

## Introduction

**A** lors, voici mon livre ! Pendant des années, j'ai parlé à tous ceux qui voulaient bien m'écouter de l'impact étonnant que la clarté et l'ordre dans nos maisons pouvait avoir sur tous les aspects de nos vies – et, voilà, le concept a pris de l'ampleur ! Il y a maintenant un réel intérêt pour la vie simple et le désencombrement. Nous constatons de plus en plus que par rapport à tout ce que nous possédons, moins signifie souvent plus.

Je suis vraiment contente que mes idées et méthodes concernant ce mode de vie soient couchés sur le papier dans ce livre, prêts à vous inciter à désencombrer et réorganiser votre maison sans perturber votre vie déjà bien remplie. Voici mes techniques éprouvées pour faire entrer dans les maisons l'organisation et, tout aussi important, la tranquillité d'esprit qui en découle.

Le désencombrement est ma profession et chaque jour je vois l'effet qu'elle a sur la vie des gens. Je vois aussi comment chaque client est différent – leur maison, leur style de vie et leurs préférences sont uniques. Pour cette raison, mes méthodes sont conviviales et adaptables, il n'y a pas de règle stricte – juste un ensemble de principes et des conseils utiles que vous pouvez

appliquer pour mieux agencer votre espace et la façon dont vous menez votre vie.

Tout au long du livre, je démontre que vous n'avez pas nécessairement besoin de grandes plages de temps pour mettre de l'ordre dans votre vie. Un changement significatif peut être atteint si vous prenez vingt minutes par-ci et par-là. Une fois que vous aurez commencé, vous trouverez le processus si gratifiant qu'il deviendra vite addictif.

Mes techniques sont faciles et jamais compliquées – la complication est si souvent une barrière quand il s'agit de réaliser le changement. La simplicité est la clé. Je crois qu'en gardant mes méthodes de « retour à l'essentiel », elles deviendront une seconde nature pour vous.

Ce livre ne porte pas sur le minimalisme et certainement pas sur la création d'un style d'intérieur parfait. Je vais vous aider à atteindre un niveau d'organisation satisfaisant. Imaginez comment des journées très remplies pourraient être libérées si tout ce dont vous aviez besoin était à portée de main, si vos vêtements étaient soigneusement rangés, de telle manière que choisir ce que vous voulez porter devienne un plaisir et que vos papiers soient stockés d'une façon si simple que le classement soit rapide et facile. Imaginez-vous rentrer à la maison dans un espace de détente où tout a sa place. Votre maison devrait travailler pour vous, pas contre vous. Elle devrait réduire votre niveau de stress et d'anxiété, et non les faire décoller. Ce processus est essentiel pour votre bien-être et vous ressentirez très vite des effets dans votre quotidien. Beaucoup de temps et d'énergie peuvent être économisés dans notre vie de tous les jours si nous évoluons dans un lieu calme et organisé.

Utilisez mon livre comme un guide pour récupérer et profiter de votre espace. J'explique clairement mes méthodes et les ai rendues aussi faciles que possible. L'objectif est de vous inciter à passer à l'action. Bonne lecture à tous !



Vicky  
xxx

## Comment tout a commencé

J'ai toujours été quelqu'un de très ordonné et aussi loin que je me souviens, trier et ranger mes tiroirs, ma chambre ou les espaces que j'occupais m'a toujours remplie de bonheur et de calme. C'est aussi simple que ça. J'ai un souvenir très vif de moi à huit ans, arrangeant ma chambre avec application pour créer ce qui pourrait être décrit comme un appartement miniature, complété par un service à thé installé sur un petit bureau. Un lit disposant de rangements était en haut de ma liste de cadeaux de Noël et j'avais créé une zone aménagée, avec un bol et un lit, pour le chien que j'espérais avoir pour mon anniversaire. (Le chien n'apparut jamais... pas plus que le singe qui était aussi sur ma liste.) Ranger mes affaires et ordonner l'espace dont je disposais me procurait une sensation de paix et, comme j'étais la plus jeune d'une fratrie de trois au sein d'une famille très animée, c'était probablement la seule manière dont je pouvais l'obtenir.

