От порядка в доме – к порядку в жизни

> *“Наводя порядок в доме, вы наводите порядок в жизни.*"
>
> — слова одного из самых опытных и авторитетных экспертов в области искусства наведения порядка — Мари Кондо.

Наведение порядка вызывает ощущение ужаса у многих людей. Немногие любят Разбирать старые вещи, решать, какие из них уже вовсе не нужны и перемещать всё по местам. Однако, даже справившись с этой непростой задачей, проблем не становится меньше. Ведь уже через короткий промежуток времени, беспорядок возвращается.

Почему же так важен порядок в доме? Неужели правильное расположение вещей на полках действительно может положительно повлиять на вашу жизнь? Мой ответ – несомненно. Такого мнения я придерживаюсь уже много лет. Я знаю, организованность в душе наступает лишь при организованном пространстве вокруг тебя.

Не так давно, мне, как любителю организовывать и систематизировать всё возможное вокруг себя, удалось познакомиться с удивительной книгой ***“Магическая уборка. Японское искусство наведения порядка дома и в жизни”***, автора Мари Кондо. Мари –

автор собственной методики наведения порядка в доме. Мари убеждена, что организованное пространство связано с порядком в вашей голове, а следовательно успешности.

В этом выпуске рубрики "От слов к делу", мне бы хотелось поделиться с вами некоторыми приемами, заимствованными мною из этой книги.

1. Навести порядок можно раз и навсегда

> *“Если вы приведете свой дом в порядок правильно, то сможете всегда поддерживать чистоту в нём, даже если вы ленивы или неряшливы по натуре.”*
>
> — Мари Кондо.

Многие люди ошибочно полагают, что наведение порядка – бесполезная затея лишь потому, что в скором времени всё снова погружается в хаос. Однако данное утверждение ошибочно. Если вас преследует такая проблема, это лишь значит, что вы неправильно убираетесь. Навести порядок раз и навсегда реально. Для этого следует сделать одно большое усилие – полностью очистить своё пространство. Не стоит жалеть старых вещей, лениться и думать, что, если вы навели частичный порядок, то полностью организовали своё пространство.

2. Беспорядок в комнате – беспорядок в голове

> "*Что такое эта ваша разруха? Старуха с клюкой? Ведьма, которая выбила все стёкла, потушила все лампы? Да её вовсе и не существует. Что вы подразумеваете под этим словом? …разруха не в клозетах, а в головах.*"
>
> — Профессор Преображенский ("Собачье сердце", М.А. Булгаков)

Наверняка вам знакомо чувство, которое возникает при сильном волнении. В этой ситуации, многие из нас лихорадочно бросаются в уборку и уходят в нее с головой, пока не наведут идеального порядка. Однако такая проблема возникает у людей неспроста. Этим самым действием вы пытаетесь обмануть свой мозг отвлечься от реальной проблемы. Именно поэтому организованное, выбранное пространство вокруг вас так важно. В чистом помещении у вас не остается выбора, кроме как разобраться со своими истинными проблемами и тревогами. Ничто Вас не отвлекает.

> *“Уборка – это просто инструмент, а не конечный пункт назначения. Истинной целью*

должно быть установление такого стиля жизни, который для вас желаннее всего, – сразу же после приведения в порядок вашего дома."

— Мари Кондо.

3. Убирайте категории, а не места

Одной из распространенных ошибок в искусстве наведения порядка является хранение одной категории вещей в разных местах. Такая тенденция следует из-за слишком большого количества ненужных вещей. Храня их в разных местах, вам не удается оценить их реальный объём, а значит, закончить уборку. Конечно же, существуют исключения в виде вещей, которые есть в любой комнате. Однако, их единицы.

“Когда мы убираем каждое место в отдельности, мы упускаем из виду, что повторяем одну и ту же работу во многих местах – и попадаем в порочный цикл бесконечной уборки.”

— Мари Кондо.

4. Как понять что следует выбросить, а что оставить ?

Одним из неотъемлемых элементов уборки является процесс принятия решения о том, нужна ли вам данная вещь или без неё можно спокойно обойтись. Однако, этот процесс нередко вызывает затруднения. Сотни домов и офисов захламлены вещами, выкинуть которые не поднимается рука. В этом состоит одна из наиболее острых проблем уборки. Существует несколько очевидных причин для избавления от той или иной вещи. Первая – если вещь перестала быть функциональной и вторая – если она попросту устарела. Однако, гораздо сложнее дело обстоит с вещами, выкидывать которые нет никаких очевидных причин. Тогда, следует прибегнуть к волшебному методу. Возьмите вещь в руки, внимательно посмотрите на неё и спросите себя “Вызывает ли эта вещь радость?” Если ответ положительный, вы сразу поймете это. В противном случае – без угрызений совести расставайтесь с ней.

5. Отведите для каждой вещи особое место

Одним из наиболее важных и действенных принципов организации пространства является определение своего места для каждой конкретной вещи. К примеру, по приходу домой, положите часы на своё место на полке, а серьги сложите в специально отведённую для них коробку. Таким образом, на следующих день Вам не придется тратить время на поиск этих вещей – ведь вы прекрасно знаете, где их найти. Помните, что складирование вещей в разных местах, очень скоро ведет к захламлению вашего пространства. Практика

выделения своего места для определенной вещи становится хорошей привычкой, которая вырабатывается всего за несколько дней, а приносит огромное количество пользы.

Подводя итоги, стоит отметить, что процесс наведения порядка является личным делом каждого. Однако, приведённые техники действительно способны привести в порядок Ваше пространство, мысли и чувства. Если вы давно не знаете, с чего начать глобальные изменения, попробуйте использовать одну из приведенных выше техник. Возможно именно она поможет вам на пути к лучшей жизни!

**тексты публикуются с сохранением авторской стилистики и пунктуации*

Автор:

Ксения Семенова, ГИ, 3 курс.