



Feng Shui Raum News

Für mehr Lebenskraft und Freude in deinen Räumen

Wertvolle Feng Shui Tipps

Chinesisches Neujahr im Zeichen des Erde-Hundes

Heute feiern die Chinesen Neujahr, der wichtigste chinesische Feiertag. Das chinesische Neujahr ist ein Familienfest, für welches mehr als 1 Milliarde Chinesen zu ihren Familien reisen und die öffentlichen Verkehrsmittel zu Höchstleistungen fordern. Dieses Familienfest hat einen besonderen Stellenwert - nicht beim Familienfest zu erscheinen ist kaum vorstellbar. Dafür nehmen die Chinesen sehr lange Anfahrtszeiten auf sich.

Das chinesische Neujahr wird von der Farbe Rot dominiert. Man findet sie vor allem in Form von roten Umschlägen, welche Geld enthalten und als Geschenke überreicht werden. Sie sind ein Symbol für Glück und Reichtum.

Jedes Jahr ist in der chinesischen Astrologie einem der zwölf Tierkreiszeichen zugeordnet. 2018 steht im Zeichen des Hundes. Dem Hund werden bestimmte Eigenschaften zugeordnet. Auch Menschen, die im Tierkreiszeichen Hund geboren sind, werden diese Eigenschaften zugesprochen.

Dazu gehören die Geburtsjahre: 1922, 1934, 1946, 1958, 1970, 1982, 1994, 2006 und 2018.

Der Hund gilt als unkompliziert, ehrlich und loyal. Er ist sehr fleissig und zuverlässig. Er ist mitfühlend und besitzt ein grosses Herz. Der Hund ist pragmatisch und bringt Dinge gleich auf den Punkt. Er hat eine gute Beobachtungsgabe und findet aufgrund seiner Kreativität und Klugheit unkonventionelle Lösungen. Der Hund hat einen grossen Bewegungsdrang und kann gut motivieren. Allerdings gilt der Hund auch als pessimistisch und misstrauisch gegenüber Fremden.



Der Erde-Hund begünstigt alles Bodenständige wie Sicherheitsdenken und Stabilität.



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

Jedes Jahr steht auch im Zeichen eines der fünf Elemente: Holz, Feuer, Erde, Metall oder Wasser. 2018 steht im Zeichen der Erde-Energie und ist gekennzeichnet von logischem Denken, Verlässlichkeit, Realitätssinn, Beharrlichkeit, Disziplin und Zuverlässigkeit.

Was erwartet uns im 2018 gemäss Chinesischer Astrologie und wie können wir das Jahr optimal für uns nutzen?

Wenn du es bis jetzt nicht geschafft hast regelmässig Sport und Bewegung in deinen Alltag einzubauen, ist es nun an der Zeit. Durch Bewegung kannst du Stress abbauen, deinen Stoffwechsel anregen und deine Verdauung und Resorption in Schwung halten. Du musst ja nicht gerade sportliche Höchstleistungen an den Tag legen. Wie wäre es beispielsweise, wenn du versuchst, täglich längere Strecken zu Fuss zurückzulegen?

Statt den Lift nutzt du die Treppe, machst einen Mittagsspaziergang oder steigst eine Bushaltestelle früher aus? Vielleicht kann dich ein Schrittzähler oder eine Schrittzähler-App auf deinem Smartphone bei der Motivation unterstützen.

Wenn du erfinderisch bist, solltest du dieses Jahr Mut und Draufgängertum beweisen und deine Projekte starten. Denn jetzt ist die Zeit, wo sich eine gesunde Portion Risikobereitschaft, Courage, Fleiss und wahre Hingabe auszahlen. Ausdauer, Disziplin und langjährige Mühen zahlen sich im geschäftlichen, wie im privaten Bereich endlich aus.

Im 2018 stehen soziale Werte wie Menschlichkeit, Grosszügigkeit und Mitgefühl im Fokus. Gemeinnützige Einrichtungen werden ein grösseres Engagement von Freiwilligen verzeichnen.

Dein persönliches chinesisches Tierkreiszeichen findest du auf meiner Homepage unter <http://www.fengshuiraum.ch/feng-shui-tipps/>

Vegetarische Pho-Suppe aus Vietnam

Für 2 Personen

Suppe

- 2 Knoblauchzehen
- 740 ml Gemüsebrühe
- 2 Zimtstangen
- 10 Pfefferkörner
- 1 Sternanis
- 2 EL Sojasauce

Einlage

- 200 g Tofu, in Würfel geschnitten
- 2 EL Olivenöl
- 2 EL Sojasauce
- Meersalz
- 80 g Chinakohl
- 80 g Champignons
- ½ Bund Minze
- 100 g Mungbohnsensprossen
- 160 g Reisnudeln



Die Knoblauchzehen schälen und mit der Gemüsebrühe, den Gewürzen und der Sojasauce in einen Topf geben. Zum Kochen bringen, die Hitze reduzieren und 10 Minuten köcheln lassen. Die Brühe durch ein Sieb in einen anderen Topf abgiessen.

Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Tofuwürfel darin bei mittlerer bis hoher Hitze unter gelegentlichem Rühren ca. 6 Minuten braten, dabei gegen Ende der Bratzeit Sojasauce und etwas Salz zugeben. Die gebratenen Tofuwürfel aus der Pfanne heben und auf einem mit Küchenpapier ausgelegten Teller abtropfen lassen.

Chinakohl und Champignons in feine Streifen schneiden, zur Brühe geben und kurz mitkochen.

