

## LEGGERE PER CRESCERE

### **Chiarezza di Federica Ceron - Recensione**

di Francesca Lucente - Bookblogger & Copywriter



Perché mi è piaciuto così tanto il libro **Chiarezza di Federica Ceron**? Parla di sé e della sua storia. Voglio che questa recensione sia autentica, proprio come lei. Non predica nulla che non abbia già vissuto in prima persona sulla sua pelle.

Del resto è esattamente questo il motivo che l'ha portata a fare di un **cambiamento** una vera e propria professione.

Federica Ceron è una *Clarity Coach* che ho avuto il piacere di incontrare sulla mia strada. Per spiegarti di cosa si occupa, voglio riportarti una frase che ho ascoltato durante il suo ultimo *webinar*:

*“Quando alleggeriamo un armadio*

*le parole che abbiamo in mente sono:*

*riordino, pulizia, chiarezza.*

*Sono le stesse che vorremmo*

*rappresentassero la nostra persona?”.*

Nel suo libro, edito da **Eifis Editore**, racconta il viaggio che è pronta a fare con ogni donna, supportandola passo passo per fare chiarezza nel proprio armadio. Sì, quello che ognuno di noi possiede.

Quel che non sappiamo è che nella nostra vita ce n'è più di uno, per l'esattezza cinque:

1. l'armadio della **relazione** con noi stessi;

2. quello della relazione di coppia;
3. delle amicizie;
4. delle relazioni di lavoro;
5. l'armadio del nostro futuro.

Il suo libro Chiarezza è un cammino segnato di tappe in cui Federica ci aiuta a **fare ordine** - materialmente - nel nostro armadio, liberandoci di oggetti e legami oramai passati, pesanti, che occupano uno spazio che non è più il loro.

Quando dice di accogliere il nuovo facendo spazio, penso a quello che mi disse al telefono:

***“Tutto ciò che si accumula in un armadio è un condensato di emozioni, una sorta di blocco.”***

Vestirci di noi stessi significa interrogarsi sul tipo di amore con il quale vogliamo vestirci. Che sia un maglione, un cappello o un foulard.

Il libro di Federica mi ha colpita per il modo in cui spiega in modo chiaro e conciso come il modo in cui teniamo - o no - in ordine i nostri effetti rispecchia di fatto gli affetti e le relazioni.

"Ciò che tu sei, indossi".

Non si scappa.

Io stessa ho messo in pratica la tipologia di riordino così come l'ha suggerita nel suo libro Federica.

Ho tolto molte cose dal mio armadio fisico e da quello della **relazione con me stessa**. Ho aggiunto qualcosa che voglio portare con me. Tra questi il colore del mio fiore preferito: il tulipano.

Federica suggerisce di prenderci cura del nostro fiore preferito. Il Piccolo Principe aveva la sua rosa e noi avremo il nostro. Disegnato, fotografato o reale, quel fiore ci accompagnerà con il suo **colore**.

Metterlo all'interno del nostro armadio, ritrovarlo nel colore di uno smalto o del nostro maglione preferito, farà sì che emanerai quell'**essenza** quando ti vestirai di Te.

***“Prima di uscire, togli qualcosa.***

***Eleganza è leggerezza”***

Un altro consiglio che ho fatto mio.

