

GERALIN THOMAS

REND

a lelke mindennek!

Ötletek, praktikák, titkok a rendezett otthonhoz



Tartalomjegyzék

Üdvözöllek!	8
Miről is szól ez a könyv?	10

01 Az a rengeteg limlom!	12
A rendetlenség lélektana	14
A rendteremtés előnyei	18
Személyiségtípusok	20
Az első lépések	22

02 Rendetlenség otthon	26
-------------------------------	----



28

Előszoba



34

Nappali



42

Konyha



Étkező



Mosókonyha



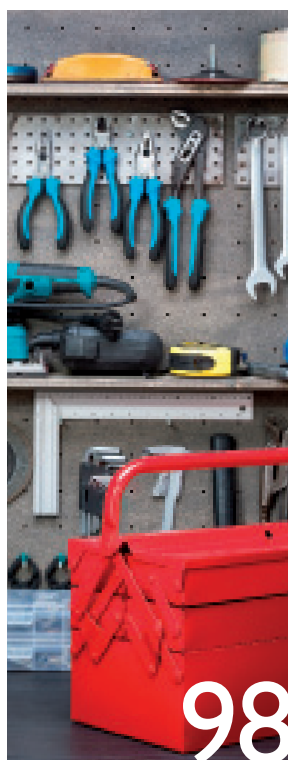
Gyerekszoba



Fürdőszoba



Dolgozószoba



Tároló



Ágyneműs és törölközős szekrény



Hálószoba



Gardrób



Műhely / Hobbiszoba



Hogyan csomagolj,
ha elutazol

03	Digitális bonyodalmak	116
	Elektronikus fájlok	118
	Digitális fényképek	120
	Digitális rendrakás	122
04	Időzavar	124
	Prioritások	126
	Tudsz nemet mondani?	128
	A napi teendők	130
	Családi gyűlések	132
	A háztartás határidőnaplója	134
	Admin állomás	136
	Ne halogass!	138
05	A rendet fenn is kell tartani!	140
	Hogyan maradj motivált?	142
	Alakíts ki új szokásokat!	144
	Apró-cseprő dolgok	146
	Vond be a családot!	148
	Mi a teendő, ha mégsem sikerül?	150
	Írj listát!	152
06	Listák és tervek	154
	100 kidobandó lom	156
	Házimunka	158
	30 apró-cseprő teendő	160
	Rendezett gardrób	162
	Heti menüterv	163
	A heti teendők	164
	Jutalompontok	165
	Nyilvántartó rendszer	166
	Csomagolólista	168
	Köszönetnyilvánítás	170
	Jogok	171

„Mind jellemben, mind modorban,
mind stílusban, mindenben a legfőbb
érdem az egyszerűség.”

Henry Wadsworth Longfellow

Üdvözöllek!

Semmi sem tölthetne el nagyobb örömmel, mint hogy segítsék neked rendet teremteni bonyolult, zűrzavaros, káosz uralta ügyeidben, legyen szó akár az időbeosztásodról, akár a gyűjteményeidről, a ruhatáradról vagy épp a gondolataidról.

2002-ben, Észak-Karolinában kezdtem el a rendteremtés művészetével hivatásszerűen foglalkozni, és azóta a világ minden táján segítek ügyfeleimnek, hogy – leküzdvé szervezési problémáikat – a nekik megfelelő életstílust alakíthassák ki. A rendezettség hozzásegít az egészségesebb, boldogabb, hasznosabb élethez.

ÉN MÁR CSAK TUDOM

Egész életemben rendezgettem! Kislány koromban a Barbie babám nem utazgatott, hanem szépen otthon maradt, és rendet tett a lakókocsijában és a házacskaájában. Örömmel újra meg újra átválogattam és a helyére raktam az estélyi ruháit, a retiküljeit és kicsi, de azért irigylésre méltó cipellőgyűjteményét. A 90-es évekre aztán felnőttem, és két kisfiam született, 14 hónap

körkülönbséggel. A jólszervezettség immár túlélési stratégiává vált. Barátaim és ismerőseim azt mondták, csodálják szervezési és rendezési módszereimet; szerették volna, ha őket is megtanítom, hogyan rakjanak rendet a lomtárnak is használt garázsban, hogyan rendszerezzeik irataikat, hogyan szervezzék meg üzleti életüket és családi eseményeiket. Az évek során blogomban, könyvekben és a televízióban is megosztottam titkaimat és ötleteimet.

BE KELL VALLANOM VALAMIT...

Akárcsak az ügyfeleim, én is szoktam halogatni a teendőimet, ha pihenésre van szükségem. Kedvenc kikapcsolódásom a közösségi oldalak látogatása, például az Instagram, a Pinterest, a Facebook, a Twitter, a LinkedIn és a Google+. Gyakran tanulok is valamit, miközben lazítok.

Csatlakozz te is! Látogasd meg a weboldalamat: www.MetropolitanOrganizing.com. Itt sok mindent megtalálsz rólam, a tevékenységemről, és kapcsolatba is léphetsz velem.



Miről is szól ez a könyv?

Mostonában valós eseteket bemutató tévé-műsorokban gyakran láthattunk szinte mániákus gyűjtögetőket. Ezekből az esetekből is látszik, hogy bizony hajlamosak vagyunk mindenféle limlomot felhalmozni. Divatossá vált tehát a rendrakás és a szervezés témája. Ha naprakész vagy, te is inkább élményeket vásárolsz, mint tárgyakat. Az utazásszervezés és a vendéglátóipar az utóbbi időben fellendült, mivel egyre többen megelégedik, hogy újabb és újabb holmikat vegyenek amúgy is zsúfolásig felszerelt otthonaikba, és ehelyett inkább átszervezik

az időbeosztásukat, hogy újabb és újabb kellemes élményekkel gazdagodhassanak. Persze az emberek továbbra is vásárolnak, de kacsatok és vacakok helyett inkább színházjegyre, wellness-hétvégékre, vidámparki belépőkre költenek.

Sokan szeretnék megtanulni, hogyan éljenek kevesebb holmival, hogyan tegyék nyugodalmasabbá az életüket egy minimalistább életmóddal. A lomtalanítás és stresszűzés témája minden beszélgetésnél előkerül, mintha új hobbi vagy sport lenne. Mindenki részt vehet benne, korra, nemre, anyagi helyzetre való tekintet nélkül.

01 AZ A RENGETEG LIMLOM! (12–25. oldal)

Nehéz megbirkózni a sok szanaszét heverő holmival. Ez a fejezet a könyv alapja: a rendcsinálás legeslegfontosabb szabályai. Mit, hogyan, miért, hová, mikor? Itt a válasz.

02 RENDETLENSÉG OTTHON (26–115. oldal)

Ebben a fejezetben végigjárjuk az otthonodat, és szobáról szobára szépen rendbe teszünk mindent.



Az információt könnyen áttekinthető részekbe szedtem, hogy ne érezd túl bonyolultnak a teendőket

A fotók szemléletesek, és alaposan ki is elemezzük őket



Sok hasznos ötlet és remek tanács

Ebben a könyvben tudásom krémjét osztom meg veled. A rendteremtés televíziós és személyes szakértőjeként a lehető legjobb ötleteimet adom neked át. Azért írtam a könyvet, hogy megtanítsalak, hogyan varázsolj kaotikus, ide-nem-szabandéget-hívni otthonodból csodálatos, békés fészket. Jobban érzed majd magad, amikor sikerült rendezett, életvitelednek és ízlésednek is megfelelő otthont teremtened. Ilyen élettérben örömmel töltöd majd az idődet.

