

Rita Pohle

Lebensräume gestalten mit  
**Feng Shui**

Illustrationen von  
Peter Ebenhoch

**IRISIANA**

# Inhaltsverzeichnis

<b>Vorwort</b> .....	<b>9</b>
<b>Feng Shui - was ist das?</b> .....	<b>11</b>
Atmosphäre und Wohlbefinden .....	12
Feng Shui ist unsichtbar .....	16
Wind und Wasser .....	18
Die Balance der Energien .....	18
Yin und Yang .....	20
Alles ist Energie .....	21
Von der Beobachtung zum Regelwerk .....	22
Die Formenlehre .....	24
Die Kompaßlehre .....	25
Die mystische Lehre .....	26
Die unsichtbare Energie Chi .....	27
Wem hilft Feng Shui? .....	28
Intuition und Technik .....	31
<b>Das Prinzip des Chi</b> .....	<b>35</b>
Das Chi der Lüfte .....	37
Das Chi des Feuers .....	39
Das Chi der Sonne .....	41
Das Chi des Wassers .....	44
Das Chi der Bewegung .....	45
<b>Schildkröte, Drache, Tiger, Vogel - Das Prinzip der Stärkung</b> .....	<b>47</b>
Die Himmelsrichtungen .....	48
Die schwarze Schildkröte .....	51
Der grüne Drache .....	52
Der weiße Tiger .....	53
Der rote Vogel .....	53
Die Anwendung des Prinzips der vier Tiere .....	54
Min Tang - Das Prinzip der Leere .....	56
<b>Die Fünf Elemente: Holz, Feuer, Erde, Metall, Wasser</b> .....	<b>59</b>
Das expandierende Holz .....	65
Das aufstrebende Feuer .....	67
Die rotierende Erde .....	69
Das zusammenziehende Metall .....	71
Das herabfließende Wasser .....	73
Der hervorbringende Kreislauf .....	74
Der zerstörende Kreislauf .....	75

Das persönliche Element . . . . .	77
Die Berechnung des persönlichen Feng-Shui-Elements . . . . .	78
<b>Die Energien im Außenraum . . . . .</b>	<b>81</b>
Geheime Pfeile und andere Störfaktoren . . . . .	82
Das Grundstück . . . . .	83
Günstige und ungünstige Grundstücksformen . . . . .	84
Die Umgebung. . . . .	85
Der Garten . . . . .	88
Pflanzen als Chi-Träger. . . . .	90
Die Fünf Elemente im Garten. . . . .	91
Das Haus . . . . .	92
Der Eingang . . . . .	95
<b>Die Energien im Innenraum. . . . .</b>	<b>99</b>
Falsches Wohnen macht krank. . . . .	100
Die energetische Raumklärung . . . . .	103
Chi-Anregung und Chi-Blockaden . . . . .	105
Die Wohnräume. . . . .	106
Flur, Diele und Treppe . . . . .	106
Terrassen, Balkone und Wintergärten. . . . .	111
Das Wohnzimmer . . . . .	112
Das Esszimmer . . . . .	115
Die Küche . . . . .	118
Das Bad . . . . .	120
Die Toilette. . . . .	121
Das Schlafzimmer . . . . .	122
Das Kinderzimmer . . . . .	125
Das Arbeitszimmer. . . . .	126
Ein-Zimmer-Wohnungen . . . . .	130
Offene Räume . . . . .	130
Tote Räume . . . . .	132
Büro- und Geschäftsräume. . . . .	133
Computer . . . . .	135
Das Sitzen . . . . .	136
Die Besprechungsecke. . . . .	137
Geschäftsräume . . . . .	138
Restaurants. . . . .	142
Arztpraxen . . . . .	145

<b>Die Gestaltung der einzelnen Bereiche</b> .....	<b>147</b>
Die Grundrißplanung .....	148
Günstige und ungünstige Raumformen .....	151
Einrichtung und Möblierung .....	152
Fußboden und Decke .....	153
Wände .....	157
Gestaltung mit Farben .....	160
Fenster .....	162
Störfaktoren im Raum .....	163
Erbstücke und Antiquitäten .....	166
<b>Energetische Gestaltungs- und Hilfsmittel</b> .....	<b>169</b>
Kunst .....	170
Spiegel .....	171
Wächter .....	174
Kristalle .....	175
Klänge .....	176
Bewegte Objekte .....	177
Natur .....	178
Wasser .....	181
Steine und Skulpturen .....	182
<b>Das Prinzip der Sieben Vorzeichen</b> .....	<b>185</b>
Die einzelnen Zonen .....	186
Die Langlebigkeit .....	188
Die Chi-Quelle .....	188
Der Himmlische Heiler .....	188
Unfälle und Mißgeschicke .....	189
Die Sechs Strafen .....	189
Die Fünf Geister .....	189
Das Schwere Schicksal .....	190
Die Konstruktion des Rasters .....	190
Ein fast quadratischer Grundriß - Beispiel 1 .....	194
Ein unregelmäßiger Grundriß - Beispiel 2 .....	196
Die Verbesserung der Energien .....	198
<b>Die Anwendung der Prinzipien</b> .....	<b>201</b>
Von der Landschaft zum Logo .....	202
<b>Anhang</b> .....	<b>204</b>
Literatur...204 • Bildnachweis...208 • Adressen...209	
Die Autorin...210 • Dank...211 • Register...212	