

WOHNEN - FENG SHUI - LIFESTYLE

VON PETRA COLL EXPOSITO

Feng Shui Tipps

DAS SCHLAFZIMMER

Die richtige Platzierung bringt erholsamen Schlaf!

DAS BÜRO

Endlich Erfolg generieren durch die richtige Raumqualität

DAS IDEALE KINDERZIMMER

Mit diesen Tipps wird Glück einziehen.



Wohne & Lebe glücklich

von
PETRA COLL EXPOSITO

Ich freue mich, dass Du Dich für Feng Shui interessierst.

Feng Shui ist ein wertvolles System, was es schon seit vielen tausenden Jahren gibt. Dieses System kann überall auf der Welt angewandt werden. Das Schöne daran ist: Du kannst es lernen, Du kannst es anwenden und Du kannst es für Dich nutzen.

Ich selbst habe vor mehr als 20 Jahren dieses Wissen erworben. Dabei habe ich selbst sehr viele Erfahrungen bei mir, aber auch bei anderen machen dürfen.

Denn unser äußeres Umfeld ist eine prägende Struktur, die auf uns wirkt. Unsere Räume beeinflussen uns.

Die besten Feng Shui Insider Tipps

Jedes Jahr fahren wir in den Urlaub und wollen uns erholen. Oftmals führt die Reise in Gegenden, die energetisch angereichert sind. Sie wirken kraftvoll. Diese Energie von außen bewirkt, dass Du Dich regenerierst und wieder voller Elan bist.

Auch der innere Raum, also Dein Wohnzimmer, Dein Schlafzimmer und Dein Büro wirken genauso prägend auf Dich.

Wie fühlst Du Dich Zuhause?
Wirst Du müde oder fühlst Du Dich kraftvoll?

Meine Tipps zeigen dir wie du deine Wohnumfeld veränderst um Energie und gute Gefühle zu tanken.
Viel Spaß beim lesen Deine Petra Coll Exposito

Schlafzimmer

Tipp 1:

Frage Deine Freunde, wie sie sich bei Dir Zuhause fühlen.

Wir selbst sind meistens gut darin andere zu beraten. Unser eigenes Umfeld ist schwer selbst zu beurteilen.

Lasse Deine Wohnung mit Hilfe einer Skala von 1-10 einschätzen. 1 ist gar nicht gut, 10 ist hervorragend. Bewerte auch Du Deine Wohnung. Stimmen die Meinungen überein oder weichen sie voneinander ab? Je mehr Leute Du fragst, desto eher wirst Du eine genauere Einschätzung erhalten.

Damit kannst Du dann gezielter Deine Situation verbessern und ändern. Außerdem kannst Du am besten herausbekommen, wie Dein Raum auf andere wirkt.

Tipp 2:

Frühjahrsputz, aber richtig!

Bringe frische und positive Energie ins Haus! Jede Himmelsrichtung birgt unterschiedliche Qualitäten des Qi in sich. Diese variieren mit der Zeit. So sind einige Richtungen äußerst glückverheißend und andere eher ungünstig, in bestimmten Zeiten sogar eher zu meiden.

Also überlege erst, bevor Du loslegst und das Wohnzimmer zum Schlafzimmer umgestaltest – die schwere Schrankwand von der Fensterseite zur gegenüberliegenden Wand rückst – dem Kinderzimmer eine neue Tapete verpasst. Oder den Garten zur Freude der Nachbarn auf den Kopf stellst, Bäume umpflanzt und einen Wintergarten baust.

Vergewissere Dich, dass Du positive Qi Qualitäten aktivierst! Schaue auf meinen Blog welche Sektoren betroffen sind.



Tipp 3:

Wie gut schläfst Du?

Betrachte Deinen Schlafplatz aus einem neuen Blickwinkel und überprüfe Dein Schlafzimmer nach den Grundregeln des Feng Shui!

Am besten gehst Du in Dein Schlafzimmer und betrachtest die ersten Feng Shui Regeln. Stelle, wenn möglich, Dein Bett nicht zwischen Tür und Fenster!

Vermeide Balken über Deinem Bett, insbesondere über dem Kopf!

*Achte darauf, dass keine Ecken und Kanten auf Dein Bett zeigen!

Tipp 4:

Dein Schlafzimmer ist eines der wichtigsten Aufenthaltsorte.

Vermeide den Elektrosmog im Schlafzimmer. Der Fernseher und sämtliche elektrischen Geräte sollten soweit wie möglich vom Bett entfernt aufgestellt werden, da die meisten Geräte ein hohes elektrisches Feld erzeugen. Elektrosmog kann auch durch Deine Nachttischlampe verursacht werden.

Besser ist es, alle möglichen E Smog Quellen so weit wie möglich von Deinem Bett entfernt zu platzieren.



Tipp 5:

Das sicherste Mittel, um Deine Gesundheit zu ruinieren, ist ein krankes Bett.“

Darauf wies schon der berühmte Arzt Paracelsus (1493-1541) hin.

Dein Schlafzimmer ist im Idealfall eine Oase der Erholung und Regeneration. Dort hältst Du Dich lange Zeit auf und möchtest Kraft für den Alltag schöpfen.

Solltest Du nicht gerne ins Bett gehen, so kann das ein sicheres Zeichen eines ungünstigen Schlafplatzes sein. Kinder schlafen nachts gut und fest durch, wenn das Bett an der richtigen Stelle steht.

Fühlst Du , dass Du Dich an Deinem Schlafplatz nicht regenerieren oder entspannen kannst, vielleicht sogar krank bist. Dann kann dafür die Ursache eine geopathische Störzone sein. Beobachte, ob Du auf einem anderen Platz besser schläfst.

Tipp 6:

Beachte unbedingt den Elektrosmog!

Radiowecker sollten mindestens 2 Meter vom Kopf entfernt stehen. Noch günstiger wäre ein Wecker mit Batterie.

