

## **Indholdsfortegnelse til Helsebringende Holistisk Indretning**

### **1. Baggrund for bogen.**

Farver i min barndom.  
Arkitektskolen.  
Min kræft fik mig på sporet.  
Anden uddannelse.  
Mangel på metode til objektive farvevalg.  
Mine tidligere bøger.  
Forskellen på Holistisk Indretning og Feng Shui  
Almindelig Indretning  
Kort fortalt om Holistisk Indretning  
Intensionen med bogen.

### **2. Ny tidsepoke – nye bo-behov – ny indretningsfilosofi.**

Forskellige boligkrav historisk set.  
Nye livsværdier.  
Holisme er en ny bevidsthed.  
Etik og moral.  
Individualisme og medansvar  
Kendetegn for de nye værdier.

### **3. Hvad er Holistisk Indretning?**

Kobling af psykologi og indretning.  
Skønhed og harmoni øger din trivsel.  
Psykologisk æstetik og naturens design.  
Din bolig afspejler din sjæl.  
Holistisk Indretning er en proces.  
Opsummering af Holistisk Indretning.

### **4. Farvepsykologi.**

Hvad forstås ved farvepsykologi.  
Opsummering af farvepsykologi.  
Derfor påvirker farver dig.  
Eksempler på vægfarvers påvirkninger.  
Sådan påvirker farverne os fysisk.  
Vestlig anatomi og chakra-energi.  
12 farvers generelle påvirkninger.  
Sådan påvirker farver dit humør.  
Farvers specifikke psykiske påvirkninger.  
Nuancer.  
Min farveforskning.  
Personligheden afgørende.  
Konklusion.

### **5. Kender du dit ”farvebehov”?**

Hvad er et farvebehov?  
Hvordan finder du dit farvebehov?  
Børns farvebehov.

### **6. Bevidst anvendt Farvepsykologi**

Intuitivt eller bevidst farvevalg.  
Bevidst målrettet farvevalg i 4 punkter.  
Farvesammensætninger

## **7. Forskellige indretningstyper**

Indretnings-trends.

Livsværdier og indretning.

Et redskab til forståelse

Sådan indretter 7 arke-typer sig.

Find din og partnerens indretningstype.

Ting tillægges følelser og minder.

## **8. Møblering og indretning**

Hvad indeholder en indretningsplan?

Indretning af boligens forskellige rum.

Små tips med stor virkning,

## **9. Billedkunst påvirker dig.**

Interessante undersøgelser.

Underbevidstheden og billedkunst.

Æstetisk intelligens.

Skønhed vækker sjælens potentialer

Abstrakt kunst og projektioner.

Symboler og underbevidstheden.

Mønstre.

Konklusion.

Afklarende spørgsmål.

Foto.

Billedophæng.

## **10. Belysning**

Lysets virkning på farveudstrålingen.

Lysset indvirker på krop og sjæl.

Lysstofrør.

Gode råd til belysning.

## **11. Lys-farver og kvantefysik**

Et liv på naturens præmisser.

Elektromagnetisme og farver.

Hvad er farver?

Kvantefysik og foton-energi.

Foton-energi overføres til os.

Videnskabelig terapi med lys-farver

4 forskeres resultater

Konklusion

Kroppens energi-udstråling.

Elektromagnetisk forurening.

## **12. Planter påvirker dit velvære**

Planters betydning for indeklimaet.

Materialer, der afgasser.

Disse planter renses luften.

Planters psykiske betydning.

Planter og træmøbler udsender energi-partikler.

Planter som skulpturer.

Planters funktion i indretning.

## **13. Opsamling - Positiv energi i indeklima.**

Dalai Lama: Det ydre afspejler det indre. Kvalitet, harmoni og positiv energi. De-tox din bolig