

Marla Silley

Flayledi

Evinizi və həyatınızı səlîqəyə salın

Tərcüməçi:

Zəkəriyyə Türksoy



qanun nəşriyyatı

Bu kitab dərdini dilə gətirməyən v 
 z n  bu dünyada
xaosun yeganə qurbanı hesab edənlərə
həsr olunur.

Bu kitab
sizə
həsr olunur.

MÜNDƏRİCAT

<i>Flayledinin jarqon sözləri</i>	11
<i>Digər vacib kəlmələr</i>	15
<i>Minnətdarlıq</i>	16
<i>Ön söz</i>	21
<i>Flayledinin 11 Ehkamı</i>	25
<i>1. İlk addım – Haradan başlamalı?</i>	27
<i>2. Gəlin xaos haqda danışaq</i>	41
<i>3. İkinci Beybistep: Xaosu idarə etmək mümkün deyil....</i>	53
<i>4. Boş çənlə yola çıxmaq</i>	79
<i>5. Hər şey əhvali-ruhiyyədən başlayır</i>	93
<i>6. “Nəzarət jurnalı” – Hamının işinə yarayan sistem</i>	103
<i>7. Ev işlərini rəqs edərək görürük</i>	117
<i>8. Həftəlik əsas plan</i>	133
<i>9. Zonalar – Dərindən yır-yığışa son!</i>	143
<i>10. Flayledi (siz daxil) hamı üçündür</i>	191
<i>11. Ailəliklə uçuruq</i>	219
<i>12. Kirli paltarlar</i>	239
<i>13. Lazımsız Kağız-Kuğuzlara Son!</i>	249
<i>14. Menyular: Yaxud Axşama nə bişirim?</i>	259
<i>15. Tətilə çıxırıq</i>	267
<i>16. Köçmək: Əl-ayağa düşməyə ehtiyac yoxdur</i>	277
<i>17. Yekun olaraq Marlanın ürək sözləri: könüldən könülə ünvanlanan kəlmələr</i>	301

Flayledinin jarqon sözləri

Kitaba başlamazdan əvvəl istərdim, sizi istifadə etdiyimiz bəzi söz və terminlərlə tanış edim. Bunların bəzisini məxsusi olaraq “Flayledi” proqramı üçün yaratmışıq. Digərlərinin isə müəllifi hörmətli üzvlərimizdir. Siz bu sözlərin hamısına kitabda rast gələcəksiniz. Həmçinin həyatınızı, eləcə də evinizi səliqə-sahmana salmağa başladığınız andan etibarən digər üzvlərimizlə ünsiyyət zamanı bu ifadələrdən istifadə edəcəksiniz. Bu sözləri termin, jarqon, yaxud kefiniz necə istəyir, o cür adlandırma bilərsiniz.

Beləliklə, tanış olun:

BEYBİSTEPS¹: Unutmayın: Beybisteps! Qaç-qova düşməyinizi və özünüzü əldən salmağınızı istəmirəm. Az müddətə çox iş görməyə çalışmayın. Qısa vaxt ərzində çox şeyə nail olmaq istəyi hamı üçün böyük çətinlikdir. Biz hamımız hər şeyin məhz indi olmasını istəyirik. Lakin bir şeyi sizin diqqətinizə çatdırmaq istərdim: bu proses zaman tələb edir. Son nəticədə siz təmiz və səliqəli evə sahib olacaqsınız. Amma bunun üçün

¹ İş addım-addım, mərhələli şəkildə icra etmək

səbirli olmağımız və bəzi gündəlik qaydalara – rutinlərə (ritual-lara) riayət etməyimiz şərtidir. Hər gün az-az iş görməklə buna nail olacağıq.

AXŞAM RUTİNİ: Ən önəmli rejimlərdən biridir. Günün isə ən vacib ritualıdır. Hərçənd bu hər gün etməli olduğunuz rutinlərdən, sadəcə, biridir, növbəti gün doğru istiqamətdə iş görəcəyinizi bu rejim təyin edir. Həmçinin səhər rutini də mövcuddur. Siz bunlarla Beşinci fəsilə ətraflı tanış olacaqsınız.

AEKGS: Amandır, Evə Kimsə Gəlməsin Sindromu¹. Bəli, söhbətin nədən getdiyi sindromun adından bəlli olur. Bir çoxumuz bu sindromdan əziyyət çəkirik. İkinci fəsilə bu barədə ətraflı məlumat əldə edəcəksiniz.

GÜNDƏLİK QEYDLƏR: Hər gün üçün xüsusi proqram – plan tərtib edirsiniz və görəcəyiniz işləri buna uyğun aparırsınız. Gündəlik qeydləri özünüz hazırlayırsınız. Bu, kifayət qədər vacib əməliyyat olduğundan Altıncı fəsil sırf bu mövzuya həsr edilib. Əslində, bu bütün rejim və rutinlərin yer aldığı bloknotdur.

