3 Wohlfühlfaktoren für dein Zuhause

In deinen vier Wänden solltest du dich rundherum wohlfühlen und du solltest wirklich das Gefühl haben „zu Hause" zu sein und bei dir selbst ankommen. Ich zeige dir hier die wichtigsten Grundlagen, um deine Wohnung in eine solche Wohlfühloase zu wandeln. Denn es gibt wichtige Grundlagen der energetischen Raumgestaltung, die du einfach und nachhaltig ohne großen Aufwand ändern kannst.

Stefanie Menzel
www.StefanieMenzel.de

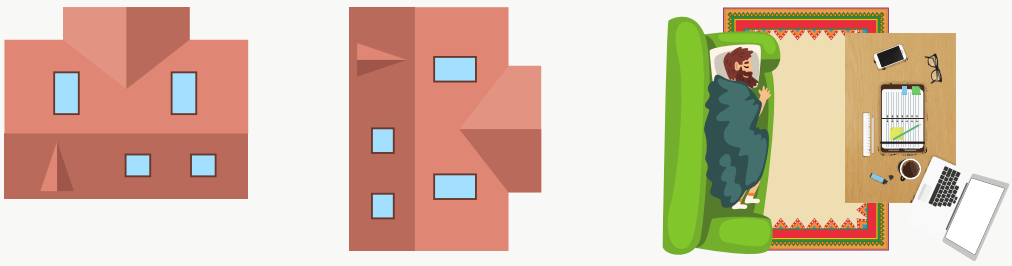
Himmelsrichtung

Ganz gleich, ob du in einem Haus, einer Wohnung, oder einem einzigen Zimmer lebst; immer bist du eingebunden in die energetischen Felder und Dynamiken der Erde. Aus diesem Grund ist es als erster Schritt bei deiner energetischen Betrachtungsweise auf deine Wohnung wichtig zu schauen, wie die Grundausrichtung deiner vier Wände ist.

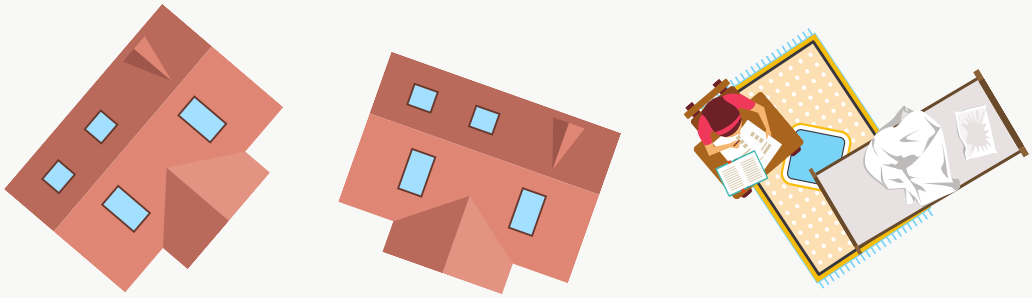
Energiesammler/ Kollektor
Nimm eine Landkarte oder einen Stadtplan zu Hand und schau dir an, wie dein zu Hause ausgerichtet ist. Steht es mit den Grundmauern in Nord- Südausrichtung (siehe Bild), dann handelt es sich bei deiner Wohnung um einen Energiesammler/ Kollektor. Das bedeutet: Du selbst fühlst dich in deiner Wohnung wohl, Gäste kommen gerne zu Besuch und fühlen sich bei dir wohl. Deine Kinder bringen gerne Besuchskinder mit, deine Wohnung dient dem gemütlichen Wohlfühlen und ist gut zur Entspannung geeignet. Falls du zu Hause arbeitest, kannst du dich gut konzentrieren, Ordnung halten und strukturiert arbeiten. Weniger geschickt ist es, wenn du viele Aktivitäten nach außen hast. Die Dynamik ins Umfeld ist mühsam.

