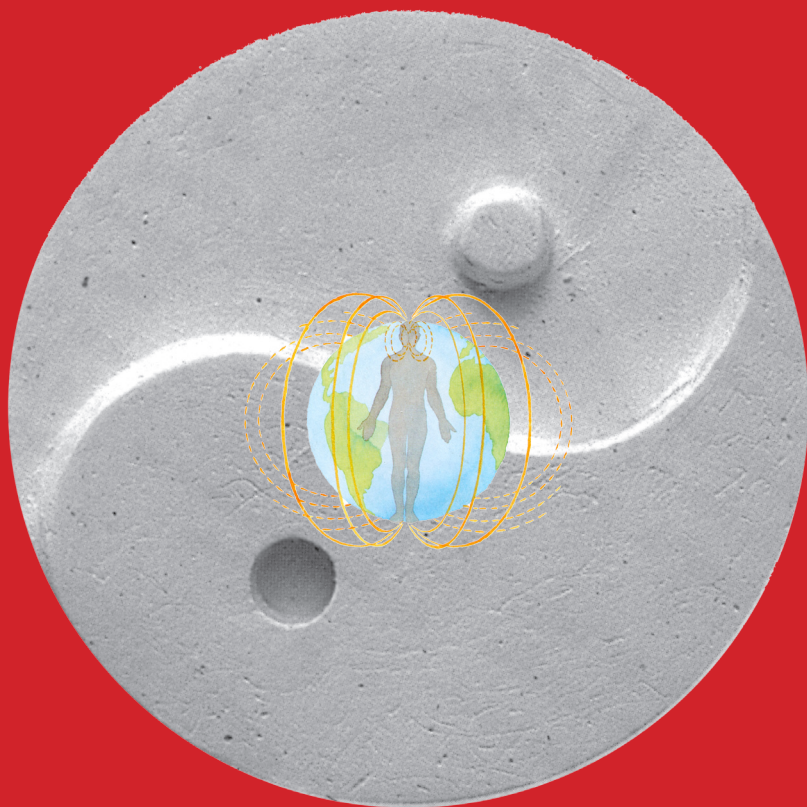


Bedre harmoni og helse med

FENG SHUI



Enkel guide til gammel kinesisk visdom.



OSO MILJØFOND

-til beste for mennesker og naturen

www.osoecofond.com



De gamle vismenn i Kina har bidratt med verdifulle kunnskaper for mennesker og naturen.

Orientering

Feng Shui er en 5000 år gammel lære fra Kina om å skape god energi og harmoni rundt seg. Erfaringer viser bl.a. at husets beliggenhet og dets forskjellige roms kompassretninger har vesentlig innflytelse på beboernes helse og fremgang. De fleste av rådene har innlysende praktisk mening, mens andre er utenfor vår fatteevne. Det er bare å velge: Tro eller ikke på kinesisk visdom. Hftet fremhever noen av de viktigste feng shui-forholdene, hvor selv noen få realisert kan bli til god hjelp for leseren.

Ønsker du hjelp til nybygg eller tilpasse deg eldre hus, står OSO miljøfond til tjeneste.

Grunnlagt på naturlovene

Energien som preger hvert menneske bestemmes av hvordan kraftfeltet i universet er satt sammen på ethvert gitt tidspunkt. Denne forståelsen er selve kjernen i feng shui. Feng shui baserer seg på en dyp forståelse for energimønstrene i universet og deres virkning med å skape balanse mellom Yin og Yang. Ved å ta hensyn til denne balansen kan uhell vendes til hell. Kreftene i harmoni skaper lykke. Feng shui tar hensyn til menneskets fødselsøyeblikk, innflytelsen fra nære og fjerne galakser og de kosmiske rytmene som omgir oss.

Innhold

A	Personlig	side
	Finn ditt KUA-tall og element	4
	Finn dine beste retninger, sektorer og farver	5
B	Hjemmet	
	Omgivelsene, plassering av huset m.m.	6
	Husets form, vinduer m.m.	7
	Inngangspartiet og stuen	8
	Kjøkken og spisestue	9
	Bad, vaskerom og trapper	10
	Soverom og hjemmekontor	11
C	Kontoret	
	Valg av kontor og interiør	12
	Suksessen kan økes med feng shui	13
	Ting som gir god energi	14
	Orden er grunnlaget	15

