



Einfach Leben – natürlich Wohnen

Feng-Shui – jenseits von Regeln

Haben Sie auch genug von den ständigen Vorschriften, wie wir unser Leben führen sollen? Genug von den vielen ungefragten Ratschlägen, die von allen Seiten auf uns hereinprasseln. Hinweise, was wir wie und wann essen sollen, wann und wie wir uns bewegen sollen, von den „do und dont’s“ die uns Mode und Lifestyle diktieren ganz abgesehen. Sogar wann und wie viel Schlaf wir brauchen ist durch verschiedenste Ratgeber geregelt. Und dann gibt es noch Feng-Shui – ein System mehr, das sogar Regeln für die Gestaltung unserer Wohnräume aufstellt. Und als ob das nicht genug wäre, sollen wir unsere Wohnung noch mit Glücksdrachen und Fächern ausstatten. So wird uns gesagt, können wir unseren Reichtum aktivieren, Energiedefizite ausgleichen und vieles mehr.

■ TEXT: NORBERT SCHAFFLINGER

Spätestens jetzt ist es an der Zeit, sich ein paar Fragen zu stellen: Wer bin ich und wer hat die Verantwortung für mein Leben? Was möchte ich, was tut mir gut und wo fühle ich mich wohl?

Auf diese Fragen gibt es nicht immer eine klare Antwort und gerade deshalb ist es so wertvoll, sich mit diesen Fragen zu beschäftigen. Langsam beginnen, die Aufmerksamkeit wieder auf mich selbst zu richten. So werde ich langsam, langsam erkennen, wer ich wirklich bin. In einem nächsten Schritt kann ich dann meine Aufmerksamkeit auf meine Umgebung

richten, um zu spüren, was mir gut tut und was nicht. Erst wenn ich mich in diesem Prozess befinde, sind Ratschläge und Regeln wirklich hilfreich. Wenn es nicht mehr etwas ist, das uns von außen übergestülpt wird, sondern wenn wir auch innerlich bereit sind, Hilfe und Anregungen anzunehmen.

Mit dieser Basis möchte ich Ihnen eine Seite von Feng-Shui zeigen, die auch mir lange verborgen war. Ich habe mich über Jahre durch ein Regelwerk von Feng-Shui gearbeitet, bis ich anfing, Menschen in ihrem Wesen wahrzunehmen und sie auf

Ihrem Weg zu begleiten. Im Verlauf dieser Serie möchte ich Ihnen einen Einblick in diesen Aspekt des Feng-Shuis ermöglichen. Wenn man etwas verstehen möchte, ist es sinnvoll bei den Wurzeln zu beginnen. Schaut man auf die Wurzeln des Feng-Shui, sieht man Jahrtausende alte Verästelungen, die langsam zu einem Ganzen geführt haben.

Der Anfang ist in einer Zeit zu finden, in der wir Menschen noch in und mit der Natur gelebt haben. Und das war nicht nur im fernen Osten so, auch unsere Vorfahren lebten im Einklang mit der Natur.

→

Aus diesem Grund ist Feng-Shui nichts rein Chinesisches, sondern auch unsere Kultur hat ähnliche Erfahrungen gemacht. Der einzige Unterschied liegt darin, dass dieses Wissen bei uns leider nicht „überlebt“ hat.

In China wurden diese Naturbeobachtungen vor allem von Mönchen sorgsam gesammelt und von Generation zu Generation weitergeben und vertieft. Es waren auch Mönche, die in oft jahrelanger Arbeit dieses kostbare Wissen niedergeschrieben und so für die Nachwelt gesichert haben. Ihre Schrift war eine Bilderschrift. Das hat Vorteile, kann aber auch zum Nachteil werden. Ein Bild sagt mehr als tausend Worte – hier sind wir schon beim größten Vorteil dieser Schrift. Denn ohne die Einschränkungen unserer eindeutigen Buchstaben, konnten so lebhaft die verschiedenen „Wandlungen des Lebens“ beschrieben werden. Leider hat gerade diese lebendige Sprache zu vielen Fehlinterpretationen geführt, die heute so viele Unstimmigkeiten und natürlichen Widerstand gegen Feng-Shui erzeugen. Über die Jahre wurde Feng-Shui zu einem machtvollen Werkzeug, dass vor allem von den Mächtigen und Herrschern jener Zeit genutzt wurde. Doch auch in China sind viele der wertvollen Schriften zerstört worden und die großen Schätze, die wir heute wieder entdecken dürfen, sind meist die Erfahrungen die von Mensch zu Mensch weitergegeben wurden und werden. Hier kommen wir auch zu unserer Arbeit, um den Kreis wieder zu schließen. Es ist nicht unsere Aufgabe, chinesisches Feng-Shui eins zu eins bei uns anzuwenden. So würden wir nur etwas imitieren, das wir nicht sind. Vielmehr sollten wir die Essenz dieses Wissens herausarbeiten und unsere eigenen Erfahrungen damit machen. Ein weiterer Vorteil des beginnenden 3. Jahrtausends sind die Erkenntnisse der Wissenschaft.

