

LIBERA tus cajones

El reto de una semana
para organizar tu vida

Mamá Valiente

Bienvenido al manual **LIBERA TUS CAJONES**
de Mamá Valiente

Este es un reto de siete días para reorganizar tu espacio y dar a tu entorno el respeto que mereces.

¿Comenzamos?



Índice

Presentación y modo de uso

3

Día 1: Los cajones del escritorio

4

Día 2: Los cajones de la ropa interior

7

Día 3: Los cajones de la cocina

10

Día 4: Los cajones de nuestros hijos

13

Día 5: Los cajones del salón

17

Día 6: Los cajones del baño

20

Día 7: El cajón de sastre

23

Presentación y modo de uso

Gracias por confiar en Mamá Valiente para darle un giro minimalista a la vida dentro de los cajones de tu hogar, ese desorden escondido que nos asedia al abrirlos. En este manual vamos a poner orden a 7 tipos de 'cajones comunes' de toda casa y vamos a liberar no solo espacio físico sino también espacio mental. Recuerda que el minimalismo consiste en dejar de sufrir por lo que no tenemos y empezar a disfrutar de lo que tenemos, pero no podremos hacerlo si hay un exceso de cosas inútiles ocultando y confundiendo aquellos objetos esenciales en nuestra vida.

El minimalismo conlleva introspección y auto-análisis. Debes examinar qué tipo de vida llevas o deseas llevar y qué es verdaderamente necesario en ella.

¿Cansado del desorden oculto?

Puede que tu casa esté más en orden que nunca. Estás aplicando poco a poco medidas de contención a la cantidad de objetos innecesarios que entran en casa pero aún te desborda la organización del hogar. Recoges la ropa planchada y cuando vas a colocarla, los cajones del armario están hechos un caos, o vas a buscar un bolígrafo urgentemente y el cajón de tu escritorio es pura selva. No basta con el orden visible, esto es solo para recibir visitas. Lo que ocultamos a los ojos no desaparece en nuestra cabeza.

Es por ello que he decidido compartir en forma de manual el reto de 7 días LIBERA TUS CAJONES, donde haremos un recorrido por los cajones más conflictivos del hogar.

¿Cómo usar este manual?

Este reto nace para desarrollarse en una semana, dedicando un día a cada uno de los cajones indicados en el índice. Recuerda que uno de los lemas de Mamá Valiente es 'Ni todo tú, ni todo hoy'. No pretendas abarcarlo todo en un día.

No obstante, siéntete libre de modificar el orden de desarrollo. Este reto nace para comenzar en lunes y finalizar el domingo pero una vez que tienes el manual contigo, puedes usarlo a tu antojo. Lo importante es que hagas una revisión paulatina de los espacios.



Día 1
Los cajones del escritorio

Puede que estés leyendo este manual desde el escritorio. Trabaja fuera o dentro de casa, el escritorio exige tu presencia diaria y habitualmente lo usas junto a grandes dosis de concentración. Si quieres mejorar tu productividad y focalizarte en las tareas importantes, ¡revisemos el cajón!

1. Con todos los cajones realizaremos el mismo primer paso: vacíalo por completo. Y una vez vacío, límpialo (un trapo con vinagre diluido será suficiente). Recuerda esto: **cada vez que abres un cajón, lo acercas físicamente hacia ti**. No quieras atraer desorden, suciedad o trivialidad.
2. Una vez que tengas todo a la vista, comienza por **tirar la basura**: papeles de chicles, notas que ya no son útiles, tarjetas de visita que no volveremos a usar, propaganda... todos sabemos lo que es basura.
3. Cambia el concepto y **no dejes que haya papeles en un cajón**. Te sugiero que le des a tus papeles un orden vertical y te hagas de algunas carpetas archivadoras de cartón con fundas clasificadoras. Esta manera de organizar tus papeles importantes ocupa poco espacio en una estantería, los mantiene accesibles en cada momento y facilita su revisión y visibilidad. Personalmente tengo **un archivador para todo lo que concierne al hogar y la familia**: facturas de luz, gas, agua, facturas de revisión del coche, padrón, hoja de tarifas de nuestro contrato telefónico, libro de familia, seguro del coche, renta... Y cada adulto tiene **una carpeta para los papeles que conciernen lo profesional**: títulos, certificados, resguardos, recortes de periódico... ¡PERO SOLO UNA! esto quiere decir que no podrás acumular las facturas de años, sino lo más reciente y, según el caso, poniendo el límite en un año atrás. En otro archivador distinto guardamos instrucciones de uso y garantías y también los niños tienen un archivador para su documentación escolar y médica. Con este tipo de archivos verticales, la entrada de cartas a casa es fácilmente archivable: llega una factura, y la clasifico donde corresponda, sin necesidad de que la carta dé vueltas por la casa ¡esto te llevará un minuto! Si tienes un escritorio de oficina y la entrada de papeles es constante, tampoco los dejes vivir en el cajón; mejor establece una bandeja de sobremesa con dos variables: entrada y salida (papeles que están por revisar y papeles que ya podemos clasificar, enviar o traspasar).
4. **Revisa los fungibles** del tipo bolígrafos, grapadoras, sacapuntas, blocs de notas y elimina las repeticiones (no lo tires, regala, dona o recicla). Solemos tener cajones de escritorio repletos de bolígrafos a medio uso, algunos sin tinta y lápices sin punta. Tener lo justo te ayudará a comprometerte con tus objetos y su mantenimiento dado que los necesitarás. Tu mano no puede escribir más que con una pluma a la vez, deja que la tinta se consuma con el uso y no la restituyas hasta que su fin esté realmente próximo, disfruta del concepto de durabilidad y uso activo. Son objetos económicos de fácil acceso que no crean una urgencia real (es más, si te quedas sin tinta en la oficina, cualquiera te prestará un boli). No necesitas tres rollos de cinta adhesiva, dos sacapuntas, cuatro gomas y media y cuatro blocs de notas de colores. De hecho tampoco necesitas una caja entera de clips...

