

מדריך במתנה



השיטה שניצחה את הבלאגן

המדריך המלא לניקוי אמיתי ועמוק בבית

בצעדים פשוטים וקלים מאוד ליישום

מאת שיר שמאי

סטודיו שמאי

[/https://switch24h.com](https://switch24h.com)



מבוא

תקשיבי, זה לא את! זה הבלאגן שיש לך בבית שמבלגן לך את הראש! זה החוסר הרמוניה בין הריהוט שאת אוהבת לבלאגן שיוצר לך את החוסר נחת הזה שאת מרגישה בחזה. זה עודף השפע שיש לך בבית שגורם לך להרגיש ריקנית.

תאמיני לי. אני הייתי שם.

הבאתי הביתה כל מה שראיתי ברחוב וחשבתי שאפשר לשדרג אבל בעצם זה נשאר לי כל כך הרבה זמן בגינה עד שהוא התרקב ולא היה סיכוי לטפל בו. גם אני אוהבת שווקים ואוהבת לקנות מלא פיצ'פקסים קטנים כאלה של חוויה ובפועל הם נשארים בתוך איזה ארון או במקרה גרוע יותר בשקית. גם אני כתבתי מליון מחברות מהילדות וגם אני אוהבת שיש לי הכל מהכל ובכמויות.

אבל האם הייתי צריכה את זה? לאוו דווקא.

בימים של היום שהכל אינסטנס, זמין כאן ועכשיו אנחנו עם אצבע קלה על העכבר וקל לנו לרכוש ולקבל את המשלוח ממש תוך כמה ימים מבלי שאפילו יצאנו מהבית, אבל מתי בפעם האחרונה שאלת את עצמך:

"האם מה שאני ארכוש עכשיו יעשה אותי שמחה יותר? מאושרת יותר? האם זה מוצר שבאמת נחוץ או שאפשר לוותר עליו כדי להשאיר מקום לחפץ שבטוח אצטרך?"

אני בטוחה שלא בדיוק שאלת את זה לפני שגיהצת את האשראי בפעם האחרונה אבל בדיוק בשביל זה הכנתי לך את המדריך הכל כך חשוב הזה שיגרום לך לחשוב פעמיים, שיגרום לך להיות כל כך מסופקת ומאושרת ממה שיש שלא בטוח שתרכשי בזמן הקרוב משהו..

אני יותר מאשמח לדעת אם הצלחתי לגרום לך לשינוי. גם אם הוא הכי קטן.
אני פה בשבילך.. ומחכה לשמוע ממך.
שיר.

שלב ראשון – הודיה



בואי נתחיל מזה שזה ממש לא מובן מאילו שיש לנו בית. אומנם זה כרגע ארבעה קירות אבל הם אלו ששומרים עלינו מפני גשמים, חום קיצוני, קור, יתושים ועוד. הוא גורם לנו להרגיש רצויות ומוגנות במיוחד בימים מאתגרים כמו התקופה האחרונה פה בישראל. הבית שלנו תמיד שם כדי לחבק אותנו, ומציע נחמה, ללא קשר לגסיבות. אנחנו רוצות לברך את הבית ולשדר לו שאנחנו מודות לו על ההגנה שהוא נותן לנו ושנחנו עומדים להתחיל בתהליך שלסידור.

משימה:



קחי רגע לבד על הרצפה או על הספה, תדליקי לך נר עם ריח שנעים לך, תשאפי אוויר ותמלאי את הריאות בנשימה מיטיבה. שימי ידיים ב"נמסטה" על החזה, ותוך כדי שאת עוצמת את העיניים תדמייני את החיים הטובים שיכולים להיות לך בבית הזה, ואם כבר יש לך זכרונות טובים ומתוקים תחשבי עליהם, תודי עליהם ותברכי אותו על זה שהבית שלך הוא מקום המפלט שלך ואת הולכת לטפל בו עכשיו אז שיעזור לך לעזור לו.



