

КАССАНДРА ААРССЕН



ВРЕМЯ ЖИТЬ! А НЕ УБИРАТЬСЯ

ЧИСТОТА И ПОРЯДОК ЗА



15 МИНУТ
В ДЕНЬ



Кассандра Аарссен
Время жить! А не
убираться. Чистота и
порядок за 15 минут в день
Серия «Полезная книга»

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=65997041

Время жить! А не убираться:

ISBN 978-5-17-126674-5

Аннотация

Не хотите посвятить свою жизнь постоянному наведению порядка в доме?

Не хотите лихорадочно убираться перед неожиданным приходом свекрови или других гостей? Не хотите непрерывно убирать разбросанные детские игрушки?

Не хотите тратить время на поиск срочно потребовавшейся вещи?

Не хотите? Значит, вас уже по крайней мере двое – вы и автор этой книги, ну... и еще каких-то пару миллиардов хозяек! Только в отличие от вас и от них Кассандра Аарссен – работающий профессионал высочайшего класса и заботливая мать – точно знает, как решить все эти и многие другие проблемы, затрачивая

всего лишь 15 минут в день! И этими знаниями она щедро делится с вами на страницах своей книги.

В формате PDF A4 сохранен издательский макет книги.

Содержание

Предисловие	6
Введение	10
Глава 1	23
Конец ознакомительного фрагмента.	33

Кассандра Аарсен

Время жить! А не убираться

© 2017 by Cassandra Aarssen

© ООО «Издательство АСТ», 2021

Предисловие



**Питер Уолш,
Автор бестселлеров**

Сейчас вы, вероятно, листаете эту книгу, раздумывая, стоит ли ее покупать, и еще сильнее раздумывая о том, как бы справиться с хламом, который пытаетесь истребить.

В той или иной степени мы все боремся с беспорядком, и всем нам пригодится небольшая помощь в вопросе само-

организации. И вот тут-то и пригодится Кас Аарссен! Эта книга – реальное решение проблемы захламления, с которой все мы сталкиваемся. Реальное решение от реальной мамы, хозяйки и работающей женщины, которой известно, что значит бороться и преодолевать неорганизованность во всех ее формах.

Я пятнадцать лет работаю над тем, чтобы помогать людям наводить порядок в их жизни, и твердо убежден, что наши жилища являются метафорами наших жизней – они рассказывают о нас и показывают миру, кем мы являемся на самом деле. Я уверен, что невозможно принимать самые вдохновленные, духовно богатые, эмоционально устойчивые решения в захламленном и беспорядочном доме. Это просто невозможно. Я постоянно вижу, как беспорядок разрушает семьи, снова и снова своими глазами наблюдаю, как, разобрав хлам и открыв пространство, человек создает возможность впустить в это пространство восхитительные вещи.

Книга ведет вас порой очень извилистой, но всегда очень нужной тропой к избавлению жилища от хлама. Определив свой «тип хлама», вы уже оказываетесь на полпути к выходу из ситуации. И тогда, применив разумные и легко выполнимые советы и методики, каждый сможет справиться с накопившимся хламом, организовать пространство и обрести мир и гармонию, которых заслуживает каждая семья.

Вещи, которые находятся в нашем доме обладают силой –

они могут приносить добро или причинять зло. И нам самим решать, как распорядиться своими вещами. В этом, повторюсь, Кас приходит на помощь. Она помогает читателям не только понять силу того, чем они обладают, но и рассматривать вещи как инструмент, помогающий делать жизнь именно такой, какая им нужна. В словах «организация» и «органичный» один корень, означающий целостность, полноту, единство. В этом и состоит преображающая сила организации жилища.

Эта книга является отражением большой и чудесной работы, которую проделывает Кас на своем YouTube-канале, да и вообще повсюду. На страницах этой книги она показывает, что организация пространства не обязательно должна быть такой невыполнимой и сверхтрудной задачей, как считают многие. Установив порядок действий, внедрив простые системы и включив организацию в список повседневных дел, вы сможете побороть беспорядок раз и навсегда!

Организация – это не то, что вы делаете, это то, как вы живете. Речь идет не о простой уборке, а о ежедневном принятии осмысленных решений о собственной жизни. Кас Аарсен поможет вам в этом – и не только в этом!



