

# پاکسازی ضمیر در ۲۱ روز

[www.ketab.ir](http://www.ketab.ir)

دبے فورد

فاطمہ حسینی راد

پلے به عمیق ترین تمنای وجودتان

سرشناسه: فورد، دبی / Ford, Debbie / عنوان و نام پدیدآور: پاکسازی ضمیر در ۲۱ روز، دبی فورد؛ مترجم فاطمه حسینی راد؛ ویراستار فهیمه پارچه باف زاده بیدگلی.  
 مشخصات نشر: قم: انتشارات اسماء الزهرا، ۱۴۰۱. مشخصات ظاهری: ۱۹۲ ص.؛ ۱۴/۵×۲۱/۵ س.م. شابک: ۹۶۷۲-۵۶۷۲-۱۳-۰ / وضعیت فهرست نویسی: فیبا  
 یادداشت: عنوان اصلی: The 21 day consciousness cleanse: a breakthrough program for connecting with your soul's deepest purpose.  
 یادداشت: ترجمه دیگری از کتاب حاضر با عنوان "پاکسازی آگاهی: برنامه‌ای در بیست و یک روز برای ارتباط با مقصود جان" توسط کلک‌آزادگان منتشر شده است.  
 عنوان دیگر: پاکسازی آگاهی: برنامه‌ای در بیست و یک روز برای ارتباط با مقصود جان.  
 موضوع: روح / Soul  
 خودسازی -- جنبه‌های مذهبی / Self-actualization (Psychology) -- Religious aspects / زندگی معنوی / Spiritual life  
 شناسه افزوده: حسینی راد، فاطمه، ۱۳۷۶-، مترجم  
 رده بندی کنگره: BL۲۹۰  
 رده بندی دیویی: ۱۵۸/۱  
 شماره کتابشناسی ملی: ۹۱۱۴۷۱۸ / اطلاعات رکورد کتابشناسی: فیبا

کلیه حقوق مادی و معنوی برای ناشر محفوظ می‌باشد

عنوان: پاکسازی ضمیر در ۲۱ روز  
 نویسنده: دبی فورد  
 مترجم: فاطمه حسینی راد  
 ویراستار: فهیمه پارچه باف زاده بیدگلی  
 صفحه آرای: سحر عاشق  
 ناشر: اسماء الزهرا  
 گرافیک و تولید محتوا: گروه هنری پتوس ۰۹۱۹۴۹۵۸۷۷۳  
 چاپخانه: ولیعصر  
 نوبت چاپ: اول ۱۴۰۱  
 شمارگان: ۵۰۰ نسخه  
 شابک: ۹۶۷۲-۵۶۷۲-۱۳-۰

مرکزپخش

آدرس: قم - خیابان سمیه - کوچه ۱۸ - پلاک ۶۴

۰۹۱۲۵۵۲۹۳۴۳/۰۲۵ - ۳۷۷۳۳۹۰۳

## فهرست

|         |                                                       |
|---------|-------------------------------------------------------|
| ۸.....  | پاکسازی ضمیر در بیست و یک روز.....                    |
| ۱۶..... | آمادگی برای بازی.....                                 |
| ۲۱..... | قانون شماره ۱ ( جدا شدن از دنیای بیرونی ).....        |
| ۲۵..... | قانون شماره ۲ ( خودی را که می شناسید، رها کنید )..... |
| ۲۶..... | تأثیر گراسپر.....                                     |
| ۳۰..... | لحظه گراسپری خود من.....                              |
| ۳۹..... | قانون شماره ۳ ( میل به تغییر ).....                   |
| ۴۴..... | قانون شماره ۴ ( اول خدا ).....                        |
| ۴۷..... | قانون شماره ۵ ( ظرفیت خود را افزایش دهید ).....       |
| ۵۴..... | فرآیند.....                                           |
| ۵۸..... | آمادگی.....                                           |
| ۶۲..... | تمرین.....                                            |
| ۶۸..... | ابزار پاکسازی.....                                    |
| ۶۸..... | محافظان شعله.....                                     |
| ۶۹..... | موارد روحیه دادن ضمیر.....                            |
| ۷۰..... | تقویت کننده های تعهد.....                             |
| ۷۲..... | گذشته.....                                            |
| ۷۷..... | دعایی برای گذشته.....                                 |
| ۷۸..... | روز اول هدیه اشتیاق.....                              |
| ۸۲..... | روز دوم هدیه خود آگاهی.....                           |
| ۸۷..... | روز سوم هدیه رهایی.....                               |
| ۹۲..... | روز چهارم هدیه بخشش.....                              |
| ۹۶..... | روز پنجم هدیه احترام.....                             |

## فهرست

|                                |     |
|--------------------------------|-----|
| روز ششم هدیه تسلیم             | ۱۰۱ |
| روز هفتم هدیه خودشناسی         | ۱۰۶ |
| زمان حال                       | ۱۱۰ |
| دعایی برای زمان حال            | ۱۱۵ |
| روز هشتم قدرت رهایی            | ۱۱۶ |
| روز نهم قدرت مسئولیت پذیری     | ۱۲۳ |
| روز دهم قدرت فروتنی            | ۱۲۶ |
| روز یازدهم قدرت پذیرش          | ۱۲۹ |
| روز دوازدهم قدرت ریسک پذیری    | ۱۳۲ |
| روز سیزدهم قدرت زمان حال       | ۱۳۶ |
| روز چهاردهم قدرت حقیقت         | ۱۴۰ |
| آینده                          | ۱۴۶ |
| دعا برای آینده                 | ۱۵۴ |
| روز پانزدهم نور حقیقت          | ۱۵۵ |
| روز شانزدهم نور اراده پروردگار | ۱۵۹ |
| روز هفدهم نور فداکاری          | ۱۶۴ |
| روز هجدهم نور تعالی            | ۱۶۸ |
| روز نوزدهم نور هدف             | ۱۷۱ |
| روز بیستم نور شفقت             | ۱۷۵ |
| روز بیست و یکم نور تحقق        | ۱۸۰ |
| نتیجه: قدرت روح                | ۱۸۶ |
| قوانین جدید                    | ۱۸۸ |
| درباره نویسنده                 | ۱۹۲ |