

100條

# 家居能量UP

貼士清單



# 獨家風水與斷捨離結合 打造舒適居家環境

踏入2022年，不管之前過得如何，  
都希望大家對未來的生活依然充滿  
期待且富有正能量。



拿督鄭博見 DAC  
國際玄商導師



相信每隔一段時間，每個家庭都有大掃除的計劃，適當的大掃除及「斷捨離」，除了能改善環境的能量，也是提升生活氛圍感的一種方式，透過整理物品，來從中瞭解並重新認識自己，從而改變生活的消費模式。而且，斷捨離更是風水佈局中最重要的一環，也就是說，適當的“捨”，也會改變自己的磁場，吸引好的能量。

在生活中，除了基本的大掃除以外，其實更建議大家需要定時為生活進行斷捨離。尤其許多房子住了一段時間後，就會堆積過多的雜物。當中的原因有許多，例如有些朋友習慣在購物時沒有深思太多，喜歡就買，導致家裡堆積很多不必要的東西，看起來亂七八糟的。

那什麼是雜亂？就是已經用不到的舊東西，又堆積在家裡，或者是隨處亂擺放，家裡彷彿無踏足之地。“雜亂”對家宅或住戶都會帶來極大的影響，在環境雜亂的情況下，心情必定會受影響，反而環境比較乾淨整齊的話，就比較讓人心曠神怡，頭腦清晰。

除了思維及心情受到影響，家裡過於雜亂還會影響家宅的風水格局，甚至是家庭成員的運勢，把原本的好運勢給“嚇”跑了。另外，滿屋雜物，做起事情來磕磕絆絆，加上沒有空暇時間去打理，就對日常生活帶來不便，也會養成不好的性格例如“懶人癌”或是“拖延症”，最可怕的是這種性格很可能還會影響自己的工作效率。

如果情況過於嚴重，也可能導致住戶在事業、財運、人際關係接連受到牽連，所以在事情還沒有更加嚴重之前，可以善用風水的知識與斷捨離方式來改善自己的生活模式。

希望大家在新的一年，都能擁有好的開始。特此，**《100條家居能量Up貼士清單》**協助各位在進行大掃除的時候，可以依據分類出需要及不必要的物品，並進行處理，打造一個乾淨且充滿能量的居家環境。



首先，在進行居家大掃除時，大家往往會忽略一些重點的位置，導致住家環境累積了“負能量”的磁場，就會影響身體健康，甚至是心裡方面也會受到影響，如情緒憂鬱、或出現拖拉症這種“懶人病”，這對自己的生活或為人處事上帶來不便。因此，適當的打掃及斷捨離是很有必要的，我們將分為幾大類別。

# 01 大門玄關及鞋櫃



大門是一間家的門面，我們常說陽宅三要，指的就是大門、睡房、和廚房，它們就是主宰風水能量好和壞的關鍵地方。

大門更是一間房子主要納氣的地方，所以萬萬不可髒亂。門前髒亂，就難以聚集好的能量，嚴重的話還可能會導致破財，甚至會影響住戶的氣場及引起口舌糾紛。所以乾淨的大門玄關，才能為家宅催起好運的旺氣。

大門最常遇到的問題就是，現在大部人習慣每次到家後，就脫下鞋子亂擺，或者在大門附近收藏許多不穿的舊鞋子或舊襪子。其實正確的做法應該是，丟棄不會再穿的舊鞋子，把鬆垮或只剩一隻的襪子也處理掉。

在玄關處放置一個鞋櫃，鞋櫃盡量選擇有門蓋的設計，把平時不穿的鞋子或脫掉的鞋都整齊的收納進去鞋櫃裡，讓玄關的空間保持整齊不雜亂。



同時也不要擺放過多的雜物，例如腳車、空箱子或小推車等物品，這樣不僅會影響住戶通行進出，也讓玄關整體看起來擁擠且雜亂，另外路難行，做事也不會順利，一不小心也可能會發生意外。

