

DORINA INSALACO



Feng Shui Quickstart

RÄUME, DIE DICH SOFORT STÄRKEN

Dein Raum wirkt immer

Er beeinflusst dich – ob du es merkst oder nicht. Er kann dich stärken, dir Geborgenheit und Energie schenken. Oder er kann dich schwächen, dich müde machen und dir Kraft rauben.

Feng Shui ist die Kunst, Räume so zu gestalten, dass sie dich unterstützen.

Fang heute noch an, kleine Veränderungen vorzunehmen und du wirst merken, wie sich deine Energie, dein Wohlbefinden und sogar deine Erfolge verändern.



Hallo, ich bin Dorina,
Feng Shui Beraterin – und ich
freue mich, dass du hier bist.

Dieses Workbook ist dein Raum.
Ein Ort, der dich einlädt, dich
selbst wieder bewusst zu
spüren, neue Kraft zu tanken
und dich mit deinem Ursprung –
der Natur – zu verbinden.

Ich glaube daran, dass Räume
heilig sein können. Orte, die
dich schützen, nähren und dir
erlauben, ganz du selbst zu
sein. Mit den Impulsen in
diesem Workbook möchte ich
dich begleiten, genau solch
einen Raum für dich zu
erschaffen.

Lass uns gemeinsam starten.





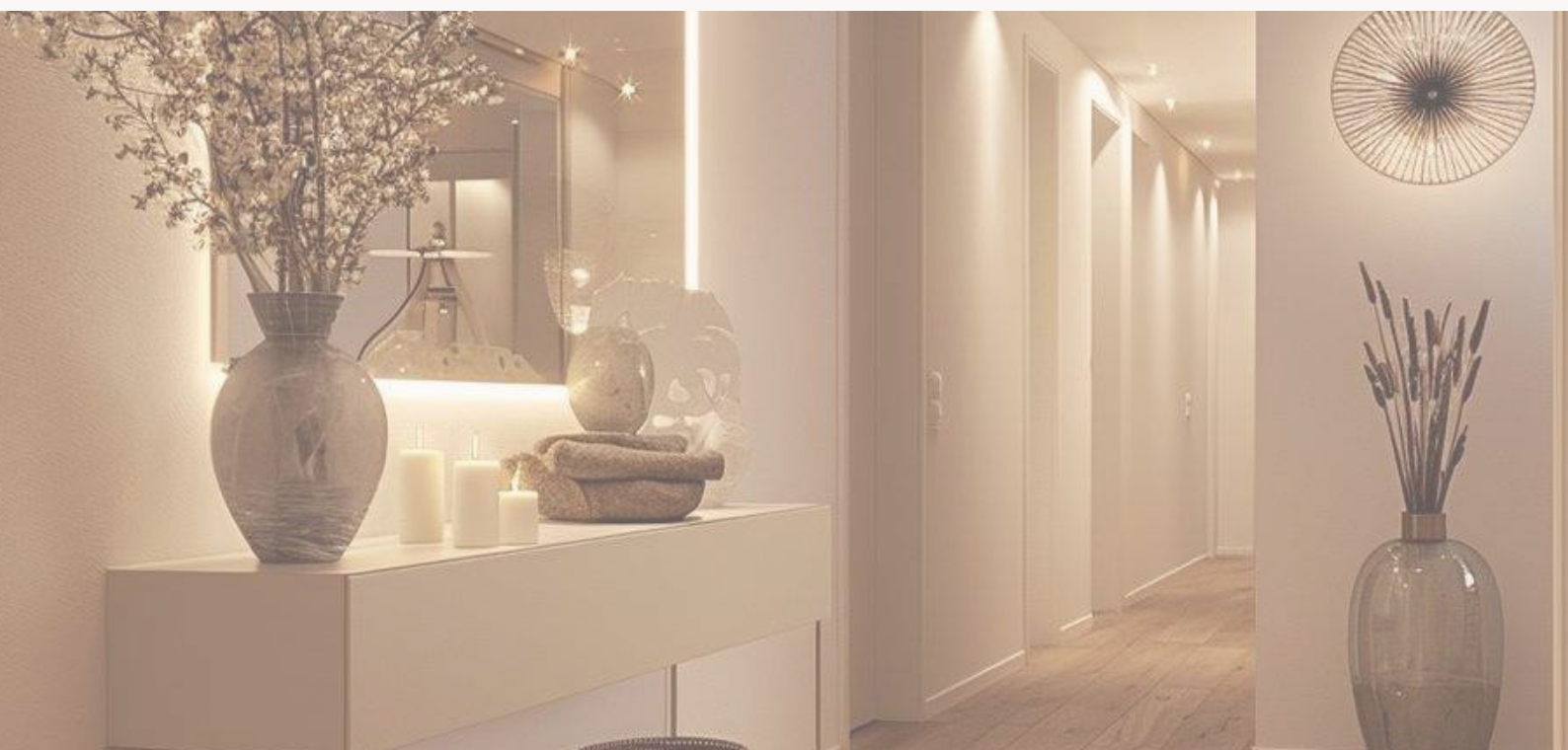
Kapitel 01 – Der erste Schritt: Entrümpeln mit Herz

Chaos im Außen ist oft ein Spiegel für Chaos im Innen.

