



[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

Maria Letizia Polverini

# Il Bagaglio Geniale

Metodi e segreti per viaggiare felici  
(anche nella vita)

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

Мария Летиция Польверини

# Жизнь как чемодан

Умные советы для счастливых путешествий  
по миру и по жизни



[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

УДК 379.85+159.923  
ББК 88.4:75.81  
П53

Maria Letizia Polverini  
IL BAGAGLIO GENIALE  
Metodi e segreti per viaggiare felici (anche nella vita)

*Перевод с итальянского* Евгении Сафонкиной

**Польверини М. Л.**

П53 Жизнь как чемодан. Умные советы для счастливых путешествий по миру и по жизни / Мария Летиция Польверини ; пер. с итал. Е. Сафонкиной. — М. : Колибри, Азбука-Аттикус, 2020. — 144 с. ; ил.

ISBN 978-5-389-16078-1

«Попробуйте просто убрать из своего драгоценного чемодана что-то ненужное. Если у вас это получится, значит, вы сможете убрать лишнее и из своей жизни».

Мария Летиция Польверини — писатель из Рима, заядлая туристка и эксперт по умной уборке — делится собственным опытом, предлагает ценные лайфхаки, психологические секреты и щедрую дозу юмора. В книге есть исключительно практичные вспомогательные материалы: удобные таблицы с конкретными списками вещей для разных путешествий в зависимости от пола и возраста путешественников, целей и продолжительности поездки. Но помимо чисто прикладной пользы автор добавляет нашим чемоданам философское измерение, помогая осознать, что организация своего багажа — это метафора отношений с жизнью в целом, а научиться грамотно укладывать чемодан — это не только полезный навык, но еще и шанс лучше понять себя и других. Легче станет не только ваш чемодан, но и ваша жизнь!

УДК 379.85+159.923  
ББК 88.4:75.81

ISBN 978-5-389-16078-1

© Maria Letizia Polverini, 2018  
© Сафонкина Е., перевод на русский язык, 2020  
© Издание на русском языке, оформление.  
ООО «Издательская Группа «Азбука-Аттикус», 2020  
Колибри®

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

*Фабрицио –  
эксперту, практику,  
путешественнику,  
но только ради шутки*

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

# СОДЕРЖАНИЕ

	<b>Введение</b>	<b>11</b>
	Багаж прошлого	12
	Свобода путешествовать	15
<b>1</b>	<b>Багаж: первые беспокойства</b>	<b>19</b>
	Источники неуверенности	19
	Психологические типы	21
<b>2</b>	<b>Планирование</b>	<b>27</b>
	Выбор чемодана	28
	Изучение направления	31
	На одном месте или по городам и весям	34
	Путешествие из жары в холод или из холода в жару	36
<b>3</b>	<b>Списки</b>	<b>41</b>
	Списки для важных путешествий	42
	Место сбора	45
	Хорошо подготовиться, чтобы впоследствии не сожалеть	46
	То, что можно забыть	48
<b>4</b>	<b>Отъезд</b>	<b>53</b>
	Быстрый план для мужчин	53
	Быстрый план для женщин	54
	Быстрый недельный план	55
	Всегда на стиле: мало вещей, но все правильные	57
	Ингредиенты стильного образа	60
	Женские хитрости...	62
	...и мужские	64
	Универсальные схемы	64
<b>5</b>	<b>Идеальный чемодан</b>	<b>87</b>
	Как расположить вещи в чемодане	88
	Как сложить	89

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

Помимо одежды	94
Косметичка или несессер	95
Лекарства	96
Жидкости	96
<b>6 Путешествовать...</b>	<b>99</b>
...на самолете	99
...на поезде	102
...на машине	103
...на корабле или яхте	103
...на велосипеде или пешком	106
<b>7 В путешествие...</b>	<b>111</b>
...с новым или старым партнером	111
...с другом или подругой	112
...с родителями партнера	114
...с семьей	115
...с младенцами и детьми	117
...с самим собой	119
...с группой	121
...с питомцами (с собакой или кошкой)	122
<b>8 Что делать...</b>	<b>127</b>
...если багаж не прибыл	127
...чтобы распаковать багаж	129
...на месте	130
...когда пора домой	131
Что купить	132
Как распаковать чемодан по возвращении	135
<b>Заключение</b>	<b>139</b>
<b>Благодарности</b>	<b>141</b>