如果大門口有裝飾一些擺設品，也要確保它們是在對的位置上，例如鏡子千萬不能對大門，在風水上來說，這也是一種“反財鏡”的格局，會導致住戶難以聚集財富，所以趁著斷捨離，如果非必需品，可將之移走或處理扔掉。

# 02 客廳



在風水上來說，客廳是一間家的中心點，是聚集人丁的地方；它也是家人在一起熱鬧交流，培養感情的地方，同時是接待客人，親友聚會的主要活動空間。試想想，如果客廳周遭都是雜物，你還會想在待在客廳嗎？這樣的情況，想要吸引貴人靠近也並非易事。

所以在風水角度來說，客廳雜亂，會導致家庭成員之間缺乏凝聚力，大家寧願選擇待在自己的私人空間，進而減少交流或相聚的機會，也會影響家庭的之間的感情，連同自己的人際關係、貴人運都會受到破壞。

還有就是，為了美觀，許多人喜歡在家裡增添各類小物品，隨著時間越久，飾品就越來越多，住戶也沒有時間收拾，就會把堆積的灰塵形成穢氣，會破壞房子的風水。而且，這也會影響健康如呼吸管道或皮膚病等。



在風水上，也不建議在家擺放造型奇特、兇猛或不詳的擺設品，否則會影響家庭成員之間的氣場，甚至可能會導致口舌之爭，所以大掃除時這類的擺設品，或者老舊的、破損的、沒有價值的擺設就可以處理扔掉。

不僅如此，盡量確保客廳的整齊美觀，如果環境過於雜亂，自己的思緒也會因此受到影響，如無法擁有清晰的思維來做事情，而且容易心煩氣躁與他人置氣。

另外，客廳講究明亮乾淨，所以除了定期打掃丟垃圾，也要時刻保持光亮，尤其在白天的時間不能昏暗，如果客廳的燈泡已經壞了或不能使用了，就趕緊斷捨離，並安裝上新的燈泡。

# 03 廚房



家宅三要，即“門、房、灶”。廚房爐灶在風水上是佔據了一個非常重要的位置。

我們都知道的廚房風水小知識如灶台需靠實牆、灶台需離洗碗盤三尺之遠、避免水高火低的格局，也就是洗碗盆弄得比爐灶還要高，這樣容易造成家庭成員沒有貴人扶助，做事難成。但是除了要注意這些風水格局，還是不足夠的，大家卻往往忽略了其他必須注意的部分。

舉例來說，要注意的是，每次烹飪後都必須清潔乾淨，這樣才不會堆積油漬、菜渣等殘留物，導致日後難清潔，如果最重要的地方黏糊糊且髒亂，那就難以聚集好氣場。從生活角度而言，如果家裡的煤灶，頭和喉用了一段時間了，也建議定期換新，避免因使用過長時間而影響其安全性。



廚房也是容易堆積雜物的地方。尤其有些朋友喜歡買各種調味料或香料煮不同風味的食物，但是最後都只用了一次，然後就擺放到過期，收在廚房某個角落裡。

還有就是“不管有沒有用到，買了總會用到”的心態，所以就有了一堆少用的鍋具，又沒有地方收納；甚至有些廚房總會到處看見袋子、吃不完或開封一半的食品，這樣會容易招惹害蟲，一不小心就會影響衛生健康。

許多人對於精美的物品總是難以抗拒，而有些人會收集很多各式各樣的碗碟作為收藏或是用來招待客人，但其實這樣不僅佔據廚房空間，也容易堆積灰塵，何不趁這個時候斷捨離，分給有需要的人。謹記，碗碟餐具夠用、實用就好。

另外，已經破裂或缺口的碗碟也要避免使用，畢竟碗碟是吃飯的工具，破裂意味著不詳，而且也會造成安全隱患，一不小心就會弄傷自己。所以，趁著斷捨離，這類型的碗碟及不實用如可愛造型的碗碟擺設品也可以趕緊處理乾淨。

