

Nell'ordine delle cose

Cos'è il disordine? Quando la mente comprende profondamente interiormente cosa crea il disordine, da questa intuizione, da questa consapevolezza, da questa osservazione, si crea naturalmente l'ordine (Krishnamurti). Le nuove tecniche per dominare il caos? Intuire le motivazioni che ci hanno spinto a crearlo di Lucia Larese

Quando riusciamo ad uscire dal pensiero corrente che esprime un giudizio negativo sul disordine, possiamo provare a considerare e, se vogliamo, abbracciare la tesi che considera l'ordine come conseguenza naturale della presa di coscienza intima e profonda di cosa è il disordine.

Il disordine crea imbarazzo: generalmente è considerato sintomo di poca efficienza, poca organizzazione, poca pulizia e quindi si tende a negare di esserne vittime o, al contrario, artefici.

Quando usciamo dalla convinzione che ci porta a considerarlo negativamente e ad ammettere che esiste e che, probabilmente, affligge non solo la nostra scrivania ma anche la nostra vita, possiamo iniziare un percorso innovativo di valutazione del nostro mondo esterno come rappresentazione di qualcosa che si trova dentro la nostra mente e il nostro sentire.

L'ordine si crea nel momento perfetto in cui la mente esce da un modello precostituito di ordine e perviene, in assenza di contrapposizione e competizione con altri, alla consapevolezza che il proprio ordine interiore conduce alla realizzazione dei propri obiettivi personali e individuali.

Nel contesto attuale appare

anacronistico e quasi fuori luogo parlare di *ordine vs disordine*, in una società che vive a ritmi frenetici e spesso caotici a cui è difficile sottrarsi. Questa velocità del vivere quotidiano, ci fa perdere, nella disordinata frenesia quotidiana, la consapevolezza che così sfuggiamo a domande importanti su perché lavoriamo e per quale motivo imponiamo alla nostra vita ritmi così stressanti.

Catturati dagli ingranaggi di questo modo di vivere, poco alla volta, ci allontaniamo dai veri motivi per i quali ci dedichiamo alla nostra attività, spesso pressati da esigenze monetarie, di carriera e per consentire alle nostre famiglie di stare al passo con i consumi che lo stile di vita e le attuali tendenze ci impongono.

Può accadere così che perdiamo la chiarezza su quello che desideriamo veramente nella nostra vita, sopraffatti dai frenetici ritmi imposti dalla società attuale. In una corsa continua contro il tempo, cerchiamo di raggiungere obiettivi monetari e di carriera a scapito della vita di relazione e familiare e del tempo da dedicare a se stessi e ai nostri spazi creativi.

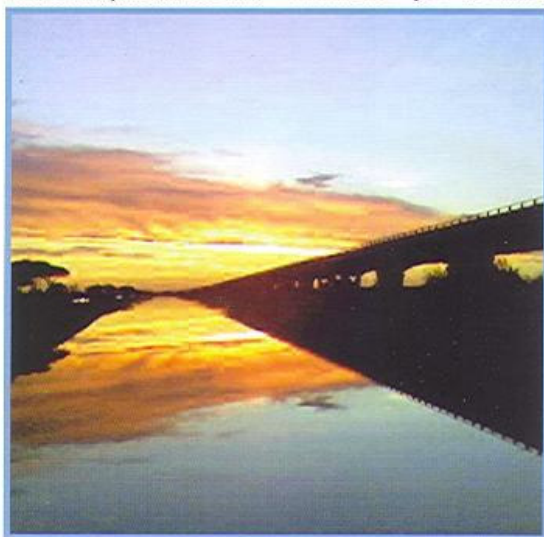
Accade allora che, nel perseguimento di questi obiettivi meramente economici, ci allontaniamo dalle nostre

vere passioni. La passione è il motore più importante che ci spinge ad andare avanti nella vita e ci consente di superare ostacoli e difficoltà. Come nella fase dell'innamoramento le nostre percezioni sono tutte incentrate sull'amato così da farci vedere la nostra realtà molto più piacevole di quanto non fosse in precedenza, quando lavoriamo *appassionatamente* la soddisfazione che ci viene dalla realizzazione quotidiana del nostro lavoro ci fa trascorrere il tempo in un baleno e con molta leggerezza.