Verteiler/ Distributor
Bei einer Wohnung, die nicht in der Nord-Südausrichtung orientiert ist, ist das Gegenteil der Fall. Es handelt sich um einen Verteiler/ Distributor. Besuch ist eher rar, man ist nicht gerne zu Hause, für die Arbeit ist es mühsam, Struktur zu schaffen, allerdings ist der Kontakt nach außen sehr viel leichter. Netzwerk und Akquise fallen leichter. Man kann die Ausrichtung des Hauses durch Teppiche, Licht und Möbel beeinflussen. Wer zur Ruhe kommen und nicht nach außen gehen will, sollte die Einrichtung an die Nord- Südausrichtung anpassen. Wem das Netzwerken wichtig ist und wer nach außen gehen will, darf gerne bewusst anders einrichten.

Nord-Südausrichtung



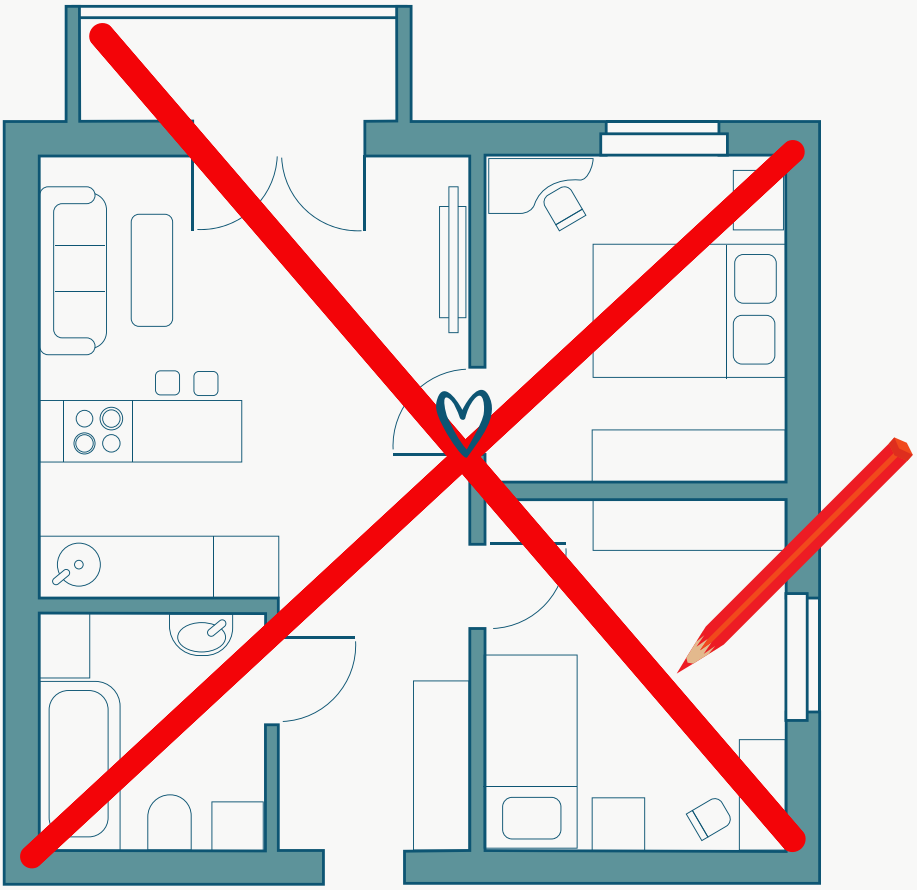
Keine Nord-Südausrichtung

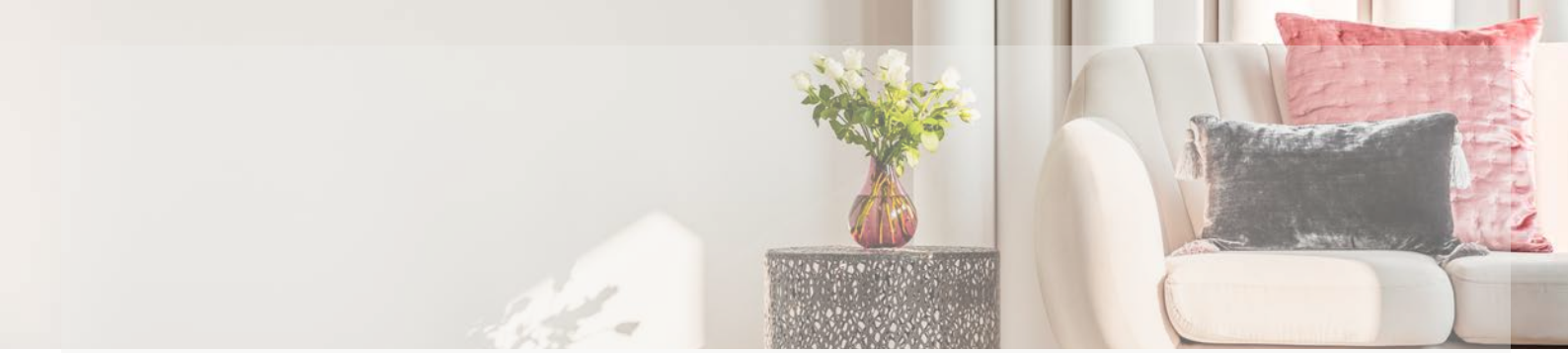


Herzpunkt

Jedes Haus, jede Wohnung und jedes einzelne Zimmer haben einen Herzpunkt. Im zweiten Schritt der energetischen Planung werden die Herzpunkte bestimmt. Hierfür brauchst du im besten Fall einen Grundriss deiner vier Wände. Falls dir kein Grundriss vorliegt, kannst du den Raum ausmessen und den Grundriss per Hand selbst auf Papier aufzeichnen.

Eckpunkt zu Eckpunkt
