

طراحی نظم به شیوه فنگ‌شویی

خودت را برای همیشه از الیشتکی های روحی، جسمی، احساسی و ذهنی رها کن.

www.ketab.ir

کارن کینگستون

مترجم: وفا کشاورزی

سرشناسه	:	کینگستون، کارن
عنوان و نام پدیدآور	:	Kingston, Karen
مشخصات نشر	:	طراحی نظم به شیوه فنگ‌شویی: برای همیشه خود را از انباشتگی‌های روحی، جسمی، احساسی و ذهنی آزاد کنید/ کارن کینگستون: [مترجم] وفا کشاورزی، تهران: انتشارات شیرمحمدی، ۱۳۰۰.
مشخصات ظاهری	:	۲۰۸ ص.
شابک	:	۹۷۸-۶۳۲-۷۵۹۷-۲۲-۶
وضعیت فهرست نویسی	:	فیا
پادداشت	:	عنوان اصلی: Creating sacred space with feng shui, ۱۹۹۶.
عنوان دیگر	:	برای همیشه خود را از انباشتگی‌های روحی، جسمی، احساسی و ذهنی آزاد کنید.
موضوع	:	فنگ شویی
شناسه افزوده	:	Feng shui
رده بندی کنگره	:	کشاورزی، وفا، ۱۳۶۴، مترجم
رده بندی دیویی	:	BF۱۷۷۹
شماره کتابشناسی ملی	:	۲۳۳۷/۱۳۳
اطلاعات رکورد کتابشناسی	:	۸۷۷۷۹۹
	:	فیا

طراحی نظم به شیوه فنگ‌شویی

کارن کینگستون

مترجم: وفا کشاورزی

ویراستار و صفحه آرا: سمیه یوسفی

نوبت چاپ: اول ۱۴۰۳

تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

قیمت: ۲۲۰ هزار تومان

شابک: ۹۷۸-۶۳۲-۷۵۹۷-۲۲-۶

مرکز پخش: تهران، خیابان انقلاب، خیابان دانشگاه نرسیده به شهدای

ژاندارمری، مجتمع اداری دانشگاه، پلاک ۱۵۸، واحد ۴

تلفن: ۰۹۱۲۴۴۵۸۷۰۲-۶۶۹۵۰۱۵۷-۶۶۱۷۵۸۴۵ مخلص

آدرس سایت: www.tittrbook.ir



فهرست

دریاره نویسنده.....	۵
مقدمه.....	۶
بخش اول: مفهوم انباشتگی.....	۸
فصل اول: چی؟ فنک شویی؟.....	۹
فصل دوم: مشکل انباشتگی.....	۱۵
فصل سوم: تأثیر رفع انباشتگی.....	۱۸
فصل چهارم: انباشتگی دقیقاً چیست؟.....	۲۱
فصل پنجم: انباشتگی چطور بر شما تأثیر می گذارد؟.....	۲۶
فصل ششم: دلایل حفظ انباشتگی.....	۳۸
فصل هفتم: رها سازی.....	۴۹
بخش دوم: تشخیص انباشتگی.....	۵۲
فصل هشتم: انباشتگی و نقشه فنک شویی «باگوا».....	۵۳
فصل نهم: مناطق دارای انباشتگی در خانه شما.....	۶۲

فصل دهم: مجموعه ها	۷۵
فصل یازدهم: انباشتگی کاغذ	۷۹
فصل دوازدهم: انباشتگی های متفرقه	۸۹
فصل سیزدهم: چیزهای بزرگ و جاگیر	۹۷
فصل چهاردهم: انباشتگی های دیگران	۹۹
فصل پانزدهم: انباشتگی و نمادشناسی فنک شویی	۱۲۷
بخش سوم: رفع انباشتگی	۱۱۰
فصل شانزدهم: چطور رفع انباشتگی کنیم؟	۱۱۱
فصل هفدهم: انباشتگی زمان	۱۳۰
فصل هجدهم: چطور بدون انباشتگی باقی بمانیم	۱۴۳
فصل نوزدهم: تغییر دیدگاه	۱۴۸
فصل بیستم: رفع انباشتگی از تن	۱۵۵
فصل بیست و یکم: رفع انباشتگی از ذهن	۱۷۱
فصل بیست و دوم: رفع انباشتگی احساسی	۱۷۹

درباره نویسنده

کارن کینگستون به عنوان رهبر پیشروی جهان در زمینه هنر پاکسازی فضا به شیوه فنگ‌شویی شناخته شده است، وی همچنین متخصصی پیشتاز در زمینه رفع انباشتگی فضا می‌باشد، که آثار و کارگاه‌هایش رویکرد تمامی هم‌نسلانش را نسبت به انباشتگی و انرژی فضا تغییر داده است.

