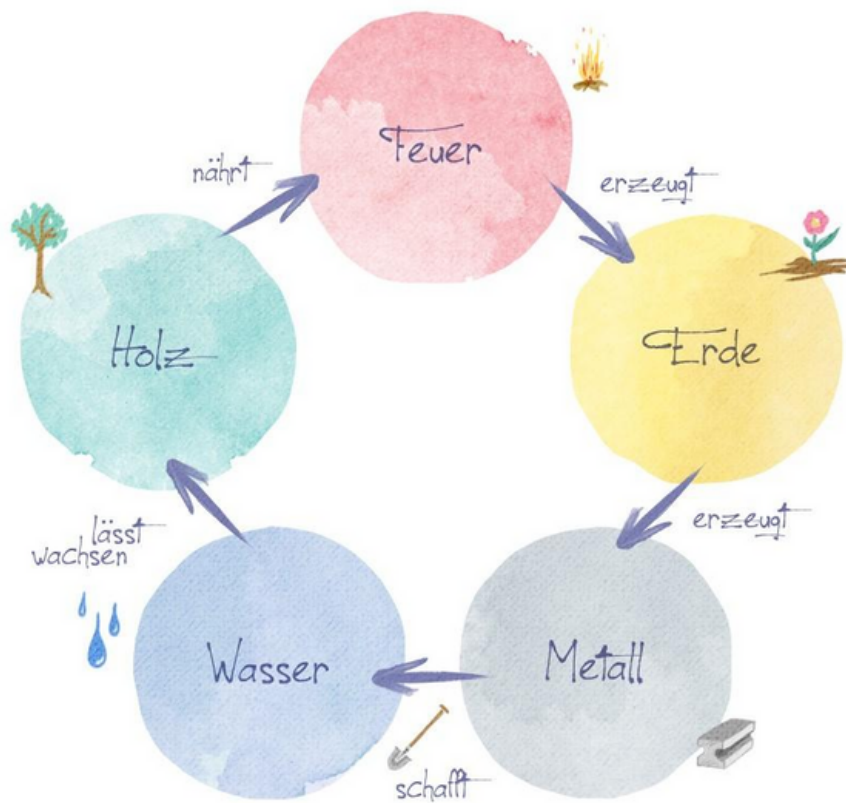


Feng Shui



"Achte auf dein Haus und deine Umgebung, damit deine Seele Freude hat, darin zu wohnen."



Einführung Feng Shui

Feng Shui ist eine Kunst, eine Wissenschaft und eine Philosophie gleichermaßen, die in China seit rund 3500 Jahren praktiziert wird. „feng“ bedeutet im Chinesischen Wind, „shui“ bedeutet Wasser. Zusammen bilden diese zwei Elemente die Basis für die Lebensenergie, die alles durchströmt: das Chi.

Die Lehre über den Fluss der Energie strebt danach, Harmonie zwischen dem Menschen und seiner Umgebung herzustellen. Dies gelingt durch ein Gleichgewicht der Fünf Elemente (Feuer, Metall, Erde, Holz und Wasser) sowie der Yin- und Yang-Energien. Dieses harmonische Umfeld stärkt die Beziehungen, die Gesundheit, die Weisheit und den Erfolg des Menschen.

Marie Diamond ist eine weltweit bekannte Feng Shui Lehrerin und Expertin auf diesem Gebiet. Sie sagt: *"Du kreierst deine eigene Realität und das Universum erfüllt dir deine Wünsche. Je mehr du dein Zuhause organisierst und entrümpelst, desto einfacher ist es für das Universum, deine Wünsche zu dir zu bringen."*

In der fernöstlichen Tradition kommt Feng Shui ganzheitlich zum Einsatz – nicht nur in der Einrichtung, sondern zum Beispiel auch in der traditionellen chinesischen Medizin, in der Architektur und der Stadtplanung.



