

## Space clearing

Le nostre case sono spesso piene di cose vecchie, brutte o inutili, che non usiamo da anni ma che per qualche misteriosa ragione non riusciamo a buttare. Sembra quasi che ci affezioniamo di più alle cianfrusaglie piuttosto che a quelle che invece usiamo e ci fanno stare bene.

Come possiamo eliminare gli oggetti senza pentirti?

Puoi provare a farti queste domande:

Da quanto tempo non lo uso?

L'ho scelto io?

Mi piace?

E' inutilizzabile?

Mi occupa spazio prezioso?

Ho un ricordo piacevole o spiacevole?

Corrisponde ancora ai miei gusti?

Non farti prendere dai pensieri come “non si sa mai” o “mi sono affezionato” .....

Agisci!!!! Avrai più spazio per te e mettere in ordine diventerà più semplice.

Rosanna Cascone

[www.piuspaziomenostress.it](http://www.piuspaziomenostress.it)