



# Leseprobe

Thomas Fröhling, Katrin Martin-Fröhling

**Wohnen mit Feng Shui**  
Das Praxisbuch für  
Einsteiger

---

Bestellen Sie mit einem Klick für 9,00 €



---

Seiten: 192

Erscheinungstermin: 01. Januar 2001

Mehr Informationen zum Buch gibt es auf

[www.penguinrandomhouse.de](http://www.penguinrandomhouse.de)

## Inhalte

- Buch lesen
- Mehr zum Autor

## Zum Buch

---

Nach der uralten chinesischen Harmonielehre Feng Shui wirkt sich unser Wohnumfeld direkt auf Wohlbefinden, Gesundheit und Erfolg aus. Durch eine optimale Gestaltung können die Energieströme in der Wohnung positiv beeinflusst werden. Dabei hilft dieser Ratgeber: mit vielen praktischen Einrichtungsbeispielen, konkreten Verbesserungsvorschlägen und schönen Deko-Ideen für zu Hause und für das Büro.



### Autor

## Thomas Fröhling, Katrin Martin-Fröhling

---

Thomas Fröhling und Katrin Martin-Fröhling gründeten 1998 nach einem umfassenden Studium, auch in Asien, das Deutsche Feng Shui Institut (DFSI). Sie zählen zu den wenigen auch international renommierten Unternehmensberatern im Bereich Feng Shui (Klienten sind unter anderem die Lufthansa, die Werbeagentur „Publicis“ und „Real Estate“, sowie der Formel-1-Fahrer Nick Heidfeld), sie sind als Autoren und Dozenten im deutschsprachigen Raum tätig.

Neben ihren Beratungen, die sie nicht nur im Westen ausüben, sondern die sie auch auf die Philippinen und bis nach China führen, den Feng Shui-Hochburgen dieser Welt, liegt beiden die

## *Buch*

Nach der uralten chinesischen Harmonielehre Feng Shui wirkt sich unser Umfeld auf Wohlgefühl, Gesundheit und Erfolg aus. Ob positiv oder negativ, hängt von den Energieströmen ab. Wohnen nach den Regeln des Feng Shui bedeutet Leben im Einklang mit den Gesetzen der

Natur, das Miteinander von Funktion und Ästhetik.

Dieses Praxisbuch für Einsteiger hilft, die eigene Wohnsituation zu erkennen und zu verbessern: individuell und leicht nachvollziehbar. Mithilfe des Bagua können Sie Ihr Wohn- und Arbeitsumfeld gezielt behandeln. Darüber hinaus machen die Autoren mit den Grundregeln des Feng Shui bekannt und erklären, welchem Element der Leser nach der Lehre des Feng Shui zugeordnet ist.

## *Autoren*

Katrin Martin-Fröhling und Thomas Fröhling gründeten 1999 das Deutsche Feng Shui Institut. Sie gehören zu den wenigen Beratern und Ausbildern in Deutschland, die ihre Erfahrung in erfolgreichen Büchern niedergeschrieben haben. Mit ihrem Institut haben sie es sich zur Aufgabe gemacht, die grundlegenden Harmoniegesetze des Feng Shui in unsere abendländische Kultur zu übertragen ohne sie zu verwässern. Katrin Martin-Fröhling und Thomas Fröhling bilden Architekten, Bauunternehmer, Gartenplaner sowie Quereinsteiger aus. Regelmäßig werden sie u.a. von Architektenkammern oder der Möbelbranche zu Fachschulungen eingeladen und geben Managementseminare. Sie analysieren im gesamten deutschsprachigen Raum Firmen und Privathaushalte und beraten bei Um- und Neubauten. Zu ihrem Kundenkreis zählen Unternehmensberater ebenso wie Banken, Hotels und Gaststätten.

*Von den Autoren außerdem im Programm*

Feng Shui heute (16567)

Der Feng-Shui-Berater (16693)

Thomas Fröhling  
Katrin Martin-Fröhling

# **Wohnen mit Feng Shui**

Das Praxisbuch für Einsteiger

GOLDMANN

### *Wichtiger Hinweis*

Dieses Buch für Einsteiger präsentiert eine vereinfachte Form des Feng Shui, die für unseren Lebensraum leichter nachvollziehbar ist als die sehr komplexe chinesische Feng-Shui-Lehre. Die im Buch gezeigten Vorschläge erheben keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Sie sollen beispielhaft Anregungen geben, wie Sie Ihr Wohnumfeld verbessern können. Dennoch können weder die Autoren noch der Verlag die Wirksamkeit der Maßnahmen garantieren.

Sollte diese Publikation Links auf Webseiten Dritter enthalten, so übernehmen wir für deren Inhalte keine Haftung, da wir uns diese nicht zu eigen machen, sondern lediglich auf deren Stand zum Zeitpunkt der Erstveröffentlichung verweisen.



