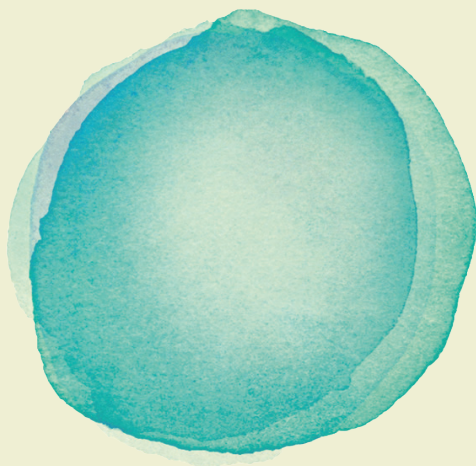


---

Pasaulinio bestselerio  
*Tvarkingų namų stebuklas* autorės knyga

---



# Džiaugsmu spindintys namai

Iliustruotos meistriškumo pamokos,  
kaip įvesti tvarką namuose

marie kondo

Džiaugsmu spindintys namai



marie kondo

# Džiaugsmu spindintys namai

Iliustruotos meistriškumo pamokos,  
kaip įvesti tvarką namuose

Iš anglų kalbos vertė  
*Lina Černiauskaitė*



VILNIUS, 2023

Versta iš:

*Spark Joy: An Illustrated Master Class  
on the Art of Organizing and Tidying Up*  
by Marie Kondo

Originally published in two separate volumes  
in Japan as Jinsei ga Tokimeku Katazuke no Maho 2  
and Irasuto de Tokimeku Katazuke no Maho in 2012 and 2015.  
Copyright © Marie Kondo/KonMari Media Inc. (KMI).  
English translation by Cathy Hirano. Lithuanian translation rights arranged  
with KonMari Media Inc. (KMI), through, Gudovitz & Company Literary Agency,  
New York, USA and PLIMA d.o.o.

Bibliografinė informacija  
pateikiama Lietuvos integralios bibliotekų  
informacinės sistemos (LIBIS) portale *ibiblioteka.lt*

© Marie Kondo/KonMari Media Inc. (KMI), 2023  
© Vertimas į lietuvių kalbą, Lina Černiauskaitė, 2023  
© Viršelis, *Two Associates*  
© Leidykla VAGA, 2023

ISBN 978-5-415-02696-8

# Turinys

**Įžanginis žodis 11**

**Įvadas: KonMari metodas 13**

Šešios pagrindinės tvarkymosi taisyklės 15

## **I DALIS. KonMari meistrystės paslaptys**

**1**

**Kaip išlavinti jautrumą džiaugsmui 23**

Tvarkymasis – tai stojimas į akistatą su pačiu  
savimi, o švarinimas – tai akistata su gamta 23

Jeigu nežinote, kas kelia jums džiaugsmą,  
pradėkite nuo širdžiai mielų daiktų 26

„Galbūt man dar pravers“ yra tabu 28

Pamąstykite, kaip jums tarnauja  
būtiniausi daiktai, kurie nekelia džiaugsmo 30

Teminę aprangą pasilaikykime namams 33

Nesusipainiokite: laikinai sujaukti namai –  
tai dar ne grįžimas prie netvarkos 35

Kai norisi viską mesti 38

Netvarkos fotografijų šoko terapija 40

Kad ir kokie netvarkingi jums atrodo  
jūsų namai, nedarykite pertraukos,  
nesustokite ir visko nemeskite 41

Jeigu jums siaubingai nesiseka tvarkytis,  
laukite pačių didžiausių permainų 44

## 2

### **Kaip pripildyti namus džiaugsmo 46**

Įsivaizduokite svajonių gyvenimą iš vienos nuotraukos 46

Drąsiai pasilikite abejonių keliančius daiktus 48

Džiaugsmo pilni namai yra tarsi jūsų asmeninis  
meno muziejus 51

Iliekite į savo gyvenimą spalvų 53

Kaip geriausiai panaudoti „beverčius“ daiktus,  
kurie jums vis dėlto teikia džiaugsmą 55

