



SCEGLIERE PER RIORDINARE

Liberarsi del superfluo e vivere meglio

Lisa Butterworth

18 x 24 cm – brossura – Fuori collana
224 pagine, illustrazioni a colori
€ 27 – 978 88 6753 344 2



9 788867 533442

Roba. Ciascuno di noi ne accumula moltissima.

Qualcuno, all'idea di sbarazzarsene, si sente addirittura mancare.

E se tutta quella roba stesse influenzando negativamente sulla nostra produttività o sulle nostre relazioni? O persino sulla nostra salute e felicità?

Che ne siamo consapevoli o meno, l'accumulo di oggetti può danneggiarci in una miriade di modi diversi. Ma niente paura: il decluttering, ovvero l'eliminazione del superfluo e l'organizzazione di ciò che rimane, può sortire su di noi effetti altrettanto benefici.

Liberare una stanza può calmare la mente. Creare spazio fisico negli ambienti in cui ci muoviamo può significare creare spazio emotivo dentro di noi. Mantenere una casa serena e organizzata può contribuire direttamente a una vita domestica altrettanto serena e organizzata.

Questo libro non costituisce una soluzione rapida ai problemi. Per molti di noi, il decluttering è un viaggio lungo una vita e, a dirla tutta, un percorso molto personale. Ma il miglioramento è continuo, soprattutto se affrontiamo questo lavoro con l'intenzione di comprendere i bisogni e le emozioni che si celano dietro agli oggetti, non limitandoci a considerarli soltanto nella loro materialità.

Solo ciascuno di noi sa perché conserva ciò che conserva e solo noi siamo in grado di trovare il modo migliore di organizzare le nostre cose per sgravarci del loro peso, ma questo libro è un eccellente punto di partenza, con una strategia per ogni stanza della casa.

Un manuale che propone un piccolo approfondimento sul perché, in primis, abbiamo così tante cose, perché siamo tanto restii a lasciarle andare e per quali ragioni ci risulta così difficile cambiare le nostre abitudini.

Decluttering significa scegliere ciò che è funzionale per noi, che ci rende felici, che migliora i nostri ambienti e la nostra vita. Lasciar andare tutto il resto significa stare molto meglio.



Guido Tommasi Editore