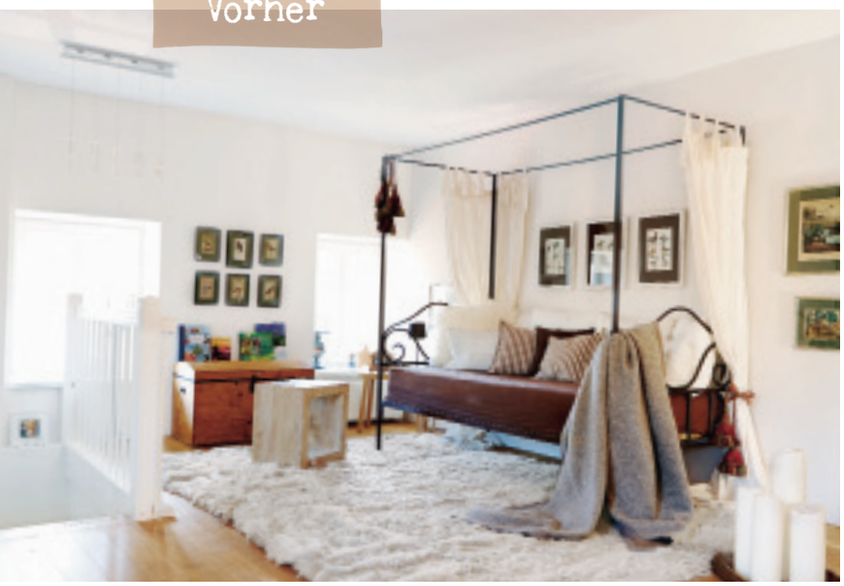
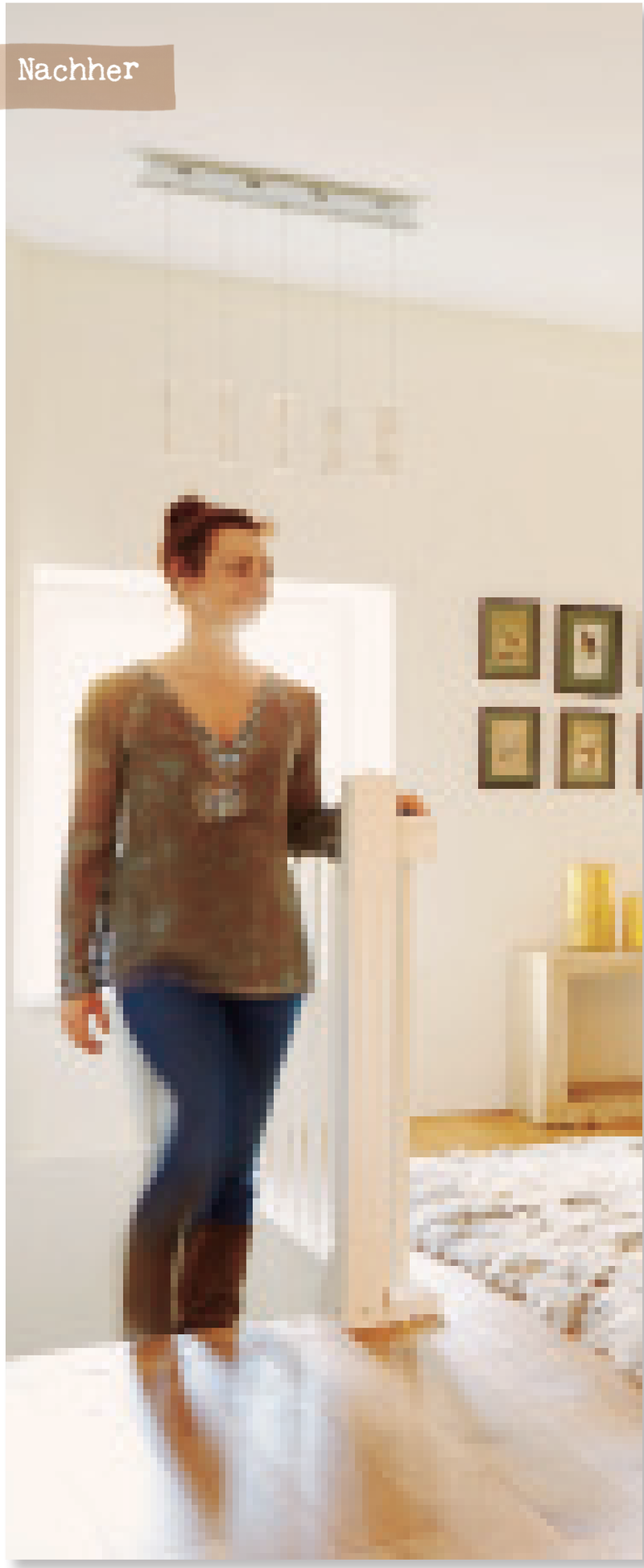
Gelungenes Feng Shui: Die Mitte einer Wohnung ist besonders wichtig – positive Energie kann sich hier auf alle anderen Bereiche auswirken. Hier steht der Esstisch im Zentrum; der Raum ist hell und luftig, in den Kristallen des Leuchters spiegelt sich Licht, Blumen symbolisieren Lebenskraft

