

Feng-Shui: Gesund wohnen

Worauf achten, wenn man eine neue Wohnung sucht und wie die derzeitige Wohnsituation verbessern? Die besten Tipps und Tricks aus der Feng-Shui-Lehre für gesündere Wohnqualität

Von Gerlinde Felix

Wenn Sie ständig unausgeschlafen sind und vielleicht auch noch mit Kopfschmerzen aufwachen, könnte es sein, dass Sie Ihren Schlafplatz verlegen müssen. Vielleicht ist Ihre Bettposition energetisch ungünstig, was eine Energiemessung mit dem chinesischen Kompass Lo Pan bestätigen kann.

Die Lehre, in der diese Energiemessungen eine wichtige Rolle spielen, ist das Feng-Shui (Feng = Wind, Shui = Wasser). Es beschäftigt sich mit der harmonischen und energetisch günstigen Gestaltung von Gärten und Räumen. Feng-Shui geht davon aus, dass

es zwischen dem Lebensraum und unserem Leben Wechselwirkungen gibt. Wer in seine Wohnung räumliche Blockaden einbaut, hat oftmals innere Blockaden und umgekehrt.

Die unsichtbare Lebensenergie Chi kann, so die Vorstellung, durch äußere Faktoren beeinträchtigt sein. Feng-Shui-Maßnahmen stoßen Veränderungen an. Sie können ähnliche Effekte haben wie die Reizung eines Akupunkturpunktes und so den Chi-Fluss im Körper stimulieren.

Optimale Bedingungen schaffen

„Feng-Shui kann keine Wunder vollbrin-

gen und keine Erkrankungen heilen. Aber es kann durch Stimulierung des Energieflusses die Basis für größeres Wohlbefinden schaffen“, so die Bad Homburger Feng-Shui-Expertin Nicole Finkeldei von der Internationalen Feng-Shui-Akademie. Sie beschreibt die Vorgehensweise: „Wenn eine Person an Schlafstörungen leidet, dann messen wir zunächst die Grundenergie des Schlafzimmers und bestimmen für sie die individuell günstigste Position des Bettes. Dann wird das Bett auf das Grad genau in die berechnete Lage gebracht.“

Für die Chinesen kann ein Haus genauso wie ein Mensch Einflüsse aus der Umgebung empfangen und wieder ausstrahlen. Feng-Shui-Expertin Finkeldei: „Mitunter gibt es geologische Störfelder, die durch Erdverwerfungen oder

unterirdische Wasservorkommen verursacht sind. Wenn eine unterirdische Wasserader unter einem Bett verläuft oder sich ein Kreuzungspunkt unter einem Bett befindet, kann dies gesundheitsschädliche Folgen haben. Sich kreuzende Wasseradern sind besonders problematisch. Durch das Meiden von Wasseradern und viele kleine Veränderungen wie das Beseitigen von scharfen Kanten und Ecken lassen sich die energetischen Verhältnisse in einem Raum verbessern.“



„Feng Shui“, Gräfe und Unzer, 19,90 Euro

Die Umwelt bestimmt die Grundenergie eines Hauses

Feng-Shui-Berater bestimmen auch, welche Person am besten für einen Raum geeignet ist und setzen die Fünf-Elemente-Lehre (Metall, Holz, Feuer, Wasser,

Aroma-Abc

- Verbesserung der Raumluft:** Wacholderbeere, Weihrauch, Zitrone, Eukalyptus
Beruhigung: Anis, Sandelholz, Baldrian
Entspannung: Zimtrinde, Sandelholz, Majoran, Lavendel
Energiesteigernd, stärkend: Latschenkiefer, Fichtenadel, Lavendel, Neroli.
Rose, Rosmarin, Salbei
Kreativitätssteigernd: Zimtrinde, Cassia, Koriander
Konzentrationsfördernd: Zitrone, Zitronengras, Nelkenblätter, Pfefferminze, Rosmarin, Wacholderbeere, Weihrauch
Harmonisierend: Rose, Kamille, Orange, Weihrauch
Erotisierend: Ylang Ylang, Vetiver, Patchouli

Erde) ein, um die Energie eines Hauses zu optimieren. Sie begutachten sogar vor einem Hausbau die Erdenergie eines Grundstücks oder bestimmen später die Grundenergie des gesamten Hauses.

Ein Baum im Garten kann aufgrund der Energie der sich ausbreitenden Wurzeln die Erdenergie aufbrechen und schwächen. Ein weiteres Beispiel: Langsam fließendes Wasser und kleine Wildbäche haben nach der Lehre von Feng-Shui eine positive Wirkung. Schnell fließendes Wasser in der Nähe des Hauses sowie stehendes Gewässer, in denen sich Fäulnisbakterien bilden, werden als negativ angesehen.

Wer energetisch günstig und gesund leben möchte, dem würden Feng-Shui-Berater von vornherein von bestimmten Lokaltäten abraten. Das sind z. B. stark befahrene Straßen, Lärmbedingte Schlafstörun-

gen haben nämlich deutliche Einflüsse auf die Gesundheit. Es besteht dadurch ein erhöhtes Risiko für Allergien, Bluthochdruck und Herz-Kreislauf-Erkrankungen sowie für Migräne, wie eine Studie des Forschungsverbands Lärm & Gesundheit im Auftrag der Weltgesundheitsorganisation (WHO) festgestellt hat.

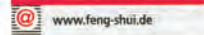
Wie Strahlung unsere Gesundheit beeinflusst

Ungünstig sind auch Stromleitungen über den Hausdächern und nahe gelegene Hochspannungsleitungen. Letztere sollten der elektromagnetischen Strahlung wegen mindestens 300 Meter entfernt sein.

Auch in Bezug auf Mobilfunk-Sendestationen ist Vorsicht angebracht: Für hochfrequente elektromagnetische Strahlung gibt es Studien, die verunsichern. Da ist die Rede von Leukämie, Schlafstörungen, Augentumoren, malignen Lymphomen, Schwindel, Schwächung des Immunsystems, Störung der Hirnfunktion und vielem mehr infolge der Mobilfunkstrahlung eines nahe gelegenen Sendemasten oder der Strahlung eines Handys.

„Tatsache ist jedoch, dass die Exposition durch Handys um den Faktor 1000 bis 10000 stärker ist als durch Basisstationen. Handys haben zwar eine geringere Sendeleistung, aber der Abstand zwischen Strahlungsquelle und Körper ist viel kleiner“, so Professor Jiri Silny vom Helmholtz Institut für Biomedizinische Technik der RWTH Aachen. Andererseits funken Mobilfunk-Sendemasten ständig, Handys dagegen nur, solange man telefoniert bzw. das Handy auf Stand-by-Modus ist. Gegen Handy-Strahlung gibt es ein einfaches Mittel: Stets das Handy ausschalten und nur für kurze Gespräche benutzen,

MEHR INFOS ZUM THEMA



Wer gesund wohnen möchte, kommt ums Möbelrücken nicht drumherum. Doch die Mühe lohnt sich. Studien beweisen: Wer schlecht schläft, weil das Bett falsch steht, erhöht das Risiko, an einer Herz-Kreislauf-Schwäche zu erkranken, um 40 Prozent