5. **Olvídate de seccionar el cajón por cajoneras y cajitas.** Las subdivisiones no traen un orden real, más bien imponen límites visuales -y por ende mentales-. En todo caso puedes optar por un único contenedor (cuadrado o rectangular te será más útil, puede servirte cualquier caja sin la tapa) para las cosas pequeñas como gomas o sacapuntas.
6. **Reubica aquello que no está relacionado con el escritorio.** Si en este cajón hay cosas como pilas y nada en tu escritorio funciona con ellas, busca un mejor sitio para estas. Seguro encontrarás algunos objetos fuera de su ubicación: dedícate a pensar en qué habitación usas cada cosa y llévala allí. Tu escritorio es para trabajar, saca de este cajón los pequeños regalos o recuerdos que han caído en él y aún no han salido. Si no crees que tengan sitio en ninguna habitación, no lo tienen en tu vida: elimínalos.

Míralo ahora, ¿te sientes más cerca de tus objetivos? Trabajar en un escritorio es más sencillo si encuentras fácilmente lo que buscas, te mantienes enfocado y no pierdes ni un segundo en dar con lo que buscas. Cada segundo de tu vida es importante.

Recuerda volver a colocar cada cosa en su lugar una vez usado.

Ponte manos a la obra, no lo dejes para mañana: **puedes tenerlo resuelto en 15 minutos**, mañana nos iremos a otro cajón y tu día lucirá distinto, te lo aseguro.



Día 2

Los cajones de la ropa interior

Puede que en el escritorio encontraras cosas de las que es difícil desprenderse pero recuerda que **este trabajo de higienización mental y física es por la búsqueda de una vida más sencilla y plena.**

Otro cajón que llama al desorden es el de la ropa íntima, que habitualmente **suele coincidir con el cajón de la mesilla de noche.** Esto hace que nos quede 'demasiado a mano' como para dejar caer de todo dentro de él.

1. **Tal como hicimos ayer, vaciaremos este** (o estos si son varios) y lo limpiaremos antes de continuar.
2. De una tirada **eliminaremos toda aquella ropa íntima con agujeros** - calcetines con tomates-, tejidos deshilachados, ropa interior cedida o braguitas y calzoncillos con manchas que no se han podido eliminar en los lavados: mímate. También los tejidos se pueden reciclar, encontrarás puntos para ello cerca de casa, lleva allí esta ropa.
3. **¿Qué queremos que forme parte de este cajón / cajones?** Delimita bien cuales de tus pertenencias se engloban como ropa interior o, si es una mesilla de noche, qué cosas necesitas tener cerca. Si han salido más cosas de tu cajón de las que quieres tener allí, reubícalas y dale un sitio de proximidad a su uso. Los occidentales tenemos la manía de guardar los objetos de valor cerca de donde dormimos por lo que es probable que a tu cajón hayan llegado cartillas, joyas, dinero o pasaportes. **A quien nada tiene, nada le hurtan** pero si decides guardar en casa, piensa si existe otro lugar más adecuado (en cuanto a la documentación, te remito a los archivadores de los que hablé más arriba).
4. **Reduce tu ropa interior.** Si eres conocedor del [Proyecto333](#) sabrás que la ropa interior no entra dentro de la contabilización de 33 prendas de ropa para 3 meses. No obstante, si verdaderamente deseas seguir un rumbo minimalista en tu vida, conviene que reduzcas a lo esencial también esta ropa. Para ajustar el número adecuado, ten en cuenta cada cuánto pones una lavadora en casa y el tiempo que la ropa tarda en volver a estar operativa (en invierno la ropa seca más lentamente). Puedes disponer tu número en **7 pares de calcetines y 7 mudas interiores** (bragas o calzoncillos) si usas una por día, dado que con los lavados tendrás a disposición mudas de sobra para cualquier imprevisto. Reajusta la cantidad si eres deportista o tienes más cambios y duchas en un mismo día. Personalmente establecería **un máximo de 10**: créeme que no usarás más de diez pares de calcetines entre lavadora y lavadora y además hacer maletas será más sencillo. Escoge aquella que te sienta bien, es cómoda y te hace feliz llevar puesta. Para las chicas, debo decir que **no tiene sentido tener más de 2**