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)



[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)





Купити книгу на сайті [kniga.biz.ua](http://kniga.biz.ua) >>>



Купить книгу на сайте [kniga.biz.ua](http://kniga.biz.ua) >>>

# Введение

**Богатство человека измеряется числом вещей,  
от которых ему легко отказаться.**

**Генри Дэвид Торо (1817–1862)**  
**«Уолден, или жизнь в лесу»\***

Если бы меня спросили, кто самый главный путешественник и опытный эксперт в этой области, то я бы ответила, что Одиссей. Десять лет в скитаниях и всегда без багажа!

*Вы что-то имеете против героя Гомера?*

Нет, просто хочу сказать, что, покинув Троику победителем, а значит, наверное, с множеством красивых одеяний и трофеев, он терпит кораблекрушение и теряет все. Однако затем он встречается волшебницу Цирцею, которая его одевает, потом нимфа Калипсо, влюбившись в него, дает ему новое платье и умащает маслами. Одиссей продолжает путь, и в сильную бурю его судно снова тонет. В этот раз его, полуобнаженного, спасает Навсикая и делает все то же самое, что и предыдущие красавицы, чтобы привести героя в человеческий вид. И вот он снова отправляется в путь и после десяти лет скитаний наконец-то возвращается в родную Итаку, в лохмотьях, словно нищий, возможно, с какой-нибудь торбой за спиной. При всем при этом Одиссея все равно называют великим царем,

---

\* Пер. З. Александровой.

любовником, искателем приключений, путешественником. А ведь он всегда без багажа!

*Ммм...*

Я хочу рассказать о том, как можно прекрасно путешествовать налегке, не навьючиваясь багажом и тревогами о нем. «Вещей как-то мало, чемодан что-то слишком тяжелый, вдруг его потеряют или потеряюсь я? Может, было бы лучше остаться дома...» Кто не думал так хотя бы раз, оказавшись в сложной ситуации вдали от безопасных домашних стен?

*Я — никогда, у меня нет сомнений, когда я отправляюсь в путешествие.*

*Ммм...*

## **БАГАЖ ПРОШЛОГО**

— Господа, пройдите в вагон!

Кто не слышал эту фразу в жизни или в кино? Она служит для того, чтобы ускорить прощание с провожающими и поторопить пассажиров и опаздывающих. Что во времена карет, что сейчас, в эпоху скоростных поездов, транспортное средство называется одинаково, хотя продолжительность и удобство поездок сильно поменялись\*.

Давайте вернемся назад во времени и взглянем на путешествия прошлого. Начнем с карет. Налицо социальное разделение: господа ехали в каретах, бедные шли пешком. Ну, или верхом на осле. С XV века и далее, вплоть до широкого распространения карет спустя несколько столетий, это

---

\* В итальянском языке карета и вагон обозначаются одним и тем же словом *carozza*. — *Прим. ред.*

транспортное средство было привилегией богатых, остальным приходилось использовать более медленные и неудобные средства передвижения.

Несмотря на то что с древности территорию Европы вдоль и поперек пересекали завоеватели, торговцы, ученые, люди искусства и проповедники, возможность путешествовать была только у небольшой части населения. Сильные мира сего и странники перемещались по римским дорогам и по морям, преодолевали горные перевалы, равнины и болота, каждый – со своим видом багажа. Были такие, кто путешествовал в старой шляпе, с палкой и котомкой. Другие же брали с собой еще и запас продовольствия, поскольку не всегда долгий путь приводил в гостиницу, на постоянный двор или в места, где можно передохнуть и поесть. Люди тогда путешествовали меньше, вещей брали с собой больше, оставались на новом месте дольше, и, уж конечно, не существовало никаких поездок на выходные и горящих туров. Путешествие было событием, требующим немалых усилий и сулящим много непредвиденного. Поэтому багаж был гораздо более громоздким. Да вы только вспомните одежду того времени!