Įsirenkite asmeninį jėgų suteikiantį kampelį 60

## 3

### **Viskas, ką jums reikia žinoti apie džiaugsmingą daiktų laikymą 63**

Kol tvarkotės, daiktus sudėkite tik į laikinas vietas 63

Išdėliokite daiktus atsižvelgdami į medžiagą,  
iš kurios jie pagaminti 65

Stalčiuose daiktus dėliokite kaip užkandžius  
į japonišką *bento* pietų dėžutę 67

Keturi daiktų laikymo principai 70

Lankstykite drabužius kaip origamį 72

Viskas, ką jums reikia žinoti apie KonMari  
lankstymo metodą 74

Planuodami, kur laikysite daiktus, turėkite  
omenyje, kad atsikratysite ir kai kurių baldų 78

Idealiai sudėti daiktus – tai tarsi namuose  
austi vaivorykštę 80

## **II DALIS. Tvarkymosi enciklopedija**

**4**

### **Drabužių tvarkymas 85**

- Aukščiau juosmens vilkimi drabužiai 87
- Žemiau juosmens dėvimi drabužiai 95
- Suknelės ir sijonai 97
- Kabinami drabužiai 99
- Kojinės ir pėdkelnės 100
- Apatinis trikotažas 102
- Džiaugsmu spinduliuojanti drabužių spinta 108
- Rankinės 114
- Aprangos aksesuarai 116
- Avalynė 120
- Patarimai, kaip susikrauti lagaminą 122

**5**

### **Knygų tvarkymas 124**

- Patarimas žmonėms, kurie mano,  
kad negali išsiskirti su knygomis 124
- Serijos 126
- Žurnalai ir meniniai leidiniai 126
- Gražiai sudėkite knygas 127

**6**

### **Popierių tvarkymas 129**

- Pagrindinė taisyklė tvarkant popierius:  
viską išmeskite 129
- Įrenkite dėmesio laukiančių dokumentų dėklą 130
- Mokymosi medžiaga 131
- Kredito kortelių išrašai 131

|                                                                     |     |
|---------------------------------------------------------------------|-----|
| Garantijos                                                          | 132 |
| Naudojimo instrukcijos                                              | 133 |
| Pasveikinimai                                                       | 133 |
| Iškarpos                                                            | 134 |
| Paskirkite dieną, kada tvarkysite dėmesio<br>laukiančius dokumentus | 135 |

## 7

### ***Komono tvarkymas*** 137

|                                                    |     |
|----------------------------------------------------|-----|
| Kompaktiniai diskai ir skaitmeniniai vaizdo diskai | 139 |
| Kanceliarinės priemonės                            | 140 |
| Elektriniai <i>komono</i>                          | 143 |
| Odos priežiūros priemonės ir kosmetika             | 145 |
| Atsipalaiduoti skirti daiktai                      | 151 |
| Vaistai                                            | 152 |
| Vertybės                                           | 152 |
| Siuvimo reikmenų krepšelis                         | 155 |
| Įrankiai                                           | 156 |
| Pomėgių <i>komono</i>                              | 156 |
| Kolekcionuojamos smulkmenos                        | 157 |
| Daiktai, kuriuos laikote „be priežasties“          | 158 |
| Patalynė                                           | 159 |
| Rankšluosčiai                                      | 159 |
| Pliušiniai žaislai                                 | 160 |
| Poilsui skirti daiktai                             | 162 |
| Proginiai daiktai                                  | 163 |
| Būtinieji reikmenys nelaimės atvejui               | 163 |
| Daiktai lietingai dienai                           | 164 |
| Virtuvės <i>komono</i>                             | 164 |
| Valymo priemonės                                   | 201 |

