

# Предисловие

Цивилизованный мир, в котором мы живем, создает гораздо больше вещей, чем нам нужно, и отходов тоже производит намного больше, чем мы способны переработать. На макроуровне существуют горы мусора, которые некуда девать, и колоссальные выбросы углекислого газа в атмосферу. А на микроуровне каждый из нас склонен фанатично «наживать добро» — тот самый хлам, коим забиты наши гаражи, кладовки, балконы, компьютеры и собственные головы.

Конечно, мы делаем это не нарочно. Я еще не видел человека, просыпающегося утром со словами: «Слава Богу, начался новый день, и я могу продолжить свое любимое занятие — накапливать горы ненужных вещей!» Тем не менее даже самые аккуратные из нас старательно окружают себя всяким барахлом. Поскольку время меняет значение понятий, то даже если вы совершенно ничего не делаете, хлам сам по себе накапливается вокруг вас. По выдвижному ящику вашего письменного стола перекатывается уже ненужный запасной стержень для шариковой ручки, которую унес ваш рассеянный бойфренд, когда попрощался с вами навеки. Такими же ненужными стали и воспоминания об этом подлеце, засоряющие теперь вашу память. А поддерживать окружающее нас пространство в порядке — это вечный, бесконечный, неблагодарный труд, требующий больших затрат времени и энергии. Девяносто процентов

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

моей работы в саду составляет уборка мусора, однако без этого я бы не смог наслаждаться красотой природы.

Вас ожидает чрезвычайно щедрая награда, если вы делаете своей привычкой избавляться от всего лишнего. Незахламленное пространство — на кухне, рабочем месте и вообще в жизни — сопровождается ощущением свободы, ясным пониманием окружающего мира и общей легкостью бытия.

Эрин Доланд познала жизнь среди хлама и жизнь в чистоте. Своим бесценным опытом она делится на страницах этой книги, очень практичного руководства по переходу к новому уровню бытия. Автор понимает робость читателей и сопереживает им. Да, отрешиться от привычного уклада непросто. Чтобы перестать накапливать ненужное, вам придется отказаться от неразумных привычек, покинуть свой уютный мирок, преодолеть естественную инертность. Но Эрин поможет вам пройти этот путь. С ее пошаговыми инструкциями начать жить по-новому будет не только легко, но и увлекательно. Следуйте ее указаниям, и удивительно радостные перемены не заставят себя ждать.

*Дэвид Аллен,  
автор книги «Как привести дела в порядок»*