Feng Shui

Mit Leichtigkeit durch die Zeit

Energie als allumfassende Kraft

Foto: Marek Piwnicki – unsplash

Foto: Adobe Stock

Wer möchte nicht ein Leben genießen, das geprägt ist von Lebensfreude, Harmonie und Erfolg? Ein Leben, in dem Glück und Gesundheit ebenso gern gesehene Gäste sind wie Freunde und Bekannte. Wer wünscht sich nicht, mit Ausdauer und Kreativität am Puls der Zeit zu sein, festen Boden unter den Füßen zu spüren und dabei im Gleichgewicht zu bleiben?

Doch ein Leben, in dem Produktivität oftmals auf Hochglanz poliert wird, kostet Kraft und Energie. So stellt sich die Frage, wo diese Energie zu finden ist und wie wir es schaffen in Balance zu bleiben. Möglicherweise ist es gerade dieser Tage wichtiger denn je, sich vor Augen zu führen, wie wertvoll ein harmonisches und energiereiches Leben ist. Doch wie können sich Gleichgewicht, Harmonie, Erfolg und Lebensfreude einstellen?

Einen Schlüssel hierzu fanden die alten Feng Shui Meister bereits vor über 3500 Jahren. Drehen wir das Rad der Geschichte also einmal mehrere Jahrtausende zurück. Wenden wir uns nach Fernost und werfen einen Blick in die Geschichtstruhe des alten China, dem Ursprungsland der „Feng Shui"-Lehre. Wörtlich übersetzt geht es bei dieser Lehre um zwei der wichtigsten Naturelemente – und zwar Wind (Feng) und Wasser (Shui). Wind und Wasser reichen sich die Hände. Wind sorgt für Wolken und Regen, Energien setzten sich frei, lassen keimen und wachsen. Dieses einstmals gewonnene Wissen um die Kraft natürlicher Energiequellen machen sich Menschen noch heute zunutze. Energie wird im Feng Shui als allumfassende Kraft gesehen, die in jedem Lebewesen, ob Mensch oder Tier, sowie dem gesamten Universum zu finden ist. Die mit dem Namen „Chi" bezeichnete Lebensenergie beeinflusst somit das gesamte Sein.

Der chinesische Philosoph Konfuzius fasste das philosophische System der Gegensätze zu seinen Lebzeiten, zwischen 551 – 479 vor Christus, in folgende Worte: „Yin und Yang, männlich und weiblich, hart und weich, Himmel und Erde, Licht und Dunkel, Donner und Blitz, kalt und warm, gut und schlecht … das ist die Wechselwirkung der gegensätzlichen Prinzipien, die das Universum formen."

In seinem Ursprungsland dienen die Gesetzmäßigkeiten von Feng Shui als Grundlage vieler Bauwerke. Das übergeordnete Ziel dabei ist, Menschen durch die achtsame Gestaltung ihrer Lebensräume mit der Umgebung in Einklang zu bringen. So basieren die Errichtung der Chinesischen Mauer und der Bau der Verbotenen Stadt im Zentrum Pekings auf den Gestaltungskriterien des Feng Shui.

Im heutigen Hong Kong stehen ein paar ganz besondere „Feng Shui"-Bauten. Unter anderem wurde ein Hochhaus errichtet, in dessen Fassade ein riesiges mehrgeschossiges Loch ist, ein sogenanntes Drachentor. Der Legende nach dient dieses dem Bergdrachen als Durchblick von seinem Berg auf das Meer. Die Architekten und „Feng Shui"-Planer wollten den Drachen mit dieser Geste besänftigen, denn ein erzürnter Drache, dessen Blick verbaut wurde, würde großes Unglück über die Stadt bringen. Diese Beispiel zeigt, wie tief verankert die alten „Feng Shui"-Lehren sind in ihrer Heimat.