Skalbimo priemonės 202

Vonios *komono* 202

## 8

### **Brangių smulkmenų tvarkymas 213**

Sutvarkę brangias smulkmenas įvesite tvarką  
savo praėityje 213

Kaip sutvarkyti brangius prisiminimus  
iš mokyklos laikų 215

Kaip įvesti tvarką buvusius mylimuosius  
menančiuose daiktuose 215

Brangūs vaizdo įrašai 216

Jūsų vaikų darbeliai 217

Gyvenimo liudininkai 217

Laiškai 218

Paskutinis tvarkymosi žingsnis –  
nuotraukų rūšiavimas 218

## **III DALIS. Stebuklas, pakeisiantis jūsų gyvenimą**

## 9

### **Džiaugsmą spinduliuojantys namai 227**

Džiaugsmą keliantis prieškambaris 227

Džiaugsmą kelianti svetainė 229

Džiaugsmą kelianti virtuvė 230

Džiaugsmą keliantis darbo kambarys 231

Džiaugsmą keliantis miegamasis 232

Džiaugsmą kelianti vonia 233

**Kokie pokyčiai laukia pabaigus tvarkytis 234**

Susitvarkę įvesite tvarką asmeniniuose santykiuose 237

Tvarkantis santykiai atsiduria mūsų dėmesio centre 239

Jeigu jus erzina kitų šeimos narių daiktai,  
būkite kaip saulė 241

Neverskite kitų tvarkytis, jeigu jie to nenori 244

Išmokykite vaikus lankstyti 247

Net jei jums nepasiseks, nesijaudinkite –  
jūsų namai nesprogs 249

Džiaugsmą teikiantys daiktai sugeria širdžiai  
brangius prisiminimus 252

**Epilogas 257**

**Baigiamasis žodis:**  
**kaip pasiruošti naujam gyvenimo etapui 261**

**Padėkos 267**

**Apie autorę 270**

# Ižanginis žodis

Tikrasis gyvenimas prasideda tik įvedus namuose tvarką. Štai kodėl didžiąją gyvenimo dalį skyriau gilintis į tvarkymąsi. Mano tikslas – padėti kuo daugiau žmonių susitvarkyti kartą ir visiems laikams.

Žinoma, nenoriu pasakyti, kad jums reikia viską išmesti. Nieku gyvu. Kad susikurtumėte svajonių gyvenimą, tereikia išmokti, kaip atrinkti džiaugsmą jums keliančius daiktus.

Jei neabejojate, kad koks nors daiktas teikia jums džiaugsmą, pasilikite jį, nesvarbu, ką sakys kiti. Kad ir koks netobulas ir paprastas jis būtų, rūpestingai ir pagarbiai naudojamas šis daiktas taps tikra brangenybe. Atrinkdami daiktus su laiku išlavinsite savo jautrumą džiaugsmui. Tada ne tik pagreitės paties tvarkymosi ritmas, bet ir bus lengviau priimti sprendimus visose kitose gyvenimo srityse. Kai rūpinamės savo daiktais, imame daugiau rūpintis ir savimi.

**Kas jums teikia džiaugsmą? O kas jo nekelia?**

Atsakymai į šiuos klausimus ir yra takelis, vedantis į savęs, gyvenimo dovaną gavusio žmogaus, pažinimą. Esu įsitikinusi, kad mąstysena, kurią išlaviname pasinerdami į tvarkymosi procesą, padės išlaisvinti pirmyn mus varančią jėgą, kuri

suteikia skaidrumo ne tik mūsų gyvenimo būdui, bet ir pačiam gyvenimui.

Kartais žmonės man pasakoja, kad išmetus viską, kas nekėlė džiaugsmo, jiems beveik nieko neliko ir todėl iš pradžių nežinojo, ką daryti. Tai gana dažnas įspūdis sutvarkius drabužius. Jeigu ir jums taip nutiko, neišsigąskite. Svarbiausia, kad laiku apsižiūrėjote. Juk nugyventi visą gyvenimą neturint nieko, kas teiktų jums džiaugsmą, ir apie tai nė nesusimąstant būtų be galo liūdna. Kai pagaliau baigsite tvarkytis, jūsų namuose ir gyvenime po truputį atsiras naujų spalvų.

Kad sėkmingai įvestumėte tvarką savo namuose, jums reikia tik dviejų įgūdžių: pasirinkti, kas kelia džiaugsmą, atsikratant kitko, ir nuspręsti, kur laikyti kiekvieną daiktą, kurį pasilikote, bei visada gražinti jį į vietą.

Tvarkantis svarbiausia nuspręsti, ne ką išmesti, bet veikiau ką norite toliau turėti savo gyvenime. Nuoširdžiai viliuosi, kad tvarkymosi stebuklas padės jums susikurti šviesą spinduliuojančią ir džiaugsmingą ateitį.

