

Sanfte Brise mit Feng Shui

Harmonisch Wohnen mit der chinesischen Lehre vom perfekten Raumgleichgewicht

Feng Shui ist die chinesische Wissenschaft vom Leben in Harmonie mit der Natur und der Umgebung. Seit Jahrtausenden stützen sich die Chinesen auf diese Lehre, wenn es darum geht, wo und wann Häuser zu errichten sind und wie das Leben zuhause harmonischer zu gestalten ist.





Die chinesische Harmonielehre Feng Shui (Feng = Wind, Shui = Wasser), die aus der Beobachtung der Natur entstanden ist, strebt nach Balance der Gegensätze. Dabei wird von einer direkten Beziehung zwischen Umfeld und Psyche ausgegangen. Die Raumharmonie wird durch die Gestaltung nach Feng-Shui-Prinzipien erreicht; danach konzipierte Räume oder eingesetzte Farben, Formen und Materialien sowie Accessoires steigern Inspiration, Kraft und Wohlergehen.

Oft ist die Harmonie im Raum gestört. Hauptziel im Feng Shui ist es, dieses empfindliche Raumgleichgewicht wieder herzustellen. Dazu soll die unsichtbare, jedoch überall vorhandene Lebensenergie (chinesisch: Chi) sanft und ungehindert in den Wohnräumen fließen und die Energie blockierenden, ungünstigen Einwirkungen (chinesisch: Sha-Chi) unterbunden werden. Dieses Chi wird als alles durchwirkende Lebenskraft beschrieben, vergleichbar mit unsichtbaren Energielinien. Alles was diesen Fluss blockiert, sollte deshalb vermieden werden, wie Spitzen, Ecken, scharfe Kanten, dunkle Bereiche, schwere Vorhänge, Gerümpel oder eine nachteilige Möbelplatzierung. Unvorteilhaft ist jedoch auch eine zu schnell fließende Energie, etwa in langen, geraden Gängen oder wenn zwei Fenster oder Türen einander gegenüber liegen.

Wie wirkt man dem im Feng Shui entgegen? In einem langen Gang kann die Energie mit Parkett- oder Plättchenmustern gesammelt werden. Eine Abschwächung eines Energieabflusses erreicht die Lehre beispielsweise bei großen Glasfronten durch geeignetes Stellen von Pflanzen vor den Fenstern.

Auch ein Tür- und Fensterenergie-durchzug kann mittels Pflanzen, Leuchten, Mobilem oder anderen Accessoires entschärft werden. Die optimale Positionierung von Möbeln mit einer Wand im Rücken und freiem Blick zur Türe, die Sitz- und Schlafplätze zu sogenannten „Powerplätzen“ werden lässt, ist ein weiteres wichtiges Feng-Shui-Heilmittel.

Ein zentrales Instrument im Feng Shui ist das Yin-Yang-Prinzip. Der Ausgleich der Raumqualität wird mit den



Feng Shui in der Küche: Farbakzente in Erdfarben und Orange aktivieren und schaffen inspirierende Küchenatmosphäre.

gegensätzlichen Polaritäten – den weiblichen, beruhigenden (Yinkräften) sowie den männlichen, stimulierenden (Yangqualitäten) erreicht. Yin und Yang sind dabei keine absoluten Größen, sondern nur relative – nämlich im Verhältnis zueinander. Es gilt, diese beiden Qualitäten in ein wechselseitiges Gleichgewicht zu bringen. Bei der Wahl von Farben werden gemäß den Raumfunktionen die ruhigen Bereiche (Yin-Räume) mit sanften Farbgestaltungselementen und die Aktivzonen (Yang-Räume) mit kräftigeren Farben betont. Je aktiver ein Raum genutzt wird, desto mutiger können Farben mit Signalwirkung wie Rot, Orange und leuchtendes Gelb eingesetzt werden. Diese aktivierenden Töne finden durch sanftere, beruhigende Farben wie Grün, Blau und Ocker ihren Ausgleich. Bei den Materialien bringen Textilien oder Naturfasern eine beruhigende Wirkung in den Raum und schnelle Materialien, wie glatte Oberflächen aus Glas oder Marmor, eine aktivierende.

Gemäß Feng Shui besteht die Welt aus Materie, die den fünf chinesischen Symbol-Elementen Holz, Feuer, Erde, Metall oder Wasser zugeteilt wird.