Doch war die Lehre der Harmonie der Elemente anfänglich einzig dem chinesischen Kaiser vorbehalten, um sich ein machtvolles, gesundes und langes Leben in seiner Position zu sichern. Herausgeschmuggelt aus dem kaiserlichen Hof erreichte dieses Wissen später auch das Volk und überwand Ländergrenzen. So verbreitete sich die Lehre des Feng Shui über den Erdball und gewann in der westlichen Welt an Aufmerksamkeit und Bedeutung.

Als Feng Shui in den 1960er Jahren in den Westen kam, gab es anfängliche Verständnisschwierigkeiten, da hier der kulturelle Hintergrund und die gelebte Selbstverständlichkeit der chinesischen Lebensweise fehlten. Es entwickelte sich eine „Feng Shui"-Variante, die stark auf das Essentielle heruntergebrochen wurde. Mit der Zeit wurde Vieles verfremdet, missverstanden und neu definiert, sodass vom ursprünglichen Wissen nur noch ein Teil übermittelt und praktiziert wurde. Auf dieser Basis entstand in Europa ein weitestgehend anderes Bild der „Feng Shui"-Lehre, die im Chi-

Einige „Feng Shui"-Bauten verfügen über Drachentore – Mehrgeschossige Löcher, durch welche Drachen blicken sollen.

Das ursprüngliche Feng Shui „liest" die räumliche Umgebung und berechnet ihren Einfluss auf die Menschen.

nesischen Teil einer ganzen Lebensphilosophie ist. Eingebettet in die verschiedenen Disziplinen etwa Tai Chi -Qi Gong, der Traditionellen Chinesischen Medizin mit der Kräuterkunde und Akupunktur, der Chinesischen Astrologie (BaZi), dem I Ging, von Date Selection und Face Reading, ist Feng Shui die Raumkomponente in dieser umfangreichen Betrachtungsweise, in der die Lebensenergie Chi im Mittelpunkt steht.

Das ursprüngliche Feng Shui vom Kaiserpalast sieht keine sogenannten Feng Shui-Hilfsmittel vor. Es geht vielmehr darum, die räumliche Umgebung „zu lesen" und ihren Einfluss auf die Menschen zu berechnen, um deren Wohlbefinden und Erfolg zu stärken.

Unverändert blieb jedoch die Kernaussage, dass ein Leben in Harmonie mit sich, der Umgebung und im Einklang mit der Natur viel Positives bewirken kann.

Laut Feng Shui haben die Lage, Ausrichtung und Architektur eines Hauses unmittelbaren Einfluss auf das Wohlbefinden seiner Bewohner.

„Feng Shui ist wie Akupunktur im Raum", erklärt Vera Apel. „Es kann Blockaden lösen, von denen die Bewohner gar nicht wussten, dass diese den Energiefluss blockieren. Durch gezielte Raumgestaltung und das achtsame Einsetzen von Farben und Formen entstehen Räume, die zum Verweilen einladen und den Bewohnern ein Gefühl von Sicherheit und Geborgenheit vermitteln."

Für Vera Apel, Dipl. Ing. Architektur und Imperial Feng Shui Practitioner, ist die fernöstliche Harmonielehre ein Teil ihres Lebens geworden. „Räume zu gestalten war schon als Kind meine Leidenschaft. Ständig habe ich umgeräumt und neugestaltet, und jedes Mal hat es sich anders angefühlt. Das war eine wichtige Erfahrung für mich. Nach meinem Architekturstudium fehlte mir die Komponente Mensch in der Planung von Häusern und Räumen. Das hat mich angespornt weiter zu suchen und nach Möglichkeiten der ergänzenden Raumplanung zu schauen – bis ich das Feng Shui fand."

An diese Erkenntnis reihte sie bis heute kontinuierlich eine Vielzahl von Fortbildungen, um die Komplexität dieser traditionellen Lehre bestmöglich zu erfassen und „in meiner Arbeit umzusetzen", so die gebürtige Bremerin. In ihrer vierzehnjährigen Selbstständigkeit hat sie schon viele „Feng Shui"-Beratungen für Privathäuser und Unternehmen durchgeführt und konnte viele Erfahrungen sammeln, was sich in ihrer Herangehensweise an die unterschiedlichen Bau- und Wohnprojekte widerspiegelt. So steht am Anfang immer ein ausführliches Gespräch mit den Bauherren. Einerseits, um diese kennenzulernen, andererseits, um herauszufinden, welche Bedürfnisse und Wünsche die Kunden mitbringen.