Dann brauchst du einen Stift und ein Lineal und zeichnest dir für jede Einheit, Haus, Wohnung, einzelne Räume die Schnittpunkte, durch Geraden, die von den äußeren Eckpunkten zum diagonal gegenüberliegenden
äußeren Eckpunkt gezeichnet werden. Es gelten die Eckpunkte des Außengrundrisses, das bedeutet: Garagen und Balkone oder Terrassen gehören zum Wohnraum dazu. Du bekommst einen Schnittpunkt der Geraden und dieser Schnittpunkt ist der Herzpunkt des jeweiligen Raumes.





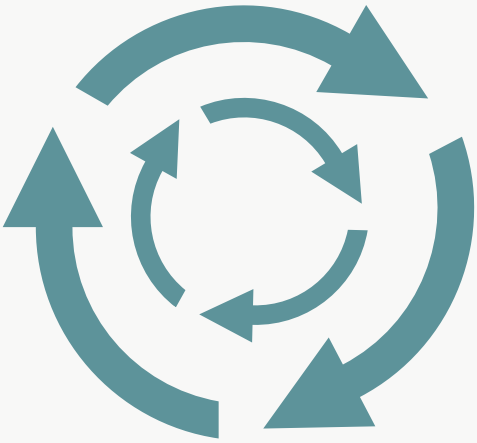
Energiefluss

Nichts steht still, alle für uns unsichtbaren Energien, die uns begleiten sind in ständiger Bewegung und Veränderung. Auch die Energie in deiner Wohnung ist in Bewegung, abhängig von der Lage der Fenster, der Türen und der Einrichtung, Beleuchtung und ihrer Bewohner. Je nachdem wie diese Dynamik in deinen Räumen ist, fühlst du dich in deinen vier Wänden wohl oder unwohl!

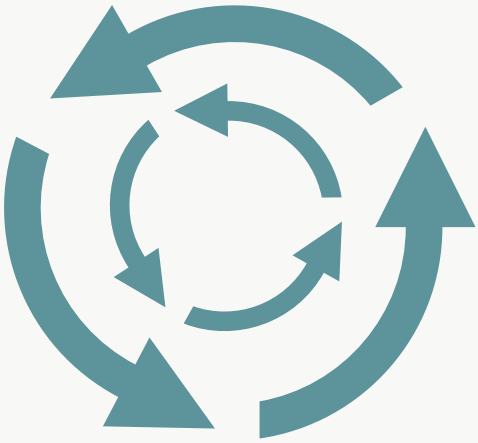
Es kommt auf die Rechtsdrehung an
Auf die energetische Dynamik kannst du Einfluss nehmen, dafür solltest du aber zunächst wissen, wie du die Energien wahrnehmen kannst. Grundsätzlich sollte der energetische Raumfluss immer in einer Rechtsdrehung sein. Dann fühlst du dich wohl und kannst zur Ruhe kommen. Drehen die Energien links herum oder bewegen sie sich unruhig im Raum, fühlst du dich entsprechend unwohl.

