



Rosy Cassata

Le stanze di Nuncas

Direttore Creativo di Nuncas. Esperta di Home Keeping, gestisce l'Accademia della Casa, luogo di formazione dove si tengono seminari non solo di cura della casa ma anche di amore per l'ambiente domestico.

LA FELICITÀ È NEL PRIMO CASSETTO A DESTRA.

LO SPACECLEARING AIUTA A CAPIRE COME METTERE ORDINE IN CASA PER RIMETTERE ORDINE NELLO SPIRITO.



Voi come ordinate lo spazio della vostra casa? Vi interessate che sia soprattutto comodo per voi o che sia accogliente per gli ospiti? A che cosa date la priorità?

Personalmente amo avere la casa sempre in ordine, con gli oggetti utili appesi a vista, i cassetti mai stipati, ma ben organizzati. Per me l'ordine è equilibrio. Mi fa sentire bene con me stesso, sono tranquillo e so che non mi troverò in imbarazzo anche se decido di invitare all'ultimo secondo qualcuno, e soprattutto ottimizzo i tempi di ogni cosa perché tutto è a portata di mano. Potrebbero sembrare cose ovvie, ma l'ordine è fondamentale anche per godersi di più la casa e ogni momento vissuto da soli o in compagnia. Mi sono domandata spesso che rapporto ci sia tra oggetti e felicità: quello che abbiamo è quello che siamo? Ne ho parlato con Lucia Larese, esperta di spaceclearing, una curiosa disciplina che insegna a sfoltire gli oggetti nello spazio dove si vive per trovare l'equilibrio nel proprio modo di essere. Ho avuto il piacere di accoglierla nel mio salotto e di condividere con lei le nostre esperienze sull'ordine e sul piacere di godersi i propri spazi. Anche lei è stata così gentile da scrivere un articolo a riguardo. Se ancora non sapete cos'è lo spaceclearing, preparatevi ad un interessante viaggio tra oggetti e anima.

“

Vi siete mai chiesti cosa ci fa quel gollino scolorito trovato in fondo all'armadio? Vi è capitato di entrare in una casa, anche ben arredata e percepire un'opprimente freddezza da farvi venir voglia di scappare via? Una casa e i suoi oggetti dicono tanto della persona che vi abita al punto che esiste una disciplina, lo spaceclearing, che insegna a eliminare il superfluo ed equilibrare le energie dell'ambiente. Nella mia visione, è "l'arte di fare di spazio, in casa come nella mente", e consente di organizzare armadi e cassetti, sperimentando una leggerezza interiore del vivere, facilitando la vita di tutti i giorni. "Mettere a posto" la casa come percorso di senso inverso alla psicoanalisi, non dal dentro al fuori ma, partendo dal fuori, ci aiuta a fare ordine nel nostro mondo interiore. Un'interpretazione innovativa dello spazio abitativo che pone fine ad un'epoca in cui "rassetare" e "riordinare" sono prescrizioni da portare a termine come un gravoso compito e consegna alle donne di oggi una marcia in più rispetto al passato: prendersi cura della casa per prendersi cura di se stesse. Il tempo dedicato a renderla più bella diventa un inaspettato piacere: la nuova armonia creata con oggetti e colori rifletterà un rinnovato equilibrio del nostro mondo interno, per fare spazio alle sorprese del futuro. "Quando la mente comprende profondamente cosa crea il disordine, da questa consapevolezza,