Stelle keine Mobiltelefon ins Schlafzimmer oder in das benachbarte Zimmer.

Es wäre sogar besser ein Telefon mit Schnur zu nutzen, um keinen Elektrosmog zu verursachen.

Zudem sollten keine Steckdosenleiste unter dem Bett verwendet werden.

Prüfe auch Nachttischlampen nach magnetischen oder elektrischen Feldern.

Die meisten Nachttischlampen erzeugen ausgeschaltet sogar mehr Elektrosmog, als wenn sie in Betrieb sind.

Daher wäre der Abstand zum Bett eine gute Möglichkeit, diesem entgegen zu wirken.

Tipp 7:

Günstig wäre es einen Netzfreeschalter im Schlafzimmer einzubauen. Das bedeutet, der Stromkreislauf wird unterbrochen, wenn Du das letzte Gerät ausschaltest, was über den Stromkreislauf läuft.

So fließt dann kein Strom mehr und es kann auch kein E-Smog im Schlafzimmer entstehen. Du wirst sozusagen keinen Elektrosmog mehr verursachen können.

Erst wenn Du wieder Dein Licht anschaltest, wird auch der Strom wieder fließen.

Doch Achtung: Bei einem Netzfreeschalter sollte kein Gerät mehr auf Stand-by eingeschaltet sein. Denn diese Geräte werden nicht vom Netzfreeschalter erkannt.

Deshalb kann es immer noch ein Verursacher von elektrischen und elektromagnetischen Feldern geben. Auch im Zimmer neben dem Schlafzimmer dürfen keine Geräte stehen, die Elektrosmog verursachen.

Tipp 8:

Vermeide eine hängende Last über Deinem Bett.

Manches Bett würde ich noch nicht einmal einem Gast anbieten.

Denn die Kraft des schweren Regales oder der Balken wirkt genau auf den Schlafenden.

Balken müssen schließlich auch schwer tragen, und zwar die Last des Dachstuhls.

Zudem weisen spitze Ecken und Kanten des Balkens direkt auf das Bett.

Wie ein Fallbeil kann eine schwere Last auf Deinen Schlafbereich wirken. Richtig erholsam ist das nicht. Leichtigkeit sollte von Deinem Schlafplatz ausgehen. Du solltest gerne ins Bett gehen.



Tipp 9:

Manchmal ist es so, dass Du nicht selbst der Verursacher von Elektrosmog bist, sondern Dein Nachbar.

Er kann beispielsweise eine Gefriertruhe oder einen Kühlschrank an der Wand zu stehen haben, an der Dein Bett steht.

Das wird Dein Schlafverhalten dann auch beeinflussen.

Mein Tipp: Es ist besser an einer Wand zu schlafen, wo Du weißt, was sich dahinter befindet.

So kannst Du Einfluss darauf nehmen.

Falls sich dort ein Stromkasten befindet oder ein ähnlicher Verursacher von Elektrosmog, dann könntest Du das Bett wegrücken.

Das wäre das Gleiche, wenn Du Deine Küche an der Wand hättest, wo Du schläfst.

Auch hier könnte ein elektrisches Küchengerät Schuld von elektrischen und elektromagnetischen Feldern sein.

Deshalb beachte nicht nur, was Du im Zimmer hast, sondern auch was sich auf der anderen Seite Deines Bettes befindet.

Tipp 10:

Vermeide Spiegel im Schlafzimmer!

Es wäre günstiger, den Spiegel im Schrank anzubringen.

Willst Du aber unbedingt einen Spiegel im Schlafzimmer haben, so sollte es das Bett nicht widerspiegeln. Deshalb sollte über dem Bett kein Spiegel angebracht sein. Das macht den Schlafplatz unruhig.

Wenn Du Dich vom Bett aus im Spiegel betrachten kannst, so nimmt auch Dein Unterbewusstsein diese Bewegung wahr. Das kann ein Gefühl vermitteln, dass irgendjemand oder irgendetwas im Zimmer ist. Diese unbewusste Angst lässt Dich nicht in den Tiefschlaf versetzen.

Dieses Verhalten von uns kommt noch aus der Steinzeit, als wir Gefahr liefen, die Nacht nicht zu überleben.

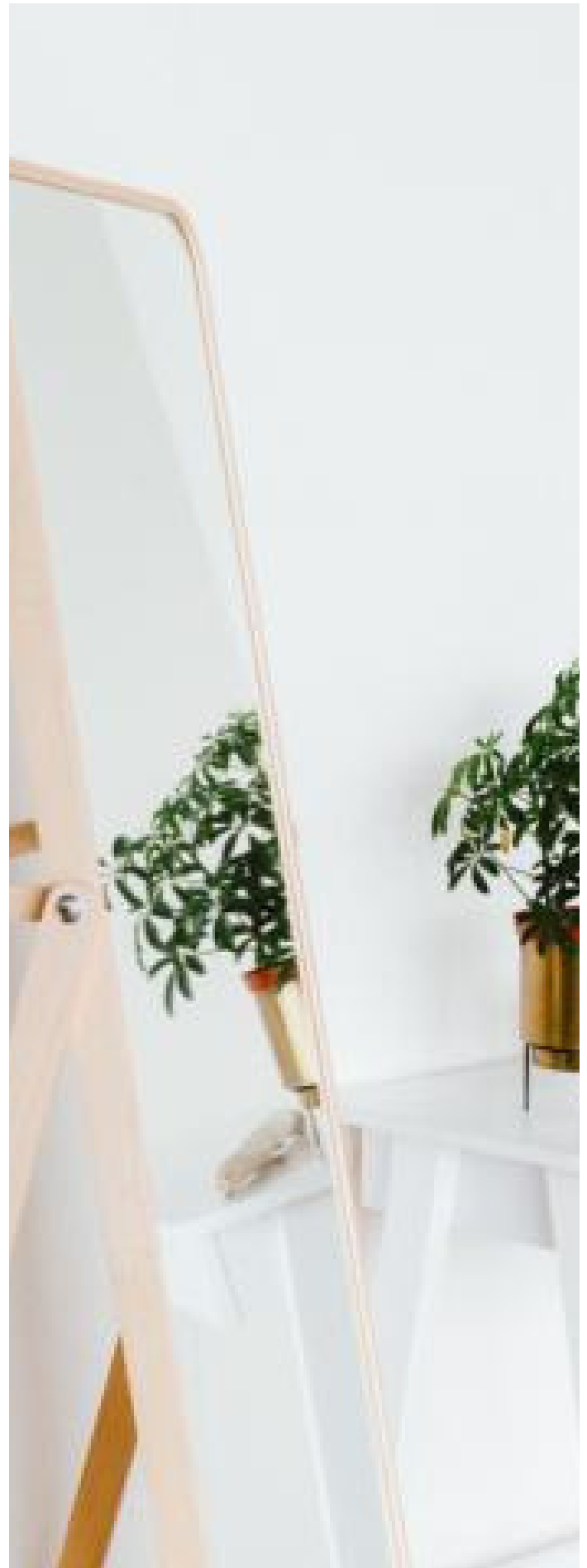
Tipp 11:

