



Marie Kondo,  
autrice  
del bestseller  
*Il magico potere  
del riordino.*

## SE VUOI ESSERE FELICE RIORDINA L'ARMADIO

Dopo il bestseller della giapponese **Marie Kondo**, in libreria ora è boom di manuali che insegnano a “mettere a posto”, a liberarsi dal superfluo. Perché **gli oggetti ci rubano spazio**: in casa e nella vita. Ma per difenderci abbiamo un'arma: **la leggerezza** *DI Marina Speich*

**H**o scoperto di avere un difetto decisamente di moda, oggetto del nuovo boom editoriale. Sulla scia del bestseller *Il magico potere del riordino* (Vallardi) della giapponese Marie Kondo, in classifica da febbraio e con tre milioni di copie vendute nel mondo, in libreria continuano ad arrivare manuali, guide, saggi sullo stesso argomento: come “guarire” dal disordine che imperversa nei nostri armadi. E, di conseguenza, anche nelle nostre vite. Un esempio? Questa settimana escono due nuovi titoli. In *L'eleganza del riordino* (Piemme), Jennifer L. Scott sostiene che la ricetta per essere più affascinanti e felici è proprio riordinare. E Sabrina Toscani in *Facciamo ordine* (Mondadori) aggiunge: l'essenziale è semplificare. Abbiamo troppi impegni e stimoli. Dobbiamo alleggerire il carico, cominciando a eliminare gli oggetti superflui.

### I consigli di questi libri funzioneranno su di me?

La storia è sempre la stessa: quando mi avvicino al cassetto pieno di documenti che da diversi mesi devo sistemare, mi prende l'ansia. Mi sembra un compito immane. E puntualmente rimando. **La mattina non trovo la gonna a righe: in quale armadio l'avrò infilata?** In ufficio sono sepolta dalle carte e ci metto un'ora per trovare quella che mi serve. **Liberarmi dal disordine è un buon proposito che mi perseguita da tempo.** Ma non ho mai capito da dove cominciare. In libreria scopro che la filosofia del riordino è nata proprio in Giappone, il Paese di Marie Kondo. Lì ci sono riviste dedicate all'argomento, corsi,

laboratori: una vera mania. La premessa: chi vive in un luogo caotico, ha una mente caotica. Per tutti questi autori imparare a essere più ordinati non è soltanto un modo per risparmiare tempo, ma può renderci psicologicamente più “leggeri”. **«Vivere in ambienti ordinati ci permette di guardarci dentro, affrontare le nostre paure. E apprezzarci di più»**, sostiene Marie Kondo. «Il metodo più efficace per migliorare se stessi non è “riordinare poco, tutti i giorni”. Ma fare del riordino un grande evento, intensivo e isolato». **C'è qualcosa che non mi convince: i giapponesi sono già tutti ordinati**, che cosa possono insegnarmi? Marie Kondo smonta il mio pregiudizio: «È vero, la nostra cultura si basa sul minimalismo, ma le case dei giapponesi sono piccole e piene di oggetti di ogni tipo. Quindi disordinate». E in Italia? La mania del riordino è solo una moda o è effettivamente aumentato il numero delle persone oppresse dalla confusione? **«Molti si sentono effettivamente “sovraccarichi”: troppi interessi, oggetti in casa, cose da fare»**, spiega l'autrice di *Facciamo ordine* Sabrina Toscani, che nella vita è una professional organizer, cioè aiuta le persone a gestire meglio la loro vita e i loro spazi. **«Lo stress psicologico aumenta perché tutto sembra imperdibile.** La neuroscienza ha studiato questo fenomeno. Il cervello evolve molto meno velocemente della tecnologia, che ci ha riempito di stimoli rendendoci più impazienti. Per questo non riusciamo a gestire tutte le sollecitazioni cerebrali. Il riordino “fisico”, che parte proprio dal mettere a posto l'ambiente in cui viviamo, è il primo passo per alleggerire la mente».

Ma basta leggere un libro per eliminare il superfluo e sentirsi meglio? «È un primo passo», continua Sabrina Toscani. **«Ma credo che in futuro bisognerà sviluppare vere e proprie “lezioni di riordino” per i bambini».** Insomma, l'arte di sapersi organizzare potrebbe diventare una materia a scuola. ■