Das Feng Shui Experiment

Vorher



Nachher



Schwarzer Bezug und weiß-goldene Kissen auf dem Tagesbett symbolisieren das fehlende Element Metall; überflüssige Möbel wurden entfernt. Der Raum wirkt nun akzentuierter, strahlt Kraft und gleichzeitig Ruhe aus

Wie genau sieht eine Wohnung aus, wenn sie plötzlich komplett nach Feng-Shui-Regeln umgestaltet wird – und lebt es sich darin wirklich besser? Wir machten das Experiment …

Diese Wand", sagt Mark Sakautzky und macht eine bedeutungsschwere Pause, „muss golden gestrichen werden." Gold – wirklich jetzt? Ich nicke betroffen. Was keinesfalls freudiges Einverständnis signalisieren soll, sondern lediglich auf meinen Schock zurückzuführen ist. Immerhin steht der Mann mitten in meinem Wohnzimmer und deutet auf die größte Wand im Raum. Einem Raum, wohlgemerkt, der in warmen Erdtönen und zartem Grau gehalten ist, leise und zurückhaltend. Und ausgerechnet hier soll die Wand ab jetzt in protzigem Gold erstrahlen. Ich schlucke. Und hoffe inständig, dass die restlichen Änderungsvorschläge zumindest farblich ein wenig dezenter sind…

Klar – die Idee klang super: Wir laden einen der führenden Feng-Shui-Berater ein und lassen ihn eine Wohnung komplett nach den Leitlinien dieser Philosophie umgestalten. Ein Feng-Shui-Vorher-Nachher-Experiment quasi. Unser Experte ist Mark Sakautzky, der einzige europäische Feng-Shui-Berater, der zugleich die Imperial Masterwürde besitzt. Die betreffende Wohnung – nun, das ist meine, und als ich in dieses Experiment einwillige, glaube ich noch fest, dass lediglich ein paar Möbel umgestellt und mir einige Topfpflanzen aufgenötigt werden. Doch weit gefehlt – denn Mark Sakautzky beherrscht sein Handwerk. Und klärt mich sogleich auf: „Feng Shui ist ein Naturprinzip", sagt er. „Es basiert auf jahretausendealten Naturbeobachtungen – seine Ursprünge gehen zurück auf die ersten Schamanen, die eine bewusste Art der Raumgestaltung bereits in Erdhöhlen vornahmen, um die Ahnen und Götter zu ehren." Zwischen 618 und 1279 n. Chr. dann wird Feng Shui im chinesischen Reich zur Wissenschaft erhoben: Astronomen, Astrologen, Mathematiker, Philosophen, Mediziner und Naturwissenschaftler kombinieren ihre Erkenntnisse mit dem bestehenden Wissen zu einem ganzheitlichen System. So gilt Feng Shui bis heute als das am besten erhaltene und schriftlich komplett überlieferte Konzept vom ganzheitlichen Bauen, Wohnen und Planen. „Es geht letztlich immer um die Aktivierung und Erhaltung von gesunden Naturprozessen", so Sakautzky. Das impliziert bereits die Bedeutung des Begriffs: Wind (Feng) und Wasser (Shui) sollen stets in einem ausgewogenen Verhältnis zueinander stehen, damit die positive Lebensenergie, das Chi, in ausreichendem Maße vorhanden ist. „Möchten Sie an einem Ort wohnen, an dem ständig der Wind weht?", fragt Mark Sakautzky. „Chi kann sich an einem solchen Ort nicht halten, es wird weggepustet. Wohl fühlen wir uns dort, wo eine leichte Brise geht und Wasser fließt, das sich lieblich durch die Landschaft windet."