da questa comprensione si crea naturalmente l'ordine", scrive Krishnamurti. Quando si intraprende questo insolito viaggio fra l'energia delle cose che ci circondano, si scopre, al termine del percorso, che la qualità della vita è migliorata, la casa è più bella e funzionale e abbiamo più tempo da dedicare a noi stessi. La nostra mente e il nostro cuore comprendono che l'attaccamento alle cose altro non è che un impedimento a lasciarsi andare al fluire della vita e un ostacolo a vivere piacevolmente e fino in fondo ogni momento. Il tempo dedicato a riordinare casa non è dunque tempo sprecato. L'energia spesa per creare un ambiente armonioso ed efficiente ci torna moltiplicata molte volte. Quell'abitino messo in quella cena, forse l'ultima di una relazione finita non troppo bene, un vecchio biglietto di un concerto o di un viaggio di tanti anni fa, i regali che non ci sono mai piaciuti... Tutti oggetti che ci trasmettono malinconia e frustrazione: riconoscere le emozioni inscritte nelle cose è un percorso di auto guarigione e ci aiuta a lasciare andare, con la polvere accumulata, le situazioni che non ci appartengono più. Pochi sanno che l'accumulo di oggetti inutilizzati o appartenenti ad un'epoca finita, impediscono al nuovo di entrare. Osservate la vostra casa. Siete da tempo alla ricerca di una nuova relazione ma il partner giusto non arriva? Forse conservate tutte le foto degli ex, i regali, i cimeli sentimentali e, forse, non c'è fisicamente spazio in casa per una nuova persona. Come può esserci posto nella vostra vita per la relazione che dite di desiderare? Vorreste cambiare lavoro ma nulla sembra muoversi? Osservate la vostra scrivania e la vostra libreria. Se sono traboccanti di scaruffie, giornali e riviste in grande confusione, è meglio che facciate subito qualcosa. Più cianfrusaglie si accumulano più l'energia si blocca e questo avrà un effetto stagnante nella nostra vita quotidiana. Per ridare una sferzata di vigore alla nostra vita iniziate a fare ordine in casa: permetterete che finalmente i vostri desideri si avverino. Quando la casa rispecchia la nostra vita, essa è un'impareggiabile fonte di energia e sostegno. Tutto diventa facile, fruibile, armonioso e semplice. Leggero. La nostra vita si trasforma con naturale semplicità: siamo circondati dal bello, dall'utile, dalle cose che amiamo e c'è spazio per le sorprese del futuro. Il tempo dedicato alla casa è un momento speciale se impariamo ad ascoltare e guardare: ogni singolo oggetto ci può raccontare molto di noi. Se la tua casa potesse parlare cosa svelerebbe di te?



Lucia Lorese
Direttore Scuola Italiana di Spaceclearing
Giornalista e autrice del libro "Space Clearing:
l'arte di fare spazio in casa come nella vita"



Mi piace da matti quello che dice la Dottoressa Lorese. Ma per quel che riguarda il buttare via le cose che ricordano qualcosa di brutto, ammetto che personalmente faccio fatica. Resto molto attaccato a tutti gli oggetti che comunque hanno una storia, bella o brutta che sia. Inoltre ho una tecnica molto particolare: sposto spessissimo le cose da una stanza all'altra, o addirittura da una casa all'altra, a seconda dello stato d'animo mi piace attorniarli di ricordi e di oggetti di gusto particolare.

E quando non mi servono li ordino in garage o in cantina, pronti per quando mi verrà voglia di riaverli attorno. Di solito l'allontanamento dagli oggetti avviene per step successivi: passano da una stanza all'altra, si avvicinano prima alla cantina, poi quando proprio non vengono più usati, infilano la strada del garage. L'ordine mi serve a sentirmi bene con me stessa. Volete sapere una cosa curiosa? Spesso sono così ordinata che penso di aver perso quello che sto cercando. In realtà poi scopro di averlo messo nel posto più logico in cui lo si possa cercare, perfettamente in ordine! Insomma, vivere nell'ordine aiuta a star bene, e secondo me spostare, riordinare e razionalizzare lo spazio è il modo migliore per rilassarsi e ritrovare quella freschezza di pensiero che a volte ci sembra un po' offuscata.

Nuncas è un'azienda nata nel 1935. I nostri prodotti ripropongono tutti i valori della tradizione italiana: artigianalità, cura dei particolari, alti standard qualitativi, estrema competenza nella cura dei materiali pregiati e attenzione per l'ambiente. Per informazioni e contatti chiamateci al numero 02/335356277 o visitate il sito www.nuncas.it

nuncas