

## AÑO NUEVO, VIDA EN

# ORDEN

Un nuevo año es como un cuaderno en blanco que nos brinda la oportunidad de empezar de cero y decidir cómo llenarlo. Poner en orden nuestra casa nos ayudará a ordenar también otros aspectos de nuestra vida... ¿Qué mejor momento que éste para tomarse en serio el propósito de ordenarse, en todo sentido?

TEXTO: CLARA LANUSSE

ILUSTRACIÓN: ALDO TONELLI



Nunca fui una persona ordenada por naturaleza, pero me irrita profundamente el desorden, una combinación molesta y sumamente frustrante. De chica envidiaba la naturalidad con la que mamá lograba mantener en orden no solamente sus espacios personales, sino prácticamente toda una casa con siete chicos, por supuesto con las excepciones de los cajones y roperos de los que no heredamos esa faceta suya.

Hace unos meses una amiga me regaló un libro que prometía un resultado literalmente mágico en cuanto al orden, y que fue a parar a mi mesa de luz, junto con otras lecturas pendientes. Más por intriga que por otra cosa, una noche en que había terminado una novela y todavía no me había enganchado con otra, lo tomé de la pila y empecé a hojearlo, entre escéptica y divertida. Fue el principio de un camino sin retorno (¡espero!).

### LA MAGIA DEL ORDEN

Así se llama el libro con el que Marie Kondo, una japonesa consultora en organización, dio impulso global a una visión novedosa de la organización y el orden. Una movida que viene inspirando a millones de personas a desprenderse de enormes cantidades de cosas, para conservar solamente lo que les reporta alegría y mantener cada cosa en su lugar.

### POR DENTRO Y POR FUERA, DOS REALIDADES QUE VAN DE LA MANO

El orden hace bien, da paz, promueve la armonía de uno consigo mismo, con los demás y con las cosas. Esto funciona tanto para lo interno como para lo externo. Cuando uno se encuentra interiormente ordenado, normalmente se refleja en su entorno vital, y viceversa.

Lo importante es abandonar la idea de que el orden es un objetivo imposible de alcanzar y comprobar que -con unas pocas herramientas y suficiente motivación- organizar y ordenar dejan de ser una pesada carga para trans-

formarse en una tarea con una importante cuota de disfrute, porque los efectos se experimentan de inmediato en nuestra cotidianeidad, y nos ayudan a ganar en serenidad y claridad mental.

### PROFESIONALES DEL ORDEN

Son jóvenes, universitarias y exitosas. Entre cientos de mujeres que a lo largo y ancho del mundo encontraron su vocación en la organización de espacios vitales, conversamos mano a mano con dos argentinas que pisan fuerte en este campo: Melanie Melhem (IG @organizarteomm) e Ingrid Hajnal (IG @theorganizationwiz). Como otras organizadoras profesionales, *influencers*, blogueras o similares, a través de las redes sociales, motivan diariamente a miles de personas que encuentran en sus imágenes y consejos una fuente de inspiración diaria para armonizar sus casas y sus vidas.

Melanie Melhem, licenciada en Publicidad, encuentra que el orden tiene su esencia en el despojo. "Este camino de la organización y el orden no tienen que ver con buscar la perfección, sino con una forma de vida más liviana. La idea es que el orden y la organización no se conviertan en una obsesión, sino más bien en un nuevo hábito que nos brinde mejor calidad de vida, armonía y placer visual".

Además de su presencia en las redes sociales y el inminente lanzamiento de su tienda online, Melanie da charlas y talleres. En ellos transmite a sus oyentes la gratificación de elegir tener menos y dejar ir, y el bienestar que produce la armonía visual del orden. Y los lleva a través de un recorrido -imaginario o real- por una casa, ambiente por ambiente, proponiendo soluciones inmediatas y prácticas de orden y organización.

● ●  
CUANDO UNO SE ENCUENTRA INTERIORMENTE ORDENADO, NORMALMENTE SE REFLEJA EN SU ENTORNO VITAL, Y VICEVERSA.