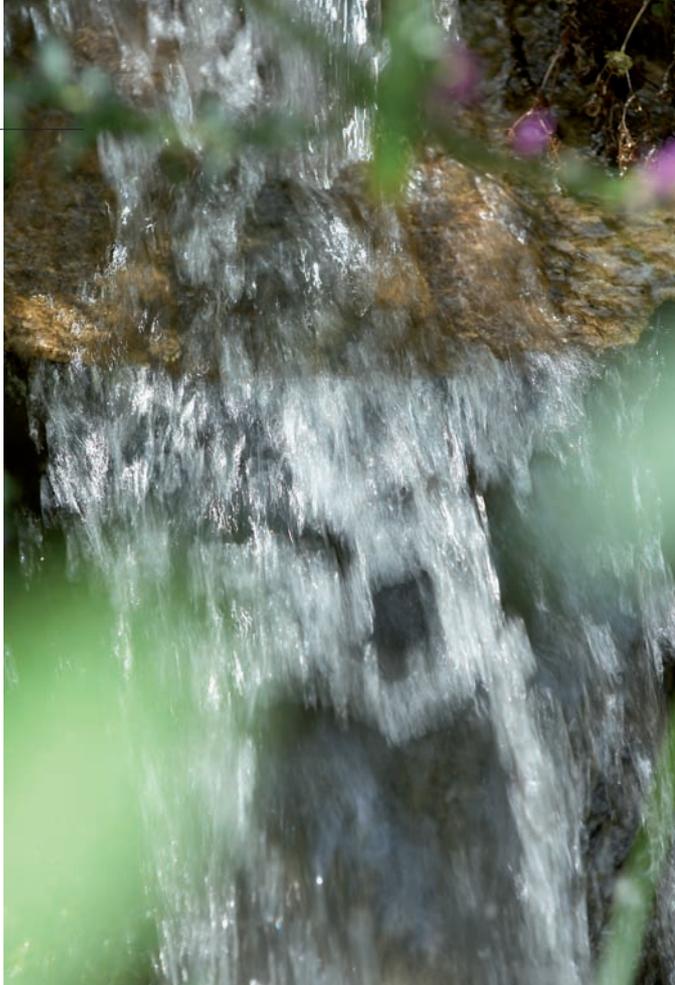


FOTO: SCHWEIGER

„So wird klar, dass es gerade heute an der Zeit ist, wieder mit der Natur und auch mit den „geistigen Gesetzen“ der Natur zu leben.“

Erstmals dringt die Wissenschaft in Bereiche vor, die ansatzweise all das belegen, das in der Natur für uns alle fühlbar und erfahrbar ist.

Diese Symbiose von Erfahrung und wissenschaftlicher Arbeit bietet sehr viele Möglichkeiten zur eigenen Entwicklung. An diesem Punkt stehen wir heute. Es liegt also an uns, dieses alte Wissen wieder in unseren Alltag zu integrieren und vor allem zu versuchen, dieses Wissen und die Erfahrungen wieder zu leben und weiterzugeben.

Was ist nun unter Feng-Shui zu verstehen?