Введение



Я считаю, что мне следует прямо с самого начала сделать заявление об отказе от ответственности. Будучи действительно профессиональным организатором и зарабатывая на жизнь организацией жилищ других людей, проводя в колледже семинары по организации, создавая еженедельные видео-ролики на YouTube и ведя блог с советами по организации... **я на самом деле являюсь сумасшедше, гигантски, катастрофически неорганизованным человеком.**

От природы **Я НЕ** организована. На самом деле, большую часть жизни я прожила полной и откровенной супер-разгильдяйкой.

Привести вам пару примеров моего крайнего разгильдяйства? Ну, готовьтесь. Когда мне было двадцать с чем-то, я находилась на пике постоянного беспорядка. Я работала на трех работах, и наведение порядка не входило в список моих приоритетов. Мой холодильник был в настолько плохом состоянии, что я решила попытаться замаскировать гнилостный запах с помощью средства Пайн-Сол¹. Запомните: **НЕ НУЖНО РАЗЛИВАТЬ В ХОЛОДИЛЬНИКЕ ПАЙН-СОЛ И ОСТАВЛЯТЬ ЕГО ТАМ**. Единственное, чего я добилась таким образом, так это надолго въевшегося в продукты запаха и вкуса искусственной сосны...

Я также выбрасывала много разной кухонной посуды, потому что грязь, въевшаяся в нее за недели, выглядела настолько пугающей, что проще было сразу купить новую посуду. В конце концов я полностью перешла на одноразовую посуду и пластиковые приборы. Кстати, я говорила о кучах грязной одежды, которые занимали почти каждый квадратный сантиметр пола у меня дома? Мне буквально приходилось прокладывать сквозь них тропы, чтобы пробраться из

¹ Пайн-Сол (англ. Pine-Sol) – линейка чистящих средств, выпускаемых в США и содержащих, по утверждению производителя, эфирное масло сосны (*прим. пер.*). *Надписи на пред. стр.:* У тебя всего достаточно Ты делаешь достаточно Ты сама достаточно **РАССЛАБЬСЯ**

комнаты в комнату. Сейчас вы чувствуете себя просто Мартой Стюарт², правда?

Ленилась ли я? Конечно. Ленюсь ли я до сих пор? Естественно! Единственная разница состоит в том, что сейчас я открыла для себя простые и недорогие секреты, приемы и решения, позволяющие мне устроить чистое, организованное и функциональное жилище, уделяя этому всему минимум усилий. Я отказалась от старого образа жизни, отыскав и создав решения, делающие мой дом почти самоочищающимся; у меня есть множество куда более важных дел, чем тратить кучу времени на уборку, например, целыми днями смотреть сериалы Нетфликс³! Я хочу сказать, что если у меня получается навести порядок и избавиться от хлама дома, то и у вас, безусловно, тоже получится.

Я прочла тысячи увлекательнейших книг по организации жилища. Готова поспорить, что я прочла, пожалуй, все книги, написанные на эту тему, так как организация стала моим любимым хобби (одержимостью). Я постоянно гонюсь за новыми уникальными способами упростить свою жизнь (иначе говоря, лениться еще больше). Я организовала свой дом, дома клиентов и посвятила последние семь лет изучению

² Марта Стюарт (англ. Martha Helen Stewart; род. 3 августа 1941 года, Джерси-Сити) – американская бизнесвумен, телеведущая и писательница, получившая известность и состояние благодаря советам по домоводству (прим. пер.).

³ Нетфликс (англ. Netflix) – американская развлекательная компания, поставщик фильмов и сериалов на основе потокового мультимедиа (<https://ru.wikipedia.org/wiki/Netflix>) (прим. пер.).

огромного количества информации о том, как наилучшим образом добиться чистого, свободного от хлама и функционального жилища, тратя как можно меньше усилий на поддержание такого порядка. Мне хотелось написать эту книгу и поделиться самыми полезными советами об организации жизненного пространства для реальных людей, живущих с детьми и домашними животными – и, собственно, с кучей вещей.

