

VON DANIELA HERZBERG

# Leben in harmonischer Umgebung

## - Wohlbefinden fördern mit Feng Shui -

Damit es uns gut geht, brauchen wir vor allem ein harmonisches Umfeld. Ein gut eingerichteter Arbeitsplatz fördert beispielsweise Leistung und Wohlbefinden. Ein harmonischer Schlafplatz hält uns gesund und fit. Die Asiaten haben das schon vor langer Zeit erkannt. Mit dem klassischen Feng Shui entwickelten sie eine Wissenschaft, die uns Wege zu einem Leben im Einklang mit unserer Umgebung aufzeigt

W

as allerdings heutzutage als Feng Shui vermarktet wird, hat oft leider nur noch sehr wenig mit der klassischen Wissenschaft zu tun, die vor mehreren Tausend Jahren in China ihren Ursprung nahm. Der eigentliche Begriff Feng Shui, der wörtlich übersetzt „Wind und Wasser“ bedeutet, tauchte erstmals im Zang Shu auf. Einem Handbuch für die Wahl geeigneter Begräbnisstätten, das etwa 400 nach Christus zusammengestellt wurde. Zahlreiche chinesische Klassiker belegen, dass einflussreiche Fürsten allerdings schon etwa 2000 Jahre

vorher ganze Städte nach Feng Shui-Prinzipien errichten ließen. Das Wissen um das harmonische Gleichgewicht in allen Lebensbereichen wurde in China noch bis vor kurzem nur mündlich von Meistern zu Schülern übermittelt. So ist die Entstehung der verschiedenen Feng Shui-Schulen zu verstehen. Ausgehend von einer Zeit recht unterschiedlich entwickelter, egal welcher Richtung man folgt - Feng Shui sollte immer in erster Linie der Schaffung und Erhaltung eines harmonischen Gleichgewichtes und eines natürlichen Energieflusses in allen unseren Lebensbereichen dienen.

Der chinesische Kompass Loppa ist eines der wichtigsten Hilfsmittel der Feng Shui-Berater



Auch im modernen China werden Feng Shui-Erkennnisse mit berücksichtigt, wenn es um die Errichtung kühner Neubauten geht. Hier die Bank of China in Hongkong



# Leben in harmonischer Umgebung



Bis vor kurzem wurde das Wissen über Feng Shui in China nur mündlich von Meister zu Schüler übermittelt

Stellen Sie sich vor, Sie stehen auf einem Hügel in der freien Natur und errichten dort eine Mauer. Mit dieser Mauer verändern Sie die Energie dieses Ortes. Sie können sich nun windgeschützt hinter die Mauer stellen oder die Mauer als Schattenspende nutzen. Je nachdem, wie also ein Gebäude in eine Landschaft gestellt wird, kann es unterstützend für den Menschen und die Umwelt wirken oder nicht. Deshalb ist es eben nicht egal, wo man sein Haus hinstellt oder in wel-

Idealerweise wird die Energie in sanften Wellenbewegungen über das Grundstück und durch alle Zimmer geleitet

che Wohnung man zieht. Beispiele wie die Überschwemmungskatastrophe in Deutschland im vorletzten Jahr zeigen deutlich, dass das Ignorieren einfacher Feng Shui-Gesetzmäßigkeiten seinen Tribut fordert.

## Das ideale Heim: Flankiert von Tiger und Drache

Die Lage eines Hauses hatte für die alten Chinesen einen entscheidenden Einfluss auf die Lebensqualität seiner Bewohner. Jeder Mensch braucht Schutz - eine Tatsache, die man am besten schon bei der Wahl eines Bauplatzes, Hauses oder auch einer Wohnung berücksichtigen sollte.

„Geschützt von einer Schildkröte im Rücken, einem Drachen zur Rechten und einem Tiger zur Linken und mit einem freien Blick nach vorne“ - so steht ein Haus in einer opti-






malen Feng Shui-Position. Das heißt für uns: Idealerweise sollte man sich in seiner Bleibe so fühlen, als wenn man bequem in einem Lehnstuhl sitzt, der im Rücken und zu den Seiten Schutz gewährt. Die drei Tiere können dabei von einem Bergrücken, Hügeln, immergrünen Bäumen oder auch weiteren Häusern repräsentiert werden.

Die Lage ist also ein ganz entscheidendes Kriterium für unser Wohlbefinden. Deshalb werden in den meisten asiatischen Ländern die Feng Shui-Berater schon beim Kauf des Grundstückes zu Rate gezogen, und sie begleiten ein Objekt dann von den Anfängen der Planung bis zur Fertigstellung.

Neben der eigentlichen Lage des Hauses ist auch die an seinem Platz herrschende Energie ein wichtiger Aspekt für das ganzheitliche Wohlbefinden. Radiästhetische Untersuchungen auf Wasseradern, Energiegitter oder Erdverwerfungen sind deshalb unerlässlich und können ein Bauprojekt schon vor der eigentlichen Realisierung stark beeinflussen.

Mit Chi, Qi oder auch Prana ist jede Form von Energie gemeint, die uns umgibt. Je nachdem, ob sie schnell oder langsam, gerade oder in Kurven durch die eigenen vier Wände strömt, wirkt sie sich eher positiv oder negativ auf die Bewohner aus. Der natürliche Energiefluss zeigt empfindsamen Menschen häufig auf subtile Art, wo die für sie günstigen oder ungünstigen Plätze sind. Beispielsweise durch Schlaf- oder Gesundheitsstörungen oder die Vorlieben einzelner Familienmitglieder für bestimmte Räumlichkeiten.

## Welche Formen und Farben den fünf Elemente-Typen gut tun

Element	Farben Yin	Farben Yang	Form	„Material“
 Holz	Zartes Grün und Blau, dunkle Grüntöne	Alle kräftigen Grün- und Blautöne	Steil aufragend, schmal/ lange Formen, betonte Vertikale	Holz, Pflanzen
 Feuer	Dunkle Rottöne und zartes Rosé	Kräftige Rottöne	Spitze Winkel, scharfe Kanten	Feuer, Licht, Kerzen
 Erde	Sanfte Erd- und Gelbtöne	Satte und kräftige Gelbtöne, Terrakotta	Abgeflachte und rechteckige Formen, betonte Horizontale	Erde, Ton, Keramik
 Metall	Silber, Bronze, Grau	Gold, Weiß	Sanft ansteigende und runde Formen	Metall, Schmuck, Geld
 Wasser	Schwarz, Dunkelblau, Anthrazit	Kräftige Blautöne wie Azur- oder Königsblau	Unregelmäßige und krumme Formen, Wellenform	Wasser, Brunnen