MAAK KEUZES WAARVAN JOUW OGEN GAAN STRALEN

GENIET MEER VAN MINDER

MARIANNE WINTER

MAAK KEUZES WAARVAN JOUW OGEN GAAN STRALEN

GENIET MEER VAN MINDER

MARIANNE WINTER

Reviews

"Marianne is er in geslaagd om haar persoonlijkheid te leggen in een prachtig boek over organizen. Ze maakt ontastbare dingen tastbaar en praktisch op een unieke manier. Ze illustreert het organiseren van spullen, documenten en tijd met persoonlijke verhalen, waardoor je niet alleen een goed beeld van Marianne als persoon krijgt, maar ook vooral jezelf herkent. Marianne laat zien dat het eigenlijk niet gaat om opruimen en organiseren. Opruimen is slechts een middel, de basis voor het maken van keuzes om je mooiste leven te kunnen leven. Een proces waar Marianne je in meeneemt door haar begrijpelijke onderbouwing en praktische handvatten. Je hebt na het lezen van dit boek direct zin om aan de slag te gaan."

Yvette Vermeulen – van Teulingen
Senior Professional Organizer
Auteur van het boek 'Druk zijn is een keuze'
Voorzitter Nederlandse Beroepsvereniging van Professional Organizers ●

"Vandaag de dag *hebben* we meer spullen, documenten en taken dan ooit tevoren, waardoor steeds meer mensen chaos en stress ervaren. Alles wat je bewaart vraagt tenslotte om tijd, aandacht en energie en hoe meer je bezit, hoe minder ruimte je overhoudt om simpelweg te *zijn*.

Merk jij ook dat je steeds minder vaak geniet van onverwachte, mooie momenten in het leven, die weinig of niets met bezit te maken hebben, omdat je te veel in huis en aan je hoofd hebt? Met dit fijne, overzichtelijke boek van professional organizer Marianne Winter als leidraad leer je stap voor stap ontspullen, ontstapelen én ontspannen. Daarbij voorziet Marianne je in elke fase steeds van handige tips en oefeningen, zodat je alles meteen kan toepassen en zelf de focus kan verleggen van 'hebben' naar 'zijn'. Met als resultaat dat ook jij voortaan vaker in het hier en nu geluk kan proeven!"

Els Jacobs
Auteur, Trainer en Professional Organizer
De HuishoudCoach / De KantoorCoach ●

“In de impact top 10 van de gemiddelde Nederlander staat ‘spullen kopen’ op nummer 1 (en elektronica tikt extra hard aan). Vooral mijnbouw, veeteelt en productie hebben veel schadelijke verborgen impact op het milieu. Dit boek geeft lezers inspiratie om minder spullen te kopen en zo effectief bij te dragen aan een beter milieu. En wat blijkt? Dat heeft allerlei voordelen. Enjoy the ride!”

Babette Porcelijn
Auteur van het boek ‘De Verborgen Impact’
Think Big Act Now ●

"Ik heb altijd geworsteld met rommel en desorganisatie, maar na het lezen van ‘Geniet meer van minder’ heb ik eindelijk het gevoel dat ik de tools heb om mijn leven op orde te krijgen. Dit boek is niet alleen informatief en uitvoerbaar, maar het is ook inspirerend. Marianne Winter's aanpak is praktisch en eenvoudig te volgen, waardoor het toegankelijk is voor iedereen die zijn leven wil stroomlijnen. Door het idee van ‘Geniet meer van minder’ meer te omarmen, kunnen we allemaal ten volle van onze tijd en ruimte genieten. Ik kan dit boek ten zeerste aanbevelen aan iedereen die klaar is om zijn leven op te ruimen en echt meer genieten!”

Michelle Prince
Auteur, Spreker en CEO
Performance Publishing Group ●

Colofoon

ISBN: 978-90-833779-6-4
Copyright © Marianne Winter 2024
Tweede herziene druk (mei 2024)

Auteur: Marianne Winter
Fotografie: Studio Husslage
Vormgeving: The Organizing Company®
Uitgever: The Organizing Company®
Website auteur: www.theorganizingcompany.nl

Belangrijke noot voor de lezer

De intellectuele eigendoms- en auteursrechten © van de inhoud en omslag van dit boek berusten bij de auteur. Kleine citaten met expliciete bronvermelding zijn toegestaan. Behoudens de in of krachtens de Auteurswet van 1912 gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevens-bestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of op een andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur.

Als professional organizer heeft de auteur geheimhoudingsplicht. Niemand hoort van haar wie haar klanten zijn en wat zij met hen bespreekt. De klanten die in dit boek anoniem beschreven zijn, hebben hiervoor toestemming verleend.

