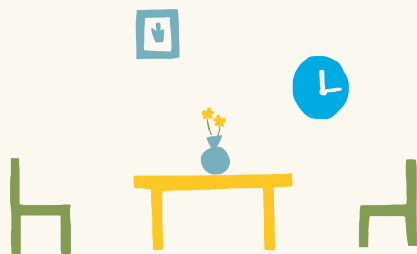


# ŽIVOTNÍ ÚKLID



Do hrobu si ten nepořádek  
přeci nevezmete

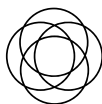


MARGARETA  
MAGNUSSONOVÁ

# Životní úklid

**Do hrobu si ten nepořádek  
přeci nevezmete**

*Margareta Magnussonová*



Alferia®

Mým pěti dětem

„Úklid vašeho domu, pokud se do něj pustíte, je jednou z nejvíce uklidňujících činností, jejíž výhody ani nelze spočítat.“

*Leonard Cohen*

**Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy**

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude **trestně stíháno**.

## **Margareta Magnussonová** **Životní úklid**

**Do hrobu si ten nepořádek  
přeci nevezmete**

Přeloženo z anglického originálu *The Gentle Art of Swedish Death Cleaning: How to Free Yourself and Your Family from a Lifetime of Clutter*.  
All rights reserved.

*Přeložila:* Jana Ejemová

*Ilustrace:* Margareta Magnussonová

*Obálka:* Thomas Colligan

*Sazba a grafická úprava:* Jakub Sýkora

*Jazyková redakce:* Ivana Šelešovská

*Odpovědná redaktorka:* Lenka Kubelová

*Počet stran:* 144

První vydání, Praha 2018

*Vydala:* GRADA Publishing, a.s.

pod značkou Alferia

U Průhonu 22, Praha 7

jako svou 6856. publikaci

*Vytiskly:* Tiskárny Havlíčkův Brod, a.s.

---

Czech edition © GRADA Publishing, a.s., 2018

© Margareta Magnusson, 2017

ISBN 978-80-247-3678-5 (ePub)

ISBN 978-80-247-3673-0 (pdf)

ISBN 978-80-271-0877-0 (print)

# Obsah

|   |    |
|---|----|
| Předmluva . . . . .   | 9  |
| Životní úklid není smutný . . . . .   | 10 |
| Proč píšu tuto knihu . . . . .  | 15 |
| Drahocenný čas a pomoc rodičům . . . . .  | 17 |
| Jak začít . . . . .   | 21 |
| Co si nechat a co ne . . . . .  | 24 |
| Třídít a vytřídít . . . . .   | 25 |
| Další organizování . . . . .  | 29 |
| Není legrace hrát „samá voda, přihořívá, hoří!“,<br>když vlastně ani nevíte, kam jste to schovali . . . | 31 |
| Velmi dobrý přístup . . . . .   | 35 |
| Šťastlivci . . . . .  | 38 |
| Můj životní úklid. . . . .  | 41 |
| Váš vlastní životní úklid . . . . .   | 44 |
| Jak probrat téma životního úklidu . . . . .   | 46 |
| Počítejte pouze šťastné chvíle . . . . .  | 50 |
| Malý člun . . . . .   | 52 |
| Nezapomínejte na sebe . . . . .   | 56 |
| Stěhování se do menšího prostoru . . . . .  | 59 |
| Plánování vašeho nového prostoru. . . . .   | 61 |
| Domov . . . . .   | 63 |
| Několik postřehů o hromadění a dalších věcech . .   | 65 |
| - Věci . . . . .  | 66 |
| - Oblečení . . . . .  | 68 |
| - Knihy . . . . .   | 72 |