# Ivadas: KonMari metodas

„KonMari, ar nėra kokio nors iliustruoto vadovėlio, paaiškinančio jūsų tvarkymosi metodus taip, kaip jūs tai darote per savo pamokas?“

Vargu ar suskaičiuočiau, kiek kartų esu sulaukusi tokio klausimo. Atsakau visada vienodai. „Jums tokio nereikia, juk sėkmė 90 procentų priklauso nuo jūsų minčių.“ Puikiai žinau, kad ir kiek informacijos prisirinksite, jeigu nepakeisite savo mąstysenos, greit vėl įniksite į senus įpročius. Aš, tvarkymosi konsultantė, ne tiek mokau tvarkymosi metodo, kiek padėdu įdiegti naują požiūrį, kuris padės jums susitvarkyti. Tvirtai tikiu, kad tai pasiseka tik patyrus šį tą panašaus į šoko terapiją.

Žinoma, neverta stebėtis, kad atsidėję tvarkymuisi žmonės pageidauja kiek išsamesnių nurodymų. Visa galva pasinėrus į tvarkymąsi, kas gali būti geriau už iliustruotą žinyną? Kita vertus, žmonėms, kurie dar tvirtai tam nepasiryžo, tokia knyga gali tik sukliudyti. Išleisti tokį iliustruotą žinyną savotiškai prilygsta dalijimuisi uždraustų paslapčių knyga.

Tad leiskite tiesiai šviesiai jūsų paklausti: ar esate tvirtai pasiryžę įvykdyti tik kartą per gyvenimą atliekamą ypatingą tvarkymosi ritualą? Jeigu atsakėte teigiamai, nesvyruodami skaitykite toliau. Net jeigu jūsų tvarkymosi maratonas jau baigtas, galimas daiktas, jums pravers patarimai, kaip sukurti džiaugsmą spinduliuojančius namus. Tačiau jeigu į šį klausimą atsakėte neigiamai, verčiau pradėkite nuo pirmos mano knygos „Tvarkingų namų stebuklas: japonų menas tvarkytis“ skaitymo. O jeigu jau ją perskaitėte, tik niekaip nesiryžtate pradėti, skaitykite dar kartą, nes kažkas, turbūt visai nereikšmingas menkniekis, jums vis dar neleidžia atsidėti tvarkymuisi.

Šis iliustruotas žinynas yra išsamus KonMari metodo žinių rinkinys. Žmonėms, kurie tvirtai pasiryžo susitvarkyti kartą ir visiems laikams, jis turėtų labai praversti, nelyginant ranka, kuri pakaso jums nugarą kaip tik ten, kur niežti, tad tikiuosi, kad perskaitysite ją nuo pradžios iki galo. O tiems, kurie jau šiek tiek apsitvarkėte, bet norite sužinoti išsamiau, šis žinynas atstos Tvarkymosi enciklopediją. Jei kilo klausimų, kaip susidoroti su konkrečia užduotimi, nesivaržydami praleiskite kelis skyrius, kol rasite jus dominančią vietą. Į šį leidinį įtraukti ir atsakymai į daugybę klausimų, kurių sulaukiau iš pirmosios knygos skaitytojų. Na, o tiems, kurie nenusiteikę gilintis į asmenines istorijas ir nesitveria savo kailyje trokšdami tučtuojau perprasti tvarkymosi esmę, galbūt užteks tik šios knygos.

Na, kaip, ar jau pasiruošę? Nepamirškite, kad „tvarkymosi dievas“ visada jums palankus, tereikia būti tvirtai pasiryžus baigti, ką užsibrėžėte.

# Šešios pagrindinės tvarkymosi taisyklės

Tvarkymosi procesas, į kurį netrukus pasinersite, – tai ne atsisakymas nereikalingais daiktas ir ne paviršutinis apsitvarkymas, kad namai gražiai atrodytų užsukus svečiams. Šįkart jūs susiruošėte susitvarkyti taip, kad jūsų gyvenime atsirastų džiaugsmo ir jis negrįžtamai pasikeistų.

