

Królowa[👑] oszczędzania

Mój rok bez zakupów



CAIT FLANDERS



SŁOWA UZNANIA

Jeśli kiedykolwiek czułeś, że w życiu liczy się coś więcej niż tylko błędne koło konsumpcjonizmu, w książce Królowa oszczędzania odnajdziesz inspirację do wyzwolenia się z niego. Jasny przekaz osobistej historii Cait jest dla nas zachętą, wyzwaniem i nieopisaną pomocą.

– Joshua Becker

autor książki **The More of Less**



Cait Flanders to dzielna kobieta. Płakałam, czytając jej książkę, lecz moje serce przepełniała też radość. Jej historia udowadnia każdemu, kto nie wierzy w swoje siły, że nie liczy się to, gdzie zaczynamy, tylko to, gdzie dotarliśmy.

– Gail Vaz-Oxlade

gospodyni programu **Til Debt Do Us** i autorka książki **Debt-Free Forever**



W rezultacie godnego podziwu celu Cait – zakazu robienia zakupów przez rok – zrodziła się bardzo osobista książka wypełniona lekcjami, z których każdy z nas może skorzystać, by dowiedzieć się, jak znaleźć spełnienie i sens w naszych życiach (bez tych wszystkich rzeczy!). Pozycja obowiązkowa dla każdego, kto szuka prostoty w konsumpcjonistycznym świecie.

– Rachel Jonat

autorka książki **The Joy of Doing Nothing**

Pozbycie się części przedmiotów z mojego życia oczyściło przestrzeń, w którą wkroczyło wielkie dobro i to ono ją zajęło. Książka Cait jest prawdziwą inspiracją i przykładem tego, jak wielka moc transformacji płynie ze zmniejszenia ilości posiadanych rzeczy, a także jak dalej rozwijać tę umiejętność.

– Katie Dalebout

autorka książki *Let It Out*



Dokonanie istotnych zmian w życiu wymaga dużo czasu i wysiłku. Cait w swojej książce dzieli się z nami bardzo osobistymi przemyśleniami, obrazującymi głębię i ciężar tych zmian. Jeśli szukasz inspiracji i praktycznych przykładów tego, jak nakreślić dla siebie i najbliższych ludzi lepszą przyszłość, znajdziesz to i o wiele więcej w Królowej oszczędzania.

– Anthony Ongaro

założyciel breakthetwitch.com



Cait pocieszała się alkoholem, napadowym objadaniem się i kompulsywnymi zakupami, aż pewnego dnia powiedziała sobie: „Dosyć”. To nie jest kolejna książka o tym, jak przeżyć, mając wszystkiego mniej, tylko ogromnie wzruszająca i pocieszająca historia, która pokazuje nam, że jeśli zgodzimy się uwolnić od rzeczy, których tak naprawdę nie potrzebujemy, możemy w końcu wieść życie, jakiego pragnęliśmy.

– Courtney Carver

autorka książki *Soulful Simplicity*

Królowa oszczędzania *to piękna, wrażliwa i prawdziwa książka. Słowa Cait stały się moją inspiracją, by nabrać więcej odwagi do pisania i życia. Jestem pewna, że stanie się również twoim źródłem mocy.*

– Tammy Strobel

autorka książek **Everyday Adventures Journal**
i **You Can Buy Happiness (and It's Cheap)**



Ta książka to najwspanialszy prezent dla wszystkich, którzy kiedykolwiek chcieli się zmienić, lecz obawiali się tego – wstrzymywali ich lęk przed porażką, przed tym, czego mogą się dowiedzieć o sobie po zdjęciu masek, jak i przed tym, co się stanie, jeśli nie podejmą działania. Przekaz Cait jest piękny i szczerzy, opowiada nam o pracy związanej z tworzeniem życia przy mniejszym udziale środków oraz daje pozwolenie na zejście z wiecznie kręcącej się karuzeli kompulsywnej i bezmyślnej konsumpcji, dzięki czemu możemy poznać dobro, które znajduje się po drugiej stronie.