Feng Shui-Regeln

aufräumen,
aufräumen,
aufräumen

max. 3 Farben
pro Raum

keine
Pflanzen mit
spitzen Blättern

Vorsicht bei
Ecken und
Kanten

Spiegel
verdoppeln alles

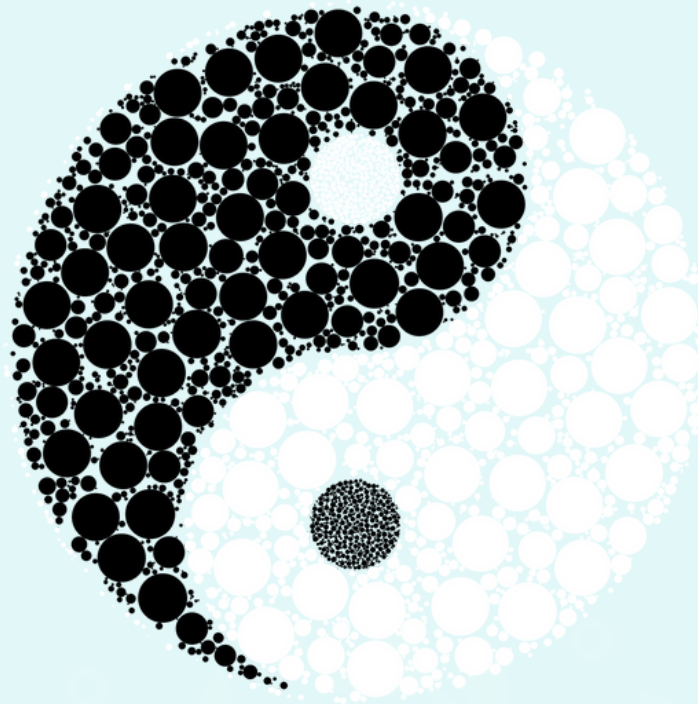
regelmäßig
energetisch
Reinigen

Fenster putzen

Bilder so
aufhängen, dass
sie Bereich
unterstützen

Uhren und
Kalender
symbolisieren
Vergänglichkeit

in offenen
Küchen Ordnung
halten



9 Zonen des Bagua

Das Bagua ist eine schematische Darstellung der wichtigsten Lebensbereiche, die sich auf den Grundriss einer Wohnung oder eines Raumes anwenden lässt. In der folgenden Übersicht findest du die 9 Zonen sowie die Elemente, Symbole, Farben und Geometrie zum Aktivieren und Harmonisieren der einzelnen Bereiche.

<p>Nordwesten: 西北 Vater, Universum, Freundschaft, Reisen, Berater</p> <p>Element: Metall Symbole: Sterne, Mond, Universum, Freunde, Reisen Geometrie: Rund, Oval Farben: Metallfarben, Silber, Gold, Weiß, Diamond, Opal</p>	<p>NORDEN: 正北 Karriere, Zukunft, Management, Seelenplan</p> <p>Element: Wasser Symbol: Wasser, Weg in die Zukunft, Karriere, Glas, Aquarium, Straße, Farben: Blau, Schwarz Geometrie: Asymmetrisch</p>	<p>Nordost: 东北 Weisheit, Wissen, Spiritualität, Religion, Bildung</p> <p>Elemente: Erde Symbole: Kristalle, Keramik, Religiöse oder spirituelle Objekte Farben: Erdfarben, Gelb Geometrie: Quadrat, Würfel</p>
<p>WESTEN: 正西 Kreativität, Kinder, Technologie, Psychologie</p> <p>Element: Metall Symbole: Stiller See, spielende Kinder, Technische Geräte Farbe: Weiß, Silber, Gold Geometrie: Rund, Oval (Windspiel auch im Westen möglich)</p>	<p>ZENTRUM: 中官 Harmonie, Frieden, Yin Yang</p> <p>Farben: Erdfarben Symbol: Yin Yang, Familienbilder, Kristalle, Keramik Element: Erde Geometrie: Würfel, Quadrat, Rechteck</p>	<p>OSTEN: 正东 Heilung, Vergangenheit, Geschichte, Familie, Ahnen</p> <p>Elemente: Holz Symbol: Holz, Wald, Antiquitäten, blühender Baum, Pflanzen, Glas Farben: Grün, Braun, Beige, Blau Geometrie: Streifen, Länge</p>
<p>Südwesten: 西南 Mütterlichkeit, Ying, Teamwork, Beziehung</p> <p>Elemente: Erde Symbol: Kristalle, Globus, Keramik, Starke Frauen Farben: Erdfarben, Rosa, Pink Geometrie: Quadrat, Rechteck</p>	<p>SÜDEN: 正南 Lebensaufgabe, Bekanntheit, Ruhm, Vertrauen, Anerkennung</p> <p>Element: Feuer, Licht, Sonne Symbol: Lampen, Kerzen, Feuerstelle, Zertifikate und Auszeichnungen, Pflanzen Farben: Rot, Orange, Violett Geometrie: Dreieck, Pyramide</p>	<p>Südost: 东南 Geld, Reichtum, Wohlstand</p> <p>Element: Holz Symbol: Blumen, Geld, Luxus Farben: Grün, Braun, Beige, Gold, Violett Geometrie: Streifen, Länge</p>

Ausmisten nach der Methode von Marie Kondo

1. Kleidung

- Oberteile
- Unterteile
- Jacken
- Kleider
- Strumpfwaren
- Unterwäsche
- Accessoires
- Sportkleidung
- Taschen
- Schuhe

