

Оглавление

Предисловие	9
История Эрин.....	11
1. Основы борьбы с хламом	13
Зачем меняться?.....	15
Симбиоз работы и личной жизни	18
Поговорим о вещах.....	20
Отправляемся в сентиментальное путешествие.....	24
Советы по борьбе с сентиментальным хламом	25
2. Понедельник.....	29
Платяной шкаф	30
Офис	50
Прихожая.....	58
3. Вторник	65
Ванная комната	65
Разбираемся с бумагами.....	74
Домашние задания существуют не только у школьников.....	92
4. Среда	103
Ваша спальня и дорога на работу	104
Общение с людьми	114
Кухня и столовая	136
5. Четверг	151
Жилые помещения.....	151
На работе надо работать.....	158
Домашний офис	168

6. Пятница	175
Стратегии календарного планирования	175
Рутинa — слово не ругательное.....	182
Как ужиться с приверженцами хлама.....	191
7. Выходные.....	197
Забота о себе любимой.....	197
Надо быть готовым к худшему.....	198
Увлечения, или Как с максимальной пользой провести досуг	199
Пять шагов, побуждающих к решению отправить на свалку свое хобби	200
Отпуск и путешествия	202
Светская львица.....	204
8. Как отпраздновать и сохранить успех.....	207
От автора.....	210
Примечания	213