Por su parte, Ingrid Hajnal, licenciada en Economía, distribuye su vida profesional entre la motivación a sus seguidores, la comercialización de algunos productos aliados y la prestación de sus servicios como *personal organizer*. Con una demanda en constante crecimiento, estos servicios consisten en la organización de espacios concretos de una casa (por ejemplo, un placar de dos puertas, un vestidor de pareja, o una alacena), y en el *coaching* online o asesoramiento virtual, a través del cual cada cliente consulta según sus necesidades y luego implementa en forma personal las soluciones propuestas. “Para mí, ordenar es una pasión. Lo hago no sólo por la satisfacción que me da, sino porque creo que genero un cambio en la vida de una persona”, comparte Ingrid.

Entre las ventajas de la organización subraya que, si bien el orden lleva algunos minutos diarios, reporta una ganancia mucho mayor, ya que nos libera para la vida cotidiana: “tener mi vida organizada me deja tiempo libre para poder disfrutar a mis hijos y a mi marido”.

### TODO DE UN TIRÓN

El primer paso para conquistar el objetivo buscado viene dado por un cambio radical de mentalidad. “La gente no



## PARA PENSAR: EL 80% DEL TIEMPO USAMOS EL 20% DE NUESTRA ROPA. ¡PODEMOS PRESCINDIR DE TANTAS COSAS!

cambia de hábitos si primero no cambia su manera de pensar”, asegura Kondo. Pero, ¿cómo lograr esta transformación mental?

En primer lugar, hay que poner en juego la voluntad y decidirse a hacerlo todo de una vez. “La organización trae resultados visibles (...). Si organizás todo de un tirón y no poco a poco, podrás cambiar tu mentalidad drásticamente. Eso acarrea un cambio tan profundo que alcanzará tus emociones y afectará irresistiblemente tu manera de pensar y tus hábitos”, explica Kondo.

Una vez tomada la decisión, hay que volcarse de lleno al proceso, y la satisfacción que vamos a ir encontrando en el camino nos irá retroalimentando e inspirando para seguir adelante. Por supuesto, los tiempos varían en función de cada persona y su entorno, pero lo importante es abocarse a la tarea con la mayor disponibilidad posible. El promedio que lleva este proyecto es de medio año; si la dedicación es absoluta, los resultados serán visibles desde el principio, y podrán sostenerse en el tiempo.

### Un sistema de dos pasos

Cualquiera sea el espacio a ordenar, el sistema se reduce a dos pasos: por un lado, decidir si conservar o no un objeto, y por otro, decidir dónde ponerlo.

Antes de empezar a organizar y guardar objetos, es importante depurar y proponerse conservar solamente lo que nos resulta necesario, útil, y/o nos transmite alegría. El punto clave no está en seleccionar lo que vamos a descartar, sino en elegir lo que decidimos conservar. Acá hablamos de *declutter*, que en palabras de Mela Melhem significa “depurar lo innecesario, lo que obstaculiza, abruma, agobia nuestros espacios y vidas”, ya que “no tiene sentido perder tiempo y espacio ordenando cosas que deberíamos sacar de nuestras casas”, explica.

### TIPS A TENER EN CUENTA

- SELECCIONAR LO QUE VAMOS A CONSERVAR.
- DESPOJARSE DEL RESTO, DE ALGUNA DE LAS SIGUIENTES MANERAS: REGALAR O DONAR, RECICLAR, TIRAR O VENDER.
- APRENDER ALGUNAS TÉCNICAS BÁSICAS DE ALMACENAMIENTO.
- IR DE LO MÁS FÁCIL A LO MÁS DIFÍCIL: PRIMERO ROPA, LUEGO LIBROS, PAPELES Y, POR ÚLTIMO, RECUERDOS.
- BUSCAR LA UNIFORMIDAD VISUAL MEDIANTE LA SELECCIÓN DE COLORES, MATERIALES, ETC.
- APLICAR LA REGLA “ENTRA UNO SALE UNO” PARA ABRIGOS, CAMISAS, ZAPATOS, CARTERAS, ETC.
- DISFRUTAR DEL PROCESO Y TAMBIÉN DE LOS RESULTADOS.

Una vez que nos hayamos desprendido de todo lo que no necesitamos, vendrá la tarea de elegir un lugar para cada cosa y de respetar los lugares de guardado establecidos.

### SIEMPRE HAY TIEMPO PARA APRENDER ALGO NUEVO: TÉCNICAS Y TRUCOS QUE SORPRENDEN

Nuestro sistema de almacenamiento y organización debe respetar la premisa de la máxima sencillez, de modo de poder saber de un vistazo qué cosas tenemos. Por eso, no conviene acumular ni guardar en lugares rebuscados o demasiado fuera de nuestro alcance. Los siguientes recursos pueden ayudarnos.

