

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

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

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