Penguin Random House Verlagsgruppe FSC® N001967

13. Auflage

Vollständig überarbeitete Taschenbuchausgabe Februar 2012

Wilhelm Goldmann Verlag, München,

in der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH,

Neumarkter Str. 28, 81673 München

© 2000 Mosaik Verlag, München

© 2003 Wilhelm Goldmann Verlag,

in der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH

Umschlaggestaltung: Uno Werbeagentur, München

Umschlagfoto: Getty Images/Junshi Nakamichi

Umschlagillustration: Deutsches Feng Shui Institut, DFSI

Illustrationen: Deutsches Feng Shui Institut, DFSI

Satz: Uhl + Massopust, Aalen

Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck

CH · Herstellung: IH

Printed in Germany

ISBN 978-3-442-16319-9

[www.goldmann-verlag.de](http://www.goldmann-verlag.de)

Besuchen Sie den Goldmann Verlag im Netz



# Inhalt

Vorwort. . . . .	9
<b>Feng Shui gestern und heute</b> . . . . .	11
Energiestraßen und Kraftorte . . . . .	12
Wie Feng Shui Ihr Leben verändern kann . . . . .	14
<b>Was Sie über Feng Shui wissen müssen</b> . . . . .	17
Das Chi – die Lebensenergie . . . . .	19
Das Sha – die fehlgelenkte Energie . . . . .	21
Yin und Yang – der Rhythmus des Lebens. . . . .	25
Yin und Yang im westlichen Feng Shui . . . . .	28
Die Fünf Elemente . . . . .	30
Die Beziehungen der Elemente im Schöpfungs- und Kontrollzyklus . . . . .	31
Die Fünf-Elemente-Lehre in der Feng-Shui-Praxis . .	42
Das persönliche Feng Shui . . . . .	44
Die Zahlen des Feng Shui . . . . .	61
<b>Das Bagua</b> . . . . .	69
Die Bereiche des Bagua. . . . .	76
Beruf & Karriere . . . . .	76

Wissen & Weisheit . . . . .	78
Familie, Gesundheit & Vitalität . . . . .	80
Fülle & Reichtum . . . . .	82
Ruhm & Anerkennung . . . . .	84
Beziehung & Partnerschaft . . . . .	86
Kinder & Kreativität . . . . .	88
Hilfreiche Freunde & Mentoren . . . . .	90
Tai Chi – die Mitte . . . . .	92

**Zwei Bagua-Methoden – Hintergrund**

<b>und Wirkungsweise.</b> . . . . .	97
Das Kompass-Bagua . . . . .	98
Das Drei-Türen-Bagua . . . . .	101

<b>Die Praxis des Feng Shui</b> . . . . .	105
Schritt 1 – Die Grundrissharmonisierung . . . . .	106
Schritt 2 – Die Übertragung der Bagua-Bereiche auf den Grundriss . . . . .	108

<b>Praxisleitfaden: Prioritäten im Feng Shui</b> . . . . .	117
A: Energiefluss beachten . . . . .	118
B: Balance herstellen . . . . .	119
C: Welchen Raum haben Ihre Lebenswünsche? . . . .	120
Aufräumen, Harmonisieren & Aktivieren – 3 Schritte der Feng Shui-Arbeit . . . . .	122
Finden Sie Ihren Kernwunsch . . . . .	123

---

<b>Die Umgebung</b> . . . . .	125
Ihr individueller Lehnstuhl . . . . .	126
Das Grundstück . . . . .	127
Das Überprüfen des Hauses . . . . .	130
Heimharmonisierung von Zimmer zu Zimmer . . . . .	134
Problembereiche im Feng Shui . . . . .	145
<b>Feng-Shui-Hilfsmittel</b> . . . . .	153
Das Haus-Mandala . . . . .	155
Kristalle. . . . .	156
Spiegel . . . . .	158
Blumen und Pflanzen . . . . .	159
Bilder . . . . .	163
Edelsteine und Mineralien. . . . .	163
Wasser. . . . .	164
Räuchern. . . . .	165
Licht . . . . .	167
Farben. . . . .	169
Düfte . . . . .	170
<b>Der Feng-Shui-Fragebogen</b> . . . . .	171
Nachwort . . . . .	177
Leserservice. . . . .	181
Register. . . . .	185

## Vorwort

Kennen Sie das nicht auch? Man betritt ein Haus, eine Wohnung oder ein Zimmer und fühlt sich rundum wohl und glücklich. Ähnliches erleben wir an bestimmten Orten, in gewissen Landschaften, speziellen Ländern. Auch Arbeitsplätze üben auf uns unterschiedliche Wirkungen aus; und nicht zuletzt auch Menschen, mit denen wir zusammenleben und -arbeiten. Sogar ein Hausputz oder das Umstellen von Möbeln können sich auf unser Wohlbefinden auswirken. Unsere Umwelt beeinflusst uns, und im Gegenzug beeinflussen wir unsere Umwelt.

Diese Wechselwirkung haben die Chinesen schon Tausende von Jahren vor uns erkannt und eine allumfassende Harmonielehre geschaffen, die sie schlicht »Feng Shui«, Wind und Wasser, nannten. Wir würden die Philosophie, die dahintersteckt, vielleicht vielfältiger ausdrücken: Feng Shui ist Leben im Einklang mit den Naturkräften und gesunder Menschenverstand, Sinn für Schönheit und Ästhetik sowie für Ordnung und Funktionalität.