Ditt personlige KUA-tall

FØDSELS ÅR etter	KUA-tall M K	FØDSELS ÅR etter	KUA-tall M K	FØDSELS ÅR etter	KUA-tall M K	FØDSELS ÅR etter	KUA-tall M K
1930 30/1	7 8	1950 17/2	5 1	1970 6/2	3 3	1990 27/1	1 5
1931 17/2	6 9	1951 6/2	4 2	1971 27/1	2 4	1991 15/2	9 6
1932 6/2	5 1	1952 27/1	3 3	1972 16/2	1 5	1992 4/2	8 7
1933 26/1	2 2	1953 14/2	2 4	1973 3/2	9 6	1993 23/1	7 8
1934 14/2	3 3	1954 3/2	1 5	1974 23/1	8 7	1994 10/2	6 9
1935 4/2	2 4	1955 24/1	9 6	1975 11/2	7 8	1995 31/1	5 1
1936 24/1	1 5	1956 12/2	8 7	1976 31/1	6 9	1996 19/2	4 2
1937 11/2	9 6	1957 31/1	7 8	1977 18/2	5 1	1997 7/2	3 3
1938 31/1	8 7	1958 18/2	6 9	1978 7/2	4 2	1998 28/1	2 4
1939 19/2	7 8	1959 8/2	5 1	1979 28/1	3 3	1999 16/2	1 5
1940 8/2	6 9	1960 28/1	4 2	1980 16/2	2 4	2000 5/2	9 6
1941 27/1	5 1	1961 15/2	3 3	1981 5/2	1 5	2001 24/1	8 7
1942 15/2	4 2	1962 5/2	2 4	1982 25/1	9 6	2002 12/2	7 8
1943 5/2	3 3	1963 25/1	1 5	1983 13/2	8 7	2003 1/2	6 9
1944 25/1	2 4	1964 13/2	9 6	1984 2/2	7 8	2004 22/1	5 1
1945 13/2	1 5	1965 2/2	8 7	1985 20/2	6 9	2005 9/2	4 2
1946 2/2	9 6	1966 21/1	7 8	1986 9/2	5 1	2006 29/1	3 3
1947 22/1	8 7	1967 9/2	6 9	1987 29/1	4 2	2007 18/2	2 4
1948 10/2	7 8	1968 30/1	5 1	1988 17/2	3 3	2008 7/2	1 5
1949 29/1	6 9	1999 17/2	4 2	1989 6/2	2 4	2009 26/1	9 6

Det magiske KUA-tallet

Den beste måten å praktisere personlig feng shui på, er først å finne ditt KUA-tall. Det er mange beviser på at vi blir dominert fra «oven». Avhengig av stjernens posisjon i ditt fødselsår tilhører du derfor et bestemt tall og element. Observer at det logiske kinesiske måneåret starter noe senere enn vårt. Hvis du er født i januar- eller februar-måned må du kompensere i h.t. tabellen (M=mann, K=kvinne).

DITT personlige ELEMENT er når fødselsåret slutter på:

0 eller 1 = Metall, 2 eller 3 = Vann, 4 eller 5 = Tre, 6 eller 7 = Ild, 8 eller 9 = Jord				
Elementenes forhold til hverandre				
ELEMENT	HJELPES AV	SKADES AV	SVEKKES AV	SVEKKER
Tre	Vann	Metall	Ild	Jord
Ild	Tre	Vann	Jord	Metall
Jord	Ild	Tre	Metall	Vann
Metall	Jord	Ild	Vann	Tre
Vann	Metall	Jord	Tre	Ild
To LIKE elementer hjelper hverandre				

Dine beste retninger og sektorer, dets elementer og interiørfarver

Ditt KUA-tall	1	2	3	4	5 (Kvinne)	6	7	8	9
SUKSESS -rikdom Sektor-element Beste farver i sektor Supplerende farver	SØ Tre Lys grønn Lys blå	NØ Jord Gul, beige Rød, orange	SYD Ild Rød, orange Gul, grønn	NORD Vann Sort, blå Hvit, metall	NØ (SV) Jord Gul, beige Rød, orange	VEST Metall Hvit, grå Metall, gul	NV Metall Hvit, metall Grå, gul	SV Jord Gul, beige Rød, orange	ØST Tre Grønn, brun Sort, blå
HELSE -velvære Sektor-element Beste farver i sektor Supplerende farver	ØST Tre Grønn, brun Sort, blå	VEST Metall Hvit, grå Metall, gul	NORD Vann Sort, blå Hvit, metall	SYD Ild Rød, orange Gul, grønn	V (NV) Metall Hvit, grå Metall, gul	NØ Jord Gul, beige Rød, orange	SV Jord Gul, beige Rød, orange	NV Metall Hvit, metall Grå, gul	SØ Tre Lys grønn Lys blå
LYKKE -familie Sektor-element Beste farver i sektor Supplerende farver	SYD Ild Rød, orange Gul, grønn	NV Metall Hvit, metall Grå, gul	SØ Tre Lys grønn Lys blå	ØST Tre Grønn, brun Sort, blå	NV (V) Metall Hvit, metall Grå, gul	SV Jord Gul, beige Rød, orange	NØ Jord Gul, beige Rød, orange	VEST Metall Hvit, grå Metall, gul	NORD Vann Sort, blå Hvit, metall
PERSONLIG -utvikl Sektor-element Beste farver i sektor Supplerende farver	NORD Vann Sort, blå Hvit, metall	SV Jord Gul, beige Rød, orange	ØST Tre Grønn, brun Sort, blå	SØ Tre Lys grønn Lys blå	SV (NØ) Jord Gul, beige Rød, orange	NV Metall Hvit, metall Grå, gul	VEST Metall Hvit, grå Metall, gul	NØ Jord Gul, beige Rød, orange	SYD Ild Rød, orange Gul, grønn
PERSONGRUPPE	ØST	VEST	ØST	ØST	VEST	VEST	VEST	VEST	ØST