Disclaimer

De auteur heeft zich ingespannen interessante informatie in dit boek te verschaffen. Daarbij heeft zij gestreefd naar juistheid en volledigheid van deze informatie maar kan zij dit niet garanderen. De informatie is uitsluitend illustratief bedoeld; toepassing hiervan verschilt uiteraard per praktijksituatie. De auteur wijst iedere aansprakelijkheid af voor schade als gevolg van onjuiste of ontbrekende informatie of als gevolg van interpretaties in dit boek. De lezer is verantwoordelijk voor de beoordeling van de bruikbaarheid van de informatie in en de vertaalslag naar de eigen persoonlijke situatie.

Voor Jeroen

Al ruim vijfentwintig jaar
bezorg je mij de slappe lach,
verzin je de mooiste nieuwe woorden,
trekken we er samen op uit en
sta jij voor mij klaar.
Geluk is hier en nu
al ruim vijfentwintig jaar.

Ik hou van jou, allerliefsteling.

"Happiness is not something ready made,
it comes from your own actions."
(Dalai Lama)

Voorwoord

Als je mij vroeger de vraag stelde 'Wat wil je later worden?' dan moest ik je het antwoord schuldig blijven. In de schoolkrant van de kleuterschool gaven klasgenootjes aan later 'moeder' te willen worden, of 'brandweerman'. Bij mij stond er 'weet ik niet'. Zo is het eigenlijk altijd gebleven. Totdat ik een paar jaar geleden las over de opleiding tot professional organizer. Die was mij op het lijf geschreven. Als ik thuis rondkeek vielen de puzzelstukjes op hun plek. Boeken die ik al 20 jaar in de kast had staan gingen over minimaliseren en organiseren. Tot voor kort had ik er nooit aan gedacht om hier mijn beroep van te maken.

Voor het beroep 'professional organizer' is geen treffende Nederlandse vertaling. Toen ik na 18 jaar ontslag nam als Senior Company Lawyer (nog zo'n oerhollandse functietitel ;-)) bij een groot internationaal bedrijf in Amsterdam waren veel mensen in mijn omgeving verbaasd. "Je had zo'n goede baan en nu ruim je troep op bij andere mensen", is een reactie die mij is bijgebleven.

Ik had inderdaad een goede baan, met fijne klanten, gezellige collega's en een mooi salaris. Ik had het naar mijn zin en werd gewaardeerd. Ik had daar met gemak nog 30 jaar kunnen blijven werken. Als ik dat wilde tenminste. En dat was nou juist de vraag. Wilde ik dat eigenlijk nog wel? De uitdaging was ervan af. Daarvoor in de plaats was het gevoel 'Is dit het nu?' gekomen. Ik had behoefte aan meer uitdaging en zingeving.

Naast mijn fulltime baan startte ik in 2015 mijn eigen bedrijf. In eerste instantie was het mijn idee om dit als hobby te doen. Misschien zou ik daarin de uitdaging vinden waar ik naar op zoek was. Ik kwam niet uit een ondernemersgezin en had geen idee wat er allemaal bij kwam kijken, maar deze hobby gaf mij de kans dat allemaal uit te vogelen. Een jaar later ontdekte ik dat dit werk zo goed bij mij paste en ondernemen vooral een kwestie bleek van 'doen', dat ik besloot ontslag te nemen om mij volledig op mijn eigen bedrijf te richten. De kennis en ervaring uit mijn vorige baan

komen me goed van pas als ondernemer, ook al ben ik iets heel anders gaan doen.

'Organizen' gaat over zoveel meer dan opruimen. Het gaat over het creëren van bewustwording. Over de reden waarom jij spullen bezit en documenten bewaart, over hoe je jouw tijd en aandacht besteedt, en over het belangrijkste: hoe jij dit allemaal wilt en kúnt doen.

In de afgelopen jaren heb ik honderden klanten mogen begeleiden bij het maken van bewuste keuzes over spullen, documenten en tijd. Het werken als professional organizer is heel afwisselend. Sommige van mijn klanten hebben te maken met ADD, perfectionisme of een ingrijpende levensgebeurtenis, andere kampen zelfs met alledrie tegelijk en weer andere klanten zijn gewoon heel enthousiast en kunnen geen 'nee' zeggen. Ze zijn overweldigd en weten niet hoe ze hier verandering in kunnen brengen.

Klanten van een organizer zijn niet 'anders', wel heel divers. Sommige klanten wonen in grote villa's, andere in kleine huurhuizen. Het zijn oudere mensen zonder kinderen, oudere mensen met drukke kinderen. Hardwerkende young professionals op hun werkplek, mantelzorgers van wie hun werk op de tweede plek komt. Het zijn ambitieuze ondernemers die meer tijd besteden aan hun bedrijf dan aan zichzelf. Het zijn zelfstandige vrijgezellen in de Pijp, gescheiden mannen uit de polder en stellen die wel verliefd zijn op elkaar maar niet op elkaars spullen. Het zijn mensen zoals jij en ik.