2. Bücher

- Romane
- Sachbücher
- Bildbände
- Zeitschriften

3. Dokumente

- alte Unterlagen
- Rechnungen
- Rezepte
- Quittungen

4. Kleinkram

- Cd's, DVDs
- Hygieneartikel, Makeup
- Accessoires
- Wertsachen
- Geräte
- Schreibwaren
- Hobbyzubehör
- Medikamente
- Haushaltsartikel
- Diverses

5. Persönliches:

- Fotos
- Briefe
- Geschenke
- Erinnerungsstücke

Die Japanerin Marie Kondo ist eine Ordnungs- und Aufräumexpertin, die eine Methode entwickelt hat, bei der mit System perfekt aufgeräumt wird. Dabei wird der eigene Besitz in Kategorien eingeteilt.

Besonderer Wert wird darauf gelegt, dass zu Beginn alle Stücke einer Kategorie hervorgeräumt werden. Dadurch verschafft man sich einen Überblick über den eigenen Besitz. Anschließend stellt man sich die Frage: "Macht mir dieser Besitz Freude?". Die Teile, die kein klares ja bekommen, werden gespendet, verkauft oder entsorgt.

Ein weiterer wichtiger Aspekt ist es, dass alle Dinge einen festen Platz zugewiesen bekommen.



Yin und Yang

Das Yin-Yang-Symbol kennst du sicher. Die Lehre von Yin und Yang ist ein Teil der Feng-Shui-Philosophie: Ihr Ziel ist es, die gegensätzlichen Pole, die alle Bereiche des Lebens bestimmen, ins Gleichgewicht zu bringen. Jede Eigenschaft und jeder Zustand sind entweder dem Yin oder dem Yang zugeordnet. Aber nichts ist jemals ausschließlich Yin oder Yang, sondern enthält immer auch Elemente der anderen Seite.

In der Feng-Shui-Einrichtung bedeutet dieses Prinzip, dass verschiedene Wohnbereiche unterschiedliche Eigenschaften haben: Das Schlafzimmer zum Beispiel ist eine Ruhezone mit einem starken Yin, während im Arbeitszimmer das Yang stark ausgeprägt ist.



Das Schlafzimmer

- Türe sollte im Blickfeld sein.
- Füße nicht zur Tür oder zum Fenster (ggf. verdunkeln)
- Achtung: Bilder, Spiegel, Ecken und Kanten
- Keine Pflanzen
- Kein Wasser oder Bilder von Wasser
- 2 m von allen elektrischen Geräten
- Keine Gegenstände unterm Bett
- Erdfarben sowie rosa, rot, pink

Notizen zu deinem Schlafzimmer



Das Wohnzimmer

- Aufräumen, aufräumen, aufräumen
- Bücherregal: sortiert und Bücher nach vorne rücken
- Farben nicht zu trist, sondern Lebensfroh, hauptsächlich Erdfarben (Balance)
- Pflanzen oder Familienbilder in den Osten
- Südwesten: Mutter wird durch Rosenquarz oder Amethyst gestärkt
- Nordwesten: Vater wird durch weisen Quarz gestärkt
- Westen: Stärkung der Kinder z.B. Bild im Goldrahmen
- Fotos: Familienbilder sollten immer aktuell sein, Bilder von Verstorbenen nur im Wohnzimmer
- Sofa mit Türblick und Wand im Rücken
- Gegenstände immer als Paar
- Achtung Wohnküche!

Notizen zu deinem Wohnzimmer



Das Büro

- Fotos: Sparsam mit Familien- oder Kinderbildern
- Power Position: Blick immer zur Tür! Einladend! Wand oder Schutz im Rücken oder Teambild
- Nordwesten: Landkarte oder einen Globus oder Bild von Reisen
- N (Karriere) und S (Ruhm, Selbstvertrauen) aktivieren: u.a. mit Auszeichnungen, Zertifikate, Logo, Vorbilder
- SO für Reichtum aktivieren: Springbrunnen oder Reichtumssymbol z.B. Goldenes Schiff
- Südwesten: Bücher über Teamwork oder Bilder von Teamwork
- Visionsbrett

Notizen zu deinem Büro



Das Kinderzimmer

- Fotos: immer aktuelle Bilder
- Nichts unterm Bett
- Bett mind. 30 cm vom Boden entfernt
- Schreibtisch in Power Position
- Keine angsteinflößende Bilder oder Spielsachen
- Nicht zu viel rot oder blau
- Siehe allg. Feng Shui Regeln: Ecken, Pflanzen, Spiegel, Gemälde
- Nordwesten: Bild von der Klasse oder Sportteam oder Freunden
- Osten: Familienbild
- Süden: Zertifikate, Auszeichnungen
- Norden: Visionsbrett
- Nordosten: Spirituelle oder religiöse Objekte oder Schulbücher

