

Despre ce vom povesti:

Dereticând îți eliberezi mintea 12

- Ce sunt, de fapt, catrafusele? 12
- De ce, când faci ordine, te simți eliberat? 15
- Mutarea – o șansă imensă
pentru un nou început 25

Pretexte tipice 29

- „Poate că mai am nevoie de asta.” 29
- „Sigur vine din nou la modă.” 31
- „E mare păcat să arunci.” 32
- „Geniul domnește asupra haosului.” 37

Cum facem ordine: manual în 8 pași pentru începători 38

Întrebări „cu tâlc” 57

Debarasări emoționale	65
• După pierderea unei ființe iubite	65
• Marea dragoste dispare, amintirile rămân	68
• Frânturi de amintiri și suvenire	72
• Cutia cu amintiri	74
Curățenia digitală	77
• Cura de slăbire pentru computerul tău	77
• Fotografia digitală – binecuvântare, dar și blestem	80
• Ordine în rețelele sociale	83
Et voilà: sugestii simple pentru ordinea de acasă	90

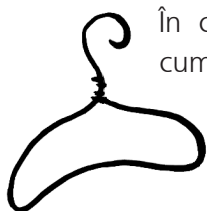
A la fin!

Pentru ce variantă te-ai hotărî, dacă ai avea posibilitatea să alegi? Evident că pentru o plajă pustie, pentru un shopping tihnit și pentru o călătorie fără stres, nu-i așa?

Trebuie să recunosc faptul că aceste exemple sunt impresionante, deși ele arată clar un lucru – că mai puțin înseamnă, uneori, mai mult. Hai să aruncăm o privire mai detaliată exemplurilor prezentate:

Șezlongurile și saltelele pneumatice din primul scenariu nu reprezintă altceva decât toate acele lucruri pe care tu le-ai strâns în viață dar de care, de fapt, nu ai nevoie sau nu le mai vrei. Pe o plajă ticsită de șezlonguri, cu chiu, cu vai, ajungi la mare, iar saltelele pneumatice, multe și pestrițe, îți taie pofta de scădat. Ei bine, așa e și cu grămada de boarfe din dulapurile tale. Sau cu vechiturile care zac prin tot felul de unghere. Recunoaște că din noianul de haine pe care le ai în șifonier porți cu plăcere și regulat doar câteva; e adevărat, nu-i așa?

lar ca să le găsești pe acestea din urmă devine un lucru destul de complicat... printre atâtea alte obiecte vestimentare depășite și vechi, care nu fac decât să ocupe umerașe... care-ar putea fi folosite pentru lucruri noi.



În ceea ce privește scenariul legat de cumpărăturile de Crăciun, el se referă la toți oamenii pe care-i cunoști. Prietenii adevărați și legăturile frumoase sunt, în viață, destul de puține; și, cu toate acestea, ținem cu dinții de anumite persoane, le invităm la petreceri, deși, dacă suntem sincere cu noi înșine, n-am vrea neapărat să le avem alături. O facem, poate, dintr-un simț al datoriei sau, poate, din milă. Ieși din îmbulzeala străzii! Metaforic vorbind. Elimină-i din jurul tău pe cei care nu-ți fac bine, pe oamenii care nu te fac fericită.

Ultimul scenariu, cel cu șantierul de pe autostradă, se referă, de fapt, la chestiunile nerezolvate din viața ta, cum ar fi noianul de hârtii care zace pe masa de scris. N-ai sentimentul că acest șantier nu se va termina niciodată și că, zi de zi, teancul de hârtii crește?

Așa cum tot mai multe mașini vor lungi cordonul ambuteiajului de pe autostradă? Nu intra în panică! Dacă privești cu atenție, vei vedea că strada de dincolo e liberă. Ai putea să zbori ca vântul, dacă șantierul n-ar mai fi...



Eu, personal, am învățat ceva: să împachetez chestiunile nerezolvate, să mă debarasez de balast și să cultiv doar acele câteva prietenii care-mi aduc un spor de bunăstare sufletească. De ce să nu ne concentrăm asupra a ceea ce este esențial, lăsând deoparte probleme neîmplinite ale trecutului, care, fără să ne dăm seama, ne împiedică să privim înainte și să primim noul. Așadar, eliberează-te de tipare vechi și obiecte demodate pentru a-ți crea spații libere, pe care să le umpli cu lucruri noi și necunoscute, chiar dacă trecutul îți pune – cum zice o vorbă din popor – bețe-n roate. Târâm după noi amintiri din vremuri apuse și păstrăm bibelouri prăfuite (sens metaforic, desigur) fără să ne dăm seama că nu mai avem loc – în minte și în casă – de ceva nou, proaspăt.

Fă ordine în casă și vei constata că ți-ai făcut ordine și în minte; pentru că, în felul acesta, ai învățat să scapi de lucrurile nefolositoare și ți-ai însușit deprinderea de a lua hotărâri clare. Odată catrafusele dispărute și casa aranjată simplu, doar cu lucrurile strict necesare, poți respira, în sfârșit, ușurată.

Nu degeaba călătorii experimentați circulă prin lume cu puțin bagaj. Voiajul e mai comod, iar omul acela se simte mai flexibil și mai independent, căci nu cară în spinare un bagaj inutil. E un bun exemplu, demn de urmat; și nu-ți face griji că ai prea puțin cu tine: **tot ce-ți lipsește poți procura fără probleme.**



Ators!

Să ne concentrăm pe ceea ce este
esențial. Adio, vechituri!

Deschide larg fereastra să intre
aer proaspăt în casă
și în suflet: doar așa putem
înainta în viață.

Mutarea – o șansă imensă pentru un nou început



Îmi amintesc exact cum a fost când am părăsit casa părintească și m-am mutat pentru prima oară în casa mea. Nu-mi venea să cred cât de multe am adunat de-a lungul timpului într-o singură cameră. Lăzile s-au umplut cu iuțeala fulgerului de tot felul de lucruri, martore ale unui timp mai mult sau mai puțin îndelungat: manuale vechi, albume de poezie, scrisori, reviste, haine și multe, multe altele.

Dacă-ntr-o singură odaie s-au adunat atâtea, cum e când organizezi o mutare dintr-un apartament, o locuință cu mai multe camere în care-ai trăit o perioadă mai lungă? Dacă nu vrei să transporti tot calabalâcul inutil de la punctul A la punctul B, doar de dragul de a-l plimba de colo colo, ar trebui să faci o selecție riguroasă. Hai să fim cinstite: de cele multe ori, lăzile din beci ajung tot în beci – în cel al noii locuințe – și putrezesc acolo.



Sfatul meu:

nu-ți precupeți timpul și aruncă
toate catrafusele inutile, căci ai
mai puțin de cărat, iar noua
locuință va fi cu atât
mai primitoare.

O mutare e, așadar, o șansă
imensă pentru un nou început
și un bun prilej să scapi
de bulendre. Afară cu balastul
și noroc bun!