

6월 북큐레이션

몸도 마음도 새롭게, 청소

선정목록

어린이도서

- 먹구름 청소부 / 최은영
- 오랜만이야! / 칼리, 다비드
- 정리 정돈 한판 승부 / 이여니
- 청소의 발견 / 박주빈
- 티보르와 너저분 벌레 / 파바르, 노에미

일반도서

- 가끔 마음에도 청소가 필요해 / 이계영
- 내 머릿속 청소법 / 김경록
- 도망가자, 깨끗한 집으로 / 신우리
- 청소 끝에 철학 / 임성민
- 청소해부도감 / NPO법인 일본하우스클리닝협회



6월 북큐레이션

몸도 마음도 새롭게, 청소

책정보

#서명 : 먹구름 청소부

#저자 : 최은영

#출판사 : 노란상상

책소개

“보자 보자, 오늘은 어떤 친구의 마음을 청소할까?”

주인공은 먹구름 청소부입니다.

친구들의 마음속에 있는 먹구름을 청소해 준답니다.

앗, 저기서 시커먼 먹구름을 달고 온 친구가 있어요.

친구는 자신이 공부도 못하고, 뽀통령도 못하고, 못생겨서

먹구름이 잔뜩 끼어 있대요. 먹구름 청소부와 함께 친구의

먹구름을 청소하러 가볼까요?

6월 북큐레이션

몸도 마음도 새롭게, 청소

책정보

#서명 : 오랜만이야!

#저자 : 칼리, 다비드

#출판사 : 킨더랜드

책소개

“안 돼. 이건 꼭 가지고 있어야 해.”

주말에 벼룩시장이 열린대요.

벼룩시장에 내놓을 물건을 찾으러 다락방으로 갔죠.

그런데 다락방에서 어린 시절 추억을 간직한 물건들을

찾았어요! 아주 오랜만에 말이죠!

소중한 추억들을 벼룩시장에 내놓을 수는 없어요.

과연, 주인공은 벼룩시장에 갈 수 있을까요?



어린이 미니멀 라이프 동화

정리 정돈 한판 승부

이여니글 안병현 그림



6월 북큐레이션

몸도 마음도 새롭게, 청소

책정보

#서명 : 정리 정돈 한판 승부

#저자 : 이여니

#출판사 : 크레용하우스

책소개

“딱 일주일. 그 안에 정리를 다 해야 해.”

다미와 엄마는 맥시멀리스트입니다.

신상 물건이나 신상 옷이 나오면 바로 바로 사기 바쁘고,

그 때문에 집안은 물건으로 넘쳐나죠.

그러던 어느 날, 할머니가 갑자기 집으로 찾아오고, 두 사람

중 먼저 정리하는 사람에게 상금을 주기로 약속하는데요,

과연 승자는 누가 될까요?

청소의 발견



다림

6월 북큐레이션

몸도 마음도 새롭게, 청소

책정보

#서명 : 청소의 발견

#저자 : 박주빈

#출판사 : 다림

책소개

“으아! 청소가 없어졌으면 좋겠어!”

‘청소’가 세상에서 사라졌어요!

