri: disponeteli tutti sul pavimento

Libri mai letti: il giorno in cui deciderete di leggerli non arriverà mai

Libri da conservare: collocate a portata di mano quelli che entrano di diritto nel vostro «olimpo» personale

Organizzare le carte: la regola d'oro è buttare via tutto

A proposito di carte: le più fastidiose organizzatele così!

Oggetti misti: non conservateli per inerzia, ma solo se vi piacciono davvero

Spiccioli: la parola d'ordine è «Nel portamonete!»

A proposito di oggetti misti: buttate ciò che trovate in giro senza motivo

Ricordi: la casa dei vostri genitori non può diventare un «rifugio dei ricordi»

Fotografie: più dei ricordi del passato, apprezzate ciò che siete ora

Le incredibili scorte di ogni tipo che ho visto con i miei occhi!

Continuate a eliminare finché non arrivate al momento in cui la quantità giusta «fa clic»

Fidatevi del vostro istinto e andrà tutto a meraviglia

## **CAPITOLO QUARTO**

### **LEZIONI DI ORGANIZZAZIONE PER FAR RISPLENDERE LA VOSTRA VITA**

Decidete la collocazione di ogni cosa

Non affrettatevi a organizzare le cose se prima non avete finito di buttare ciò che non serve

Organizzate gli spazi nella maniera più semplice possibile

Non disseminate gli spazi dove riporre le vostre cose

Ignorate le teorie sul «flusso delle azioni» e sulla «frequenza d'uso»

Vietato accatastare le cose una sull'altra, il segreto è metterle in verticale!

Contenitori e divisori non servono!

Riponete le borse in un'altra borsa

Svuotate la borsa ogni giorno

Tutto quello che occupa spazio nella stanza va spostato nell'armadio

Non appoggiate niente sulle superfici del bagno e sul lavandino della cucina

Create il vostro piccolo altare domestico sull'ultimo ripiano della libreria

Decorate l'interno dell'armadio con i vostri piccoli segreti

Quando comprate dei vestiti, toglieteli subito dalle buste ed eliminate il cartellino del prezzo

Non sottovalutate l'eccesso di informazioni sulle etichette delle confezioni

Più ve ne prenderete cura, più gli oggetti saranno dalla vostra parte

## **CAPITOLO QUINTO**

### **IL MAGICO POTERE DEL RIORDINO CHE VI CAMBIA RADICALMENTE LA VITA**

Dopo aver riordinato la vostra stanza scoprirete ciò che volete fare davvero

L'effetto del magico potere del riordino vi cambia radicalmente la vita

Il magico potere del riordino vi fa acquistare fiducia in voi stessi

Attaccamento al passato o ansie per il futuro?

Imparare a fare a meno delle cose

Salutate mai la vostra casa?

Le vostre cose vogliono esservi utili

Lo spazio in cui vivete influenza il vostro corpo

È vero che pulire porta fortuna?

Come distinguere le cose veramente importanti

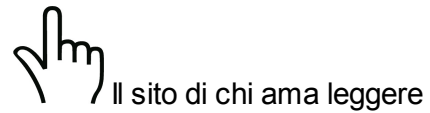
Passare la vita circondati dalle cose che vi piacciono vi rende felici

La vita vera comincia dopo aver riordinato

## **CONCLUSIONE**

## **GLOSSARIO**

## **MARIE KONDO (KONMARI)**



Ti è piaciuto questo libro?

Vuoi scoprire nuovi autori?

Vieni a trovarci su **Illibraio.it**, dove potrai:

- scoprire le **novità editoriali** e sfogliare le prime pagine **in anteprima**
- seguire i **generi letterari** che preferisci
- accedere a **contenuti gratuiti**: racconti, articoli, interviste e approfondimenti
- **leggere** la trama dei libri, **conoscere** i dietro le quinte dei casi editoriali, **guardare** i booktrailer
- iscriverti alla nostra **newsletter settimanale**
- unirti a **migliaia di appassionati** lettori sui nostri account **facebook**, **twitter**, **google+**

« La vita di un libro non finisce con l'ultima pagina »