sujetadores: no es una prenda que debas cambiar a diario y puedes llevar uno mientras se lava el otro. Todo lo demás, sobra.

5. **Si necesitas hacer alguna compra o renovación después de la criba, sé consecuente:** escoge ropa de tejidos buenos, duraderos y sostenibles; fíjate en qué tipo de mantenimiento necesitan para saber si se ajusta a tus necesidades, opta por colores combinables, muévete por una gama en consonancia a tu forma de vestir y no compres de más. Yo uso los mismos tonos en braguitas, sujetadores y calcetines, tonos neutros y sin florituras pero esto es muy personal.
6. **Ordena y mantén un orden.** En [este video](#) de Marie Kondo puedes ver cómo dobla ella la ropa interior. Su libro *La magia del orden* fue para mí muy inspirador y mantengo muchos de sus consejos. No obstante, encontrarás diversos métodos si buscas tutoriales. Lo importante es que todo vuelva a su sitio y lugar y ese cajón no se convierta en una masa informe de calcetines doblados y desaparejados. Como te dije ayer, **no es necesario subdividir el cajón en más cajones:** si los objetos del interior guardan un orden, no necesitamos 'murallas'.



Día 3

Los cajones de la cocina

Las cocinas están estructuradas de una manera muy personalizada según el espacio de las mismas por lo que te daré unos trucos genéricos aplicables a toda casa. Asimismo te recuerdo que hablamos de los cajones, otro tipo de almacenaje como baldas o armarios, nos quedan para otro reto.

Cuando pensamos en organizar los útiles de la cocina, se nos vienen a la cabeza las fotografías de *Ikea* y un sinfín de organizadores. **Bandejas, cajas, separadores, colgadores...** Te diré algo mucho más sencillo y barato: **Lo mejor para tener una cocina ordenada es tener menos cosas en ella.**

Menos cantidad de cada cosa y menos de aquellos utensilios que no usamos o que usamos una vez al año. Veámoslo con detenimiento:

1. **Como siempre, saca todo de los cajones y límpialos.** Si usas un organizador de cubiertos, aprovecha para limpiarlo porque es uno de esos objetos que olvidamos mantener y se acaban llenando de pizcos o manchas. Ten en cuenta que lo usamos a diario.
2. **Céntrate primero en los utensilios que usamos a diario** como los cubiertos (cuchillos de carne, de corte, de untar, cucharas soperas y cucharillas y tenedores) o los paños, trapos y toallas. Dedicar un par de minutos a contestarte estas preguntas: ¿Cuántos somos en casa? ¿Cuántas comidas hacemos simultáneamente? ¿Cada cuanto tiempo ponemos un lavavajillas? Según esto puedes delimitar la cantidad de cucharas a las que realmente tengan uso. Puedes añadir algunos cubiertos extra si haces comidas habitualmente. ¡Y me refiero a tener invitados frecuentemente! **Si haces una única comida el día de Navidad, no merece la pena que esos cubiertos extra ocupen tu cajón el resto de los 364 días.** Plantéate la donación (las casas de acogida, por ejemplo, precisan este tipo de utensilios) o dirígelos a pisos en alquiler de tu familia o amigos, así como primos jóvenes o amigos que comiencen a vivir solos. ¡Seguro que tienes a alguien en mente! Si tienes varios juegos de cubiertos, opta por aquellos que dan belleza y salud a tu vida, empuñadura de madera o de acero y deshazte ya de los de plástico porque estarán en contacto con tu boca y la de los tuyos. Igual ocurre con los trapos: como hicimos ayer con la ropa íntima, cada cierto tiempo conviene revisar y reciclar aquellos cuyas manchas no hemos podido quitar, o que tienen hilos que van danzando por toda la casa. **Escoge aquellos que de verdad te resuelvan la vida a la hora de limpiar y cocinar: secan bien, limpian bien.** Si tienes alguno que suelta pelusa o destiñe, reconoce que fue una mala compra y dale otra vida. Piensa bien qué cantidad necesitas si usas un paño al día y, por ejemplo, dos trapos para limpiar.

