

# Obsah

O autorce	9
Úvod – Karen Kingstonová	10

## ČÁST PRVNÍ: JAK NEPOŘÁDEK POCHOPIT

1 Feng - CO?	13
2 Problém s nepořádkem	22
3 Užitek plynoucí z toho, že se nepořádku zbavíte	26
4 Co to vlastně nepořádek přesně je?	31
5 Jak vás nepořádek ovlivňuje	37
6 Proč mají lidé tolik nepořádku a zbytečných věcí?	54
7 Dejte věcem sbohem	69

## ČÁST DRUHÁ: JAK NEPOŘÁDEK ROZPOZNAT

8 Nepořádek a feng-šuej bagua	75
9 Zóny nepořádku u vás doma	87
10 Sbírky	105
11 Změť papírů	111
12 Různorodý nepořádek	124
13 Velké předměty	135
14 Nepořádek druhých	138
15 Nepořádek a symbolika feng-šuej	146

## ČÁST TŘETÍ: JAK SE NEPOŘÁDKU ZBAVIT

16	Jak se nepořádku zbavit	157
17	Nepořádek a zmatek v čase	184
18	Jak se už bez nepořádku obejít	202
19	Změna úhlu pohledu	209
20	Zbavte nepořádku své tělo	218
21	Zbavte se duševního zmatku	238
22	Zbavte se citového zmatku	250
23	Zbavte se duchovního zmatku	257

### A CO DÁL?

Pošlete vlastní příběhy o tom, jak jste se zbavovali nepořádku	262
Kontakty a odkazy k očistě prostoru a zbavování se nepořádku	263
Další knihy od Karen Kingstonové	266
Více o Karen Kingstonové	267
Bibliografie a doporučená četba	268