

# VOGUE

ITALIA

G I U.  
2 0 1 3  
N. 7 5 4  
€ 5, 0 0



Gisele Bündchen

HEALTH &

BEAUTY

Abbiamo troppe cose? Di cosa abbiamo bisogno? Titolano così due articoli del "Financial Times", che si interrogano sulla differenza tra necessità e desiderio di possesso, e sulle alterne fortune del concetto di decluttering. Termine coniato nel 1965 per indicare l'eliminazione del superfluo, e diventato parte integrante di teorie sul post-materialismo, oggi torna in auge con una connotazione "terapeutica". I consumi, infatti, nei decenni passati hanno riempito le nostre case e le nostre vite di oggetti inutili. Un fardello ingombrante, materiale e immateriale, perché si diventa schiavi degli oggetti come, metaforicamente, di situazioni ed emozioni del passato: sgombrare dall'inutile consente di risparmiare anche il bene più prezioso, il tempo: una casa sgombra impegna meno, in un frigo libero il cibo non va a male e nei cassetti in ordine si trovano le cose, evitando di ricomprarle. Uno stile di vita essenziale che piace sempre di più, anche nelle sue declina-



## Vocazione minimal by Silvia Frau

**Eliminare il superfluo per recuperare il benessere interiore. Corsi, libri, blog svelano le nuove frontiere del decluttering**

zioni estreme: la riduzione degli spazi abitativi, downsizing, come nel caso di Graham Hill, enfant prodige della generazione internet, che, dopo aver vissuto in appartamenti enormi e superaccessoriati, ha scoperto una vocazione minimal; oppure la scelta fatta dai componenti dell'associazione americana Tiny House ([tinyhouseblog.com](http://tinyhouseblog.com)). Ma c'è pure chi rallenta il ritmo lavorativo con il downshifting. L'operazione non per tutti è facile. Non lo è per il protagonista del libro di Lucia Larese, "Space clearing: libera il tuo spazio, trasforma la tua vita" (Edizioni Mediterranee), ora in ristampa. «La resistenza a lasciare le cose è anche una resistenza al proprio cambiamento», spiega l'autrice, che tiene gli unici corsi italiani sul tema (14-15/6, Vicenza; 5/10, Milano; 19/10 Torino; [spaceclearing.it](http://spaceclearing.it)). Consigli più

dogmatici arrivano invece dagli Usa, dove esce la versione aggiornata in ebook - che non occupa spazio - di "Clear your clutter with Feng Shui" di Karen Kingston, mentre tanti sono i magazine online (come [realsimple.com/home-organizing](http://realsimple.com/home-organizing)) e i blog che raccontano storie private e metodi pratici. Si inizia dal piccolo, il portafogli, la borsa, e si avanza inesorabili nel liberare cassetti, armadi, stanze. Chi non riuscisse da solo, può affidarsi a un professionista dell'organizzazione e dello sgombero, per ora principalmente nei paesi anglosassoni. L'inglese The association of professional declutterers & organisers ([apdo-uk.co.uk](http://apdo-uk.co.uk)) elargisce anche consigli a chi voglia iniziare a farlo di mestiere. Serve, ovviamente, una predisposizione ai rapporti umani: non sarà facile convincere il padrone di casa a disfarsi

**HOT SPOT**  
"Un piccolo passo può cambiarti la vita" di Robert Maurer (Vallardi) mutua il metodo Kaizen, proprio delle aziende giapponesi per raggiungere obiettivi ambiziosi; ma a uso personale, per concretizzare le aspirazioni.

di oggetti cui è legato. Ma spesso aiuta pensare che saranno riutilizzati da altri. Vendendoli, su ebay o al mercatino rionale, passandosi con il baratto, con uno swap party tra amiche o donandoli. Il trucco, dicono, è non farsi possedere dalle cose, riappropriandosi di un tempo di qualità da spendere per sé e per gli amici (quelli sopravvissuti al decluttering dell'agenda). Ma, avvertono i guru della rete: non si eliminano, con gli oggetti, tutte le cose sbagliate della propria vita. Né si deve cadere nell'errore, avverte il "Financial Times", di trasformare il tempo a disposizione, tramutando l'avidità per gli oggetti in bulimia di esperienze.