3. **Ataca después otro tipo de utensilios de mayor tamaño: cucharones, cuchillos del pan, espátulas, cascanueces, sacacorchos...** Hay quienes sitúan parte o la totalidad de ellos en un contenedor vertical. En cualquier caso, detente a revisar el número y la utilidad de cada uno. Si tienes varios de alguna cosa, quédate con el más operativo y el que te haga más feliz. En el caso de los cuchillos de corte, te vale sencillamente con tener uno o dos pequeños para pelar, otro mediano para cortes medios y uno grande para abarcar casi todo lo de gran dimensión. Toda esta selección dependerá del tiempo que dediques a la cocina pero sigue la máxima **MENOS ES MÁS** y acepta que muchos de estos utensilios son versátiles y no cuesta nada lavarlos a mano para seguir dándole otro uso antes de echarlo al lavavajillas y usar réplicas. Quizá llegues a la conclusión de que no necesitas un cuchillo del pan extra largo si para cortar una barra te vale un cuchillo de mesa. O tal vez tengas varias espátulas aunque siempre acabes usando la de silicona. Tal vez tengas un escurridor de pasta aunque haga mucho que no la comas. Lo ideal es evaluar objeto por objeto y ser sinceros con el uso real y activo que tienen. Las vajillas suelen venir en packs con todo lo que se supone 'debemos' tener en casa: no dejes que nadie dé por supuesto nada en tu vida y escoge lo que a ti te es útil. Tal vez no necesites sacacorchos o abre botellas si no bebes: si invitas a alguien a casa, un vecino te lo prestará encantado. O tal vez tienes un cascanueces cuando compras las nueces ya sin cáscara. **No retengas nada sin usar en tus cajones: es tu espacio, defiéndelo.**
4. **Ordena y mantén un orden.** Cuida tus objetos, sécalos bien, dales un espacio a cada objeto y trata con mimo tus trapos y toallas.

Tal vez se hayan escapado pertenencias que no he nombrado, cada cocina es un mundo y debes ajustar la revisión a tu propia cocina. Tal vez tengas en los cajones recetas o libros de recetas: búscalas un sitio vertical como hicimos con los papeles. Tal vez tengas bolsas de plásticos, papel film, cuerdas, pinzas, gomas... agrupa lo pequeño en un recipiente y mantén un orden en lo demás: sería preferible que taparas tu comida con trapos de algodón o en jarros y recipientes de cristal para evitar que el plástico entre en contacto directo con los alimentos.

Si además tienes encajonadas las especias, te sugiero que le busques un almacenamiento vertical en la despensa. Prueba a reubicar aquello que esté fuera de sitio y ten cada objeto lo más cerca posible de su zona de uso.



Día 4

Los cajones de nuestros hijos

Hoy nos trasladamos a **los cajones de nuestros hijos**, ese caos de su cuarto que a veces da auténtico apuro: tan bebés y ya con tanta posesión ¡y desorden!

1. Si tienes varios niños quizá sea un reto muy extenso para hoy, plantéate el cajón de alguno de ellos y retoma la revisión la próxima semana o bien este fin de semana si te sientes más libre. Los padres somos los responsables de las pertenencias de nuestros hijos. Somos la auténtica puerta de entrada, tanto de lo que adquirimos como de lo que nos regalan y aceptamos guardar. A nosotros se nos confía el cuidado y el mantenimiento de sus cosas y, a más niños, más objetos. Y, tú bien lo sabes: **a más cosas, mayor constricción**. Si pretendemos una vida libre de límites, debemos empezar a ser ejemplo con ellos y reducir en lo posible (y en lo pragmático) sus cosas. Cuando preparamos el cuarto para Fresa, compramos una cómoda con 6 cajones y un armario inmenso. Nuestra vida era distinta. Ahora, en el camino minimalista, hay varios cajones vacíos y baldas del armario que he dejado como 'habitaciones' para sus muñecas dado que estaban tan libres que las podíamos 'alquilar'. Quizá te encuentres en el punto contrario y **sientas que te faltan baldas y cajones**. Tranquilidad, todo es cuestión de seleccionar y ordenar bien la ropa.

