



5 Minuten - Feng Shui

**ERSTE HILFE
BEI KRISEN UND
PECHSTRÄHNEN IM ALLTAG**

Was ist eigentlich Feng Shui?

“Feng Shui” - diese beiden chinesischen Worte bedeuten übersetzt “Wind” und “Wasser”. Die Qi-Energie ist vergleichbar mit dem Wind, unsichtbar, aber doch deutlich spürbar, vor allem, wenn dieser Wind zu stark oder zu schwach ist. Erst im Wasser ist Wind sichtbar: wenn sich die Oberfläche kräuselt. So ist es auch mit Feng Shui: auf den ersten Blick nicht sichtbar, aber doch zu spüren! Werden die Formeln richtig angewandt, läuft alles rund im Leben.

Leider kennen viele Menschen diese Möglichkeiten nicht und wännen sich in einer Pechsträhne, empfinden die Welt als ungerecht oder hadern mit ihrem Schicksal. Denn nicht jeder Wind bringt gute Qi-Energie und manchmal stehen Möbel so ungünstig, dass hintere Bereiche der Wohnung gar nicht mehr ausreichend mit Energie versorgt sind. Häufig sind es auch ungünstige Einflüsse, die bereits außerhalb unseres Hauses die Qi-Energie negativ beeinflussen.

Und manchmal liegt es auch an uns selbst ...



ERSTE HILFE DURCH **FENG SHUI** - BEI KRISEN UND PECHSTRÄHNEN IM ALLTAG!

... wenn mal wieder alles schief läuft ...

Du hast nur **5 Minuten** Zeit?



ATMEN

Fenster öffnen und frische Luft hereinlassen, dabei auch selbst tief und bewusst einatmen und Energie aufnehmen.

Qi bewegt sich mit dem Wind.

LÄCHELN

"Lächeln ist die eleganteste Art der Welt die Zähne zu zeigen" und hilft Dir gleichzeitig, positiv und optimistisch zu sein. Deine innere (positive) Einstellung macht einen enormen Unterschied.



TEE TRINKEN



Deinen Lieblingstee in Ruhe genießen, dabei für ein paar Minuten abschalten, nicht an das Problem denken und einfach dankbar sein, für das was Gutes ist in Deinem Leben. Damit richtest Du den Fokus auf etwas Positives und Dein Problem erscheint nachher nicht mehr so groß.

HUGGING

Jemanden mindestens **20 Sekunden** lang umarmen - Anderen Liebe geben und umgekehrt: das Gefühl auch selbst geliebt zu werden erhöht die Energiefrequenz unmittelbar! .



www.ChristineKronshage.de
Dein Energie Coach

Keine Energie heute?

Die Chinesen nennen die universelle Lebensenergie "Qi" oder auch den "kosmischen Atem des Drachen", wobei der Drache in der chinesischen Mythologie ein Glückstier ist! Qi ist nicht sichtbar, aber deutlich zu spüren. Vor allem dann, wenn nicht genug davon da ist.

Durch die überlieferten Feng Shui Formeln lässt sich diese Qi-Energie berechnen und bewerten: gutes, positives Qi bedeutet ein hohes Energie-Niveau.

Je höher die Frequenz ist, umso besser fühlen wir uns!

Qi existiert in jedem Menschen und auch in unseren Räumen: in einem Haus mit einer hohen Energie-Frequenz fühlen wir uns sicher und geborgen, können gut schlafen, sind gesund und glücklich.

Gleiches gilt auch für ein Büro: Je höher die Energie-Frequenz im Büro umso produktiver und kreativer die Mitarbeiter.

Die wichtigste Regel im Feng Shui:

Gutes Qi darf niemals stagnieren, sondern sollte möglichst ungehindert alle Bereiche durchfließen dürfen und dabei in Bewegung bleiben, schlechtes Qi sollte möglichst gar nicht erst ins Haus gelangen!

Was kannst Du jetzt tun?

- 1) Let the Qi flow!
- 2) Tue (Dir selbst etwas) Gutes!

Wenn Du gestresst oder unglücklich bist, ist Deine eigene Energiefrequenz ziemlich niedrig. Vermeide es, Dich selbst zu bedauern und mit Deinem vermeintlichen Schicksal zu hadern, sonst gerätst Du in eine Abwärts-Spirale: negative Energie zieht noch mehr Katastrophen an.

**Je höher Deine eigene Energie-Frequenz ist,
umso besser bist Du im Flow - im Qi-Flow!**

Welche Vorteile bringt das? Du bist zufrieden, gesund, weniger gestresst, die alltäglichen Aufgaben fallen Dir leichter - man sieht es Dir an: Du hast einen guten Lauf!

Mit meinen Tipps kannst Du Dein eigenes Qi schnell und effektiv erhöhen und Dich selbst von der aktuellen Pechsträhne befreien!

Ich wünsche Dir viel Glück, Erfolg, Kraft und Energie!

Christine Kronshage
Dein Energie Coach

P.S. Noch mehr Tipps gefällig? Abonniere doch meine "Denkanstöße", dann bist Du immer auf dem neuesten Stand.