Interessant tabell

Ved å følge ditt KUA-tall nedover i tabellen får du svar på dine fire beste retninger og derved hvilke rom i huset som er best for deg. Både når du sitter eller sover, bør du også være vendt mot en av dine gode retninger (ha gjerne et lite kompass med).

Hver sektor / kompassretning har også sitt «Element» med tilhørende harmoniske farver for rommet.

Retninger og ting som er bra for persongruppe:

ØST: Øst / Sydøst: Bilde av trær og vann, blomster og furukvister. Sydveggen: Godt lys og bilde av flyvende ørn eller svane. Nord: Bilde av vakre fjell uten vann	VEST: Vest og Nordvest: Modellfly og vindklokke, ikke mye lys. Sydvest og Nordøst: Krystaller.
---	--

B. Hjemmet



Huset ligger trygt og beskyttet i terrenget. Trær o.l. kan erstatte åsene for å skape harmoni.

Husets plassering

Omgivelsene

Før du kjøper eller bygger hus, vær klar over fordelene med at det ligger i et frodig landskap, helst med en høyde bak. Mot øst og vest bør det være høydedrag, men **åpent mot syd**. Trær plantet bak og på sidene kan erstatte åsene. Utsikt mot friskt vann er meget bra. Tomten bør være ca. kvadratisk med huset plassert ca. midt på. **Hagen** kan du gjøre frodig og velstelt med vakre slyngstier.

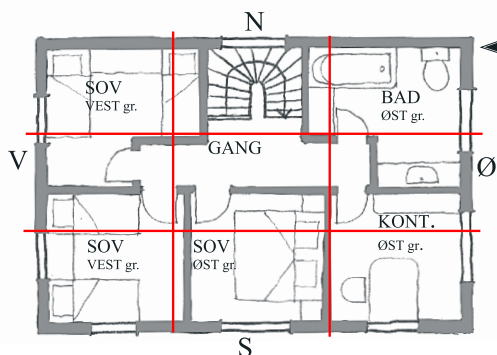
Innkjørselen (kun én)

- ganske flat og svingt inn **sideveis** mot hoveddøren, som bør være vendt mot din **beste** retning. Høye trær, stolper, søyler eller flaggstang unngås. En evt. fontene eller **liten** vanndam kan med fordel plasseres foran eller på **høyre** side av inngangsdøren. Alle vannbassenger bør være buet, eller mykt avrundede hjørner og ha friskt vann. Gjerdet bør være uten spisse «spyd»-ender og portens form opp-svingt som midten.

Unngå:

Høyspentledninger / trafo, radio / tv - master, motorveier, jernbane, sykehus, kirke, politi, fengselsbygninger og vann bak huset. Huset bør ikke plasseres ubeskyttet på en topp eller i enden av eller i yttersving av vei eller elv, eller ha spisse takgavler pekende rett mot huset. (se også Bygge og bo).

Husets form og rominndeling



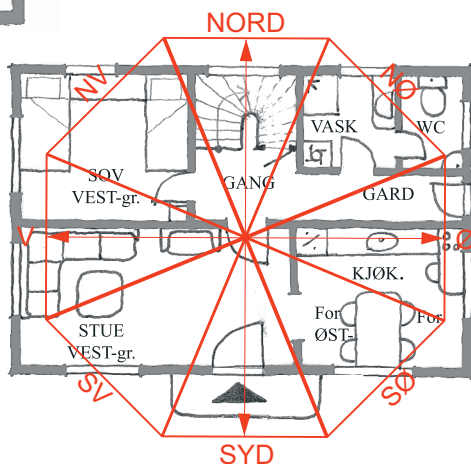
A. Inndel hustegningen i 9 like rektangler.

B. Orienter virkelig beliggenhet av huset med kompasset.

C. Påskriv de 8 kompassretningene på tegningen.

Eksemplet viser et hus som skal ligge rett mot syd.

1. Eller tegn en kompassrose på gjennomsliktig papir som legges opp på hustegningen.
2. Orienter virkelig beliggenhet av huset med kompasset.
3. Orienter kompassrosen tilsvarende, og påskriv de 8 retningene på hustegningen. Eksemplet viser et hus som skal ligge rett mot syd.



