

# Kokoro Tailerra

## TESTIMONIOS

### "Esentzia *home joy*," testimonio de I\* sobre su proceso de orden

Hoy, en lugar de reflexionar contigo sobre el método KonMari®, el orden o el crecimiento personal, he querido traerte uno de los testimonios de mi servicio "Esentzia *home joy*". Pues, por encima de todo contenido, reflexión y teoría, escuchar las palabras de alguien que ha vivido este servicio en primera persona tiene un valor incalculable.

Quizá hayas tenido la oportunidad de leer los libros de Marie Kondo pero aunque su propuesta te parezca muy atractiva, todavía no te has atrevido a ponerlo en práctica. O quizá hayas dado algunos pasos, pero por cualquier motivo te has quedado a medio camino. O puede que aunque no tengas ni idea sobre este método, sientas una enorme necesidad de reorganizar tu casa -y tu vida- para sentirte ligera, feliz y completa.

Sea cual sea tu situación, estoy deseando ayudarte. Presencialmente u online, el proceso completo o sólo en una parte, quiero acompañarte en ordenar tu hogar, tu espacio de trabajo, tu habitación propia... tu espacio personal, para que empieces a vivir de inmediato las consecuencias y los beneficios de este proceso de orden. ¿Tomamos un café virtual juntas?

Pero tranquila, de momento, no hace falta que creas nada de lo que digo, tan sólo lee la experiencia de I\*.

Te pongo en situación: I\* es una mujer joven que tiene cerca de 30 años. En ese momento vivía de alquiler en casa de un familiar de su pareja y sentía que esa situación condicionaba su hogar (y en parte su vida). En esta casa además de ella vivían su pareja y una amiga .

Te dejo con I\*, ella de primera mano te contará el resto...

#### ¿CÓMO TE SENTÍAS ANTES DEL PROCESO KONMARI®?

A lo largo de los años he tenido la costumbre de acumular objetos en casa y también la tendencia a la falta de orden. Así que en muchos momento vivía sensación de ahogo y angustia.

Leí el libro de Marie Kondo "La magia del orden" y pensé que podía ser beneficioso para mí, me encantó la propuesta. Pensé que ordenar mi casa me ayudaría a ordenar también lo que sentía en mi interior. Así que hice el proceso por mi cuenta. Empecé a asimilar esta nueva lógica de la casa.

Cuando al cabo de un tiempo supe que podía hacer el proceso acompañada, aproveché la oportunidad con entusiasmo.

En cuanto a los sentimientos, como nos ocurre a muchas mujeres, quería crear y sentir mi rincón en el mundo. Mi habitación propia. Estaba en camino pero todavía tenía mucho que andar hasta llegar a ese objetivo. Sentía el deseo crear sobre una base sólida y tierna a la vez.

Mirando hacia atrás, creo que la acumulación de objetos era una estrategia para sentir más propia la casa, aunque en realidad, muchos de ellos no me llenaban..

### ¿CÓMO TE HAS SENTIDO TRAS EL PROCESO?

Ahora amo mi casa y estoy muy orgullosa del proceso realizado. He hecho muchos cambios desde que trabajé con Sara y lo siento mucho más propio. Además de ser un lugar de descanso, me da valor para afrontar los retos del día a día.

Me parece terrible la cantidad de objetos completamente extraños que llegaban a casa y que sólo me ponían obstáculos en mi camino. ¡De cuántos objetos relacionados con profesores, recuerdos, estudios, quehaceres, muertes, amigos/ex parejas, fotos etc. me he desprendido! En general, en la vida me siento más ágil, tranquila y feliz después de trabajar con Sara. Y por supuesto, mi calidad de vida ha aumentado.

Tengo que reconocer que el proceso no tiene fin, pero veo claro el resultado del esfuerzo. Como he mencionado al principio, la selección y organización consciente de mis objetos ha influido también en otros ámbitos de mi vida. De manera positiva, por supuesto.

### ¿EN QUÉ HA SIDO DE AYUDA LA ASISTENCIA?

Aunque a veces fue incómodo, a través del recorrido que hice con Sara aprendí a distinguir qué me hacía feliz y qué no. Las preguntas de ella sobre qué había detrás de esos objetos que no amaba pero que tendía a mantener en casa, fueron decisivas. El proceso fue una herramienta para conocerme a mí misma

Por otro lado, la tendencia a mantener la casa en orden ha sido otro resultado importante.

### ¿QUÉ ES LO QUE MÁS TE HA GUSTADO EN ESE CAMINO?

Trabajando con Sara, le cogí gusto a una necesidad con la que no disfrutaba nada: organizar (entendido en su sentido más amplio). Ha sido muy útil porque tener una casa ordenada o desordenada me afecta mucho en el día a día. Hoy en día, especialmente en los días que no tengo ganas de dedicarle tiempo a la casa, tengo muy presente a Sara e incluso me doy una vuelta por su blog para recordar los momentos que vivimos juntas.

En mi casa, compartí todos mis objetos (y mi vínculo con ellos) con ella. Los objetos, como se ha dicho antes, transmiten momentos vitales: miedos y esperanzas. Desde la infancia hasta el presente. La asistencia de Sara fue más que una ayuda para mantener mi compromiso; sin juicio, ella me dedicó el tiempo y el espacio que necesitaba, también me dio su punto de vista en más de una ocasión, cosa que agradecí mucho. Al mismo tiempo, trabajamos con agilidad y esfuerzo. Sara fue y sigue siendo un ejemplo para mí.

Recientemente he podido volver a su casa y realmente, el cambio ha sido radical. El aspecto de la casa ha cambiado totalmente y, como es habitual, el proceso KonMari® ha abierto otros caminos. En casa de I\* se han dado juegos y oportunidades que ni ella misma hubiera imaginado.

Pero además del cambio estético o decorativo, la transformación que más me impactó fue la energía de la casa. Como sabes yo no soy una persona especialmente espiritual, pero de verdad, es algo que se nota en cuanto entras en casa. No sé si soy capaz de encontrar la palabra exacta... pero se nota que tiene una luz, una calidez, un equilibrio diferente.

Espero que estas palabras sean también útiles e inspiradoras para ti.

Un abrazo enorme.

Sara

*Espero que este artículo te haya parecido interesante e inspirador. Si es así, te agradezco que lo difundas a todas aquellas personas a las que pueda interesar.*

*Si has llegado aquí a través de algún amigui, te animo a que te subscribas en la newsletter para que puedas recibir todo el contenido directamente en tu correo.*

*Y por supuesto, si quieres comentar algo o hacer alguna sugerencia puedes dejar tu comentario debajo o escribirme un email. Me hace mucha ilusión conocer tu opinión, tus deseos y tus necesidades.*

[VOLVER AL BLOG →](#)