Das Wohnzimmer ist der Raum der Gesellschaft und Kommunikation, der Treffpunkt der ganzen Familie. Er zeigt sich somit auch von seiner empfangenden und einladenden Seite und sollte der größte Raum sein. Weite und Ruhe entsteht im Feng Shui, in dem die Energie frei fließen kann. Das Augenmerk sollte darauf liegen, den Raum nicht zu überladen und mit wenigen, ausgesuchten Möbeln und Dekorationsstücken zu schaffen, Raum für vitales Chi. So empfiehlt es sich vor allen Dingen auf die Proportionen zu achten und das Zentrum frei zu lassen. Farben wie Erdfarben, Gelb-, Beige- und Pastelltöne sowie Crème, Grün oder Türkis sind aus Sicht Feng Shui hier besonders wirksam.

Das Schlafzimmer, der intimste Bereich, bekommt im Feng Shui besondere Beachtung. So sind die eher ruhigeren Bereiche des Hauses dafür vorgesehen. Es ist von Vorteil, wenn das Bett in einen geschützten Bereich positioniert wird, optimal diagonal gegenüber der Schlafzimmertüre. Der ungehinderte Blick zur Türe und das Kopfende direkt an einer durchgehenden Wand, das bietet den vollen Harmonieplatz. Möbel aus Naturmaterialien ohne Metall und Synthetik fördern eine sanfte Qualität im Schlafraum. Dekor wie Herzen, Tier-symbole, Paarfotos sind hier genau richtig. Sanfte Farbtöne sind für diese Relaxzone generell knalligen vorzuziehen.

Feng Shui will die Energie des Umfeldes einfangen, sammeln und lenken für das harmonische Zusammenspiel von Gebäude und Umgebung.

Mit diesen Elementen ist der Mensch ständig in Berührung. Die Wechselwirkung der einzelnen Elemente untereinander bestimmt ihre Ausprägung und den Einfluss auf ihre Umgebung. Die fünf Elemente werden jeweils mit verschiedenen Aktivitäten, Jahreszeiten, Farben, Formen und Himmelsrichtungen in Verbindung gebracht. So können je nach Wechselwirkung entsprechende Farbkombinationen zur Harmonisierung eingesetzt werden.





Harmonisches Verweilen: Sitzgelegenheit diagonal gegenüber Türe, Wand im Rücken und freiem Blick über den Raum lädt zum entspannten Sein.

Dabei sind vor allem Rosa und Pfirsichfarben zur Betonung des Eheglücks besonders zu empfehlen. Rot sollte als Farbe der Liebe nicht fehlen, jedoch nur punktuell eingesetzt werden.

Feng-Shui-Anregungen sind flexibel in jeder Phase des Wohnens und Bauens einsetzbar. Denn jede Veränderung im Wohnraum erwirkt eine Veränderung des Wohlfühlens. Eine Untersuchung des Zusammenwirkens aller Elemente ermöglicht eine Verbesserung der positiven Lebensenergie Chi eines Menschen, seiner persönlichen Entwicklung, seines Wohlbefindens und seiner Umgebung.

Mit einer harmonischen Einrichtung wird das Wohnumfeld zu einer Quelle der Erholung, Ausgeglichenheit und Vitalität.

Text: Barbara Rüttimann

Fotos: Barbara Rüttimann, Peter Allgaier

www.fengshuiwohnen.ch





Helle Farben wie Weiß und Gelb, Grün, Rosa sowie Erdtöne fördern im Essbereich ein entspanntes Ambiente und wohliges Zusammensein.

Einen Feng-Shui-Partnerbereich schaffen: Beziehungsimpulse im Schlafzimmer durch paarweise angeordnete Symbole.





Barbara Rüttimann, Feng-Shui-Expertin, unterstützt Menschen und Unternehmen in der harmonischen Gestaltung ihres Umfeldes; in der Schweiz und Deutschland.



Tipps und Tricks

Der erste Eindruck beim Betreten des Zuhauses sollte offen und freundlich sein.

Jedem Raum eine persönliche Note geben.

Frischen Wind durch Farben, Materialien, Dekor und Pflanzen ins Zuhause bringen.

Dunkle Bereiche mit Licht aktivieren.

Das Wohnzimmer als Treffpunkt für Kommunikation und geselliges Beisammensein gestalten, einen Couchbereich für mehrere Personen schaffen, der Übersicht über den Raum gewährt.

Den Schlafraum stressfrei gestalten und „unruhestiftende“ Elektronik, Arbeitsunterlagen oder Spiegel entfernen.

Den Sitz- und Schlafplatz nicht direkt in eine Tür-Fenster-Linie („Energiedurchzug“) platzieren.

Einen guten Energiefluss in Ihren Räumen durch stetiges Reinigen und Entrümpeln schaffen.

Kissen, Teppiche, Vorhänge: mit diesen Wohnaccessoires kann man die volle Inspiration leben; sie wirken besänftigend und beruhigen die Energie.

Mit Symbolen kann man Unterstützung und Kraft einbringen. Ein Berg steht beispielsweise für Stabilität. Eine gefüllte Fruchtschale symbolisiert Wohlstand.