Husets form, dør, vinduer

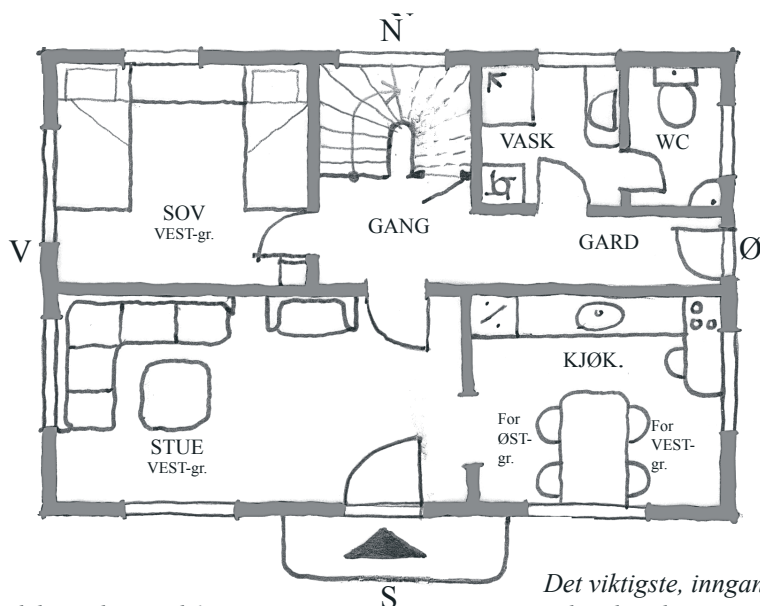
-helst enkelt og rektangulært, gjerne kvadratisk. Utvendig valmet eller skråtak. En spiss gavel bør ikke peke mot nabohuset. **Hoveddøren:** i størrelsharmoni med huset uten glass, åpnes **innover**. Unngå kjemikalier i materialer og tekstiler.

Vinduene sidehengslet åpnes utover. Max 3 vinduer pr. dør i rommet. **Innvendige tak:** flate uten synlige bjelker. Unngå skarpe hjørner, åpne hyller og blendende taklys. Lyspærene skal være mest mulig usynlig.

Romfordelingen

1. **Inndel** hustegningen i 9 like rektangler ved kun å tegne fire streker eller kompassrose lagt oppå.
2. **Orienter** tegningen med kompasset og påskriv retningen på de 8 sektorene.
3. **Finn KUA-tallet** / retningene til husfaren (s 4-5) og inntegn rommene (nybygg), eller fordel rommene best mulig, også for de øvrige beboernes beste retning. Hvert rom kan også inndeles etter samme prinsipper.

Inngangsparti og stue



Romfordelingseksempel 1.
etg. Øst hus.

Det viktigste, inngangs- og sekundær dør, samt spisested og toalettrom er tilpasset Øst-gruppe-husfar (se s. 5)

Inngangsdøren

bør være i husfarens «Suksess»-retning og åpnes innover til et romslig, lyst og innbydende rom, gjerne stuen, uten å se bilder av familien fra døren. Hoveddørens retning bestemmer dens farve og også beste retning for sekundær ytterdør:

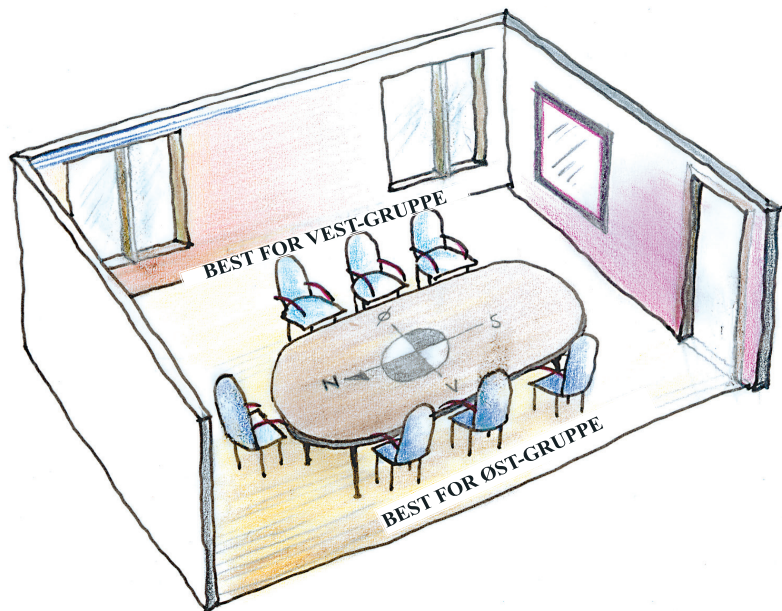
Hoveddør Retning - Farve	Sek. ytterdør helst mot
Syd - Engelsk rød	Ø - SØ
Nord - Sort eller blå	V - NV
Ø - SØ - Brun	N
V - NV - Hvit	SV - NØ
SV - NV - Beige	S

Stuen

- bør ha minst én vegg uten vinduer. Vinduene kan gjerne ha lav brystningshøyde. Tv-/stereoutstyr plasseres helst i skap mot vestveggen. En stor blomst eller furukvister i NV-sektor er bra. Bilder av deg selv bør henge ut mot dine gode retninger. Aquarium, med 8 gullfisk og én sort, er god feng shui når plassert mot nord.

