

۱۳۵۰۸۷۵
شماره در خواست

چگونه فضای خانه خود را رویایی کنیم؟

فرید درنده و مترجم:
مریم الهی

انتشارات بهترین نگاه

۱۳۹۵

سرشناسه: الهی، مریم، ۱۳۶۲-، گردآورنده، مترجم
عنوان و نام پدیدآور: چگونه فضای خانه خود را رویایی کنیم؟/ گردآورنده و مترجم
مریم الهی.

مشخصات نشر: بهترین نگاه، ۱۳۹۵.

مشخصات ظاهری: ۱۴۱ص.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۵۲۴۵-۲-۵

وضعیت فهرست نویسی: فیا

موضوع: خانه‌داری- مطالب گوناگون

کتاب: ۱۱۶۱/۷ الف/۳۲۱ TX

ردیف‌بندی: یوبی: ۶۴۸

شماره کتابخانه ملی: ۳۹۳۸۷۳۷

عنوان: چگونه فضای خانه خود را رویایی کنیم؟

گردآورنده، مترجم: مریم الهی

نشر: بهترین نگاه

سال چاپ: ۱۳۹۵

نوبت چاپ: اول

تیراژ: ۵۰۰ جلد

قیمت: ۹۰۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۵۲۴۵-۲-۵

شماره پخش: ۰۹۱۹۰۰۳۵۴۲۶

behtarinegah@gmail.com

«حق چاپ محفوظ است.»

فهرست

مقدمه	۵
فصل اول: خانه و بودی دارای حیات	۹
فصل دوم: مرحله شروع کار	۱۹
فصل سوم: نقل مکان به خانه ای جدید	۳۳
فصل چهارم: تاثیر نمادها بر خانه	۴۱
فصل پنجم: خانه، نمادی از خویشتن	۴۵
فصل ششم: هنر چیدمان	۷۳
فصل هفتم: وسایل نیروبخش خانه	۹۹
فصل هشتم: سیستم سازماندهی مجدد داخلی	۱۰۷
فصل نهم: ایجاد مکانی نشاط بخش در اداره تان	۱۱۳
فصل دهم: انتقال نور	۱۳۷

مقدمه

خانه های ما آینه های وجودمان هستند. آنها علائق، باورها، تردیدها، عشق و شور ما هستند. آنها داستان هایی در رابطه با نحوه احساس ما نسبت به خردمان، دنیای اطرافمان به ما می گویند. از این رو، یک خانه بیش از زمانی برای دفع خستگی و به دنبال کسب آسایش بودن است. خانه مکانی است که شما می توانید در آن جا با جهان ارتباط برقرار کنید. خانه نقطه زنی مان و مکان است که می تواند نیرو و نشاط را جذب یا آن را دفع کند.

خانه شما می تواند مکان تجدید امید باشد. یک خانه می تواند مامنی از صلح و صفا در میان آشفتگی، غوغا باشد تا شما بتوانید طی زمان های تغییر به آن پناه برید و تجدید قرار دهید. خانه می تواند مکان التیام و رشد دوباره باشد. خانه شما نه تنها می تواند به توانمندی و التیام شما کمک کند، بلکه می تواند الگویی از هماهنگی باشد که در آن شما و تمام افرادی که وارد آن می شوند، دعوت به قدم گذاشتن در سطح بالایی از صلح و آرامش شوند.

خانه شما می تواند تداخلی بین دنیای بیرونی و دنیای درونی باشد، نقطه تلاقی بین حقایق درونی و بیرونی. می تواند مرکز فعالیت نیرویی سحرانگیز و قدرتمند باشد. خانه شما می تواند کانونی قدرتمند بر روی این سیاره باشد. مانند صدایی که در سراسر محیطی بیکران شنیده

می‌شود، خانه شما می‌تواند ناقل نیرویی درخشان باشد. می‌تواند مانند سنگ کوچکی باشد که داخل برکه آرام و بی‌حرکت جهان می‌افتد، که امواج کوچکش در دوردست‌ترین ساحل جهان هستی احساس می‌شود. اکنون لازم است که خانه‌های ما تبدیل به مکان‌های آرامش‌بخشی شوند تا بدین ترتیب جایگاه‌مان را در این دنیا مستحکم سازیم. از این رو، ارزشمند است که حسی از نظم کیهانی به مکان زندگی‌مان بدمیم - نه تمامیت و یکپارچگی را به خانه‌هایمان بیاوریم که در تعادل با هستی اولیه و جهان خلقت‌مان باشد. با این وجود، خانه‌های ما می‌توانند در دوران پیش رویمان گاه و امید دوباره‌ای را فراهم سازند. به علاوه، آنها می‌توانند مکان ارزش‌بخشی را در اختیار ما قرار دهند تا بتوانیم به خاطر آوریم که کیسیم و چرا در این دوره اینجا روی این سیاره هستیم.

اکنون زمانی است که ملوای پتانسیل برای تغییر، درک رویاهایمان و تکامل فرایند فردی و جهانی است. قلبا می‌دانیم که فرصتی طلایی و درخشان، مانند صبحی جدید، درست بر فراز این افق در کمین است. حال سوال این است که چگونه می‌توانیم از این فرصت موجود در این دوره برای تغییر زندگی‌هایمان، روابطمان و دنیا، آن استفاده کنیم؟ یکی از راه‌حل‌های پاسخ به این سوال در همه‌ی اطراف شما، و مخصوصاً خانه شما، قرار دارد. راههایی وجود دارند که شما می‌توانید این فضا را تغییر دهید. بدین صورت که، با هماهنگ سازش و پالایش فضای خانه‌تان، می‌توانید خانه‌تان را تبدیل به مکان تجمع نیرو و نشاط سازید. در عوض خانه شما این نیرو را به شکل عشق به مابقی جهان ساطع می‌کند.

حتی مرد جوانی که ماهها از افسردگی شدید رنج می‌برد و تحت دارو درمانی بود، با تمیز کردن کسوه‌های خانه خود و خلاص شدن از شر چیزهایی که در کسوه‌های خود به آنها نیازی نداشت بهبود یافت.

خانه‌های ما نشانه‌های نمادینی از خودمان هستند. به علاوه، تغییر فضای داخلی خانه‌هایمان می‌تواند روی ما تاثیر بگذارد. تمیز کردن خانه‌تان، روحیه شما را نیز تغییر می‌دهد. وقتی از شر چیزهایی که در خانه‌تان به آنها نیازی ندارید خلاص می‌شوید، در عمل نمادین رها کردن هر چیزی که در زندگی‌تان به آن نیاز ندارید شرکت می‌کنید. قدرت عظیمی در عمل‌های نمادین وجود دارد. بدین ترتیب که، بیرون انداختن آشغال‌ها از شما به طور مشابه بر رهایی از آشغال احساسی در زندگی‌تان نیز تاثیر می‌گذارد.

ایجاد تغییرات بنیادی و مهم در خانه یک فرد می‌تواند بر سلامتی، روابط، فراوانی و خلاقیت آنها تاثیرات چشمگیری بگذارد.

- وقتی خانه‌تان را تمیز می‌کنید، در واقع دارید زندگی‌تان را تمیز و آراسته می‌کنید. زیرا خانه شما بازتابی از شماست - به عبارتی تغییر فضای خانه‌تان، حال و هوای شما را هم تغییر می‌دهد.
- خانه شما از شعور برخوردار است و هر کاری که شما انجام می‌دهید تا به شیوه‌ای مثبت بر آن تاثیر بگذارید، روابط‌تان با مکان زندگی‌تان را ارتقا می‌دهید.