|  |     |
|--|-----|
| Kuchyň . . . . .   | 75  |
| – Kuchařky a rodinné recepty . . . . .   | 78  |
| Věci, samé věci, hromada věcí . . . . .  | 85  |
| Mělo-li to být tajemství, nechtě to tak zůstane<br>(neboli jak naložit se schovanými, nebezpečnými<br>a tajnými věcmi) . . . . . | 87  |
| Nechtěné dárky . . . . .   | 93  |
| Sbírky, sběratelé a shromažďovači . . . . .  | 95  |
| Na zahradě . . . . .   | 99  |
| Domácí mazlíčci . . . . .  | 102 |
| Konečně: fotografie . . . . .  | 110 |
| Věci, kterých se nedokážete zbavit . . . . .   | 115 |
| Krabice „na vyhození“ . . . . .  | 117 |
| Korespondence a komunikace . . . . .   | 119 |
| Písemnosti . . . . .   | 122 |
| Moje černá knížečka . . . . .  | 124 |
| Životní úklid je důležitý pro vás stejně jako pro ty,<br>kteří přijdou po vás (ale pro vás víc!) . . . . .                       | 127 |
| Příběh lidského života . . . . .   | 131 |
| Po smrti . . . . .   | 133 |
| Poděkování . . . . .   | 135 |
| O autorce . . . . .  | 136 |





## Předmluva

Jediná věc, kterou víme s jistotou, je to, že jednoho dne zemřeme. Předtím ale můžeme vyzkoušet téměř všechno.

Tuto knížku vám pravděpodobně dalo jedno z vašich dětí a nebo někdo, kdo je ve stejné situaci jako vy nebo já. Možná jste si jeden výtisk vybrali sami, protože vám zrovna padl do noty. Má to svůj důvod. Za svůj život jste nashromáždili tolik báječných věcí – věcí, které ani vaše rodina, ani vaši přátelé nedokážou ocenit či o ně pečovat.

Dovolte, abych vám pomohla k tomu, že na vás vaši blízcí budou vzpomínat s láskou, a ne se vztekem.

M. M.

## Životní úklid není smutný

Uklízím před smrtí, švédsky tomu říkáme *döstädning*. *Dö* znamená smrt a *städning* uklízení. Ve švédštině je to termín, který vyjadřuje zbavovat se nepotřebných věcí a zkrášlovat a uklízet domov, když se začnete domnívat, že se přiblížil čas vašeho odchodu z tohoto světa.

Je to tak důležité, že vám o tom musím povědět. Možná vám můžu dát i několik tipů, jelikož tohle je opravdu něco, s čím se budeme muset dříve či později vypořádat. Skutečně je to nutné, pokud chceme našim blízkým ušetřit drahocenný čas, až tady už nebudeme.

Co to je ten životní úklid? Pro mě to znamená, že proberu všechny své věci a rozhodnu se, jak se zbavím těch, které už nechci. Jen se kolem sebe rozhlédněte. Mnohé z těch věcí jsou tam tak dlouho, že je už ani nevidíte nebo je vůbec nedokážete ocenit.

Domnívám se, že termín *döstädning* je relativně nový, ale *döstädning* jako takový rozhodně ne. Jedná se o slovo, které se používá, když vy nebo kdokoliv jiný provádí pečlivý a důkladný úklid a zbavuje se věcí, aby si usnadnil život a odlehčil si. Nemusí to nutně souviset s vaším věkem nebo se smrtí, ale často to tak je. Někdy si prostě uvědomíte, že už jen stěží zavřete zásuvky nebo dveře od skříně. A pokud k tomu dojde, rozhodně nastal čas s tím něco udělat, byť by vám bylo třeba jen přes třicet. I tomuto úklidu můžete říkat *döstädning*, přestože můžete být smrti na hony vzdáleni.

Myslím si, že ženy vykonávaly životní úklid odjakživa, nicméně ženská práce nebývá často středem pozornosti a měla by být oceňována mnohem víc. Co se týče velkých životních úklidů, ženy z mojí generace i ty starší než já většinou vyklízejí po svém manželovi a pak ještě uklízejí svůj domov před tím, než zemřou ony samy. Zatímco se obvykle říká: „Uklid si *po* sobě“, tady se musíme vypořádat s podivnou situací uklízení *před* sebou... před tím, než umřeme.

Někteří lidé se nedokážou se smrtí vyrovnat. A tito lidé po sobě zanechávají nepořádek. Snad si nemysleli, že jsou nesmrtelní?

Mnohé dospělé děti nechtějí se svými rodiči mluvit o smrti. Neměly by se toho však bát. My všichni bychom měli o smrti mluvit. Pokud je příliš obtížné o tom začít rozhovor, můžete využít téma životního úklidu, abyste se toho chopili citlivěji.