Comienza sacando el interior del cajón y limpiándolo. Yo no aconsejo que en los cajones (y aún menos en los infantiles) se use alcanfor o naftalina. Si los usas, sácalos. Existe una versión ecológica y segura, los discos de cedro antipolillas. Nosotros no usamos nada dado que, al tener poca ropa, siempre está en uso frecuente y no damos lugar a que nada se apolille ni se olvide en un cajón.

2. **¿Qué tipo de objetos hay en los cajones?** Como ocurría con la cocina, las respuestas pueden ser múltiples: zapatos, ropa, pañales, baberos, chupetes, gorras y accesorios del pelo, muselinas, toallitas, gasas, mantas toallas... lo importante en este punto es que evalúes qué objetos pertenecen verdaderamente a ese cajón. Esto es, si cambias a tu bebé en un cambiador o en tu propio cuarto, tal vez tenga poco sentido que los pañales y las cremas estén en otra habitación. Si guardas aquí los baberos, perderás tiempo y te será incómodo coger uno cada vez que quieran comer (y no será en su cuarto). Reubica todo aquello que haya dentro según los lugares donde se usa. Quizá debas llevar las toallas al baño (no necesitas más de dos toallas por persona en casa) y las gorras y abrigos al perchero de la entrada.
3. **¿Todo es necesario?** Los niños necesitan y merecen experimentar, jugar, comprobar los límites de su cuerpo y sus capacidades motoras. En lo personal soy enemiga de los accesorios: pendientes, esclavas, lazos y pinzas para el pelo, gafas

de sol, bandanas... **Viste a tu hijo para descubrir el mundo, no para impresionar o demostrar su sexo.** Si tus niños son algo mayores y ya muestran sus preferencias, enséñales a distinguir entre lo esencial y lo inútil, dales a escoger y ayúdales a reducir sus pertenencias. Fresa, con cuatro años, es capaz de distinguir las cosas de las que se puede desprender diciendo '*mamá esto ya no lo uso nunca*' o '*mamá, este no me gusta nada*', '*me aprieta*'... Si tus hijos aún son bebés, esta es tu tarea: lanza fuera lo que no es útil ni os hace felices.

4. **Deshazte de los extras.** Sobre todo en ropa de bebé, nos suelen regalar múltiples bodys, camisetas, incluso abrigos. Bastará con un abrigo gordo y otro más ligero y no necesitarás más calcetines que días tiene la semana. Ocurre igual con los bodys: si frecuentas mi web, sabrás que no es necesario bañar a tus bebés cada día (y menos con químicos) si no se ensucian o sudan, con lo que tampoco es necesario poner un body nuevo cada día consumiendo energía en lavadoras: no eres poco higiénica, eres sensata. Esto te lleva a no necesitar tanta ropa. Mis mellizos, por ejemplo, se pueden apañar con 3 o 4 bodys en una semana. Si tus hijos van a guardería, tal vez necesites más cantidad de ropa exterior pero intenta limitar las mudas a días de la semana: **más de 7 pantalones es excesivo** teniendo en cuenta que harás lavados durante la semana. Escoge entre todo lo más cómodo, 'sufrido' (tejidos y colores resistentes) y divertido, porque a eso hemos venido a la vida, a divertirnos cómodamente. Escoge el resto de prendas en consecuencia a las actividades que realicen (guardería, parque, actividades de interior...). Recuerda que los pijamas se usan para dormir... ¿para qué queremos tantos?
5. **Ten coherencia y di adiós.** Seguro que tus hijos tienen bonitos vestidos con encajes y bordados que no sabes cómo encajar en su vida diaria. O le han regalado ropa con mensajes agresivos, colores que no van con vuestra vida o botones incómodos. Reconoce que no son útiles y deshazte de ellos. Agradece el amor con el que fueron regalados y di adiós: puedes ofrecerlos a mamás que sí tengan ese estilo que no encajó contigo o donar la ropa a entidades sociales. No es necesario que acojas todo lo que te presten porque a menudo no cuadrará con tu forma de vestirlos o de vivir y tendrás cantidad de ropa que no combina con nada. Analiza prenda por prenda y quédate solo con lo que te emociona. **Piensa en un cajón ideal, en el que, aunque cogieras la ropa a ciegas, tendrías una combinación perfecta de colores y prendas emocionantes:** ahí es donde queremos llegar.
6. En cuanto a la ropa **¿qué colores van con tus hijos?** Si son algo mayores, ellos mismos sabrán escoger lo que les sienta bien o les gusta mostrar. Fresa por ejemplo, es el adalid del amarillo y el rosa ¿Recuerdas a Anika de Pippi Calzaslargas? Así es más sencillo adquirir ropa nueva y hacer que todo sea versátil

