

Nghệ thuật

bài trí

của người

Nhật

Phép màu thay đổi cuộc sống

Marie **Kondo**

Thanh Minh dịch

Sách bán chạy
trên Amazon
2014, 2015.
Hơn 3 triệu bản
đã được bán



NHÀ XUẤT BẢN
LAO ĐỘNG



THAIBOOKS
Phụng sự để dẫn đầu

Nhà xuất bản Lao động

175 Giảng Võ - Đống Đa - Hà Nội

Tel: (024) 3851 5380

Fax: (024) 3851 5381

Website: www.nxblaodong.com.vn

Công ty Cổ phần Sách Thái Hà

119 C5 Tô Hiệu - Cầu Giấy - Hà Nội

Tel: (024) 3793 0480

Fax: (024) 6287 3238

Website: www.thaihabooks.com

Chịu trách nhiệm xuất bản:

Giám đốc - Tổng biên tập Võ Thị Kim Thanh

Biên tập: Mai Thị Thanh Hằng

Sửa bản in: Bùi Thu Hà

Trình bày: Đàm Oanh

Thiết kế bìa: Cẩm Châu

JJINSEI GA TOKIMEKU KATAZUKE NO MAHO by Marie Kondo.

Copyright© 2011 by Marie Kondo.

Original Japanese edition published by Sunmark Publishing, Inc., Tokyo,

Vietnamese/English translation rights arranged with Sunmark Publishing, Inc., through InterRights, Inc., Tokyo, Japan and Waterside Productions Inc., CA, USA.

Bản quyền tiếng Việt © 2016, 2017, 2018 Công ty Cổ phần Sách Thái Hà

Cuốn sách được xuất bản theo hợp đồng bản quyền giữa Sunmark Publishing, Inc., và Công ty Cổ phần Sách Thái Hà thông qua Waterside Productions Inc., CA, USA.

Cuốn sách được xuất bản với sự hỗ trợ hợp tác của Sách điện tử Alezaa.

Không phần nào trong cuốn sách này được sao chép hoặc chuyển sang bất cứ dạng thức hoặc phương tiện nào, dù là điện tử, in ấn, ghi âm hay bất cứ hệ thống phục hồi và lưu trữ thông tin nào nếu không có sự cho phép bằng văn bản của Công ty Cổ phần Sách Thái Hà.

Biên mục trên xuất bản phẩm của Thư viện Quốc gia Việt Nam

Marie Kondo

Nghệ thuật bài trí của người Nhật - Phép màu thay đổi cuộc sống / Marie Kondo ; Thanh Minh dịch. - Tái bản lần 8. - H. : Lao động ; Công ty Sách Thái Hà, 2018. - 262tr. ; 21cm. - (Tủ sách V - Smile)

Tên sách tiếng Anh: The life - changing magic of tidying up : The Japanese art of decluttering and organizing

ISBN 9786045996669

1. Nghệ thuật bài trí 2. Gia đình 3. Nhật Bản

648 - dc23

LDF0092p-CIP

In 3.000 cuốn, khổ 13 x 20,5 cm tại Công ty CP In và dịch vụ Thương mại Phúc An, địa chỉ: Lô B2-2-6, khu CN Thăng Long, P. Liên Mạc, Q. Bắc Từ Liêm, TP. Hà Nội. Số đăng ký KHXB: 945-2018/CXBIPH/36-48/LĐ. Quyết định xuất bản số: 306/QĐ-NXBLĐ cấp ngày 13/4/2018. In xong và nộp lưu chiểu năm 2018.

Nghe thuật

bài trí

của người

Nhật

Phép màu thay đổi cuộc sống

Marie **Kondo**

Thanh Minh dịch

Tái bản lần 8

Mục lục

Lời nói đầu / 7

1

—

Tại sao tôi không thể giữ nhà cửa gọn gàng, ngăn nắp? / 17

2

—

Đầu tiên, hãy biết từ bỏ / 47

3

—

Dọn dẹp bằng cách phân loại / 85

4

—

Cất giữ đồ vật ngăn nắp khiến cuộc sống trở nên thú vị / 167

5

—

Tác dụng của việc dọn dẹp: khiến cuộc sống biến chuyển diệu kì / 221

Lời nói đầu

Bạn đã từng dọn nhà đến phát điên, chỉ để nhận ra rằng chẳng bao lâu sau ngôi nhà hoặc nơi làm việc của mình lại bừa bộn như cũ? Nếu đúng như vậy, hãy để tôi chia sẻ với bạn bí quyết để chấm dứt việc đó. Trong cuốn sách này, tôi trình bày cách dọn dẹp không gian theo một cách sẽ vĩnh viễn thay đổi cuộc sống của bạn. Bạn nghĩ điều này là không thể? Đó là phản ứng thông thường của mọi người và không có gì ngạc nhiên, nếu xét đến chuyện hầu hết mọi người đều từng trải qua “hiệu ứng phục hồi nguyên trạng” ít nhất một lần, nếu không nói là nhiều lần, sau khi dọn nhà.

