

# Une maison propre en 7 étapes

Et une nouvelle vie qui  
commence pour toi



---

On rêve toutes d'avoir une vie paisible, en famille, avec son mari et ses enfants, mais la vie est faite d'épreuves que l'on n'imagine souvent pas.

Moi, c'est Naima, maman de 5 garçons, qu'Allah me les préserve, et mariée depuis bientôt 15 ans. Eh oui ! le temps passe vite ! J'ai toujours rêvé de fonder une famille, avoir des enfants et vivre en paix sans problèmes, sans rien. On idéalise souvent les choses, j'ai toujours voulu être assidue dans mes prières par exemple, éduquer mes enfants et leur montrer le bon chemin de par notre belle religion, m'occuper de mon mari comme il se doit et vice versa.

Mais lorsque l'on entre dans une routine, on oublie vite les objectifs que l'on s'était fixés et l'on n'arrive malheureusement pas au bout de nos rêves. Et le pire, c'est que l'on fait tout l'inverse. La cause de tout cela, c'est souvent la désorganisation et la procrastination. Je suis sûre que toi aussi, tu es comme moi, tu te dis : « Allez, aujourd'hui je vais faire telle chose, il faut que j'avance, que je fasse mes prières à l'heure », et il suffit que le téléphone sonne, ou bien d'une petite urgence, qui, même si elle n'est pas si urgente que cela, devient pour toi plus prioritaire que de faire tes prières. Du coup, le temps passe, et à la fin, tu te rends compte que rien de ce que tu voulais faire n'a été fait.

Si j'ai créé le site Mamamuslima, c'est pour aider toutes les femmes et les mamans comme moi qui n'ont qu'une envie : avancer dans leur religion. Car oui, c'est la chose la plus importante que l'on se doit de faire et aussi de transmettre.

« Seigneur! fais que j'accomplisse assidument la prière ainsi qu'une partie de ma descendance ; exauce ma demande



(du'â), ô notre Seigneur ! » Coran (Ibrahim 14/40)

« L'essence des choses est l'islam (la soumission), son pilier central est la prière (salât) » Tirmidhi (2541), Ahmad (21008).

Pour réussir à avancer, il faut pour cela être organisée, chose que j'avais moi-même du mal à comprendre.

Si ton foyer n'est pas un endroit où tu te sens à l'aise, qui te génère une source de stress, où tu as sans arrêt besoin de trier, ranger... et que tu es fatiguée rien qu'à l'idée de devoir ramasser tout ce que les membres de la famille ont laissé traîner, etc. Forcément, au bout d'un moment tu es psychologiquement fatiguée, tu n'arrives plus à avancer, et c'est normal.

Ma soeur, nous avons toutes les mêmes difficultés, ne culpabilise pas, le but de du blog [Mamamuslima.com](http://www.mamamuslima.com) et de cet ebook, que j'ai le plaisir de t'offrir aujourd'hui, est de t'aider incha Allah à y voir plus clair.

---

Ce n'est que le début d'une aventure entre nous, nous allons y arriver ensemble.

Prends soin de toi, je te laisse lire en attendant cet ebook qui n'est pas très long, car étant maman, je sais qu'au bout de 10 pages, on arrête tout.

À plus tard in cha Allah



Naima du site <http://www.mamamuslima.com/>



# Introduction

Cet ebook que je t'offre aujourd'hui, va te permettre de commencer à t'organiser, et surtout à désencombrer ta maison.

J'ai moi-même vécu cela, et cela n'a pas commencé à l'arrivée de mes enfants, mais plutôt dès le début de mon mariage! Tout cela sera bientôt du passé pour toi, je te rassure. On est toutes identiques.

Tout le monde a besoin à un moment de sa vie de se remettre en question et de remettre les choses à leur place dans tous les sens du terme. J'ai compris, il y a longtemps, qu'avoir une maison rangée était le fil conducteur pour tout ce qui suit, car on est forcément apaisée et on a plus de temps pour soi et sa famille.