Die beiden Wörter Feng und Shui kann man am ehesten mit „Wind“ und „Wasser“ beschreiben. Auf den ersten Blick ziemlich unscheinbare Begriffe. Schauen wir jedoch auf die letzten Jahre zurück, so werden wir feststellen, wie gigantisch und leider auch bedrohlich unsere Be-

gegnungen mit den Kräften Wind und Wasser waren und sind. Da haben wir nun über 100 Jahre Flüsse und Bäche reguliert um jetzt langsam zu erkennen, dass wir nur mit diesen Kräften leben können und nicht gegen sie. So gibt es jetzt schon einige Projekte, in denen versucht wird, Flüsse wieder in ihren ursprünglichen Lauf zurückzuführen.

Eine weitere Sicht der Begriffe Wind und Wasser stellt den „nährenden“ Aspekt für uns Lebewesen dar. Auf der einen Seite ist da der Wind, oder die Luft, die wir zum Atmen brauchen und auf der anderen Seite das Wasser, ohne das wir Menschen nicht lebensfähig sind. So beschreibt und beschäftigt sich Feng-Shui mit der ständigen Wechselwirkung zwischen uns Menschen und unserer Umwelt. Hier gibt es zum einen den Menschen, der die Natur und seine Umwelt stark beeinflusst. Gleichzeitig

spüren wir auch die Wirkungen dieser Veränderungen in allen Bereichen. Auch beschreibt Feng-Shui die Abhängigkeit des Menschen von den Gaben und Geschenken der Natur. So wird klar, dass es gerade heute an der Zeit ist, wieder mit der Natur und auch mit den „geistigen Gesetzen“ der Natur zu leben. Nicht in Form eines Schemas, das uns wieder nur von der Natur trennen würde, sondern in Form von Erfahrungen, die wir in jedem Augenblick machen – sofern wir bereit sind, uns Ihnen zu öffnen.

Beginnen wir nun, die Lebensumstände unserer heutigen Zeit genauer zu betrachten und auch zu fühlen. Da gibt es auf der einen Seite die Fakten.

Aktuelle soziologische Studien belegen, dass der moderne Mitteleuropäer ca. 90 % seiner Lebenszeit in Wohn- und Arbeitsräumen verbringt. Dem gegenüber steht eine uns allen innewohnende unbewusste Sehnsucht, sich mit der Natur zu verbind-

den. Das drückt sich dann so aus, dass wir an unseren freien Tagen mehrere Stunden Stau in Kauf nehmen, um an den besonderen Platz zu kommen, der so viel Erholung verspricht. Und schon 1946 wurde in einer Universalerklärung der Menschenrechte Wohnen als ein fundamentales Recht für einen angemessenen Lebensstandard definiert. So ist es nicht verwunderlich, dass die Umweltmediziner heute den direkten Zusammenhang zwischen unserem physischen, psychischen und sozialen Gesundheitszustand und unseren Wohnbedingungen kennen. Es gibt sogar schon ein eigenes „Krankheitsbild“ für die Gebäude unserer Zeit. Das „sick building syndrom“, kurz SBS genannt, weist darauf hin, dass es seit den 70er Jahren vermehrt Gebäude gibt, die in direkten Zusammenhang mit Kopfschmerzen, Müdigkeit, Konzentrationsstörungen, Ausschlägen, Asthma u.v.m. stehen.

Was können wir tun? Kehren wir dem Schutz und dem Komfort unserer Häu-

„Das Haus wird als natürliche „dritte Haut“ des Menschen gesehen, und genauso sollte man damit umgehen.“

ser den Rücken, kaufen uns ein Zelt und leben wieder in und mit der Natur? Oder stellen wir uns den Aufgaben des 21. Jahrhunderts und versuchen die Lebendigkeit und die Gesetzmäßigkeiten des Lebens in unsere Wohnräume zu bringen. Dann könnte es doch sein, dass aus all den leb- und lieblosen Bauten langsam Lebensräume werden.

Gebäude, die nicht mehr eine Trennung von mir und der Natur sind, sondern die sich behutsam in ihre Umgebung ein-

fügen und so zum Teil eines Ganzen werden. Zu einer Quelle von Lebensfreude, Kraft und auch der nötigen Ruhe.

