



Corsi, stage, guide per insegnare lo space clearing: via le cose inutili da stanze, armadi, tavoli, borse

Eliminare il superfluo ecco la casa dell'armonia *Svuotare i cassetti per vivere bene*

AMBRA SOMASCHINI

VSIETE mai chiesti cosa fa quel golf scolorito pigiato nell'ultimo cassetto della camera da letto? Quante volte siete passati davanti al vecchio cuscino, scomodo e fuori moda ripetendovi «sta male in questo punto della casa, è inutile e restringe spazio» eppure non lo avete mai spostato, venduto, regalato? Lo *space clearing*, la capacità di conservare l'utile e di eliminare l'inutile, parte da qui. Da tutto

quello che pesa sulla nostra energia senza avere una funzione precisa. Tenendo oggetti, vestiti, libri, arredi che non servono ci carichiamo un peso in più. L'arte di ripulire, ordinare, rendere lieve e armonioso tutto quello che abbiamo intorno nasce in Gran Bretagna con Karen Kingston che ha scritto «*Clearing your clutter with feng shui*» (della Broadway Edition di New York ora tradotto italiano dalle edizioni Futura), con «Ogni cosa al suo posto e un posto per ogni cosa» di Mary Lambert (in libreria a fine mese per Coebaccio). E approda a Roma con un corso che inizia il 21 aprile in un salone del Forum Sport Center di via Aurelia 493.

Una tendenza europea esportata negli Stati Uniti che appartiene al minimalismo, al bisogno di guadagnare tempo e spazio ogni giorno, ottenendo concentrazione, fu-

I LIBRI

Due libri sullo *space clearing*, di Karen Kingston («*Creare l'armonia del proprio ambiente*») e Victoria Moran («*Una casa serena*»)



cia come dicono gli anglosassoni, per coltivare i nostri interessi fondamentali. Kingston vivendo tra Londra e Bali ha occidentalizzato uno specchio di *feng shui*, l'arte orientale di disporre le cose in modo armonioso, facendo stage settimanali in giro per il mondo. Lambert nel suo testo spiega in modo semplice da dove cominciare. Dai cassetti troppo pieni, appunto. E

Lucia Larese, (cell. 3334336284) nordica trapiantata a Roma, dopo aver seguito il corso *advanced* a Londra, insegna nell'arco di un fine settimana i punti base dell'insegnamento.

«Lavoro con una ventina di allievi, professionisti, interior designer, medici, insieme a un architetto, Francesco Ros - spiega Larese - ci bastano due giorni per sin-



«Riordinare lo spazio esterno anche per iniziare un cammino interiore e cambiarsi»

cumulare mai il superfluo, perché insieme alla polvere accantona i problemi della nostra vita irrisolti».

Osserva Ros: «Gli architetti possono costruire case per fare stare meglio la gente. Mai specchi in camera da letto, mai bagni

destro questa stanza. Non bisogna circondarsi di spigoli, perché sono sempre di buon augurio le forme arrotondate. E chi sceglie di seguire il corso di primavera potrà viaggiare verso Bali per vedere come si vive in armonia con la terra e gli animali». Secondo Elena C., che vive a Roma e si occupa di



FENG SHUI
Lucia Larese nella sua abitazione: tiene a Roma i corsi di Feng Shui

pubbliche relazioni per un'orchestra da camera, «seguire il corso londinese di Karen Kingston a Londra è stato molto interessante. Ho scelto di fare un percorso inverso rispetto alla psicoanalisi che parte dal mondo interiore. Con il *clearing* si inizia dai cassetti, si fa un itinerario inverso verso l'interiorità. Ho iniziato a fare un *clearing* degli armadi, poi degli ambienti e del mio lavoro. Sono andata avanti lavorando sui rapporti con i miei amici, poi l'ho fatto anche con le mie emozioni. Fare questa pulizia significa creare degli spazi sugli aspetti della personalità, vuol dire lasciare spazio alle sorprese del futuro».

tetizzare i principi del *feng shui* uniti al *clearing*, dal compasso orientato sulla bussola che fa scoprire il *bagua* negli appartamenti, l'inquinamento derivante dallo stress geopatitico. Per poi passare al *clutter*, al ciarpame. Durante le lezioni raccontiamo come si toglie il *clutter* dagli armadi, dai mobili, dalla borsa, dal tavolo di lavoro. Raccontiamo come si fa a non ac-