Comme j'étais la personne la plus ordonnée de la famille, c'était toujours moi qui m'activais pour ranger avant que mes amis ne viennent jouer. Je m'assurais que

les seules choses que l'on pouvait voir étaient présentables et que notre vaisselle dépareillée restait bien cachée. Je pensais que tous mes amis avaient de belles maisons, et même si ce n'est pas une chose à laquelle j'aspirerais maintenant, je suppose que j'avais l'impression que je devais me plier aux standards supposément immaculés des autres familles.

L'ordre joue toujours un rôle vital dans ma vie – je ne peux pas fonctionner sans – mais je comprends maintenant que rechercher la « perfection » dans ce domaine est quelque chose de différent – c'est irréaliste, et même malsain. Pour moi, le style de vie idéal d'une maison-témoin que j'enviais quand j'étais enfant ne mérite pas d'être désiré. Il est trop aseptisé et difficile à conserver pour la plupart d'entre nous.

Vous vous êtes peut-être déjà assis pour boire un café chez quelqu'un, qui vous a presque arraché votre tasse des mains, à peine votre dernière gorgée terminée : avant que vous n'ayez pu dire quoi que ce soit, elle avait été lavée et rangée.

C'est extrême – c'est stressant pour l'invité et cela suggère une préoccupation névrotique chez ses hôtes, à la recherche d'une vie immaculée qui serait épuisante et malsaine à entretenir. Au lieu de cela, je vise désormais des « niveaux agréables d'organisation », une expression que j'utiliserai régulièrement dans le courant de ce livre. Cela signifie qu'il n'est pas nécessaire de paniquer si quelque chose n'est pas à sa place l'espace d'une seconde – une journée est remplie de tels moments de désordre, mais ces derniers sont temporaires et sans conséquence. Cela consiste à accepter ces petites fenêtres de chaos en profitant de la pensée

rassurante que des systèmes sont en place pour pouvoir restaurer l'ordre rapidement et facilement.

Quand j'ai terminé l'école (sans avoir conscience que ma passion pour l'organisation pourrait devenir une véritable profession), j'ai commencé une formation pour devenir nounou. J'ai toujours aimé les enfants, aussi cela semblait une option logique.

En regardant maintenant en arrière, je crois que c'était le premier de plusieurs rôles qui m'ont permis de construire, chacun à leur manière, ma pensée selon laquelle une vie simple et organisée n'est pas seulement possible pour chacun d'entre nous, mais est aussi essentielle pour notre bien-être.

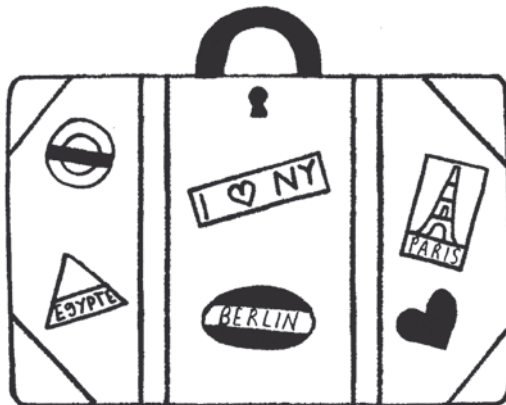
À l'âge de dix-huit ans, en m'occupant des quatre jeunes enfants d'une même famille, j'ai rapidement réalisé que l'organisation était la clé pour survivre. Des tâches relativement simples comme trier les vêtements de ces enfants pour les avoir sous la main, ou ranger leurs jouets pour qu'ils soient faciles à attraper pour leurs petites mains et tout aussi faciles à remettre en ordre, faisaient toute la différence pour assurer le bon déroulement de la journée et cela voulait dire aussi que nous avions plus de temps pour des activités plus amusantes. N'importe quel défi pouvait être relevé si les systèmes domestiques adéquats étaient mis en place pour une vie organisée. J'aimais m'attaquer aux chambres et aux espaces de jeu des enfants – ma formation et mon expérience de nounou m'ont donné une assez bonne idée de leur psychologie et j'ai vite réalisé qu'ils avaient autant besoin d'espace mental que les adultes – c'est quelque chose qui a articulé mes convictions et la manière dont je travaille aujourd'hui.

