

Wohlfühlen mit der Kraft des Raumes

Nadine Hamburger hat ihre Doppelhaushälfte bei Ahrensburg nach **Feng Shui** einrichten lassen. Die Marketingfrau führt Gesundheit und Erfolg darauf zurück

ANETTE BETHUNE

Wer weniger seinem Bauchgefühl und mehr der Ratio folgt, wird vielleicht das Thema Feng Shui als Glaubenssache abtun.

In der taoistischen Harmonielehre wird jedenfalls davon ausgegangen, dass Räume und die Art, wie sie gestaltet sind, Einfluss auf Menschen und ihr Wohlbefinden haben. Manche werden beim Lesen dieser Worte vielleicht zustimmend nicken und sich daran erinnern, wie wohl oder unwohl sie sich in manchen Häusern, Wohnungen und Räumen gefühlt haben. Oder sie erinnern sich an verunglückte Einrichtungsversuche mit der Tür im Rücken, sodass Arbeiten oder Schlafen schwerfielen? Feng Shui-Experten sprechen dann vom „schlechten Qi“ oder von einer gestörten Lebensenergie. Ausgegangen wird dabei von der These, dass Wind (Feng) und Wasser (Shui) in einem ausgewogenen, angemessenen Verhältnis zueinander stehen, damit die positive Lebensenergie in ausreichendem Maße vorhanden ist.

„Feng Shui muss man sich vorstellen wie Akupunktur im Raum“, sagt Bettina Kohl. Sie selbst sei über Yoga und ein Coaching vor Jahren zum Feng Shui gekommen, habe sich an einer darauf spezialisierten Akademie in Ahrensburg in diese uralte Erfahrungswissenschaft einführen lassen. Heute trägt die 48-Jährige den Titel einer zertifizierten Imperial Feng Shui-Beraterin. „Dabei handelt es sich um das ursprüngliche ‚Power Feng Shui‘, das bis vor gar nicht so langer Zeit nur am chinesischen Kaiserhof gelehrt werden durfte und dort als Geheimwissen galt.“

Was es damit auf sich hat, kann Nadine Hamburger berichten. Sie ist selbstständiger Coach und Markenkommunikationsexpertin und hat im April eine 1908 gebaute Doppelhaushälfte zur Miete in der Nähe des Guts Wulfsdorf bezogen. „Ich habe sofort gemerkt, dass das Haus Seele hat. Andererseits spürte ich auch, dass es eine Vorgeschichte hat, die ich nicht übernehmen wollte.“ Sie bat Bettina Kohl um Rat, nicht zum ersten Mal, wie die 41-Jährige erzählt. „Schon in meiner Wohnung am Lehnitzer See bei Berlin hat Bettina Kohl es geschafft, die Räume so auszurichten, dass dort das Qi wieder floss.“ Wie das? „Sie hat beispielsweise den Arbeitsbereich so verlagert, dass mir die Kraft des Sees, des Wassers, wieder als Energiequelle diente.“ Danach habe sie geradezu an ihren Erfolgen messen können, wie wichtig diese Umstellung gewesen sei.



Nadine Hamburger (l.) und Bettina Kohl mit der schützenden Giraffe in der Ecke des Arbeitszimmers

Bethune

Sie könne verstehen, so Hamburger, wenn jetzt einige irritiert die Stirn runzeln. „Aber ich habe gelernt, auf meine Sensibilität zu vertrauen. Und genau diesen Ansatz vertrete ich auch bei meiner Arbeit mit Menschen: Sie zu ermuntern, sich wieder dem Spirituellen zu öffnen. Sie glauben nicht, wie dankbar viele dafür sind.“

Doch zurück zu Bettina Kohl. Wenn sie eine Wohnung oder einen Raum begehrt, dann geschieht dies nicht ohne ihren Lohan. Er sieht aus wie ein Kompass mit seinen vielen chinesischen Zeichen, und tatsächlich ist er das auch, denn mit ihm soll es möglich sein, sogenannte „Assistenten“ wie etwa Steine, Buddhas oder Wasserbrunnen so zu setzen, dass sie wie energetische Akupunkturpunkte wirken.

„Der Schreibtisch von Nadine Hamburger ist beispielsweise exakt auf 0,9 Grad eingemessen“, erläutert Kohl.

Es gilt eine energetische Raumsituation zu schaffen, in der Farbe, Form, Licht und Gegenstände optimal aufeinander abgestimmt sind.
Bettina Kohl

Damit sei gesichert, dass Hamburger bei ihrer Entwicklung von Unternehmensstrategien vom Energiefluss unterstützt werde. Übrigens: Auch die deutsche Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin regt in ihrer Broschüre „Wohlbefinden am Arbeitsplatz“ zur Integration von Feng Shui an, „damit die kreative Energie im Büro besser fließen kann“.

Um einen Fehlbereich im Haus von Nadine Hamburger – eine „tote“, fensterlose Wohnzimmerwand – auszugleichen, wurde dort ein Bild mit einem maritimen Motiv aufgehängt. „Es wirkt jetzt wie ein Fenster“, sagt Kohl. Auch die Buddhafigur, von Hamburger aus einem Impuls heraus einst im Urlaub gekauft, erfüllt in einer Ecke des Raumes nun ihren Sinn und sorgt für mehr Gesundheit und Stabilität. Ebenso wie der kleine Brunnen auf dem Sideboard, irgendwann einmal geschenkt von einem Freund und jetzt so positioniert, dass er Wohlstand und Glück stärkt.