Ein sehr wichtiges Indiz für Schlafprobleme können auch Ecken, Spitzen und Kanten sein. Im Unterbewusstsein fühlst Du Dich angegriffen und verletztlich.

Da Du mit dem Raum verbunden bist, wirken sich diese negativen Merkmale auch auf Dein Schlafverhalten aus.

Genauso wirken schwere tragende Balken über dem Bett erdrückend auf Dich. Bedecke Deine Nachttischkanten besser mit einer Decke oder Stoff. Noch günstiger wäre es, einen runden Nachttisch zu haben.

Beobachte Dich selbst, wenn Du in Deinem Bett bist. Wie verhält es sich bei Dir? Spüre in Deinen Raum hinein und versuche Störfelder aufzufinden.





Tipp 12:

Die Beschaffenheit und das Material von Deiner Matratze ist sehr wichtig.

Ein Beispiel sind Wasserbetten. Diese können auch Verursacher von Elektrosmog sein, denn es ist ein Heizkörper eingebaut, der elektrische Felder erzeugt.

Du würdest buchstäblich die ganze Nacht unter Strom stehen. Das ist nicht ideal. Federkernmatratzen sind Verursacher vieler Rückenprobleme. Die metallenen Federn in der Matratze leiten elektrische Felder zum Schlafenden. Denn Metall, genauso wie Wasser, leitet elektrische und elektromagnetische Felder. Auch hochfrequente Felder werden durch das Metall in der Matratze zum Schlafenden weitergefördert.

Besser wäre eine Futonmatratze oder eine gute Latexmatratze. Schau mal, auf was Du liegst? Raubt Dir etwas den Schlaf in der Nacht?

Tipp 13:

Nutze Deine förderlichen Himmelsrichtungen! Sollten Dir diese nicht bekannt sein, dann schreibe mir und lasse Dir, diese kostenfrei zusenden.

Tipp 14:

Ein angenehmer Duft wirkt Wunder! Gute Luft sorgt für einen gesunden Schlaf. Achte darauf, dass Du vor dem Schlafengehen und nach dem Aufstehen den Sauerstoff im Schlafzimmer austauschst.

Ein guter Duft sorgt auch für ein angenehmes Raumklima. Beispielsweise beruhigt Dich Lavendel und es regt den Schlaf an.

Tipp 15:

Für das Schlafzimmer darfst Du gerne Farben wählen.

Dezente Farben beruhigen. Nutze Pastellblau über -grün und Rosatöne. Es ist alles erlaubt.

Beachte aber, dass die Farbe Weiß kein günstiges Umfeld schafft. Weiß vergrößert den Raum nicht optisch, sondern verengt ihn eher. Zu dunkle und schwere Farben sollten im Schlafzimmer eher vermieden werden. Dies gilt besonders, wenn der Raum klein ist.

Beim Feng Shui hängt die Farbwahl auch von der Himmelsrichtung ab. Der Norden steht für die Farben im bläulichen Ton. und der Süden eher für das rötliche Spektrum.

Dem Westen und Nordwesten werden die Farben Grau bis Hellbeige zugewiesen. Nordosten und Südwesten vertragen ein helles Gelb und Beige. Südosten und Osten sollten in einem grünen Ton gehalten werden.

Dies ist nur eine vereinfachte Darstellung der Farbwahl. Genauer und effektiver können Farben bei einer Feng Shui Analyse bestimmt werden.

Denn auch das persönliche Geburtsdatum und das Qi des Raumes spielen bei der Farbwahl eine entscheidende Rolle.