Jeigu tvarkysitės taikydami KonMari metodą, įvyks kelios permainos. Pirmiausia susitvarkę kartą ir visiems laikams jūs daugiau niekada nebegrįšite prie netvarkos. Be to, aiškiai suvoksite savo vertybes ir ką norite daryti. Išmoksite deramai rūpintis savo daiktais ir gyventi kiekvieną dieną jausdami pasitenkinimą. Sėkmės paslaptis – susitvarkyti greitai ir iš pagrindų, viską atliekant vienu sykiu.

Kai pajusite, koks namuose įsivyrąja jausmas, kai jie visiškai sutvarkyti tikrąja šio žodžio prasme, jūs daugiau niekada nebenorėsite sugrįžti prie netvarkos. Šis jausmas bus toks stiprus, kad įkvėps jus toliau palaikyti susikurtą tvarką.

## 1. Tvirtai pasiryžkite susitvarkyti

Iš pradžių KonMari metodas gali pasirodyti sunkokas. Jam reikia laiko ir pastangų. Bet jeigu paėmėte šią knygą nusiteikę pagaliau nerti visa galva ir nuodugniai susitvarkyti, prašau, skaitykite toliau. Ir tikėkite savimi. Juk tvirtai apsisprendus telieka pritaikyti tinkamą metodą.

2. Įsivaizduokite, kaip atrodys jūsų svajonių gyvenimas. Pamąstykite, kokiuose namuose ir kaip norėtumėte gyventi. Kitaip tariant, apibūdinkite savo svajonių gyvenimą. Jei gu jums patinka piešti, brūkštelėkite eskizą, kaip jis atrodytų. O jeigu labiau mėgstate rašyti, aprašykite svajonių gyvenimą užrašų knygelėje. Galite išsikirpti ir keletą nuotraukų iš žurnalų.

Mieliau iškart imtumėtės tvarkymosi, tiesa? Kaip tik todėl tiek daug žmonių ir vėl grįžta prie netvarkos. Įsivaizduodami, koks bus jūsų svajonių gyvenimas, jūs aiškiau pamatote, kodėl norite susitvarkyti, ir pasitikslinate, kaip norite gyventi baigę tvarkytis. Tada tvarkymosi procesas tampa dideliu lūžiu žmogaus gyvenime. Tad rimtai pasvarstykite, kokį svajonių gyvenimą trokštate susikurti.

### 3. Pirmiausia išmeskite

Žmonėms, kurie niekaip nebaigia tvarkytis, būdingas vienas bruožas – užuot atsikratę daiktų, jie bando juos kur nors sukaišioti. Šitaip suslėpus daiktus, namai iš pažiūros atrodo švarūs, bet jie plyšta nuo nereikalingų dalykų, tvarką palaikyti bus vargu ar įmanoma ir galiausiai jūsų namus vėl užvaldys netvarka.

Tvarkymosi sėkmės paslaptis – pirmiausia išmesti tai, ko nereikia. Kur ir kokius savo daiktus laikysite, galėsite suplanuoti tik tada, kai atrinksite, ką pasiliksite ir ko atsikratysite, nes tik tada bus aišku, kiek daiktų reikia sutalpinti.

Sukdami galvą, kur reikės padėti visus daiktus, ir jaudindamiesi, ar tikrai viskas tilps, tik atitrauksite save nuo rū-

šiavimo darbo ir niekada jo nebaigsite. O juk tai būtų tikrai apmaudu. Tad kol dar neatsikratėte visais nereikalingais daiktais, verčiau sudėliokite juos tik laikinai ir visą dėmesį sutelkite į naujos kategorijos daiktų rūšiavimą. Tai greito tvarkymosi paslaptis.

#### 4. Tvarkykite daiktus pagal jų kategorijas, o ne laikymo erdves

Viena dažniausių klaidų, kurias daro žmonės, tai kambarių tvarkymas paeiliui. Toks metodas nepasiteisina, nes žmonės mano, kad jau susitvarkė, o iš tiesų tik perdėliojo daiktus iš vienos vietos į kitą ir išmėtė tos pačios kategorijos daiktus po skirtingas namo erdves, taip aiškiai ir nesuvokę, kiek iš viso daiktų turi.

Geriausia tvarkyti daiktus pagal jų kategorijas. Tai yra vienu sykiu sutvarkyti visus tos pačios kategorijos daiktus. Pavyzdžiui, rūšiuodami drabužius pirmiausia iš visų namų surinkite visus iki vieno drabužius į vieną vietą. Tai padės jums objektyviai pamatyti, kiek jų turite.

