

Für ein gemütlicheres Zuhause, Feng Shui Gegen den Vampir im Raum

Fühlen Sie sich manchmal schlapp? Das muss nicht vom Stress in der Arbeit kommen oder von den quängelnden Kindern. Auch nicht vom Beziehungsdrama mit dem Partner. Es kann an den Räumen liegen, in denen Sie leben. Denn wenn die Energie in einem Raum nicht fließt, macht sie

Jeden fünften Euro unseres Einkommens geben wir fürs Wohnen aus. Weit mehr, als Essen und Trinken verschlingen. Um etwa 500 Euro pro Monat werden in unserem Land die Haushalte modernisiert und verschönert. Kein Wunder, schließlich will sich jeder in den eigenen vier Wänden wohl fühlen. Doch das ist nicht so einfach.

Über den Geschmack lässt sich, wie es so schön heißt, streiten, doch dass bei der Gestaltung der Räume oft in Fallen getappt wird, steht

für Ing. Herbert Gradl vom Institut für Lebensraumgestaltung in Wien fest. Deshalb bietet er seine Hilfe bei der Gestaltung der eigenen vier Wände nach den Grundsätzen der chinesischen Lehre von Feng Shui an.

„Der Sinn und das Ziel des Feng Shui (übersetzt Wind und Wasser) ist, das natürliche Gleichgewicht zwischen dem Menschen und seinem Umfeld zu erhalten oder wieder herzustellen“, erklärt der Feng-Shui-Experte. „Dies unterstützt ein gesundes, freudiges, erfülltes und leichtes Le-

ben oder Arbeiten.“
ein paar einfache Regeln beachtet, kann jedes Zimmer mit ausreichend „Qi“ versorgen und fühlt sich dadurch besser. Christa Kummer bringt's auf den Punkt: „Wer auf sein Bauchgefühl achtet, wird feststellen, dass er sich in manchen Räumen wohl fühlt, in anderen nicht. Oder dass er gewisse Bereiche der Wohnung kaum nützt, weil sie ohne Energie sind. An ‚Kraftplätzen‘ dagegen halten wir uns gern auf. Bei mir zu Hause steht zum Beispiel ein Fauteuil. In dem saß ich noch nie. Er dient lediglich als Wäscheablage. Andererseits dient mir

Christa Kummer: „Fehlt der Platz, fehlt oft auch die Energie“

„Ich bin gern daheim. Einen Ort zum Kuseln, zum Wohlfühlen und Geborgensein braucht jeder. Ein persönliches Rückzugsgebiet, um Kraft zu tanken. Die Gestaltung des Wohnraumes spielt dabei eine wichtige Rolle. Ebenso wie der Platz. Fehlt er, fehlt oft auch die Energie, die wir uns nach Feng Shui von den Räumen holen können. Leider lassen uns Architekten heute oft im Stich. Sie gestalten zwar viele, aber dafür kleine Räume. Und

dieser Platzmangel bringt uns in Verlegenheit. Denn wenn ich einen Tisch stehen haben möchte, aber nach dem Öffnen der Tür direkt in das Möbelstück hineinstolpere, ist mir nicht gedient. Also muss die Wahl der Wohnung als auch jene der Einrichtung wohl überlegt sein. Zur Vermeidung von scharfen Kanten etwa, die nach Feng Shui ‚Angriff‘ bedeuten. In meiner Küche und im Esszimmer, Räume, in denen ich mich gerne aufhalte, gibt es sie nicht. Und mein Sofa im Wohnzimmer hat eine geschwungene Form.

ben oder Arbeiten.“

Die Jahrtausende alte chinesische Harmonielehre geht davon aus, dass unser Lebensraum und die Energie darin auf uns wirken und damit unsere Lebensqualität bestimmen.