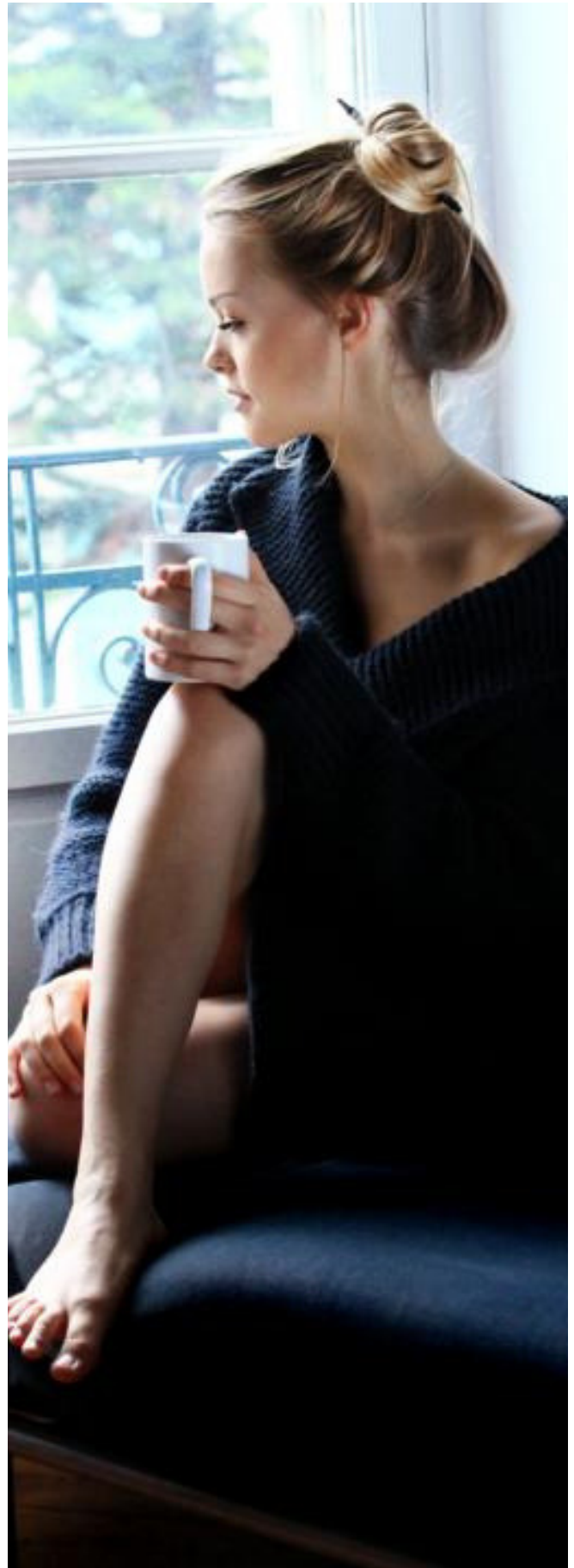
Extra Tipp:

Lese mehr Feng Shui Tipps auf:

www.feng-shui.de

Außerdem kannst Du Dir Deinen kostenfreien Online-Kurs bestellen.

<http://feng-shui-digital.com/gratis-feng-shui/>





Tipp 16:

Das Bett solltest Du nur zum Schlafen oder für Sex nutzen. Außerdem ist ein Schlafzimmer kein Arbeitszimmer. Im Feng Shui wird dieser Platz den Yin Merkmalen zugewiesen.

Yin bedeutet Ruhe, Zurückgezogenheit und Erholung.

Der Arbeitsplatz ist eher Yang und damit der aktivere Bereich. Deshalb nimm am besten keine Arbeit mit ins Schlafzimmer, denn es wird Dir den Schlaf rauben.

Tipp 17:

Dunkelheit während des Schlafes ist besser als viel Licht. In der Nacht produzieren wir Melatonin. Du brauchst dieses Schlafhormon, das als natürlicher Botenstoff den Schlaf-wach-Rhythmus reguliert.

Dieses wird nur in einem vollkommen dunklen Raum produziert. Sorge also dafür, dass kein Licht in Dein Schlafzimmer fällt. Auch abgedunkelte Fenster sorgen für die eigene Produktion dieses natürlichen Hormons.

Tipp 18:

Das wichtigste Prinzip im Feng Shui ist Klarheit im Schlafzimmer zu schaffen.

Jetzt heißt es Platz schaffen! In vielen Schlafzimmern befinden sich Arbeitsmaterialien, Bügeleisen, Staubsauger oder sogar noch Kartons vom letzten Umzug.

Besser wäre es ein Schlafzimmer als Ruheraum und Wohlfühloase einzurichten.

In einem unbelasteten Schlafzimmer kann Deine Seele und Dein Körper besser erholsamen Schlaf finden.

Kinderzimmer



Tipp 19:

Kinder reagieren sehr sensibel auf ein schlechtes Umfeld!

Die Folgen könnten Konzentrations-schwierigkeiten, Aggression, Lustlosigkeit, häufige Krankheiten, Introvertiertheit, Hautprobleme und vieles mehr sein. Solltest Du diese Anzeichen entdecken, wäre es hilfreich, das Kinderzimmer nach Feng Shui Kriterien zu untersuchen.

Dazu gibt es hier ein paar nützliche Tipps für Dich. Stelle das Bett nicht zwischen Fenster und Tür. Gewähre auch Deinem Kind einen geschützten Platz. Außerdem sollte Dein Kind vom Bett aus die Tür sehen können.

Das vermittelt Geborgen- und Sicherheit. Achte auch darauf, ob Dein Kind gerne ins Bett geht. Kinder haben eine gute Intuition und wissen oftmals von selbst, ob der Bettplatz ideal ist.

Tipp 20:

Kinderzimmer sind einerseits Schlaf- andererseits, aber auch Arbeit- und Spielplatz.

Alle diese Merkmale haben unterschiedliche Funktionen. Der Schlafplatz sollte nach Feng Shui eher ruhiger sein.

Das heißt mehr Yin Qualitäten aufweisen und Ruhe ausstrahlen. Der Schreibtisch und die Spielecke brauchen mehr Yang, also Aktivität und Bewegung.

Darum beachte, dass der Schreibtisch so weit wie möglich vom Bett entfernt aufgestellt werden sollte.



Tipp 21:

Elektrosmog-Quellen sollten ebenfalls fern vom Bett liegen.

Dies gilt auch für ein Babyphone, das stets weitab vom Bett angebracht werden müsste. Zudem sollten Computer nicht vom Bett aus gesehen werden. Ebenso müssen Ladekabel von mobilen Gerätschaften unbedingt nach dem Aufladen von der Steckdose entfernt werden.

