

# Dan-sha-ri. Jak posprzątać, by oczyścić swoje serce i umysł

[Hideko Yamashita](#)



**Wydawnictwo:** [Wydawnictwo Literackie](#)

**Autorka tekstu:** [Anna](#) | 2018-01-28

Hideko Yamashita autorka książki pt. DAN-SHA-RI. Jak posprzątać, by oczyścić swoje serce i umysł przedstawia to, co najważniejsze w naszym życiu, kiedy podejmujemy próbę oczyszczenia siebie w chwili wykonywania codziennych porządków.

Książka składa się z 5 rozdziałów, w których omówione są metody, techniki porządkowania, opisywane są nasze relacje co do sposobu sprzątania.

Autorka doskonale ujmuje właściwe podejście do sprzątania i uświadamia to czytelnikowi jak ma sobie poradzić, kiedy musi dokonać całkowitego, a przy tym niełatwego oczyszczania serca i umysłu.

Szczególną uwagę zwróciłam na rozdział czwarty dotyczący ciała w ruchu, czyli o naszym podejściu do sprzątania rzeczy, ich selekcji oraz o tym, jak je ustawiamy.

Miło jest kiedy, znamy zasady swobodnego i właściwego sposobu do wykonywanej czynności w trakcie sprzątania domu, serca i umysłu.

Autorka książki z zawodu jest ekspertem od nieładu, a jak sama podkreśla, że jej praca polega, aby spojrzeć w nowy sposób na nasz dom, w którym znajdują się niepotrzebne przedmioty i my jesteśmy z nimi związani na co dzień.

Poznałam znaczenie słów, które mają związek z tytułem książki Dan- odrzucenie, Sha- wyrzucenie, Ri- uwolnienie się.

To od nas zależy czy my sami podejmiemy próbę posprzątania domu, w którym czujemy się bezpieczni, ale w środku może pozostać niewidoczny nieład.

Podoba mi się podejście autorki do czytelnika, gdyż ona wraz z nim dokonuje przemiany służącej ku lepszemu wyglądowi naszego domu, serca i umysłu.

Tekst zamieszczony w książce został, napisany językiem zrozumiałym, pomarańczowy kolor czcionki został użyty przy podkreśleniu tytułów rozdziałów oraz końcowych uwag od autorki, a następnie zostały, wprowadzone schematy graficzne w rozdziałach, aby lepiej zrozumieć język przekazu.

Elementem dodatkowym są tutaj podane przez Panią Hideko Yamashita przykłady z życia wzięte odnośnie do oczyszczania metodą Dansshari str.27.

Twarda oprawa, a w jej tle znajduje się posprzątane wnętrze z białą chmurką, s.179, Wydawnictwo Literackie, Kraków, 2017.

Polecam przeczytać tę książkę o każdej porze roku.