

HOME MAKE-OVER MET FENG SHUI



JUIST IN DEZE TIJD VAN CRISIS IS HET HEERLIJK EEN POSITIEVE WIND DOOR HET HUISTE LATEN WAAIEN. LETTERLIJK EN FIGUURLIJK, ZORG VOOR DE JUISTE ENERGIESTROMEN MET DE ALOUDE CHINESE LEER FENG SHUI. DE DO'S EN DON'TS OP EEN RIJ.



BRENG POSITIEVE ENERGIE IN HUIS!

Belangrijke gereedschappen bij Feng Shui inrichten zijn de vijf elementen vuur, aarde, metaal, water en hout. Een element aanbrengen doet u door een materiaal of kleur te gebruiken die symbool staat voor het betreffende element. Bijvoorbeeld: beuken deurgrepen voor het element hout, rode gordijnen voor het element vuur, een roestvrij-stalen kapstok voor metaal, plavuizen op de vloer voor aarde en een vakantiefoto met waterval voor water.

DE WOONKAMER: het sociale hart

In de woonkamer verzamelt energie zich waarna het zich verspreidt over het hele huis. Hierdoor kun je in het sociale hart van het huis opladen en kun je energie stimuleren met goedgeplaatste geluksymbolen. Maak hier gebruik van de vijf elementen zodat iedereen zich gelijkwaardig, prettig en welkom voelt.

Zeker doen

De perfecte plek voor een familieschilderij of foto's van vrienden en familie. Het zal uw dierbaren geluk en bescherming brengen. Schuif verschillende stoelen aan tafel. Grote, kleine, allerlei modellen van uiteenlopende materialen. Zo voelt iedereen zich aangesproken en op zijn gemak aan tafel. Bovendien maakt een materialenmix een interieur ook persoonlijk. Een poef of salontafel die in het midden van de zithoek staat, zorgt voor verbinding, dus goede communicatie. De kamer is een plek waar iedereen zich gelijkwaardig moet kunnen voelen. Met de vijf elementen worden alle bezoekers geprikkeld. Laat niets domineren, zoals een groots uitgestalde verzameling van één bewoner.

Let op

Zet een woonkamer niet te vol, want dan kan de energie zich niet goed verspreiden en is er geen ruimte voor nieuwe dingen. De ideale meubelopstelling is die met een open middenpunt. Te veel felle kleuren zorgen voor onrust, en door een overdosis kalme tinten blijf je lusteloos. Met evenveel yin (vrouwelijk) als yang (mannelijk) in de woonkamer, creëer je een goede balans tussen actie en rust.

DE KEUKEN: een ruimte van transformatie

Al onze wezensdelen (lichaam, ziel en geest) worden in deze ruimte van transformatie aangesproken. De energie die in de keuken hangt, neem je letterlijk tot je, dus houd het helder. De keuken vraagt om overzicht, rust en privacy zodat alle aandacht naar de voeding gaat. Dus weg met troepjes, en houd oppervlakken glad.

Zeker doen

Open keuken? Hier zijn symbolen nodig om energieën goed te leiden. Dit kan een plant zijn op het aanrechtblad, zoals een sinaasappelboompje of een grote fruitschaal op tafel. Probeer de keukenindeling zo te maken dat de persoon die kookt de hele ruimte kan overzien. Dit beïnvloedt niet alleen de kok positief maar ook het voedsel dat hij of zij bereidt. Haal creativiteit de keuken binnen met een boekstandaard op een opvallende plek. Breng natuur in de keuken met geurende kruiden, lichte zandtinten op de muur of mooie terracotapotten.

Let op

Een vuur- en waterelement naast elkaar (zoals de spoelbak en kookplaat) is niet ideaal. Deze energieën botsen met elkaar. Toch onvermijdelijke burens? Plaats het element hout tussenbeide. Dit kan een snijplank zijn of een houten kom. Het brengt harmonie en balans tussen de elementen. Hang geen magneetstrip met messen in het blikveld. Scherp irriteert energie. Hang geen zware pannen en scherp keukengerei boven het hoofd van de kok. Dit voelt als het 'zwaard van Damocles' en heeft geen positieve uitwerking op de kok en het eten. Blauw heeft sterke associaties met vergif, bederf en lauw voedsel, dus geef deze kleur een bescheiden rol.



ENERGIE IN HARMONIE

SLAAPKAMERgeluk

De slaapkamer is de ruimte waar het geluk van het gezin, uw geliefde, maar bovenal uw eigen geluk geactiveerd wordt. Belangrijk in de slaapkamer is om een ontspannen sfeer te creëren waarin volop aandacht is voor elkaar. Een goede balans tussen yin en yang zorgt ervoor dat beide partners zich hier prettig voelen.

Zeker doen

Wat ziet u het eerst bij het ontwaken? Dit kan uw stemming voor de rest van de dag bepalen, dus hang hier iets moois of inspirerends. Liefst met een positieve symboliek. Omdat de slaapkamer een 'vrouwelijke' ruimte is, is het wijsheid mannelijke en vrouwelijke elementen overwogen met elkaar af te wisselen. Een frivole spreij op het voeteneinde? Dan strakke rolgordijnen voor het raam. De energie in een kledingkast zakt automatisch naar beneden. Maak de bodem regelmatig stofvrij, zo laat u de energie optimaal circuleren. De slaapkamer is een heilig domein. Steek voor het slapen gaan een kaarsje aan om een intieme, serene sfeer te creëren. Het zal uw relatie goed doen!