Minden fejezetben találsz majd ötleteket, hogy mi az, amivel érdemes együtt élni, és mi az, ami nélkül kiválóan megleszel.

Segítek, hogy otthonod szép legyen, hívogató és kényelmes. Azokat a tárgyakat és tevékenységeket fogjuk megtartani, amelyek illenek hozzád, fontosak neked, és a legtöbbet jelentik számodra. A rendteremtés folyamata sokkal élvezetesebb, ha úgy tekintesz rá, mint egy lehetőségre, hogy elengedd, amit ideje elengedni, miközben tiszteletben tartod, hogy ki vagy, merre jártál, és mi az úti célod.

Ez a könyv tele van szakmai fortélyokkal, ötletekkel, tippekkel, eszközökkel, stratégiákkal, technikákkal: a szervezés és a rendezettség alapjaival.



03 DIGITÁLIS BONYODALMAK (116–123. oldal)

Hogyan szervezheted meg életedet a digitális térben, és hogyan lomtalaníthatod fájljaidat

A személyre szabott illusztrációk világossá teszik, miről van szó pontosan

06 LISTÁK ÉS TERVEK (154–169. oldal)

Grafikonok, sablonok és listák hasznos gyűjteménye, hogy életed minden területét megfelelően szervezhess

Rengeteg hasznos lista, hogy prioritások szerint tudj rendezni teendőidet

04 IDŐZAVAR (124–139. oldal)

A jól szervezett és egyszerű élet nem csupán arról szól, hogy kevesebb holmival vedd körül magad. Arról is, hogy több idő maradjon. Ebben a fejezetben az időbeosztás művészetéről tanulhatsz.

05 A RENDET FENN IS KELL TARTANI! (140–153. oldal)

Rendet teremtettél; de ezt fenn is kell tartani. Ez a fejezet megmutatja, hogyan élvezheted munkád gyümölcsét hosszan tartóan.



AZ
A RENGETEG
LIMLOM!

01

Mielőtt nekikezdesz a lomtalanításnak, gondold végig, miért van erre szükséged, honnan gyűltek össze a kacatok, és hogyan hat majd rád, ha megválsz tőlük. Ebben a fejezetben megtanulod, hogyan birkózz meg egy látszólag nehéz feladattal, és hogyan gyógyulhatsz ki a kacatok bűvöletéből.

A rendetlenség lélektana

A rendetlenségnek, kacatoknak, limlomoknak számtalan formája árasztja el életünket. Gondolkoztál már valaha azon, hogy miért halmozunk fel ennyi rengeteg holmit? A legtöbb ember szeret vásárolni, szereti, ha sok tárgyat birtokol. Ez még azokra is jellemző, akik viszonylag egyszerű életet élnek. Van házuk, kocsink, vannak emléktárgyaink, ruháink, bútoraink, ékszereink; gyűjthetünk régi lemezeket, bélyegeket vagy porcelánbabákat. De nagy a különbség a szükséges holmik és a limlomok között.

• **Használhatóság:** Bizonyos tárgyak megkönnyítik a teendőinket. Otthonunk tele van ilyenekkel. A hólapáttal eltakaríthatjuk a bejárat elől a havat, ezzel igényeink szerint rendben tartjuk környezetünket. Úgy érezhetjük, hogy kicsit több hatalmunk van egy olyan tényező fölött, ami teljesen független tőlünk: az időjárás fölött. Tehát, ha van hólapátunk, az hasznos, és némi hatalom érzésével is felruház minket.

• **Identitás:** Egyes holmijaink megmutatják, kik vagyunk; néma adásként üzeneteket sugároznak rólunk. A márkajelzések pólók rögtön láttatják, melyik márkát kedveljük, milyen csoporthoz tartozunk, milyen ügyet támogatunk. Bizonyos tárgyak birtoklásával személyiségünket, képességeinket tárjuk fel. Ha a szomszédnak a létező legmodernebb és legcsodásabb elektronikus készülékei vannak, feltételezzük, hogy ért a technológiához, és a kutyúi valamiképpen jobba teszik az életét. Ha nem sikerül beállítanom a wifi-kódot, biztos hozzá fogok fordulni. A birtokában lévő tárgyak többet árulnak el számunkra az ő egyéniségéről, mint ahogyan ha például először látogatunk meg valakit és észrevesszük, hogy

a könyvespolca tele van Amerika elnökeinek életrajzával, feltételezhetjük, hogy vendéglátónk szakterülete a történelem, vagy hogy érdeklődik az amerikai politika iránt. A könyvek kifejezik az ő egyéniségét és megőrzik a múltját, hiszen bizonyosan évek óta gyűjti és olvassa őket.

• **Kényelem és biztonság:** Vannak tárgyaink, amelyek biztonságérzetet adnak. A kisgyerekek plüssjátékokat ölelget, vagy puha takarót szorongatnak, a felnőttek pedig mindenféle, számukra biztonságot nyújtó holmival töltik meg otthonukat. Olyasmivel, amitől jól érzik magukat. Például lehet, hogy azért választottuk ki a sok kanapé közül pont ezt, mert olyan jó süppedős, hogy amikor ráülünk, szinte egy puha fészekben érezzük magunkat. Még a megfoghatatlan dolgok, például egy illat vagy egy íz is képes felidézni valami szép emléket, és ezzel a kényelem és biztonság érzetét adni.

MIT VÁLTANAK KI BELŐLED A TÁRGYAK

Amit megvásárolunk vagy kapunk, szerzünk, gyűjtünk, az mind különféle érzéseket ébreszt bennünk, személyiségünk től függően. A kreatív emberek gyakran szeretik elől hagyni szerszámaikat, eszközeiket, hogy azok szem előtt legyenek és inspirálják őket, áramoltassák a kreatív energiát. Selyemvirág csokrok, színes filcek kavalkádja ad nekik ihletet. Úgy gondolják, mindennek láthatónak kell lennie, mert ha elteszik a dolgait, akkor meg is feledkeznek róluk.

Mások akkor tudnak legjobban dolgozni, ha tiszta lappal indulnak. Ők azok, akik minden napot úgy kezdenek vagy úgy fejeznek be, hogy a munkalapról eltakarítanak mindent, vagy rendet tesznek. Véleményük szerint mindennek megvan a maga helye, és szeretnek listákat írni a teendőkről. A kipró-



DÖNTÉSEK

Mielőtt nekikezdesz, hogy rendet tegyél az életedben és az otthonodban, meg kell fontolnod, hogy a sok holmid közül mire van igazán szükséged.

Birtokolok,
tehát vagyok!

Bizonytalanul
fogom érezni
magamat?

...a tárgyaim
hatalmat adnak
a kezembe...

A tárgyaim
boldoggá
tesznek...

Vajon mindent
kihajigáljak,
és tiszta lapot
kezdjek?

Ki vagyok?



bált és bevált módszereket részesítik előnyben, nem élnek állandóan az újdonságok varázsának bűvöletében.

Bármelyik típusba tartozol is, mindig megtalálhatod, hogyan rendezd el a használatban lévő dolgaidat úgy, hogy az kifejezze egyéniségedet, és kényelmet, biztonságon nyújtson neked. De mielőtt nekilátsz, végig kell gondolnod, mi a különbség a használati tárgyak és a limlom között.

MI IS AZ A KACAT?

Sokan igazán megfogalmazni sem tudják, mi számít kacatnak, limlomnak. Persze, ha látjuk, felismerjük, és gyakran példát is tudunk mondani rá, de a definíció bonyolult. A magam részéről leginkább fosztóképzőkben határoznom meg, mi az, ami a felesleges holmik kategóriájába sorolható.