So lenkst du Energie
Stell dir vor, wie durch alle „Öffnungen" in deinen Raum, den du betrachten willst, Energie einströmt. Diese Energie gibt dir da, wo mehr Energie einströmt automatisch eine Drehrichtung vor. (Siehe Zeichnung auf der nächsten Seite) Jetzt kannst du dieses Energieeinströmen durch Vorhänge und Pflanzen als Barrieren oder auch durch Lichtquellen und Möbel im Raum lenken.

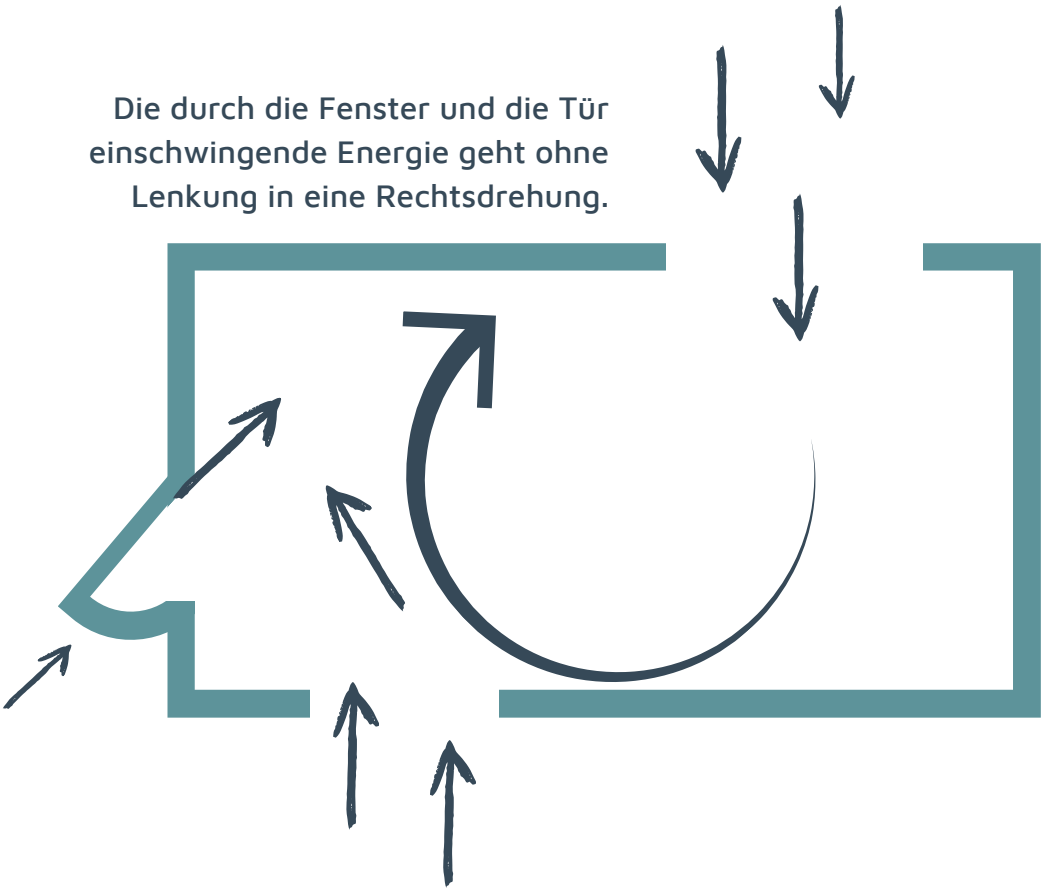
Rechtsdrehende Energie



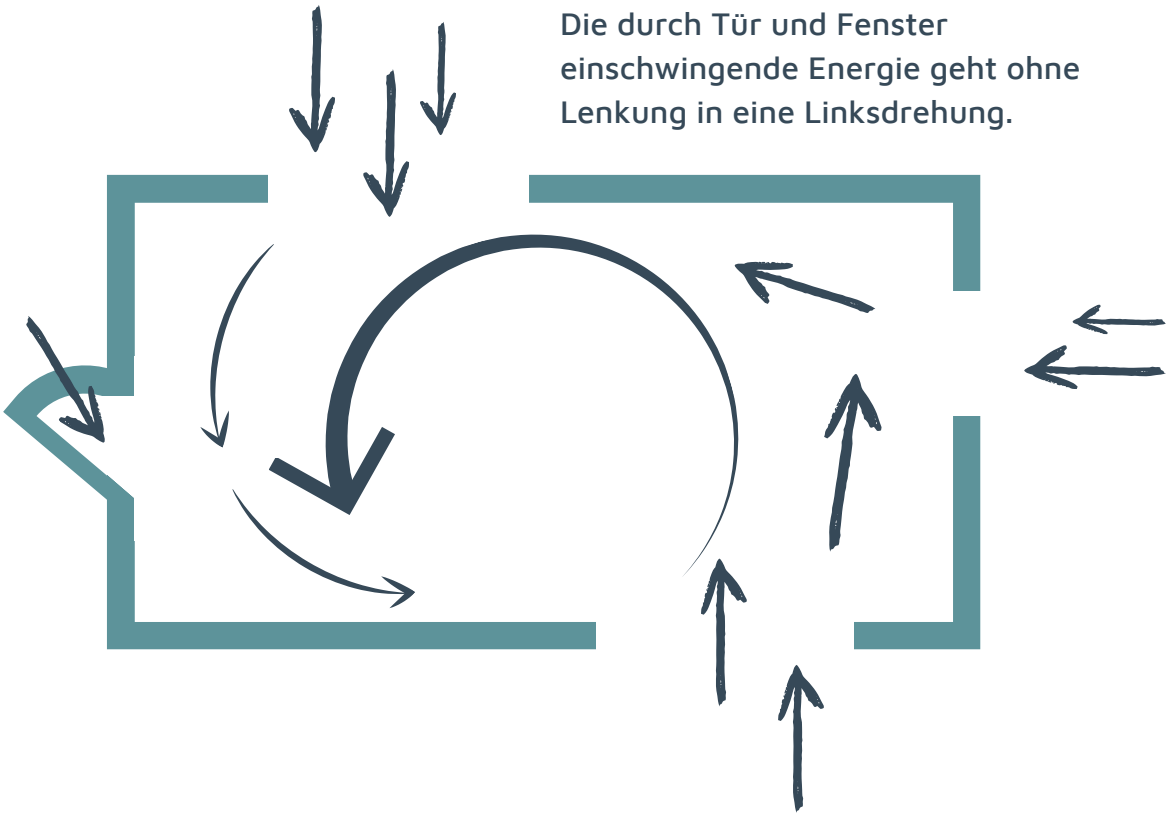
Linksdrehende Energie



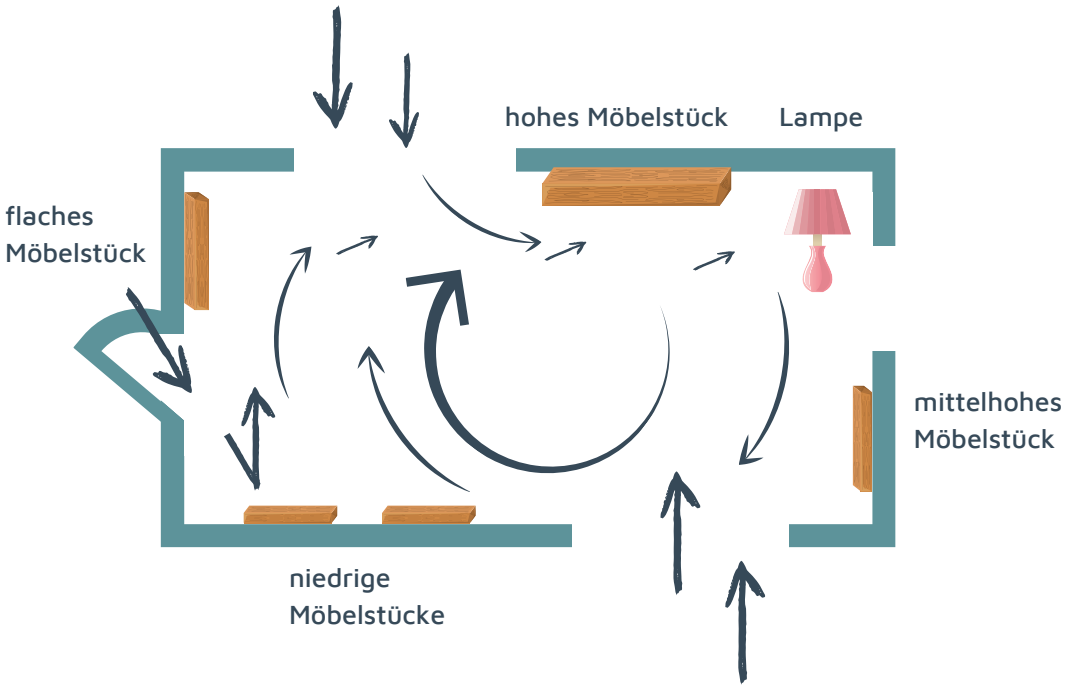
Die durch die Fenster und die Tür einschwingende Energie geht ohne Lenkung in eine Rechtsdrehung.