y combine entre sí. Hay quien recomienda de manera acérrima escoger colores lisos para las prendas inferiores y más libertad de estampados en la parte superior: Funciona. Si tus hijos son bebés, analiza con qué prendas están para comérselos y presta atención a los colores y las formas que tienen para seguir una línea.

7. **Reubica en los cajones de abajo.** A la hora de colocar la ropa que hemos seleccionado y una vez reducida la cantidad, si tus hijos saben vestirse solitos es ideal que reubiques su ropa en los cajones inferiores, de manera que, teniéndolo a mano, sea capaz de elegir su propia ropa y de vestirse. No temas, por lo general tienen mejor gusto que los padres porque no son tan rígidos.
8. **Utiliza un buen método para doblar la ropa.** Olvídate de doblar la ropa en cuadrados porque ocupa mucho espacio y comienza a usar el enrollado que, además de evitar que las prendas se arruguen, ocupa muchísimo menos espacio. Ahora que tendrás menos ropa y que estará bien organizada, vas a alucinar cada vez que abras el cajón y veas parte del fondo sin cubrir. ¡Un cajón respirando! Y además todo lo que encontrarás allí será emocionante.
9. **Clasifica y mantén el orden.** Da un espacio para cada tipo de prenda (el cajón de las camisetas y sudaderas, el cajón de los pantalones y mallas, el cajón de la ropa interior y pijamas...) y mantén el orden. Esto es importante puesto que un orden constante evitará que tengas que volver a ‘ordenar’ un cajón en tu vida.



Día 5

Los cajones del salón

Si en tu casa hay uno de estos muebles modulares con vitrinas, cajones y estantes a mansalva, uno de esos muebles que decoraban una pared entera de las casas de siempre, puede que sea una tarea titánica. El salón es la sala de variedades por excelencia: comemos, descansamos, charlamos, los niños hacen los deberes, damos fiestas, dormimos siestas, leemos, nos conectamos y, claro ¡desordenamos! El temido verbo que nos conduce a la improductividad.

Como adivinarás vamos a **1) Vaciar y limpiar los cajones** y **2) tirar todo lo que sea basura** (vas a encontrar mucha más basura en esta estancia dado que la usamos todos y con un perfil multiusos). Te indico algunos objetos que podemos considerar basura y que llegan a estos cajones de la misma manera que el pasillo nos conduce al salón:

- **Pilas usadas** (recicla, ya hay puntos de reciclaje en los propios supermercados).
- **Cd's de fotografías, grabación de videos o películas.** Si no volverás a verlo o aún no has pasado las fotos a físico o al ordenador de sobremesa... plantéate su interés real.
- **Folleto de comida a domicilio:** no te conviene tenerlos a la vista. Si algún día quieres encontrar el número, seguro está en internet.
- **Publicidad, catálogos de compra, ofertas y cupones.** Cortar la entrada a esto es bastante improbable, el trabajo de buzoneo es agotador y desoyen la petición de que no desees malgastar papel. Sin embargo no deberías dejar sus 'regalos' en los cajones: recicla directamente o selecciona los cupones verdaderamente útiles: no te dejes manipular comprando marcas que no son las tuyas por un 10% de descuento o comprando un 3x2 de algo que no necesitas en esas cantidades. No derroches, sé coherente.
- **Clips, imperdibles, tornillos, botones, cuerdas...** Reconoce que si anda suelto, no es operativo. Libérate de ellos o reubica ahora mismo.
- Como en el escritorio, aquí también solemos tener **bolígrafos extra, papeles de notas...** pero ¡ya tienes un cajón de escritorio para esto ¿no? Los colores de tu hijo, a su cuarto.
- **Regalos de boda.** Esos pequeños detalles inútiles que dan vueltas sin rumbo por tu casa. *Gracias, me lo pasé genial en vuestro enlace pero... esto no lo quiero.*
- **Mandos extra.** Porque aquella vez uno dejó de funcionar, o cambiaste de reproductor o buscaste un mando universal. Es igual, quédate con el que uses y saca de tu cajón el resto.
- **Instrucciones.** Una vez que sabes utilizar el aparato, es un papel que puedes reciclar sin pesar.