А вот как начался мой путь к организации. После рождения нашей первой дочери Изабеллы (Иззи) я твердо решила сидеть с ней дома, не выходя на работу, поэтому я устроила детский сад на дому. Говоря: «устроила детский сад на дому», я имею в виду, что сначала пыталась всеми возможными способами заработать денег, сидя дома с ребенком, и когда все другие идеи потерпели фиаско, идея присматривать за другими детьми казалась единственным жизнеспособным вариантом. Как-то утром я разместила в Интернете объявление, предлагая услуги по присмотру за детьми, и раздавала несколько листовок в нашем квартале (при планировании этого предприятия об организации вообще речи не было). И всего через несколько коротких дней, после десятка звонков от родителей, живущих по соседству, у меня уже был домашний детский сад. В один прекрасный день я уже присматривала за девятью детьми... девятью! Моя жизнь и мой дом были заполнены яркими игрушками, кричащими детьми и абсолютным хаосом. Эта наспех придуманная работа оказа-

лась гораздо более увлекательной, чем я могла себе представить. Я могла оставаться дома со своими детьми, а они могли играть со своими друзьями каждый божий день. Профессия воспитателя помогла мне стать настолько хорошим родителем, насколько я только могла. Я целыми днями пела песенки, делала поделки и играла в игры со своими детьми (а также постоянно вытирала носы... и убирала какашки).



Однако устройство детского сада в нашем крошечном доме дорого далось мне. У нас было мало места для хранения

вещей, и дом просто лопался от игрушек, игр, материалов для поделок и бесконечного запаса детских вещей. Ну почему таким маленьким детям нужно сто-о-о-лько вещей?

На этом этапе моей жизни в жилой зоне дома было относительно чисто, но попытка открыть шифоньер напоминала русскую рулетку; шансы оказаться придавленным падающим предметами, стоит только открыть дверь, были очень высоки. Каждый шкафчик, каждый ящик, каждый квадратный сантиметр закрытого пространства был забит случайным, заткнутым куда попало барахлом. Наши ящики были настолько забиты вещами, что даже не открывались, поэтому оставались забитыми, потерянным пространством у меня в кухне.



Каждый день начинался с охоты на какую-нибудь вещь. Я клялась, что кто-то, должно быть, вломился к нам домой и украл первые попавшиеся вещи, потому что, хоть убей, я просто не могла ничего найти. Я знала, что это бред, но продолжала психовать и настаивать на том, что кто-то вломился к нам домой и украл первые попавшиеся дешевые вещи, потому что они просто не могли раствориться в воздухе. Зонты, туфли, штопоры, куртки... каждый божий день что-то пропадало, и мне приходилось в поисках перерывать весь дом. А найдя нужное, я буквально зашвыривала все обратно туда, откуда достала, или куда только могла запихнуть.

После рождения нашей второй дочери Эбигейл (Эбби) наш дом площадью 900 квадратных футов⁴ лопался по швам и выглядел полным и абсолютным кошмаром. Появление еще одного ребенка в этом бардаке сделало мою жизнь еще более беспорядочной и внесло дополнительную неразбериху. Мои дни были заполнены уборкой за детьми, которые приходили в мой детский сад, а также за собственными детьми. Каждый вечер я падала в кровать измученная, изможденная, с ужасом ожидая следующего утра, когда мне придется встать и начать все это заново. Мне казалось, что я постоянно что-то чищу и убираю, а вокруг все остается грязным и неубранным!

⁴ Примерно 83,5 кв.м

Но давайте быстренько перейдем к настоящему времени. Моему третьему ребенку Майлзу (Майло) сейчас почти четыре, и несмотря на наш напряженный график, включающий работу, школу и внешкольные занятия каждый день недели, у нас больше свободного времени, чем когда-либо до этого. В нашем доме всегда чисто и ничего не валяется, а я трачу меньше тридцати минут в день на поддержание такого порядка. Я уже больше не рабыня домашнего хозяйства. И я уже больше не роюсь бесконечно в поисках разных вещей. Я могу честно сказать, что не помню, когда в последний раз кто-нибудь что-нибудь переставлял в нашем доме. Я испытываю меньше стресса, добиваюсь все больших успехов, и у меня больше времени на любимые занятия, чем когда-либо.