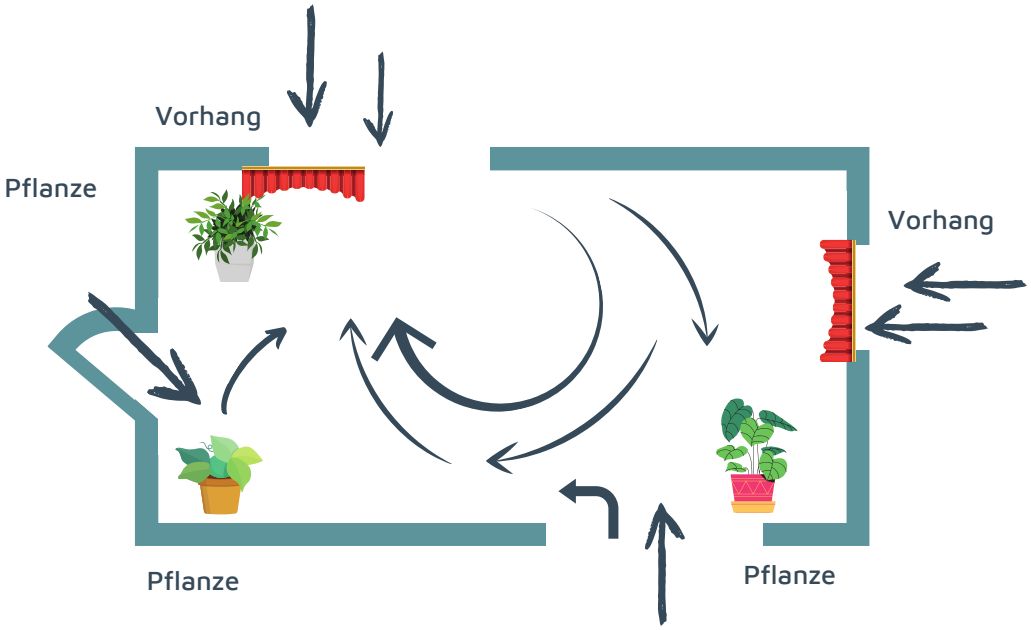
Die durch Tür und Fenster einschwingende Energie geht ohne Lenkung in eine Linksdrehung.



Energie schwingt durch Fenster stärker auf der linken Seite in den Raum ein und würde die Energie des Raumes in eine Linksdrehung bringen. Wird hier aber durch Licht und Möbel in eine Rechtsdrehung gelenkt.



Die einschwingende Energie würde in eine Linksdrehung gehen, wird aber durch Vorhänge und Pflanzen in eine Rechtsdrehung gelenkt.



"Dein Zuhause ist der Spiegel deiner selbst. Nutze es, um dich zu verstehen. Verändere es und gestalte so dein Leben!"

Ich hoffe, du konntest etwas für deine ganz persönliche Wohlfühloase mitnehmen. Wenn du Lust hast, freue ich mich, wenn wir uns in meinem Wohnseminar wiedersehen. Da haben wir viel Zeit für individuelle Fragen zu deinem Zuhause, für Theorie und anschauliche Praxisbeispiele. Schau dazu einfach auf meiner Webseite **www.StefanieMenzel.de** vorbei.

Ich freue mich, wenn wir uns sehen.
Deine

Stefanie Menzel