

Vicki Vrint

# ***El poder mágico del orden***

**Cómo cambiar tu vida ordenando  
todos tus trastos y liberando  
espacio en tu cabeza**



EDICIONES OBELISCO

Si este libro le ha interesado y desea que le mantengamos informado de nuestras publicaciones, escribanos indicándonos qué temas son de su interés (Astrología, Autoayuda, Ciencias Ocultas, Artes Marciales, Naturismo, Espiritualidad, Tradición...) y gustosamente le complaceremos.

Puede consultar nuestro catálogo en [www.edicionesobelisco.com](http://www.edicionesobelisco.com)

### **Colección Psicología**

EL PODER MÁGICO DEL ORDEN

*Vicki Vrint*

1.ª edición: septiembre de 2016

Título original: *Get your shit together*

Traducción: *Pilar Guerrero*

Corrección: *M.ª Jesús Rodríguez*

Maquetación: *Juan Bejarano*

Ilustraciones de Konstantyn Fedorov y Shutterstock

© 2016, Summersdale Publishers Ltd.

Publicado por acuerdo con IMC Agencia Literaria, España.

© 2016, Ediciones Obelisco, S. L.

(Reservados los derechos para la presente edición)

Edita: Ediciones Obelisco, S. L.

Collita, 23-25. Pol. Ind. Molí de la Bastida

08191 Rubí - Barcelona - España

Tel. 93 309 85 25 - Fax 93 309 85 23

E-mail: [info@edicionesobelisco.com](mailto:info@edicionesobelisco.com)

ISBN: 978-84-9111-139-9

Depósito Legal: B-17.062-2016

*Printed in Spain*

Impreso en España en los talleres de Gráficas 94, Hermanos Molina, S.L.

Polígono Industrial Can Casablanca

C/. Garrotxa, nave 5 - 08192 Sant Quirze del Vallès (Barcelona)

Reservados todos los derechos. Ninguna parte de esta publicación, incluido el diseño de la cubierta, puede ser reproducida, almacenada, transmitida o utilizada en manera alguna por ningún medio, ya sea electrónico, químico, mecánico, óptico, de grabación o electrográfico, sin el previo consentimiento por escrito del editor.

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, [www.cedro.org](http://www.cedro.org)) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

# ÍNDICE

---

Introducción ..... 5

## **PRIMERA PARTE: ORDENA TU ESPACIO ..... 8**

Deshacer el follón ..... 9

Ropa ..... 10

Bártulos de aseo y cosmética ..... 20

Papeleo ..... 31

Libros ..... 42

Suministros para los pasatiempos ..... 50

Comida y cosas de cocina ..... 58

Herramientas y equipación ..... 68

Desbarajuste familiar ..... 76

## **SEGUNDA PARTE: ORDENA TU VIDA ..... 87**

Objetivos ..... 88

Gestión del tiempo ..... 96

Trabaja, juega y duerme ..... 104

El dinero ..... 113

Estudios ..... 120

La carrera ..... 127

Salud y bienestar ..... 134

Amor y amistad ..... 144

Conclusión: Sigue con el buen trabajo hecho ..... 154

# INTRODUCCIÓN

---

Poner orden en el follón de tu vida la cambiará para siempre. Para empezar, tienes que poder llegar a ver el suelo de tu salón otra vez. Lo cierto es que se trata de organizar tu follonero estilo de vida, no sólo de ser capaz de encontrar las llaves del coche sin llamar al ejército de tierra. Imagínate relajado en un hogar sereno y ordenado, rodeado de las cosas que realmente quieres. Imagínate teniendo tiempo –y espacio, claro– para entregarte a tus aficiones (sin sentir que deberías estar haciendo otra cosa, por ejemplo). ¿No sería maravilloso?

Y una vez que has empezado con la organización material de lo que te rodea, resulta mucho más fácil poner orden en otras áreas de tu existencia... cosas que han sido importantes para ti durante años, como tu carrera, tus amistades o tus finanzas.

Poner orden y concierto es menos complicado de lo que te pueda parecer. Todo lo que necesitas es:

- 1 Librarte de los trastos que no necesitas ni te gustan.
- 2 Ordenar los trastos que sí necesitas y te gustan.
- 3 Pasártelo bien.

La verdad es que es muy fácil. Entonces ¿por qué a todos, la mera idea de poner orden nos parece intimidante? El primer error es creer que vamos a tener que deshacer el follón de una sola vez, con lo cual la tarea parece titánica. Tenemos que divi-

dir el proceso en segmentos manejables, como porciones de un pastel. La primera parte de este libro te enseñará a racionalizar tus pertenencias en una categoría concreta cada vez. Pronto verás tu casa libre del desbarajuste que ahora la caracteriza y te morirás de ganas de enseñarle al mundo tu organizado entorno nuevo.

Cuando hayas deshecho el follón de casa no te pares. Sigue con otros aspectos de tu vida menos materiales pero igualmente embrollados: actualiza tu CV, encuentra tiempo para hacer un cursillo de cocina, ponte a dieta o arregla aquello en lo que reine el desconcierto.

