

<b>Vorwort .....</b>	<b>8</b>
<b>Wohlfühlen im Raum .....</b>	<b>11</b>
<i>Kennen Sie so eine Situation? .....</i>	<i>13</i>
<i>Raumenergien – Was ist denn das? .....</i>	<i>14</i>
<i>Wer oder was ist denn nun für Raumenergien verantwortlich? .....</i>	<i>16</i>
<b>Wir alle werden von unserer Umgebung beeinflusst .....</b>	<b>17</b>
<i>Lebensenergie .....</i>	<i>18</i>
<i>Der Lauf des Lebens .....</i>	<i>20</i>
<i>Yin und Yang .....</i>	<i>21</i>
<b>Alles Leben ist Feng-Shui .....</b>	<b>23</b>
<i>Die Elemente im Feng-Shui, Ayurveda und die bei uns traditionellen im westlichen Kontext.....</i>	<i>23</i>
<b>Was haben Astrologie und Astronomie mit dem Wohnen zu tun? .....</b>	<b>30</b>
<i>Auswirkungen der Himmelsrichtung .....</i>	<i>31</i>
<i>Lebenssituationen .....</i>	<i>32</i>
<i>Gelebtes Feng-Shui oder die Übung der Gelassenheit .....</i>	<i>33</i>
<b>Wir machen Raumenergie! .....</b>	<b>37</b>
<i>Die Geschichte des Ortes .....</i>	<i>37</i>
<b>Wie ist das jetzt wirklich mit Radiästhesie und Geomantie? .....</b>	<b>42</b>
<i>Zuerst wieder Begriffserklärungen .....</i>	<i>43</i>
<i>Geomantie .....</i>	<i>46</i>
<i>Erdstrahlen .....</i>	<i>47</i>
<i>Wasseradern, Gitterlinien und tektonische Bruchzonen .....</i>	<i>52</i>

<b>Veränderungen</b>	56
<i>Wie riecht es hier?</i>	57
<i>Also die erste Frage: Wie riecht es hier?</i>	60
<i>Die zweite Frage: Hat unser „Testraum“ Fenster?</i>	61
<i>Die dritte Frage: Welche Aufgabe hat dieser Raum?</i>	61
<i>Die vierte Frage: Was ist mit den Türen?</i>	62
<i>Die fünfte Frage: Und wie ist das mit den aktuellen Raumfarben?</i>	64
<i>Wie machen wir nun weiter?</i>	65
<b>Planspiele</b>	67
<i>Wir zeichnen!</i>	67
<i>Wie gehen wir nun weiter vor?</i>	68
<b>Es werde Licht!</b>	71
<i>Wie ist das mit dem natürlichen Lichteinfall in unseren Räumen?</i>	72
<i>Räume im Lichterschein</i>	73
<b>Spannungsfelder im Raum</b>	75
<i>Farbe und Bilder</i>	75
<i>Bunte Welt</i>	76
<i>Wahrnehmung</i>	78
<i>Was ist Farbtemperatur?</i>	79
<i>Primärfarben und Farbmischungen</i>	80
<i>Mischfarben</i>	82
<i>Farbe im Raum – Blau</i>	84
<i>Farbe im Raum – Rot</i>	85
<i>Farbe im Raum – Grün</i>	89
<i>Farben im Raum – von Weiß, Grau und Gold</i>	90
<i>Farben der Natur – Erdfarben</i>	93
<i>Bilder und Deko</i>	94

<b>Die Temperatur macht's aus .....</b>	96
<i>Also wie macht man es richtig? .....</i>	99
<i>Möbel im Raum .....</i>	100
<i>Was sind gute Positionen für Betten? .....</i>	101
<i>Der gute Arbeitsplatz für Erfolg .....</i>	102
<i>Essplätze .....</i>	104
<i>Sitzgruppe, Couch, gemütliche Ecke .....</i>	106
 <b>Steine .....</b>	107
<i>Steine als Wegbegleiter .....</i>	109
<i>Eine Handvoll Steine – die kann doch nichts? .....</i>	111
<i>Ein hilfreicher Stein – das kann auch schon mal ein Flusskiesel sein! ...</i>	114
<i>Ein wenig Geologie .....</i>	115
<i>Handelsübliche Formen „für den Hausgebrauch“ .....</i>	119
<i>Warum können Steine unsere Energie und unsere Gesundheit unterstützen? .....</i>	122
<i>Mineralstoffe in den Steinen .....</i>	124
<i>Meine persönlichen Steinspezialisten für so manches .....</i>	125
<i>Anwendungsmöglichkeiten für den Hausgebrauch .....</i>	130
<i>Das Energie-Durcheinander .....</i>	132
<i>Welche Steine sind also gut im Wohnraum? .....</i>	134
<i>Fossilien – Stein gewordene Geschichte .....</i>	139
<i>Steine müssen auch gepflegt werden .....</i>	140
 <b>Düfte für den Raum .....</b>	141
<i>Was sind eigentlich ätherische Öle? .....</i>	142
<i>Wie wendet man ätherische Öle sicher an? .....</i>	143
<i>Welche ätherischen Öle kann ich verwenden? .....</i>	146
<i>Mischungsmöglichkeiten .....</i>	148
<i>Fertige Duftmischungen .....</i>	151
 <b>Symbole – eine starke Energiequelle!</b> .....	152
 <b>Räuchern .....</b>	161
<i>Verschiedene Räuchermischungen .....</i>	166
<i>Räucherbündel .....</i>	170

<i>Rituale</i> .....	172
<i>Und wie ist das nun mit dem Garten?</i> .....	177
<i>Was ist der „Garten“?</i> .....	179
<i>Auch der Garten will wohl gestaltet sein ...</i> .....	188
<i>Praxisteil</i> .....	192
<i>Wohnen und Wohlfühlen</i> .....	193
<i>Das Allerwichtigste zuerst</i> .....	194
<i>Wo ist der Plan? Den haben wir doch irgendwo hingelegt ...</i> .....	195
<i>Farbspiele</i> .....	196
<i>Wohin geht meine Aufmerksamkeit?</i> .....	197
<i>Das Bedürfnis nach Sicherheit und Geborgenheit – persönliche Bereiche</i> .....	199
<i>Das Büro daheim</i> .....	200
<i>Gesunder Schlaf</i> .....	201
<i>Und die Kinder?</i> .....	205
<i>Unterschiedliche Ansätze</i> .....	209
<i>Checkliste für Ihr Zuhause – Energietest</i> .....	211
<i>Duftmischungen für Ihr Wohlbefinden</i> .....	218
<i>Wir stellen einen Raumspray her</i> .....	218
<i>Anleitung für das richtige Beduftnen mit der Duftlampe oder dem Diffuser</i> .....	219
<i>Die Duftmischungen</i> .....	220
<i>Kleines Steine-ABC</i> .....	225
<i>Farbtest / Farbauswahlverfahren</i> .....	232
<i>Der einfachste Farbtest</i> .....	232
<i>Farbauswahlverfahren nach den vier Jahreszeiten</i> . .....	235
<i>Welche Farbsysteme gibt es eigentlich?</i> .....	236
<i>Danke!</i> .....	238