



ORDEN VITAL

AÑO NUEVO, VIDA NUEVA. Y SI SE QUIERE EMPEZAR DE CERO, QUÉ MEJOR QUE ORDENAR POR FUERA Y POR DENTRO PARA VOLVER A SENTIRSE LIVIANO. LOS ESPECIALISTAS ASEGURAN QUE CON TÉCNICAS Y MÉTODOS SIMPLES DE ORGANIZACIÓN DE AMBIENTES SE PUEDE GANAR EN CALIDAD DE VIDA Y DISFRUTE. CLAVES PARA REORGANIZAR TU CASA Y TU VIDA.

Estar en espacios ordenados hace bien. La mente despejada va de la mano de cierto orden y organización de los objetos cotidianos con los que convivimos. Sin embargo, para muchos lograr y mantener esto no es tarea sencilla. Los motivos pueden ser para terapia, pero el cambio que proponen los expertos en este tema es más bien práctico y concreto. Para ellos, hay que comenzar a desembrollar el caos a partir del orden externo, para luego, ir consiguiendo más calma a nivel interno y dar lugar a la búsqueda de respuestas más personales y profundas.

La precursora de esta línea de pensamiento, la japonesa Marie Kondo, colocó el tema del orden y la organización en un escalón diferente a cómo se había pensado la cuestión hasta ahora con su libro *La magia del orden*. Esta nueva filosofía viene inspirando a millones de personas a soltar, desprenderse de la enorme cantidad de cosas con las