کتاب طراحی نظم به شیوه فنگ‌شویی برای اولین بار در سال ۱۹۹۸ منتشر شد، و بلافاصله تبدیل به کتابی پرفروش در سطح بین‌الملل شد. این کتاب که به عنوان منبعی کلاسیک در زمینه فنگ‌شویی مطرح می‌شود، الهام‌بخش ده‌ها کتاب مشابه، هزاران مقاله و وبلاگ‌های متعدد بوده، و تعداد قابل توجهی برنامه تلویزیونی و رادیویی در کشورهای مختلف را با موضوع رفع انباشتگی به خود اختصاص داده است.

کارن در کنار تألیف کتاب، دوره‌های آنلاین رفع انباشتگی نیز برگزار می‌کند، و تدریس خصوصی و مشاوره حرفه‌ای می‌دهد، و وبلاگ نویسی فعال در سطح جهانی است. وی در انگلیس متولد شد، و بیست سال یعنی تا سال ۲۰۱۰ در بالی زندگی کرد. کارن در حال حاضر به انگلستان برگشته، و شادمانه در کنار همسرش، ریچارد سبوک، که متولد استرالیا است، زندگی می‌کند. ریچارد سبوک، هم مدرس پاکسازی فضا از انباشتگی و متخصص در این حوزه است.

مقدمه

در پروژه‌ای تحقیقاتی که اجرا کردیم به تعدادی از زوجها راهکار درمان عاطفی ارائه دادیم؛ و عده‌ای دیگر تحت رفتاردرمانی و آموزش مهارت‌های ارتباطی و مذاکره قرار گرفتند؛ و روی گروه سوم هم هیچ درمانی صورت نگرفت. نتایج حاصل از درمان عاطفه‌محور به طرز شگفت‌انگیزی مثبت بود، و بهتر از رفتاردرمانی یا عدم درمان جواب داد. زوجها کمتر با هم دعوا می‌کردند، احساس نزدیکی بیشتری داشتند و رضایت از روابط افزایش یافت. موفقیت این پژوهش مرا به سمت دانشگاهی در آتاوا سوق داد. جایی که طی سال‌ها پژوهش‌های زیادی را همراه زوجها‌های مختلف در دفاتر مشاوره، مراکز آموزشی و کلینیک‌های بیمارستانی پیش بردم. نتایج همچنان به طرز حیرت‌انگیزی خوب بود.

پس از انتشار اولین کتابم، ایجاد فضای مقدس به کمک فنگ‌شویی، که در سال ۱۹۹۶، منتشر شد، پاسخ خوانندگان سرازیر شد که به من می‌گفتند چقدر از خواندن آن کتاب لذت بردند، و با به‌کارگیری اطلاعات موجود در آن به چه نتایج ارزشمندی رسیدند. به‌خصوص، یکی از فصول کتاب، با عنوان «رفع انباشتگی» نامه‌ها، فکس‌ها، تماس‌های تلفنی و ایمیل‌های بیشتری به همراه داشت. انگار همه به‌نوعی درگیر مسئله انباشتگی بوده‌اند!

بنابراین طبیعی بود که در سال ۱۹۹۸، کتاب کاملاً به این موضوع اختصاص داده شود. من و ناشرانم که از ماهیت موضوع مطلع بودیم تصمیم گرفتیم که کتاب کوچکی طراحی کنیم، تا در عمل هم برای خریداران کتاب، انباشتگی مضاعف ایجاد نکنیم.

در سال ۲۰۰۸، کتاب را به شکل کامل تصحیح کردم، و توضیحات و به‌روزرسانی‌های زیادی به آن اضافه کردم، بخش‌های کاملاً جدید متعددی به کتاب اضافه شد، و یک فصل جدید در مورد یکی از چالش‌برانگیزترین انواع انباشتگی‌ها که انسان امروز با آن مواجه است به کتاب اضافه کردم. نسخه دوم هم مانند نسخه اصلی، به بسیاری زبان‌ها ترجمه شد، و در سراسر جهان به فروش رسید.

بالین حال، این نسخه سوم شامل به‌روزرسانی‌های بیشتر و فصل جدید دیگریست با عنوان «تغییر دیدگاه»، که مطالب کتاب را تکمیل می‌کند.
رفع انباشتگی تان مبارک

کارن کینگستون