Auch hier gilt: Vermeide den Elektrosmog!

Tipp 22:

Kinder sind meist sehr sensibel und feinfühlig. Deshalb vermeide Ecken und Kanten, die auf das Bett weisen oder den Schreibtisch Deines Kindes treffen. Das kann Stress und Aggression verursachen.

Tipp 23:

Steht der Schreibtisch unter dem Fenster, wird Dein Kind tag träumen. Effektives Arbeiten findet hier nicht statt, denn das Kind ist zu sehr abgelenkt.

Um die Konzentration Deines Kindes zu fördern, sollte die Tür nicht im Rücken liegen. Eine feste Wand im Rücken gibt Sicherheit, erhöht die Konzentration und wirkt beruhigend. So wird Dein Kind am Schreibtisch bessere Leistungen erzielen können.

Tipp 24:

Im Kinderzimmer ist es noch wichtiger Ordnung zu halten. Manche Zimmer sind so überladen mit Eindrücken und Spielsachen. Die Kinder wissen nicht, womit sie zuerst spielen sollen. Probiere es aus! Je weniger Dein Kind an Spielsachen sieht, desto eher wird es sich auf eine Sache konzentrieren können. Wähle keine Tapete mit zu viel Muster. Meistens reichen die vielen Spielsachen schon aus. Ansonsten wirkt das Kinderzimmer überladen und macht unruhig. Geschlossene Schränke sind besser als offene Regale. Auch so kann der Eindruck von Geborgenheit entstehen.

FARBEN LÖSEN STIMMUNGEN AUS

Tipp 25:

Farben lösen Stimmungen aus! Willst Du Dich selbst besser kennenlernen?

Dann sei herzlich eingeladen, bei meinem kleinen Farbexperiment mitzumachen.

Beobachte Dein eigenes Verhalten und beantworte folgende Fragen:

1. Welche Farben dominieren in Deinen Räumen?
2. Wer hat diese Farben ausgesucht, Du oder jemand anderes?
3. Hatte das Schlafzimmer schon immer diese oder eine ähnliche Farbe?
4. Welche Farbe zieht Dich momentan magisch an?
5. Schaue in Deinen Kleiderschrank. Welche Farbe dominiert dort?
6. Welche Farbe trägst Du momentan am liebsten?

Überprüfe und analysiere Deine Antworten. Welche Farbe dominiert Dein Leben am stärksten? Schreibe Deine Antwort auf. Denn Du kannst das Experiment wiederholen und so erneut schauen, in welcher Gefühlswelt Du Dich momentan befindest. Auch kannst Du so schauen, wie sich diese durch eine gezielte Farbwahl verbessern lässt.



Tipp 26:

Hier zeige ich Dir, wie sich Farben auf Dich auswirken. Den Anfang macht Blau, die Lieblingsfarbe der Deutschen. Diese Farbe steht für Kommunikation. Sie wirkt beruhigend, fördert die Ausdrucksfähigkeit und gibt Selbstbewusstsein. Darüber hinaus sorgt sie für Kreativität und bringt Deine inneren Gedanken auf einen neuen Weg. Frieden, Frische und Freiheitsgefühl werden dieser Farbe auch nachgesagt. Mit Blau wirkt der Raum zudem größer und es kühlt Wohnräume in denen viel Hitze herrscht. LEDs mit einem Blauspektrum vermindern auch die Einschlafgefahr für LKW-Fahrer während der Fahrt.

Pastellblau wirkt optisch noch größer und ist damit gut für kleine Räume. Dieser Blauton ist gut, wenn Du unter Schlaflosigkeit leidest. Meide diese Farbe jedoch bei Depressionen und wenn Du früh schlecht aufstehen kannst. Dunkelblau regt Deine Fantasie und vor allem die Psyche an. Dein Verantwortungsgefühl wird gestärkt und Vertrauen erweckt. Türkis steht für Reinheit und Jugendlichkeit. Außerdem gibt es Dir Hoffnung und bringt Dich in Einklang mit dem Leben. Somit ist es sehr hilfreich bei Qualen und Depressionen.

Tipp 27:

Meine Farbberatung geht in die nächste Runde, dieses Mal mit Violett. Die Farbe steht für würdevolle, extravagante, mystische, spirituelle und meditative Eigenschaften. Sie beeindruckt und wirkt wie eine Hypnose oder eine Reise ins Unterbewusstsein. Damit fördert dieser Farbton Deine Inspiration und Konzentration.

Er hilft Dir dabei das tiefste Innere zu erreichen und Deine Ängste zu mindern. Außerdem hilft Dir die Farbe Deinen Appetit zu zügeln. Blasses Lila hingegen wirkt gelassener auf Dich.



Tipp 28:

Gelb wirkt meist gut an Wänden. Jedoch bei Kleidungsstücken ist die Farbe weniger beliebt.

Gelb steht für Weisheit, Licht, Glück und gute Laune. Der Farbton erhöht damit nicht nur Deine Lebensfreude, sondern ist auch ideal zur Linderung von Ängsten und Depressionen. Eben eine energiegeladene Farbe, die jedoch nicht aufregt. Gelb fördert zudem Intelligenz und kann Dein Verständnis wecken. Es wirkt auf Dein seelisches Gleichgewicht, hat aber auch wohltuenden Einfluss auf Deine Verdauung und regt den Appetit an.

Bist Du ein Mensch, der viel grübelt? Dann solltest Du diese Farbe im Schlafzimmer vermeiden. Sie ist eher gut für Orte, an denen viel organisiert wird. Gelb stimuliert Deine Psyche. Es weckt Deine Neugier und fördert Deine Konzentrationsfähigkeit.

Welche Gedanken hast Du, wenn Du an die Farbe Gelb denkst?

Was sind Deine ersten Eindrücke und Gefühle?