Je nach Stand eines Projekts sind verschiedene Herangehensweisen wichtig. Für eine „Feng Shui"-Beratung wird beispielsweise das bestehende Haus analysiert und optimiert. Vera Apel erläutert: „Bei einem Neubau ist es ratsam, vor Beginn aller

Fotos: Min Pam unsplash, Eric Muhr unsplash, pexels- Burst, Bremer Räume

Foto: Adobe Stock, pexels – Marc McCammon

Sitz- und Schlafplätze vor einer stabilen Wand vermitteln Sicherheit für Ruhe und Entspannung.

Bauplanungen das Grundstück und seine Umgebung zu untersuchen, damit das Haus optimal auf dem Grundstück platziert und eine Gebäudeform gewählt werden kann, die von der Umgebung unterstützt wird. Sind sich Bauherren darin unsicher, ob das Grundstück oder der ausgewählte Platz für das neue Eigenheim geeignet ist, kann das Feng Shui gute Entscheidungshilfen bieten."

Um die genaue Energiequalität zu definieren, kommen unterschiedliche Methoden zum Einsatz. Im Feng Shui als Beobachtungs- und Erfahrungswissenschaft unterscheidet man grundsätzlich zwischen den beiden Aspekten der Formschule und der Kompassschule. Die Formschule beinhaltet alles, was man sehen und anfassen kann. In der Kompassschule wird mit einem sogenannten „Luo pan", dem „Feng Shui"-Kompass, das Chi gemessen. Beide Methoden zusammen ergänzen sich und bilden die Energiequalität eines Ortes und Hauses ab. Mit der Vier-Säulen-Astrologie, im Fachjargon „BaZi Analyse" genannt, wird dann der Mensch an die Berechnungen der Räume angebunden.

Basierend auf dem Zusammenspiel dieser Methoden könne ein Gebäude im Sinne des Feng Shui ideal platziert werden. Am besten so, dass die Hausfront offen, einladend und bewegt zum „Mund des Wohngebäudes" wird, durch den frische Energien hereinströmen. Die Rückseite des Gebäudes vermittelt idealerweise Sicherheit und Halt, wodurch das Areal hinter dem Haus zum Ort der Ruhe und Entspannung wird.

Hat das Haus seine äußere Ausrichtung gefunden, wird an der Position der Innenräume gearbeitet. Diese werden dem Energiefluss bestmöglich angepasst und gestaltet und individuell auf die Bewohner abgestimmt.

Das Zusammenspiel der drei Ebenen Himmel (was wir mitbekommen haben – BaZi), Mensch (mit seinen Entscheidungen) und Erde (unsere Umgebung – Feng Shui) stehe dabei im Fokus. Es gelte, diese drei in Balance zu bringen mit den Aspekten von Yin und Yang und den fünf Elementen: Holz, Feuer, Erde, Metall und Wasser.

Fotos: Bremer Räume

Vera Apel, Dipl. Ing. Architektur und Imperial Feng Shui Practitioner: „Ein Haus nach Feng Shui zu planen, ist eine großartige Chance."

Eine Neubauplanung sowie ein Raumkonzept im Bestand, stellen Herausforderungen, bieten aber auch ihre Vorteile, so Vera Apel. Ein Haus von Anfang an nach Feng Shui zu planen und damit das zukünftige Leben zu beeinflussen, sei eine großartige Chance. „Über die Raumgestaltung kann direkt auf die verschiedenen Lebensbereiche eingewirkt werden. Vornweg unsere Hauptthemen: Familie, Gesundheit und Finanzen."