שלב שני - בגדים



כשתתחילי את השלב הראשון ייתכן ויהיה לך יותר בלאגן מאשר סדר אבל אל תשכחי את הסוף - הוא יהיה טוב... מסודר ומרגיע. כשאנחנו מסדרות את הקטגוריה הראשונה - **בגדים**, אנחנו קודם כל נרצה להבין את הכמויות ולכן אי אפשר יהיה למיין את הבגדים כשהם בתוך הארון ולבחור אותם רק מרפרוף של העין על הבגדים. כי רק כשעומדים פנים מול פנים עם כל מה שיש לכם מתחילים להבין מה נדרש לעשות.

משימה:

נשמי עמוק ותכיני ערימה על המיטה או בחדר אחר שיהיה לך נוח אחרי זה למיין את הבגדים. ערימת בגדים עם כל הבגדים שלך. אלה שבארון, שבמגירות, הבגדים שאולי תלית בכניסה לבית והנחת על הכיסא ואולי יש לך כאלה בבודים? אם כן תאספי את כולם כולל כולם ותכיני ערימה ענקית של כל הבגדים. שימי לב, לא צריך להכניס לערימה הזאת כרגע הלבשה תחתונה, תיקים, חגורות או חפצים אחרים - רק רק בגדים!



טיפים נוספים :



אחרי שעשית ערימה השלב הבא יהיה שניה להתבונן. להבין את הכמויות שיש לי, לחשוב על זה שלאחרים אין והאם את צריכה את כל הכמות הזאת ? האם זה הופך אותך לאישה מאושרת יותר ?

אחרי שאת מתבוננת ועונה לעצמך על אותם שאלות תתחילי לבחור מה נשאר ומה את הולכת לזרוק.

• העיניין הוא לבחור את הפריטים שעושים לך ריגוש בלב, שמשמחים אותך. את מכירה את ההרגשה הזאת שאת מחזיקה גור כלבים מתוק או שאת לובשת את הבגד האהוב עלייך ? אז ההרגשה החמימה הזאת בלב היא ההרגשה שאני רוצה שתהיה לך כשאת מחזיקה בגד שאת הולכת להשאיר לעצמך.

אם אין לך את ההרגשה הזאת תניחי בשקית לתרומה/לאשפה ולפני שאת זורקת אותו אל תוכו תהיי גם כלפיו בהודיה, על זה שהוא חימם אותך/עשה אותך יפה / היה לך נוח איתו ... ורק אז תניחי בעדינות בשקית.



שלב שלישי - ספרים ומסמכים



אחרי שסידרנו את הארונות ומיינו שלב אחר שלב את הבגדים, חגורות, הלבשה תחתונה, כובעים ותיקים, מצעים ומגבות הגיע הזמן לשלב הבא - ספרים ומסמכים.

ספרים הם השתקפות של מחשבותינו ושל הערכים שלנו. כשאנחנו מסדרים ומנקים את הספרים נוכל לראות איזה מידע הוא חשוב לנו כרגע.

משימה:

תאספי את כל הספרים שיש לך לערימה אחת (אחריך את אותו הדבר עם המסמכים שיש לך)

ואז כמו הבגדים גם עם הספרים לוקחים ספר ספר ביד ותשאלי את עצמך: "האם החזקת הספר הזה בבית היא חיונית לחיים העתידיים שלכם?"

אם לא לומר לו תודה ולהניח בצד בערמה לתרומה/אשפה
אם יש לכם ספק תתחילו בספר שאתם הכי אוהבים, זה שממש מרגש אתכם. תחזיקו אותו, תבינו את ההרגשה שהוא גורם לכם ואז תדעו איך זה מרגיש. ומה צריך להרגיש בדיוק בספרים שאנחנו הולכים להשאיר



שלב שלישי - ספרים ומסמכים



אחרי שמיינו את הספרים נעבור למסמכים. יכול להיות שיש לך פתקים מהתיכון ויש לכם סנטימטים כלפי ניירת, אולי דברים שכתבתם או איירתם ושמרתם אותם לנחמה והשראה. הם כמובן יהיו מסמכים שונים גם כמו תשלומים, דוחות, דפי השראה, או כל מה שהוא על נייר השיטה לשמירת ניירת בצורה מסודרת הוא לייעד לכך מקום מסודר בבית.