Minze waschen und die Blätter abzupfen. Bohnensprossen abspülen und abtropfen lassen.

Salzwasser in einem Topf zum Kochen bringen. Die Reisnudeln darin 5 bis 6 Minuten garen. In ein Sieb abgiessen und abtropfen lassen.

Die Brühe mit dem Gemüse in zwei tiefe Teller geben, dann Tofu, Nudeln und Sprossen zufügen. Die Minze darauf verteilen und mit Stäbchen und Löffel servieren.

Vortrag: Kinder sind Hüter unserer Potenziale

André Stern ging nie zur Schule und lernte nur, was ihm Spass machte. Er hatte als Kind die Möglichkeit seine Talente zu entdecken und entfalten. Seine Jugend war reich an intensiven Lernerlebnissen und frei von Stress, Konkurrenzkampf, Leistungsdruck und der Jagd nach guten Noten.

André Stern ist 1971 in Paris geboren, als Sohn des Forschers und Malort-Gründers Arno Stern. Er ist verheiratet und Vater von zwei Kindern. Ganz ohne Schulbildung hat er es zum Musiker, Komponisten, Gitarrenbauer, Journalisten und Autor geschafft!

André war einer der Protagonisten im Dokumentarfilm „Alphabet“ von Erwin Wagenhofer, der ein kritisches Licht auf die zunehmende Konkurrenz in der Bildung wirft. Mit seinem Buch „...und ich war nie in der Schule“ landete er einen Bestseller.

André hat aus seiner Geschichte eine Art Erziehungskonzept entwickelt, das er in Vorträgen und Schriften vertritt und das ihn bekannt gemacht hat. Er wirbt dafür, die Kinder mit ihren jeweiligen Entfaltungsmöglichkeiten so zu nehmen, wie sie sind, und ihnen nichts aufzuzwingen. „Das Spielen ist die einzige wirksame Lernmethode“, erklärt er, «die Dinge verankern sich in unserem Bewusstsein erst, wenn sie unsere emotionalen Gehirnzellen anregen. Und ich war dank meinen Eltern in der Lage, diesen Zustand der emotionalen Lernfähigkeit nie verlassen zu müssen.»

Vortrag von André Stern: Kinder sind Hüter unserer Potenziale

Ort: Der MaiHof, Weggismattstrasse 9, 6004 Luzern am 22. Februar 2018, 19.00 Uhr (mit anschliessendem Apéro), Kosten: Erwachsene CHF 25.- / Studenten CHF 18.-



André Stern ist ein gefragter Referent und hat ein fesselndes Plädoyer für bedingungsloses Vertrauen in die natürliche Entwicklung unserer Kinder verfasst.

Chi Fluss

Chi ist die universelle Lebensenergie und versorgt unsere Wohn- und Lebensräume mit Energie. Sie fliesst durch die Eingangstüre in unsere Wohnung hinein und sollte sich von da aus in der ganzen Wohnung verteilen und alle Bereiche mit Lebenskraft versorgen. Damit die Energie überhaupt den Weg in unser Zuhause findet, muss der Eingangsbereich möglichst frei und aufgeräumt sein.

Das Chi sollte langsam durch die Räume fliessen, vergleichbar mit einem Fluss, der sich in seinem natürlichen Bett in vielen Schwüngen durch die Landschaft windet. Wenn das Chi nicht schlängelnd fliesst wird es zu schnell und es entsteht Sha Chi, auch einfach Sha genannt. Sha ist eine Abweichung von der harmonischen Mitte; es kann zu Unruhe oder nervösen Leiden führen.

Solche Energieautobahnen können durch räumliche Strukturen entstehen, die das Chi in eine gerade Bewegung zwingen. Das Chi nimmt dadurch stetig an Eigendynamik zu und beschleunigt sich permanent. In diesen Bereichen sollte man sich nicht längere Zeit aufhalten. Sie entstehen beispielsweise auf langen und engen Fluren, zwischen Tür und Tür, Fenster und Fenster, sowie Tür und Fenster.



Regenbogenkristalle sind begehrte Feng Shui Hilfsmittel um die Energie in den Räumen zu erhöhen.

Die Energie lässt sich mit Hilfe von Pflanzen, Spiegel, Paravents oder Vorhängen bremsen oder lenken. Achte darauf, wo du Spiegel anbringst. Hänge nie einen Spiegel direkt gegenüber einer Tür auf, denn so wird die Energie reflektiert und zurückgestrahlt und dem entsprechenden Raum mangelt es an Energie. Bekannt für die Fenster-Tür Problematik sind die Regenbogenkristalle, welche beim Fenster aufgehängt werden und für mehr Ruhe und Stabilität in Raum sorgen. Regenbogenkristalle sind kleine gläserne Kugeln oder Tropfen mit Facettenschliff, die im direkten Sonnenlicht die Spektralfarben des Regenbogens erzeugen. Nebst der Problematik Fenster-Tür Opposition helfen sie auch den Energieverlust bei grossen Fenstern zu stoppen.

Veranstaltungen

Feng Shui Stadtpaziergang

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, 16. Mai 2018, von 19.00 bis ca. 20.30 Uhr
Ort: Treffpunkt vor dem „Info Baden“, Bahnhofplatz 1, 5400 Baden
Kosten: CHF 20.-
Anmeldung info@fengshuiraum.ch oder Tel. 056 536 93 98

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, 5. Mai 2018
 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: <http://www.fengshuiraum.ch/feng-shui-workshop/>
Anmeldung: info@fengshuiraum.ch oder Tel. 056 536 93 98