La gioia che deriva dal processo creativo e dalla realizzazione di qualcosa che testi-

monia l'esercizio delle nostre capacità e i nostri talenti, ci può gratificare in modo così appagante che il risvolto monetario diventa soltanto uno dei parametri da tenere in considerazione per la valutazione e la scelta di un lavoro.

Quando invece si considera il lavoro, qualunque esso sia, soltanto un tramite per ottenere un corrispettivo economico che ci consente di acquistare oggetti, beni e servizi perdiamo una fetta importante della nostra vita ovvero la possibilità di esprimere il nostro potenziale creativo e attingere così ad una fonte incomparabile di nutrimento per la nostra



“Chi fa quello che ha sempre fatto, otterrà quello che ha sempre ottenuto”

*Ordinati si nasce o si diventa?
Ma io nel mio disordine mi ritrovo .
La mia scrivania è un “caos” organizzato*

Ci sono persone che sono ordinate per natura in quanto apprezzano l'armonia che emana un ambiente spazioso, ordinato e accogliente, forse perché hanno ereditato questa abitudine dai genitori. Altri invece si trovano a vivere nel caos. Il caos a volte dipende dal momento particolare che una persona sta vivendo. Nella vita si va incontro a periodi particolari e difficili (separazioni, divorzi, lutti, perdita del lavoro, traslochi) e, in questi frangenti, è più difficile



mantenere un ordine mentale che si traduca in una casa o in ufficio ordinato. Anzi rimanere ordinati quando il mondo intorno a noi muta radicalmente per un evento esterno può essere molto faticoso o addirittura il segnale che non siamo in collegamento con la realtà che viviamo. Il disordine in certi contesti è inevitabile. Eppure, dopo un momento difficile “mettere ordine” ci aiuta a ristabilire il nostro ordine interiore. La casa o l'ufficio non può essere “sempre” ordinata, in quanto rispecchia la nostra vita e i nostri stati d'animo. Ma nel disordine cronico non si vive bene: ci si affatica, si spreca soldi e le relazioni interpersonali ne soffrono.

Quando tempo ci vuole per diventare ordinati?

“Diventare ordinati” ha senso solo se l'ordine esterno corrisponde ad un ordine “interno” che ci fa vivere meglio, con meno preoccupazioni e più tempo per noi. I principi dello spaceclearing si imparano in un week-end, ma poi occorre mettere in pratica quanto si è appreso con costanza e determinazione, come per ogni disciplina. Per i disordinati incalliti è consigliabile un programma di coaching per riorganizzare i propri spazi, basato su incontri individuali a cadenza settimanale. Un ciclo di cinque incontri fa già toccare con mano i benefici di questo metodo.

Mettere in ordine richiede troppo tempo, e io non ne ho

E' fondamentale abituarsi a considerare il tempo di riordino parte integrante del lavoro che si fa e, una volta che abbiamo imparato a mettere in pratica questo segreto non si può più farne a meno.

Posso anche mettere in ordine, ma sono sicuro che dopo un mese tutto ritorna come prima!

E' evidente che tutti hanno fatto un “repulisti” nella loro vita anche prima di avere un metodo. Imparare a fare spazio con lo spaceclearing (www.spaceclearing.it) non è soltanto un modo di fare “pulizia”: è un insieme di metodologie che insegnano a eliminare il disordine “per sempre”. E' un insieme di consigli pratici e regole di buon senso che saranno nostre per tutta la vita: si impara a discernere l'utile dall'inutile e a stabilire le priorità sulla base degli obiettivi che ci siamo prefissati.



mente e la nostra energia vitale. Molte aziende e organizzazioni hanno da tempo compreso che dipendenti più motivati e determinati a perseguire i propri obiettivi sono una risorsa importante per ottenere i risultati industriali necessari al proprio successo. Le aziende che sposano questa filosofia sono più inclini ad utilizzare strumenti di formazione per motivare le persone a lavorare meglio e con i mezzi più idonei in una realtà in continua evoluzione.