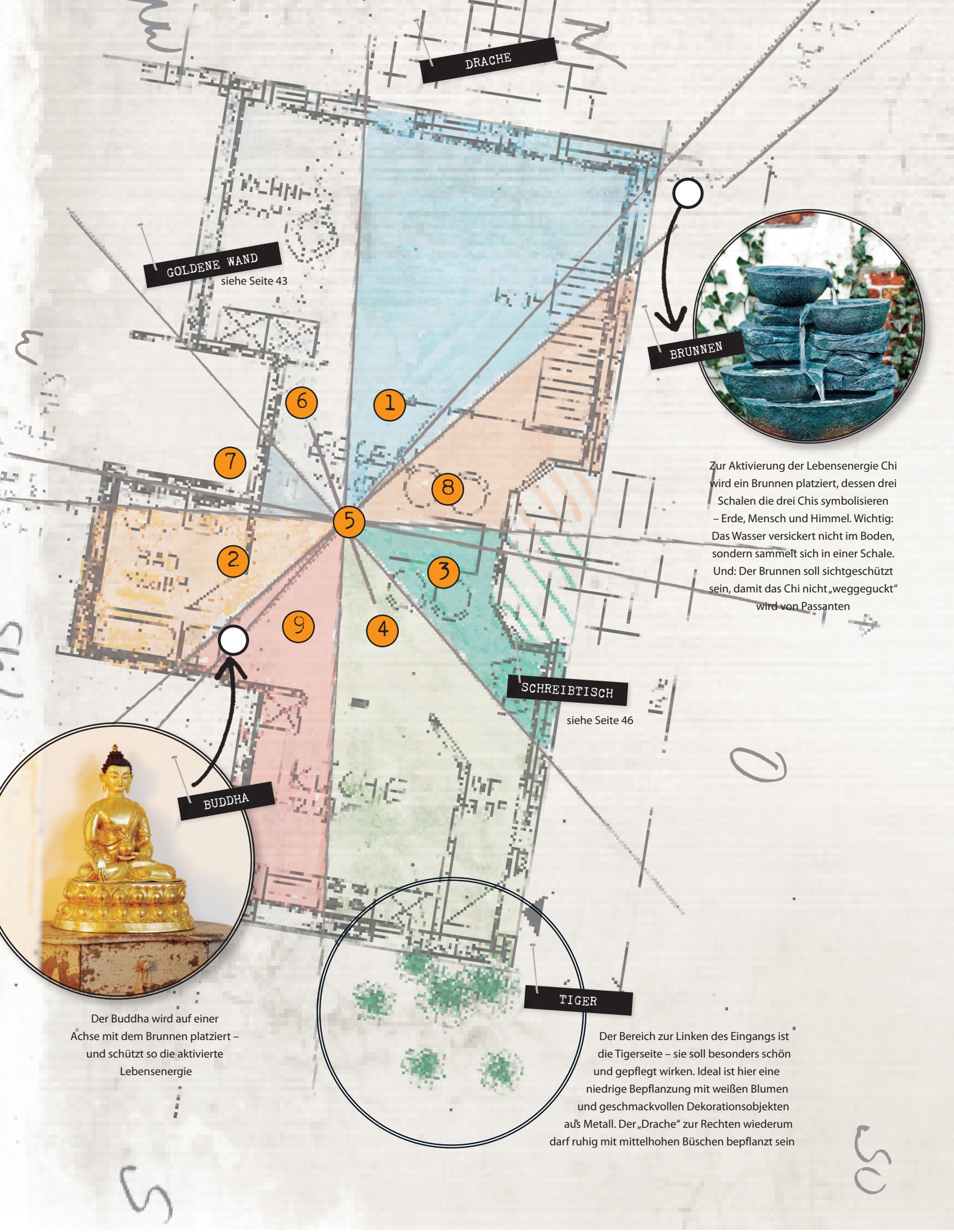
Ziel des Feng Shui ist die Harmonisierung des Menschen mit seiner Umgebung – die verschiedenen Elemente werden dabei durch Texturen, Formen, Farben stellvertretend eingesetzt. Ich lerne: Das hat wenig mit Möbelrücken oder Topfpflanzen zu tun, aber viel mit komplizierten Berechnungen. Noch bevor die eigentliche Beratung beginnt, werden Horoskope erstellt für alle Bewohner der Wohnung und deren BaZi-Zahlen bestimmt – sie geben Aufschluss über den persönlichen Lebensweg und jene Kräfte, die auf dieser Reise unterstützend wirken können. Zudem fülle ich den Wu-Xing-Test aus, der Aufschluss über das Verhältnis der fünf Elemente Wasser, Feuer, Metall, Erde und Holz gibt. Dann erscheint Herr Sakautzky persönlich – und verbringt die kommenden Stunden mit erneuten Berechnungen, diesmal unter anderem auf Grundlage des Wohnungsgrundrisses.

