

OBSAH

ÚVOD	6
------------	---

PRVNÍ ČÁST	10
------------------	----

1. K čemu vám všechny ty věci jsou.....	12
2. Nejste to, co vlastníte	15
3. Méně věcí = méně stresu	18
4. Méně věcí = více svobody	21
5. Odpoutejte se od věcí	24
6. Buďte dobrým strážcem	27
7. Objevte prostor	30
8. Žít, nikoliv vlastnit	33
9. Mít dost je radost	36
10. Žijte prostě	39

DRUHÁ ČÁST	42
------------------	----

11. Začněte z gruntu	44
12. Odpady, poklady, přesuny	47
13. Každá věc má svůj účel	51

14. Všechno má své místo	53
15. Všechny povrchy čisté	56
16. Moduly	59
17. Limity	62
18. Jedno domů, jedno z domu	65
19. Redukujte	68
20. Každodenní údržba	71

TŘETÍ ČÁST 74

21. Obývací pokoj	76
22. Ložnice	86
23. Šatník	94
24. Pracovna	103
25. Kuchyň a jídelna	113
26. Koupelna	123
27. Skladovací prostory	131
28. Dárky, rodinné památky a předměty citové hodnoty	140

ČTVRTÁ ČÁST 150

29. Pořádkumilovná rodina	152
30. Dobro a pokoj	168
Závěr	179
Poděkování	182
O autorce	183