# 04 冰箱



民以食為天，冰箱就好比古代的“財庫”，儲存食物讓我們三餐飽暖，由於在現代物資隨手可得，導致大家會有“囤物癖”，越買越多，甚至忘記買過的東西，時間久了，食物也過期了。

雖然冰箱不宜太空蕩，否則會形成一種貧困之相，猶如不夠食物，代表生活艱辛。但是，也不能夠把整個冰箱擠滿，塞滿不會吃的食材，直到食物都過期或腐爛，這也是一大禁忌。食物來不及吃完，也是浪費糧食。

尤其冰箱還是儲藏食物的地方，堆滿腐爛的食物也會造成散發異味，這樣其他完好的食物就會受到“感染”，影響其他蔬果的品質，你在不知不覺中就已經誤食了不新鮮的食物，久而久之就會影響身體健康。另外，打開冰箱門，就會聞到異味，就好比財庫受到“侵襲”，極有可能會影響財運的哦！



所以在進行大掃除的時候，也可以收拾冰箱，把腐爛的、不能食用的、或者是不新鮮的都進行處理，最重要的就是，一定要時刻警惕自己“買剛剛好就好，不要過於貪心”。

最後，還有一點就是，大家總喜歡購入旅遊景點或可愛的造型磁鐵，回來就“貼”在冰箱上，看起來的確是很有紀念價值，但仔細思考，這其實不是必需品，當收集得越來越多，日後就更難打理收納。

# 05 房間



相信大部分人也中招了，當東西越買越多，那就眼不見為淨，反正放在大家看不見的地方，索性有地方就胡亂塞放。其實在風水學來說，這是一個大禁忌，尤其睡房是人休息的地方，如果房間過於雜亂，也就是“聚穢”，聚集不好的磁場，那怎麼會睡得安心呢？

所以，看看你房裡的衣櫃裡、梳妝臺上、床頭櫃、甚至是床底以及各個角落，是否堆積了很多沒有用的物品例如空盒子或袋子、過期的化妝品或者小樣呢？如果是這樣的話，就趕緊收拾起來吧！

還有長期置放乾花或者沒去處理已經枯萎了的花朵，這些擺放可是非常影響睡在房間裏面人的運勢。在風水的定義上，乾花相等於枯萎死去了的花朵，帶有陰氣。如果用乾花作為房間的裝飾就等於把陰氣的物品放在室內，會破壞家中氣的陰陽平衡，也會破壞我們的桃花姻緣，可能導致伴侶時常吵架又或者惹一堆爛桃花回來。



另外，很多人都有隨手放東西的習慣，例如亂丟衣服，久而久之就導致衣服堆積如山，不穿的或穿過的都參雜在一起。所以也可趁這個時候，把閑置的衣服分類處理或捐出去，把衣服掛起收進衣櫃，將物品放在對的位置上，不止衣服，還有已經不用的背包、多餘的抱枕或被單等，都可以適當的斷捨離，留下常用的、或者等下次有需要時再購買也可以，不要把壞運勢堆積在房間。

再來，就是玩偶，雖然收集玩偶是個人興趣，的確難以割捨，但是也盡量避免堆積在一些地方如床頭、角落或床底，如果條件允許，可以安裝一個小櫥櫃用於收藏，這樣就可以避免玩偶沾染灰塵，不過最好的方法還是不要過量購買，否則房間的空間就會越來越小，到時又積累了一堆灰塵。

# 06 儲藏室



儲藏室雖然是收藏雜物的地方，但往往也是被大家嚴重忽略的地方，因為在風水上，它有可能坐落於你家的財位或貴人位，如果處理不當，會帶來不良影響。

很多大戶型的房屋都會設有樓梯，而樓梯的構造如果有轉角的設計，那麼樓梯下方就會有比較大的空間可以作為儲藏室。從風水學的角度來說，樓梯下方做儲藏空間是允許的。

但要注意的是千萬不能隨意堆放雜物，不要以為儲藏室的門關上，看不見裏面的狀況，就不會有問題，這樣的想法是錯誤的。樓梯是通往二樓的主要通道，常常會有人在此處走動，如果樓梯下方雜物過多過亂，勢必會影響家庭成員的運勢。