– Brooke McAlary

gospodyni programu **The Slow Home Podcast**
i autorka książki **Destination Simple**



Inspirująca historia o tym, jak jedna kobieta pokonała przeszki i uzależnienie od zakupów, alkoholu i jedzenia, aby zacząć żyć z poczuciem celowości. Po przeczytaniu tej książki będziesz gotów na zmianę swojego życia, zrozumiesz też, dlaczego ograniczenie konsumpcji cię uwolni.

– Elizabeth Willard Thames

autorka książki **Meet the Frugalwoods**

CAIT FLANDERS

Królowa[👑] oszczędzania

Mój rok bez zakupów

PRZEŁOŻYŁA

Katarzyna Dumińska



TYTUŁ ORYGINAŁU:

The Year of Less

Redaktor prowadząca: Marta Budnik

Redakcja: Marta Pustuła

Korekta: Marta Akuszewska

Projekt okładki: designpartners.pl

Zdjęcie na okładce: © Melpomene (Depositphotos.com)

DTP: Maciej Grycz

THE YEAR OF LESS

Copyright © 2018 by Cait Flanders

Originally published in 2018 by Hay House Inc. USA

Copyright © 2019 for the Polish edition by Wydawnictwo Kobiecte Łukasz Kierus

Copyright © for the Polish translation by Katarzyna Dumińska, 2019

Wszelkie prawa do polskiego przekładu i publikacji zastrzeżone.
Powielanie i rozpowszechnianie z wykorzystaniem jakiegokolwiek
techniki całości bądź fragmentów niniejszego dzieła bez uprzed-
niego uzyskania pisemnej zgody posiadacza tych praw jest zabro-
nione.

Wydanie I

Białystok 2019

ISBN 978-83-65170-30-9



Bądź na bieżąco i śledź nasze wydawnictwo na Facebooku:
www.facebook.com/kobiece



WYDAWNICTWO
KOBIECCE

www.wydawnictwokobiece.pl

Wydawnictwo Kobiecte

E-mail: redakcja@wydawnictwokobiece.pl

Pełna oferta wydawnictwa jest dostępna na stronie

www.wydawnictwokobiece.pl

SPIS TREŚCI

Wstęp	11
1. Lipiec: remanent	25
2. Sierpień: zmiana codziennych nawyków	45
3. Wrzesień: zerwanie z terapią zakupową	63
4. Październik: dorastanie i oddalanie się od siebie	81
5. Listopad: utrata przytomności i ocknięcie się	99
6. Grudzień: nowe tradycje	113
7. Styczeń: nowe zasady	127
8. Luty: uwolnienie się od przeszłości	143
9. Marzec: rozjaśnienie	159
10. Kwiecień: przygotowując się do wyjścia	177
11. Maj: odwiedzając nietypowe miejsca	191
12. Czerwiec: spakowanie się i ruszenie naprzód	203
Epilog	215
Twój przewodnik oszczędzania	221
Źródła	233
Spółeczność	235
Podziękowania	237
O autorce	240

*Książkę tę dedykuję mojej rodzinie
oraz Molly i Lexie. Zawsze będę za Wami tęsknić,
kochane dziewczynki.*

Wstęp

Niniejsza koncepcja narodziła się na szlaku, podobnie jak wiele innych. Na dwa dni przed moimi dwudziestymi dwoma urodzinami postanowiłyśmy z przyjaciółkami spędzić weekend w Whistler. Wędrowałyśmy wokół jeziora Cheakamus w Garibaldi Provincial Park, a odcienie turkusowej wody zmieniały się równie szybko jak przesuwane się po niebie chmury. Tematy naszych rozmów rotowały z podobną częstotliwością, oscylując między pracą i hobby a przyjaciółmi i związkami.

