



# FENG SHUI MINI GUIDE

IN 7 SCHRITTEN ZU MEHR  
FLOW, KLARHEIT UND  
LEICHTIGKEIT IN DEINEM  
ZUHAUSE

BY KRISTIN ALTENHOF  
[WWW.KRISTINALTENHOF.DE](http://WWW.KRISTINALTENHOF.DE)

# ES DARF LEICHT SEIN !

Hallo und wie schön, dich hier mit dem  
**Feng Shui Guide** begrüßen zu dürfen.

In 7 Schritten lade ich dich auf den folgenden Seiten ein,  
mehr Flow, Klarheit und Leichtigkeit in dein Zuhause zu  
bringen.

Feng Shui in dein Zuhause zu integrieren kann sehr einfach  
sein, wenn du mit den Grundlagen beginnst und dich dann  
Stück für Stück zu den tieferen Ebenen des Feng Shui hin  
bewegst.

Die wichtigsten Grundlagen des Feng Shui sind für dich einfach  
umzusetzen und können bereits viel Positives in deinem Leben  
bewirken.

Mit den folgenden 7 Schritten wirst du mehr Leichtigkeit in  
dein Zuhause und das Qi in den Fluss bringen. Du wirst spüren,  
wie es sich anfühlt, wenn die Lebensenergie in den Räumen  
und auch du mehr mit dem Fluss des Lebens fließen kannst.

Ich wünsche dir von Herzen viel Freude beim Lesen und  
Umsetzen!

**DEINE KRISTIN**





## **ENTRÜMPELN & AUSSORTIEREN DAMIT FENG SHUI WIRKEN KANN**

Es mag so banal und einfach klingen aber doch ist Entrümpeln und Aussortieren ein essentieller Schritt, den häufig viele vernachlässigen. Zeugs und ungenutzter Krams bedeuten eine stockende Lebensenergie und diese verlangsamt den Fluss des Lebens. Also lasse die Dinge in deinem Zuhause los, die du nicht liebst, nicht brauchst und nicht benutzt und bringe mehr Leichtigkeit in deine Räume.



## **BRINGE DIE ENERGIE IN DEN FLUSS**

Nachdem du bereits ganz viel losgelassen und Freiraum geschaffen hast, schauen wir uns nun die Gestaltung der Räume genauer an. Die Frage ist hier, ob das Qi in deinen Räumen frei fließen kann? Betrachte dabei folgende Dinge:

1. Ist der Mittelpunkt deiner Wohnung / deines Hauses frei und offen?
2. Ist der Mittelpunkt der einzelnen Räume frei und offen?
3. Lassen sich die Türen vollständig öffnen - insbesondere die Haus- bzw. / Wohnungstür ?



## **SORGE FÜR GUTE LUFT UND PASSENDES LICHT**

Diese beiden Elemente sind wesentlich für gutes Feng Shui in den Räumen. Du kennst es sicher auch, wie ungünstig sich die Energie in einem Raum mit schlechter Luft oder unnatürlichem Licht anfühlt.

Dabei ist es ganz leicht Positives zu bewirken. Also öffne unbedingt häufiger die Fenster und lasse frische Luft und Energie in deine Räume.

Raumsprays mit natürlichen ätherischen Ölen bringen zudem eine ganz eigene Energie mit und unterstützen dich entweder in der Aktivität oder in der Ruhe.

Erlaube außerdem natürlichem Licht den Zutritt zu deinen Räumen. Überlege also genau, ob und wo du z.B. Vorhänge benötigst oder an welchen Stellen du deine Fensterflächen freier gestalten kannst.

“

**WIE INNEN, SO AUSSEN  
WIE AUSSEN, SO INNEN**





## **BRINGE SCHÖNHEIT IN DEINE RÄUME**

Für mich bedeutet Schönheit keineswegs, dass Wohnräume perfekt dekoriert oder den neuesten Trends der Wohnzeitschriften entsprechen sollten. Absolut nicht. Vielmehr geht es darum, dass du für dich definierst, was Schönheit bedeutet und wie du diese Schönheit auf deine Bedürfnisse abgestimmt in deine Wohnräume integrieren kannst. Weniger bedeutet da oft mehr und bringt deine wirklichen Lieblingsstücke viel besser zur Geltung.



## **SAGE JA ZU (NOCH) MEHR QI IN DEINEM ZUHAUSE**

Qi - die Lebensenergie - kannst du dir vorstellen wie ein kleines Kind. Es folgt der Schönheit und dem Licht während es sich gleichzeitig von dunklen und ungemütlichen Ecken fern hält. Schau dich einmal in deinen Räumen um? Fühlt sich das Qi bei dir willkommen? Du kannst das Qi zu dir einladen, indem du schöne Anziehungspunkte schaffst. Dies können Blumen, Farben oder Bilder und vieles mehr sein.



## **ERHÖHE DIE ENERGIEFREQUENZ IN DEINEN RÄUMEN**

In der Welt der Energie ist alles verbunden und im Fluss, also hast auch du die Möglichkeit die Energie in deinem Zuhause leicht und vital zu gestalten und anzuheben.

Meine Tipps für mehr Energie in deinen Räumen:

1. Lieblingsmusik anmachen und durch die Räume tanzen
2. ein guter Duft in den Räumen und frische Luft (s. Schritt 3)
3. viel häufiger aus vollem Herzen lachen
4. dein Herz öffnen für noch mehr Liebe...



## **LOVE YOUR HOME**

Dein Zuhause ist deine dritte Haut, die dich umgibt und schützt. Deine Räume geben dir Raum für Wachstum und persönlicher Entfaltung und dafür haben sie deine Liebe verdient. Häufig verlieren wir diesen Blick und sehen dies als selbstverständlich an, dabei hat jedes Zuhause eine Seele und wenn wir ihm Aufmerksamkeit und Liebe schenken, werden wir dies auch zurückbekommen. Also frage dich, wie kannst du deinem Zuhause mehr Liebe und Wertschätzung schenken?

.....

Und nun wünsche ich dir viel Freude beim Umsetzen der  
7 Schritte für mehr Flow, Klarheit und Leichtigkeit in deinem  
Zuhause.

Teile deine Erkenntnisse und Erfahrungen auch gern mit mir  
bei Instagram und verlinke mich @kristinaltenhof .

Du möchtest noch tiefer in das Thema Feng Shui einsteigen  
und das Energielpotential deiner Wohnräume mit mir  
zusammen erhöhen. Dann melde dich unbedingt bei mir!  
Gern berate ich dich persönlich.

Ich freue mich auf dich!

**DEINE KRISTIN**



Created by Kristin Altenhof  
Imperial Feng Shui Consultant  
hallo@kristinaltenhof.de  
www.kristinaltenhof.de