Dieser Ratgeber hilft Ihnen, Wohnsituationen zu erkennen und neu zu bewerten. Und das hat eine größere Bedeutung, als Sie vielleicht auf Anhieb annehmen! Denn wir alle sind ja nicht so auf die Welt gekommen, wie wir heute sind. Wie wir alle wissen, werden wir durch unsere Eltern, Geschwister, Lehrer und andere Menschen beeinflusst. Was wir aber häufig vergessen: Ebenso prägt uns die Landschaft, in der wir leben, das Haus, in dem wir wohnen. Menschen und Landschaften sind, wie sie sind – aber unser Heim können wir so umgestalten, dass es uns dabei unterstützt, der zu werden, der wir sein wollen.



*Die chinesischen Schriftzeichen für Wind (links) und Wasser (rechts).*

## Feng Shui gestern und heute

Um die Lehre Feng Shui zu verstehen, sollten wir erst einmal in das Denken und Fühlen der alten Chinesen eintauchen. Die Menschen im Reich der Mitte glaubten, dass unsere Erde ein atmender Organismus ist. Er verfügt über Lebensenergie, die ihn durchzieht und seine Funktionen und Reaktionen reguliert. Diese Vorstellung wurde von westlichen Wissenschaftlern stets belächelt. Inzwischen aber haben sich die Ansichten geändert. Im Jahr 1974 traten der englische Chemiker James Lovelock und die amerikanische Mikrobiologin Lynn Margulis mit ihrer »Gaia«-Theorie an die Öffentlichkeit. Grundlage ihrer These war, kurz gesagt, dass unser Planet mit seinen verschiedenen Ökosystemen auf aktive Weise reguliert wird – und daher als etwas Lebendiges zu betrachten sei. Feng Shui ist also seit Urzeiten mit und in uns.

## Energiestraßen und Kraftorte

Gehen wir weit zurück in der Geschichte unseres blauen Planeten. Vor Millionen von Jahren existierte der Mensch noch nicht. Aber Straßen hat es dennoch gegeben. Es waren die Trampelpfade von Tieren, die stets instinktiv die besten und sichersten Wege durch die dichten Wälder, in denen sie jagten, zu den Flüssen fanden, aus denen sie tranken. In späteren Jahren folgten die ersten Menschen denselben Wegen. Und vor 2000 Jahren war dann in China Feng Shui (damals noch Kanyu genannt) längst eine Lehre, die von der Bevölkerung anerkannt wurde, während auf der anderen Seite der Erdkugel die Römer feste Straßen bauten. Und zwar auf ebenden Routen, die auch schon die Urmenschen genommen hatten und aus denen später zum Beispiel auch Handelsstraßen entstanden. Die Straßen und Wege, die die Chinesen und Römer vor uralter Zeit anlegten, sind auf den »Energiebahnen« der Erde gebaut. Und hier lässt sich gut reisen und wohnen.

Entlang dieser Urstraßen findet man heute Reste alter Tempel, die wiederum dort errichtet wurden, wo sich bereits Tiere bevorzugt zur Nacht niederließen, und die Urmenschen ihren Naturgöttern Opfer darbrachten. Auch wir Menschen von heute fühlen uns an diesen Orten besonders wohl, und die Wissenschaft weiß inzwischen auch, warum: Überall, wo sich Kultplätze häufen, liegt eine hohe

Konzentration negativ geladener Ionen in der Luft, die, wie Mediziner wissen, die roten Blutkörperchen stimulieren und uns munter machen.

In uns Westeuropäern steckt noch sehr viel vom »alten Adam«. Nur vertrauen wir zu selten unseren Instinkten und der Intuition. Sie wurden zugedeckt von den scheinbaren Notwendigkeiten unserer Zeit. Besonders deutlich wird das auch beim Thema unseres Buches: dem Wohnen. Einer der maßgeblichen abendländischen Architekten des 20. Jahrhunderts, Le Corbusier, hat einmal geschrieben: »Das Haus ist eine Maschine zum Wohnen.« Und genauso wurde und wird noch heute oft gebaut. Nur erleben wir immer wieder, dass sich der Mensch in seiner Maschine zum Wohnen augenscheinlich nicht wohl fühlt. Während der Woche nutzt er sein Heim zum Fernsehen und Schlafen, am Wochenende geht es mit dem Auto raus ins Grüne. Den lang ersehnten Urlaub verbringen die meisten anderswo – sei es auf Mallorca oder in der Karibik. Nach Möglichkeit aber nicht in den eigenen vier Wänden. Und da sieht's ja nun beinahe so aus, als wären viele von uns auf der ständigen Flucht vor ihrem Heim.

Wer Feng Shui praktiziert, findet wieder zurück zu seinen Wurzeln. Er lernt im Einklang mit der Natur und seiner Umgebung zu leben, hört mehr auf seine Intuition und seinen gesunden Menschenverstand. Er entdeckt tiefere Zu-