M'occuper de ces quatre petits était amusant mais épuisant, et quand cette mission est arrivée naturellement à son terme, j'ai pris un travail de barmaid et de réceptionniste dans un club de golf local. Peu de temps après, j'ai été approchée par une société de management spécialisée dans le golf pour devenir une AP. J'ai saisi ma chance mais, en réalité, je n'avais pas la moindre idée de ce que pouvait être une AP (c'était avant que j'aie regardé sur Google !) mais j'étais sur le point de le découvrir ! Je passais les quatre années suivantes à voyager autour du monde en tant qu'AP (assistante personnelle) de golfeurs professionnels ; mon bureau pouvait être aussi bien une table de restaurant que la salle d'attente d'un aéroport, ou bien encore un balcon surplombant un parcours de golf.

C'était une période incroyable, qui demandait un niveau d'organisation très très élevé ! Puis j'en suis venue à exercer le rôle d'AP pour vingt-cinq footballeurs professionnels. C'était un emploi sédentaire, et après deux ans passés derrière un bureau, j'avais pu me faire une idée du prochain rôle dans lequel j'aimerais être impliquée. Je souhaitais pouvoir voyager, travailler pour une seule personne, et découvrir un nouveau secteur. Mes vœux ont été réalisés que je suis devenue AP de la chanteuse Lily Allen.

Ce chapitre excitant de ma vie m'a apporté tout un tas de nouvelles expériences et compétences. Aider Lily et organiser sa vie pendant les dix-huit mois d'une tournée qui traversait l'Australie, l'Europe, le Japon et les États-Unis impliquait de mettre au point un planning incroyablement détaillé. Une fois encore, mon bureau pouvait être la loge de l'artiste, un siège dans le bus de la tournée... à peu près partout où je pouvais accé-

der au Wi-Fi. Nous devons toujours avoir plusieurs sacs prêts – pour un séjour dans une chambre d’hôtel, un vol, une obligation sociale, un concert ou une nuit dans le bus de tournée. D’une épingle à cheveux à une tenue de la garde-robe de Lily, je devais être capable de mettre la main sur n’importe quel objet à tout moment. J’adorais ces défis quotidiens ; les plus petits détails faisaient une si grande différence dans le déroulement de notre journée. En tournée, j’avais parfois la chance de pouvoir retourner une journée en Angleterre, où j’avais vingt-quatre heures pour reprendre ma vie en main, arranger mes affaires administratives, me laver et refaire mes bagages. C’était une époque totalement folle, incroyable, et inoubliable ! Je devais organiser méticuleusement ma vie aussi bien que celle de Lily, et disposer d’un endroit calme et ordonné comme base de repli était crucial pour mon bien-être.



L’activité d’AP consistait à rendre possibles des choses compliquées, allant de la réservation de vacances exotiques à l’organisation logistique des déplacements de toute une maisonnée. Pourtant au fil des années, j’ai



été frappée par la manière dont mon travail leur procurait de la joie. Ces petites touches me rapportaient des marques démesurées de gratitude, et je remarquais que réaliser ces ajustements dans les maisons des gens produisait un impact positif sur leurs vies quotidiennes, leur donnant un vrai surplus d'énergie.

Aussi quand cette formidable aventure avec Lily s'est terminée, je savais où reposait mon futur – dans le fait d'aider les gens à améliorer de nombreux aspects de leurs vies en apportant calme et ordre dans leurs maisons. Le métier d'« organisatrice professionnelle » n'avait jamais figuré sur ma liste de carrières possibles et pourtant – après des années passées à travailler dans d'autres secteurs – cela semble avoir été le choix le plus naturel pour moi et je ne pourrais pas être plus heureuse aujourd'hui. Je passe mes journées à rendre à mes clients leur espace mental en mettant de l'ordre dans leurs maisons. Pour moi, c'est le travail le plus satisfaisant et enrichissant possible !

