

Введение

Мы — это наши повторяющиеся действия (привычки).
Совершенство — это привычка.

Аристотель

Благосклонный и не очень благосклонный читатель, добродушный и грубоватый, рассеянный и уже слегка отчаявшийся, эта книга для тебя. Я с радостью делюсь своими знаниями о том, как следует избавляться от ненужных вещей. Об этом я рассказываю клиентам и посетителям семинаров, но в книге мои рекомендации дополнены таким количеством подробностей, инструкций и комментариев, которые не уместились бы в журнальной статье, тридцатиминутном телешоу и даже дневном семинаре.

Эти простые шаги, элементарные сами по себе, сослужили добрую службу разным людям и гарантируют успех в деле наведения порядка. Надеюсь, к этим людям теперь присоединитесь и вы.

Овладев этими приемами, вы сможете использовать их при наведении порядка во всех «горячих точках» дома. Вы подчините себе и прикроватную тумбочку, и домашний кинотеатр, и аптечку; запросто избавитесь от просроченных лекарств, старых видеозаписей, потерянных деталей от настольных игр, сломанной пилочки для ногтей и затупившегося пинцета — и тогда каждая комната, каждый ящик, каждое помещение станут опрятными, чистыми и просторными.

Иначе говоря, прочитав эту книгу, вы будете всегда знать, где что лежит в доме, в офисе или в автомобиле. Вы больше никогда не утонете в вещах, будь то бумаги, спортивная экипировка, журналы или одежда. Благодаря серии упражнений вы смените нынешние неэффективные привычки на дееспособные и выиграете сотни, если не тысячи часов, ранее растрачиваемых впустую. Мои клиенты знают: я избегаю абсолютных утверждений, но обещаю, что *всегда и никогда* для вас станут реальностью.

Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>

Идеи и рекомендации, почерпнутые из этой книги, подскажут вам путь к порядку. Чтение может вам даваться нелегко, особенно если относиться к тексту с долей скептицизма. В этом нет ничего страшного. Все описанные шаги были апробированы в «полевых» условиях (с клиентами, в их домах и офисах), поэтому, уверен, они будут работать и на вас.

Каждая глава посвящена конкретной теме. На изучение и освоение предлагаемых методов вам дается достаточно времени. Каждый набор навыков делится на легко управляемые элементы-проекты. С каждой новой главой вы приобретаете новое умение и решаете новую проблему.

Даже если вы не продвинетесь дальше первых двух глав, то все равно познакомитесь с методами, на которые мы опираемся в других частях книги. Пожалуйста, прочитайте все главы! Но если вы прочтете первые две, а затем перейдете к пятой — тоже неплохо. Надеюсь, вы готовы пойти на подобный компромисс. Позвольте мне в первых двух главах преподать вам основные уроки, и я вселю в вас веру и удовлетворение от сознания того, что азы порядка усвоены вами на отлично.

Рекомендую также вам прочитать все главы, даже если вы ничего не планируете *делать*. Представьте, что читаете статью или рассказ, не требующие от вас выполнения домашнего задания. Затем вернитесь к началу и заново проштудируйте главу, выполняя все упражнения и задания. Таким образом, если вы действительно что-то пропустите, то сделаете это осознанно.

Понимание своих целей — залог успеха нашей совместной работы над книгой. Я надеюсь привести вас к ясным и обоснованным решениям относительно положения своих вещей. Разница между подготовленным и опрометчивым решением не в количестве потраченного времени, а в достигнутых результатах.

Изучая или заново открывая для себя привычные способы выхода из сложных ситуаций, связанных с деньгами, счетами, инструментами, игрушками, одеждой, продуктами или посудой (дополните недостающее), вы поймете, что проблемы возникали тогда, когда вы теряли связь с реальностью и о чем-то задумывались, продолжая делать начатое. Поэтому помните: никакой многозадачности. Оставьте это профессионалам. Одна задача за один раз.

Залог эффективности — постепенное перемещение (можно даже сказать «медленное», если вы обещаете не паниковать)

к одному предмету в один момент времени. Дайте новым привычкам время на развитие, а затем от них и отталкивайтесь. По уверениям ученых, для выработки новой привычки требуется 21–30 дней, поэтому даю вам запас времени и целых 30 дней для выработки новых привычек. Лучше иметь больше времени, чем недостаточно.

Итак, преобразовать свою жизнь можно всего за 60 дней. Возможно, вы опять думаете: «Но я в отчаянии, я нуждаюсь в помощи *сейчас* и не могу ждать постепенных изменений!» Прекрасно, вы находитесь в нужной точке. Запомните это чувство отчаяния. В последний раз вы ощущаете, как земля плывет под ногами, и больше не допустите, чтобы это чувство вновь стало вашим стимулом. Все мы ежедневно и неустанно расправляем и укрепляем невероятную ложь, которая заключается в том, что времени на действительно важные дела *не* хватает. Но времени достаточно... для того, что действительно важно! Каждый, кому приходилось заботиться о больном или умирающем человеке, знает, что время идет по-другому, когда снимается иллюзорная завеса бессмертия. Обо всем этом и рассказывается в моей книге.

Оплачивая счета, сортируя документы и разбирая содержимое комода, я не думаю, важно это или нет. Беспорядок вокруг вас скрывает то, что действительно важно. Предлагаю вам отказаться от плохих привычек, заменить их полезными и жить с ними. Научившись самостоятельно наводить порядок, вы больше не будете впустую тратить драгоценное время в поисках ключа от квартиры или неоплаченного телефонного счета и по сто раз перекладывать одни и те же вещи в поисках любимой чистой рубашки.

Потратив время на изучение простых и легких способов организовать свою жизнь, вы заложите основу для будущей эффективности. Вы не попадете «однажды» в сказочную страну, где время остановилось и вы сможете одновременно делать коллажи, печь печенье для любимой бабушки, шить детскую одежду и, наконец, учиться удить на муху. Такой день не наступит. Пришло время отказаться от этого «однажды». *Однажды не существует.* Есть только сегодня. Итак, добро пожаловать в сегодня! Поймайте его, держите его, лелейте и не отпускайте. Мы начинаем!