Malheureusement, je n'arrivais pas à m'y mettre, car je ne savais pas par où commencer tellement il y en avait de partout, jusqu'au jour où j'ai décidé de changer cela. Le déclic ? C'était mon manque de temps pour faire mes prières obligatoires qui devenaient un fardeau plutôt qu'une hâte, un plaisir. J'en pleurais!

J'ai ouvert les yeux le jour où tout un tas de problèmes arrivait les uns après les autres, voire plusieurs en même temps.

La grande majorité d'entre nous avons une famille, une belle famille et aussi des amies. Et l'erreur que j'ai faite, c'est de ne pas avoir su mettre de limites dans ma vie privée et d'avoir toujours essayé de résoudre les problèmes des autres avant les miens. J'ai passé énormément de temps au téléphone à discuter au lieu de m'occuper de ce qui était vraiment important à mes yeux « ma vie, mon din, ma famille ». J'ai accumulé tellement de fatigue physique



et psychologique, que le retard s'accumulait pour mes prières et je n'arrivais plus à les rattraper (j'espère que Dieu me pardonnera).

J'avais aussi du mal à m'occuper de l'éducation de mes enfants, j'avais du retard dans le linge, mais aussi du mal à gérer les repas ou les devoirs etc.....

En bref, j'ai perdu beaucoup de temps à PROCRASTINER !!

J'ai donc un jour décidé de me reprendre en main et de tout changer. TOUT, et on est toutes capables d'y arriver !

Concernant la maison, le gros problème c'est que l'on a tendance à toujours vouloir garder des choses qui nous tiennent à coeur, on prend tout par les sentiments et les objets y passent aussi. Donc, avec les années, on se retrouve facilement avec plein de papiers, pleins de vêtements, sacs, chaussures, vaisselles, etc... Et bien évidemment plus la famille s'agrandit, plus les objets s'entassent ! Et là, le constat est amer.



Etape numéro 1

# 1- Tu n'es pas une mauvaise mère!

*Reprends confiance en toi!*

***Je ne connais personne dans mon entourage qui a une maison propre et bien entretenue tous les jours. Chaque personne est différente et chaque famille aussi.***

*Le manque de confiance*

On pense souvent que l'on n'est pas une bonne personne, car comme on entend souvent : « Notre maison reflète notre personnalité ! » Et c'est souvent lorsque l'on ouvre la porte d'entrée, que la baisse de moral se fait ressentir !

Je suis sûre que toi aussi, quand tu rentres chez toi, tu vois les paires de chaussures de toute la famille éparpillées un peu partout dans le couloir, qui fait office de dépose-minute. Sans compter les cartables, les vestes... On est sept à la maison, je te laisse imaginer ce que ça donne :)





## *Etre toujours positive*

Terminée, la baisse de moral ! Nous sommes juste des mamans qui faisons mille et une chose à la fois. Nous allons tout reprendre à zéro pour pouvoir entrer chez nous, la tête reposée cette fois-ci. C'est parti on commence !!!

Etape numéro 2

# 2- Trier seule



Alors si tu comptes inviter gentiment ta maman, ta soeur ou bien ta copine à venir t'aider, car tu as peur de t'aventurer toute seule dans le tri qui t'attend, eh bien, oublie vite ! C'est une très mauvaise idée !

L'étape suivante va être la plus importante du processus, alors si des ondes négatives viennent te « manger le cerveau », tu vas très vite te décourager, car lorsque tu voudras par exemple jeter quelque chose, tu entendras très vite quelqu'un te dire : «Mais c'est encore neuf ça, tu devrais le garder !» ou bien «Laisse-le de côté, on verra ce que l'on en fait plus tard!»

Cela ne fera que déplacer le problème, ou pire, cela ne le règlera pas du tout. Et tu finiras vite par te décourager et par tout laisser tel





Etape numéro 3

# 3-Désencombrer

## *Catégorie par catégorie*

Cette étape est la plus importante du processus, c'est elle qui t'aidera à y voir beaucoup plus clair !

