

Кассандра Аарсен

# Время жить! А не убираться

Реальная организация жизненного пространства:  
чистота и порядок за 15 минут в день



Москва  
Издательство АСТ

УДК 648.5  
ББК 37.279  
А12

Cassandra Aarssen  
REAL LIFE ORGANISING:  
CLEAN AND CLUTTER-FREE IN 15 MINUTES A DAY

All rights reserved  
Russian translation rights arranged with Mango Publishing Group  
Публикуется с разрешения автора и Mango Publishing Group

*Все права защищены.  
Ни одна часть данного издания не может быть воспроизведена  
или использована в какой-либо форме, включая электронную,  
фотокопирование, магнитную запись или иные способы хранения  
и воспроизведения информации, без предварительного письменного  
разрешения правообладателя.*

Перевод с английского Наталии Камакиной

**Аарсен, Кассандра.**

А12      **Время жить : а не убираться / Кассандра Аарсен , пер с англ. Н. Камакиной. — Москва : Издательство АСТ : Кладезь, 2021. — 192 с:ил. — (Полезная книга).**

ISBN 978-1-63-3535190 (англ.)

ISBN 978-5-17-126674-5 (ООО «Издательство АСТ»)

УДК 648.5  
ББК 37.279

ISBN 978-1-63-3535190 (англ.)  
ISBN 978-5-17-126674-5

© 2017 by Cassandra Aarssen  
© ООО «Издательство АСТ», 2021



# CLUTTERBUG

## Содержание

- 5 Предисловие от автора бестселлеров, Питера Уолша
- 9 Введение
- 17 Какой вы жук-хламовник?
- 41 Как за 15 минут вернуть порядок
- 53 Безболезненное избавление
- 69 Поиск полезного пространства у нас дома
- 77 Укрощение хлама
- 93 Бремя вины перед вещами
- 101 Ежедневные дела, задачи и контрольный список... Кошмар!
- 115 Мои любимые советы, секреты и решения
- 127 Секреты организации пространства для дома, в котором есть маленькие дети
- 139 Умей цвести на своей клумбе
- 147 Заключение
- 149 Выражение благодарности
- 151 Блок планирования



---

*Вверху:* логотип автора книги. Clutterbug можно перевести как жук-хламовник





## 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 самоорганизации. 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 принести добро или причинить 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 преобразующая 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 Аарссен 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-Сол<sup>1</sup>. 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...

---

<sup>1</sup> 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**

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 комнаты в комнату. Сейчас вы почувствуете себя просто Мартой Стюарт<sup>2</sup>, 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 Нетфликс<sup>3</sup>! 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 поспо-

рить, 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 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 раздала 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 прекрас-

<sup>2</sup> 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.).

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



ный 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 оказалась 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 футов<sup>4</sup> 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 небрежным!

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.

---

<sup>4</sup> Примерно 83,5 кв.м

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 долгосрочные результаты. В течение многих лет впустую складывая и перекладывая игрушки, я осознала, что системы, которыми 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 обращать-

ся 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 стала 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 пространства 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 ку-пальники, когда мы идем на вечерин-

ку у бассейна? Иногда. Я превратилась в эту самую «степфордскую жену»<sup>5</sup>, 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 ленюсь, и я люблю 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.

---

<sup>5</sup> «Степфордские жёны» — роман Айры Левина о фантастическом городке Степфорд, где каждая женщина — идеальная хозяйка, мать, жена и любовница.

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.