- **Használatlan:** A sok régi floppy lemez.
- **Kéretlen:** Az a jókora, kerámia Neptun-szobor, amit a nénikéd csinált, amikor agyagozni tanult.
- **Keresetlen:** A fiókban tucatszám szétszórt tollak és ceruzák, a régi koszorúslányruha, a sok reklámszatyor.
- **Eldöntetlen:** Meghívók és karitatív felhívások.
- **Befejezetlen:** Félkész barkácsprojekt; ingek, amelyek évek óta gombra várnak.

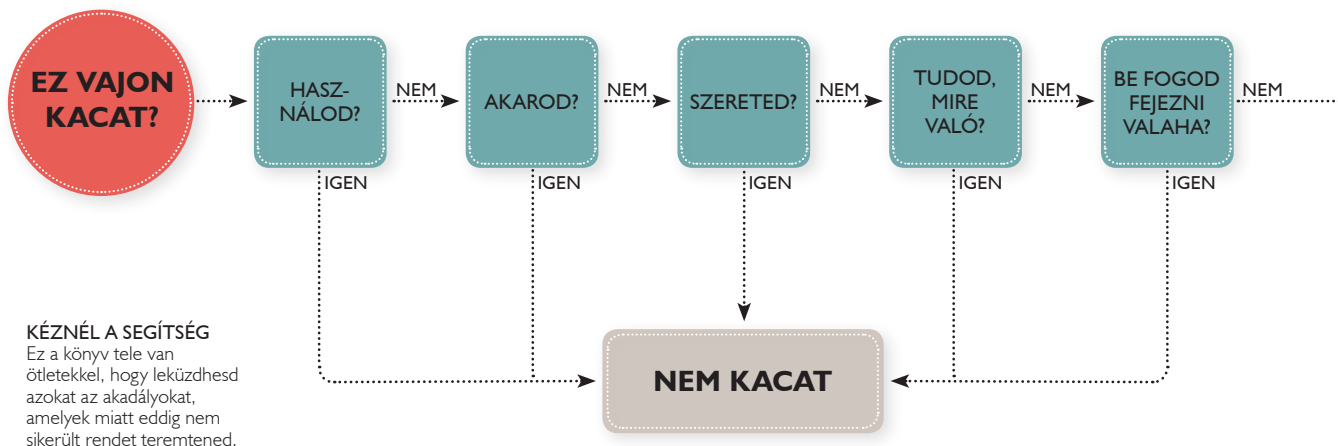
Ha ebből a nézőpontból gondolod át a holmidat, akkor hamar eldöntheted, mi az, ami hasznos, és mi az, ami felesleges.

HONNAN VAN EZ A SOK LIMLOM?

A felesleges holmik számos úton-módon lopakodnak be az életünkbe. Többnyire vásároljuk vagy kapjuk őket.

• **Mert olyan olcsó volt!** Manapság nagyon könnyű mindenféle kacatot felhalmozni. Minden városban vannak százforintos boltok és turkálók. Rengeteg dolgot megveszünk, amire nincs is szükségünk, csak mert nagyon jó áron adják. Ha pedig a bolt zárva van, online is vásárolgathatunk, amikor csak kedvünk tartja, akár egész nap. Még csak készpénz sem kell hozzá! Ha hitelkártyával vásárolunk, nem érezzük a lelkifurdalást, hogy költekezünk, helyette örömmel tölt el minket, hogy „kapunk” valamit. Ráadásul a legtöbb weboldalon ingyenes házhozszállítással is kecsgetetnek, ami még nehezebbé teszi, hogy lemondjunk a shoppingolásról.

• **Régebben jó hasznát vettem!** Amikor vetted azt a futópadot, feltett szándékod volt, hogy mindennap használni is fogod. Most ott porosodik a sarokban, egy halom ruha és néhány kupac könyv alatt. Gondolod, még használni fogod? Nem valószínű...



• **Ajándékba kaptam!** Családtagjainktól gyakran marad ránk mindenféle limlom. Biztos vannak rokonaid, akik úgy gondolják, örülni fogsz annak az étkezőasztalnak, ami szinte be sem fér a konyhába, és a förtelmes vázát is imádni fogod, hiszen „családi darab”. Ilyenkor persze úgy érezheted, sértő lenne visszautasítani, így a kacat bekerül az otthonodba, ahol egyszerre meríti ki a kéretlen és használatlan kategóriát.

• **Ingyen kaptam.** A konferenciákon és kiállításokon sok kacatot lehet begyűjteni. Hogyan is állhatnánk ellen egy ingyen osztogatott napellenzős sapkának, műanyag kulacsnak vagy golyóstollnak? Dobj melléjük pár névjegykártyát és színes prospektust, és íme, kész is a káosz az asztalon.

A szépségipar is eláraszt minket egy rakás felesleges dologgal. Kedvenc márkáink gyakran kínálnak ajándékot a vásárlás mellé, például cuki kis neszeszszereteket, tele olyan termékmintákkal, amelyeket szinte senki nem használna. Ezek aztán felhalmozódnak a fürdőszobai fiókokban.

Csak azért, mert valami ingyen volt, még nem biztos, hogy kell is nekünk. Ám amikor tényleg ajándékba kapsz valamit, nehéz nemet mondani rá.

• **Nekem küldték, bizonyára hasznos.** A rendetlenség nem feltétlenül kézzelfogható. A modern élet része, hogy nyomtatásra váró digitális fotók, halomszámra érkező e-mailek, egyszer használatos dokumentumok, több telefonszám és több hangpostafiók vetekszik a figyelmünkért, és állandóan sms-eket kapunk, hogy például három sarokra tölünk a boltban épp leárazás van, vagy hogy ne felejtjük el az időpontunkat a fodrászunkhoz vagy a fogorvoshoz.

E-mail fiókunk tele van, egy csomó szoftverprogramot telepítünk, de csak egyszer használjuk őket, rengeteg felesleges fájlt félünk törölni. Ha digitális életünkre is alkalmazzuk a lomtalánítás szabályait, rá fogunk jönni, mekkora rendetlenség volt a számítógépünkben is. Persze ez nem csak a mi hibánk, a reklámok és adathalász üzenetek záporoznak ránk, gyűjtik az információt a preferenciáinkról,

és leveleket küldözgetnek nekünk, hogy hadd segítsenek pénzt megtakarítani vagy jobbra tenni az életünket. A valódi céljuk természetesen az, hogy rávegyenek minket, költsünk MEG TÖBB pénzt a termékeikre.

NEM ADHATOM TOVÁBB, MERT...

Ha nem használjuk, nem akarjuk és nem szeretjük kacatjainkat, akkor minek tartjuk meg őket?

• **Bűntudatom van.** Ha olyasmire költesz, amit aztán nem használsz úgy, ahogy eltervezted (például egy gyümölcsfa-csaró, amit túl macerás tisztítani), akkor lelkifurdalást érzel, hogy annyi pénzt adtál ki rá. Ezért aztán nem ajándékozod el, hanem megtartod felesleges porfogónak.