משימה:

הניירת שאתם מחליטים להשאיר צריכה להתחלק לשלוש קטגוריות:

1. ניירות בטיפול - ניירת אשר ממתינים שתטפלי בהם כמו מכתבים או חשבונות

2. מסמכים חשובים - ניירות שצריך לשמור תמיד! כמו למשל חוזים, ביטוחים ..

3. מסמכים שונים - ניירות שמסתכלים בהם לעיתים קרובות כמו מתכונים, ניירות מסמינר ראו קורס שעשיתם. העיניין הוא ניירות שתמצאו לחזור ולעיין בהם לעיתים קרובות.



שלב רביעי - שונות



השלב המאתגר מאוד הגיע.
השלב של כל המוצרים !! כולל כולם
כמו מוצרי חשמל, כל המטבח,
אקססוריז ועוד ..
למוצרי חשמל ולשאר הפריטים
הקטנים יש נטייה להתבלגן
לכן בשלב הזה כדאי שתכינו לכן
קופסאות איחסון ליצירת מחיצות
בקופסא עצמה או למגירה
המיועדת לאיחסון הפריטים.

המטרה היא לאחסן דברים כך
שניתן לראות הכל במבט אחד
מלמעלה.

משימה :

תתחילי במטבח, כמו שאני עשיתי.
תוציאי את כל הכוסות ותמייני לפי
השיטה שלימדתי אותך, אחרי זה
את הצלחות, הסירים, הסכום,
המזווה ואז כל השאר .. תעשי
ערימה של כל קטגוריה ואז תמייני
ותסדרי מחדש כך שייראו את
הפריטים במסודר ובאופן נגיש.

אם את רואה משהו שלא מתאים
לחיים העתידיים שלך, שלא צריך
להיות חלק מהעתיד שממתין לך -
תוציאי אותו ! הוא לא משרת אותך !
• אל תשכחי לבדוק תאריכי
תפוגה



שלב רביעי - שונות



אחרי זה תעברי ל -

- חדרי הרחצה.
- הארונות של החדרים
- המשחקים של הילדים
- אקססוריז
- תמונות
- מחסן
- כניסת / יציאה למרפסת
- מוצרי בעלי החיים
- ולבסוף כל מה שנשאר מעבר לזה.. (כמו אביזרים לחגים וכו)

לכל קטגוריה צריך שיהיה מקום מוגדר בבית ולא להתפזר עם מקומות האיחסון. כי זכרי אנחנו רוצות שחיינו יהיו קלים יותר לתחזוק ופרקטי למחיה ..

כמסדרים תמונות את חייבת להאמין ביכולת שלכם לדעת מה עושה לכם טוב בלב ומה לא.

תעברו אחת אחת ותמיינו לפי מה שעושה שמחה בלב ומה שלא, אם יש תמונות דומות אחת לשניה תשמרו את זאת שיותר מרגשת אתכם. אפשרות ראשונה לאיחסון בעזרת קופסאות לפי שנים או לפי המצולם וכמובן האפשרות השניה בתוך אלבום.

בעצם תזכירו לעצמך שאת יכולה ואת מסוגלת לעשות את זה !
אין לך עדין מושג עד כמה זה הולך להשפיע על חייך בדרך עמוקה יותר ממה שחשבת.



