

Эксперимент: на 365 вещей меньше

2017-02-21 - Анастасия Петрова - 0Комментариев - в Доброновости

Сегодня утка Убу расскажет вам об интересном эксперименте Анны Черных - автора журнала "Может быть по-другому". Она уже несколько лет привлекает внимание к проблемам перепотребления и вещизма. Одной из ее идей было создание собственной инициативы, в которой Анна заявила, что будет каждый день избавляться как минимум от одной вещи из дома в течение целого года. О том, как проходил эксперимент, она показывала и рассказывала в своем блоге. Эксперимент Анны Черных успешно закончен. Однако у нее появились последователи, желающие провести такую глобальную ревизию и в своих домах.



Что касается Анны Черных, она может похвастаться следующими результатами:

2854 вещи покинули мой дом за этот год. Когда я начинала, я обещала избавляться от одной вещи в день. Каждую неделю я показывала по 7 фотографий, но иногда на фотографиях была не одна вещь, а целая сумка или мешок, или пирамида из банок. Параллельно я вела подсчет каждой ерунды поштучно, эта цифра сложилась и из содержимого фотографий, и из тех вещей, которые не попали в проект.

27 способов избавиться от вещей.

75 человек лично, через знакомых или по почте получили от меня вещи

73800 рублей вернулись за проданные вещи

15 минут уходит на наведение порядка в квартире

Сотни людей писали, что переосмыслили своё отношение к вещам благодаря этому проекту.

За целый год расхламления Анна сделала следующие выводы:

365 это немного. Читатели волновались: а найдётся ли у тебя столько вещей? а что ты будешь делать, если ненужные вещи кончатся раньше? неужели у тебя так много вещей? И это про 365, а не про 2854, которые получились в итоге. Мне важно было показать, что у нас у всех чертовски много вещей, не только у меня. Мелочей, бумаг, украшений, посуды, одежды, бытовых штучек, мебели, книг, запасных полотенец и бутылочек в ванной. Я выбираю сокращать это количество и дальше.

Избавляться не страшно. У многих работодателей есть такое правило: «Если захотелось уволить — увольнять сразу». Иногда интуиция подсказывает нам правильные решения задолго до того, как они подкрепляются причинами и фактами. Расслышать слабый внутренний голос и «уволить» из дома вещь безо всякой причины, не всегда просто. Но если однажды поверить этому голосу, скоро он станет уверенным, полновзвучным, а опустевший дом обеспечит отличную акустику.

Не важно, как избавляться. В начале проекта я настаивала на том, чтобы не выбрасывать вещи, которые ещё можно отдать с пользой для дела. Пожалуй, я по-прежнему так считаю, только если раньше я думала, что муторно пристраивать вещи — повинность для тех, кто не разборчив в потреблении, сейчас я смотрю на это проще. Если обесцениваешь и выбрасываешь, то лучше запоминается, что заново эту ерунду приобретать не надо.

Нет встречам ради вещей. Стала избегать ситуаций, в которых надо встречаться лично, чтобы отдать вещь. Исключение — покупатели с досок объявлений.

