



Feng Shui Raum News

Für mehr Lebenskraft und Freude in deinen Räumen

Wertvolle Feng Shui Tipps

Genuss im Garten der Sinne!

Verbringst du im Sommer auch viel mehr Zeit draussen in der Natur oder in deinem Garten? In einer Gartenoase kannst du wunderbar abschalten und dich von deinem hektischen Alltag erholen und Kraft tanken. Ein Garten, der deine fünf Sinne anregt, ist hier genau das Richtige.

Welche deiner fünf Sinne werden durch deinen Garten am meisten angeregt? Sind es Augen, Ohren, Nase, Zunge oder gar deine Haut? Alle fünf Sinne sind gleich wichtig, deshalb sollten in einem harmonischen Garten alle fünf Wahrnehmungsebenen gleichermassen angesprochen werden.

Wir Menschen nehmen sehr viel über die Augen wahr. Bei der Gartengestaltung wird deshalb meist viel Wert auf das Optische gelegt. Farbige Blüten, abwechslungsreiche Farben und Formen, geschwungene Wege und hübsche Accessoires sorgen für wohltuende optische Akzente im Garten.

Leider lässt die steigende Lärmbelastung aus der Umwelt unseren Hörsinn mit der Zeit immer mehr verkümmern. Wie ist es in deinem Garten, wird dein Hörsinn von Vogelgezwitscher belebt oder hast du gar das Vergnügen, dem Plätschern eines Baches zu lauschen?

Falls du deinen Hörsinn weiter anregen möchtest, könntest du deinen Garten mit einem sanften Windspiel, einem Quellstein oder einem sanft plätschernden Brunnen ergänzen.

Duft beeinflusst uns auf einer sehr subtilen Ebene. Welche Düfte nimmst du wahr, wenn du durch deinen Garten spazierst? Ich hoffe, deine Nase registriert nicht nur den Geruch des Komposthaufens oder den des Weichspülers der trocknenden Wäsche aus der Nachbarschaft. Wenn du bei der Bepflanzung deines Gartens darauf achtest, dass nicht alle Pflanzen zur selben Zeit blühen, kannst du dich vom Frühjahr bis in den Herbst an feinem Blütenduft erfreuen.

Auch ein Kräutergarten eignet sich wunderbar, um den Geruch- und auch den Geschmacksinn zu aktivieren. Der Kräutergarten sollte sich vorzugsweise in der Nähe der Küche befinden, denn nur so schaffen es die Kräuter, auch deinen Gaumen regelmässig zu erfreuen. Fein duftende Pflanzen setzt du am besten in der Nähe des Sitzplatzes, so kannst du am meisten davon profitieren.

Der Geschmacksinn kann nebst dem Kräutergarten auch zusätzlich von einem Naschgarten unterstützt werden. Gemüse und Beeren werden jeden noch so kleinen Garten oder Balkon auf. Zudem schmeckt Selbstgeerntetes meist viel besser und es macht auch Freude, beim Wachsen zuzuschauen. Auch in Töpfen lassen sich auf der Terrasse oder dem Balkon schmackhafte Kräuter und Früchte ziehen.



Die Feng Shui Beraterin **Nicole Zehnder** freut sich, dir mit diesem Newsletter wertvolle Tipps und Inspirationen für ein erfülltes Leben bieten zu können.

Genießt du es auch, im Sommer barfuss über eine saftig grüne Wiese zu spazieren? Wenn du für deine Füße etwas mehr Stimulation wünschst, dann kannst du deinen Garten mit unterschiedlichen Bodenbelägen (Holz, Stein, Kies, Sand, Rasen etc.) gestalten. So macht das Barfussgehen durch deinen Garten viel mehr Spass, denn dein Tastsinn wird wunderbar angeregt.

A propos Sinne: Vor zwei Jahren habe ich mit meiner Familie eine Wanderung gemacht, die unsere Sinne wunderbar in Gang gebracht hat. Besonders unser Tastsinn wurde auf dem Barfussweg durchs schöne Appenzellerland besonders stimuliert. Der Weg führte uns über saftig grüne Wiesen, kurze Strecken aus Asphalt oder Schotter, vorbei an einem Kneipp-Bad und zu guter Letzt noch der Höhepunkt für unsere Töchter: der Sumpfweg! Wie der Name schon sagt, wird der ganze Weg barfuss zurückgelegt. Falls du auch Lust hast auf eine Sinneswanderung, findest du zum Barfussweg von Jakobsbad nach Gontenbad, weitere Informationen unter:

<http://www.appenzellerland.ch/de/AngeboteAR/angebot-alpstein/wanderung-barfussweg>



Barfuss unterwegs durchs Appenzellerland. Eine Wanderung auf dem Barfussweg regt deine Sinne an.