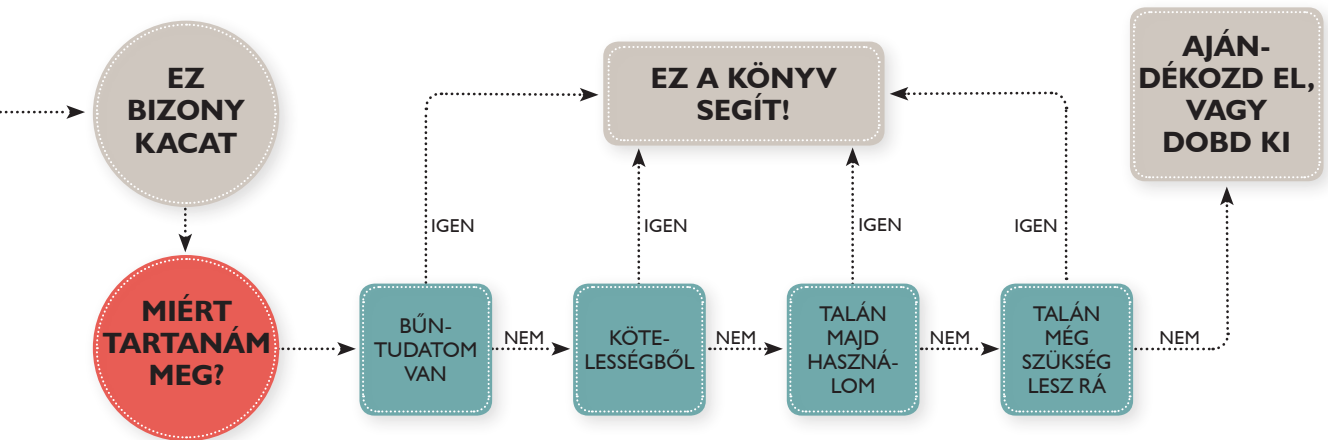
• **Illik megtartani.** Kaptál valamit ajándékba egy barátodtól, és nem akarsz megbántani? Vagy talán a családotban maradt rád egy tárgy, amit a gyerekeidnek kellene továbbadnod, de sejteted, hogy ők sem tartanak rá igényt, ahogy te sem.

• **Egy nap még használni fogom.** Ott az a futópad, amit csak álldogál a sarokban, de te reméled, hogy fogod még használni. Megtartottad a régi ruhákat, amelyekbe két mértel korábban kényelmesen belefértél, mert reméled, belefogyhatsz még. Igazság szerint viszont, ha tényleg lefogynál, biztosan új ruhákat vennél.

• **Még szükség lehet rá.** Ilyenek például a régi nyugták, biztosítási papírok, adópapírok. Úgy gondolod, jobb eltenni, hiszen még előfordulhat, hogy be kell mutatnod.

HA TUDOD, HOGY KACAT...

Csak gyűlik mindenhol a limlom. Amikor ráébredsz, hogy valójában semmi szükséged rá, nem használod, nem szeretted és fogalmad sincs, mit csinálj vele, akkor eljött a lomtalánítás ideje. Majd meglátod, milyen jótékony hatással lesz az egész életedre! (Lásd „A rendteremtés előnyei”, 18. oldal.)



A rendetlenség hatása

A rendetlen otthon minden szempontból negatívan hat a közérzetre; fizikai, érzelmi és anyagi tekintetben egyaránt káros.

A RENDETLENSÉG FIZIKAI HATÁSAI

A rendezetlen, zsúfolt helyiségekben gyakoribb, hogy az ott lakóknál penész- és porallergia alakul ki. Az allergének mellett a limlom a baktériumok melegágya. Sérülések, balesetek kockázata is fennáll, ha nagy kupac holmi marad például a lépcsőkön, a kandalló mellett, a tűzhelynél, vagy egyéb hőforrás közelében. Emellett az is megakaszthatja a napi tevékenységeket, ha képtelen vagy megtalálni, amit keresel. Mennél edzeni? No de hol a sportcipőd? Állásinterjúra sietsz? De hát nincs meg a lakáskulcs!

A RENDETLENSÉG ÉRZELMI HATÁSAI

Ha az otthonod kaotikus és zsúfolt, ahelyett, hogy békés és nyugodt lenne, nagyban növeli a stresszt és a szorongást. Néha az egész a fejedre nő, és azt sem tudod, hogyan kezdhetsz megbirakozni vele. Ahol már nagyon eluralkodott a rendetlenség, ott valószínűbb, hogy halogatni fogod a rendrakást, mert egyszerűen túl nagy erőfeszítésbe kerül; inkább el sem kezded. A rendetlen otthonba aztán lehet, hogy már vendéget sem mersz hívni, sem családtagot, sem szomszédot. Talán még a szerelőt is kínos beengedni ekkora felfordulásba.

A RENDETLENSÉG ANYAGI HATÁSAI

A rendetlenség sokba kerül! Gyakran az iratok, papírok halmozódnak fel: rég elfelejtett számlák, olvasatlan figyelmeztetések és adóértesítők, figyelmen kívül hagyott bankszámlakivonatok porosodnak hónapokig az előszobai asztalkán vagy a konyhapulton. A késlekedés, az elmulasztott határidők gyűmölcsé aztán sok késedelmi díj és kamat. Még a szervezetlen kamra és hűtőszekrény is drága mulatság, évente rengeteg pénzt dobunk ki a lejárt konzervekkel, otthagyt maradványokkal, elfonynyadt zöldségekkel.

Ha több a holmi, mint a hely, az azért is okozhat anyagi nehézséget, mert a raktárbérlés drága. Az Egyesült Államokban egy közepes raktárhelyiség bérleti díja

100 dollár havonta. Fontos tehát, hogy minden, ami otthonunkban a helyet foglalja, olyasvalami legyen, amit valóban érdemes megtartani. Számod ki, nem lenne-e költséghatékonyabb szükség esetén újat vásárolni, mint hosszú időn át tárolni a felesleges holmit. A raktárhelyiség kitűnő átmeneti megoldás olyankor, ha például parkettáznak a lakásodban, és két hétre ki kell pakolni, vagy ha mondjuk a nyári szünetben nincs hová tenni a kollégiumi szoba bútorait. De az évekig tartó raktárbérlés semmiképp sem jó befektetés.

A rendteremtés előnyei

Jól érzed magadat az otthonodban? Szeretnél több időt és több pénzt? A rendtelenség megárt a pénztárcádnak, a boldogságodnak és az egészségednek, de ha szokásoddá válik, hogy elengeded, amire nincs szükséged, és rendet tartasz, akkor több pénzed marad és több időd lesz élvezni az életet, és imádni fogod az otthonodat.

A RENDETLENSÉG HATÁSSAL VAN AZ ÉRZÉSEIDRE

Nézzük csak meg, hogyan érint téged személyesen a káosz az otthonodban, a számítógépeden és az időbeosztásodban. Negatív érzések egész sorát válthatja ki, ha szervezetlenül élsz.

- **Idegesség** Gyakran morcos és kedvetlen lehetsz amiatt, hogy nem sikerül hatékonyan szervezned a dolgokat. Ugye, milyen jó lenne akár csak egy kis időre nyugodtan leülni olvasgatni a kanapéra keresgélés és rohangelés helyett?

- **Szégyenérzet** Csak nem félsz attól, hogy valamelyik ismerősed váratlanul becsönget hozzád? Ugye, milyen kínos folyton arra kérni a barátaidat, hogy újra elküldjenek neked egy-egy dokumentumot, mert semmit nem találsz a számítógépeden? Vagy talán notórius késő vagy, esetleg meg is feledkezel róla, ha találkozód vagy egy megbeszélt időpontod van?

- **Bűntudat** Elfelejtet, mikor van a gyerekeknek meccse, fellépése, vagy mikor vagy hivatalos egy családi vacsorára? Ugye, milyen rettenetes volt, amikor lekésted a fiad szavalóversenyét és a barátnőd babaváró partiját?

- **Frusztráció** Mindig azzal kell szembesülnöd, hogy képtelen vagy megcsinálni, amit terveztél, mert semmit nem találsz hozzá?

- **Fáradtság** Napról napra többnek érzed a teendőidet? Rengeteg mosás, rohangelés, papírmunka, telefonhívás, és sehol egy szusszanásnyi szabadidő?