Vindklokke av tre i S, Ø og SØ, av metall i N, V og NV, brukes ofte i forskjellige rom.

Spisestue og kjøkken



Den idéelle spisestue er hvor alle kan se døren ved å snu litt på hodet, ingen sitter med ryggen mot dør eller vinduer. Husfaren ser døren og sitter i sin «Lykke»-retning og de andre i en av sine gode retninger. Det ovale eller runde spisebordet skaper samhörighet. Energien sirkulerer bra mellom døren og vinduene.

Spise-/samlingsstedet

bør være i husfarens «Lykke»-familiesektor, men ikke tett ved toalett eller soverom. Hver av familiemedlemmene bør sitte vendt mot en av sine gode retninger, men **aldri** mot et bordhjørne.

Bilder med frukt og blomstermotiv, men ikke av dyr. Et speil på veggen hvor lyset ikke reflekteres, øker velværet. Et stort fat med frisk frukt på bordet, gir god harmoni.

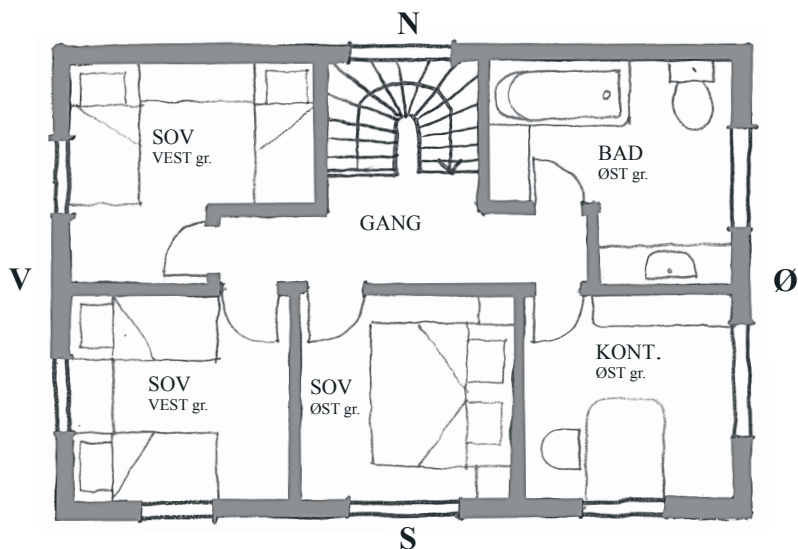
Tallerkner og kopper bør være uten sprekker og skall.

Kjøkkendelen

bør helst være utenfor husfarens gode sektorer, og ikke nær inngangsdøren eller i NV-sektor av huset. Komfyren ikke i NV-romhjørne!

Enkel kjøkkeninnredning med færre skap og utstyr, gjør det lettere å holde orden.

Bad, vaskerom og trapper



Romfordelingseks. 2. etg. for ØST-gruppe-husfar. Soverommet og kontoret kan gjerne bytte plass. De andre soverommene passer for VEST-gruppe-personer, hvor sengene gjerne kan flyttes i brukernes beste retninger (se s. 5).

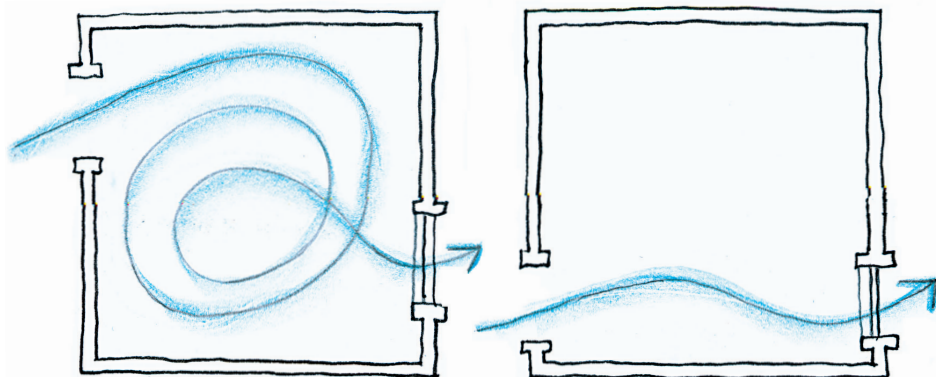
Våtrommene

- bør ikke plasseres i NV eller husfarens gode sektorer eller midt i huset, og ikke være for store. Badespeilet bør være i husfarens gode retning, men ikke avspeile toalettet, som bør være adskilt eller i eget rom. Bilder bør ikke henges på badet og døren være lukket. Tøyvasken bør ikke henge ute om natten eller tørke i et rom uten dagslys.

