

Poznámka autora Obsah

Poznámka autora	7
Úvod	9
1 Co je to vlastně minimalismus?	11
2 Proč zbytečně hromadíme krámy?	17
3 Žít životem plným hojnosti	23
4 Pravidlo 80/20	27
5 Jak ušetřit čas a peníze	31
6 Jak chtít něco, co už máte	37
7 Šetrnost může být velká zábava	47
8 Mám to jen půjčené	51
9 Jak se zbavit zbytečností – základní principy	55
10 Zbavte zbytečností svůj domov	59
11 Zbavte zbytečností svá elektronická zařízení	73
12 Zbavte zbytečností svůj rozvrh	81
13 Minimalistický šatník	89
Závěr: Jen to nezbytně nutné	93
Epilog: Rozhovor s autorem	97