Tipp 29:

Die Farbe Orange fördert Deine Kommunikation, Aktivität und Freundlichkeit, aber auch Deine Toleranz und Warmherzigkeit.

Zudem regt sie Deinen Sexualtrieb an und hebt
Deine Stimmung, denn Orange wirkt
erfrischend und macht gute Laune.

Des Weiteren aktiviert der Farbton die Energie in Deinem Körper, verleiht Kraft und Ausdauer. Die Farbe Orange hilft Dir damit auch bei Lustlosigkeit und Langeweile. Vielleicht hast Du selbst auch schon diese Erfahrung gemacht.

Tipp 30:

Rot solltest Du vorsichtig einsetzen.
Sonst kann die Farbe zu impulsiv auf Dich wirken, denn sie steht für Macht und Dynamik. Allerdings fördert sie auch zukunftsorientiertes Handeln. Die Farbe kurbelt zudem Deine körperliche Aktivität an. Sie gibt Dir also Vitalität und Energie, womit sie Dir bei Erschöpfung und Vereinsamung hilft. Rot wirkt warm, aktivierend und anregend.

Die Liebe und Leidenschaft werden ihm zugewiesen. Deshalb gilt es auch als eine aphrodisierende Farbe, die Lust anregt und Verliebtheit entflammen kann. Sie ist appetitanregend und macht Lust auf Sex.

Wenn Du gut schläfst, aber schlecht aus dem Bett kommst, kannst Du diese Farbe für das Schlafzimmer wählen. Rot wirkt in diesem Fall erfrischend und macht aus Dir einen Siegertypen. Es vermittelt aber auch Gemütlichkeit. Solltest Du eine Frostbeule sein, so ist diese Farbe ideal für Dich. Achtsam solltest Du jedoch vor überstürztem Handeln und Impulsivität sein. Bei viel Streit vermeide Rot unbedingt.

Tipp 31:

Die Farbe Rosa wirkt gegen Stress, ist aber auch sehr mädchenhaft. Deshalb solltest Du sie im beruflichen Umfeld eher vermeiden. Allerdings fördert sie Deinen Optimismus und bringt Stabilität. Rosa suggeriert Dir Sanftheit und mütterliche Liebe.

Bei körperlichen und seelischen Schocks wirkt es somit beruhigend auf Dich. Es weckt bei Dir sogar das Mitgefühl.

Hast Du schon mal solche Erfahrungen gemacht, in denen Dir diese Farbe in einer kritischen Situation geholfen hat?



Tipp 32:

Grün wirkt entspannend und genau wie Orange und Rot appetitanregend.

Es beruhigt und besänftigt Dich. Diese Farbe senkt Deinen Blutdruck, gibt Deinem Herzen Kraft und ruft Wohlbefinden hervor.

Sie steht auch für Harmonie, Stabilität, Klarheit und beruhigt Deine Nerven. Zudem stärkt sie Dein Immunsystem und bringt Heilung für Dich.

Vor allem bei psychischen Krankheiten, wirkt Grün positiv und fördert einen erholsamen Schlaf. Es wirkt gemütlich, belebt Deinen Körper und weckt eine vertrauliche Atmosphäre.

Deshalb ist das die Farbe bei stressigem Arbeitsumfeld oder im medizinischen Bereich.



Tipp 33:

Braun wirkt auf Dich nostalgisch, rustikal und traditionell.

Diese Farbe verleiht Authentizität. Sie wirkt wie ein Blick in die Vergangenheit und wirkt dadurch meist altmodisch.

Wenn Du Dich also gerne an die Vergangenheit hältst, könnte es sein, dass Du Braun bevorzugst. Schließlich strahlt es auch Geborgenheit aus.

Tipp 34:

Schwarz ist edel, elegant, vermittelt Seriosität und flößt Respekt ein.

Die Farbe wirkt aber auch unergründlich, geheimnisvoll und steht für Stille. Wenn Du also oft Schwarz trägst, bist Du wahrscheinlich schüchtern, da die Farbe als unauffällig gilt.

Würde und Ansehen werden Schwarz ebenfalls nachgesagt. Es hat somit auch einen feierlichen Charakter.

Tipp 35:

Silber wirkt reinigend und harmonisierend. Als Farbe der Höflichkeit steht es für Klugheit, Selbstständigkeit, Sicherheit und Pünktlichkeit

Silber regt Deine kommunikativen Fähigkeiten an. In „großen Mengen“ soll es jedoch Redseligkeit und Unwahrheiten fördern.

Der Glanz des Silbers verdrängt nicht, sondern spiegelt andere Farben unverfälscht wider.

Das Silber selbst tritt in den Hintergrund. Es ist eine Farbe des Modernen, Unkonventionellen und Originellen.

Tipp 36:

Grau ist neutral und zurückhaltend. Manchmal wirkt es rebellisch, aber auch schüchtern und introvertiert.

Es ist keine lebendige Farbe. Bist Du Single, solltest Du Grau meiden, denn die Farbe wirkt kühl und nüchtern.

Tipp 37:

Weiß symbolisiert Sauberkeit, Reinheit und Hygiene, steht aber auch für Sterilität und Unschuld.

Es reflektiert Licht in dunklen Räumen. Deshalb solltest Du diese Farbe an einer Wand mit Fenster anwenden.

Am besten immer in Kombination mit anderen Farben wählen.

In weißen Räumen arbeitest Du langsamer und schlechter als in farbigen Räumen. Dies wurde wissenschaftlich herausgefunden.