Doch Entrümpeln bedeutet nicht, alles wegzuwerfen, sondern es bedeutet, Platz für Neues zu schaffen.

Tipp:

Räume in kleinen Etappen auf. Schon 10 Minuten täglich können dein Zuhause und dein Leben spürbar verändern.



Kapitel 02 – Der Flur: Dein Wegweiser ins Glück

Dein Flur ist der erste Raum, der dich und deine Gäste empfängt.

Er entscheidet, ob Leichtigkeit oder Ballast in dein Zuhause fließt.

Halte ihn hell,
ordentlich und
freundlich.

Keine Schuhberge
oder Kartons direkt
am Eingang.

Jeder Schritt durch deinen Flur ist ein Ankommen – voller Wärme und Geborgenheit.

Kapitel 03 – Das Schlafzimmer: Oase für Liebe & Kraft

Das Schlafzimmer ist nicht nur ein Ort zum Schlafen.

Es ist dein geschützter Raum, deine Quelle für Erholung, Nähe und Liebe.

Hier tankst du Kraft, findest Geborgenheit und stärkst die Verbindung zu dir selbst – und zu deinem Partner.



Gestalte bewusst einen kleinen Bereich in deinem Schlafzimmer, der Liebe und Geborgenheit symbolisiert.

Kapitel 04 – Das Wohnzimmer: Das Herz deines Zuhauses

Das Wohnzimmer ist Raum für Begegnung, Freude und Energie. Schaffe Ecken, die Wärme ausstrahlen, und setze Farben, Pflanzen und Licht bewusst ein, damit Lebensfreude frei fließen kann.



*Stelle das Sofa so, dass du die Tür im Blick hast
(Sicherheitsgefühl).*

*Räume herumliegende Gegenstände weg – damit die
Energie besser fließen kann.*

Bringe Elemente der Natur hinein: Pflanzen, Blumen, Holz.

Kapitel 05 – Das Homeoffice: Raum für Klarheit und Energie

Dein Schreibtisch ist dein Mittelpunkt im Homeoffice. Er ist der Platz, an dem deine Ideen Gestalt annehmen und deine Visionen Wirklichkeit werden.



Rücken an die Wand, Blick in den Raum – so fühlst du dich sicher und kraftvoll. Ein ordentlicher Tisch klärt auch deine Gedanken.

Kapitel 06 – Feng Shui Hacks

1. Halte Eingänge frei und einladend.
2. Räume regelmäßig kleine Ecken auf.
3. Vermeide defekte Geräte oder kaputte Gegenstände.
4. Sorge für ausreichend Licht – besonders Tageslicht.
5. Bringe frische Blumen oder Pflanzen in dein Zuhause.
6. Entferne alles, was dich an Negatives erinnert.
7. Lasse in jedem Raum mindestens eine freie Fläche.
8. Nutze klare Farben: hell für Weite, warm für Geborgenheit.
9. Halte dein Schlafzimmer frei von Arbeit & Technik.
10. Lüfte jeden Tag – frische Luft bringt frische Energie.



Kapitel 07 – Reflexion

Welche Ecke in deinem Zuhause fühlt sich am schwersten an?

Wo in deinem Haus atmest du auf und fühlst dich leicht?

Wie sieht dein Arbeitsplatz aus – und wie spiegelt er deinen Erfolg?

Welche 3 Dinge kannst du heute verändern, damit dein Zuhause dich mehr stärkt?



Notizen:

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Einladung & Abschluss

Mit diesem Workbook hast du einen Quick Start in die Welt des Feng Shui bekommen.

Es sind kleine, einfache Schritte – die sofort wirken.

Wenn du tiefer gehen möchtest, begleite ich dich sehr gerne persönlich:
für dein Zuhause, deinen Neubau oder dein Business.

Besuche mich auf meiner Website:



<https://fengshui-homeoffice.de/>



Dorina



Von Herzen danke ich dir, dass du dir diesen Raum für dich genommen hast.

Es erfüllt mich mit Freude, dich auf deinem Weg ein Stück zu begleiten.

Jeden Moment, den du bewusst gestaltest, jede Ecke, die du mit Liebe füllst, macht dein Leben heller und kraftvoller.

Ich freue mich darauf, dass du deine Räume zu Orten machst, die dein Herz berühren und deine Seele nähren.

Mit Liebe und Energie

Deine

Dorina