שלב חמישי – סנטימנטלי

השלב האחרון שיסכם לך את
התהליך המדהים הזה שהולך
לשנות את השגרה והחיים שלך ושל
בני משפחתך לנצח –

כל הפריטים הסנטימנטליים שלך
כמו מכתבי אהבה מהילדות, או
מבני משפחה שאולי כבר לא
בעולמנו, או מחברת שכתבת ואת
לא רוצה לזרוק וכו'.. כל אלה הם
הפריטים הסנטימנטליים שלנו
ואותם נמיין ונסדר רק בשלב
האחרון מסיבה מאוד ברורה!
אלה היו הדברים הכי קשים לנו
למסור או לזרוק ולכן אנחנו צריכות
לתרגל את המיון על שאר הפריטים
בבית ורק לבסוף על הדברים
הסנטימנטליים שלנו.

משימה:

תצרי ערימה אחרונה של כל
הפריטים שממש מרגשים אותך,
שסנטימנטליים עבורך ורק אז
תעברי עליהם פריט פריט, תראי אם
הוא עדין מרגש אותך, אם הערך
שלו אולי ירד מבחינתך כי אולי זה
מתנה מאדם שאת צריכה לנקות
מחייך? אם יש כאלה פריטים כדאי
שתעבירי אותם הלאה או תזרקי
אותם. גם כי הם תופסים לך מקום
בקופסא סנטימנטלית וגם לפעמים
זה משחרר מאיתנו את האנרגיות
של אותו בן אדם או מוצר.



כמה מילים אחרונות

את המדריך הזה כתבתי באהבה
ולאחר ניסיון אישי שלי בביתי
הפרטי כשעברתי שלב שלב יחד עם
מארי קונדו ממציאת השיטה
המעולה הזאת! אחרי שניסיתי
באמת אינספור שיטות מצאתי
שזאת השיטה המועילה והמיטיבה
ביותר.

אני מאחלת לך ניקיון וסידור פורה,
שתשחררי פריטים מעכבים ובעזרת
זה תמלאי את בעצמך בטוב ונחת.

אני יותר מאשמח אם תתייגי אותי או
תשתפי אותי האם הצלחתי לעזור
לך ולתרום עוד משהו חדש שלא
הכרת -



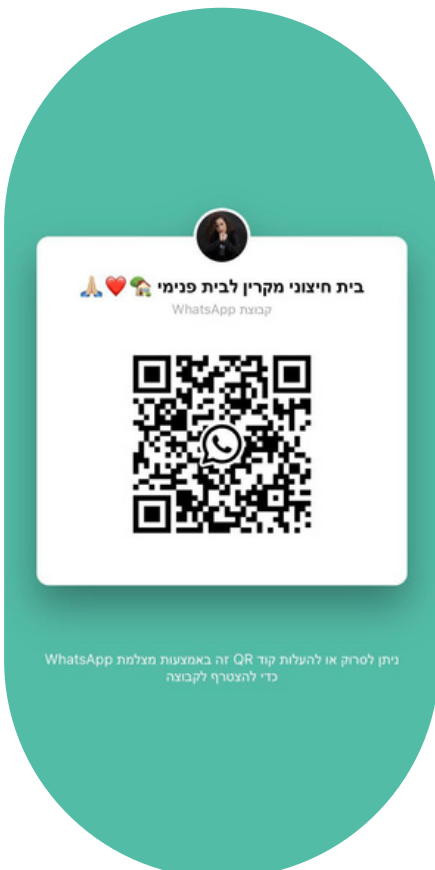
SHIR_SHAMAI

לעוד טיפים, עצות יישומיים תעקבי
אחרי ותצטרפי לקבוצת הוואטסאפ
השקטה שלי שבה אחלוק אתכם
תובנות שלי מפרויקטים עם
לקוחות, אתן לכם השראות וטיפים
יישומיים מעולים
והכי חשוב שמידי פעם תקבלו ממני
הנחות שוות למוצרים שישדרגו לכם
את הבית ואת החוויה הביתית

בהצלחה ענקית
שיר שמאי



studio shamai



מתפללת שתצרי
לעצמך את החיים
שתמיד חלמת
עליהם!



זה אפשרי
כאן ועכשיו!