Tipp 38:

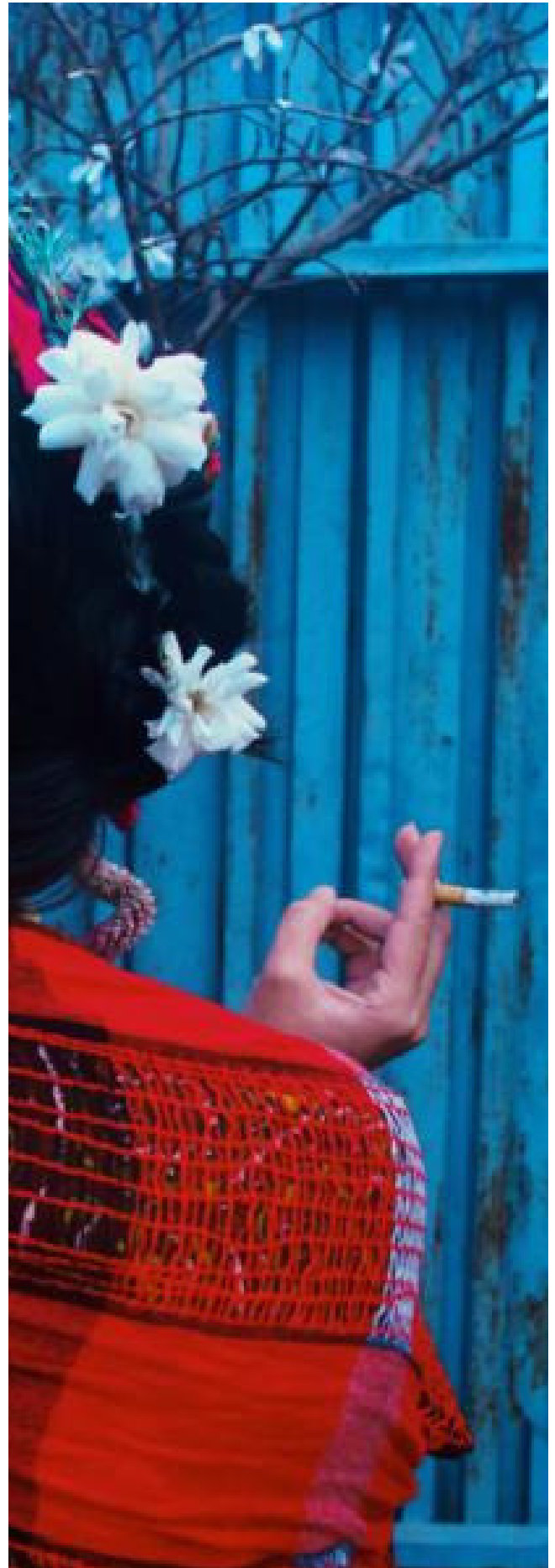
Gold wird häufig mit der Sonne in Verbindung gebracht.

Es steht für Macht und Reichtum, gibt Dir aber auch Kraft und Inspiration.

Die Farbe hilft gegen Angst, Unsicherheit und Gleichgültigkeit. Gold ist die Farbe von großen Jubiläen (goldene Hochzeit).

Es gehört zu den stillen Tugenden, die sich in der Dauer bewähren:

Treue, Freundschaft, Wahrheit und Hilfsbereitschaft.



BÜRO

Tipp 39:

Es ist eine Begleiterscheinung unserer modernen Gesellschaft, dass Du Dich täglich von mehr oder weniger starken elektrischen, magnetischen und elektromagnetischen Feldern umgibst.

Beispiele dieser Felder sind elektrische Hausinstallationen, Verkabelungen im Büro, technische Betriebs- und Geschäftsausstattung, Haushaltsgeräte, Mobilfunk, schnurlose DECT-Telefone und vieles mehr.

Der bundesdeutsche Haushalt verfügt heute durchschnittlich über 40 elektrische Geräte. Dein Arbeitsplatz wird durch den Einsatz moderner technischer Geräte elektronisch voll funktionstüchtig.

Aber wie wirken sich diese Felder auf Dich aus? Elektrische, magnetische und elektromagnetische Felder können zu körperlichem und psychischem Stress führen und Dich auf Dauer krankmachen.

Überlege ganz genau:

Was brauchst Du wirklich an elektrischen Geräten?

Oder kann das Smartphone auch einmal ausgeschaltet bleiben?

Wie sieht es mit dem W-Lan aus? Brauchst Du diese Strahlungsfelder 24 Stunden lang?

Tipp 40:

Schreibtischlampen mit spitzen Formen solltest Du möglichst meiden. Besser geeignet ist eine Lampe mit geschwungenen Formen.

Überhaupt solltest Du darauf achten, dass keine Ecken und Kanten Deinen Arbeitsplatz treffen.

Symbolisieren diese doch Aggressionen.

Schaue also Dein Schreibpult genau an. Denn auch vorspringende Eckenkanten wirken im Unterbewusstsein wie ein Angriff von einem Pfeil.



Tipp 41:

Besondere Aufmerksamkeit sollte im Büro unbedingt auf den Schreibtisch gelegt werden. Um strukturiert arbeiten zu können, ist ein aufgeräumter Tisch von großem Wert.

Es lässt sich mitunter nicht vermeiden, dass sich auf einem Schreibtisch allerhand ansammelt. Versuche dennoch das Anhäufen von Papierstapeln zu meiden. Ist der Kasten für die eingehende Post trotzdem voll? Dann solltest Du ihn, im Abstand von einigen Tagen, mindestens einmal durchgehen.

Ein Papierstapel, der über längere Zeit hinweg unbeachtet daliegt, fördert Stagnation. Außerdem symbolisiert er, dass Du noch viel Arbeit zu erledigen hast. Das verursacht wiederum mentalen Stress.

Tipp 42:

Bücherregale stellen, wenn sie aufgeräumt sind, kein allzu großes Problem dar. Sehen die Regalkanten jedoch spitz und kantig aus erzeugen sie negative Energie.

Dann solltest Du sie mit Türen versehen oder auf andere Art verschließen. Wirken die vielen Ordner in den Regalen eher wie unerledigte Arbeit, dann signalisiert dies unterschwellig dem Körper Stress.