Let op

De slaapkamer moet vriendelijk zijn, dus zet het bed zo ver mogelijk bij scherpe randen en zware elementen (zoals plafondbalken) vandaan. Hang ook niets boven uw hoofd. Een volle boekenplank drukt de energie naar beneden. Dit kan leiden tot hoofdpijn. Prop een kledingkast niet te vol. Geef uw favoriete en meest gebruikte kleding een logische plek vooraan. Zet een bed niet los in de kamer. Zo heeft u geen 'back up'. Een muur achter het hoofdeinde geeft bescherming. Verwijder alles wat de intimiteit en rust kan verstoren uit de kamer, zoals een berg kleren, televisie, computer of fitnessapparatuur.

DE BADKAMER: de plek van het reinigingsritueel

De plaats van innerlijke en uiterlijke reinheid. Daar waar frisse energie stroomt en balast wordt afgespoeld. Houd de badkamer zo neutraal en schoon mogelijk. Hoe serener en soberder, hoe beter je het dagelijkse reinigingsritueel kunt uitvoeren met alle rust en aandacht die het verdient.

Zeker doen

Hoe groter de badkamer, hoe meer energie er wordt weggespoeld. Probeer de badkamer dus zo klein mogelijk te maken. Stromend water staat symbool voor rijkdom. Vandaar dat problemen met de waterleiding problemen op uw bankrekening zullen veroorzaken. Laat blokkades, zoals een verstopte afvoer of lekkende kraan, meteen verhelpen. Water is het heersende element in de badkamer. Planten zijn een welkome gast in de badkamer om dit element in te perken. Ze nemen overtollig water op en dragen bij aan een goede ventilatie. De badkamer is de intiemste plek in huis: hier bent u naakt en onbeschermd. Zorg ervoor dat u op uw gemak bent. Maak er een 'thuispa' van door een aangename temperatuur, lekkere geuren en een prettige verlichting.

Let op

Plaats hier zeker geen gelukssymbolen! Hiermee spoelt u geluk letterlijk en figuurlijk weg. Geef dat mooie boeddhabeeld dus een andere plek in huis. Zet niet al uw tubes en flessen in het zicht. Laat storende factoren verdwijnen in een badkamerkastje of passende opberger. Zo creëer je ruimte en wordt de aandacht verlegd naar dat wat belangrijk is: het reinigingsritueel. Leg geen tapijt en hang geen gordijnen op. Houd alle oppervlakken zo glad en glanzend mogelijk om stagnatie te voorkomen. Des te beter stroomt de energie. Plaats geen open wasmand met vieze kleding in de badkamer. Naast een onrustige aanblik is het ook een dagelijkse confrontatie met een vervelend klusje.

DE HAL: een warm welkom

Dit is de allerbelangrijkste plek in huis omdat deze de rest van het huis kan beïnvloeden. De voordeur is de plek waar kansen, financiële voorspoed, geluk en goede gezondheid aankloppen. Geef al het positiefs de ruimte om onbeschadigd en fijn binnen te komen en goed te kunnen vertrekken.

Zeker doen

Laat de voordeur bij voorkeur naar binnen openen. Dit helpt energie naar binnen te stromen. Als iemand binnenkomt, moet hij zich namelijk vooral niet ongemakkelijk voelen: dit gevoel neemt diegene mee naar binnen en het beïnvloedt het verdere contact. Meteen een reden om de hal goed te onderhouden. In een ruime hal kan energie vrij rondstromen. Probeer de entree dan ook zo ruimtelijk mogelijk te houden door hem goed te organiseren en regelmatig op te ruimen. Let hierbij op licht kleurgebruik en een goede verlichting. Laat alle elementen (vuur, aarde, metaal, water en hout) terugkomen in de hal. Zo voelt iedereen zich aangesproken en welkom in uw huis. Dit is de plek waar men kennis maakt met het huis en het zegt iets over de aard van de bewoners, dus pak die kale muren aan en draai de verwarming omhoog. Hebt u een kleine gang? Hang een (kristallen) kroonluchter op. Deze lamp verspreidt energie in alle richtingen.

Let op

Hang een spiegel niet meteen tegenover de voordeur. Door de weerspiegeling op deze plek gaat alle binnenkomende energie weer de straat op. Zonde! Hang spiegels dus aan de zijmuur en kijk wat er wordt weerspiegeld. Laat dit iets inspirerend zijn. Let ook op de symboliek van het interieur. Een schilderij met een storm op zee betekent al gauw een stormachtig leven. Zorg voor gunstige symboliek, zoals verse bloemen op het haltafeltje. Prop geen spullen achter de voordeur, zodat positieve energie onbelemmerd naar binnen kan.



Advies en inspiratie

Een huishoroscoop, gemaakt door een feng shui-specialist, vereist heel wat verfijnd rekenwerk. De vijf elementen, de windrichtingen en astrologie spelen hierbij een grote rol. Voor iedere persoon en elke woning is de analyse weer anders. En daarmee ook het effect. Bij deze profs kunt u terecht voor advies op maat.

* **Nicky Beentjes** (023-532 07 62, www.elementontwerp.nl) is gespecialiseerd in feng shui kleur- en interieur. Zij begint met een bezoek aan huis en rondt af met een praktisch eindverslag. Daarnaast kunt u bij haar ook terecht voor energetische reiniging van het huis.
* **Nina Elshof** (0314-36 33 09, www.ninaelshoffengshui.nl) geeft woonadvies aan huis en vierdaagse opleidin-

gen. Ook is zij de auteur van het boek *Spiritualiteit werkt in je huis* vol praktische tips, € 12,90 excl. Verzendkosten (via www.spiritualiteitwerkt.nu).

* **Wena Brussaard** (06-18 68 34 21) geeft workshops, (online) indeeladvies, feng shui-reading en zelfs tuinadvies. Ook maakt zij maandelijks het Feng shui E-zine. Gratis inschrijven kan via www.100procentfengshui.nl.