Так что же изменилось? Как я превратилась из измотанной и уставшей супер-разгильдяйки в беззаботную и счастливую фанатку чистоты? Я организовала свой дом. Я не просто в один прекрасный день убрала в шифоньере и навела в нем красоту; я открыла систему, позволяющую мне и моей семье легко находить и убирать все вещи в доме. Ваша система организации должна быть настолько простой и не требующей усилий, чтобы все члены семьи могли ею пользоваться, сами того не осознавая.

Я начала свой путь в организации с проб и ошибок. Я начала всего с одного ящика, одной полки и нескольких других мелких зон. Каждый раз, организовывая новое пространство в доме, я видела немедленные, впечатляющие и долгосроч-

ные результаты. В течение многих лет впусую складывая и перекладывая игрушки, я осознала, что системы, которым я пользовалась до этого, абсолютно неэффективны для маленьких детей. Я создала новый метод, позволивший детям, которые приходят в мой детский сад, самим убирать игрушки и постоянно поддерживать порядок и чистоту. Изменение порядка в доме настолько затягивало меня, что организация вскоре превратилась для меня в любимое хобби.

Я стала снимать себя за выполнением разных проектов по организации, и пришла в такой восторг от того, как менялась жизнь, что начала выкладывать эти видео на. К моему великому изумлению, количество посетителей моего YouTube-канала стало расти, а люди в моем районе стали обращаться ко мне с просьбой навести порядок и в их домах. Вскоре, по мере того как моя клиентура и YouTube-канал росли исключительно благодаря сарафанному радио, я обнаружила, что уже веду в местном колледже семинары по организации, даю интервью местным новостным станциям и даже частенько появляюсь в шоу на национальном телевидении, рассказывая о своих хитростях и советах по организации. Совсем чокнутая, да? Так как же я, абсолютная разгильдяйка, стала человеком, зарабатывающим на жизнь советами по организации пространства?

Я уже говорила, что выбрала для себя карьеру «эксперта по организации пространства», и, хотя это довольно верно, мне кажется, правильнее будет сказать, что организация ста-

ла любовью моей жизни. Я обнаружила, что это единственное дело, приносящее немедленные и длительные результаты благодаря всего пятнадцатиминутным усилиям. Вы можете потратить всего пятнадцать минут на организацию странствия в ящике, и это немедленно упростит вашу жизнь и будет экономить время каждый раз, когда вы будете пользоваться этим ящиком. Если бы я могла тратить всего пятнадцать минут на беговой дорожке и получать от этого такие же немедленные и длительные результаты, я бы носила второй размер! Ничто не приносит такое немедленное чувство удовлетворения и длительные результаты (с такими минимальными затратами времени и усилия), как наведение порядка.

Я все еще забываю взять детские купальники, когда мы идем на вечеринку у бассейна? Иногда. Я превратилась в эту «степфордскую жену»⁵, у которой все под контролем? И близко нет! Внутри я все та же – человек-аврал.

Муж называет меня «самой неряшливой чистюлей», которую ему приходилось встречать. Продолжаю ли я переворачивать вверх дном кухню, когда готовлю сэндвичи? Еще бы! Ванна до сих пор по утрам выглядит так, как будто по ней пронесся ураган, после того, как я выхожу из нее? Ну конечно! Единственная разница состоит в том, что теперь мне нужно меньше минуты, чтобы разложить все по местам. Я определила свои природные склонности (я лениусь, и я люб-

⁵ «Степфордские жёны» – роман Айры Левина о фантастическом городке Степфорд, где каждая женщина – идеальная хозяйка, мать, жена и любовница.

лю все прятать) и разработала системы организации, позволяющие мне справляться с этими склонностями и быстро и легко наводить порядок.

Вы можете навести порядок в шкафу и поддерживать его бесконечно! Если в прошлом у вас уже были безуспешные попытки организовать пространство, позвольте заверить вас, что это не ваша вина, и вы в состоянии трансформировать свой дом навсегда. Ключ к умению наводить реальный, подлинный порядок и поддерживать его всю жизнь состоит в том, чтобы прежде всего понять свой стиль организации, узнать уловки и секреты, позволяющие без усилий наводить порядок, и изучить методы, которые позволят вам безболезненно избавляться от хлама.