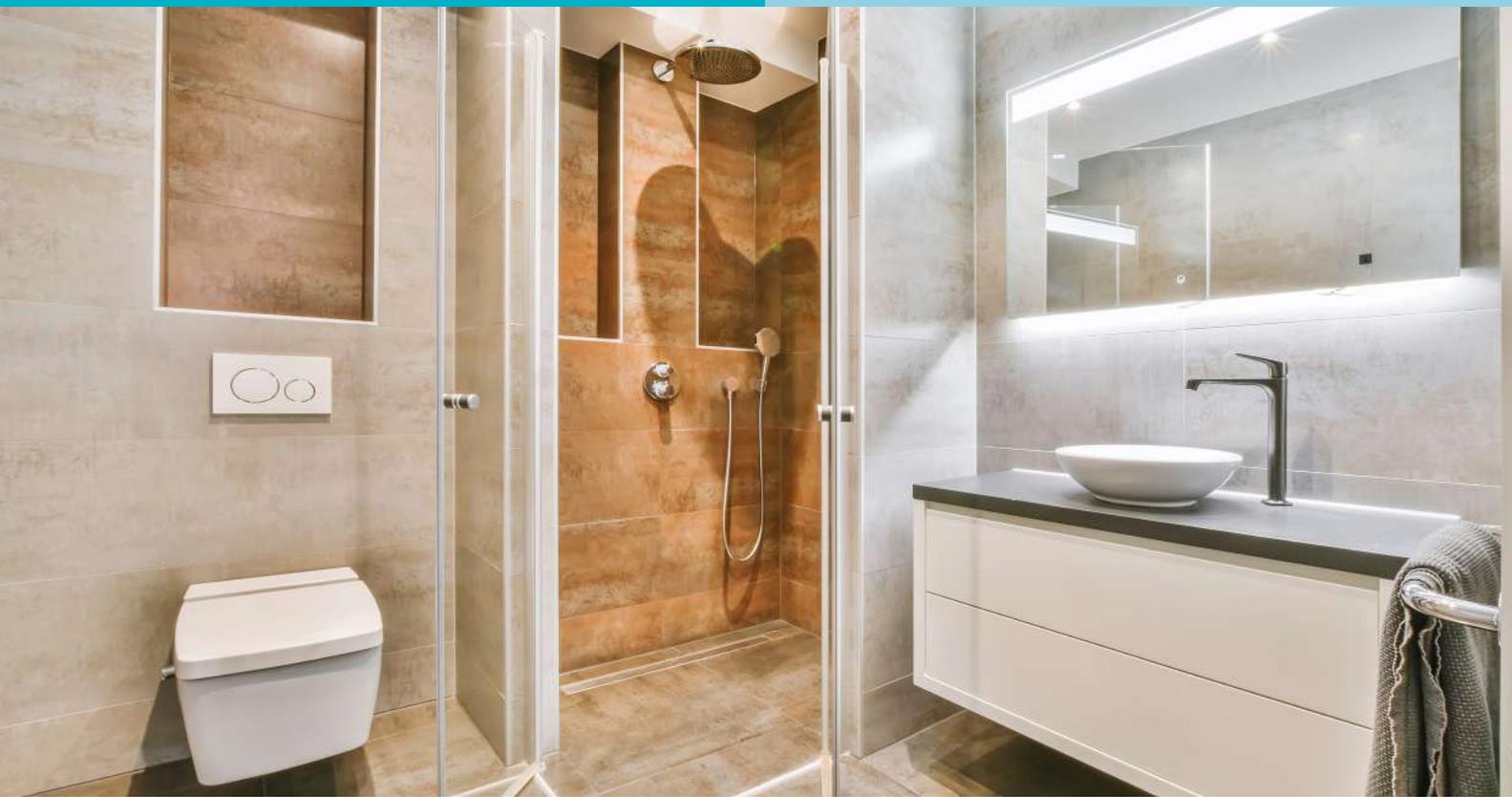
若家裡的財位剛好位於儲藏室，那就要更加小心置放物品，避免影響家中的財運。建議是在儲藏室置放一個大架子，並把物品歸類進行收納，這樣才不會趕走家裡的財運。