Nem számít, hogyan lett ekkora a káosz, a lényeg, hogy bárki képes rendet teremteni, és megszüntetni a szervezetlenséggel járó negatív

VIZUALIZÁLD A JÓL SZERVEZETT OTTHONT

Képzeld el, hogy mindent könnyen megtalálasz a gardróbban (lásd alább), vagy hogy meg tudsz teríteni anélkül, hogy előbb rendet kellene raknod a konyhaasztalon (lásd jobbra fent).

érzéseket. Ha megfogadod azokat a tanácsokat, amelyeket összegyűjtöttem neked ebben a könyvben, többé nem kell átélned az említett kellemetlenségeket és az idegességet. A jól szervezett otthon és a jól szervezett életvitel nyugalmat, elégedettséget, biztonságot ad.

VEDD A KEZEDBE AZ IRÁNYÍTÁST

A lomtalanítás és a rendteremtés legfőbb előnye, hogy újra te leszel az úr az otthonodban és az életedben. Nap mint nap milliók állnak a teli szekrényük előtt, és arra gondolnak, hogy





Sok-sok előny!

Most képzelj csak el, mi minden miatt lesz jó végre rendezetten élni.

Büszke lehetsz az otthonodra. Nyugodtan hívhatsz vendégeket, és élvezheted, hogy remek házigazda vagy.

Relaxálhatsz. Az egyetlen nem bonyolult: kevesebb rendetlenség = kevesebb stressz. Minél inkább képes vagy tartózkodni a vásárlástól mint hobbitól, annál több időd marad érdekesebb tevékenységekre.

Javul az egészséged. Ha úgy döntesz, hogy egyszerűbb életet fogsz élni, azzal több pénz marad, több időd lesz, és jobban törődhetsz magaddal.

Példát mutathatsz. Példakép lehetsz a környezeted számára, beleértve a gyerekeket is. Mert bizony már az egészen kicsik is abból tanulnak, amit látnak.

Biztonságosabb lesz a környezeted. Kacatok nélkül egyszerűbb közlekedni az otthonodban, az ajtók és a lépcsők és az előszoba sincs eltorlaszolva.

nincs mit felvenniük. A jól szervezett emberek viszont van! Ugye, milyen jó lenne, ha a szekrényedben minden jó lenne rád, jól állna, és pont a te stílusodat tükrözné? Érzelmileg és anyagilag is jól járnál vele.

A lomtalanítás azt jelenti, hogy megszabadulsz attól, amire nincs szükséged, és cserébe megtalálod mindent, amire van. Nincs több idegeskedés, szépen előkerül, ami kell, és ezzel időt spórolsz. Nem kell kutatni az ágy alatti tárolódobozokban, sem a pincébe száműzött szekrényben.

Az idődet is menedzselheted, ha rendbe teszed az időbeosztásodat (lásd „Tudsz nemet mondani?”, 128. oldal). Ahogy az otthonodban helyet szabadítasz fel, ha száműzöd a kacatokat a polcokról, a munkafelületekről és a szekrényekből, úgy időt is megtakaríthatsz, ha odafigyelsz, hogy mi kerül a határidőnaplódba. Ha a kezzedbe veszed az idődet, magad döntheted el, mivel töltöd.

A KACATMENTES ÉLET ANYAGI ELŐNYEI

A rendteremtés kulcsa, hogy minden tárgytól megváltj, amire nincs szükséged, amit nem szeretsz, és amit nem használsz. Így csak annyi marad, amennyi tényleg rendben tartható, és mindent megtalálod, ami kell. Az első anyagi előny az lesz, hogy nem kell semmiből megvenned még egyet csak azért, mert a meglévőt nem találod. Egy kaotikus környezetben gyakori, hogy képtelen vagy megtalálni, amire szükséged van éppen (tudod, hogy van egy ilyen dolog valahol, de hol?), ezért veszel egy másikat... majd ismét egy másikat. Egy szép napon aztán elhatározod, hogy rendet raksz, és rájössz, hogy van hat ollód és kilenc olvasószemüveged.

Ha rendbe teszed a papírjaidat, annak az lesz az anyagi előnye, hogy nem feledkezel meg a kupac alján rejtőző számlákról, nem hagyod figyelmen kívül a figyelmeztető leveleket a határidőkről, és nem kell késedelmi díjakat fizetned. Emellett, ha idejekorán tervezel, jobb áron tudsz például vonat- és repülőjegyeket foglalni.

Ha a határidőnaplódban rendet teremtesz, meglátod, mennyi időt (és pénzt) takarítasz meg a bevásárlásokkal. Amikor részletes bevásárlólista nélkül indulsz a boltba, sok mindent elfelejtesz, nem azt veszed, ami valóban kell, és ezzel időt és pénzt pazarolsz. Ha csinálod egy heti időbeosztást (131. oldal), akkor pontosan fogod tudni, kinek, mit és mikor kell vásárolni. Így nem lesz olyan, hogy valamit kétszer vettél meg, sem eszeveszett rohanás vissza a boltba, amikor rájössz, hogy holnapra ígérted apukádnak a házi készítésű születésnapi tortát.

Az otthoni pénzügyeket is hatékonyabban fogod tudni kezelni, ha rendet tartasz. Például korábban, ha cipőt vásároltál az interneten, de kiderült, hogy kicsi rád, akkor a cipősdobozt egyszerűen letetted volna az asztalra, a többi befejezésre váró terveddel-papíroddal együtt. A család többi tagja is rápakolt volna mindenfelét, aztán meg is feledkeztél volna róla. Minél tovább kallódik aztán a cipő, annál esélyesebb, hogy kifutsz az időből, és már nem küldheted vissza, hogy kicseréljék, vagy hogy visszakapd a pénzedet. De most, mivel már rendezett vagy, nincs egy halom befejezetlen tennivaló kelleke az asztalon, nem kallódik el a cipő, sőt már el is döntötted, mikor viszed vagy küldöd vissza, és ezt fel is jegyezted a határidőnaplódba, egyéb elfoglaltságaidal egyeztetve (92. oldal).

Személyiségtípusok

Mindenkinek megnyilvánul a maga sajátos személyisége abban is, ahogyan bizonyos kategóriákba sorolható kacsatokhoz és rendetlenséghez viszonyul. Vannak, akiknél halmokban állnak a ruhák (mert szeretik a legújabb divatot követni, és szívesen költenek, ha jó áron vásárolhatnak); vannak, akik hobbijukhoz kapcsolódó holmit gyűjtenek, például kutyüket, kézműves kellékeket, könyveket; vannak, akik képtelenek megválni azoktól a tárgyaktól, amelyekhez érzelmileg kötődnek (örökölt dolgok, családi fotók, és mindenféle, amit a gyerekeik csináltak).

Hogy számodra mi kedves, az jobban függ a személyiségedtől, érdeklődési körödtől és hobbijaidtól, mint gondolnád. Az, hogy miféle tárgyakat halmozol magad köré, tükrözi preferenciáidat és prioritásaidat. De ha mindent megtartasz, annak ára van.

A „Rendetlenség személyiségteszt”

Ezt a tesztet azért alkottam meg, hogy segítsen meghatározni, miféle limlomot halmozol fel, és miért. Megtudhatod belőle, hogy otthonod melyik részére kell majd a legtöbb figyelmet fordítanod, és milyen egyéni megközelítésből fogj neki saját rendteremtési és szervezési feladataidnak.

I. Mit vásárolsz legszívesebben?

A Céltudatos vásárló: Csakis azt veszed meg, amire szükség van. Szakértője vagy a hatékonyságnak, negyedóra alatt kész is vagy a bevásárlással.