В этой книге мы начнем с самого начала, я проведу вас через все этапы, необходимые для создания красивого, организованного и почти самоочищающегося дома. Вам не нужно избавляться от всех вещей, вы не обязаны превращаться в йога-минималиста и радикально менять свой образ жизни или личность, чтобы в вашем доме поселился порядок. Я лично — доказательство того, что не обязательно быть организованным человеком, чтобы жить, как организованный человек.



Глава 1

Какой вы жук-хламовник?



На собственном пути от **беспорядка к чистоте** я осознала, что **не все системы организации подходят абсолютно каждому**. Я смотрела шоу, посвященные организации пространства, на HGTV⁶ и воспроизводила системы красиво расставленных, подобранных по цвету ящичков у себя в шифоньере, но уже неделю спустя это выглядело так, как будто в нем взорвалась бомба. Помню, как я каждый раз спрашивала себя, почему же я не могу привести свой дом в порядок.

Причина моих неудач состояла в том, что мой мозг работает не так, как у организаторов пространства, которых я видела по телевизору. У меня есть природная склонность раскладывать вещи определенным образом, и не каждая система или метод соответствует моему стилю. Кроме того, я также обнаружила, что большинство моих клиентов также организованы по-другому; некоторым нравится, чтобы все их имущество постоянно находилось на виду. Они бы назвали это «с глаз долой, из сердца вон», что абсолютно противоречит тому, как организована я. Некоторые клиенты были дотошными любителями все складировать, даже перфекционистами. Они предпочитали «припрятать» вещи до тех пор, пока у них не появится время «разобраться» с ними.

Самое важное, чему я научилась по пути к более упорядоченному и свободному от хлама образу жизни, это то, что порядок в доме – это не то же самое, что красивое или до-

⁶ HGTV – американский канал, специализирующийся на программах, посвященных благоустройству жилья и недвижимости (*прим. пер.*).

стойное Pinterest-⁷ жилище. Порядок в доме не обязательно означает идеальный дом и, конечно, не подразумевает, что вы будете тратить кучу денег или бесконечное количество времени, чтобы он выглядел, как фото на развороте журнала. Настоящий порядок означает, что у вас в доме все будет настолько функциональным и простым в использовании, что вы сможете экономить время, экономить деньги и наслаждаться благоустройством, которое происходит практически без вашего участия. Иногда самый эффективный для вас способ организовывать пространство не обязательно лучше всего подойдет для других людей. **Наведение порядка – это не одежда «one size», которая подходит всем.**

И когда я наконец поняла, что копирование прекрасных систем наведения порядка из Pinterest, телевидения или журналов на самом деле не поможет мне поддерживать порядок, я начала поиски решений, подходящих для моего уникального стиля организации пространства, моего уникального пространства и моей очень уникальной семьи.

После бесчисленных попыток организовать сотни игрушек, которыми дети ежедневно играли в моем домашнем детском саду, я начала подозревать, что, возможно, причина того, что игрушки никогда не находились в порядке, состояла не столько в том, что дети – это ходячая катастрофа,

⁷ Pinterest – социальный интернет-сервис, позволяющий пользователям добавлять изображения, помещать их в тематические коллекции и делиться ими с другими пользователями (*прим. пер.*).

сколько в том, что я не предоставила им систему порядка, которой бы они могли легко и эффективно пользоваться.

Я покупала десятки разных пластиковых контейнеров всех форм и размеров, я даже отдельно упаковывала главных виновников беспорядка, таких как кошмарные детали «Лего», которые вечно попадают под ноги. Несмотря на все мои усилия, беспорядок никуда не девался. Каждый вечер я тратила целый час, чтобы собрать все игрушки, а на следующее утро, всего за несколько часов в игровой комнате снова появлялась яркая куча кукол и кубиков.





Казалось, что единственные игрушки, которые дети на самом деле способны собирать и складывать на место самостоятельно, это те игрушки, которые они в прямом смысле слова могут забросить в контейнер, не прилагая особых усилий.