很多人經常把家裡一些“下次會用到”的物品收在儲藏室，但最後真的都有用到嗎？

即使不經常呆在儲藏室，但還是需要盡量乾淨衛生，避免潮濕、雜亂。道理很簡單，這樣下次要找東西時也方便，也可以減少蚊蟲滋生及堆積雜物。

通常，儲藏室最容易堆積閒置的電線跟舊家電、乾電池等，有時候物品過多，甚至忘記自己存放的物品，這樣的情況也存有安全隱患，有時候參雜了易燃物品也不知道，所以定期處理還是比較妥當。最重要的是，一些易腐爛、沒有價值的收藏品也盡量處理，不要堆積以免影響家裡的運勢。

# 07 衛生間



從生活角度來說，廁所也是需要保持乾淨的；風水上來論，衛生間屬於“穢氣”，如果這個“氣”長期無法排除，勢必會影響一家人的運勢，所以衛生間一定要整潔及乾爽。

其實道理很簡單，如果室內過於潮濕，就容易滋生細菌，進而引發健康問題，所以建議衛生間的窗戶要長時間打開，把門關上，確保將濕氣或穢氣可以排出室外。至於沒有窗戶的衛生間，則最好安裝抽風機，把穢氣抽出屋外。

如果認為衛生間不需要斷捨離，那就錯了。舉例來說，已經使用超過3個月的牙刷，口腔衛生專家也建議，牙刷是有壽命的，盡量每三個月就要更換，才能保持口腔清潔。



再來就是，用了很久的毛巾，毛巾屬於纖維物品，時間久了以後，加上衛生間的環境較為潮濕，容易滋生細菌，而且肉眼難以察覺，導致有些人會發生皮膚敏感等問題，因此也是建議需要每三個月換一次。

另外，也很多人會收集一次性的洗漱用品，最後往往都過期卻毫無察覺。既然不能再用了，就一併處理乾淨，不要堆積許多瓶瓶罐罐在浴室，不止妨礙美觀，也會造成空間看起來很擁擠。衛生間本就是一個陽氣不足的地方，如果藏著太多瓶罐，也是非常不利於家宅納入吉祥的氣息。

最後，也建議大家將廁所的清潔物品分門別類的安置處理好，不要亂放工具，小心也會造成發生其它的意外。一些不實用的物品也可以移走，例如浴簾，實用性較低，而且因為材質的關係，容易骯髒且藏細菌，久了之後不僅毫無美觀，也難以打理。



接下來，《**100條家居能量Up貼士清單**》讓大家在**大掃除**或進行**斷捨離**的時候，可以一一檢查是否有遺漏的事項。

# 01 大門玄關及鞋櫃篇



- 01 舊對聯
- 02 舊鞋櫃
- 03 枯萎植物
- 04 舊鞋子
- 05 舊襪子
- 06 舊或壞掉的燈
- 07 小飾品 (鑰匙扣等)
- 08 空鞋盒
- 09 舊背包

是

否

# 02 客廳篇



- 10 尖銳的飾品
- 11 恐怖圖片
- 12 舊報紙
- 13 舊擺設
- 14 舊沙發
- 15 破損的抱枕
- 16 破損的地毯
- 17 沒法匹配的遙控器
- 18 破損的桌燈、電燈

	是	否
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

# 02 客廳篇



- 19 無收藏價值的光碟
- 20 損壞的櫥櫃
- 21 枯萎的鮮花|乾花
- 22 風鈴|捕夢網
- 23 不再使用的電器
- 24 閒置的傢俱
- 25 空花瓶
- 26 不再綠盛的植物