Comme dit **Marie Kondo** (spécialiste du rangement) : « *Le meilleur critère pour choisir quoi garder et quoi jeter est de savoir ce qui vous rend heureux, vous procure de la joie.* »

Extrait du livre : «La magie du rangement» que je te conseille de lire d'ailleurs, une vraie mine d'or.

Il faut que tu fasses un tri par catégorie, une seule chose à la fois. On va commencer par les vêtements, si tu veux (oublie les chaussures et tout le reste) juste les vêtements. Pour moi, ça a été la catégorie la plus longue à trier, car ce sont les vêtements que j'avais le plus. Mais une fois tout cela terminé, j'ai déjà senti un grand vide dans mes placards et cela m'a fait un bien fou après!

Tu commences par prendre 3 cartons ou 3 sacs-poubelles par exemple : un «**A DONNER**», un «**A JETER**» et un «**A GARDER**».

Ensuite, tu continues ton tri avec les chaussures, puis la vaisselle, les papiers, les jouets etc...

À ce moment-là de l'étape numéro 2, tu devrais déjà voir beaucoup plus clair dans les pièces concernées.



Tu prends les différents cartons ou sacs, et tu jettes ou donnes ou ranges tout de suite, sinon tu vas encore mettre tes mains dedans. Et n'oublie pas ! Pose-toi toujours la même question : **Est-ce que j'aime ce vêtement? Est-ce qu'il me procure de la joie?**

En ce qui concerne les papiers administratifs, tu pourras faire un grand tri et ne garder que l'essentiel. Nous verrons par la suite comment ranger tout cela. En attendant je te laisse cliquer sur ce lien : [papiers à conserver](#)

C'est un article de mon blog qui t'aidera à savoir quel document garder et lequel jeter. Nous gardons souvent des documents trop longtemps, alors que ce n'est pas nécessaire. N'hésite donc pas à jeter ce qui n'est pas nécessaire.

Etape numéro 4

## 4- Chaque chose à sa place

### *Pièce par pièce*

Ensuite, tu vas faire le tour de ta maison, pièce par pièce, et ranger chaque chose à sa place.

Si par hasard tu avais oublié de trier certaines choses, fais-le tout de suite : on jette - on donne - on garde ...



Allez, on désencombre! N'aie pas peur de jeter, ne garde pas les choses inutiles, tout ce dont tu ne t'es pas servi depuis plusieurs mois, eh bien, tu jettes ou tu donnes, mais débarrasse le tout de suite! On connaît trop cette fameuse phrase : « Je préfère le garder, cela servira sûrement un jour! »



Étape numéro 5

# 5- Grand nettoyage

## *Sortez l'aspirateur*

Maintenant que tout est beaucoup plus clair, un bon nettoyage, pièce par pièce, est nécessaire.

Tu commences par le hall d'entrée, car c'est la première chose qu'une personne voit lorsqu'elle rentre chez toi : retire les toiles d'araignée du plafond (oui, oui ! lève ta tête, tu vas sûrement en apercevoir !), nettoie les plinthes, lave les murs, ajoute une belle touche déco.

Ensuite, tu passes au salon et dans la salle à manger, tu continues avec la cuisine (divers tiroirs, réfrigérateur, four, plaque de cuisson, etc.).

Tu termines en lavant les vitres, tu passes l'aspirateur et tu laves le sol. Je te conseille de faire cela en plusieurs jours, car la fatigue va vite reprendre le dessus.

Tu fais ensuite les chambres, salles de bains, douche et WC. N'oublie pas les débarras, éventuellement la terrasse, le balcon etc.