Впервые прозрение пришло ко мне тогда, когда я начала понимать разные стили организации пространства и то, как их можно использовать для разработки реально эффективных систем. Я поняла, что малыши просто убирают не так,

⁸ Надписи на фото: Думай по новому – Получай новые результаты

как я, и, следовательно, для них нужна особая система, подходящая к их способу мышления и уборки.

Начав работать над наведением порядка в домах клиентов, друзей и родных, я стала замечать и отслеживать уникальные способы организации и уборки в доме каждого из них. Выяснилось, что существует четыре четко отличающихся друг от друга стиля организации, и вскоре мне удалось отнести всех своих знакомых к одной из этих четырех категорий, которые я назвала «жук-хламовник».

Конечно, эти категории частично совпадают, но в большинстве своем людям нужно организовывать свои вещи в определённом порядке, и стоит определить этот порядок, как становится проще создать систему, которая будет долго работать для них и их семей.

Теперь, поняв стиль организации своего мужа, я могу разобраться, почему у него на письменном столе всегда находятся бесчисленные стопки аккуратно разложенных бумаг (я это понимаю, но не люблю), и могу помочь ему создать эффективные методы управления бумагами. Приходя к своей сестре, я понимаю ее потребность «видеть» все, что у нее есть, и страх, что если она уберет важные вещи, она забудет о них, и они окажутся навсегда утраченными. Я также сейчас полностью осознаю собственную склонность «прятать и распахивать» вещи в скрытые места моего дома, и могу создавать системы, позволяющие мне и дальше прятать и распи-

хивать вещи, но более упорядоченно.

Понимание своего собственного уникального стиля – это миг озарения! Вы сможете разобраться, какие системы лучше всего подойдут вам, и почему некоторые системы никогда не будут работать у вас. Вооружившись этими новыми знаниями, вы сможете создавать реальные системы и решения и простой план наведения порядка, который навсегда изменит ваш дом и вашу жизнь.

Итак, каков ваш стиль наведения порядка? Выясните это, пройдя следующий тест!

Примечание: проходя этот тест, пытайтесь думать о вашем собственном пространстве в доме и о том, как лично вы распоряжаетесь своими вещами. Если в доме живут разные люди, состояние нашего жилища может быть отражением комбинации всех этих стилей. Попробуйте объективно отвечать на вопросы теста с вашей собственной точки зрения.

Вы любите читать:

1. Журналы или комиксы
2. Научно-популярную литературу
3. Художественную литературу
4. Газеты

Где у вас наибольший беспорядок?

1. У меня все везде валяется

2. В бумагах и других личных или важных вещах
3. В кладовых, шкафах и в пустых комнатах
4. Я храню слишком много вещей, которые могут пригодиться в будущем.

У вас дома обычно:

1. Беспорядок, повсюду валяется что попало.
2. Чисто, кое-где встречаются стопки бумаг или вещей, с которыми я еще не разобралась.

3. Очень чисто и опрятно, но за закрытыми дверями, в кладовых и в ящиках может быть беспорядок.

4. Легкий беспорядок из-за проектов или вещей, которые я все еще использую в некоторых помещениях.

В свободное время я люблю:

1. Посещать друзей или близких за пределами своего дома
2. Учиться, читать или пробовать что-то новое
3. Расслабляться дома
4. Заниматься любимыми хобби

Какие места в вашем доме больше всего нуждаются в наведении порядка?

1. Спальни, кухня, и вообще все.
2. Письменный стол, места для хранения документов, кабинет

3. Кладовки, ящики, места для хранения и свободные спальни.

4. Рабочие зоны, например, кухня, мастерские и гараж

Что касается уборки в доме, я, как правило:

1. Всегда трачу много времени на наведения порядка, прежде чем смогу убирать
2. Поддерживаю чистоту и порядок в доме, но это не приоритетное занятие в моей жизни.
3. С удовольствием убираю, потому что у меня дома довольно чисто
4. Иногда убираю, но в некоторых местах всегда довольно сильный беспорядок

Самая большая проблема при наведении порядка для меня – это:

1. С глаз долой – из сердца вон, поэтому у меня все обычно на виду.
2. Я просто еще не выбрала время тщательно убрать в некоторых местах.
3. Я обычно пренебрегаю скрытыми пространствами в доме, такими как кладовые.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.