#### Almacenamiento vertical

Si bien la mayoría de la gente está acostumbrada a guardar las cosas en pilas, “cuando de guardar se trata, lo vertical es lo mejor (...). Si tenés espacios de almacenamiento que deberían bastar pero no bastan, probá el guardado vertical”, propone Kondo. Las razones son dos: por un lado, se gana muchísimo espacio; por otro, el almacenamiento vertical ayuda a visualizar todo con mayor facilidad y a tomar conciencia del volumen, ya que cualquier aumento del mismo se nota de inmediato, mientras que las pilas de cosas (remeras, libros o lo que sea) pueden subir continuamente casi sin que reparemos en que estamos acumulando más de

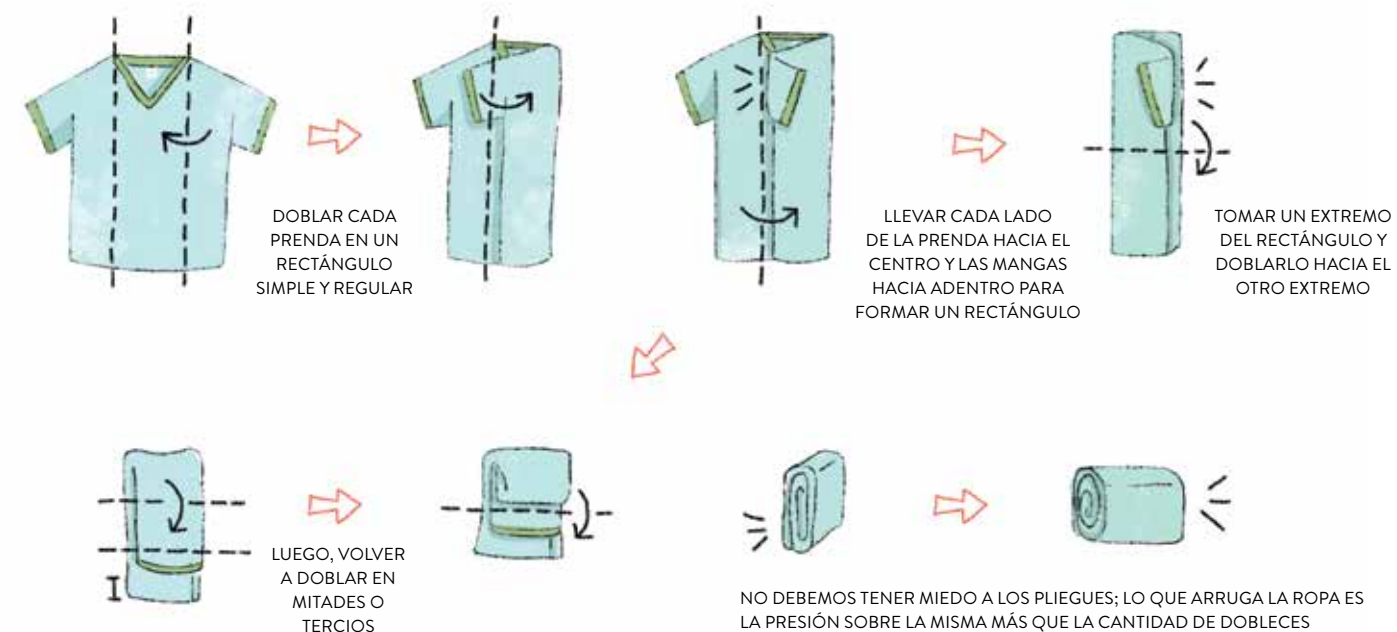
### Beneficios del orden

- ✓ SENSACIÓN DE PAZ Y DISMINUCIÓN DEL ESTRÉS, AL DESPEJAR LOS ESPACIOS VISUALES Y LA MENTE.
- ✓ GRATIFICACIÓN AL DONAR, REGALAR O RECICLAR UN OBJETO QUE NO USAMOS.
- ✓ ATRACTIVO VISUAL.
- ✓ GANANCIA DE TIEMPO DIARIO EN LA BÚSQUEDA DE COSAS.
- ✓ MENOR CANTIDAD DE COSAS QUE LIMPIAR Y GUARDAR.
- ✓ AL TENER MENOS COSAS, LAS VALORAMOS MÁS.

lo necesario. Esta técnica puede usarse en cajones, estantes, en la heladera, para ordenar recipientes de plástico para comida, y la lista sigue.