Het geeft enorm veel voldoening als ik een klant aan het einde van een werkafspraak in de ogen kijk en geluk en opluchting zie. Door overzicht te creëren maak ik daadwerkelijk een verschil in iemands dagelijks leven. Dus nee, ik heb geen seconde spijt gehad van mijn beslissing.

Toen ik jaren geleden naar de Kamer van Koophandel reed voor de inschrijving van mijn eigen bedrijf, MARY regelt het wel .nl® (in 2023 gewijzigd in The Organizing Company®), hoorde ik onderweg op de radio het liedje 'Proud Mary'. En trots was ik… dat ik gekozen had voor mezelf. Die keuze had ik niet kunnen maken zonder Jeroen. Hij moedigde mij aan de knoop door te hakken en gaf mij het vertrouwen dat het wel goed zou komen, hoe spannend die stap ook was. Ik hoop dat dit boek jou als lezer

aanmoedigt om jouw eigen dromen na te jagen. Want als ík dat kan, kun jij dat ook.

En als je op dit moment helemaal nergens van droomt omdat je zoveel aan je hoofd hebt dat je vaak wakker ligt, lees dan snel verder. Aan de hand van mijn persoonlijke ontdekkingstocht laat ik jou in dit boek graag ontdekken wat voor jou belangrijk is. Zo kun jij keuzes maken waar jouw ogen van gaan stralen!

Liefs, Marianne ●

Inhoudsopgave

Voorwoord **11**
Inhoudsopgave **14**
Introductie **17**
Deel 1 • Basis **23**
Hoofdstuk 1 • Vandaag is de dag 27
Hoofdstuk 2 • Organizing 29
Hoofdstuk 3 • Succesfactoren 31
Hoofdstuk 4 • Opruimen als vaardigheid 35
Hoofdstuk 5 • Welvaart versus Geluk 49
Stappenplan Basis 54
Deel 2 • Spullen **57**
Hoofdstuk 6 • Ontspullen 62
Hoofdstuk 7 • Beginnen 71
Hoofdstuk 8 • Aan de slag 75
Hoofdstuk 9 • Volhouden 77
Hoofdstuk 10 • Organiseren 81
Hoofdstuk 11 • Bijhouden 85
Hoofdstuk 12 • Ervaringen uit de praktijk 95
Stappenplan Spullen 102
Deel 3 • Documenten **105**
Hoofdstuk 13 • Ontstapelen 109
Hoofdstuk 14 • Beginnen 112
Hoofdstuk 15 • Aan de slag 116
Hoofdstuk 16 • Volhouden 124
Hoofdstuk 17 • Organiseren 125
Hoofdstuk 18 • Bijhouden 126
Hoofdstuk 19 • Ervaringen uit de praktijk 131
Deel 4 • Tijd **137**
Hoofdstuk 20 • Ontspannen 141

Hoofdstuk 21 • Beginnen 150
Hoofdstuk 22 • Aan de slag 156
Hoofdstuk 23 • Volhouden 159
Hoofdstuk 24 • Organiseren 163
Hoofdstuk 25 • Bijhouden 166
Hoofdstuk 26 • Ervaringen uit de praktijk 171
Stappenplan Tijd 174
Deel 5 • Ruimte 177
Hoofdstuk 27 • Grenzen 182
Hoofdstuk 28 • Omgaan met ruimte 184
Hoofdstuk 29 • Hebben versus Zijn 187
Hoofdstuk 30 • Ready for take-off 189
Dankwoord 190
Over de auteur 193
Bonus 194
Bronvermelding 196

"Het leven is een kwestie van kiezen.
Elke keuze die je maakt, maakt jou."
(John C. Maxwell)

Introductie

Jouw dagelijks leven, nu op dit moment, is ontstaan uit de keuzes die jij gemaakt hebt. Je had overal ter wereld kunnen wonen. Maar je woont hier. Met dit interieur, deze kleding en deze spullen. Ook je agenda, de afspraken die je maakt, de tijd die je ergens voor uittrekt, de plaats waar je afspreekt, de reistijd die hierdoor ontstaat, de ruimte tussen afspraken (of het gebrek daaraan), hoeveel tijd je besteedt aan familie, vrienden, werk en aan jezelf. Het zijn allemaal keuzes.