Lorsque j'étais en tournée avec Lily, son agent aimait plaisanter avec quiconque entrait dans sa loge avec l'air stressé. Il posait sa main sur l'épaule du nouveau venu, et lui disait : « Tu as besoin d'une Vicky ! » Aussi quand le moment est venu de donner un nom à ma nouvelle activité, le choix s'est avéré évident – un peu nunuque, je sais, mais accrocheur et facile à se rappeler, il me donne toujours le sourire.

J'étais (et je suis toujours !) très excitée à l'idée de travailler avec des clients dans leurs maisons, mais à mes débuts j'ai découvert que certaines personnes ne partageaient pas mon enthousiasme et ne comprenaient clairement pas ce qu'une organisatrice professionnelle

pouvait faire... ou pensaient peut-être que l'idée ne ferait pas son chemin. Quand j'expliquais ce que je faisais pour vivre, je m'habituais aux réponses étonnées de ceux qui pensaient vraisemblablement que cette activité était vraiment étrange. Je les appelais les « Pencheurs de Tête » et je peux encore les voir aujourd'hui, la tête inclinée sur le côté, souriant et disant : « Eh bien, bonne chance avec ça... » C'était merveilleux de retomber sur les mêmes personnes par la suite et de pouvoir leur dire que ça se passait très bien – mon agenda affichait complet des semaines à l'avance et j'avais du mal à répondre à la demande !

L'une de mes premières missions a été de réorganiser la garde-robe de la fondatrice de l'agence de mannequins STORM, Sarah Doukas, ce qui m'a apporté le plein de confiance pour la suite. Voilà une femme incroyablement talentueuse et prospère, qui avait un répertoire rempli de gens qu'elle aurait pu appeler pour mener cette tâche à bien – et qui me choisissait moi ! La réalité était que, en dépit du fait qu'elle avait énormément de contacts dans le monde de la mode, c'était moi que Sarah voulait pour ce job. Cela m'a confirmé qu'il y avait bien une place à prendre sur le marché pour *You Need A Vicky, Professional Organiser* (« Vous avez besoin d'une Vicky, organisatrice professionnelle »).

J'avais totalement adhéré à la tâche d'assistante personnelle, et une fois que je m'étais faite au rôle, j'avais pris à cœur d'être la meilleure dans le métier. Ma détermination était grande dans ma nouvelle activité d'organisatrice professionnelle – je sentais que j'allais pouvoir la hisser à un autre niveau, pour être à la pointe. Dans ma vie personnelle, je ne suis pas compétitive, mais quand je suis arrivée dans le secteur professionnel, les

choses ont été différentes, je me suis sentie poussée à être la meilleure. Un an après m'être installée, j'avais un flux régulier de clients, les affaires marchaient bien, et je remarquais un changement dans la perception que beaucoup de gens avaient de mon travail. Il y a eu une prise de conscience graduelle durant cette période de la manière dont le désordre affecte nos vies, associée à une meilleure compréhension de notre bien-être mental – et les deux sont inextricablement liés.

Bientôt, je retins l'attention d'une table entière aux mariages quand venait mon tour d'expliquer ce que je faisais. Je n'avais pas d'enfants ou de mari desquels parler, mais petit à petit mon activité a commencé à soulever l'intérêt et la curiosité des gens ; tout le monde pouvait s'y reconnaître d'une manière ou d'une autre et souvent les gens me demandaient des conseils sur la manière de s'attaquer à leurs propres garde-robes, à leur paperasse ou à leurs salles de jeux. Je remarquais cependant rapidement que mes interlocuteurs supposaient que mes clients étaient des accumulateurs compulsifs, et je les détrompais rapidement.