Etape numéro 6

# 6- Mettre en place des routines

## *Organise-toi avec un classeur*

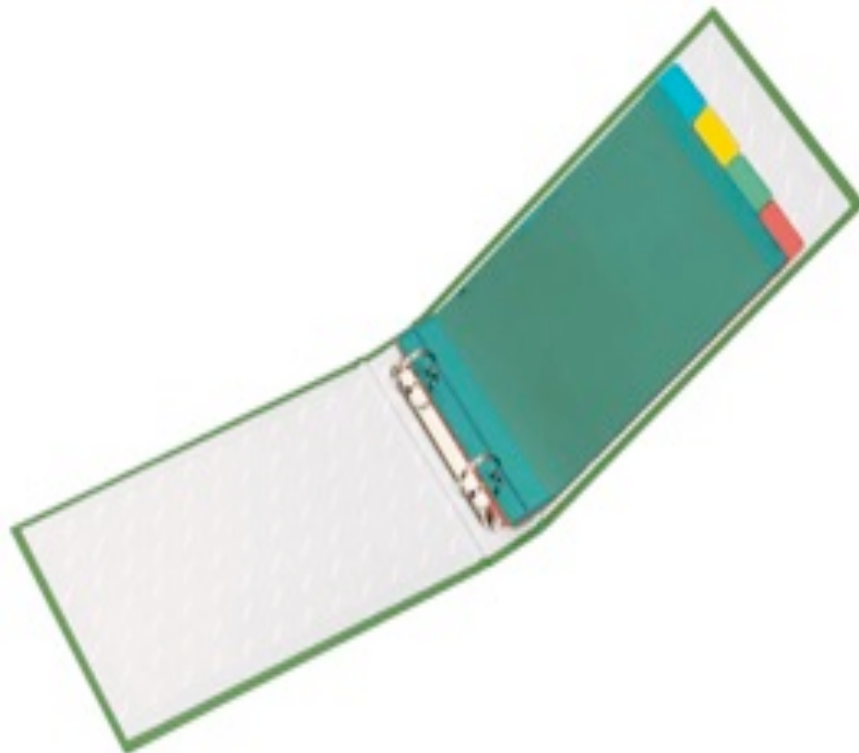
Maintenant, la chose importante à faire est de t'acheter un classeur et des intercalaires ou d'en reprendre un ancien, cela fera très bien l'affaire aussi, et de mettre en place des routines.

Il faut absolument que tu t'y tiennes.

Par exemple : tous les matins, tu te lèves, tu fais ton lit, tu laves les sanitaires, tu prépares le petit déjeuner, tu déjeunes avant le reste de la famille pour ne pas te mettre en retard et pour ranger ce qui traîne en moins de 5 min, etc.

Il faut que tu fasses tes routines en fonction de tes habitudes sinon tu ne t'y tiendras pas.

C'est très important d'avoir des routines, car tu pourras toujours avoir la main sur ta maison. Elle sera toujours propre, même si des grosses tâches seront toujours à faire au quotidien (comme repassage, lavage des vitres, des portes, etc.). N'importe qui pourra taper à ta porte à n'importe quel moment de la journée, tu pourras accueillir les personnes chez toi sans stress :)



Etape numéro 7

# Elimine tout ce qui nuit à ton rythme de vie

*Adieu les coups de téléphone de plus de 5 minutes !*

Maintenant que tu as enfin réussi à tout ranger chez toi, je pense que tu vas aller beaucoup mieux, tant au niveau moral que physique. Ton mari et tes enfants vont vite le ressentir, et tout sera tellement plus agréable.

Finis les hurlements derrière les enfants avec la voie de Shrek et fini le stress !

A toi maintenant de faire en sorte de t'y tenir en éliminant toutes les choses inutiles dans ta vie, les coups de fil dérangeants qui te minent le moral dès le matin, les heures passées sur Facebook ou bien devant la télévision...



Tu vas enfin pouvoir te concentrer sur ta vie et ton din in cha Allah car il n'y a pas mieux que de prier dans une maison où l'on se sent bien. D'ailleurs, tu pourras lire cet article sur l'importance de la prière que j'ai écrit pour toi en cliquant sur ce lien : [Faire la prière](#)

J'espère qu'à travers ces quelques pages, j'aurai pu t'aider à reprendre confiance en toi et à aller de l'avant.

D'autres surprises t'attendent bientôt, tu continueras bien sûr à recevoir des conseils quotidiens de Mamamuslima par email incha Allah.

A bientôt :)

Naima

