

Helen Berliner

*Ihr Zuhause -
ein Zentrum der Kraft*

Spirituelles Wohnen & Design

Ein Handlungsbuch

Verlag Hermann Bauer
Freiburg im Breisgau

Inhalt

Vorwort	9
Danksagung	13
I Den Boden bereiten	
1 Wahrheiten über das Zuhause	17
2 Spirituelles Wohndesign	21
3 Himmel, Erde und der Mensch	24
4 Die vier Himmelsrichtungen	33
5 Die fünf Energiestile	40
6 Das Abc des spirituellen Designs	42
II Raum	
7 Die Macht des Raumes	55
8 Die Dinge sein lassen	61
9 Offenheit	64
10 Illusionen schaffen	72
11 Raum ist positiver Kontext	81
12 Raum und Zeit	86
13 Zentrum ohne Rand	90
14 Dem Raum seinen Platz zuweisen	95
III Klarheit	
15 Die Macht der Klarheit	99
16 Licht	105
17 Fokus und Form	112
18 Den Raum begrenzen	117

19	Reinheit125
20	Einfachheit133
21	Frieden135
22	Den Raum befrieden138
IV	Fülle	
23	Die Macht der Fülle143
24	Wohlstand148
25	Stabilität157
26	Die Energie des Vermehrens162
27	Großzügigkeit168
28	Präsenz171
29	Einfachheit und Pracht175
30	Den Raum bereichern177
V	Wärme	
31	Die Macht der Wärme183
32	Farbe188
33	Leidenschaft, Vergnügen und Spiel196
34	Gastfreundschaft201
35	Harmonie209
36	Eleganz213
37	Dem Raum Anziehungskraft verleihen218
VI	Dynamik	
38	Die Macht der Dynamik223
39	Richtung229
40	Fluß233
41	Arbeit242
42	Schutz247
43	Die Hindernisse auf dem Weg zum Erfolg überwinden253
	Fazit: Alles zusammenbringen	
44	Die Hausdiagnose259
45	Umwelt als Zuhause263

Anmerkungen	273
Anhang A: Die fünf Energiestile	279
Anhang B: Referenzen und weiterführende Literatur	280
Anhang C: Kontemplatives Training	284
Nachweise für Abbildungen und Fotografien	287
Stichwortverzeichnis	290