

Entspannung pur mit dem Rücken zur Wand

Computer kann ein Grund für Schlafstörung sein

VON UNSERER REDAKTEURIN
SABINE KROY

GEILENKIRCHEN/ÜBACH-PALENBERG. Es ist zwar makaber, aber historisch belegt: Die Altenteilerhäuser, die an Bauernhöfe grenzen, wurden in eine bestimmte Richtung gebaut, die besonders starke Schwingungen verursacht – so dass die Abgeschobenen schneller das Zeitliche segneten. „Das beweist, dass es Feng Shui auch bei uns gab, nur das Wissen ist im Laufe der Jahre verschütt gegangen“, erklärt Susanne Knorr, die diese 4000 bis 5000 Jahre alte Kenntnis unter anderem bei der Volkshochschule an andere Menschen weitergibt. Sie selbst kam durch den Umbau eines alten Bauernhofes auf den Geschmack der chinesischen Wissenschaft, bei der es um das harmonische Leben, Bauen und Arbeiten geht. Wörtlich übersetzt bedeutet Feng Shui „Wind und Wasser“. Wind steht dabei für die sanft wehende Kraft, die das für die Ernte so wichtige Wasser bringt. „Das Grundprinzip lautet: Wir leben im Einklang mit der Natur“, nennt die Frau die wichtigste Regel. Die fünf Elemente, Feuer, Erde, Metall, Wasser, Holz, spielen genauso eine Rolle wie die Himmelsrichtungen, acht an der Zahl. Und um es noch einfacher zu erklären, zitiert die diplomierte Verwaltungswirtin einen häufig verwendeten Satz: „Feng Shui ist Akupunktur fürs Haus.“ Farben, Möbelstücke, Accessoires und die ausgewählten Orte in der Wohnung oder im Haus sorgen für einen ausgeglichenen Energiefluss oder einen disharmonischen. Klare Einrichtungsmaßstäbe gibt es dabei nur wenige, das hängt von jedem Individuum und dessen Element ab.

In ersten Linie gilt das Lehnstuhlprinzip: Von dem Sitzplatz im Raum sollte man die Tür und Fenster im Blick haben, die Wand im Rücken, allerdings keine Ecke, da diese Energien wegzieht, das so genannte Chi, das sich aber durch-

aus leiten lässt. „Zum Beispiel mit Pflanzen, Gardinen oder Bildern, eben mit Aufmerksamkeitspunkten geht das fabelhaft“, weiß die Feng Shui-Beraterin aus Erfahrung.

Vor einer weit verbreiteten Annahme, die eigenen vier Wände mit möglichst vielen Spiegeln zu zupflastern, warnt die Wohlfühl-Expertin, die ihr Können in Köln gelernt hat: „Mit Spiegeln muss man ganz vorsichtig umgehen.“ Gerade im Schlafzimmer könne solch ein geschliffenes Glas das Chi vergrößern. „Aber das ist ein Ort, wo ich zur Ruhe kommen möchte, da brauche ich nicht noch mehr Energie“, erläutert die

„Ich bin niemand, der Bambusflöten und Fächer an die Wand hängt.“

FENG SHUI-BERATERIN SUSANNE KNORR

Übach-Palendergerin den Sinn. Auch Sportgeräte oder Computer haben in diesem Raum der Erholung nach Ansicht der Verwaltungswirtin nichts zu suchen. Ein gutes Indiz für ein fehlgeleitetes Chi sei der Zustand, morgens aufzuwachen und sich völlig ausgeleert zu fühlen. Eingänge sollen nicht zugestellt werden, denn „das Chi soll sich wie ein Walzer tanzendes Paar bewegen können“. Deswegen zählen Unordnung, Gerümpelecken, Zeitungsstapel oder Stapel von dreckigem Geschirr auch zu den Feng Shui-Todsünden, Chaos störe einfach das Bild.

Für eine umfassende Beratung besucht Susanne Knorr zweimal Mensch und Heim. In letzter Zeit nutzen auch immer mehr Unternehmen die traditionelle chinesische Wissenschaft für ihre Büroräume. „Obwohl sich die wenigsten dazu bekennen würden“, schmünzelt die Feng Shui-Beraterin. Diese Lehre der Raumgestaltung hat wohl immer noch den Ruf, ohne Räucherstäbchen und Zaubersprüchen nicht auszukommen – ein Irrglaube.

@ Weitere Infos unter
www.fengshui-knorr.de



Die Beraterin mit ihrem „Werkzeug“: So sieht der mehrere hundert Euro teure Kompass aus, mit dem Susanne Knorr die Himmelsrichtungen und Einflüsse bestimmt. Auf der Scheibe sind chinesische Zeichen. Foto: Kroy

Für Anfänger und auch für Fortgeschrittene

- ▶ Das nächste Feng Shui-Seminar, in dem Grundkenntnisse vermittelt werden, findet am Mittwoch, 1. Dezember, in der Realschule Gillesweg, 18 Uhr, statt.
- ▶ Außerdem gibt Susanne Knorr im kommenden Mai ein Feng Shui-Wochenendseminar für Fortgeschrittene am Freitag, 20.

Mai, von 18 bis 20.45 Uhr, am Samstag, 21. Mai, und am Sonntag, 22. Mai, jeweils von 10 bis 15 Uhr in der Realschule Geilenkirchen Gillesweg.

- ▶ Zu den Veranstaltungen ist eine Voranmeldung bei der Volkshochschule erforderlich, ☎ 02452/131060.

Freitag, 19. November 2004