- **Cargadores extra:** de la play, del móvil, de la tableta... solo puedes cargar estos aparatos con un cargador a la vez y, siendo universales, otra persona agradecerá que le cedas los que te sobran. Recuerda arrancar el cargador del enchufe, no el aparato del cargador, impidiendo que siga consumiendo energía innecesaria.
- **Auriculares:** líbrate de los extra (y sobre todo de aquellos que te trajiste del Ave)
- **Revistas viejas, guías telefónicas, catálogos de decoración.** Lo que ya leíste, despídelo. Lo que no leerás nunca, como la guía, despídelo y en cuanto a los catálogos, puedes recortar las imágenes de referencia y utilidad y reciclar el resto ¡qué de espacio liberado!
- **Cintas de casete o VHS...** sin comentarios.

Una vez fuera la basura, tendremos más espacio para cuidar de lo que realmente nos será útil pero, como en todo, revisaremos las cantidades que tenemos de cada cosa como manteles, hules o servilletas de tela. Si no usas servilletas de papel (¡bien por ti y tu compromiso con el planeta!) necesitarás más de tela que otra persona que solo las use en fechas de festejo, en cuyo caso basta con guardar **tantas como comensales**. Si a diario usas hules, salvamanteles o manteles plásticos, con un par de manteles de tela o incluso uno bien bonito te bastará y lo demás es espacio para ti.

Si guardas **tu colección de DVD's** en el cajón es que no son una colección que aprecies: revísalos y pregúntate si volverás a ver esas películas, tal vez en la biblioteca hagan mejor uso de ellas. Y podrás volver a sacarlas.

Si tienes **libros**, mi consejo es que no guardes la sabiduría en los cajones, tenlo a mano y léelo. Después no lo pasees y dale otro uso (donación, préstamo, reciclaje, venta).

Si encuentras **dinero**, mételo en la cartera.

Tal vez tengas **una gran cubertería** en un cajón. Si te encanta, úsala ya, sin esperar que sea un día especial. Tuve una pareja en cuya casa se usaba a diario la vajilla de La Cartuja. Al principio me parecía una ostentación, ahora entiendo que era saber disfrutar de la vida y las cosas bellas.

Como colofón te diré que la clave está en no dejar que acaben en el salón objetos in ubicación definida. Porque es una estancia importante, no un 'todo vale'. Aprende a devolver cada cosa a su sitio.



Día 6

Los cajones del baño

El baño es una estancia comprometida por su alta humedad, es por ello que deberíamos contar con pocas cosas en él y dedicarles la atención que merecen en su mantenimiento. Un truco para la humedad, es instalar un helecho en el baño que, además de recogerla, proporcionará aire limpio dentro de tu casa.

Puede que no dispongas de cajones en tu baño y sí de bandejas o estantes, en cualquier caso esta revisión te será útil en tanto a reducción y simplificación.

1. El punto primero que ya conoces, **vaciar y limpiar el cajón**, también lo haremos con nuestro neceser si lo hubiera. Aprovecha para lavarlo si es de tela.
2. En esta habitación, librarse de la basura supone revisar fechas de caducidad. Si tus cajones contienen medicamentos, te sugiero que los saques de aquí. La humedad no es amiga de la conservación. Para mí, sin embargo, resulta un buen sitio para tener el botiquín por lo que tengo para ello una caja habilitada, cerrada e inaccesible para los niños! en la parte más alta. Revisa la caducidad de estos y lleva al punto Sigre de tu farmacia los medicamentos caducados. Deshazte también de aquellos que corresponden a un tratamiento temporal que ya no sigues: cremas, cánulas, o cualquier pastilla que te resolvió un problema localizado en el tiempo. No debes tomar medicamentos sin prescripción: si vuelves a enfermarte, el médico te lo volverá a recetar. **No guardes en espera de volver a enfermarte** ¡imagina qué atracción negativa supone este pensamiento! También **los cosméticos tienen fecha de caducidad**: cremas, espumas, maquillajes... nada es eterno. Dicho esto seguro que acabas de constatar que alguno de los objetos del cajón lleva contigo mucho tiempo. Por lo general, los cosméticos y productos de higiene, suelen portar un símbolo compuesto por un número y una M mayúscula. 12M se refiere a que caduca en un año (doce meses), 6M si el producto dura medio año... desde el momento en que se abrió. Si aún no lo has abierto, deberás tener en cuenta la fecha de fabricación y no superar los 3 años. Los productos en polvo como los polvos de maquillaje compactos o la sombra de ojos, al ser secos y no contener agua, pueden durar entre 2 y 3 años. Sin embargo, la máscara de pestañas tiene una vida muy corta, entre 3 y 6 meses: desoír este consejo puede provocarte conjuntivitis. Si algún producto huele mal o ha cambiado de color o densidad, te sugiero que lo deseches. Si sigues mi blog sabrás que siempre sugiero la versión eco o *DIY* de los cosméticos por la cantidad de tóxicos que contienen: imagínate si además de química, te aplicas química en proceso de descomposición.