Möglichst viel Lebensenergie (die Chinesen sprechen von „Qi“) soll in unserem Heim stecken. Wer

ein Platz im Wohnzimmer am besten, um mich zu konzentrieren.“

Wer sich wie bei Christa Kummer an Orten befindet, wo das ungenutzte Möbelstück steht, wird dort nach Ansicht der Feng-Shui-Lehre keine Energie vom Raum bekommen. „Im Gegenteil, er wird regelrecht ausgesaugt. Dem Menschen wird vom Raum Energie entzogen, er wird geschwächt, fühlt sich schlapp und unwohl. Dies nennen wir den ‚Vampir-Effekt‘ des Raumes“, erklärt Ing. Gradl.

Eine Verbesserung des Lebensraumes ist dann dringend notwendig. Allein dem Experten kann dies allerdings nicht überlassen werden. „Was uns angenehm ist, Freude bereitet und uns motiviert, lockt auch un-

Menschen schlapp, besagt die Lehre von Feng Shui. Das wird als „Vampir-Effekt“ der Räume bezeichnet. Wetter-Moderatorin und Buchautorin („Natur im Wohnraum“) Christa Kummer und die WOCHE zeigen Ihnen, worauf Sie deshalb bei der Gestaltung Ihrer Wohnung achten sollten.

sere Lebensenergie an. Daher kann der Feng-Shui-Berater nicht alles für seinen Kunden entscheiden“, weiß Gradl.

Beim Rundgang durch eine Wohnung zeigt der Feng-Shui-Berater, worauf es bei der chinesischen Lehre ankommt.

Eingangsbereich

Der erste Eindruck ist wesentlich. Wer nach Hause kommt, sollte diesen Moment genießen können, sich auf das Eintreten in sein Heim freuen. Das wird durch einen freundlich gestalteten, leicht begehbaren

zweite Möglichkeit: Geschickt platzierte Lichtquellen lenken den Blick ab und vermitteln gleichzeitig, dass es um die Ecke großzügig weitergeht.

Ungünstig sind eine überfüllte

der Gedanke vor, dies sei ja „nur das Schlafzimmer“. Dabei verbringen die meisten von uns in keinem anderen Raum mehr Zeit. Hier wollen wir Kräfte tanken und uns erholen. Des-

Auch hier fließt die Energie. Ich halte Feng Shui für einen guten Ratgeber. Wir sollten aber nicht unser Bauchgefühl vergessen. Die Instinkte sagen uns, was uns guttut. Auch wenn sie zuweilen verkümmert sind, stecken sie dennoch tief drinnen. Wie sonst hätten die Menschen früher Kirchen an Stellen errichtet, die voller Energie sind? Wenn ich eine Wohnung betrete, spüre ich gleich Ablehnung oder Wohlgefühl.“

Eingangsbereich ermöglicht. Wer schon beim Erreichen der Eingangstür Hindernisse zu überwinden hat, fühlt sich unwohl. Streichen Sie die Tür in einer freundlichen Farbe oder schmücken Sie den Bereich mit einem Kranz oder einer Dekoration nach Ihrem Geschmack.

Vorraum

Der erste Blick nach Betreten der Wohnung sollte auf einen Einrichtungsgegenstand gerichtet sein, der zum Hereinkommen einlädt. Wer nach wenigen Schritten eine Mauer vor sich hat, fühlt sich „vor den Kopf gestoßen“. Dieser Effekt kann behoben werden, indem ein Bild mit Tiefe an die Wand gehängt wird (Allee, See, weitläufige Landschaft). Die



Wohlfühlen nach Feng Shui:
Dunkle Eingangsbereiche bei Wohnungen sollten durch Licht freundlicher wirken, kahle Mauern durch Stoffe Wärme verbreiten. Mauerkanten können durch einfache Mittel entschärft werden, Spiegel in kleinen Räumen geben das Gefühl, mehr Platz zu haben

Garderobe oder ein Schuhberg im Eingangsbereich, über die sich der Bewohner jedesmal ärgert.

Schlafzimmer

Leider herrscht bei vielen Menschen

halb brauchen wir eine unbeschwerte und freundliche Atmosphäre, die unsere Entspannung fördert und im Schlaf unser „Qi“ auflädt. Der Raum

Bitte blättern Sie um!