Jednou jsem jednomu ze svých synů řekla, že dělám životní úklid a že o tom píšu knihu. Zajímalo ho, zda to bude smutná kniha a jestli mě její psaní rozesmutnilo.

Ne, ne, odpověděla jsem mu. Není to vůbec smutné. Ani ten úklid, ani psaní knihy.

Někdy je mi trochu nepříjemné, že nedokážu docenit věci, kterých se chci zbavit. Některé z nich mi dobře posloužily. Proto jsem dospěla k závěru, že se vyplatí strávit s těmi předměty ještě nějaký čas před tím, než je vyhodím. Každý z nich má svou historii a vzpomínky často přinášejí radost. Když jsem byla mladší, nikdy jsem si nenašla čas na to, sednout si a přemýšlet o tom, jakou roli má ten předmět v mém životě či odkud vlastně je a nebo kdy a jak jsem k němu přišla. Rozdíl mezi životním úklidem a obyčejným velkým úklidem tkví v množství času, který to zabere. Životní úklid nespočívá v utírání prachu a čištění, nýbrž v trvalém způsobu organizace, která zaručí hladký průběh vašeho každodenního života.

Teď, když už neběhám po Stockholmu a neužívám si všeho, co může velkoměsto člověku nabídnout, mám čas na to, abych si užívala toho, co nabízí můj byt, který je odrazem mého života.

Svět je místo plné stresu. Záplavy, sopečné erupce, zemětřesení, požáry a války jdou za sebou jako na běžícím pásu. Z poslouchání zpráv nebo čtení novin mívám depresi. Kdybych všechnu tu negativitu světa

nemohla vyvažovat dobrými přáteli, zážitky v přírodě, hudbou, krásnými věcmi nebo jen tím, že si užiji něčeho tak prostého, jako je slunečný den (což může být v našem severním podnebném pásu dost ojedinělé), nejspíš bych se zhroutila.

Nic smutného bych nikdy ani psát nechtěla; smutku je kolem nás dost i tak. Proto doufám, že následující slova a myšlenky vám budou připadat užitečné a zábavné, občas snad i humorné.

Vykonat svůj vlastní životní úklid může být opravdu velmi náročné. Možná že se musíte z nějakého důvodu přestěhovat do menšího bytu, třeba jste zůstali bez partnera nebo se musíte přestěhovat do domova důchodců. Tyto situace v nějaké míře posti-hují většinu z nás.

Projít všechny věci, které nám patří, vzpomínat na to, kdy jsme je používali naposledy, a snad se i rozloučit s některými z nich je pro většinu z nás velmi těžké. Lidé mají spíš sklon k hromadění, než aby něco vyhazovali.

Už tolikrát jsem vyklízela pozůstalost po jiných, že by mě musela hanba fackovat, kdyby měl někdo jiný dělat životní úklid za mě.

Když někdo umře, je to chaotické samo o sobě, to vám říkám na rovinu. Zním spoustu smutných příběhů o sourozencích, kteří se začnou hádat, protože si chtějí vzít stejnou věc. Tato situace vůbec nemusí nastat. Můžeme věci dopředu plánovat a takovým nepřijemným okamžikům se vyhnout.

Měla jsem například krásný náramek, který kdysi dávno dal můj tatínek mé mamince. Maminka mi ho ve své poslední vůli odkázala. Nejjednodušším způsobem, jak zabránit budoucím tahanicím mých dětí, bylo prodat ho! Jsem přesvědčená o tom, že to byl velmi dobrý nápad.

Když jsem o něco později prodej náramku s dětmi probírala, s mým rozhodnutím souhlasily. Každé z nich dostalo něco, co patřilo mým rodičům. A koneckonců ten náramek byl můj a mohla jsem si s ním dělat, co jsem uznala za vhodné. Trávit vzácný čas diskuzí nad náramkem s mými pěti dětmi se zdá být pošetilé. Životní úklid je o tom, že si takový čas najdete.



## Proč píšu tuto knihu

Právě teď mi je něco mezi osmdesáti a sto lety. Vyprávět vám o svých zkušenostech považuji za odpovědnost svého stáří, protože věřím, že filozofie životního úklidu je natolik důležitá, že bychom ji měli znát všichni. Nezáleží na tom, zda stárnou vaši rodiče, vaši přátelé nebo vaše rodina, nebo zda už nastal čas, abyste začali se svým vlastním životním úklidem.