La basura también implica las muestras, sobres y pequeños botecitos de propaganda.

3. **Reduce tus pertenencias.** Tan sencillo y tan complejo. Prueba a eliminar tan solo una de tus cosas esta semana. Quizá un lápiz de ojos de un color que apenas usas, o una brocha de las tres que tienes. Quizá decidas deshacerte de los esmaltes de un golpe (son terribles para la vida de tus uñas). O elijas entre tijeras y cortaúñas en lugar de conservar los dos. De entre aquellas cosas en grandes cantidades, como horquillas, gomas de pelo o pinzas, escoge las más útiles y bonitas.
4. **Simplifica cambiando los desechables por otras alternativas.** En lugar de papeles y algodones para desmaquillar, puedes usar un paño de microfibra y lavarlo a menudo. De los bastoncillos te puedes desprender tranquilamente.
5. **Un objeto, una función.** Conforme te sientas cómodo en tu reducción, podrás llegar al punto de conservar un objeto para cada uso, esto es: un solo color de labios, el que mejor te defina. Una sola máscara de pestañas, un solo peine, una sola brocha, una sola crema para la cara, una sola maquinilla de afeitarse (plantéate eliminar las desechables de tu vida).

Si tu reducción es real, **no vas a necesitar pequeñas cajas o separadores:** lo esencial está aquí y cuando vayas de viaje será tan fácil como meter todo en el neceser sin pararte a elegir entre tonos, variedades y funciones varias.



Día 7

El cajón de sastre

El último día del reto está dedicarlo a un cajón que habita en cada casa y que no debería existir: **el cajón de sastre**. La Rae lo define como un "*Conjunto de cosas diversas y desordenadas*" y no podría definirlo mejor porque, no solo es un cajón con objetos que no tienen parentesco entre sí, sino que además se dejan caer al cajón sin ningún orden y concierto. No se trata de acumular objetos de diversa índole sino que además, **hay cierto desprecio en este cajón hasta en la forma de llenarlo**.

La única forma de ordenar este cajón es haciendo que no exista. Puede que lo tengas en la cocina, en el recibidor o en el salón. Es igual. En tu hogar no debe haber un 'cajón para todo' puesto que 'todo tiene su cajón'. Con todo lo que has aprendido esta semana, apenas tengo que recordarte los pasos: después de **vaciar y limpiar**, así como deshacernos de todo aquello que es **basura**, debes ponerte manos a la obra y **reubicar** cada objeto en su habitación y cajón correcto. Esto además, es una ganancia: acabas de premiarte con un cajón vacío, bien para ser usado con coherencia llevando a él cosas que están sin sitio en esa estancia, bien para hacer más livianos los cajones contiguos.

No te enredes con la basura: botones, clips, bolígrafos, tarjetas, bolsitas de plástico... esta tarea es pan comido para ti y la harás automática. Donde vas a poner el empeño es en preguntarte: **¿dónde uso cada una de las cosas que están en este cajón?** Y llevarlas allí. Las tijeras, el celo o los bolígrafos, son enseres de escritorio, el primer cajón que ordenamos. Tornillos y herramientas deben ir a su cajetín. Lleva los medicamentos al botiquín y las pinzas al tendedero. Mete las monedas en tu monedero y las facturas a tu archivador. Seguro que ya sabes por dónde voy...

Aquellas cosas que sí que uses en esa estancia del cajón de sastre y que aún no tengan ubicación, serán las que permanezcan en el cajón pero **intenta dar un enfoque lógico a su interior**: tal vez parte de su contenido corresponda en realidad a otro cajón vecino y podrás usar este nuevo cajón para algunos objetos concretos igual que tienes el cajón de los trapos o de los cubiertos.

¿Te imaginas tener un hogar pionero sin 'cajón para todo'? Eso es ofrecerte respeto y ofrecérselo al espacio en el que haces tu vida. Si quieres una vida en orden enfocada en tus prioridades, comienza a dar pasitos desde lo pequeño.

¡Enhorabuena!

<http://www.mamavaliente.es>