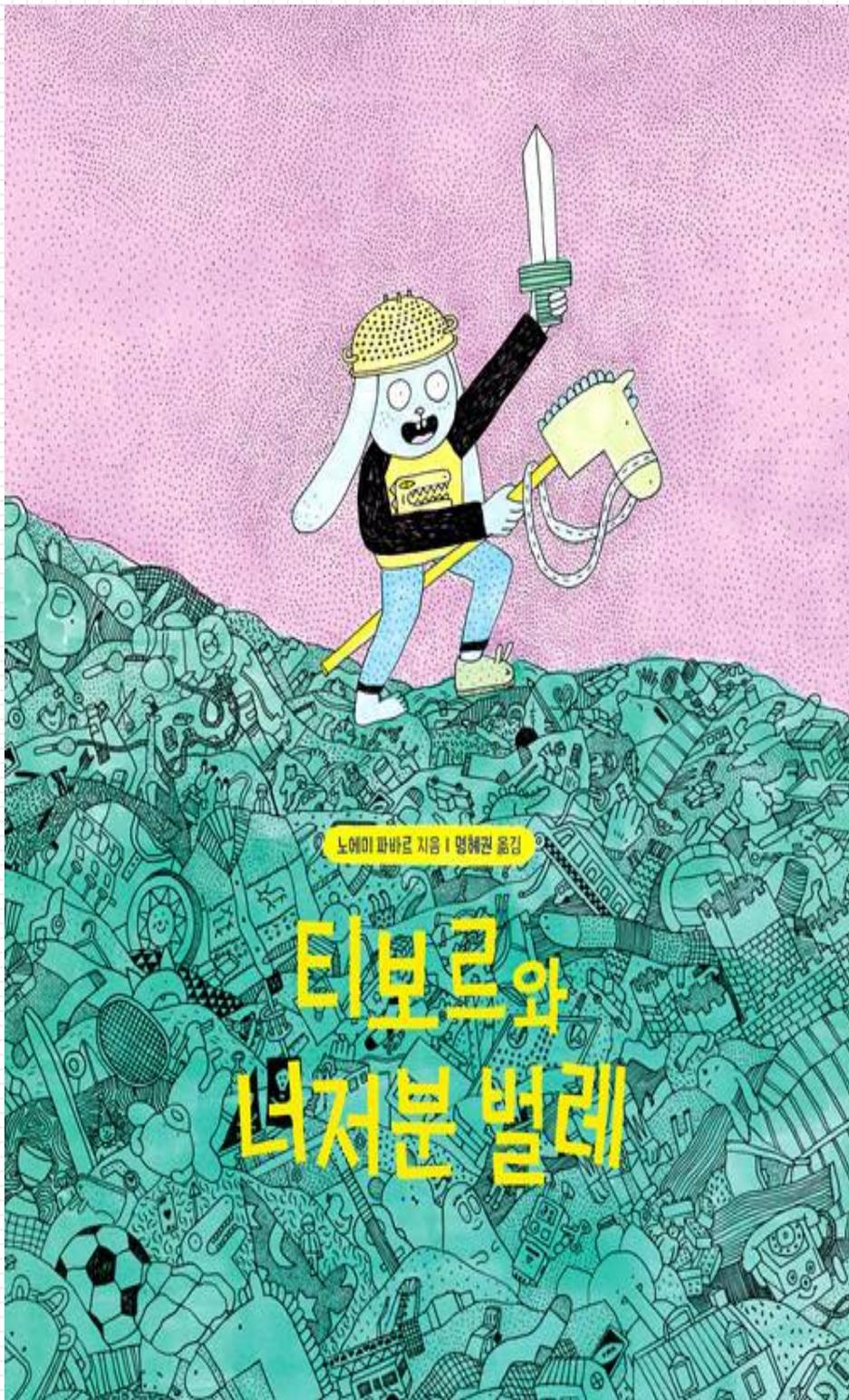
사람들은 청소할 줄을 모르고, 쓰레기를 그저 버리기만 해요.

청소하는 게 너무 싫었던 주인공도 처음에는 좋았어요.

하지만, 세상은 점점 더러워졌고, 아픈 사람도 많아졌어요.

더 이상은 안돼요! 이제는 청소하는 법을 알려줘야겠어요!

다시 깨끗한 세상에서 아프지 않고 살 수 있을까요?!



6월 북큐레이션

몸도 마음도 새롭게, 청소

책정보

#서명 : 티보르와 너저분 벌레

#저자 : 파바르, 노에미

#출판사 : 소원나무

책소개

“지금부터 너저분 벌레와 전쟁을 치를 거야.”

주인공 티보르의 방은 오늘도 어질러져 있습니다.

그리고 아빠의 꾸중도 뒤따랐죠. 너저분해서 벌레가

나오겠다는 아빠의 말을 잘못 들은 티보르는 방이 다시

어질러지는 이유가 너저분벌레 때문이라고 결론 짓고,

너저분 벌레와의 전쟁을 선포합니다.

과연 너저분 벌레의 정체는 무엇일까요?

가끔
마음에도

청소가
필요해

이
계
영
지
문

'깨끗한 수건을 맑은 물에 적서 마음의 유리창을 닦아냅니다.'

비우고 놓으면 밝은 기운이 채워지는 마음챙김 이야기



6월 북큐레이션

몸도 마음도 새롭게, 청소

책정보

#서명 : 가끔 마음에도 청소가 필요해

#저자 : 이계영

#출판사 : 시소

책소개

“깨끗한 수건을 맑은 물에 적서 마음의 유리창을 닦아냅니다.”

마음 챙김에 관한 내용을 담은 책입니다.

저자 또한 타인에 의한 극심한 스트레스를 겪었던 시기가 있었기에,

타인이 아닌 자신의 마음에 집중하는 것이 중요하다고 말합니다.

책은 크게 맑음, 비움, 평온, 씬 이 네 가지의 키워드로 분류하고,

각 키워드에 맞는 짧은 글들을 모아놓은 구성으로 되어 있습니다.

매일 한 편씩 읽으며 마음 챙김 명상을 해보는 것을 추천 드립니다.

생각의 짐을 버리고 업무와 일상을 단순하게 정리하는

내 머릿속 청소법

김경록 지음



사람이 하루에 떠올리는 생각은 6만 가지..

생각에도 자리를 정해두지 않으면 필요할 때 꺼내 쓸 수 없다
업무는 절반으로 줄이고 효율은 두 배로 높이는 비결!

전지

6월 북큐레이션

몸도 마음도 새롭게, 청소

책정보

#서명 : 내 머릿속 청소법

#저자 : 김경록

#출판사 : 책정원

책소개

“머릿속을 청소하면 일상이 바뀐다.”