Stěhovala jsem se sedmnáctkrát v rámci své vlastní země i zahraničí, takže bych měla vědět, o čem mluvím v souvislosti s rozhodováním, co si nechat a co vyhodit, ať už opouštíte dům, zemi, nebo tento svět!

Ačkoli to vypadá, že životní úklid většinou vykonávají ženy, jelikož zpravidla žijí déle než jejich manželé či partneři, někdy, jako tomu bylo i v rodině, v níž jsem vyrostla já, zůstane jako první sám muž.

Když žijete dlouhé roky v domácnosti, kde se pohybují děti, dospělí, příbuzní a hosté a všichni jsou

tam vítáni, pak jste příliš zaneprázdnění a nemáte čas myslet na to, že byste měli zredukovat množství věcí ve svém domově.

A tak počet předmětů doma v průběhu let rychle narůstá. Najednou se situace začne vymykat kontrole a tíha všech těch věcí může působit únavně.

Vaše vyčerpanost se může projevit zcela nečekaně. Když vám někdo odřekne víkendovou návštěvu nebo večeri a vám se spíš uleví, než aby vám to bylo líto, znamená to, že jste příliš unaveni na to, abyste před plánovanou návštěvou uklidili. Problém je v tom, že máte na uklízení příliš mnoho věcí. Je na čase, abyste změnili svůj způsob života, nikdy není pozdě!



## **Drahocenný čas a pomoc rodičům**

Dnes je všechno samozřejmě úplně jiné, než když jsem byla mladá. Neříkám tím, že lepší. Dnešní doba je především velmi rychlá. Mnohé mladé rodiny si musejí naplánovat život až do nejmenšího detailu, aby měly čas na to, co je pro ně nejdůležitější.

Rozhodně nepočítejte s tím, že by si někdo chtěl – nebo mohl – vyčlenit čas na to, čím jste se nedokázali obtěžovat ani vy sami. Ať vás mají rádi sebevíc, takové břímě na ně nenakládejte.

Poprvé jsem absolvovala tento druh úklidu, když jsem musela po mamčině smrti vyklidit byt svých rodičů. Moji rodiče byli manželé šestačtyřicet let a můj tatínek nebyl schopen se sám o všechno postarat, když se měl stěhovat do menšího bytu. Vybrali jsme spolu nábytek, prádlo, potřeby do domácnosti, drobnosti a obrazy, které měly jeho nový domov zkrášlit a zpříjemnit.

Moje maminka byla velice pořádkumilovná, moudrá realista. Už nějakou dobu byla nemocná a já se domnívám, že tušila, že jí už nezbývá moc času, a proto začala plánovat, co bude potřeba udělat po její smrti.

Když jsem začala s vyklízením jejich domova, nacházela jsem vzkazy připnuté na oblečení a na spoustě dalších věcí: krátké, rukou psané instrukce, jak se s čím má naložit. Některé balíky byly určeny na charitu, některé knihy se měly vrátit jejich původním majitelům. Starý jezdecký oblek darujte Historickému muzeu, stálo na lístečku připevněném špendlíkem na jedné z klop saka. Bylo tam rovněž jméno osoby, kterou jsem v muzeu měla kontaktovat.

I když tyto stručné instrukce nebyly určeny výslovně mně, přinášely mi jakousi útěchu. Cítila jsem, že maminka je tu se mnou. Zvládla udělat pořádný kus svého životního úklidu. Byla jsem jí za to vděčná. Ukázalo se, že toto byl pro mě velice dobrý příklad, jak převzít odpovědnost za svoje věci a usnadnit úklid svým blízkým poté, co zemře.

V té době bylo mých pět dětí ve věku od jednoho roku do jedenácti let, takže jsem byla v jednom kole. Jelikož jsem měla málo času, rozhodli jsme se při vyklízení domu pro spolupráci s licitátorem, abychom prodali všechno, co tatínek už nechtěl nebo co už v novém, menším domově nepotřeboval. Licitátor může znít jako cosi drahého a exkluzivního, ale ve