Welche Lösungsmöglichkeiten bieten nun die Erfahrungen und Richtlinien des Feng-Shuis. Aus Sicht von Feng-Shui wird unser Haus zu einem menschlichen Körper, einem lebenden Organismus. Das Haus wird als natürliche „dritte Haut“ des Menschen gesehen, und genauso sollte man damit umgehen. Wenn es darum geht, unsere „zweite Haut“, die Kleidung, auszusuchen, haben wir gelernt, auf gewisse Kriterien zu achten. Wir suchen uns Kleidung die uns gefällt, unseren Typ unterstreicht, eine optimale Passform hat und aus einem angenehmen Material ist. Natürlich ist auch hier der eine oder andere Fehlgriff dabei und dieses Teil verbringt dann sein Leben in einem Schrank bis es zur Altkleidersammlung kommt. Anders ist es bei unserem Haus. Hier lassen wir uns von Fachleuten beraten und vergessen ganz, dass das Haus uns „passen“ sollte.

→

Entdecken Sie die bequemsten Schuhe Ihres Lebens

Mit Preisvorteil für KNEIPP - Freunde!

Peter Wagner

Comfortschuhe

Tel. 0732/300 333, Fax DW-22
office@peter-wagner.at
www.peter-wagner.at

Die Füße sind so wichtig für unsere Gesundheit, dass Sie beim Schuhkauf unbedingt auf Qualität achten und nicht am falschen Platz sparen sollten.

Bequem und ohne Risiko - jetzt mit 10 Euro Gutschrift

Einfach Katalog bestellen, gemütlich auswählen und bestellen - dann die per Post gelieferten Schuhe in Ruhe und ohne Verkaufsdruck anprobieren. Sie haben volle 14 Tage lang Zeit durch Umtausch- und Rücknahmegarantie!

Die gezeigten Schuhe können Sie auch gleich mit dem Neukundenrabatt bestellen!

Bei der kostenlosen und unverbindlichen Anforderung des Peter Wagner Herbstkataloges mit der **Vorteilsnummer IH62** (am Telefon durchgeben) erhalten Sie den **Katalog plus Gutschrift von € 10,-**, die Sie als **Neukunde** beim Erstkauf einlösen können!

auch für eigene Einlagen



◀ **JULIANE**

schwarz, weiß
Gr. 36-42
€ 85,-



◀ **LARA**

rot, blau,
braun, grün
Gr. 36-42
€ 115,-

Anforderungskupon

An Fa. Peter Wagner Comfortschuhe,
4030 Linz/Pichling, Im Südpark 181

IH62

JA, senden Sie mir kostenlos und unverbindlich den aktuellen Peter Wagner Katalog
 JA, senden Sie mir mit 14tägigem Umtausch- und Rückgaberecht (Versandspesen € 4,-)

___ P. **Juliane** weiß schwarz Größe ___ à € 85,-

___ P. **Lara** rot blau braun grün Größe ___ à € 115,-

Name/Vorname

Straße /Nr.

Plz/Ort

Geb.Datum - falls kein Geheimnis

Gebaut wird was dem Architekten gefällt und dem aktuellen Trend entspricht. Dann ziehen wir ein und merken, dass es an vielen Ecken und Enden „zwick“, das Haus nicht wirklich zu uns passt. Da wir unser Haus schlecht zur Altkleidersammlung bringen können, sind wir gezwungen, uns an die Gegebenheiten zu gewöhnen. Doch es kann auch anders sein. Versuchen Sie einmal, ihr Haus als lebenden Organismus zu sehen, der sie unterstützen aber auch schwächen kann. Finden Sie in Ihrem Haus eine Symmetrie, vielleicht sogar ein Gesicht. Sicher sind Sie schon an Gebäuden vorbeigekommen, die abweisend und aggressiv gewirkt haben, oder auch freundlich und einladend. Schauen Sie einmal Ihr eigenes Zuhause an. Nicht so im Vorübergehen des täglichen Alltags. Vielmehr wie ein Kind, das mit spielerischer Neugier langsam das Leben entdeckt und fasziniert einem Schmetterling zusehen kann, wie er von Blume zu Blume flattert.

