

HomeBalancing-SERIE:

- Magnetfeldtherapie
- Raumklima
- Wasser
- Naturprodukte
- Ergonomie
- Aromatherapie
- Lichttherapie
- Spa
- Fit in den Winter

Diese bisher erschienenen Beiträge können bei der Redaktion bestellt werden.

Wer ständig glücklich sein möchte, muss sich oft verändern.

(Konfuzius)



HomeBalancing: Gesundheit Für mehr Harmonie: Deko und Feng Shui



Feng Shui ist eine ca. 3000 Jahre alte Wissenschaft aus China.

Ihr Ursprung besteht darin, für

Menschen Orte zu finden, an denen

sie sich niederlassen können, um in Glück, Gesundheit, Reichtum und Harmonie zu leben.

Dafür ausschlaggebend waren die Gegebenheiten der Landschaft und das Zusammenspiel der Formen in der Natur.

In diesem Beitrag geht es mehr um den persönlichen Wohnraum oder Geschäftsbereich, den man unter Feng Shui Gesichtspunkten einrichtet. Natürlich empfiehlt sich grundsätzlich eine individuelle Beratung vor Ort, aber es gibt auch Literatur, die sich informativ, verständlich und liebevoll dem Thema nähert.

Einige Ansätze sollten Sie auf jeden Fall beherzigen: Die Gestaltung unter Berücksichtigung der fünf Elemente aus dem Feng Shui kann sehr harmonisierend sein. Diese Elemente – Feuer, Erde, Metall, Wasser und Holz – werden Farben, Formen und Materialien zugeordnet. In einem bestimmten Zyklus nähren sie sich gegenseitig, d.h. sie unterstützen sich und wir-

ken deshalb wohltuend auf die Umgebung. Wie können Sie diese Aspekte in Ihr Leben einbringen? Beispielsweise durch eine Gestaltung mit Farben! Es muss ja nicht immer gleich das ganze Zimmer betreffen, aber versuchen Sie sich doch von Zeit zu Zeit an farblich neuer Dekoration, an unterschiedlichen Stilrichtungen oder stellen Sie mal das Zimmer um und erleben Sie, was passiert! Leben ist Bewegung, Farbe ist Energie – setzen Sie Akzente und damit neue Impulse!

Das Thema Ordnung und Sauberkeit ist sehr wichtig im Feng Shui. Dabei geht es nicht um

sterile, unpersönliche Räume, sondern mehr um die Klarheit und die Konzentration aufs Wesentliche. Die Energie kann ungehindert fließen und bringt damit mehr Leichtigkeit in Ihr Leben! Ein voller Schreibtisch und vollgestopfte Regale vermitteln das Gefühl, keinen Überblick mehr zu haben, alles ist zu viel. Bewusste Leerräume oder geschlossene Regale und Schränke helfen, um mehr Klarheit, Ruhe und Effektivität zu erreichen. Das gilt auch für Kellerräume, Handschuhfächer, Handtaschen, Mailboxen, Kleiderschränke etc. – befreien Sie sich von Ballast, lassen Sie los! Und Sie werden spüren, wie sich Ihre Energie verdich-

tet. Mehr Frische im Raum durch lebende Pflanzen und Blüten heben ebenso den Energielevel an. Gezielte Dekoration mit einzelnen Blüten oder Gräsern bringen Wohlgefühl in Ihren Aufenthaltsbereich. Auch angenehme Düfte regen auf belebende Weise die Sinne an. Sogar im Winter können Kräutertöpfe als Energiespender, Duftoasen und Dekoration verwendet werden. Wenn Sie mehr über Feng Shui wissen möchten, dann lohnt es sich, eins der beiden empfohlenen Bücher zu lesen und sich mit dem Thema Feng Shui für mehr Harmonie in Ihrem Leben vertraut zu machen.

Literaturempfehlungen