눈에 보이지도 않는 생각을 정리하려면 어떻게 해야 할까요?

책에 따르면 사람이 하루에 떠올리는 생각은 무려 6만 가지라고

하는데요, 나에게 필요한 생각은 기억하고, 필요 없는 생각은 버리는

머릿속 청소법을 저자가 알려드립니다.

평소에 쓸데없는 잡생각이 너무 많아 머릿속이 복잡한 것이 고민이신

분들께 추천 드립니다.

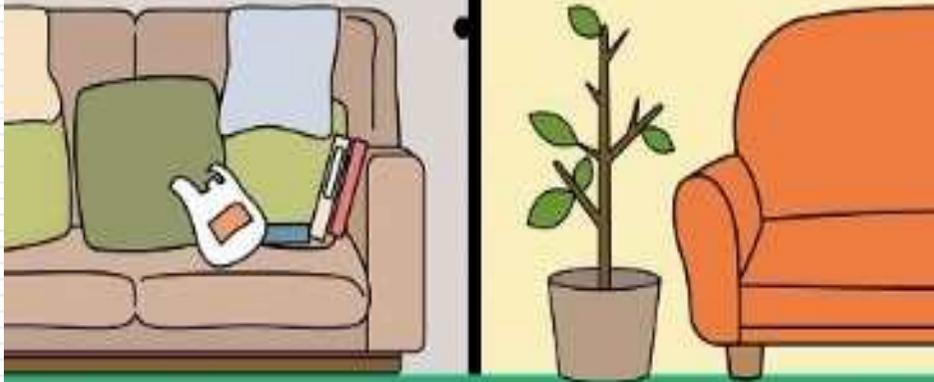
우울증 직전의 아들 둘 읽다,
비우기 시작하자 인생이 달라졌다!

도망가자,



깨끗한
집으로

신우래 지음



새를 잡을 수도 없고
집을 바꿀 수도 없으니
납답한 집을 탈출하는 가장 쉬운 비우기 기술!

2024.11.15

6월 북큐레이션

몸도 마음도 새롭게, 청소

책정보

#서명 : 도망가자, 깨끗한 집으로

#저자 : 신우래

#출판사 : 멀리깊이

책소개

“이젠 정말 지긋지긋해. 싹 다 비워버리자!”

미니멀라이프를 실천하는 방법에 관한 책입니다.

왜 집에 자꾸만 물건이 쌓이는지, 이 물건들을 비우면 삶이 어떻게 달라지는지, 그렇다면 비우려면 어떻게 해야 하는지에 대한 내용을 담고 있습니다. 또한 물건 뿐만 아니라 건강한 루틴, 건강한 소비 등 일상 속에서 미니멀라이프를 실천하기 위한 방법도 소개합니다.

특히, 육아와 일을 병행하는 분들이라면 크게 고개를 끄덕일 수 있는 공감형 비우기 안내서입니다.



청소 끝에 철학

쓸고 닦았더니 사유가 시작되었다
임성민 지음

먼지에서 존재를, 물결레에서 인생을 읽다!
청소 끝에 찾아오는 산뜻한 깨달음



6월 북큐레이션

몸도 마음도 새롭게, 청소

책정보

#서명 : 청소 끝에 철학

#저자 : 임성민

#출판사 : 웨일북

책소개

“청소 끝에 보이는 것은 ‘나’이고, 바로 ‘삶’이다.”

일상에서 흔하게 이루어지는 ‘청소’라는 행위에 대해 인문학적으로 생각해볼 수 있는 책입니다.

청소와 문화, 청소를 통한 비움, 청소와 인생 등 청소와 관련된 다양한 소재들을 연관 지어 인문학으로 풀어냈습니다.

우리가 평소 특별한 일이 아니라고 여겨졌던 ‘청소’가 이렇게나 철학적으로 생각할 수 있는 주제라는 것을 책을 통해 알 수 있습니다.

청소해부도감

너저분한 삶을 반짝이게 해줄
청소의 기술

2013년 1월 15일 발행 / 100페이지 / 1200원



청소만 잘해도 행복해진다!

자취, 결혼, 취직, 퇴사... 새로운 시작 앞에서
안락하고 즐거운 삶을 꿈꾸는 당신을 위한 책

더숲

6월 북큐레이션

몸도 마음도 새롭게, 청소

책정보

#서명 : 청소해부도감

#저자 : NPO법인 일본하우스클리닝협회

#출판사 : 더숲

책소개

“청소는 어렵지 않다!”

책 제목 그대로 청소하는 방법을 알려주는 책입니다.

청소를 어렵게 생각하지 않도록 단계별, 장소별, 시기별로 나누어

효과적으로 청소하는 방법을 알려줍니다.

또한 일러스트가 군데군데 그려져 있어, 이해하기 한층 더 쉽습니다.

그동안 생각만 하고 미루어왔던 청소가 있다면, 이 책과 함께 청소를

시작해보는 건 어떨까요? ☺