La syllogomanie (ou accumulation compulsive) a été reconnue comme trouble mental en 2015 et requiert l'aide de spécialistes, ayant généralement une formation en psychologie. Mes méthodes ne sont pas adaptées au traitement des accumulateurs compulsifs, et ce livre ne l'est pas plus. (Il est vraiment important d'encourager une personne qui souffre de ce trouble à rechercher l'aide qui lui est nécessaire, alors si vous ou quelqu'un que vous connaissez se trouve confronté à cette situation, je vous invite à aider ces personnes à trouver des structures d'aide et de conseil en la matière.)



Je vois mon travail comme une aide apportée à des gens ordinaires pour reprendre le contrôle de leurs vies et de leurs espaces mentaux – des gens qui ont laissé la quantité de « choses » dans leurs maisons les dépasser et entamer leur capacité à vivre avec bonheur. Et c’est ce que ce livre vous aidera à faire aussi.

À mesure que se répandait l’idée que vivre avec moins avait ses avantages, de plus en plus de gens faisaient appel à mes services, et à certains moments durant ma seconde année d’activité j’avais une liste d’attente de plus de trois mois. La rumeur de l’efficacité de ma méthode se répandait et c’était très gratifiant d’être confrontée à une telle demande. Mes techniques sont fondées sur l’expérience : chaque méthode a été et testée et fait référence à un souvenir précis, souvent vieux de nombreuses années. Lorsque j’étais en tournée avec Lily, les tiroirs de sa garde-robe étaient profonds, alors il paraissait logique d’y ranger ses affaires verticalement pour que tout puisse être embrassé d’un seul

coup d'œil ; un jour où je m'occupais de mon petit-neveu, j'ai été prise de panique quand il a fait tomber un jouet plutôt lourd de l'étagère élevée sur laquelle il était posé. Il a bien failli se blesser – j'en tirais les conclusions logiques qui s'imposaient. La vie était, et est toujours, une série d'expériences dont on peut tirer des leçons simples. J'ai pris la décision de ne jamais lire aucun livre sur le rangement ou l'organisation – je ne veux pas embrouiller mon esprit avec d'autres théories, alors que j'ai essayé et testé mes propres méthodes et que je sais qu'elles fonctionnent.

Mes clients constituent un formidable mélange de gens et de styles de vie, et cela me permet de conserver une activité variée et excitante. Je travaille avec des familles débordées, des hommes et des femmes d'affaires, des gens qui voyagent beaucoup, ou qui abordent un nouveau chapitre de leur vie, comme un nouvel emploi, un déménagement ou la naissance d'un premier enfant, ainsi qu'avec des célébrités ou des sportifs de haut niveau.

Travailler avec ceux qui font face à des difficultés marquées comme des deuils ou des problèmes tels que l'anxiété constitue aussi une partie importante de mon activité. Aider les gens à restaurer le contrôle et la stabilité dans leurs vies, et à se connecter à leurs maisons comme à des sanctuaires de calme, est un privilège . Cela peut vraiment faire une énorme différence dans la vie de quelqu'un. Je sais à quel point je m'appuie sur ma propre maison pour m'équilibrer et conserver ma solidité dans les moments de chaos.

En suivant les méthodes de mon livre (et je vais tout diviser en tâches gérables et clairement identifiées pour vous rendre les choses plus simples), vous pouvez faire

une grande différence dans la manière dont vous vivez. Cela peut sembler quelque peu exagéré, mais je sais d'expérience que mettre de l'ordre dans une maison peut avoir un impact positif sur *tous* les aspects de votre vie. Opérer depuis un endroit calme et vivre de manière organisée changera votre état d'esprit, votre travail, vos relations, votre vie de famille, votre capacité à prendre des décisions, votre niveau d'énergie et votre confiance. Le fait que vous ayez acheté ce livre montre que vous êtes ouvert aux bénéfices que mon niveau agréable d'organisation peut vous apporter. Vous avez franchi le premier pas et je vous promets que le processus est bien plus faisable et plaisant que vous pouvez le croire – c'est un chemin à suivre pour mettre votre vie en valeur, pas une corvée.

Alors, allons-y ; je suis persuadée que vous allez adorer ça !