Tipp 43:

Empfängst Du in der Firma oder im Büro Besucher, die für Deine Karriere wichtig sind? Dann versuche Deinen Platz am Konferenztisch so zu wählen, dass Du nicht mit dem Rücken zum Eingang sitzt.

Nach Möglichkeit sollte auch Dein Platz in eine günstige Richtung positioniert sein. Melde Dich bei mir mit Deinem Geburtsdatum und ich schreibe Dir Deine ideale Richtung für mehr Erfolg im Beruf.

Tipp 44:

Feng Shui kann auch die Beziehungen der Kollegen untereinander verbessern. Damit wird dann gleichzeitig für eine angenehmere Arbeitsatmosphäre im Büro gesorgt. In dieser Hinsicht leistet diese Wissenschaft unschätzbare Dienste. Schenke also den Schreibtischen der Mitarbeiter genügend Beachtung. Wenn Deine Tischkante auf Deinen Kollegen zeigt, kann dies Stress bei ihm verursachen.

Besser wäre es die Schreibtische so zu platzieren, dass jeder sein individuelles Blickfeld hat. Gegenüberstehende Schreibtische werden bekanntlich als sehr belastend empfunden. Bist Du am Telefonieren, so wird der Schall Dein Gegenüber von seiner Arbeit fernhalten. Die Konzentration wird sinken, denn die Stimme wird in voller Lautstärke gehört und lenkt von der Arbeit ab.

Der Blick des Gegenüber wirkt als Herausforderung und kann als Kontrolle wahrgenommen werden. Meistens stapeln sich zwischen solchen Schreibtischen Akten, Deko sowie Pflanzen. Jeder möchte seine eigene Privatsphäre wahren. Schau Deinen Blickfeld an. Was siehst Du, wenn Du von Deinem Schreibtisch hochschaut?



Tipp 45:

Mit dem Blick zur Tür ist ideal. Sitze am besten in jeder Situation so, dass Du die Tür siehst. Du solltest gleich sehen können, wer in den Raum kommt.

Beobachte Dich selbst:

Welche Plätze wählst Du im Restaurant?

Welche Plätze im Lokal sind meistens frei und unbeliebter?

Du brauchst Schutz und möchtest sehen, wer sich Dir nähert.

Die feste Wand im Rücken und den Blick zur Tür ist ein Grundprinzip aus der Urzeit. Der Mensch musste sich schützen damit er überlebt. Diese Empfindung ist bis heute im Unterbewusstsein geblieben.



Tipp 46:

Ist ein Geschäft auf Laufkundschaft angewiesen, sollte die Attraktivität des Ladeneingangs betont werden.

Die Kunden sollen zwar in den Laden hineinschauen, aber nicht sofort den gesamten Raum überblicken können.

In einem Bürohaus sollte der unmittelbar am Eingang liegende Empfangsbereich nicht mit Paketen oder sonstigen Waren überladen sein.

Wenn auf den Eingang spitze und kantige Ecken zeigen, sollte das nach Möglichkeit geändert werden.

Um die Mitarbeiter gegen solche sogenannten "Giftpfeile" oder auch hinter deren Rücken liegende Türen abzuschirmen, können Reihen von Zimmerpflanzen aufgestellt werden.

Tipp 47:

Du kannst das Feng Shui Deines Büros natürlich auf die gleiche Weise überprüfen, wie Du es zu Hause getan hast.

Das sorgfältige Platzieren des Schreibtisches ist dabei von größter Wichtigkeit.

Stelle Zimmerpflanzen auf, um den Qi Strom langsamer durch die Tür fließen zu lassen. Damit verbesserst Du das Feng Shui Deines Büros.

Bestimme anhand Deiner Gua Zahl die günstigste Richtung, in der Du während der Arbeit am Schreibtisch sitzen solltest.

Achte aber darauf, dass Du die Tür nicht direkt im Rücken, sondern im Blickfeld hast.

WOHNEN - FENG SHUI - LEBEN

VON PETRA COLL EXPOSITO

Impressum:

Herausgeber: Feng Shui Institute of Excellence

Redaktion: Petra Coll Exposito

Anschrift der Redaktion: An der Kirche 96,
14476 Potsdam

Grafik/Layout: Petra Coll Exposito

Telefon: +49 (0) 33 201 – 45 76 88

E-Mail: office@feng-shui.de

Internetadresse: <https://www.feng-shui.de>

Umsatzsteuer-Identifikationsnummer
gemäß §27 a Umsatzsteuergesetz
DE200249477

Fotos:

Start/Seite 1: Petra Coll Exposito

Seite 2: [unsplash@Benjamin Voros](mailto:unsplash@Benjamin.Voros)

Seite 3: Pixabay@Greekfood-tamystika

Seite 4: Petra Coll Exposito

Seite 5: [unsplash@Liana Mikah](mailto:unsplash@Liana.Mikah)

Seite 6: unsplash@rawpixel

Seite 7: [unsplash@Emma Lopez](mailto:unsplash@Emma.Lopez)

Seite 8: Pixabay@Pexels

Seite 9: [unsplash@Sadik Kuzu](mailto:unsplash@Sadik.Kuzu)

Seite 10: Pexel@Snapwire

Seite 11: Pixabay@danielsampaioneto

Seite 12: Pixabay@Pexels

Seite 13: Pixabay@hehlich

Seite 14: Petra Coll Exposito

Seite 15: [unsplash@Camila Cordeiro](mailto:unsplash@Camila.Cordeiro)

Seite 16: [Pixabay@Erika Wittlieb](mailto:Pixabay@Erika.Wittlieb)

Seite 17: [unsplash@Jeff Sheldon](mailto:unsplash@Jeff.Sheldon)

Seite 18: Pixabay@MagicDesk



www.feng-shui.de