

Lene Bjerregaard

Helsebringende Holistisk Indretning



Få velvære med dit *Personlige Farvebehov* og din *Indretnings-type*

Her forenes **videnskab, design, psykologi og helsebringende æstetik** til en ny helhed i samklang med den nye tidsånd. Du får tips til at indrette med afsæt i bio-psykologi til gavn for din krop og sjæl i stedet for modetrends. Kvaliteten i de fysiske omgivelser overføres direkte via vores underbevidsthed og nervesystem

Resume:

Glem alt om de upersonlige trends i farver og indretning! Denne bog er meget anderledes end ALLE andre bøger om indretning. Helsebringende Holistisk Indretning er en helt ny tilgang til indretning og farvevalg, som skaber sammenhæng mellem den indre psykiske indretning og den ydre boligindretning. Denne bog er et resultat af forfatterens 25 årige forskning med at forene det *fysiske og psykologiske univers*.

Da farver og design kommunikerer med vores underbevidsthed, bør du finde dit individuelle farvebehov og din indretnings-type, for at skabe optimal trivsel, frem for at følge skiftende trends. Helsebringende Holistisk Indretning er baseret på vestlig filosofi, hvor *videnskab, design, æstetik og psykologi* går hånd i hånd på en helt ny måde! Dette er en ny vestlig pendant til Feng Shui, men med videnskabelig back-up.

I Helsebringende Holistisk Indretning præsenteres du for ny epokegørende videnskabelig know how om, hvordan farver, lys, planter, blomster, billedmotiver og design har indflydelse på så forskellige ting som: *koncentration, indlæring, kreativitet, velvære, energi samt sågar immunforsvar*. Du får tips til hvordan, du kan farvesætte målrettet og indrette boligen med afsæt i *bio-psykologi*, så krop og psyke får netop den positive påvirkning, du vælger.

Du præsenteres for en helt ny ”*psykologisk helsebringende æstetik*”. Skønhed og inspirerende harmoniske omgivelser har betydning for dit velvære og ydeevne via nervesystem og underbevidsthed. Den ”*funktionalistiske æstetik*”, der stammer fra 1920érnes industrielle tidsalder, eksisterer stadig, selv om vi for længst er gået ind i tidsalderen for informationsteknologi og ”*Dream Society*”. Det er på tide at omdefinere begrebet ”*æstetik*” så det passer til den nye tids behov og tænkemåde.

Forfatteren, der både er arkitekt, farveforsker, billed- og psykoterapeut, har brugt 25 år på den store mængde research, der ligger bag udviklingen af den nye indretningsfilosofi.