Trappen til 2. etg.

- bør ikke plasseres i god sektor for husfaren, eller midt i huset, bør helst være rett eller buet, med tette opptrinn, ikke spiraltrapp. Hoveddøren, eller bilder av familien bør ikke ses fra trappen, som ikke bør ende rett mot en soveromsdør. Unngå lange ganger med dør i enden.

Soverom og hjemmekontor



Luftens energi er i stadig bevegelse. Hvis dør og vindu står diagonalt begunstiges hele rommet. Hvis rett ovenfor hverandre går energien raskt ut, også gjennom et lukket vindu (som lyset).

Soverommene

- bør plasseres i øvre etg. og gode sektorer for brukerne, **uten** takbjelker, skarpe hyller, kanter, vann og speil. Farvene kan enten tilpasses brukerens fødselselement eller romsektorens retningselement (se s. 5). Bruk «Supplerende farver» i barnerom.

Sengen

- bør settes slik at hodet peker mot brukerens beste retning, og at døren kan ses fra sengen, uten at bena peker rett mot den. Sengen **bør** ikke stå mellom to dører, eller ha hodet under vinduet. Treseng med **rett** hodegjerde er best, men **buet** i N og NØ. Leselyset ved **siden** av sengen. Unngå digital klokke/radio og TV.

Ektefellers soverom

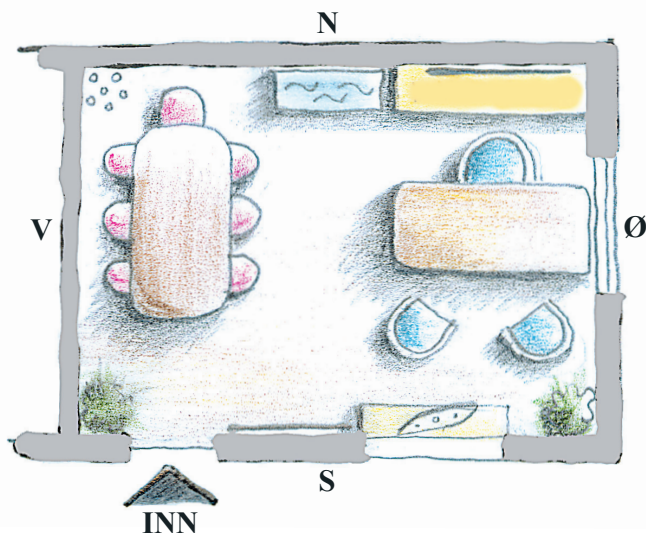
- bør være i husfarens gode sektor med hodet i «Lykke»-retningen. Hvis dobbeltseng, bør det være én felles madrass. For øvrig som ovenfor. Hvis det ønskes barn, heng opp vakre bilder av barn i alle aldre. Følg for øvrig Taoismens regler som ofte gir gode resultater. (se «Livsglede»).

Hvis syk, bør både rommet og sengehodet være i pasientens «Helse»-retninger.

Hjemmekontor/arbeidsrom

- skal ikke være på soverom eller kjeller, men i «Suksess» eller «Personlig»-sektoren til brukeren, uten synlige takbjelker eller skarpe kanter.

C. Kontoret



Skrivebordet bør ligge lengst bort fra døren og du bør sitte i din «Suksess»-retning med vegg bak. Retningene som vist er idéelle for KUA-tall 3-personer.

Beliggenhet

- gjerne med høyere bygninger bak og på sidene, men åpen plass mot syd, aller helst med utsikt mot vann. Veien bør svinge **side**-veis inn til hoveddøren av glass, som bør vende i din «Suksess»-retning. Høye trær, stolper og søyler foran bør fjernes og erstattes av en fontene foran eller til høyre for inngangen. Eller et akvarium plassert rett innenfor døren til høyre i en romslig, hyggelig og godt opplyst resepsjon.