Vielleicht fragen Sie sich jetzt, was das im Nachhinein noch bringen soll. Ihr Haus ist doch schon gebaut und Sie haben weder das Interesse noch die Möglichkeit, Mauern zu versetzen oder überhaupt neu zu bauen. Auch hier finden wir die Antwort in der Natur. Ein wunderschönes Beispiel sind Bäume. Der Samen eines Baumes hat nur eine Chance zu wachsen, auch wenn er nicht auf fruchtbaren Boden fällt sondern auf einen Stein. Das ist seine Gegebenheit und man könnte glauben, dass hier kein Leben entstehen kann. So wie wir glauben können, das bei unserem Haus nichts mehr zu ändern ist. Doch an-

ders als wir Menschen, beginnt der Samen nicht mit seinem Schicksal zu hadern oder neidisch auf den Samen zu blicken der wenige Meter neben ihm in fruchtbare Erde gefallen ist. Geduldig wird er auf den nächsten Regen warten und auf die Sonne vertrauen. Und siehe da, es sprießen kleine Wurzeln, die durch alle Ritzen und Furchen des Steines hindurch in der Erde wachsen und Nährstoffe aufnehmen. Und siehe da, ein kleines Bäumchen beginnt zu wachsen. Mit demselben Vertrauen wenden wir uns jetzt wieder unserem Haus zu. Auch wir warten auf das Wasser, das für die vielen Lösungsmöglichkeiten steht und immer einen Weg fin-

„Eine schlechte Wohnung macht brave Leute verächtlich.“

Zitat: Johann Wolfgang von Goethe

det. Und wir vertrauen auf die Sonne, die uns Wärme spendet und die Lösung ans Licht bringt. Dann beginnen wir zu spüren, dass unser Haus in einem sonnigen Gelb viel freundlicher wirken würde.

Das es ein Geschenk ist, wenn wir beim nach Hause kommen von zwei Margeritenbäumchen begrüßt werden. Das ein Licht die dunkle Zufahrt nicht nur heller machen würde, sondern einem ein ganz anderes Gefühl vermitteln würde, wenn ich zu meinem Haus gehe. Dass es für die Müllkübel hinter dem Haus eine schöne

Nische gibt und es mir viel lieber ist, ein paar Schritte mehr zu machen, als ständig über sie drüber zu fallen. Oder ich raffte mich endlich auf, meinen Gartenzaun zu streichen, der schon Jahre darauf wartet, in einem neuen Glanz zu erstrahlen. Dies sind nur ein paar der Möglichkeiten zu einer stimmigen Veränderung. Und langsam, langsam beginnt unser Haus zu leben. Durch jedes liebevolle Detail bekommt es ein Gesicht, das uns freundlich zulächelt. Und hier bietet Feng-Shui eine große Hilfe mit seinen vielen Hinweisen und Anregungen. Doch betrachten Sie diese Hinweise nicht als unumstößliche Regeln, die zu 100 % erfüllt sein müssen, um ein harmonisches Wohnen zu ermöglichen. Ich möchte hier keine Liste erstellen, die Sie Punkt für Punkt abhaken oder die Sie zur Resignation bringt, da bei Ihnen alles „falsch“ ist. Vielmehr möchte ich Sie anregen, in sich hineinzuhören, die Natur zu beobachten und Ihre eigenen Schlüsse aus den Beobachtungen ziehen. Wenn Sie diesen Schritt gemacht haben, werden wir uns in dem nächsten Teil dieser Serie mit den einzelnen Räumen beschäftigen und ich werde Ihnen Lösungen aus der Praxis vorstellen. So können auch Sie es schaffen, dass aus Ihren Wohnräumen wieder Lebensräume werden. ■



Norbert Schafflinger

Gastgarten mit Blick auf Wienzeilen-Architektur. Küche aus dem alten und neuen Österreich. Große Weinkarte.

Horvath
GASTHAUS

Hamburgerstraße 2 • 1050 Wien
Tel. 01 / 58 57 300
Fax 01/ 58 57 670
E-Mail: gasthaushorvath@nextra.at
Mo–Fr: 12.00–15.00 & 18.00–24.00
Sa., So. und Feiertag: geschlossen

Besuchen Sie die Blindenmarkter Herbsttage und genießen Sie danach unsere Gastlichkeit!



Gasthof „Zur Goldenen Sonne“

Rosa Pitzl
Tel.: 0 74 73 / 23 30
Hauptstraße 38
3372 Blindenmarkt

„Die Kunst des gesunden Wohnens“ – Seminar mit Josef Fischbach von 17. - 19. November 2006



Sporthotel Kogler ****

Hallenbadstraße 1 • 5730 Mittersill
Tel.: 0 65 62 / 46 15
www.hotel-kogler.at