B Extrém betűfaló: Az e-olvasókád majdnem ugyanannyira tele van, mint a könyvespolcaid. Nem tudsz ellenállni a könyvesboltoknak, muszáj bemenned találni valami új olvasnivalót és egy finom kávé.

C Kutyüguru: Minden újdonságot azonnal meg akarsz szerezni. Képes lennél sátrat verni a bolt előtt, hogy elsőként juthass az új iPhone-hoz.

D Boltiszonyos: Utálod a tömeget, ki nem állhatod a plázákat. Inkább mindent az interneten vásárolsz.

E Költséghatékony: Mindig tudod, mi hol a legolcsóbb. Odavagy a turkálókért és a százforintos boltokért. Mindenhová magaddal viszed a kuponygyűjteményed.

2. Milyen limlomoktól lennél képtelen megválni?

A Azoktól, amiket „talán még használni fogok”.

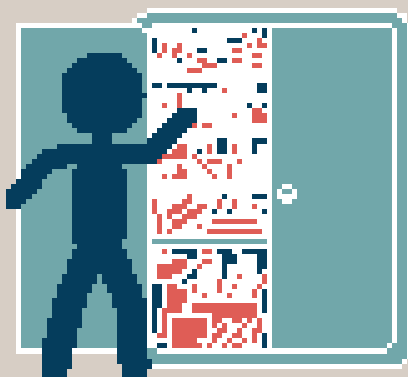
B Régi könyvektől, új könyvektől, olyan könyvektől, amiket sosem fogsz elolvasni (ha szeretsz, szeresd a könyveimet is).

C Kábelektől, vezetékektől, töltőktől, kutyűtartozékoktól (mert még működnek ám!)

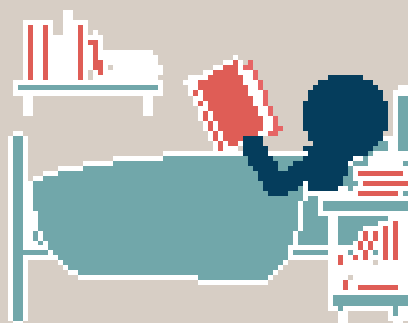
D Emlékektől és családi fotóktól (beleértve a pocskakat is)

E Kivágott kuponoktól, szórólapoktól, papírhalmoktól (majd később elrakom valahová)

„HA NEM LÁTOM, AKKOR NINCS IS”



A LELKES GYŰJTŐGÉ



3. Otthonodnak melyik része a legrendetlenebb?

- A Szekrények, gardróbok, szobasarkok
- B Polcok, könyvespolcok, éjjeliszekrények
- C Íróasztalfiókok, konyhai fiókok, éjjeliszekrény-fiókok
- D Falak, vendégszoba, tárolóhelyek
- E Kamra, dolgozószoba, garázs

4. Miért nem raksz rendet?

- A „Van jobb dolgom is.”
- B „Később ezeket még használni akarom.”
- C „Szerintem ezt a sok holmit el tudnám adni.”
- D „Nem dobhatom el a családi emlékeket!”
- E „Nincs rá időm.”

5. Mi a legjellemzőbb az otthonodra?

- A Nagyjából rend van, ám a szekrényajtók mögött azért bőven akad rendtelenség.
- B Kupacok mindenütt. Minden vízszintes felület tele van pakolva.
- C Minden fiókban összevissza van minden.
- D A falra kitettél minden létező fotót és családi kézműves alkotást.
- E Már az idejét sem tudod, mikor fért el a kocsid utoljára a garázsban.

NÉZD MEG A VÁLASZAITAD

Melyik betűt karikáztad be legtöbbször? Válaszaid alapján személyiséged a következőképpen viszonyul a rendtelenséghez:

Főleg A: „Ha nem látom, akkor nincs is”

Vendégeid el sem tudnák képzelni, micsoda felfordulás rejtegetsz a szekrényajtók mögött. A rendrakás nem éppen prioritás a számodra, inkább mindent bedobálsz a gardróbba és a szekrényekbe.

- **A megoldás:** Naponta szánj pár percet a rendrakásra. Ha nincs időd nagy rendezkedésre, próbálj apró feladatokat kijelölni magadnak, és haladj azokkal (lásd 146. oldal).

Főleg B: A lelkes gyűjtő

Imádsz olvasni. A dohányzóasztalon kupacokban állnak az újságok és a magazinok. Az ágyad mellett könyvek tornyosulnak. Szeretsz tanulni, de folyton az otthonod vízszintes felületein felhalmozódó „dolgokkal” kell foglalkoznod.

- **A megoldás:** Döntsd el, pontosan hány könyvet akarsz megtartani, hogy újra elolvasd őket. Vegyél egy e-olvasót, és arra töltsd le a könyveket. A napilapokat esténként tedd a szelektív gyűjtőbe, és a három hónapnál régebbi magazinokat is. Ajándékozz a könyveidből más könyvmolyoknak vagy adományozd a régi könyveket a helyi könyvtárnak.

Főleg C: A kutyüfelhalmozó

Barátaid és családod mindig tőled kér segítséget, ha elromlik a számítógépük. Fiókjaid tele vannak régi műszerekkel, kutyükkal, vezetékekkel és elemekkel.

- **A megoldás:** Tűzz ki egy napot, hogy átnézd a gyűjteményedet. Ami elavult, vagy már nem használad, azt ajándékozd el, add bizományba, vagy dobd ki. Próbáld alkalmazni az „egy új jön, egy régi megy” szabályt. Ha veszel valami új kutyüt, egy régitől válj meg.

Főleg D: Az őrizgető

Te vagy a családod történésze. Összegyűjtesz és megtartasz minden fotót, kézműves alkotást és babaruhát. Hagyománytiszteelő vagy, és a szívedhez nő minden családi tárgy.

- **A megoldás:** Akkor is őrizheted a család emlékeit, ha nem tartasz meg minden egyes tárgyat. Csak a legkedvesebbeket tartsd meg, a többit pedig készíts digitális emlékkönyvet; egy fotóalbumot, amit megmutathatsz másoknak.

Főleg E: Az okos vásárló

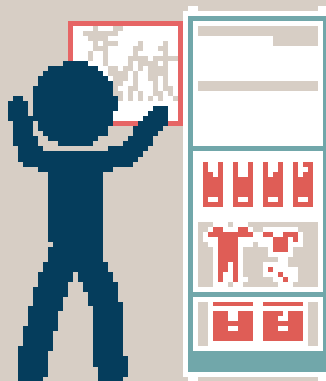
Mindig megtalálod, amit megéri megvenni. Kamrád polcai roskadoznak a kartonszámra vásárolt konzervektől és a tartós élelmiszerektől. Szinte sosem vásárolsz teljes áron, mindig örömmel szimatolod ki az akciókat.

- **A megoldás:** Az akciós árut csak akkor érdemes megvenni, ha amúgy is szükséged lenne rá. Tizedeld meg a kupongyűjteményedet, és mindig gondolkodj, mielőtt lecsapnál valami leértékelt újdonságra.

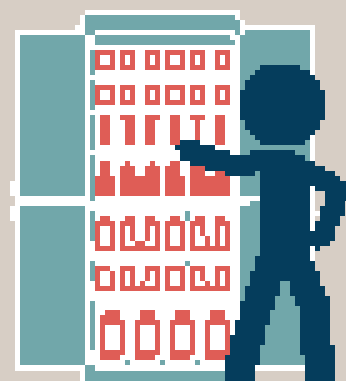
A KUTYÜFELHALMOZÓ



AZ ŐRIZGETŐ



AZ OKOS VÁSÁRLÓ



Az első lépések

Ha választhatnál, hogy inkább kevés holmid legyen, és kevesebb időt kelljen rendezkedéssel töltened, vagy hogy rengeteg holmid legyen, és sose találj semmit, mit választanál? Ha inkább a kevesebb cuccra, de több szabadidőre szavazol, akkor a titok a jólszervezettség.