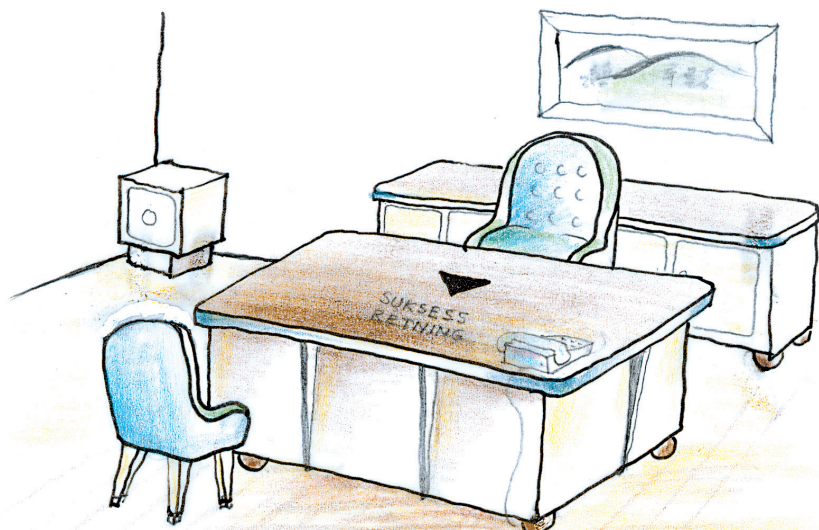
Interiøret

Ditt personlige kontor bør ligge i din suksess-sektor, men **ikke** i enden av en korridor eller toalett ved siden eller over. Døren til ditt kontor bør åpnes inn **fra** din «Suksess»-retning med skrivebordet diagonalt **lengst** borte, men slik at du både sitter i din «Suksess»-retning og ser døren uten å sitte **rett** mot den. **Unngå:** takbjelker, skarpe søyler, åpne hyller og dør eller vindu **bak** deg. Tredobbel dekorstripe på veggene, helt opp mot taket, gir god feng shui. Interiørfarver se tabell side 5.

Plassering av dekorasjons-objekter som styrker din karriere

KUA-tall	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Retning	SØ	NØ	S	N	NØ	V	NV	SV	E
Plassér	Stor plante	Globus v.kart	Godt lys	Vann-bolle	Globus v.kart	Metall-vase	Vind-klokke	Keramikk bolle e.l.	Stor plante

Suksessen kan økes med feng shui



Et ryddig skrivebord stimulerer arbeidslysten, gir klare tanker og fremgang når du sitter i din «Suksess»-retning. Et fjell-bilde bak og safe i NV-hjørne er bra.

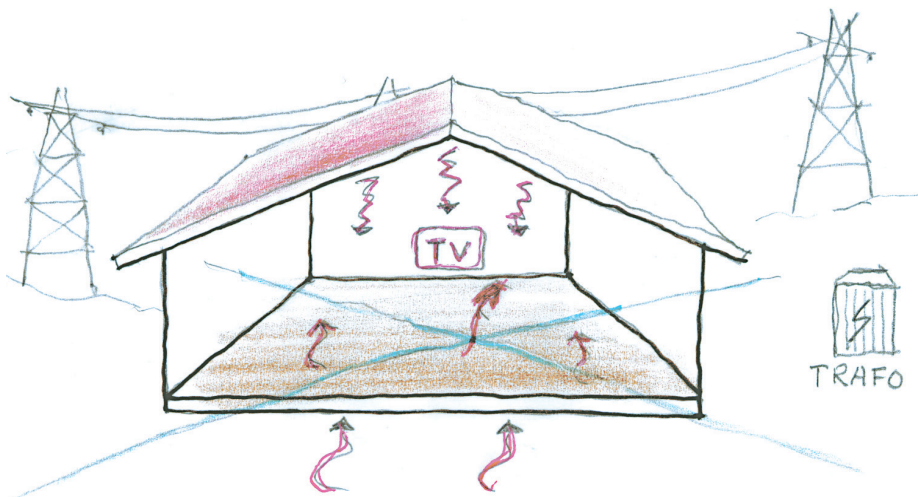
1. **Skrivebordet** - rektangulært (ikke L eller U formet)
2. **Kontorstolen** - høy rygg og armlener
3. **Telefonen** - ledningsinntak fra din «Suksess»-retning
4. **Papirkurver** - ikke synlig avfall, vaskeutstyr, o.l.
5. **Visittkortet** - den minste siden max 5,1 cm, sort trykk på hvitt papir
6. **Signaturen** - optimistisk - **opp** i start og slutt. Lykkenr. = 1-6-7-8 og 9.
7. **Ønsk deg noe** - skriv ditt navn optimistisk hver dag i 49 dager
8. **Furu-kvister** - nær hovedinngangen og din kontordør
9. **Fjellbilde** - på veggen bak deg
10. **Modell-seilskip** - ved døren, «seilende» mot deg
11. **Reiseretning** - best **motsatt** dine gode retninger
12. **Aldri riv ned**, eller bygg totalt om, en suksessrik forretningseiendom.

Gjør kontordagen enklere

1. **Kast mest mulig straks du er informert.**
2. **Besvar straks, skriv gjerne på samme arket og send.**
3. **Bruk kalenderbok på det som skal huskes.**
4. **Forlat skrivebordet ryddig, «clean your desk & disk».**

Dette gir deg frihet og rom for klare nyskapende tanker med fremgang for både deg selv og bedriften.

Vern mot stråler



Vi bombarderes i dag av en hel rekke skadelige stråler som vi delvis kan nøytralisere innendørs. Konsultér OSO Miljøfond.

