

Ranger c'est retrouver le contrôle de sa vie



Avec les incertitudes de la vie, on a besoin de retrouver le contrôle de sa vie.

De maîtriser notre environnement pour minimiser les aléas, les incidents, les inattendus et leur lot de stress.

Une maison , un appartement, rangés, nous donne une vision claire des choses.

Avec le temps on accumulé des objets, en s'inventant des besoins imaginaires, des envies, des achats d'impulsion, se laissant "prendre la tête" par les médias et leurs publicités, alors qu'il fallait se concentrer sur l'art de l'essentiel: l'être au lieu du paraître.

1- Trier les objets par catégorie.

On a alors un panorama clair sur ce que l'on accumule.

A-t-on besoin de 4 tubes d'aspirine, 6 paires de chaussons, pantoufles, babouches, etc.

Quand on a un vieux pull dont on n'a pas envie de se séparer et qu'on le met à côté d'un pull plus neuf, alors ses bouloches, sa déformation , ses taches apparaissent.. bref, il est plus facile de le recycler sans regrets dans les

containers adéquats (gris à Paris)

2- Avoir très peu mais de beaux objets

Avoir très peu d'objets mais de beaux objets qu'on aime regarder..

3- Toucher, déplier, plier et remettre

Re-toucher ses objets. Les replier, sortir les vêtements du placard pour les regarder à la lumière, c'est un échange d'énergie. C'est le rangement qui transforme notre vie. (Les objets au fond d'un placard, d'une penderie, pompent notre énergie, au propre comme au figuré.)

Faire le maximum en un minimum de temps : un petit appartement est plus vite rangé qu'une grande maison.

4- Une méthode pour ranger

Voici la méthode pour ranger sans ennui, sans monotonie, sans fatigue : chaque fois qu'on se déplace dans son appartement, rapprocher l'objet du lieu où il va être rangé : par exemple on va de son lit à la salle de bains : on prend la veste qui traîne et on le rapproche de la penderie où on l'accrochera la prochaine fois ou on ouvrira la penderie. La photo qui traîne sera glissée dans un album : on la classera plus tard. La facture payée sera rapprochée du dossier pour être classée par la suite.

Si l'appartement est petit, mettre ses boîtes-archives à la cave. Enfin consulter le délai de garde des papiers administratifs : une fois le délai dépassé, recycler ces papiers dans la poubelle adéquate (jaune à Paris).

Sources : "*la magie du rangement*" par Marie Kondo

Source:

<https://www.nouvelhay.com/2015/10/ranger-cest-retrouver-le-contrôle-de-sa-vie/>