

## Besser schlafen mit Feng Shui

Alles, was uns umgibt, geht Hand in Hand mit unserem Denken. Jeder Mensch hat seine eigene Energie. Jeder ist etwas ganz Besonderes. Nach dem Geburtsdatum lässt es sich herausfinden, welche Schlafräume und Ausrichtungen des Bettes speziell für Sie am besten sind. Wer sich stundenlang im Bett von einer Seite zur anderen herumgewälzt, fühlt sich am nächsten Tag wie gerädert und hat nicht genügend Energie für die Aufgaben des Tages.

Schlafstörungen können vielfältige Gründe haben. Natürlich kann es auch daran liegen, dass Sie zu spät essen und aufregende Fernsehsendungen geschaut haben. Treten die Schlafstörungen regelmäßig auf, so suchen Sie den Arzt auf. Medikamente sind aber keine Dauerlösung. Die Ursache von Schlafstörungen können auch auf der Ebene des Raumes liegen. Genau an diesem Punkt setzt auch Feng Shui an. Wir verbringen etwa ein Drittel unserer Lebenszeit im Schlafzimmer. Deshalb sollte das Schlafzimmer ein Ort der Erholung und Regeneration sein. Die Feng Shui Regeln besagen, dass der Raum einen Yin- einen beruhigenden Charakter haben sollte. Gedämpftes Licht, kühlere Temperaturen, sanfte Formen und gedeckte Farben. Jede Art von Unterhaltungs- und Kommunikationsmedien, wie Fernseher, Musikanlagen und Computer, haben in einem Schlafzimmer nichts zu suchen.



Die Energie des Raumes wird im starken Maße durch die Energie der Umgebung bestimmt. Glatte Wände, wenig Möbel und kühle Farben sind im Allgemeinen empfehlenswert. Schlafen Sie nicht unter Balken oder umgeben mit Spiegelschränken. Der Schlafplatz selbst muss natürlich frei von Störeinflüssen wie Wasseradern oder Kreuzungspunkten von Gitternetz zonen sein. Diese Gitternetz zonen, Cyrrynetz, Kubische Senker und Globalnetz gitter, lassen sich mit der Rute feststellen. Eine Beratung kann natürlich dazu beitragen Ihre Schlafprobleme zu lösen. In meiner über 20jährigen Praxis habe ich schon vielen Klienten geholfen. Was Sie selbst beachten können:

Hier auf einen Blick:

Benutzen Sie keinen Radiowecker!

Schlafen Sie nicht mit Bettüberbauten!

Machen Sie das Handy und Telefon aus und nehmen Sie diese am besten gar nicht mit ins Schlafzimmer.

Wählen Sie Farben, die beruhigen.

Eine genauere Farbanalyse ergibt sich aus Ihrem Geburtsdatum.

Ein Mensch, der sein Schlafzimmer vollgestopft hat, trägt mit diesem Umfeld ebenso wenig zu einem guten Schlaf bei. Eine Klientin von mir hatte ihre Nähmaschine, ihren Computerplatz und die Körbe mit gebrauchter Wäsche im Schlafzimmer! Als sie alles entfernt hatte, schlief sie wesentlich besser. Ihr Schlafplatz wurde von Störfeldern bereinigt und das Bett neu positioniert. Manchmal kann aber auch ein

Zimmerwechsel dazu beitragen gesund und erholt zu schlafen.

Ich wünsche Ihnen einen guten Schlaf und viel Energie für Ihr Leben!

Ihre Olivia Moogk



## **Aktuell:**

Unser Unternehmen wurde als **STARKE MARKE** in der Sonderedition IMAGE ausgewählt.

Lesen Sie mehr über uns im Orhideal IMAGE Februar Ausgabe 2014

<http://www.orphideal-image.com/magazin/aktuelle-ausgabe.html>

Schauen Sie gern auch auf meinen YouTube-Kanal „Olivia Moogk“.