Išvydę milžinišką drabužių kalną, neturėsite kitos išeities, tik pripažinti, kad negražiai elgiatės su savo pačių daiktais. Susidaryti tikslų vaizdą, kiek daiktų turite kiekvienoje kategorijoje, yra labai svarbu.

#### 5. Laikykitės eiliškumo

Nepaprastai svarbu ne tik tvarkyti daiktus pagal kategorijas, bet ir paisyti eilės tvarkos: iš pradžių imtis drabužių, paskui –

knygų, dokumentų, *komono* (įvairių smulkmenų) ir tik po to sėsti prie brangių jums smulkmenų.

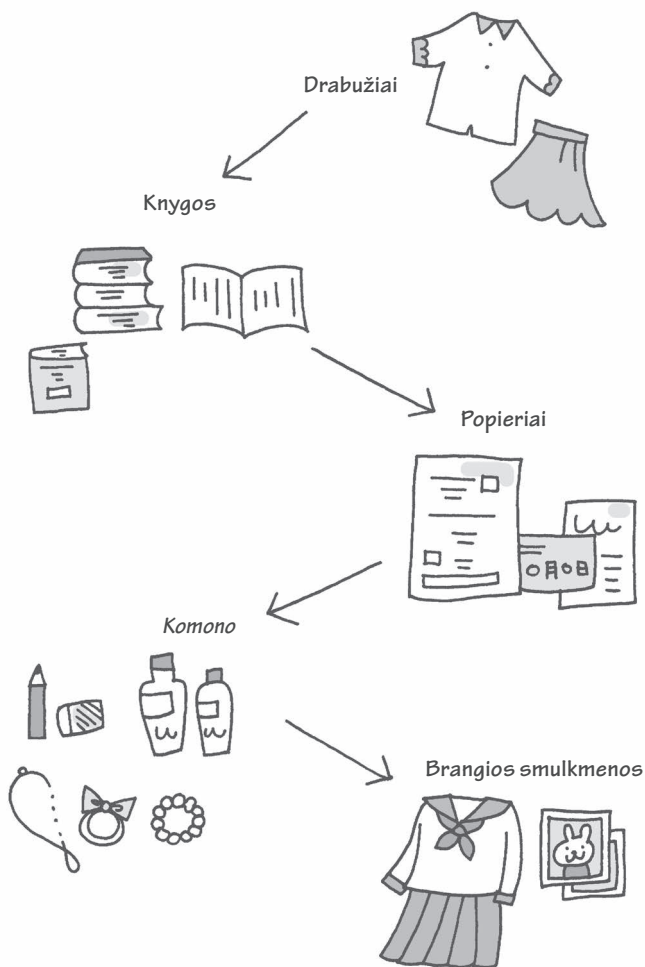
Ar kada tvarkydami ir aptikę senas nuotraukas skyrėte kelias valandas joms peržiūrėti? Tai labai dažna klaida, puikiai atskleidžianti, kodėl reikia laikytis tam tikros eilės tvarkos, juk ši sumanyta taip, kad pamažu išlavintumėte gebėjimą atskirti, kas jums teikia džiaugsmą. Drabužiai nepriekaištingai tinka tobulinti šiam įgūdžiui, o nuotraukos ir kitos jums brangios smulkmenos puikiai parodo, ko nereikėtų liesti, kol dar neišlavinote šio gebėjimo.

## 6. Paklauskite savęs, ar šis daiktas kelia jums džiaugsmą

Kriterijus, pagal kurį sprendžiame, ar ką nors pasilikti, ar išmesti, yra daikto keliamas džiaugsmas. Priimant sprendimą, reikia daiktą paliesti, turį galvoje, tvirtai paimti abiem rankomis, tarsi mėgintumėte užmegzti su juo pokalbį. Atidžiai stebėkite, kaip reaguoja jūsų kūnas. Kai kas nors kelia džiaugsmą, jaučiame pabundant nedidelį jaudulį, tarsi pasistiebtų visos kūno ląstelės. O kai jūsų rankose atsiduria džiaugsmo neteikiantis daiktas, pajusite, kad kūnas tarytum pasunkėja.