是	否
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

# 03 廚房篇



- 27 多餘的袋子
- 28 過期的食品
- 29 一次性的包裝醬料
- 30 過期的藥物|補給品
- 31 壞掉、生鏽的鍋具
- 32 破裂或缺口的碗碟杯子
- 33 鈍刀子
- 34 舊餐具
- 35 舊電器

是	否
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

# 03 廚房篇



- 36 一次性塑膠餐盒
- 37 各式過期的優惠卷
- 38 收藏過多的精美碗碟
- 39 各種塑膠瓶子

是	否
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

# 04 冰箱篇



- 40 存放已久的冷凍食品
- 41 打開後不會再吃的食物
- 42 腐爛的食物|水果
- 43 過多的醬料
- 44 食物香料
- 45 不再食用的醃製品

是	否
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

# 05 房间篇



- 46 床底下的雜物
- 47 過期的化妝品
- 48 用了很久的化妝刷子|梳子
- 49 閑置或破損的衣物
- 50 損壞的書籍或雜誌
- 51 殘舊的窗簾|毛巾|床被單
- 52 多餘的枕頭
- 53 昏昏暗暗的燈泡
- 54 小飾品 (髮夾、無彈力的頭繩、剩一邊的耳環等)

是

否

# 05 房间篇



55 不再用的手提包

56 瓶瓶罐罐的保養品 (檢查是否不再使用或過期)

57 室內植物是否時常換水

58 水種植物 (忌會纏繞的攀爬植物)

59 玩偶公仔

60 各種小文具

61 損壞的行李箱

62 不會再使用的文檔或名片

63 不重要的紀念品

是

否

# 05 房間篇



- 64 沒有墨水的筆
- 65 過期的帳單
- 66 變形的內衣褲及襪子
- 67 小盒子收納箱
- 68 少穿的圍巾或少帶的帽子
- 69 破損或舊錢包
- 70 沒有收藏價值的舊手錶

是

否

# 06 儲藏室篇



- 71 閒置的電線|電器
- 72 舊手機|電腦
- 73 建材 (木板、鐵片、鋁罐等)
- 74 不會再使用的物品
- 75 不知用途的鑰匙
- 77 各種小零件
- 77 老舊的電子設備
- 78 過時的手冊
- 79 乾枯的油漆罐

是

否

# 06 儲藏室篇



- 80 過時的節日裝飾品
- 81 過期的泛黃日曆
- 82 不實用的獎品
- 83 旅行回來後收藏的電話卡
- 84 舊膠水、舊五金用品

是

否

# 07 衛生間篇



- 85 多餘的梳子
- 86 發霉的沐浴用具
- 87 破爛的浴巾或毛巾
- 88 瓶瓶罐罐的沐浴露或洗髮精
- 89 多餘的美妝工具
- 90 過期的清潔用品
- 91 亂塞的袋子
- 92 多餘的盆
- 93 舊牙刷|刷子

是

否

# 如果家裡有小孩子的物品，也可以清理不必要的物品：



- 94 損壞或缺少零件的玩具
- 95 不適合其年紀的玩具
- 96 不再玩的拼圖
- 97 孩子穿不下的衣物
- 98 一切超過年紀使用的用具
- 99 孩子不再閱讀的刊物
- 100 舊校服、舊書包、舊校鞋

是

否



以上就是為大家準備的100項清單，大家可以依據清單來為居家大掃除。最後，如果真的捨不得丟棄一些具有紀念價值的物品，應該將它們分門別類的歸納收好，並放在適合的地方，切莫讓這些雜物影響家裡的運勢。



# 世界預測 ∞ 風水大會

◎ LIVE 16.1.2022 | 10am-5pm (GMT+8)



