

So veränderte FENG-SHUI mein Leben



Wieder glücklich: Andrea Schmidt

Andrea: Endlich schlafe ich wieder

Andrea, 52, hatte große Probleme einzuschlafen. Nicht nur das, sie wachte regelmäßig um 5.00 Uhr morgens auf, und jedesmal fiel es ihr schwer, weiter zuschlafen. Wenn sie schlief, war es ein leichter Schlaf, nie tief genug, um sich anderentags erfrischt zu fühlen. Alle Versuche besser einzuschlafen, wie z.B. Kräutertee zu trinken oder eine Kassette zum Relaxen anzuhören, schlugen fehl. Feng-Shui-Experte Mark Sakautzky fand die Lösung: Die Ausrichtung von Andreas Bett – hier lag das erste Problem. Sie lag mit dem Kopf in einer unglücklichen Yang-Position, die pausenlos Gedanken aktivierte (Unruhe!) Ausserdem vermittelte der Raum eine Atmosphäre, in der sich Andrea nicht wohl und geborgen fühlte. Andreas Bett wurde mit dem Kopfende im Norden platziert, um ruhigere Energien zu empfangen. Über Andreas Geburtsdatum kalkulierte Mark, dass erdige Farben auf Andrea sehr beruhigend wirken. Die Vorhänge in Creme, geben dem Raum Weichheit. Die Bilder an der Nord-Ost-Wand haben meditativen Charakter (z.B. ein beruhigendes Bergmotiv). Ein hängender Berg-Kristall im Fenster hält aufbauende Energien im Schlafbereich. Fernseher und Video wurden aus dem Schlafzimmer genommen, um gesundheitsschädlichen Elektrosmog zu reduzieren. Andrea über das Ergebnis: „Ich war überrascht. Kaum war mein Schlafzimmer umgestaltet, konnte ich endlich wieder durchschlafen und freute mich nach dem Aufwachen auf den neuen Tag!



Feng-Shui-Berater Mark Sakautzky

*) www.fengshui-spirit.de; Fotos: New Eyes, Privat

ORGANISIERE DEIN LEBEN

1. **Bewusst leben** Nehmen Sie sich jeden Morgen eine halbe Stunde Zeit, in der Sie sich auf den Tag einstellen: mit Lektüre, beruhigender Musik oder einigen Gymnastikübungen.
2. **Alles zu seiner Zeit** Vermeiden Sie es, sich mit zwei oder mehr Dingen gleichzeitig zu beschäftigen. Sie können sich auf nichts richtig konzentrieren, werden hektisch und unzufrieden.
3. **Trauen Sie sich** Sagen Sie nicht: „Das kann ich nicht“, ehe Sie es nicht wirklich versucht haben. Und wenn's nicht gleich gelingt: Es ist noch kein Meister vom Himmel gefallen!
4. **Positiv denken** Spielen Sie innerlich das „StoppSpiel“: Sagen Sie innerlich „Stopp“, wenn Sie mal wieder alles schwarz malen. Denken Sie an etwas Schönes!
5. **Glück planen** Nehmen Sie sich jeden Tag drei Dinge vor, die Ihnen Spaß machen!
6. **Tag-Träume** Nutzen Sie Ihre Phantasie, um sich Ihr Leben so auszumalen, wie Sie es gerne leben möchten. Wenn Sie es täglich üben, gelingt es eines Tages von selbst.

GEWINNEN SIE: ECHTE GLÜCKSCHEINE & tolle Glücksbringer



500 Euro BARGELD!!!
5x100 €



Ihr persönlicher **GLÜCKSTEIN** von Bijou Brigitte wartet auf Sie. Wir verlosen zu den Tierkreiszeichen Glücksbringer. Bitte Ihr Sternzeichen angeben!

FENG-SHUI-BETTWÄSCHE von Matheis. Bitte geben Sie Ihr Geburtsjahr an!

So geht's: Beantworten Sie zuerst unsere Quizfrage und tragen Sie das Lösungswort unten ein.

QUIZ-FRAGE: Welcher Glückstein wird dem Sternzeichen Zwillinge zugerechnet?

Rufen Sie dann unsere Hotline-Nummer an. Geben Sie das richtige Lösungswort an – schon nehmen Sie an der Auslosung teil. Aber auch Ihre Post erreicht uns. Schicken Sie eine frankierte und adressierte Postkarte an: Redaktion **mach mal Pause**, Kennwort: Glücksbringer, 20694 Hamburg

Hotline 0190/15 06 60
*convidis € 0,62/Min.

LÖSUNGSWORT:

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---