Įsidėmėkite, kad renkatės ne tai, ką išmesti, o veikiau – ką pasilikti. Atsirinkite tik tuos daiktus, kurie kelia jums džiaugsmą. O išmesdami tuos, kurie jo suteikti negali, nepamirškite prieš atsisveikindami jiems padėkoti. Su dėkingumu išlydėdami juos iš gyvenimo jūs ugdote savo atidumą ir troškimą geriau rūpintis visais daiktais savo gyvenime.

## Teisinga tvarkymosi eilės tvarka





### **NEPALIKITE TVARKYMOŠI PO TO, KAI PERSIKRAUSTYSITE**

Kai žmonės manęs klausia, ar geriau tvarkytis prieš kraustumąsi, ar po jo, visada atsakau: „Būtinai prieš!“ Net jei dar neradote naujo būsto, apsiuopkite nieko nelaukdami. Galbūt paklausite, kodėl? Todėl, kad į naujus namus jus nuves namai, kuriuose gyvenate dabar.

Kartais man atrodo, kad namai palaiko vienas su kitu ryšį, tarsi susijungę į vieną tinklą. Vos tik deramai susitvarkai, tavo namai iškart paskelbia tinkle, kad gerai jais rūpiniesi, ir tuoj suranda tau naujus namus. Bent jau man susidarė įspūdis, kad viskas vyksta kaip tik taip.

Nesuskaičiuojama daugybė klientų man yra pasakoję, kad vos susitvarkę iškart atrado idealius namus, o istorijos, kaip juos surado, tiesiog stulbinamos. Tad jei-gu norite susipažinti su gražiais jums puikiai tinkančiais namais, gerai rūpinkitės erdve, kurioje gyvenate dabar.

I DALIS

---

# KonMari meistrystės paslaptys



# Kaip išlavinti jautrumą džiaugsmui

Tvarkymasis – tai stojimas į akistatą  
su pačiu savimi, o švarinimas –  
tai akistata su gamta

„Šį kartą man tikrai pasiseks! Skelbiu metų galo tvarkymosi  
maratoną!“

Japonijoje metų pabaiga – tai laikas, kai ruošiantis Naujiesiems metams tradiciškai išblizginami visi namai (panašiai kaip „pavasarinė talka“ kai kuriose kitose šalyse). Kiekvieną gruodį televizijos laidose ir žurnalų straipsniuose mirga tvarkymosi patarimai, o parduotuvėse pirmose gretose išrikiuojami valikliai ir kitos priemonės. Žmonės pasineria į šį metų galo švarinimosi vajų, tarsi tai būtų nacionalinė šventė, tad kartais man atrodo, kad tai įrašyta pačiuose japonų genuose.

Bet metams pasibaigus stebėtinai daug žmonių dūsauja:  
„Nors nepailsdamas tvarkiausi, nespėjau pabaigti iki Naujųjų

metų.“ Paklausus, ką jie darė, paaiškėja, kad beveik visi tuo pat metu ir tvarkėsi, ir valė namus. Kitaip tariant, jie priešokiais išmetė vieną kitą už akies užkliuvusį nereikalingą daiktą, išplovė grindis ir sienas, kiek jų pasiekė iš už daiktų krūvų, atidavė labdarai kelias dėžes knygų ir nušluostė dulkes nuo lentynų, ant kurių jos anksčiau stovėjo surikiuotos...

Leiskite pasakyti visiškai aiškiai. Vadovaudamiesi tokiu požiūriu jūs tvarkymuisi paaukosite visą likusį gyvenimą. Neverta stebėtis, kad toks „metų galo švarinimasis“ baigiasi vos įpusėjęs. Prisipažinsiu – mano šeimoje daug metų irgi buvo laikomasi tokio požiūrio ir mes nė karto nepriekaištingai nesusitvarkėme iki Naujųjų metų.

Žodžiai *tvarkymasis* ir švarinimas dažnai vartojami, tarsi reikštų tą patį, bet iš tiesų tai du visiškai skirtingi dalykai. Nepripažinę šios svarbios tiesos jūs namuose niekada neįvesite tikros tvarkos.