Die Herausforderung liegt in der Gestaltung von moderner Architektur im Zusammenspiel mit jahrtausendealtem Fachwissen. Es gibt in allen Wohnräumen oder Businessgebäuden die Möglichkeit, die jeweiligen Bereiche aufeinander abzustimmen, damit das Chi frei zirkulieren kann. Schon geringfügige Veränderungen, sei es die Neuanordnung des Mobiliars, das Spiel mit Lichteffekten oder eine ausgewählte Wandfarbe, haben Auswirkungen auf die darin lebenden Personen. Nach der Lehre des Feng Shui können positive Einflüsse verstärkt und negative vermindert werden.

Dieselbe Auffassung brachte bereits der deutsche Dichter Christian Morgenstern auf den Punkt: „Zeige mir, wie du baust, und ich sage dir, wer du bist."

Was ihn dazu bewogen haben mochte, sich über den Einfluss eines Bauwerks auf den Menschen Gedanken zu machen, ist unbekannt. Ebenso, ob er seinerzeit schon mit den Gesetzmäßigkeiten von Feng Shui und dem Fließen von Energien in Kontakt gekommen war. Dennoch treffen seine Worte den Kern der Harmonielehre, wonach der Wohnraum als Spiegel der Persönlichkeit gilt und nicht willkürlich austauschbar ist, denn jeder Ort ist einzigartig, wie auch jeder Mensch.

Die Natur zum Vorbild nehmend, werden im Feng Shui weiche und fließende Konturen in die Raumgestaltung mit eingeflochten. So wird in der Formsprache der Architektur Spannung erzeugt zwischen „Yin und Yang"-Aspekten. Es entstehen lebendige Räume mit Wohlfühlcharakter. Lange Geraden oder 90-Grad-Winkel kommen in der Natur nicht vor und gelten als von Menschenhand geschaffen. Ein Blick auf das Bremer Umland verdeutlicht diese These: Hier mäandert die untere Wümme geschwungen durch das Bremer Blockland, und auch im Naturpark Wildeshauser Geest zeigen Wiesen-, Heide- und Moorflächen ihr fließendes Erscheinungsbild. Wird dieser Eindruck im Sinne des Feng Shui auf die Wohnraumgestaltung übertragen, gilt es zum Beispiel lange gerade Räume zu vermeiden, da sich hier die Energie unnötig beschleunigt. Apel: „Diese Energieautobahnen verleiten zum Durchhasten und verhindern einen angenehmen Chi-Fluss. Eine freie Raummitte hingegen lädt das Chi zum Verweilen ein und ist die Grundlage für eine gleichmäßige gesunde Verteilung der Energie in allen Räumen."

Das menschliche Bedürfnis nach Kontrolle und Sicherheit im Raum führt demnach dazu, dass ein Durchgangsraum ungeeignet ist für einen längeren Aufenthalt. Die entstehende Unruhe durch das ständige Hin und Her beeinträchtige das Arbeiten, Lernen oder Schlafen empfindlich. Aus diesem Grund sei es wichtig, dass Sitz- und Schlafplätze immer vor einer stabilen Wand angeordnet sind, mit freiem Blick in den Raum und auf alle Türen und Fenster. Nur dann sei das Unterbewusstsein beruhigt und entspannt und man könne konzentriert arbeiten oder tief und fest schlafen.

Feng Shui ist also keine Stilrichtung, sondern eine Lebensphilosophie, die in jedem Haushalt ihren Platz finden kann. Vera Apel meint: „Räume sollten nicht nur gut aussehen, sondern sich auch gut anfühlen. Für jeden Lebensbereich gibt es eine Resonanzebene im Raum, die mit gutem Feng Shui gefördert werden kann, damit sich jeder Mensch wohl und zufrieden fühlt."

Feng Shui bringt Veränderung ins Leben. Es will helfen, im Fluss des Lebens zu sein und zu bleiben. Ist das nicht ein wunderbares Synonym für Gleichgewicht, Harmonie, Erfolg und Lebensfreude?

Johanna Ritter, Autorin aus Leidenschaft, seit 2019 freie Redakteurin. Für BRILLANT ergründet sie das Miteinander von Mensch und Natur.