Gelegentlich schleiche ich vorbei, erhasche Blicke auf Notizen, die er ärgerlicherweise auf Chinesisch verfasst hat; versuche in seinem Pokerface zu lesen und räume klammheimlich noch ein wenig auf. „Grundsätzlich ist für Innenräume Folgendes positiv – Sauberkeit, Ordnung, gutes Lichtdesign, klare Strukturen, Eindeutigkeit, wo was passiert, keine Unfallquellen", hatte ich im Vorfelde gelesen und hoffe, zumindest diese Grundanforderungen zu erfüllen. Dann endlich geht die eigentliche Begehung los. Und sie beginnt – im Garten. Ausgerechnet. „Rund 70 Prozent des Chi werden durch die äußeren Umstände – den Wohnort, die Straße, das Grundstück, die umliegende Bebauung und Bepflanzung, sogar die Nachbarn – bestimmt", erklärt Herr Sakautzky. „Nur 30 Prozent des Feng Shui passieren über die Gestaltung der Innenräume." Tja. Pech gehabt: Meine „Tigerseite", die weibliche Seite zur Linken des Eingangs, so erfahre >

Nachher

Vorher

Mit seinem Lo Pan, einem speziellen Feng-Shui-Kompass, stellt Mark Sakautzky Berechnungen an. Ganz oben: Der wuchtige Hocker wird durch ein leichtes Tischchen ersetzt – und die Wand goldfarben gestrichen, weil das Element Metall im Raum fehlt



Zur Aktivierung der Lebensenergie Chi wird ein Brunnen platziert, dessen drei Schalen die drei Chis symbolisieren – Erde, Mensch und Himmel. Wichtig: Das Wasser versickert nicht im Boden, sondern sammelt sich in einer Schale. Und: Der Brunnen soll sichtgeschützt sein, damit das Chi nicht „weggeguckt" wird von Passanten

Der Buddha wird auf einer Achse mit dem Brunnen platziert – und schützt so die aktivierte Lebensenergie

Der Bereich zur Linken des Eingangs ist die Tigerseite – sie soll besonders schön und gepflegt wirken. Ideal ist hier eine niedrige Bepflanzung mit weißen Blumen und geschmackvollen Dekorationsobjekten aus Metall. Der „Drache" zur Rechten wiederum darf ruhig mit mittelhohen Büschen bepflanzt sein

DIE 9 LEBENSBEREICHE – UND WAS SIE SYMBOLISIEREN

1 KAN – NORDEN / LEBENSREISE

Im Norden liegt jener Bereich, der unsere Lebensreise symbolisiert. Karriere, Beruf und Berufung, aber auch die eigene Entwicklung und das Vertrauen in uns selbst spiegeln sich hier. Das herrschende Element ist Wasser – Wasserschalen, Bilder mit Wassermotiven, fließende Stoffe wie Seide, kühle Töne wie Schwarz oder Blau und natürliche Formen wirken unterstützend. Negativ hingegen sind herumstehende Kartons, Taschen, Schuhe – sie symbolisieren Stagnation.

2 KUN – SÜDWEST / BEZIEHUNGEN

In diesem Bereich sind all unsere zwischenmenschlichen Beziehungen dargestellt – zu unserem Partner, der Familie, Freunden, Nachbarn, Kollegen. Kun steht für Mütterlichkeit, für das Empfangen, aber auch für die Kraft der Transformation. Positiv wirken Gestaltungselemente, die Gemeinsamkeit symbolisieren – paarweise aufgestellte Kerzen, zwei Blumen in einer Vase, Partnerschaftsbilder, offene Gefäße. Erdige Farben wie Sand, Gelb, Braun, helles Licht und Kristalle unterstützen das herrschende Erd-Element.