Вот, например, мушкетер. Та еще задачка – запихнуть в чемодан сапоги с раструбами, кружевные панталоны и шляпу с перьями! А женщины? Какой багаж нужно было собирать придворным дамам эпохи Возрождения или барокко и красавицам XVIII века?! Это ж целая проблема: положить в чемодан верхнюю и нижнюю юбку с железным обручем, парики с идеальными завитками и белье с накрахмаленными кружевами!

И это еще не все! Чтобы оплатить поездку, люди брали с собой товары для обмена или сундуки, полные золотых монет, которые представляли интерес для всяких Робин Гудов и разбойников с большой дороги. Даже сегодня мысли

## ИМПЕРСКИЙ БАГАЖ

Чтобы держать под контролем всю империю и завоевывать новые земли, каждый римский солдат носил с собой оружие, все необходимое для приготовления пищи и инструменты для строительства лагерей, укреплений и дорог. А что, если у центуриона были еще и запасные доспехи?..

В своих книгах о наполеоновских походах британский писатель Бернارد Корнуэлл рассказывает, что во время напряженных военных кампаний для того, чтобы прокормить мулов, которые перевозили артиллерийские орудия и провизию, нужны были другие мулы, тащившие фураж и сено. Если же поставки продовольствия не предвиделись, то, чтобы накормить этот конвейер из мулов, нужны были другие и так далее.

Французский солдат во времена Наполеона носил на плечах ранец весом около 25 кг, в котором лежали две сорочки на смену, две пары обуви, гетры и брюки, 60 патронов и провизия на неделю. Гренадеры Императорской гвардии помимо этого носили с собой парадное обмундирование для участия в триумфальных шествиях, которые устраивал Наполеон во взятых городах. Вес ранца, который несли гренадеры, достигал 30 кг.

Современным солдатам не легче: рюкзак американского морского пехотинца весит около 40 кг.

об этих сундуках будоражат нас, когда мы узнаем из новостей о найденном старинном галеоне, затонувшем во время рискованного океанского путешествия, или смотрим старый вестерн. Помните, в этих фильмах стрелы всегда попадали в шляпу возницы дилижанса или в сундук с сокровищами, из которого потоком сыпались золотые монеты. А что сейчас? Нам нужна лишь пластиковая карта. Отличная экономия места, но как-то скучно — не то что в былые времена!

### **СВОБОДА ПУТЕШЕСТВОВАТЬ**

Когда в прошлом торговец, путешественник или исследователь собирался в поездку, то, конечно, он не планировал просто смотаться куда-то на выходные, как мы сегодня.

Тут нечего и говорить, в наши дни сам подход к путешествию другой. Уже в XIX веке, с появлением первых поездов, значительно изменились тип багажа и способ его перевозки, в начале XX века люди стали пересаживаться на автомобили, ну а сегодня путешественники без труда прыгают с поезда на океанский лайнер или самолет. Кстати, насчет современных путешественников. Интересно, что взяла с собой в семи-месячную экспедицию на МКС моя соотечественница, женщина-астронавт Саманта Кристофоретти. Думаю, у нее было немного вещей, совсем немного. Но вернемся в прошлое...

Эволюция моды повлияла на габариты багажа и пространство, отведенное под него. Но лишь после 30-х годов появился свободный стиль в одежде, позволяющий мужчинам ходить без цилиндров и котелков, а женщинам — без шляп с вуалью и огромных палантинов. Читая биографию Коко Шанель, я думала, как же сложно было победить старый костюм

и ввести в обиход первые кардиганы, брюки, плащи, миниатюрные шляпки-клош и жакеты из мягких тканей. Спасибо, мадемуазель Коко, ты освободила нас от такой тяжелой, пусть и прекрасной, ноши! Чемоданы вслед за одеждой тоже стали облегчаться, упрощаться и уменьшаться до размеров багажных полок в поездах и багажников автомобилей.

Еще несколько лет назад на улице можно было увидеть машины с багажниками на крыше: переполненные пакеты, портфели, бабушкины сумки перевязывали эластичными веревками и тросами. Сейчас вы таких уже не встретите, теперь на крышах перевозят гораздо меньшее количество багажа либо крепят багажные боксы обтекаемых форм.