Phương pháp KonMari là một cách đơn giản, thông minh và hiệu quả để vĩnh viễn xóa bỏ sự bừa bộn. Hãy bắt đầu bằng việc loại bỏ. Sau đó sắp xếp không gian của bạn, kỹ càng, hoàn chỉnh, trong một lần. Nếu chấp nhận chiến lược này, bạn sẽ không bao giờ phải trở lại tình trạng bừa bộn nữa.

Mặc dù cách tiếp cận này đi ngược lại với hiểu biết thông thường, tất cả những người từng áp dụng Phương pháp KonMari đều thành công trong việc giữ cho ngôi nhà của mình ngăn nắp. Việc sắp xếp nhà cửa có tác động đến tất cả những phương diện khác của cuộc sống – trong đó có công việc và gia đình. Với việc dành tới hơn 80% thời gian trong cuộc đời cho chủ đề này, tôi biết việc dọn dẹp nhà cửa cũng có thể thay đổi cuộc sống của bạn.

Chuyện này nghe có quá ảo tưởng không? Nếu bạn nghĩ rằng dọn nhà chỉ là bỏ đi một thứ không cần thiết hay thi thoảng dọn lại phòng một chút thì đúng là nó sẽ không có mấy tác động. Tuy nhiên, nếu bạn thay đổi cách tiếp cận, việc dọn dẹp nhà cửa có thể có tác động vô cùng lớn.

Tôi bắt đầu đọc các tạp chí dành cho các bà nội trợ từ khi mới lên 5 tuổi và chính việc đó đã truyền cảm hứng cho tôi, từ năm 15 tuổi, tôi đã tiến hành nghiên cứu nghiêm túc về việc dọn dẹp và sắp xếp nhà cửa, Phương pháp KonMari được hình thành từ đó (KonMari là biệt danh, được ghép từ tên và họ của tôi). Giờ tôi là một chuyên gia tư vấn về dọn dẹp và dành hầu hết thời gian để ghé thăm các ngôi nhà và trụ sở làm việc, đưa ra những lời khuyên thực tế cho những người gặp khó khăn khi dọn dẹp, hoặc dọn dẹp mà gặp phải vấn đề trở lại trạng thái cũ, hoặc

muốn sắp xếp mọi thứ gọn gàng mà không biết bắt đầu từ đâu.

Số lượng những thứ mà các khách hàng của tôi đã vứt bỏ, từ quần áo và đồ lót cho tới các bức ảnh, bút viết, các mẫu cắt ra từ tạp chí và các mẫu mỹ phẩm trang điểm là không kể xiết. Tôi không hề phóng đại. Tôi từng giúp đỡ những khách hàng bỏ đi tới 200 túi rác loại 45 lít trong một lần dọn dẹp.

Từ những gì tôi đã khám phá được về nghệ thuật sắp xếp và vô vàn kinh nghiệm có được nhờ giúp đỡ những người bừa bộn trở nên gọn gàng, tôi có thể tự tin nói rằng: Việc sắp xếp lại nhà cửa thật ấn tượng sẽ tạo ra những thay đổi ấn tượng tương ứng trong phong cách sống và quan điểm của bạn. Đó là vấn đề mang tính thay đổi cuộc đời. Ý tôi là vậy. Dưới đây là một vài lời xác nhận mà tôi nhận được hàng ngày từ các khách hàng của mình:

“Sau khóa học của chị, tôi đã nghỉ việc và tự bắt đầu một công việc mà tôi luôn mơ ước từ khi còn nhỏ.”

“Khóa học của chị đã dạy tôi thấy được điều gì mình thực sự cần và điều gì không. Vậy nên tôi đã li dị. Giờ đây, tôi cảm thấy hạnh phúc hơn nhiều.”

“Người mà tôi luôn muốn họ liên lạc với tôi mới đây đã liên hệ với tôi rồi.”

“Tôi rất vui khi báo với chị rằng từ khi dọn sạch căn hộ của mình, việc bán hàng của tôi thật sự được cải thiện rất nhiều.”

“Vợ chồng tôi hòa hợp với nhau hơn nhiều rồi.”

“Tôi rất ngạc nhiên khi phát hiện ra rằng chỉ nội việc vứt bỏ bớt các thứ đi lại có thể thay đổi cuộc sống của tôi nhiều đến thế.”

“Cuối cùng tôi cũng giảm được 3 kg.”

Khách hàng của tôi dường như luôn hạnh phúc và rõ ràng việc dọn dẹp nhà cửa đã thay đổi cách suy nghĩ và tiếp cận cuộc sống của họ. Trên thực tế, nó đã thay đổi tương lai của họ. Tại sao lại như vậy? Vấn đề này sẽ được nhắc đến chi tiết trong phần sau của cuốn sách, nhưng về cơ bản, khi bạn giữ nhà cửa gọn gàng, bạn cũng giữ cho mọi việc và quá khứ của bạn “gọn gàng”. Kết quả là bạn có thể thấy khá rõ ràng