Hasznos, ha megérted, hogy a lomtalanítás nem azonos a rendteremtéssel. A lomtalanítás csak a rendteremtés első lépése. Csökkented a limlom- és kacatmennyiséget, és ügyelsz rá, hogy ne halmozódjon fel megint. Utána rendszerezheted, ami megmarad, és mindent könnyen, gyorsan meg fogsz találni. Ha csak rendet raksz, de nem kacatmentesítesz, az csupán átmeneti megoldás, amolyan limlomátrendezés.

A lomtalanítás azt jelenti, hogy megváltsz bizonyos dolgoktól. Felméred, mik az igazán fontos tárgyak. Pénzt is spórolsz, mert nem kell további szekrényekre költened.

KÉRDÉSEK, AMIKET FEL KELL TENNED, AMIKOR MEG AKARSZ SZABADULNI A SOK KACATTÓL

Hogy is kezdjük a lomtalanítást? Az első lépést már meg is titted azzal, hogy megvetted ezt a könyvet. Itt számtalan ötletet, stratégiát és módszert találsz, amelyeket alkalmazhatsz otthonod különböző helyiségeiben, mindennapi életedben, és a számítógépeden eluralkodó káoszban is. A legelső lépés tehát, hogy eldöntöd, mi számít kacatnak. Ehhez tedd fel a következő kérdéseket:

- Kedves nekem ez a tárgy?
- Szoktam használni?
- Jogi vagy pénzügyi okból szükséges-e megtartanom?
- Ha elromlott, érdemes megjavíttatni?
- Megéri, hogy foglalja a helyet?
- Találók ilyet az interneten?
- Könnyen pótolnám, illetve kölcsönöznék ugyanilyet?

Ne felejtsd el, hogy a lomtalanítás nem ördögösség. Semmiféle különleges képességet vagy tehetséget nem igényel. Viszont leegyszerűsíti az életet, és ezáltal kevesebb stressz ér minket. És van még egy előnye annak, ha számba veszed, mitől válnál meg, és mi az, ami van annyira fontos, hogy megtartsd: tudatára ébreszt, hogy mi minden kerül az otthonodba. Amikor megszabadulsz a kacatoktól, határozottan ígérd meg magadnak, hogy nem fogsz több felesleges holmit beengedni az életteredbe. Tehát először is lomtalaníts! Másodszor pedig ne engeddd, hogy a lomok visszasunnyogjanak hozzád.

A RENDTEREMTÉS A LOMTALANÍTÁSSAL KEZDŐDIK

A lomtalanítás nem azonos a rendteremtéssel, de ez az első lépés a rendezettség felé. Ha kézzelfogható kacatokról beszélünk, a legjobb helyek, ahol elkezdheted a kacatmentesítést és a minimalizálást: a tárolók, a padlás, a garázs és a pince. Ezekben a helyiségekben valószínűleg eleve dobozokban van minden holmi, tehát csak tovább kell adnod őket. Adományozd a rászorulóknak, akik örömmel fogják használni. Hiszen, ha valami óta dobozban porosodik, arra biztosan nincs szükség.

Ha tárolót béreltél, máris megtakarítod a bérleti díjat. Ha viszont teljesen kirázott a hideg a gondolatától, hogy rendet kell raknod a garázsban és ki kell válogatnod az ott felgyűlt holmit, mert ez beláthatatlanul nagy feladat lenne, akkor kezd egy másik helyiséggel. Válassz elsőnek valami egyszerűbb, kevésbé megterhelő feladatot (lásd „Prioritások”, 126–127. oldal). Ha sikerült elkezdeni a munkát, talán úgy belejössz és annyira meg leszel elégedve az eredménnyel, hogy meg sem állsz.

8 ötlet: Hogyan bánj el a leggyakoribb kacatokkal

Íme, néhány ötlet, hogy miként szabadulj meg azoktól a limlomoktól, amikkel a leggyakrabban találkoztam eddigi munkám során. Nézd át a listát a 156. oldalon: itt megtalálod, mi az, amit gondolkodás nélkül kidobhatsz.

2 Mini kozmetikumok

Ha nem tudsz ellenállni, és hazahordod a kis üvegcséket a szállodákból, akkor használd is őket. Egy szappant, sampont és hajbalzsamot tégy zárható zacskóba, és készítsd a bőröndödbe a legközelebbi útra. A többi apró kozmetikumot tedd egy csinos kosárba, hogy ha vendég alszik nálad, használhassa. Ha még ezután is van maradék, azt adományozd egy hajléktalanszállónak.



1 Régi magazinok, napilapok és szakácskönyvek

Biztosan van egy-két magazin a dohányóasztalodon, ami már nem friss, hanem pár hónappal korábbi. A napilapokkal ugyanez a helyzet: ha ma nincs idő elolvasni, holnap már úgysem érdekes. Dobd nyugodtan a szelektív hulladékgyűjtőbe; a legfrissebb hírekről folyamatosan tájékozódhatsz online. Ha van olyan szakácskönyved, amiben hemzsegek a nehezen beszerezhető alapanyagokból készíthető, bonyolult receptek, válj meg tőle, mert csak a helyet foglalja. A kedvenc receptjeid úgyis azok, amiket újra meg újra megfőzöl. Ha változatosságra vágysz, elég csak leülnöd a gép elé, hiszen az interneten ezerszárra találhatsz recepteket.

3 Ruhák, cipők, kiegészítők

Azt mondják, ruhatárad 20 százalékát használad napjaid 80 százalékán. A szekrényben sosem elég a hely, kár lenne pazarolni. Szabadulj meg mindentől, ami kényelmetlen, nem áll jól, vagy nem szereted. Ha még jó állapotú ruhákat selejtezel le, add őket bizományba vagy egy karitatív szervezetnek.

4 Régi sminkes és lejárt gyógyszerek

Nézz körül a gyógyszeres dobozban és a fürdőszoba polcain. Dobd ki a lejárt gyógyszereket, és csak a szükséges elsősegélynek valókat tartsd meg. A kozmetikumokat is nézd át. Az ősrégi rúzsoktól, alapozóktól, szemspiráloktól szabadulj meg.



5 Drótfogasok

A tisztítóból szokták az öltönyöket vékony drótból készült fogason hazaküldeni, de ez még nem jelenti azt, hogy akkor muszáj a szekrényedbe akasztanod rajta. Tedd át a ruhákat egy rendes vállfára, a régieket pedig add le a tisztítóban.

6 Rumli a szekrényben

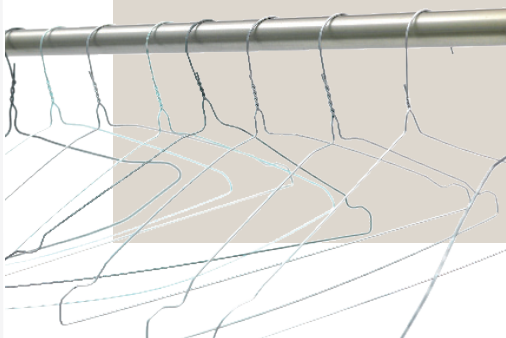
Ételes dobozok, régi műanyag ételtárolók, műanyag reklámpoharak és mindenféle bögre foglalja a helyet a legtöbb konyhaszekrényben. Az ilyesmit jobb kidobni vagy elajándékozni. Esetleg újrahasznosítani. Vegyél egy rendes műanyag tárolódoboz-készletet, ami egymásba rakható, és összeillő bögréket a megfelelő számban.

