Tempo di Space Clearing

Viene definita l'arte di far spazio in casa come nella vita. Letteralmente, invece, significa "purificazione degli spazi" e, conseguentemente, di chi li vive.

"C'era una volta... - un re! - diranno subito i miei piccoli lettori. No, ragazzi, avete sbagliato. C'era una volta un pezzo di legno...
Carlo Collodi, PINOCCHIO

E come un pezzo di legno, che sapientemente intagliato, può diventare qualsiasi oggetto, così è possibile trasformare e modellare la propria vita, basta volerlo e sapere come fare. Lo Space Clearing, come immaginato nell'approccio di Lucia Larese, parla proprio di trasformazione e di cambiamento e ci inizia ad un'arte, quella di abbandonare il superfluo per recuperare l'essenziale. Imparare a fare spazio al nuovo per accoglierlo nella nostra vita.

Accumulare e farsi invadere lo spazio da troppi oggetti è una tendenza che ha un grande impatto sulla nostra vita oltre che sulla nostra casa. Secondo un'indagine condotta negli Stati Uniti le persone usano soltanto il 20% delle cose che possiedono e occupano armadi e ripostigli. Il restante è un inutile fardello che non verrà mai più usato e che, in inglese, viene chiamato "clutter" (letteralmente "accumulo, ingombro, disordine, confusione"). Abiti, giornali, foto, scarpe... di quante cose facciamo fatica a liberarci? A volte inconsciamente alcuni trattengono la roba vecchia per sopprimere la propria vitalità: forse desidererebbero cambiare e migliorare la propria situazione eppure, nel loro inconscio, hanno paura di questo viaggio nell'ignoto. Space Clearing significa letteralmente "purificazione degli spazi": l'insieme delle tecniche e dei rituali volti a creare uno spazio sacro nelle nostre case e, di conseguenza, in noi stessi. Nell'approccio di Lucia Larese diventa l'arte di fare spazio, in casa e nella vita. Quando eliminiamo le cose che non usiamo più, si innesca in noi una metamorfosi che ci porta a vivere in ambienti più organizzati e a trovare le cose con maggiore facilità. Questo cambiamento riguarda solo la nostra casa, che è lo specchio di noi stessi, e tutte le sfere della nostra vita. Pulire, svuotare, liberare, ci aiuta ad allontanarci da tutte quelle situazioni che non ci piacciono più e a lasciare le porte aperte per l'arrivo del nuovo che la vita ha da offrirci. Le svolte avvengono quasi sempre per caso e iniziano dal nulla, da un piccolo avvenimento, un piccolo passo. A volte mettiamo in atto un mutamento che ci appare quasi insignificante,e questi piccoli cambiamenti, se fatti seguendo un criterio e un progetto chiaro e lineare, possono dare l'avvio ad una trasformazione profonda della nostra vita. È qualcosa di ben diverso dal consumismo sfrenato o dalla scriteriata abitudine che spinge molte persone a gettare nel cassonetto oggetti ancora utilizzabili che potrebbero essere di aiuto ad altri. Senza considerare il cibo comprato in eccesso e gettato senza tante remore nel bidone dei fiuti. Questo approccio insegna ad acquistare in modo consapevole e tarato sui nostri veri bisogni e... ci fa risparmiare, in quanto evitare acquisti inutili e sprechi diventa un'abitudine per la vita e si cambia l'atmosfera di una casa, creando un luogo accogliente dove sentirsi veramente "a casa". Per spiegare questo cammino di trasformazione, Lucia Larese ha pubblicato un libro strutturato in modo estremamente funzionale ed ordinato per rispondere a tanti quesiti anche sul Feng Shui, da cui lo Space Clearing trae origine. Ci parla della Teoria dei Cinque Elementi, della differenza tra Yin e Yang, ci segue con pazienza e con il sorriso, alla ricerca di noi stessi. In una prima parte c'è un manuale in cui vengono illustrati i fondamenti e il funzionamento dell'arte di fare spazio; la seconda parte è composta da vere e proprie regole, con tanto di compiti a casa, con cui ci insegna a mettere in pratica i suoi consigli e poi nell'ultima parte, con estrema delicatezza, l'autrice ci prende per mano e, attraverso un racconto esemplare di un protagonista maschile, Giorgio, ci accompagna passo passo in questo breve e affascinante percorso alla ricerca dell'essenziale. Dopo le lezioni, ci incanta la magia del romanzo e la storia di Giorgio, incredulo ed ironico da principio e quasi un po' arrabbiato con la "molesta" Beatrice, (uno pseudonimo col quale viene rappresentata l'autrice) che, pur con estrema delicatezza e in punta di piedi, è arrivata nella sua vita e pretende di sconvolgergliela, di cambiare le sue regole... il suo disordine! Eppure lui sta benone così e non vuole cambiare! A poco a poco, Giorgio inizia a mettere in atto le semplici regole "dell'ordine" che gli arrivano puntualmente da Beatrice per e-mail, così tanto per provare, e mal volentieri ammette a se stesso di trarne degli innegabili benefici. Giorgio ricomincia a respirare! È allora che si rende conto che la sua rabbia era diretta solo e unicamente a se stesso e alle proprie resistenze al nuovo e al cambiamento più grande e più importante della vita: diventare grande.

Secondo un'indagine condotta negli Stati Uniti le persone usano soltanto il 20% delle cose che possiedono e occupano armadi e ripostigli.

"Lasciate andare le cose con leggerezza, ma soprattutto con amore. Regalare, vendere o (...) gettare via le cose che non usate o amate più, potrebbe darvi la stessa gioia che avete provato quando sono diventate le vostre. Ad ogni vuoto corrisponde un pieno: inconsciamente chi trattiene le cose si nega il futuro. (...) Quando avrete imparato questa modalità, avrete imparato a lasciare andare il disordine per sempre."

Dal libro "Spaceclearing: libera il tuo spazio trasforma la tua vita" di Lucia Larese Edizioni mediterranee, nuova edizione, ultima ristampa aprile 2013.

PER SAPERNE DI PIÙ: **www.spaceclearing.it**