Notizen zum Kinderzimmer



Chinesisches Neujahr

Das Chinesische Neujahr gilt als einer der wichtigsten traditionellen Feiertage im asiatischen Kulturkreis. Es findet stets am Neumondtag zwischen dem 21.1. und dem 21.2. statt. In diesem Jahr ist es am 12.2.2021. Das Fest dauert 15 Tage und ist auch bekannt als das Frühlingsfest. Die Häuser werden unter anderem mit roten Laternen geschmückt.

Die Familie wird zu einem traditionellen Essen eingeladen. Einige Nahrungsmittel sorgen für Wohlstand im kommenden Jahr, wie z.B. Knödel, Nüsse, Pflaumen, Orangen und kleine Kuchen. Um Mitternacht werden für 10 Minuten alle Fenster und Türen geöffnet, damit das neue Jahr herein kommen kann. Üblich ist es auch am Neujahrstag eine tibetische Glocke zu läuten und währenddessen Mantren oder Gebete zu sprechen. Dies soll positive Energien im Haus verbreiten.

Ritual der 9 Wünsche

Notiere um Mitternacht auf 9 rechteckigen Zetteln jeweils einen Wunsch und hänge diese draußen an einen Baum oder an eine höhere Pflanze. So werden sie vom Wind in den Himmel getragen und im Laufe des Jahres erfüllt.



Die 12 Chinesischen Sternzeichen

Die chinesischen Tierkreiszeichen sind ein sich wiederholender Kreis aus 12 Jahren, wovon jedes Jahr durch ein Tier repräsentiert ist: Ratte, Ochse, Tiger, Hase, Drache, Schlange, Pferd, Ziege, Affe, Hahn, Hund oder Schwein. Mit dem Chinesischen Neujahr beginnt jeweils ein neues Tierkreiszeichen.

Das Jahr 2021 steht im Zeichen des Ochsen.

Chinesische Tierkreiszeichen



1924, 1936, 1948,
1960, 1972, 1984,
1996, 2008, 2020



1925, 1937, 1949,
1961, 1973, 1985,
1997, 2009, 2021



1926, 1938, 1950,
1962, 1974, 1986,
1998, 2010, 2022



1927, 1939, 1951,
1963, 1975, 1987,
1999, 2011, 2023



1928, 1940, 1952,
1964, 1976, 1988,
2000, 2012, 2024



1929, 1941, 1953,
1965, 1977, 1989,
2001, 2013, 2025



1930, 1942, 1954,
1966, 1978, 1990,
2002, 2014, 2026



1931, 1943, 1955,
1967, 1979, 1991,
2003, 2015, 2027



1932, 1944, 1956,
1968, 1980, 1992,
2004, 2016, 2028



1933, 1945, 1957,
1969, 1981, 1993,
2005, 2017, 2029



1934, 1946, 1958,
1970, 1982, 1994,
2006, 2018, 2030



1935, 1947, 1959,
1971, 1983, 1995,
2007, 2019, 2031

Aktivierungen zum Jahr des Büffels

Yin-Metall-Jahr

*Wiederaufbau, Aktion, Tatkraft,
Verantwortung und Gemeinschaft*

Wohlstand:

- auf finanzielle Balance achten
- Offenheit für neue Geschäfte und Coachings
- harte Arbeit wird belohnt, Fleiß zahlt sich aus

Beziehung:

- ein Jahr der Familie, der Zusammenarbeit und des Zusammenseins
- Yin-Prinzip inspiriert unser Verständnis & emotionale Wärme
- Stärkung familiärer Beziehungen ist von großer Bedeutung
- ab dem Sommer: gute Energien für romantische Beziehungen

Gesundheit:

- auf eine ausgewogenen Work-Life-Balance achten
(gesunde Ernährung, ausreichend Bewegung)
- achte auf Leber, Nieren, Blase und deine Verdauungsorgane
- achte auf Wertschätzung gegenüber Umwelt & Ernährung

Positive Verstärker

- Farben: grün, schwarz, Erdtöne
- Edelsteine: Tigereisen & Diamant
- Ätherisches Öl: Rose
- Glückszahlen: 2,6,10,38
- Nordosten: für die Aktivierung einen Ochsen aufstellen
- Affirmation: "Voller Lebenskraft & Willenskraft gestalte ich mein Leben. Ich spüre Vitalität & Dynamik."

Notizen