Die Farbe Violett

Die Farbe Violett besteht aus den Farben Blau und Rot. Somit ist sie ein Mix aus den Elementen Wasser und Feuer. Je nach Farbton überwiegt das Wasser (Blau) oder das Feuer (Rot). Im Violett verschmelzen die Gegensätze. Wo immer sich die Materie mit der geistigen Ebene oder das Bewusstsein mit dem Unterbewusstsein verbindet, verknüpfen wir die Prozesse mit der Farbe Violett. Die Farbe gilt als Zeichen für Transformation, Spiritualität, Austausch und Heilung.

Violett ist eine geheimnisvolle und mystische Farbe. Sie wirkt extravagant, luxuriös und verleiht einem Raum das gewisse Etwas. Es genügen bereits wenige Accessoires in dieser Farbe, um die Geselligkeit anzuregen. Mischt man zum Violett Weiss hinzu, erhält man Lila, welches einem Raum eine feminine Note verleiht.

Violett ist ein auffälliger Farbton und sollte nur dezent eingesetzt werden. Ist die Farbe im Raum bescheiden vorhanden, kann sich eine positive Entwicklung einstellen. Die positiven Wirkungen von Violett sind Reinigung, Vermittlung zwischen Gegensätzen, Förderung der



Violett ist eine geheimnisvolle und mystische Farbe. Es genügen bereits wenige Accessoires in dieser Farbe, um die Geselligkeit anzuregen.

Würde, des Selbstwertgefühls und der Selbstachtung. Ist zuviel der Farbe im Raum vorhanden, kann das zu einem Chaos im Inneren der Bewohner führen. Die negative Wirkung kann sich dann in Form von Trauer, Lebensentfremdung und geistiger Abwesenheit zeigen und zu Depressionen führen.

Die Farbe Violett unterstützt die Ruhe, wirkt ausgleichend und regenerierend. Sie fördert das innere Gleichgewicht. Da sie die Meditationswirkung verstärkt, kann sie auch zu höheren Bewusstseinszuständen führen. Violett ist eine künstlerische Farbe, die inspiriert und die Kreativität anregt.

Der Farbe Violett werden schmerzstillende Eigenschaften zugesprochen und sie wird beispielsweise bei Migräne eingesetzt. Mit ihrer entgiftenden und harmonisierenden Wirkung kann Violett gut im Schlafzimmer eingesetzt werden, um den gesunden Schlaf zu fördern. Im Arbeitszimmer kann diese Farbe helfen, sich besser konzentrieren zu können. Violett ist nun die 10. und letzte Farbe, welche ich dir in meinen Newslettern näher bringe. Eine Übersicht sämtlicher vorgestellten Farben mit ihren Eigenschaften und Wirkungen findest du unter: <http://www.fengshuiraum.ch/feng-shui-tipps/>

Leserfrage

Im Abschnitt Leserfrage beantworte ich gerne Fragen von meiner Leserschaft. Die heutige Frage lautet: **„Ist es richtig, dass man gemäss Feng Shui nicht an einer Aussenwand schlafen sollte?“**

Diese Aussage stammt sicher aus früheren Zeiten, als die Isolationen der Häuser noch nicht so gut waren, wie sie es in der heutigen Zeit sind. Um Krankheiten zu vermeiden, wurde das Bett somit an einen wärmeren, geschützteren Ort gestellt.

Im Feng Shui wird jede Person aufgrund ihres Geburtsdatums und Geschlechts einem Trigramm zugeordnet. Dieses Trigramm gibt Auskunft darüber, welches die ideale persönliche Schlafrichtung ist.