7 Olcsó holmik, kiárusítás, egyet fizet kettőt kap

Az ilyesmit a vásárlókedv fokozására találták ki. De attól még, hogy jó áron van, nem biztos, hogy meg is kellene venni. Jobb azt megvásárolni teljes áron, amire valóban szükség van, mint féláron azt, amit sosem fogsz használni. Még ha valamit ingyen adnak is, gondold át, mielőtt elfogadod.

8 Reklámkacatok

Ha elmész egy konferenciára, ott elárasztanak felírtos tollakkal, logós pólókkal, stresszlabdákkal. Vagy el se fogadd, amikor a pavilonoknál a kezébe nyomják őket, vagy hagyd a konferenciateremben. Úgysem használnád őket, csak porfogónak lennének jók.





SEGÍTHET, HA FELCÍMKÉZED

Mindegy, melyik helyiségen dolgozol, mindig csinálj címkéket. Kezdetnek az alapvető címkék legyenek a következők: megtartani, eladni, kidobni, újrahasznosítani, adományozni, áthelyezni, visszavinni, iratmegsemmisítőbe tenni.

Bizonyos helyiségeknél néhány egyéb címkére is szükség lesz. Minden kategóriához legyen kéznél egy doboz vagy zsák. Szortírozd a tárgyakat a megfelelő dobozba (zsákba), és aztán vagy tedd őket végleges helyükre az otthonodban, vagy vidd őket például egy karitatív szervezethez adományként. Ami kölcsön van nálad, azt add vissza, amit megvettél és nem jó, vidd vissza.

FEGYELEMÉRŐL VAN SZÓ, NEM NÉLKÜLÖZÉSÉRŐL

A lomtalanítás önuralmat kíván, de nem arról van szó, hogy nélkülözned kelljen, vagy minden kényelmet nyújtó tárgytól meg kelljen válnod. Tényleg csak azt tartsd meg, amire szükséged van, hogy kényelemben, boldogságban, egészségben élj. Ha elkezded azon rágódni, mennyi energiádba, idődbe, pénzedbe, figyelmedbe került korábban az a rengeteg ruha, tisztítószer, gyógytea vagy bármi más, amit felhalmoztál, mindenféle érzés elő fog törni belőled (lásd „A rendetlenség lélektana”, 14. oldal). Engedd el a negatív érzéseket, és húzd meg a határaidat. Például tűzd ki célul, hogy minden kategóriában leselejtezed, ami nem fontos: kiválogatod, mi maradjon

meg a konyhaszekrényben összegyűjtött teákból, a rengeteg pólóból, a garázsban tárolt milliónyi kis szerszámból. Valószínűleg rájössz majd, amikor már csak a kedvenceid vannak meg, hogy ez bőven elég, az élet zavartalanul megy tovább. Ha meghúzod a határaidat, az segíti az önfegyelmet. Kísérletezz: döntsd el, hány fogast tűrsz meg a gardróbban, hány bevásárlószatyrot a csomagtartóban, vagy más egyebet, amiből sok van. Légy kreatív, gyakorold a lomtalanítást, fejleszd a döntéshozó képességedet.

NE FELEJTSD EL, HOGY:

- **A lomtalanítás nem rendrakás** A közhiedelemmel ellentétben, egy rumlis íróasztal, lakás vagy kocsi még nem jelenti azt, hogy a tulajdonosa rendezetlen alak. Sok kreatív, intelligens embert egyszerűen nem zavar, hogy kupacokban áll a holmija. A lényeg, hogy ezekben a kupacokban hasznos és szükséges dolgok vannak, és hogy, bármily nehéz is elhinni, ők tudják is, hogy mit hol találnak meg.
- **A lomtalanítás nem takarítás** Persze egy kacatmentes otthont egyszerűbb takarítani, de rengetegen vannak, akiknek ragyogó tiszta a fürdőszobájuk és a vécéjük, és sosincs mosatlan edényük, de még a padlón egy porszem sem, annak ellenére, hogy tele van az e-mail fiókjuk levélszeméttel (digitális kacat), dobozokban áll náluk a sok papír (fizikai kacat) és 200 hűtőmágnes díszíti a hűtőt (vizuális kacat).

A rendteremtés alapelvei

Ha kész vagy a lomtalanítással, ideje elrendezned a hasznos, kedves és szükséges dolgokat, amelyeket megtartottál, hogy mindig meg is találj őket. Ebben a könyvben minden oldalon találsz hasznos tanácsokat, de először ismerkedj meg a legfontosabb alapelvekkel.

HASONLÓT A HASONLÓHOZ

Ez az első rendteremtési elv. Például a fürdőszobában egy helyre tedd az összes hajbaváló: csatokat, hajgumikat, fésűket, hajkeféket. Vagy ha a poharaidat rendezgeted, tedd mindet együtt ugyanoda a konyhaszekrényben. Ezen belül csoportosíthatod őket:

együtt a borospoharak, a sörröskorsók, a koktélpoharak, és így tovább.

ÁLLANDÓ LAKHELY

Ez a második rendteremtési elv. Mindennek legyen meg a maga állandó helye, ahol „lakik”. Nem célszerű mindent ide-oda rakosgatni. Jobb, ha minden oda kerül vissza,

4 egyszerű szabály az induláshoz

Ezek az ötletek segítenek, hogy belevágj a munkába, és megkönnyítik a dolgodat a mindennapok során, hogy többé ne harapódzhasson el a rendtelenség.

1 Tartsd észben

Nem muszáj megtartanod azt, amihez nem kötödsz. Sem a monogramozott apróságokat, sem a szereteteidtől kapott ajándékokat (hiszen az ajándékozó a fontos neked, nem a tárgy), sem ízlésednek nem megfelelő esküvői ajándékokat és családi darabokat. Felesleges több tucat tárgyért tartogatnod, hogy „hátha szükség lesz rá egyszer”, vagy mert egyetemi évfolyamtársnőidtől kaptad.

2 Legyenek rendezettek a vízszintes felületek (beleértve a padlót is)

Mindig tedd a helyére, amit használtál, hogy ne gyűljenek halomba a dolgok az étkezőasztalon, a dohányzóasztalon, a konyhapulton, a fürdőszobai polcon, a lépcsőfeljáróban vagy a konyhaszigeten.

3 Legyen egy adománydoboz

Ha valami feleslegessé válik, csak tedd ebbe a dobozba vagy kosárba, hogy a rászorulóknak adhasd.



4 Bűvös számok

Jó stratégia, ha előre eldöntöd, miből mennyire van szükséged, mielőtt nekiállsz lomtalanítani. Például elhatározhatod, hogy három lesz a bűvös szám a következőkből: fürdőruha, rúzs, napszemüveg, parfüm, hálóing, bélelt kesztyű.

ahová tartozik: egy polcra, a fogasra, fiókba, vagy az asztalra, íróasztalra. A lényeg, hogy a család minden tagja tudja, minek hol van az állandó lakhelye, és használat után mindent vissza is rakjon oda.

SZÍNKÓD

Színekkel jelölheted a kategóriákat. Például a szezonális

holmit olyan színű dobozokban tárolhatod, ami egy adott évszakra jut. Vagy a családtagoknak jelölheted ki saját szint, például a kislányod plüssjátékai mennek a lila kosárba, és mellé minden egyéb, ami a házban itt-ott felbukkan, de állandó lakhelye a gyerekszoba. Vehetsz akár hátizsákot, törölközőt is a családta-

goknak a saját kedvenc színükben, és így elkerülhető a kavarodás.