OTAĞI ABIRLI HALA GƏTİRMƏK ÜÇÜN HƏR GÜN BEŞ DƏQİQƏ: Ən pis halda olduğunu hesab etdiyiniz otağınızı sahmana salmaqda Flayledinin tövsiyə etdiyi bu rejim sizə yardımçı olacaq. Özünü “Görəsən, evimə gələnlər hansı otağımı görsələr, daha çox xəcalət çəkərim?” sualını verən kimi hansı otaqdan başlayacağınıza qərar verəcəksiniz. 27 gün ərzində həmin otağın təmizliyinə hər gün 5 dəqiqənizi ayırın. Sonra görəcəksiniz ki, qonaqlara göstərmək istədiyiniz ilk məkan məhz bu otaq olacaq.

¹ CHAOS - Can't Have Anyone Over Syndrome

NÖS: Bəhs etdiyimiz termini bizim dəyərli üzvlərimizdən biri mənim üçün hazırlayıb və bu, “Nəhayət Özünüzü Sevin” mənasına gəlir.¹

FLAYBEYBİ²: Yeni üzvlərimiz belə adlanırlar. Unutmayın, yeni olmanız kimdənsə geri qalmağınız demək deyil. Sadəcə, siz hər şeyə yenidən başlayırsınız. Başqalarını geridə qoymalı olduğunuzu fikirləşməyinizi istəmirəm. Əsas odur, bizimləsiniz və birlikdə hərəkət edəcəyik.

FRENNİ: Ətrafımız səliqəsiz və pinti olduqda ruh halımız.

TANRI NƏFƏSİ: İlk görüşümüzdə həyat yoldaşım Robert mənə Tanrının nəfəsindən söhbət açmışdı. Təsəvvür edin, sakit bir gölün ortasında kiçik yelkənli qayıqdasınız. Sonra isə Tanrının sizi hərəkətə gətirmək üçün şimal küləyi göndərdiyini təsəvvür edin. Yelkənləriniz açıqdırsa, qayıq hərəkət edəcək. Yox, yelkənləri açmamısınızsa, qayıq gölün ortasında hərəkətsiz qalmağa davam edəcək.

EVİMİZƏ XEYİR-DUA VERƏK: Hər həftə vaxtımızın 1 saatını evimizi “təmizləməyə” yox, “xeyir-dua verməyə” həsr edirik. Aşağıdakı prosedurların hər birinə 10 dəqiqə ayırmaq kifayət edir: yataq dəstlərini dəyişmək, otaqları tozsoranlamaq, mebellərin tozunu almaq, jurnalları yığışdırmaq, silib-süpürmək, lazımsız əşyaları atmaq, pəncərələri və qapıları silmək.

¹ FLY – Finally Love Yourself.

² Hərfi mənası “uçan körpə”dir. Lakin burada yeni üzv mənasında işlənir.

QAYNAR NÖQTƏ(LƏR): Bu, istənilən yer ola bilər. “Qaynar nöqtələr”, adətən, təmiz olur. Lakin peşmansan ora bir kağız qoyasan və bir də baxırsan, kağız-kuğuz əlindən tərpanmək olmur. Bizim evdə bir neçə “qaynar nöqtə” var: yemək otağındakı masa, mətbəx mebelinin kənarı, qəhvə masası, jurnal masasının kənarı, yataq otağındakı oturmaq və sandıq. Qaranlıq qalan bir şey olmadı? Sizin evinizdə də belə yerlər var.

SƏHƏR RUTİNİ (RİTUALI): Bu rejim səhər görməli olduğunuz işləri vərdiş halına gətirmək üçün edilən bir sıra qeydlərdən ibarətdir.

ÇEX (ÇAŞQIN EVDAR XANIMLAR): Bu konsept Pem Yanq və Peqqi Consun müştərək müəllifi olduğu kitabdan (Çaşqın Evdar Xanımlar: Tövlədən cənnətə) götürülüb. “Flayledi” sisteminin bəzi əsas prinsiplərinin formalaşmasında bu kitabın böyük təsiri olub. Eləcə də, qeyd olunan kitabdan təsirlənərək yaratdığım və yaydığım ideyalar hər iki müəllif tərəfindən müsbət qarşılıq. Ümumiyyətlə, Pem və Peqqinin kitabları, yumoru və həyata müsbət baxışları mənim də həyatımı dəyişib. “Zonalar” anlayışını ədəbiyyata ilk dəfə onlar gətiriblər. Zonalar geniş mövzu olduğundan bu barədə doqquzuncu fəsilə ətraflı söhbət açacağıq. *Flayledi.net* saytıdan onların veb sahifəsinə daxil ola bilərsiniz.

XAOS VƏ LAZIMSIZ ƏŞYALAR: Ailəmizin əhvalını pozan əşyaları və ya vəziyyəti belə adlandırırıq.

27 FLİNG BOOGİE¹: 27 lazımsız əşya və predmetin bir dəfəyə atılmasına deyilir.

¹ Bir caz musiqisinin adından götürülüb