Naturlige jordstråler

- fra Currynetnet og Globalgitteret har vi tilpasset oss, unntatt over kryssende vannårer, hvor de forsterker seg kraftig. Barn i krybbedød og kreftsyke ligger nesten bestandig over kryssende vannårer.

De kosmiske bølgene

- dobler seg om natten. Ved fullmåne er de ca. 3 ganger sterkere og øker i fuktig vær og lavtrykk. Toppen nås i tordenvær og ved vår- og høstjevndøgn. Søvnbehovet øker kraftig med den kosmiske strålingen.

Høyspent

- tog og -trikkelinjer er skadelige inn-til minst 400 m borte, med faresonen ca. 50 - 100 m i en nedadgående ca. 60° vinkel fra selve kraftledningen eller trafoer.

Radio, tv

mobiltelefon og satelittstråler blir vi bombardert med, uten å kunne gjøre noe med det utendørs. Verst er radarstasjoner, som man bør flytte fra, helt utenfor synsvidde.

Boliger el. installasjoner

- som microbølgeovner, vannsenger og el. gulv/takvarme, bør absolutt unngås. Også lysstoffrør.

Helsevern

Det er mulig å harmonisere skadelige utstrålinger (se side 14). Sørg i tillegg for økologisk kosthold, fysisk aktivitet, nok søvn og dype pustøvelser. Bo og arbeid i hus som ikke avgir skadelige stoffer. Unngå bilkøer, store forsamlinger i dårlig luft og se **lite** på tv.

Det beste du kan gi deg selv



Enkelhet er veien til frihet. For mange ting tar både penger og plass, skaper rot i hus og hode og kompliserer livet.

Feng shui-orden gir frihet,

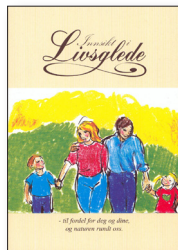
harmoni og energi til å gjøre det som bringer deg fremover i livet. Alt som ikke har vært deg til glede eller nytte den siste tiden, kan du derfor trygt **kvitte deg med**. Alt fra klær og kosmetikk til fotografier, kassetter og kjøkkenutstyr. Opplev tilfredsstillelse ved å vinne over smårotet og derved bli inspirert til å ta resten i kjeller, loft og garasje. Boken «Clean your clutter with feng shui» av Karen Kingston gir deg blod på tann.

Lag plass for noe nytt og bedre i livet!

***Enkelhet, måtehold og orden
gir rom for kjærlighet og lykke.***

Lettleste temahefter av Chris Frölich

Heftene kan også lastes ned fra www.osoecofond.com



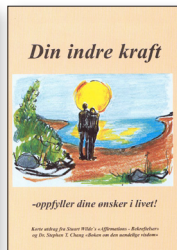
1. Livsglede



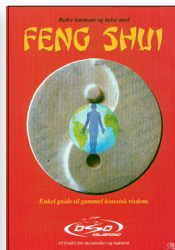
2. Bygge og bo miljøriktig og rimelig



3. Det Haster med gode løsninger



4. Din indre kraft



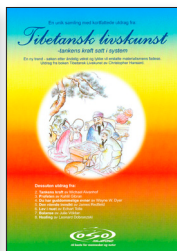
5. Feng Shui



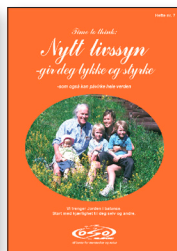
6. Unngå vaksiner



7. Lev frisk lenger



8. Tibetansk livskunst



9. Nytt livssyn



10. Grønnkål er Klorofyllkongen



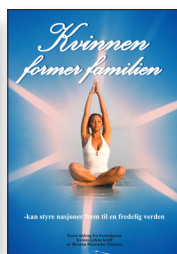
11. Verdens enkleste kosthold



12. Pustens hemmelighet



14. Peace is possible



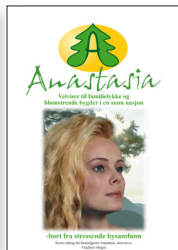
15. Kvinnen former familien



16. Din lille livsveileder



17. Ny livsglede for skoleungdom



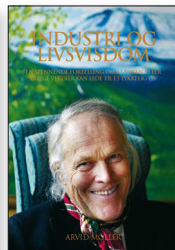
18. Anastasia - veiviseren til familielykke



19. Lev frisk lenger DVD 45 minutter



20. Superintelligente medspillere



21. Industri og livsvisdom - 200 sider

Heftene kan bestilles gratis fra OSO Miljøfond: r@oso.no eller lastes ned fra www.osoecofond.com. Dessuten anbefales: Anastasia-bøkene, bestilles fra altshop.no, GetFreshMagazine@fresh.net, Etisk vegetarianisme - www.vegetar.no, Diet for a small planet, The Tao of Health, The Medical Mafia og Kvinnesjelens Kraft (alle fra Tanum).