Es spielen bei der Wahl der richtigen Bettposition mehrere Faktoren eine Rolle. Wichtiger als das Trigramm ist beispielsweise, dass das Kopfhaupt des Bettes immer an einer festen Wand steht. Zudem sollte sich das Bett nicht zwischen Türe und Fenster befinden und auch nicht in der Verlängerung der Türe. Meistens gibt es dann nicht mehr viele Möglichkeiten, ein Bett im Raum zu plazieren und die Wahl, ob Aussenwand oder nicht, ist dann meist sekundär.

Bei einer Feng Shui Beratung sind die Schlafplätze der Bewohner immer ein zentraler Punkt. Es wird darauf geachtet, dass alle Bewohner einen idealen Schlafplatz haben, der ihren gesunden Schlaf unterstützt.

Veranstaltungen

Feng Shui Stadtspaziergang

Hast du dich auch schon einmal gefragt, weshalb manche Geschäfte erfolgreicher sind als andere? Weisst du, warum du dich in manchen Geschäften wohl fühlst und gerne einkaufst und um andere Läden lieber einen Bogen machst? Bei einem Spaziergang durch die Stadt Baden erfährst du, was man bei der Gestaltung im Business Feng Shui beachten sollte. Gerne zeige ich dir an praktischen Beispielen vor Ort, auf was zu achten ist.



Datum: Mittwoch, 3. September 2014
von 19.00 bis ca. 20.30 Uhr

Ort: Treffpunkt vor dem „Info Baden“, Bahnhofplatz 1, 5400 Baden

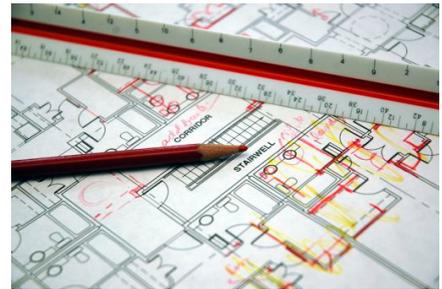
Kosten: CHF 20.-

Anmeldung erwünscht unter info@fengshuiraum.ch oder Tel. 056 209 15 50

Workshop: Feng Shui – praktisch angewendet auf dein Zuhause

Hast du gewusst, dass das Umfeld einen starken Einfluss auf uns ausübt? Möchtest du lernen, wie du deine Schlafqualität verbessern und deine Konzentrationsfähigkeit unterstützen kannst?

In diesem Workshop lernst du, auf was es bei der Gestaltung deines Zuhauses ankommt. Du arbeitest mit deinen eigenen Wohnungs- oder Hausplänen und kannst das Gelernte direkt anwenden. Vor dem Workshop besuche ich dich bei dir zu Hause und erstelle eine Analyse der Wohnung oder des Hauses.



Datum: Samstag, 8. November 2014
von 9.00 bis ca. 18.00 Uhr
Ort: Bahnhofstrasse 40, 5400 Baden
Kosten: CHF 500.-
inklusive umfangreichen Schulungsunterlagen und einer persönlichen Analyse bei dir vor Ort.

Infos und Anmeldung:

www.fengshuiraum.ch/workshop-feng-shui-praktisch-angewendet-auf-dein-zuhause/

Auch im Herbst bin ich wieder als Kursleiterin für die Pro Senectute tätig. Bitte beachte, dass sich nur Personen über 60 Jahren für die folgenden Kurse der Pro Senectute einschreiben können.



Feng Shui – mehr Lebenskraft und Freude daheim

Feng Shui ist eine uralte chinesische Lehre vom Leben, Wohnen und Arbeiten in Harmonie. Das Grundanliegen von Feng Shui ist, schöne und energiereiche Wohn- und Lebensräume zu erschaffen. Denn wenn du dich richtig wohl fühlst, kannst du dich erholen und neue Energie tanken.

Du lernst, wie du mit einfachen Änderungen in deinem Zuhause markante Verbesserungen erreichen kannst, die dein Wohlbefinden erhöhen und deine Lebenskraft stärken.

Datum: Donnerstag, 6. November 2014
von 14.00 bis 16.15 Uhr
Ort: Pro Senectute, Bahnhofstrasse 40, 5400 Baden
Kosten: CHF 35.- (1 x 2 Lektionen)
Kontakt: info@ag.pro-senectute.ch oder Telefon 056 203 40 80

Weitere Infos und Anmeldung unter:

<http://www.ag.pro-senectute.ch/d/index.cfm?ID=72&pg=3&kat=829>