**限時內** 領取免費限量入場券！

 **點擊領取**

配合農曆新年，玄商學院也會推出有關新年佳節的節目，讓更多人從中受益。關注我們的網絡媒體頻道，觀看《**虎霸天下之新年特輯**》的精彩視頻。



**壬寅年 2022 虎霸天下 新年特輯**

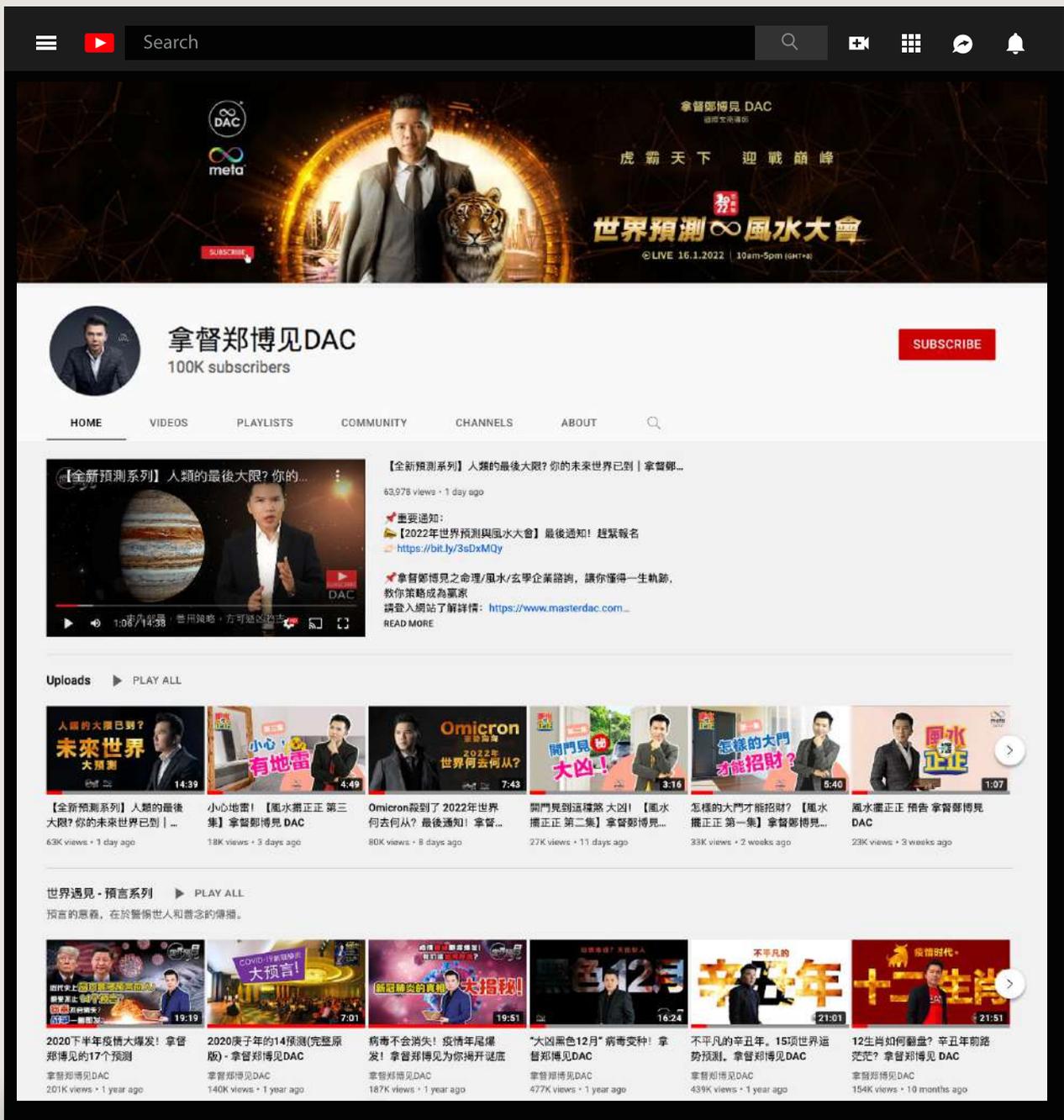
- 06.1.2022 《新年斷舍離》
- 13.1.2022 《新年新思維》
- 20.1.2022 《新年習俗》
- 27.1.2022 《流年風水開運佈局》
- 01.2.2022 《十二生肖運勢大全》
- 10.2.2022 《元宵迎姻緣》