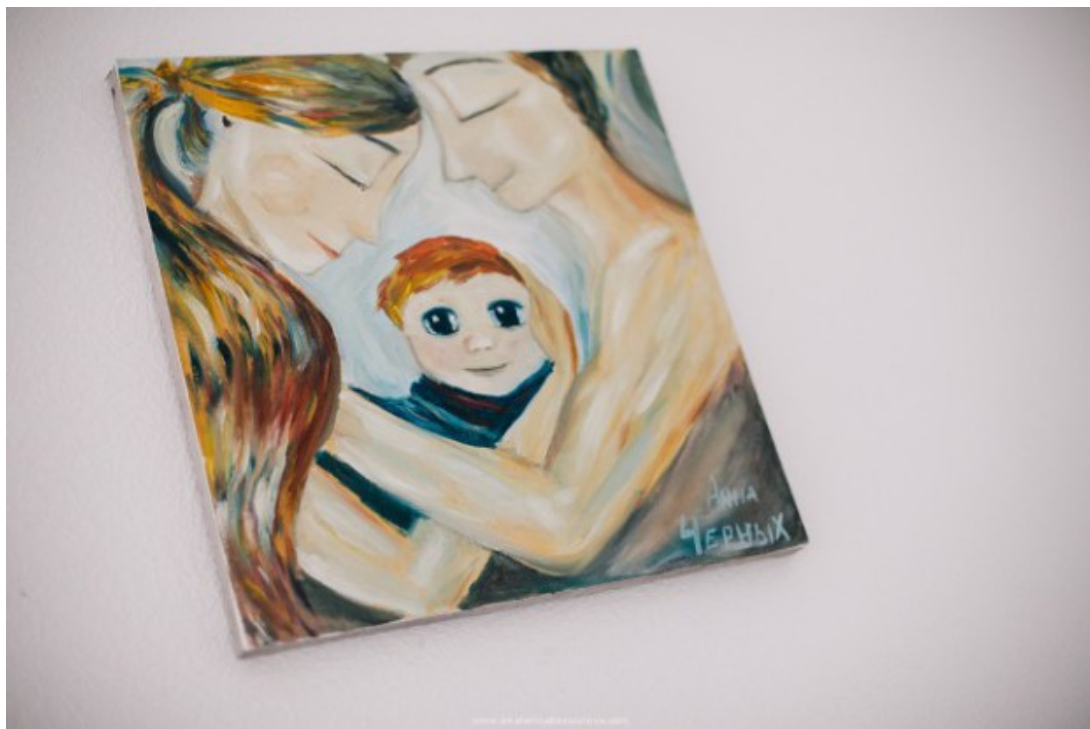
Решать судьбу своих вещей самостоятельно. Всегда будут те, кто лучше знает, как мне распоряжаться моими вещами. Спасибо за мнение, но я уже выбросила.

Уважать решения других людей. Я больше не вздыхаю, сколько же у людей барахла. В гостях, на даче, у родственников – даже не замечаю лишнего. Точно знаю, что это не мои вещи, не моё дело и не моя работа. Почитайте, что делать, если близкие не поддерживают вашу тягу к минимализму.

Ненужные подарки больше не проблема. У моих знакомых в одностороннем порядке сложилось ложное представление о моих идеях. И тревога, что любой их подарок я выставлю в проекте. Рядом со мной теперь оправдываются за свои покупки, всегда извиняясь, мол, мы знаем, что ты об этом думаешь. А я не думаю, и уж точно не осуждаю чужих привычек. Ведь это просто вещи. Но очевидный плюс — мне перестали дарить ненужные подарки.

Уважать свои потребности. Желание покупать стало редким, но каждый раз это сигнал уделить внимание себе, позаботиться, разобраться, что за дискомфорт я испытываю.

Не захламлять нематериальное. За этот год я стала намного избирательнее в общении, ограничила присутствие в соц.сетях, регулярно чищу компьютер и списки подписок, не беру в голову чужих проблем и не кидаюсь их решать, не дочитываю скучных и плохо написанных книг, не довожу до конца дела, которые можно вообще не делать, отказываюсь от сомнительных предложений.



Информацию о проекте Анны Черных мы нашли в ее блоге ro-drugomu.co.

Нас очень вдохновила данная история о том, как изменение внешнего мира вокруг человека повлияло в конечном итоге на духовный рост его личности. О том, как энергия, затрачиваемая на обслуживание материального в своей жизни трансформировалась в энергию обогащения нематериального мира человека. Современные люди в бесконечном потоке наводняют магазины, скупая всевозможные товары, тем самым лишь стимулируют производство ненужных вещей.

Подумать только - мы добровольно становимся рабами собственных вещей! Столько ли нам нужно, сколько мы имеем? Столько ли необходимо, сколько храним в своих шкафах, гаражах и на балконах? Давайте зарядимся замечательным настроением очищения своих домов, квартир и избавимся, наконец, от целой кучи ненужных нам вещей, которые могут пригодиться другим! А уточка Убу вам в этом поможет...