Wendy niedawno zamieszkała razem ze swoim chłopakiem, z którym spotykała się od dłuższego czasu, a Liz przygotowywała się do podjęcia tego samego kroku ze swoim. Obie dywagowały nad dalszym rozwojem wydarzeń – snuły plany kupna domu, dopóki ceny w naszym rodzinnym mieście, Victorii w Kolumbii Brytyjskiej, jeszcze na to pozwalają, i rozważały zajście w ciążę przed ślubem. Po dwuletniej pracy w zawodzie redaktora naczelnego w firmie start-upowej mogłam się z nimi podzielić moim zdaniem, lecz to był mój cały wkład w tę rozmowę. Przyjaciółki wkraczały

w nowy etap swojego życia, a ja wciąż byłam w trakcie pracy nad samą sobą.

– A ty co planujesz, Cait? – zapytała Liz.

Proste pytanie zadane przez tę z moich przyjaciółek, z którą najdłużej się znam. Poznałyśmy się w ósmej klasie. Chodziłyśmy do tej samej szkoły tylko przez rok, ale to nam w zupełności wystarczyło. Mieszkałyśmy na tej samej ulicy i często można było nas spotkać w drodze od jednego domu do drugiego, ponieważ spędzałyśmy ze sobą dużo czasu. Po tylu latach pewnie miała nadzieję, że ja też jestem już gotowa, żeby w końcu się ustatkować. Jednak przypuszczam, że znając mnie nie od dziś, prawdopodobnie oczekiwała, że poinformuję o moim zamiarze powrotu do pracy w Toronto lub przeprowadzce do kolejnego miasta. Zawsze byłam w drodze.

Zamiast po prostu odpowiedzieć, podzieliłam się z nią moimi przemyśleniami, które siedziały mi w głowie od tygodnia.

– Zastanawiałam się nad przeprowadzeniem eksperymentu polegającego na zaprzestaniu robienia zakupów – odparłam. – Może na sześć miesięcy, a nawet na cały rok.

Moje przyjaciółki nie dziwiły się, słysząc podobne deklaracje z moich ust. W ciągu ostatnich trzech lat dokonałam poważnych zmian w moim życiu, włącznie ze zobowiązaniem się do wyjścia z długów (i niezaciągania nowych), przejściem kontroli nad moim zdrowiem i odstawieniem alkoholu. Udokumentowałam te zmiany, publikując je na moim blogu (caitflanders.com, wcześniej znanym pod nazwą „Blonde on a Budget”), którego zaczęłam prowadzić w 2010 roku. Po wydaniu z siebie okrzyków: „Świetne!”

i „To dopiero ciekawe!”, zasypały mnie garścią pytań. Kiedy wypowiedziałam swoje postanowienie na głos, poczułam się związana intencją, a mój plan zaczął nabierać kształtów. Rozmawialiśmy o tym, jak taki eksperyment mógłby wyglądać, co wolno byłoby mi kupować, a czego nie.

Sama nie znałam jeszcze odpowiedzi na wszystkie pytania. Nigdy ich nie znałam, gdy zaczynałam którykolwiek z moich eksperymentów. Wcześniej nie wiedziałam, w jaki sposób spłacić 30 000 dolarów długu w dwa lata ani jak zrzucić trzysta kilogramów w rok. Wtedy nie miałam jeszcze pojęcia, że podczas kolejnych dwunastu miesięcy będę się utrzymywać za 51% moich dochodów, oszczędzać 31%, a za pozostałą kwotę podróżować. Nie wiedziałam też, jakim cudem uda mi się udokumentować tak wiele z tej historii na moim blogu ani że nieopublikowane na blogu opowieści i lekcje ostatecznie przybiorą postać tej książki. Jedyne, czego byłam pewna, to że jestem niezadowolona z mojej sytuacji finansowej – chciałam mniej wydawać i oszczędzać więcej. Tutaj zaczyna się moja historia. Zresztą, większość moich historii ma taki początek.