[http://www.youtube.com/results?search\\_query=olivia%20moogk&sm=3](http://www.youtube.com/results?search_query=olivia%20moogk&sm=3)

## **Vorträge/Termine**

### **BERATERAUSBILDUNG**

13. bis 14. September 2014; Kurs 1

11. bis 12. Oktober 2014; Kurs 2

25. bis 26. Oktober 2014; Kurs 3

15. bis 16. November 2014; Kurs 4

06. bis 07. Dezember 2014; Kurs 5

23. bis 25. Januar 2015; Kurs 6

Anmeldung per Email an [Info@olivia-moogk.de](mailto:Info@olivia-moogk.de)

### **MASTERAUSBILDUNG**

21. bis 25.05.2014; Taunus Hotel Hofgut Georgenthal

Anmeldung per Email an [Info@olivia-moogk.de](mailto:Info@olivia-moogk.de)

### **MESSE**

#### **Unterschleißheimer Gewerbeausstellung**

**02. bis 04. Mai 2014**

Eintritt frei

#### **Öffnungszeiten**

02.05.2014: 15:00 Uhr bis 19:00 Uhr

03.05.2014: 10:00 Uhr bis 19:00 Uhr

04.05.2014: 10:00 Uhr bis 18:00 Uhr

#### **Ort**

Ballhausforum Unterschleißheim

## **VORTRÄGE**

**Fr. 14.03. - Sa. 15.03.2014**

**Seminar; im Kloster Neustift, Vahn/Südtirol  
"Bauen und Sanieren mit Feng Shui"**

Überall um uns herum ist das Chi gegenwärtig. Es ist pure Lebensenergie, treibt und beherrscht Wind (Feng) und Wasser (Shui), kann gelenkt und an bestimmten Ort konzentriert werden. Feng Shui ist deshalb beim Hausbau oder Umbau nicht mehr wegzudenken.

(mehr Info's dazu finden Sie auf dieser Seite unter unter "Interessantes")

Anmeldung über:

Energie&Bildung

Dipl.-Ing. Thomas Königstein - Festerbachstrasse 16 - D-65329 Hohenstein

Tel. +49-(0)6120-508380 - mobil +49-(0)1573-8476310

info@energie-bildung.de - www.energie-bildung.de

**Do. 24.04.2014**

**"Wohnen und Einrichten mit Feng Shui für mehr Kraft und Energie"**

Praxis Kleinhenz

Klingenweg 2a, 65396 Walluf

Beginn: 19:00 Uhr

**29.05.2014**

**"Gartenträume 2014"**

**Überherrn bei Saarloui**

29.05-01.06.2014

Freiluftmesse auf dem Linslerhof

Vorträge, Informations.- u Verkaufsstand täglich.

Mehr Informationen im Netz auch unter [www.gartentraeume.com](http://www.gartentraeume.com)

**26.06.2014**

**Mehr Energie fürs Leben - sofort**

**Kaiserslautern**

Lernen Sie kennen, was Sie persönlich wirklich stärkt oder schwächt. Ihr Raum kann Energie entziehen oder geben. Erfahren Sie, was Sie schon immer wissen wollten, um Ihr Leben energiereicher denn je zu gestalten.

Vortrag von 14:00 Uhr bis 16:30 Uhr, Trippstadter Straße 1, 67655

Kaiserslautern

**07.10.2014**

**Mehr Energie fürs Leben - sofort**

**Bad Schwalbach**

Lernen Sie kennen, was Sie persönlich wirklich stärkt oder schwächt. Ihr Raum kann Energie entziehen oder geben. Erfahren Sie, was Sie schon immer

wissen wollten, um Ihr Leben energiereicher denn je zu gestalten.

Vortrag am Dienstagabend von 19.00 Uhr bis 20.30 Uhr im historischen Alleesaal, Am Kurpark 1, 65307 Bad Schwalbach.

Eine Initiative in Kooperation mit dem Kneipp-Verein Bad Schwalbach e.V., der Staatsbad Bad Schwalbach GmbH und der Helios Klinik Bad Schwalbach.  
Keine Anmeldung notwendig. Freier Eintritt



Mein Buchtipps für Sie:

"Feng Shui und Naturmedizin"