3 CHEN – OSTEN / FAMILIE

Im Osten stehen unsere Ahnen und die Familie – und mit ihnen Familienstreitigkeiten. Aber auch unsere Gesundheit, unsere Wurzeln und die Kraft des Neubeginns. Familienfotos haben hier einen guten Platz, ebenso alles, was Gesundheit, Wachstum, aufwärtsstrebene Kräfte symbolisiert – Bilder von Sonnenaufgängen, frische Blumen, Säulen, Zeugnisse des eigenen Werdegangs. Vertikale Formen, Holz und die Farbe Grün sind ideal.

4 SUN – SÜDOST / GLÜCK

Sun symbolisiert Wachstum, Wohlstand, Glück, Beruf und Karriere – unseren inneren und äußeren Reichtum, ebenso unsere Fähigkeit, Zufriedenheit zu empfinden und Herausforderungen zu bewältigen. Alles, was Glück und Fülle darstellt, findet hier einen guten Platz: leere Schalen etwa, in denen sich der Reichtum sammeln kann, Münzen, Edelsteine, Goldbarren. Auch Bambus oder Gräser sind positiv, dazu luftige, flatternde Stoffe wie Leinen und frühlingshafte Farbtöne.

5 TAI CHI – DIE MITTE

Im Zentrum liegt die Kraft der eigenen inneren Mitte – eine harmonische Gestaltung ist hier besonders wichtig, denn sie kann sich auf alle anderen Bereich auswirken: Helligkeit, warme, gelbliche Erdtöne, Kristalle, runde Formen, Luftigkeit – all das wertet die Kraft der Mitte auf. Ideal wirken hier zentrierende Möbelstücke oder Gestaltungselemente – ein Tisch als Mittelpunkt etwa, ein schönes Mosaikdesign im Boden. Zu vermeiden ist eine mit schweren Möbeln zugestellte Mitte.

6 CHIEN – NORDWEST / STRATEGIEN

Im Nordwesten geht es um Strategien, Analysen, Entscheidungen für die Zukunft und Umsetzungskraft. Runde Formen, die Farben Weiß, Gold, Silber, glänzende Flächen und metallische Objekte wie Klangschalen sind hier ideal. Da auch Mentoren, Freunde und Unterstützer ihren Platz im Nordwesten haben, könnte eine Raumecke gemeinsam gestaltet oder deren Unterstützung hier symbolhaft in Szene gesetzt werden.

7 TUI – WESTEN / SINNLICHKEIT

Im Westen steht die Sinnlichkeit, etwa Musik und Künste, ebenso Verführung und Erotik. Auch Projekte im Anfangsstadium, Kreativität, neue Ideen sind hier angesiedelt. Alles, was die Sinne anspricht, die Fantasie anregt und an Lebensgenuss erinnert, gehört in diesen Bereich: Kunstwerke, Musik, Duft-Bouquets. Dazu runde, ovale, offene Formen, metallische Farben, glänzende Oberflächen. Gut sind auch gemütliche Sitzecken, die zu ausgelassenen Gesprächen oder intensivem Brainstorming anregen.

8 KEN – NORDOST / ERKENNTNIS

Dieser Bereich stellt die Erkenntnis, das eigene Wissen und die innere Ruhe dar. Es ist der Bereich, in dem wir uns mit uns selbst am intensivsten auseinandersetzen können. Positiv wirken hier die Erdtöne Gelb und Braun, Bilder von Weisen und heiligen Plätzen, Berg-Motive, Wissens-Symbole und quadratische oder flache Formen wie Sitzwürfel oder -bänke. Insgesamt sollte eine angenehme Stille die Atmosphäre beherrschen, die zur inneren Einkehr und Meditation einlädt.