Kiedy miałam dziewięć lat, rodzice zabrali mnie do banku, gdzie wspólnie otworzyliśmy konto oszczędnościowe dla dzieci. Otrzymałam małą książeczkę, w której miałam zapisywać wpłaty oraz saldo konta. Książeczka liczyła nie więcej niż dziesięć stron połączonych dwiema zszywkami, lecz na jej okładce było wydrukowane moje imię, więc stała się moim skarbem. Możliwość zapisywania w niej

liczb sprawiła, że poczułam się jak dorosła – byłam odpowiedzialna za coś więcej niż tylko zabawki. Trzymałam ją w szufladzie biurka, wciśniętą między segregator szkolny, pełen zadań domowych, a pamiętnik. To moje pierwsze wspomnienie związane z próbą przekazania mi przez rodziców, jak ważne jest oszczędzanie pieniędzy. Niestety, ten wynalazek szybko mi się znudził, zgubiłam też książeczkę, a wraz z nią cały zapał do zarządzania finansami.

Gdy jako nastolatka wracałam ze szkoły do domu, często znajdowałam na swoim łóżku pełno artykułów z gazet. Teksty o stopach procentowych, planach zabezpieczeń emerytalnych, rynkach nieruchomości i prognozach ekonomicznych były specjalnie wycinane i układane na moim łóżku, żebym się z nimi zapoznała. Zawsze zajmował się tym mój tata. Każdego ranka siadał przy stole kuchennym, wypijał filiżankę pomarańczowej herbaty pekoe i czytał gazetę od deski do deski. Jeśli nie siedziałam akurat obok niego i nie mógł podstawić mi pod nos danej strony, wycinał artykuł i kładł go na moim łóżku.

– Przeczytałaś tekst, który ci zostawiłem? – zwykł pytać niedługo po tym, jak przekroczyłam próg domu.

– Zrobię to później. – Moja odpowiedź pozostawała niezmienna.

„Później” nie zdarzało się zbyt często, o czym mój tata oczywiście wiedział. Grał ze mną przy stole w „dwadzieścia pytań” dotyczących tych artykułów, co nierzadko było początkiem jego wywodów, w których najczęściej wyjaskrawiał proste przykłady. W takich sytuacjach zazwyczaj się ulatniałam.

– To są bardzo ważne rzeczy, Caitlin! – wyjaśniał wówczas, na co ja natychmiast przewracałam oczami.

Wiedziałam, że mówi poważnie, bo zwracał się do mnie pełnym imieniem. Nikt nigdy nie nazywał mnie Caitlin, chyba że chodziło o coś bardzo ważnego lub narobiłam sobie kłopotów. Mimo tego gapiłam się na drzewa z obrazu Emily Carr wiszącego naprzeciwko mnie, przytakiwałam i co jakiś czas powtarzałam usłyszane od ojca słowa. Zawsze jednak zaczynałam od tych, na które rodzice wywracają oczami:

- Przecież wiem.

Wówczas myślałam, że wiem wszystko.

Pomimo że w tamtym okresie uznawałam to za niezwykle nudny temat, teraz zdaję sobie sprawę, jaką byłam szczęściarą, dorastając w rodzinie, w której mówiło się o pieniądzach. Rozmawiało się u nas w zasadzie o wszystkim. Kiedy masz ojca marynarza, żaden temat nie uchodzi za tabu. Począwszy od tego, co się robiło w łazience, aż po nierzadko dosadne, lecz szczerze rady opisujące, czego nie należy robić z chłopcami w sypialni – dzieliliśmy się ze sobą wszystkimi niegrzeczными szczegółami, a może raczej moi rodzice uważali, że tak było.

Niezależnie od tego, jak szczerze z nimi rozmawiałam o pewnych kwestiach, miałam też sporo tajemnic. Sądzili na przykład, że jako nastolatka odłożyłam kieszonkowe zarobione na opiecekowaniu się młodszym bratem i siostrą, jednak – do czego nigdy im się nie przyznałam – większość pieniędzy wydałam na alkohol i narkotyki. Do momentu ukończenia szkoły średniej i wyprowadzenia się z domu rodzice zdążyli nauczyć mnie wszystkich najważniejszych zasad dotyczących zarządzania finansami, jednak nigdy nie powiedziałam im, że żyję z długiem, odkąd dostałam

pierwszą kartę kredytową. Mój tata na dobre wytrzeźwiał, gdy miałam dziesięć lat, i choć zawsze wiedział o moim towarzyskim piciu, nie miał świadomości, że piłam też w samotności ani że niemal za każdym razem spożywanie przede mnie alkoholu kończyło się utratą przytomności. Moja rodzina widziała, że dobrze się odżywiam i często chodzę po górach, nigdy jednak ich nie uświadamiałam, jak często jadłam czekoladę w samochodzie czy zamawiałam pizzę, gdy byłam sama w domu.