„Es ist wie ein Puzzle, plötzlich fügt sich vieles zusammen“, sagt Nadine Hamburger. Denn auch die gut 1,50 Meter hohe Giraffe aus Holz, ein Mitbringsel aus einem Urlaub in Afrika,

übernimmt nun eine wichtige Aufgabe: Sie stärkt im wahrsten Sinne des Wortes der Marketingfrau beim Arbeiten den Rücken. „Denn eigentlich sollte man nicht mit dem Rücken in einer Ecke sitzen“, erläutert Kohl. Die Giraffe schaffe es aber, die Ecke zu „harmonisieren“. Dafür hätte man alternativ auch eine Pflanze oder einen Paravent nehmen können. Damit es an Visionen bei der Arbeit nicht mangelt, blickt

Hamburger von ihrem leicht geschwungenen Arbeitstisch aus direkt aus dem Fenster auf die Feldmark. Im Schlafzimmer wiederum steht nichts, was Ruhe und Entspannung stören könnte: Familienfotos oder Bücher finden ihren Platz nun in einem Regal im Flur. Und natürlich steht das Bett nicht unter der Schräge. „Das würde nur drücken“, sagt Kohl. Der Eingangsbereich des Hauses wurde hingegen farblich so



Das Imperial Feng Shui arbeitet mit dem Lohan, einer Art Kompass

Gut zu wissen

Prominente wie Madonna, Donald Trump, Steven Spielberg, Sting, Sir Richard Branson, Donna Karan, Oprah Winfrey, Tommy Hilfinger setzen auf Feng Shui.

Zahlreiche Gebäude wurden nach der chinesischen Erfahrungswissenschaft errichtet. So der Trump Tower New York City, Hilton- und Marriott-Hotels, die Bank of America, Royal Bank of Canada, die Citibank und die Guaranty Trust Bank of England.

Firmen wie Coca-Cola, British Airways oder The Body Shop setzen auf das Wissen um Yin und Yang. Es heißt, der Profit und die Effizienz der Mitarbeiter sei bei Coca-Cola im Hauptsitz in Atlanta beträchtlich gestiegen.

Einblicke in die Kunst des Feng Shui gewährt die Internationale Akademie in Ahrensburg am 23. August kostenlos in einem Online-Seminar ab 17 Uhr. Notwendig ist dafür eine formlose Anmeldung unter info@ifsa.info. Die Teilnahme an einem Einsteigerseminar, 29. August, kostet 140 Euro. Mehr unter www.ifsa.info (be)

gestaltet, dass ein fröhliches „Willkommen“ geradezu spürbar wird.

„Beim Feng Shui müssen keine Wände eingerissen werden“, sagt Kohl. Es gehe allein darum, eine energetische Raumsituation zu schaffen, in der Farben, Formen und anderes optimal aufeinander abgestimmt werden. Hamburgers Botschaft an Skeptiker lautet indessen: „Warum nicht die Kraft der Räume nutzen, wenn das doch wirkt?“

So kommt man zur Ruhe

Wo das **Schlafzimmer** liegen sollte, wie man es einrichtet und was man besser weglassen sollte

Ein Schlafzimmer sollte Sicherheit und Ruhe ausstrahlen, um dort wirklich gut schlafen zu können. Feng Shui-Expertin Bettina Kohl rät dazu, bei der Raumwahl auch dem Bauchgefühl zu folgen. „Optimale Ruhe erhält man in Räumen, die in den sogenannten Yin-Himmelsrichtungen liegen. Dazu gehören der Nordwesten, Norden und Nordosten.“ Außerdem sollte der Raum so gelegen sein, dass Lärm oder Gerüche nicht belästigend wirken können.

Die Decke sollte nicht zu hoch und nicht zu niedrig sein, möglichst ohne Balken oder Schrägen. Ein Raum im Keller ist ungeeignet, da man sich quasi

unter der Erde befindet („Grab“). „Auch unter dem Dach sind eigentlich zu aktive Energien“, sagt Kohl.

Außerdem empfiehlt die 48-Jährige, möglichst nicht mit dem Kopf zur Wand zu schlafen, wenn sich auf der anderen Seite die Küche oder das Bad befindet. Wer aus Platzgründen das Büro ins Schlafzimmer verlagern muss, sollte für eine Sichtbarriere sorgen, beispielsweise durch ein Regal oder einen Paravent.

Das Bett sollte so positioniert sein, dass es einen „soliden Rücken“ als Schutz hat, zum Beispiel eine Wand, und dabei möglichst nicht unter dem

Fenster oder an der Heizung stehen. „Wenn man sich aufrichtet, sollte man die Tür im Blick haben“, rät Kohl. Ist das Bett an der Wand der Tür, kann man sich mit Beistelltisch, kleinem Regal oder Pflanze zwischen Bett und Tür Geborgenheit schaffen.

Um Elektrosmog zu vermeiden, sollte man auf Fernseher, Funkwecker, Handy, Telefon und Computer im Raum verzichten und über dem Kopfende keine hervorstehenden Regale oder schweren Bilder hängen. Jegliche Gegenstände, mit denen man negative Assoziationen verbindet, sollten entfernt werden. (be)



Aufgeräumt und hell wirkt der ganz in Weiß gehaltene hintere Teil des Flurs



Farben, Formen und Accessoires sollen hier auch an das Meer erinnern