

Gesundheit, Glück und Harmonie kann durch die richtige Gestaltung des Wohnbereichs umgesetzt werden. Dass dies keine leeren Worte sind, zeigt Gina Lazenby in ihrem neuesten Buch. Anhand von praktischen Beispielen erklärt sie, wie Räume durch Feng-Shui optimal harmonisiert werden. Die Autorin analysiert Faktoren im Wohnbereich, die das Wohlbefinden beeinträchtigen. Ebenfalls zeigt sie verschiedene Strategien für ein gesundheitsförderndes Wohnumfeld. Gina Lazenby führt in bewährte, Stress abbauende Praktiken ein, wie beispielsweise die Verminderung von elektromagnetischen Strahlen und den Nutzen des gesunden Erdmagnetismus. Ein wichtiges Thema im Buch sind die Tipps zur Förderung unserer Energie durch die richtige Farbgebung und die Verwendung natürlicher Materialien. «Wohnen, Wellness und Feng-Shui – Das Buch für ganzheitliche Wohnkonzepte» von Gina Lazenby (Bild) ist im Callwey Verlag für 53.20 Franken erschienen.



Der Balken an der Decke stört den Energiefluss und erzeugt Druck nach unten, der auf die unten sitzende Person übertragen wird. Mit der Zeit könnten Kopfschmerzen, Müdigkeit oder Depressionen entstehen.

durchgeführt. Bei den Schlafzimmern untersuche ich auch geopathische Störzonen.

Die Kosten für ein Einfamilienhaus liegen zwischen 900 und 1100 Franken.

**Die meisten Menschen haben in ihrer Wohnung eine Ecke oder einen Platz eingerichtet, in dem sie sich besonders wohlfühlen. Wurden hier beispielsweise unbewusst die Feng-Shui-Regeln angewendet?**

Ja, sehr oft werden unbewusst die Richtlinien von Feng-Shui angewendet und der Mensch fühlt sich wohl.

**Welches sind Grundregeln des Feng-Shui, die sofort in den eigenen vier Wänden umgesetzt werden können?**

Beim Sitzen sollten Sie die Wand im Rücken haben, so wird der Rücken bzw. das Rückgrat gestärkt. Gleichzeitig sollten sämtliche Fenster und Türen des Raumes überblickbar sein. So sollte man arbeiten, schlafen und die Kinder lernen lassen.

Die überschaubaren Plätze sind beispielsweise in einem Restaurant sehr beliebt und am schnellsten belegt.

Die älteren Leser/-innen erinnern sich bestimmt noch an die Situation in der Schule, als man

sich zur Strafe in eine Ecke stellen musste. Wenn Sie beispielsweise den Schreibtisch Ihres Kindes in eine Ecke stellen, sieht das Kind nur die Wand und wird Schwierigkeiten mit Lernen haben.

**Was sagen die fernöstlichen Regeln zu den Hauspflanzen im Allgemeinen und besonders im Schlafzimmer? Welche Bedeutung hat beispielsweise der Kaktus?**

Pflanzen können sehr gut zur Aktivierung und Harmonisierung in Räumen gezielt platziert werden. Zu den Kakteen: Je länger und spitzer die Stacheln, desto angreiflustiger sind die Pflanzen. Positiv am Kaktus ist, dass er von aussen kommende Störungen gut abwehrt.

Feng-Shui ist im Garten ebenso ein Thema wie bei der Ernährung. In diesem komplexen System, das hilft, die Energie bewusst durch unsere Wohnräume zu lenken, kann selbst die kleinste Grünfläche als erweiterter Lebensraum dienen.

Eine gesunde Ernährung wird uns Kraft und Energie spenden, ein gesundes Wohnen und Leben in Haus und Garten ist ebenso verantwortlich für unser Wohlbefinden.

**Feng-Shui ist ebenfalls in der Geschäftswelt ein Thema. Was gibt's diesbezüglich alles zu beachten?**

Ein wichtiges Element ist der Geschäftseingang. So werden beispielsweise bei guten Hotels sehr oft rote Teppiche (Wertschätzung aus dem Volksmund bekannt, «ich rolle den roten Teppich für Dich aus») sowie links und rechts des Eingangs Pflanzen zur «Stärkung» verwendet.

**Und das Büro, wie kann dieses «arbeitsfreundlicher» gestaltet werden?**

Wichtig ist, dass Sie die Wand im Rücken (wie ein Lehrstuhl) und die Fenster und Tür im Blickfeld haben.

Mit Bettina Stockli sprach  
Mario Heeb  
mheeb@volksblatt.li

## farben kombinieren

Eine harmonische Farbkombination für Wohnräume sollte warme und kühle Farben umfassen. Gute Kombinationspartner sind Farben entweder nebeneinander oder gegenüberliegend.

- Rot harmonisiert mit Orange und Violett, als Ergänzung eignet sich Grün.
- Orange harmonisiert mit Rot und Gelb, als Ergänzung eignet sich Blau.
- Gelb harmonisiert mit Orange und Grün, als Ergänzung eignet sich Violett.
- Grün harmonisiert mit Gelb und Blau, als Ergänzung eignet sich Rot.
- Blau harmonisiert mit Grün und Violett, als Ergänzung eignet sich Orange.
- Violett harmonisiert mit Rot und Blau, als Ergänzung eignet sich Gelb.

(Quelle: Wohnen, Wellness und Feng-Shui, Callwey Verlag)