Okłamywałam w powyższych kwestiach nie tylko moich bliskich – oszukiwałam przede wszystkim samą siebie, zwłaszcza jeśli chodzi o wpływ tych zachowań na moje zdrowie fizyczne i psychiczne. Wysokość salda na karcie kredytowej bezpośrednio przekładała się na ilość snu, jaką udało mi się złapać w nocy. Im więcej piłam, tym gorzej się ze sobą czułam. Im więcej jadłam, tym bardziej tyłam, co również negatywnie wpływało na moje samopoczucie. A im dłużej udawałam, że to wszystko nie miało miejsca, tym gorzej działo się w moim życiu.

Po długich miesiącach ignorowania wyciągów z konta w końcu przyjrzałam się cyfrom w maju 2011 roku, uświadamiając sobie, że ciążył nade mną dług konsumencki w wysokości prawie 30 000 dolarów. Sprawę dodatkowo pogarszał fakt, że zostało mi tylko 100 dolarów na koncie bieżącym i 100 na jednej z kart kredytowych, co musiało mi wystarczyć na kolejnych sześć tygodni, aż do następnej wypłaty. W tamtym okresie mojego życia ważyłam też najwięcej, ile mi się kiedykolwiek zdarzyło (95 kilogramów przy wzroście 174 cm uznaje się za otyłość). Na dodatek, mając dwadzieścia pięć lat, znowu wprowadziłam się do moich

rodziców po nieudanej próbie przejechania kraju w poszukiwaniu pracy i przepiciu wszystkich oszczędności w zaledwie osiem tygodni.

Ciężar długu działał na mnie miazdząco. Całymi tygodniami płakałam w łóżku przed zaśnięciem, czując się, jakbym straciła szansę na jakąkolwiek stabilną przyszłość finansową. Martwiłam się również rozczarowaniem, jakie sprawiłam rodzicom, oraz faktem, że nie udało mi się być wzorem do naśladowania dla młodszego rodzeństwa.

Moje łyzy były też spowodowane pragnieniem zmiany na innych polach. Próbowałam już wcześniej rozstać się z kieliszkiem, lecz nie wytrzymywałam dłużej niż kilka tygodni. Miewałam wzloty i upadki częściej, niż jestem w stanie spamiętać, a była tego przygnębiająca ilość. Okazało się, że jednak nie wiedziałam wszystkiego. Moja wiedza była niewystarczająca, aby uchronić mnie przed osiągnięciem osobistego dna, na którym się znalazłam. Nie chciałam nawet wiedzieć, co mogło mnie spotkać, gdybym spadła jeszcze niżej. Ten dzień, w którym obiecałam sobie wszystko zmienić, w końcu nadszedł.

W ciągu dwóch następnych lat spłaciłam cały dług, wzięłam zdrowie w swoje ręce, przeniosłam się do Toronto, a później do Vancouver i rzuciłam picie na dobre (po jeszcze kilku nieudanych próbach). Udokumentowałam wszystkie dokonane zmiany na blogu, na którego zaglądało coraz więcej czytelników. Nie będę udawać, że poszło łatwo ani że postępowałam zgodnie z zaleceniami specjalistów. Zrobiłam po prostu to, co sprawdziło się w moim przypadku – byłam wdzięczna za ludzi, wobec których musiałam być odpowiedzialna.



WYDAWNICTWO
KOBIECE

Spodobał Ci się fragment tej książki?

Zamów ją w naszej księgarni

www.WYDAWNICTWOKOBIECE.pl

Bądź na bieżąco i śledź nasze wydawnictwo na Facebooku:

 www.facebook.com/kobiece



ul. Andersa 40A
15-113 Białystok

e-mail: redakcja@wydawnictwokobiece.pl
tel. 731-019-059