9 LI – SÜDEN / ANERKENNUNG

Die sogenannte „Ruhmzone" birgt das äußere Ansehen, das Selbstbewusstsein und das erreichte Potenzial. Ideal ist eine Gestaltung mit hellem Licht und allem, was Leuchtkraft, Klarheit, Inspiration symbolisiert – Sonnenmotive oder Spotlights etwa. Zum Himmel ausgerichtete Formen – Pyramiden, Dreiecke – unterstützen das Feuerelement, ebenso alle rötlichen Töne, sowie Azurblau. Toll wirken auch Feuer-Pflanzen wie Fuchsien, Amaryllis, Hornveilchen oder Zwergpalmen. >

Der Schreibtisch steht im Flurbereich; die Kante zeigt aggressiv auf alle Besucher. Der Tisch wird ersetzt durch einen halbrunden Sekretär, das übermächtige Bild an der Wand entfernt. Sofort wirkt alles harmonischer und leichter

ich, ist leider ein Minuspunkt. „Der Tiger soll schön, weich, gepflegt sein" erklärt der Experte. In meinem Vorgarten kümmern Rosen vor sich hin, deren Dornen im Feng Shui nicht nur als aggressiv gelten, sondern auch mit Unterleibsproblemen in Verbindung gebracht werden. Der hintere Garten hingegen – die männliche „Drachenseite" zur Rechten des Eingangs – soll offen und frei sein. Dort liegt eine überschaubare Rasenfläche, die wohlwollend abgenickt wird. Gleich im Flur allerdings erlebe ich mein Feng-Shui-Waterloo: Das Chi müsse sich hier erst „durch ein enges Gekruschel an Jacken, Mützen, Handschuhen" quälen, bevor es überhaupt ins Innere der Wohnung gelangt. Will heißen: Die Garderobe soll verschwinden, damit der Flur freier wird. Denn mit jedem Lebewesen, das durch meine Tür tritt, gelangt auch das Chi dieses Wesens in meine Wohnung – und das soll freundlich eingeladen werden. Im Wohnzimmer dann – die goldene Wand. Warum? „Weil hier das Element Metall fehlt als Vermittler zwischen der herrschenden zeitlichen Energetik und der Formenergetik des Raums." Aha. Im Obergeschoss das Gleiche: Metall fehlt – es soll Einzug halten durch eine farbliche Umgestaltung des Tagesbettes mit schwarzem Bezug und weiß-goldenen Kissen. Dazu eine Wasserschale mit Rosenblüten, die das Element Wasser stärken. Im Schlafzimmer ebenfalls eine farbliche Umgestaltung: Weil meine Persönlichkeit vom Element Holz geprägt ist, soll ich hier blaue Akzente setzen, die dem Wasser-Element angehören – denn nach Feng Shui nährt und stärkt das Wasser Holz. Insgesamt nimmt Mark Sakautzky viele kleine Änderungen vor – und ja, er stellt auch einige Möbel um. Topfpflanzen tauchen auf seiner Liste allerdings nicht auf. Wohl aber eine Buddha-Figur und ein Brunnen, die beide auf einer exakt berechneten Achse platziert werden, um die Lebensenergie der Bewohner zu aktivieren (Brunnen) und zu schützen (Buddha).

In den nachfolgenden Tagen setze ich alle Änderungen um, etliche davon mit kleinlautem Nörgeln. Blaue Bettwäsche? Bäh, denke ich. Und dann diese goldene Wand! Fast zwei Monate sind vergangen seitdem – und irgendwie … nun, irgendwie fühle ich mich ruhiger. Ich komme abends in meine Wohnung, und es ist, als ließe ich die Welt draußen und trete hinein in einen geschützten Bereich. Ich schlafe besser. Ich fühle mich sogar besser. Und ich mag meine goldene Wand. Ehrlich gesagt ist sie gar nicht so protzig. >

Imperial Feng Shui Master Mark Sakautzky leitet die „Internationale Feng Shui Akademie" bei Hamburg (www.internationale-feng-shui-akademie.de), deren Schwerpunkt auch in der Ausbildung liegt. Die nächste 6-monatige Basisschulung beginnt am 13.2. in Ahrensburg, am 27.2. in Bad Homburg

TEXT **DOROTHEE TEVES**

FOTO **ILONA HABBEN** ASSISTENZ **NASSIM OHADI** STYLING **HEIKE SCHRÖDER**

Nachher

Blaue Bettwäsche symbolisiert Wasser – jenes Element, das meine Holz-Persönlichkeit stärkt. Kleiner Minuspunkt: Das metallene Bettgestell – Holz wäre besser. Ist hier aber nicht entscheidend, da keine Wasseradern den Raum kreuzen – ansonsten könnte ein Metallbett deren negative Energien verstärken