А носильщики? Как раньше люди таскали за собой огромные чемоданы? Ведь у них не было ни колесиков, ни удобных выдвижных ручек, ни боковых застежек... Попробуешь толкнуть или подвинуть – на ногах появлялись синяки. Тащить такой багаж было очень трудно, поэтому едва пассажиры сходили с любого транспортного средства, они звали носильщиков. В наши дни на вокзалах изредка еще мелькают их куртки, но это уже исчезающая профессия.

В какой-то момент появились тележки, с помощью которых можно без проблем добираться до нужных выходов на посадку в аэропортах и платформ на вокзалах. А потом кто-то наконец придумал чемоданы на колесиках. Вот мы и добрались до наших дней.

Изменился подход не только к путешествиям, но и к оформлению билетов. Еще совсем недавно, чтобы купить билет на самолет или поезд, нужно было идти заранее в туристическое агентство или на вокзал за день до поездки. Если же сделать это не удавалось, то приходилось стоять в очереди в кассу в день отъезда, рискуя опоздать на поезд.



Сейчас все по-другому. Достаточно зайти в интернет, один клик, и все готово – спасибо тебе, кредитная карта!

Раз уж билеты куплены, пора начинать тщательную подготовку к поездке, чтобы не превратиться в наполеоновских мулов и не нанимать семь носильщиков нести семь саквояжей на семь дней отпуска.

### ПУТЕШЕСТВЕННИКУ НА ЗАМЕТКУ

*В какую эпоху вам бы хотелось путешествовать? Каждый из нас хоть однажды размышлял о том, в каком историческом периоде он хотел бы жить. С небольшим смущением признаю, что я, примеряя образы из различных эпох, всегда представляла себя богатой. Например, в Древнем Риме мне хотелось бы быть женщиной из рода патрициев, чтобы бродить босиком по мозаике терм и путешествовать в сопровождении служанок. Я представляю, как по римской мощеной дороге едут за мной в повозке аккуратно сложенные белые туники и ароматические масла, но, придя в себя, говорю: Мечтай сколько хочешь, но путешествуй налегке. Платья и флакона с духами может быть достаточно.*



[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

# Багаж: первые беспокойства

Обретение уверенности в одном деле  
поможет справляться лучше и с другими.

## ИСТОЧНИКИ НЕУВЕРЕННОСТИ

Предшествующие отъезду дни — тоже часть путешествия. Тревога, которая их сопровождает, должна быть излечена, как и прочие недомогания.

Мы нервничаем и волнуемся, как правило, из-за мыслей о том, что в поездке что-то может пойти не так, или нам понадобится какая-то вещь, которой у нас не будет. Именно это заставляет нас сомневаться: сумеем ли мы собрать идеальный чемодан? Сможем ли мы выбрать то, что нам действительно пригодится? И на сколько дней хватит вещей?

Естественно, не существует математически точного решения проблемы, но поверьте, даже самые опытные путешественники испытывают панику, когда им приходится паковать чемодан. Только они никогда не скажут вам об этом и никогда не признают, что им не хватало той или иной вещи в поездке.

Что же тогда делать нам, обычным путешественникам, жаждущим собрать чемодан правильно?

Большинство людей, сталкиваясь с необходимостью рассчитать количество вещей на то или иное количество дней, берут слишком много всего. Так, думают они, все нужное будет под рукой.

Можно представить это в виде математической формулы:

Уверенность = масса вещей × число дней

Или в виде пропорции:

Масса вещей ÷ уверенность = число дней ÷ x

Конечно, x означает «что, черт возьми, мне взять?».

Может, лучше немного пофилософствуем или даже обратимся к психологии?

Похоже, что умение правильно собрать чемодан помогает избавиться от неуверенности не только во время путешествий, но и вообще по жизни.

*Ничего себе.*

Я не хочу преувеличивать значение этого навыка, но ведь на самом деле обретение уверенности в одном деле может помочь справиться и с другими.