Pirmiausia kiekvienu atveju dėmesį nukreipiame į skirtingus dalykus. Tvarkydamiesi susitelkiame į daiktus, o švarindamiesi – į purvą. Abiem atvejais mūsų tikslas – tvarkingas kambarys, bet tvarkydamiesi kilnojame daiktus ir dėliojame juos į vietas, o švarindami plauname ir valome nešvarumus.

Atsakomybė už netvarką ir sujauktus namus 100 procentų tenka čia gyvenančiam asmeniui. Daiktai patys nesidaugina, tai jūs juos nuperkate arba iš ko nors gaunate. Namai susijaukia, nes paėmę daiktus nepadedate į vietą. Jeigu „nespėjus nė apsižiūrėti“ kambarys vėl susijaukia, tai tik jūsų veiksmų rezultatas. Kitaip tariant, **tvarkytis** – tai stoti į akistatą su pačiu **savimi**.

O štai nešvarumai kaupiasi patys. Dulkės ir purvas padengia mūsų namus paklusdami gamtos dėsniams. Todėl švarinti – tai stoti į akistatą su gamta. Kad pašalintume susikaupusius nešvarumus, namus turime valyti reguliariai. Štai kodėl japonų metų galo ritualas vadinamas ne „tvarkymosi“, o „švarinimosi“ vėjumi. Tad jeigu norite, kad jums pasisektų susitvarkyti iki metų pabaigos, į tvarkymosi maratoną jums reikia pasinerti kiek anksčiau.

Ankstesnėje knygoje jau pasakojau, kad „tvarkymosi maratonas“ susideda iš kruopščiai ir greitai atliekamo daiktų išmetimo ir sprendimų, kur laikyti tai, ką nusprendėte pasilikti. Tuo reikės užsiimti tik vieną kartą. Pasiryžę susitvarkyti ir sėkmingai įgyvendinę šį sumanymą, vėliau galėsite rimtai atsidėti metų galo švarinimuisi. Neretai žmonės, įsitikinę, kad jiems nesiseka palaikyti švaros namuose, iš tiesų nemoka tvarkytis. O įvedę tvarką namuose mano klientai paprastai sako, kad dabar tiek daug nebesugaišta palaikydami švarą. Tiesą sakant, jiems net malonu rūpintis švara, nors anksčiau manė, kad to nesugeba.

Šventyklos švarinimas yra budistinio mokymo dalis, bet šventyklos tvarkymas – ne. Valydami erdvę mes galime ištuštinti galvą, nes dirba tik rankos, o tvarkantis reikia galvoti – ką išmesti, ką pasilaikyti ir kur padėti. **Galima sakyti, kad tvarkymas surikiuoja į vietas mintis, o švarinimasis jas nuskaidrina.** Tad jeigu norite iki Naujųjų metų turėti švarius namus, pradėkite nuo tvarkymosi maratono. Jeigu pirmiausia nesiimsite tvarkymosi, jūsų namai niekada nebus visai švarūs, kad ir kaip stengsitės.

Apsupę save daiktais,  
kurie kelia džiaugsmą,  
susikuriate namus ir gyvenimą,  
kupiną laimės.

---

Nauja pasaulinio bestselerio *Tvarkingų namų stebuklas* autorės Marie Kondo knyga *Džiaugsmu spindintys namai* – iliustruotas visuotinai pripažinto KonMari tvarkymosi metodo vadovas, mokantis rasti ir pasilikti jums mielus daiktus, išdidžiai dekoruoti jais savo namus ir gyventi džiaugsmo kupiną gyvenimą.

Knygoje patariama, kaip kambarys po kambario, spinta po spintos, stalčius po stalčiaus susitvarkyti namus; kaip surūšiuoti, sudėlioti ir laikyti pačius įvairiausius daiktus: nuo drabužių ir batų iki fotografijų, knygų, virtuvės įrankių, kosmetikos priemonių, vertingų ar širdžiai brangių smulkmenų.

*Džiaugsmu spindintys namai* ne tik moko kaip susikurti tvarkingus namus, bet ir padeda suprasti, kad ne jūs turite tarnauti namams, o jie turi būti pritaikyti jūsų poreikiams.

**Tai geriems pokyčiams namuose ir gyvenime įkvepianti knyga.**

