

# معماری فنک شویی

طراحی نظم

به شیوه فنک شویی

نویسنده: کارن کینگستون

مترجم: گیتی خوشدل

ناشر: نشر پیکان

سال نشر: ۱۳۸۳

شمارگان: ۳۰۰۰

قیمت: ۱۴۵۰ تومان

تعداد صفحات: ۱۸۶

به انتخاب: سیدعلی آل صاحب فصول

آزادانه‌ی انرژی پیرامون این فضا را سد می‌کند و این امر نیز به نوبه‌ی خود در زندگی ساکنان آن مکان اغتشاش و گرفتگی تولید می‌نماید. در حقیقت وقتی فضای پیرامون ما در هم و برهم و آشفته و انباشته از مواد غیر ضرور باشد ذهن ما به طوری اشغال می‌شود که توان انجام عملیات شایسته را از دست می‌دهد.

نویسنده‌ی کتاب می‌خواهد از طریق فنک شویی به این مسأله خاتمه دهد.

فنک شویی یعنی هنر ایجاد تعادل و هماهنگی در جریان طبیعی انرژی پیرامونمان تا در زندگی مان تأثیراتی سودمند پدید آوریم. به این منظور باید از انباشتگی و درهم ریختگی نجات یافته، به طراحی نظم به پردازیم تا به احساس شادابی و تندرستی دست یابیم.

انباشتگی، انرژی وجودمان را راکد و ایستا می‌کند. به این منظور باید به پالایش انباشتگی پرداخت و در حقیقت پالایش انباشتگی پرداختن به نوعی خویشتن‌سازی و رشد شخصی است چون منظم کردن جهان بیرون در درون نیز دگرگونی پدید می‌آورد. اگر بپذیریم انباشتگی و حضور اشیای در هم ریخته و آشفته

روزانه با افراد زیادی سر و کار داریم که معمولاً از کمبود وقت می‌نالند و یا از کمبود جا و فضا در محل کار یا محل زندگی شاکی هستند و یا از کمبود حوصله سوهان به روح خود می‌کشند. به راستی علت این شکایت‌ها چیست؟

نگاه به این مسأله از زوایای گوناگون امکان‌پذیر است. نگاهی که در کتاب طراحی نظم به شیوه فنک شویی مطرح شده، حاکی از آنست که نگهداری اشیای غیر لازم در محل زندگی و کار و در هم ریختگی آنها یکی از دلایل اصلی این امر است.

کارن کینگستون معتقد است در فضای زندگی هر فردی جریان انرژی وجود دارد و در صورتی که هرگونه بی‌نظمی و درهم و برهمی یا نگهداری انبوهی از اشیای غیر لازم و مواد زائد در خانه یا محل کار اتفاق بیفتد، این حالت جلو جریان نرم و هموار و

در محل کار و زندگی فشار، آشفتگی، خستگی و رخوت روحی ایجاد می‌کند و نتیجه آن عدم هماهنگی در فعالیت‌ها، احساس شرمساری در مقابل دیگران، افسردگی، نومیدی و احساس ناتوانی به بار می‌آورد. پس چاره‌ای جز این نداریم که اقدام سریعی برای حذف آن داشته باشیم.

به‌راستی چرا ما سال‌ها اشیای غیرضرور را در زیر زمین خانه، انباری، گاراژ اتومبیل یا هرنقطه‌ای از خانه یا محل کار نگهداری می‌کنیم؟

شاید روزی به‌درد بخورد؟ از آینده نگرانیم؟ از حذف انباشتگی می‌ترسیم؟ بر اساس چشم و هم چشمی اشیای غیر لازم خریداری و نگهداری می‌کنیم؟ تبلیغات به ما القا کرده است که هرچه بیشتر داشته باشیم بهتر است؟ و یا...؟

به‌هر دلیل دیگر نگه داشتن و انباشتن این اشیای ذهن، روح و انرژی ما را تسخیر می‌کند و مانع از جریان آزاد انرژی درونی ما می‌شود.

یادتان باشد: حفظ انباشتگی می‌تواند:

○ احساس خستگی و رخوت پدید آورد.

○ شما را در گذشته نگاه دارد.

○ در جسمتان گرفتگی و احتقان ایجاد کند.

○ بر وزن بدنتان تأثیر بگذارد.

○ شما را گیج و آشفته کند.

○ بر شیوه‌ی رفتار مردم با شما تأثیر بگذارد.

○ باعث شود که کار امروز را به‌فردا موکول کنید.

○ عدم هماهنگی ایجاد کند.

○ مایه‌ی احساس شرمساری شود.

○ فعالیت‌های زندگیتان را دچار توقف سازد.

○ افسردگی بیاورد.

○ موجب اضافه بار شود.

○ شفافیت وجودتان را کدر کند و از توانایی کامجویی از زندگی

بکاهد.

○ موجب نیاز به‌نظافت اضافی شود.

○ شما را شخصی نامرتب سازد.

○ تهدیدی برای سلامت و عاملی برای آتش‌سوزی باشد.

○ نمادی نامطلوب بیافریند.

○ از نظر مالی برایتان گران تمام شود.

○ شما را از انجام امور مهم باز دارد.

به‌راستی باید خود را از قید و بندها آزاد کرد، ساده زیست تا

به آرامش رسید. چون نگهداری اشیای غیر ضرور نتیجه‌ای غیر از

رکود فعالیت و ایجاد مانع در مقابل خوسته ندارد. افراد ۸۰٪ از

ثمرات زندگی خود را از ۲۰٪ تلاش‌ها و امکانات به‌دست

می‌آورند. پس بهتر است اضافات زندگی را حذف کرد. در کجای

زندگی ما انباشتگی وجود دارد؟ به‌همان جا بپردازیم، زیبایی، نظم

و آراستگی انسان را سرشار از احساس شادابی می‌کند و این

احساس خوب انرژی را افزایش داده و باعث جذب توانگری

می‌گردد.

نویسنده‌ی کتاب در طول این نوشتار سعی می‌کند با روش‌های

گونگون این مسیر را به‌خواننده‌ی خود به‌خوبی بنمایاند. مطالعه‌ی

این کتاب را به‌تمام کسانی که از کمبود نشاط و شادابی در زندگی

خود شاکی هستند، توصیه می‌نماییم.