Ecco perché crescita personale e perseguimento degli obiettivi di business in questa epoca sono fortemente interconnessi. Il cambiamento continuo della nostra realtà in evoluzione ci impone di adeguarci alle nuove modalità di lavoro nonché uso degli strumenti informatici e di comunicazione. Anche le relazioni sociali e professionali sono mutate perché è cambiato il modo di comunicare, l'ampiezza dei mondi possibili con cui interagiamo e lo facciamo con strumenti fino a pochi anni fa inesistenti. Questo ampliamento delle opportunità relazionali crea un apparente disordine che ci fa sentire disorientati e confusi, alla ricerca di nuovi punti di riferimento.

Da un lato è necessario aggiornarci e formarci per acquisire le necessarie competenze per utilizzare questi nuovi strumenti informativi, lavorativi e di relazione, dall'altro è importante trasformare il nostro atteggiamento e le modalità con cui abitualmente interagiamo con la nostra realtà lavorativa, sociale, familiare.

In questo secondo livello di “trasformazione” delle nostre abitudini interiori e psicologiche spesso risiedono le sfide più difficili perché dobbiamo lavorare dentro noi stessi e, a volte inconsapevolmente, sabotiamo i nostri stessi successi. Perché non crediamo appieno nelle nostre risorse e

nelle nostre potenzialità. A volte il successo può far paura come o più di un insuccesso se, nel nostro immaginario e nella nostra storia personale, siamo stati abituati a non considerarci meritevoli di riconoscimenti e non abbiamo sviluppato una sufficiente autostima. Al contrario

www.spaceclearing.it

se, per motivi che affondano nella nostro vissuto, pensiamo che i risultati ci siano dovuti, a prescindere dalle nostre capacità e dal nostro impegno per ottenerli, ci troveremo in conflitto ogniqualvolta non ci vengano attribuiti i riconoscimenti attesi e ci sentiremo frustrati o vittime di ingiustizia. Che in realtà ingiustizia non è. Gli stessi



diseño e fa riaffiorare il concetto di ordine e armonia proprio come in un ricamo prezioso. L'antagonismo che abbiamo

un ordine esterno intraprende un percorso di ricerca delle vere motivazioni che risiedono dentro di lui e che lo hanno spinto a creare la

nostre vere motivazioni che ci hanno portato fino a questo punto della vita.

Il percorso fra gli oggetti e le cose che ci circondano, a casa come in ufficio ci aiuta a comprendere che un'abitazione o un ufficio straripante di cose inutili o disordinate può essere lo specchio di un inconcludente e confuso approccio esistenziale. Oppure può semplicemente essere il risultato di una fase particolarmente complicata della nostra esistenza. Imparare a riordinare questo caos ci aiuterà ad alleggerire la pesantezza che stiamo vivendo o a gettare un po' di luce sulle vere motivazioni che ci hanno spinto a crearlo. ■

Impariamo a trasformare i nostri limiti in potenzialità: il nemico da abbattere non è fuori di noi ma dentro di noi

privilegi acquisiti perché fino ad oggi sono aggirate norme o disattesi regolamenti appare a volte un'usurpazione di qualcosa di dovuto, che in realtà non spetta nemmeno. Ecco perché imparare a trasformare i nostri limiti in potenzialità appare la sfida più intrigante e difficile di questo epoca. Perché il "nemico" da abbattere non è fuori di noi ma dentro di noi. Il finale però è a sorpresa: al termine del percorso si arriva a comprendere che non esiste nessun nemico da abbattere o debellare con il potere della mente, che tutto separa, ma semplicemente un affascinante percorso di auto-consapevolezza che ci riavvicina a quelle vere motivazioni che, nella velocità imposta dalla nostra era, abbiamo dimenticato o messo da parte.

Come nell'intreccio perfetto di un ricamo su un tappeto, il punto da dove siamo partiti si ricongiunge al punto di partenza per completare il

delineato all'inizio fra gli opposti, *ordine vs disordine* non esiste più perché si perviene alla comprensione che non c'è nessuna dicotomia fra essi in quanto esiste un continuo divenire in cui l'uomo nel tentare di creare

vita che sta vivendo. Un viaggio di auto-consapevolezza che ci conduce a "mettere ordine" fra le cose della nostra vita, a fare pace con eventi e relazioni e, finalmente, a dedicare del tempo a ricordare o scoprire le

*"Non si può insegnare niente ad un uomo.
Si può solo aiutarlo a trovare le risposte
Dentro se stesso"*

Galileo Galilei