Los pasos son exactamente los mismos: desembrollar, organizar y disfrutar. En la segunda parte del libro nos centraremos en esas otras áreas, con un montón de ideas que te aseguren que estás haciendo todo lo que puedes para disfrutar de tu recién descubierto tiempo libre.

¿A qué esperas? ¡Organiza tu caos!

“ EN EL ORDEN  
SE HALLA LA  
SIMPLICIDAD.  
DESDE EL  
DESCONCIERTO  
SE LLEGA A LA  
ARMONÍA ”.

ALBERT EINSTEIN

## PRIMERA PARTE

# ORDENA TU ESPACIO

El primer paso para conseguir una nueva vida racionalizada y reluciente consiste en deshacer el follón que te rodea. Clasifica los trastos que tienes en casa por categorías, uno por uno y, no sólo obtendrás resultados inmediatos, sino que te sentirás inspirado para seguir con la tarea. Antes de que te des cuenta estarás viviendo en un entorno sereno y ordenado que te hará sentir lleno de energía. Así que empieza a leer y da el primer paso de tu nueva vida libre de follones.

# DESHACER EL FOLLÓN

---

Conforme vayas deshaciendo el lío en el que habitas usualmente, te encontrarás a ti mismo, inevitablemente, en todas las bolsas y cajas que ya no necesitas. ¿Qué se hace con todo eso?



**Familia y amigos:** ¿Alguien quiere un spa para pies?



**eBay:** Véndelo en menos que canta un gallo.



**Compra-venta local:** Una forma de sacarte unos euros sin gastos de ningún tipo porque el que compra vive cerca y se acerca a recoger.



**Webs de reciclaje:** Si lo regalas, verás que hay gente capaz de venir a tu casa desde el quinto pino, con tal de llevarse el trasto por la cara.



**Mercadillos:** Entérate de qué mercadillo puede ser el mejor para deshacerte del trasto.



**Tiendas de segunda mano y de caridad:** Libros, ropa, lo que sea..., estas tiendas suelen quitarte las cosas de las manos.



# ROPA

---

Mira que es fácil comprar prendas y más prendas que vamos acumulando con los años y que, sorprendentemente, nos cuesta mucho tirar aunque no nos las pongamos. A veces es por razones sentimentales, a veces es porque creemos que volveremos a caber en ellas algún día, la cuestión es que muchos sufrimos de un excedente brutal de ropa que revienta nuestros armarios.

¡Pero no pasa nada! ¿Quién dijo miedo? En cuanto te pongas a clasificar camisetas y pantalones, a ver lo que está pasado de moda y a poner orden en el caos, te sentirás liberado y aliviado –y, además, encontrarás con rapidez las prendas de moda que realmente te gustan y te pones.



## EMPECEMOS

Antes de empezar a llenar bolsas de basura para llevarlas a los centros solidarios o a la tienda de segunda mano, aquí te sugerimos unas cuantas preguntas que te ayudarán a distinguir entre las prendas «perennes» y las prendas «fuera de combate».

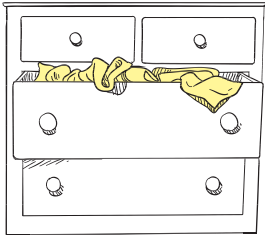
- 1 ¿Me gusta?
- 2 ¿Quepo dentro?
- 3 ¿Proyecta la imagen que quiero dar de mí?
- 4 ¿Pica o rasca?
- 5 ¿Estoy realmente cómodo con esto?

Para mucha gente, la pregunta 3 es la más relevante. Incluso cuando te gusta muchísimo una prenda, ¿quieres que la gente te vea con eso puesto? Si te cuesta la vida ser un crítico objetivo, busca un amigo de confianza que pueda decirte claramente cuándo la estás cagando. Tu espacio de almacenamiento es limitado, así que no tiene sentido ocupar sitio con ropa que no te puedes poner o que no te vuelve loco.

## EL DRAMA DE LOS CAJONES

Cuando te hayas deshecho de todas esas prendas que nunca más te vas a poner, será hora de revolucionar tus hábitos de almacenamiento. Veamos: todos tendemos, automáticamente, a guardar la ropa en pilas; lo malo es que, cuando queremos encontrar lo que está en mejor estado o mantiene un color más blanco, vamos sacando una prenda y otra, de modo que la pila se convierte en un montonazo de ropa revuelta y la mejor pieza se suele ir al fondo y ya no la volvemos a ver hasta el día que decidimos ordenar el montón y doblar la ropa para volver a hacer la pila bien hecha.

Pero, si hacemos rollitos con toda la ropa interior y metemos los rollitos en los cajones, ordenadamente, veremos todas las prendas de un solo vistazo, además del gozo que nos producirá abrir un cajón y encontrarnos con un arcoíris de camisetas, bragas y calzoncillos a nuestra disposición, cada día.



CONVIERTE ESTO...



...¡EN ESTO OTRO!