meta  
academy  
玄商學院

另外，每逢星期四會播放《風水擺正正》，透過影片教學與大家分享最實用的風水貼士。大家可前往訂閱拿督鄭博見DAC的Youtube頻道和關注我們的面子書以獲得更多精彩的資訊。

 [www.youtube.com/c/拿督郑博见DAC](http://www.youtube.com/c/拿督郑博见DAC)

 [www.facebook.com/metaacademybydac](http://www.facebook.com/metaacademybydac)



The screenshot displays the YouTube channel page for 拿督郑博见DAC. At the top, there is a banner for the '世界預測 風水大會' (World Prediction Feng Shui Conference) featuring a man in a suit and a tiger. Below the banner is the channel profile with a circular profile picture, the name '拿督郑博见DAC', and '100K subscribers'. A red 'SUBSCRIBE' button is visible on the right. The navigation menu includes 'HOME', 'VIDEOS', 'PLAYLISTS', 'COMMUNITY', 'CHANNELS', and 'ABOUT'. The main content area shows a video player for '【全新預測系列】人類的最後大限? 你的...' with a view count of 63,978. Below the video player is a list of uploads, including '未來世界大預測', '小心地雷!', 'Omicron殺到了', '開門見凶!', '怎樣的大門才能招財?', and '風水擺正正'.

# 2021年課程回顧

在2021年，玄商學院成功舉辦了數場來自各國過萬學員參與的線上課程，玄學權威導師拿督鄭博見DAC及Grace Teo憑著自身對於專研玄學多年的經驗，透過通俗易懂且充滿含金量的課程教授給所有學生，只為了讓學生可以精準瞭解玄學的精髓。

與一般傳統課程不同的是，以獨家高清視頻呈現，導師們還會特別準備預備班及復習班，為的就是要課程的精華傳授給學生。在7月至12月間所舉辦的八字玄商課程中，學員可從中瞭解自己的八字命格，知命用命，在不斷進步的時代中，透徹自己的八字來掌握趨勢，編寫屬於自己的人生劇本。

## 玄商之八字攻略涵蓋



### 知命篇

善用人生四階段，發掘隱藏天賦，以正確的態度面對未來。



### 解鎖篇

贏在起跑點，深入分析八字奧妙。



### 實戰篇

掌握命運，實踐操作，論命識人。



### 專業班

精選內容，清楚自身使命與方向。

另外，導師們期間也開辦人格解碼課程，是一套透過生日計算，來剖析人格密碼的西方哲學與統計學，利用簡易的方式，快速認識自己及身邊人。



## 洞悉人心

讓你秒讀人性，分辨貴人。



## 深層探索

利用天生潛能，後天學習能量，達成使命。



## 終極實戰

解開隱藏的秘密，邁向成功的人生道路。

除了玄學課程，我們在11月份時也成功開辦了時尚風水攻略分享大會，幫助對風水一竅不通的小白們，成為自己的風水師！



## 時尚風水攻略分享大會

瞭解自己的宮位，打造居家好風水！



關注我們，以獲得最新資訊與內容



[t.me/metaacademy](https://t.me/metaacademy)



[meta-academy.biz](https://meta-academy.biz)



[www.facebook.com/metaacademybydac](https://www.facebook.com/metaacademybydac)



[www.instagram.com/meta.academy.dac](https://www.instagram.com/meta.academy.dac)



[www.youtube.com/c/拿督郑博见DAC](https://www.youtube.com/c/拿督郑博见DAC)



[wa.me/60134763655](https://wa.me/60134763655)



微信公眾號：玄商集團



Meta Academy