Vaak moet er eerst iets gebeuren voordat we nadenken over de keuzes die we maken. Je dagelijks routine moet doorbroken worden voordat je hier bij stilstaat. Tot die tijd doe je gewoon wat je altijd deed. Op de automatische piloot.

Je hebt niet alles in de hand. Soms gebeuren er onverwachts dingen in je leven. Je kunt hierdoor overweldigd raken, waardoor je helemaal niet meer weet wat je wilt kiezen. Of je wordt hierdoor juist wakker geschud, waardoor je sneller je hart volgt. Misschien stemt dit boek jou juist tot nadenken.

Opruimen komt in dit boek aan bod, maar daar gáát het niet om. Opruimen is namelijk geen doel op zich. Het kan een middel zijn om jouw doel te bereiken. Met organizing schudt je jouw hele dagelijks leven door een zeef, waarna de meest waardevolle onderdelen overblijven en jij geluk voelt.

Hoe zou jouw leven er uit zien als het draait om wat jij belangrijk vindt? Hoe zou je je dan voelen? Wat zou het jou opleveren als je je niet meer druk hoeft te maken om dingen die er niet toe doen? Met dit boek wil ik je graag inspireren. Dit boek gaat over keuzes. Kleine keuzes. Grote keuzes. Jouw keuzes.

Zelf kunnen kiezen betekent niet dat je alles zelf hoeft te doen. Je kunt er ook voor kiezen hulp te vragen. Misschien kun je jouw partner vragen te

helpen, een goede vriend(in) of een familielid. Je kunt ook een professional organizer inschakelen. Op www.nbpo.nl vind je een uitgebreid aanbod. Je leert dan niet alleen praktische technieken die het maken van keuzes makkelijker maken, maar ontdekt ook welke persoonlijke omstandigheden en overtuigingen bij jou een rol spelen en hoe je hiermee om kunt gaan.

De volgorde van de onderdelen van dit boek is niet toevallig.

- Ben jij benieuwd naar de reden waarom opruimen en organiseren voor de een zo makkelijk is en voor de ander niet, lees dan eerst het deel BASIS. Je krijgt dan meer inzicht in de biologische en economische achtergrond.
- In veel gevallen is het gemakkelijker te beginnen met het opruimen en ordenen van SPULLEN dan het is om vat op jouw tijd te krijgen. Dat komt omdat spullen tastbaar zijn en over het algemeen meer ruimte innemen dan documenten. Voor je gevoel zul je dan ook sneller vooruitgang boeken als je met spullen begint.
- Daarna volgt het opruimen van DOCUMENTEN.
- Het minst tastbaar is TIJD.
- In het deel RUIMTE ontdek je de oorsprong van de uitdrukking 'ruimte in je huis geeft ruimte in je hoofd' en wat het jou oplevert als je goed kunt omgaan met ruimte.

De principes voor het opruimen en organiseren van spullen, documenten en tijd zijn sterk vergelijkbaar. Dit zie je terug in de opbouw van elk onderdeel en in de bijbehorende stappenplannen. Op die manier kun je de technieken die je leert op alle aspecten van je dagelijks leven toepassen.

Elk onderdeel begint met een voorbeeld uit mijn eigen leven. Hierin laat ik zien welke invloed ervaringen uit het verleden hebben op het desbetreffende onderwerp. Ik nodig je uit om voor jezelf na te gaan hoe dit in jouw eigen leven is. De hoofdstukken uit elk onderwerp bevatten diverse oefeningen om zelf direct mee aan de slag te gaan. Kiezen is namelijk een vaardigheid, dus hoe vaker je oefent, hoe beter je er in wordt en hoe meer jij je bewust wordt van overtuigingen die bij jou een rol spelen. Ook staat dit boek bol van de tips en tricks, dus doe daar je voordeel mee. Aan het eind van elk onderdeel lees je Ervaringen uit de Praktijk. Hierin zie je welke impact de samenwerking met een professional organizer heeft.

Ben jij iemand die wel zou willen opruimen maar hier helemaal geen tijd voor heeft? In dat geval kun je dit boek in omgekeerde volgorde lezen. Begin dan met het onderdeel TIJD en vervolgens met de onderdelen SPULLEN en DOCUMENTEN aan de slag gaan. Je kunt elk onderdeel ook als naslagwerk gebruiken.

Raak je nu al overweldigd door alle keuzes over de volgorde waarin je dit boek kunt lezen, blijf dan gewoon op deze pagina en sla de bladzijden daarna 1 voor 1 om. Dan weet je zeker dat je niets mist.

Hoe minder keuzes je elke dag hoeft te nemen, hoe meer je tot de kern zult komen. Met dit boek laat ik je graag ontdekken wat jij het allerbelangrijkste vindt, zodat jij daar je aandacht en energie aan kunt besteden. ●