#### No separar la ropa por temporadas

Resulta mucho más conveniente y útil tener toda la ropa guardada en el mismo lugar, salvo algunas cosas específicas y de uso muy acotado, como por ejemplo prendas de esquí, que pueden reservarse en un sitio aparte.



> “DOBLAR LA ROPA TANTAS VECES COMO HAGA FALTA HASTA QUE SE SOSTENGA ‘PARADA’, ES DECIR, VERTICALMENTE” ///





● ●  
"SI ORGANIZÁS TODO DE UN TIRÓN Y NO POCO A POCO, PODRÁS CAMBIAR TU MENTALIDAD DRÁSTICAMENTE".



Aprendé a doblar tu ropa mirando este tutorial. ¡Fácil y súper práctico!

El resto de la ropa puede convivir en nuestros vestidores y placar, con la ventaja de que podemos recurrir a ella en cualquier momento. Si el problema es el espacio, la solución está en la depuración de nuestro guardarropa y en un correcto almacenamiento.

#### Doblado de la ropa

Ésta es tal vez una de las propuestas más novedosas de Marie Kondo: doblar la ropa tantas veces como haga falta hasta que se sostenga "parada", es decir, verticalmente. Por supuesto, habrá excepciones de prendas que resulte mejor colgar en perchas. Pero este método sirve prácticamente para toda la ropa.

¿En qué consiste? "El propósito es doblar cada prenda en un rectángulo simple y regular. Primero, llevá cada lado de la prenda hacia el centro y las mangas hacia adentro para formar un rectángulo (...). A continuación, tomá un extremo del rectángulo y doblalo hacia el otro extremo. Luego, volvé a doblar en mitades o tercios". El número de pliegues debe ajustarse para que la ropa doblada pueda sostenerse verticalmente, en su propio "punto óptimo", y que quepa a la altura del cajón. No debemos tener miedo a los pliegues; lo que arruga la ropa es la presión sobre la misma más que la cantidad de dobleces.

En YouTube pueden encontrarse unos cuantos tutoriales que muestran esta técnica de doblado para diferentes ítems, como ser pantalones, remeras, etc. Para poder aplicarla, conviene siempre usar cajones o cajas, ya que los bordes contienen la ropa y evitan que se caiga hacia los costados. La gran ventaja es que tendremos mucho más lugar de guardado que antes y podremos ver todo de una vez, sin necesidad de buscar algo entre pilas que se desordenan cuando sacamos algo de más abajo.



#### Artículos de almacenamiento

En el mercado hay un sinfín de artículos especialmente diseñados para optimizar la organización y el guardado. Algunos son muy vistosos, útiles y hacen más atractiva la tarea. Pero en realidad, casi no se necesitan artículos especiales y con lo que tenemos en casa podemos generar excelentes alternativas de almacenamiento. Las cajas son probablemente el mejor aliado. "He probado toda clase de productos, pero nunca he hallado algo que sea gratis y supere a la vieja caja de zapatos. Obtiene altas calificaciones en mis cinco criterios: tamaño, material, durabilidad, facilidad de uso y atractivo", reflexiona Marie Kondo. La versatilidad de las cajas es inmensa: se pueden guardar medias, ropa interior, moldes de cocina, etc.



"EL CAMINO DE LA ORGANIZACIÓN Y EL ORDEN TIENE QUE VER CON BUSCAR UNA FORMA DE VIDA MÁS LIVIANA".



#### EL MOMENTO ES AHORA

Tenemos todo el año por delante para elegir cómo vivirlo. Ponernos en orden, por dentro y por fuera, es un lindo desafío. Solamente hay que decidirse y dar los primeros pasos. Los resultados nos empujarán a seguir por este camino. o

#### MÁS INFORMACIÓN

Más para leer y para ver:

*La magia del orden*, Marie Kondo, Editorial Aguilar

*La felicidad después del orden*, Marie Kondo, Editorial Aguilar

#### Melanie Melhem

Instagram @organizarteomm

www.tiendaomm.com

#### Ingrid Hajnal

Instagram @theorganizationwiz

#### Brenda Haines

Instagram @tuespacioorganizado

www.tuespacioorganizado.com