*Наверное...*

Множество мелочей помогают нам не потонуть в океане волнения. Например, важно прибыть в аэропорт, на вокзал и потом к месту отдыха или работы не в последний момент, а заранее и с правильным багажом. Благодаря этому мы сможем почувствовать себя уверенно и комфортно и сконцентрируемся на главном: если это отпуск, то нужно больше развлекаться, если рабочая поездка, то сфокусироваться на задачах и ни о чем другом не беспокоиться.

Мы можем рассмотреть разные психологические моменты, связанные с самой идеей движения от одной точки к другой с целью работы, исследования новых мест, миграции (такое тоже бывает, к сожалению). То есть мы можем

отправиться в путешествие по путешествию, и это будет интересно! Кажется, что обо всем этом сказано уже очень много, но мы же все равно снова и снова поддаемся очарованию путевых заметок, документальных фильмов, фотовыставок и философских сочинений о путешествиях. В общем, я не претендую на то, чтобы научить вас чему-то, чего вы раньше не умели. Я просто хотела бы объяснить вам, что записать все содержимое шкафа в чемодан – не единственно возможное решение. Мне хочется сделать это с юмором, чтобы вы улыбнулись. Этого будет уже достаточно.

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ТИПЫ**

По тому, как путешественники собираются в поездку, их можно разделить на несколько типов. Рассмотрим портреты, которые отражают манеры поведения путешественников и путешественниц, опытных или не очень...

### **БАРАХОЛЬЩИК**

В чемодан он складывает чуть ли не всё, что накопил у себя дома. Французский философ Серж Латуш, сторонник сокращения потребления, рекомендует убрать из обихода что-то привычное и посмотреть: вдруг без этих вещей станет даже лучше? Одна моя подруга думает иначе: прежде чем закрыть чемодан, она всегда добавляет еще одну вещь – мало ли что... Это придает ей уверенности. Но тот, кто не уверен в себе, пусть даже у него много опыта, всегда путешествует со всеми своими страхами. Он так и будет заниматься накопительством, думая, что все эти горы вещей ему когда-нибудь пригодятся.

Научно-популярное издание

Польверини Мария Летиция

# ЖИЗНЬ КАК ЧЕМОДАН

Умные советы для счастливых путешествий по миру и по жизни

Выпускающий редактор *Д. Рыбина*

Редактор *А. Кудашева*

Художественный редактор *Н. Данильченко*

Технический редактор *Л. Симицына*

Корректор *Т. Дмитриева*

Верстка *Н. Козель*

В оформлении обложки использованы иллюстрации Shutterstock.com:

©Tatiana Gulyaeva; ©Eganova Antonina; ©Roi and Roi; ©Anatolir;

©Ezhevika; ©ideyweb; ©solarus

ООО «Издательская Группа «Азбука-Аттикус» –

обладатель товарного знака «Ко/Либри»

115093, Москва, ул. Павловская, д. 7, эт. 2, пом. III, ком. № 1

Тел. (495) 933-76-01, факс (495) 933-76-19

E-mail: sales@atticus-group.ru

Филиал ООО «Издательская Группа «Азбука-Аттикус» в г. Санкт-Петербурге

191123, Санкт-Петербург, Воскресенская набережная, д. 12, лит. А

Тел. (812) 327-04-55

E-mail: trade@azbooka.spb.ru

ЧП «Издательство «Махаон-Украина»

Тел./факс (044) 490-99-01

e-mail: sale@machaon.kiev.ua

www.azbooka.ru; www.atticus-group.ru

Знак информационной продукции  
(Федеральный закон № 436-ФЗ от 29.12.2010 г.)

16+

Подписано в печать 24.07.2020. Формат 84×108 1/32.

Бумага офсетная. Гарнитура «Orbi».

Печать офсетная. Усл. печ. л. 7,56.

Тираж 3000 экз. В-РВJ-24499-01-Р. Заказ №

Отпечатано в соответствии с предоставленными материалами

в ООО «ИПК Парето-Принт». 170546, Тверская область,

Промышленная зона Боровлево-1, комплекс № 3А

www.pareto-print.ru

**Купить книгу на сайте [kniga.biz.ua](http://kniga.biz.ua) >>>**