Mark Sakautzky lächelt und erklärt seine Berechnungen: Das Schlafzimmer ist der Yin-Bereich – es soll Ruhe, Schutz, Geborgenheit vermitteln

Kleine Tipps zum Selbermachen

Ja, es gibt sie – die kleinen Handgriffe, die sofort ein wenig mehr Harmonie schaffen. Weil sie den Weg frei machen – und die gute Energie in unserem Zuhause fließen lassen …

1 Ordnung lässt Energie fließen

Bücherregale sind wunderbar – allerdings sind sie meistens auch vollgestopft mit allem möglichen Kleinkram. Harmonischer ist eine klare Struktur – die Bücher sollten mit der Kante des Regals abschließen und eine geschlossene Front bilden. So fließt das Chi geschmeidig am Regal vorbei, ohne sich dort zu verirren und ins Stocken zu geraten.

2 Das Chi willkommen heißen

Dem Eingangsbereich wird – neben dem Schlafzimmer und der Küche – im Feng Shui die größte Bedeutung beigemessen. Er symbolisiert den „Mund" des Hauses, durch den gutes Chi ins Innere gelangen soll. Der Eingang sollte Gäste freundlich willkommen heißen – das gelingt durch ein liebevoll gestaltetes Namensschild, eine fröhliche, lichte Bepflanzung. Ideal sind zwei Leuchten links und rechts über der Eingangstür – wie die Augen eines Menschen betrachten sie Besucher und weisen den Weg.

3 Den rechten Weg gehen

In der Diele soll dem Chi – und allen Gästen – der rechte Weg gewiesen werden. Das gelingt z. B. durch Bilder, die Bewegung zeigen – einen Fluss etwa, der in Richtung Wohnzimmer fließt, oder einen Läufer, der dorthin führt. Unglücklich sind hingegen verspiegelte oder reflektierende Türen oder Spiegel gegenüber der Eingangstür – das Chi wird durch sie direkt wieder aus dem Haus gespiegelt. Ebenso ungünstig wirken sich Kanten oder Pfosten aus, die auf die Mitte der Tür zielen – sie zerschneiden den feinstofflichen Körper eines Menschen jedes Mal, wenn er durch die Tür geht und schwächen so auf Dauer das Immunsystem. Das ist sogar kinesiologisch nachweisbar.

4 Die Energie des Yin-Bereichs

Im Schlafzimmer sollten wir uns sicher und geborgen fühlen. Idealerweise steht das Bett mit dem Kopfteil an einer soliden Wand, und wir haben von dort aus die Tür und alle Fenster im Blick. Spiegel sollten grundsätzlich niemals dem Bett gegenüber hängen– sie reflektieren Wasseradern im Raum und können generell einen unruhigen Schlaf erzeugen.

5 Entspannung für die Seele

Noch eine Regel für den Schlafbereich: Schaffe einen Raum für die Seele – und für Romantik. Schöne Beleuchtung, Kerzen, erotische Bilder gehören unbedingt hierher. Kinderfotos, religiöse Symbole, Laptops, Fernseher, Wäscheberge und das Bügelbrett – eher nicht. Familie, Arbeit – all das findet in anderen Räumen statt. Dieser Bereich gehört nur dir.

6 Das Zentrum im Blick

Die Küche galt einst als wichtigster Bereich des Hauses, als Zentrum. So gilt bis heute: Der Herd sollte vor einer soliden Wand stehen und den Überblick über die Küche gewähren. Ist das nicht möglich, kann man zum Beispiel kleine Zierspiegel anbringen, um vom Herd aus die Küchentür einzusehen. Ebenso bietet sich hier die Farbe Grün als Gestaltungselement an – sie symbolisiert Holz, jenes Element, das das Feuerelement der Küche nährt.

7 Sichere Rückendeckung

Im Wohnzimmer sollten Sitzmöbel vor soliden Wänden stehen und einen Überblick über den Raum gewähren. Diese sogenannte „Power Position" empfinden wir als schützend. Fehlt die Rückendeckung, bauen wir unbewusst einen Energie-Schutzschild im Rücken auf, um uns abzusichern.

SPRINGBRUNNEN **BERNDT VINTIS E.K.** KISSEN, DECKEN&TISCHDEKO **DIE WÄSCHEREI** KLANGSCHALEN **HIMALAYA** GOLDENER BUDDHA **TIBETAN LAMA ART**