



Feng Shui

WAAROM KOM JE BIJ DE EEN BINNEN EN VOEL JE JE METEEN THUIS? TERWIJL JE BIJ DE ANDER – MET EEN DURE DESIGNBANK EN OP MAAT GEMAAKTE TAFEL – ZO SNEL MOGELIJK WEGVLUCHT? DAT ZOU WELEENS TE MAKEN KUNNEN HEBBEN MET DE FENG SHUI VAN HET HUIS. OFWEL: DE STROOM VAN DE ENERGIE.

TEKST Karlijn Visser

9X FENG SHUI TOEGEPAST

1.

Ga eens op expeditie in huis en vraag je af waarom je een voorwerp of meubelstuk in huis hebt en hoe het in je huis is gekomen. Kan het weg, of is het er met een goede reden?

2.

Probeer één kamer 'buitenwereld' vrij te maken. Lees: zonder pc, tv, etc. Hoe minder buitenwereld, hoe meer ruimte voor jou. Neem bij voorkeur de slaapkamer voor dit experiment.

3.

Slechte seks? Slechte nachtrust? Slechte relatie? Reden te meer om in ieder geval de tv uit de slaapkamer te bannen; dan lig je tenminste weer met z'n tweeën in bed, zonder dat Jeroen Pauw meekijkt.

4.

Gebruik je altijd de achterdeur in plaats van de voordeur? Grote kans dat het lastig is om je leven op orde te houden en zelf de regie te voeren. Herstel de voordeur in ere. Het is immers de toegangspoort tot jouw koninkrijk.

5.

Maak dat ook kenbaar aan de buitenwereld en laat zien dat je er woont door een naambordje, huisnummer en een prettige klinkende bel. En boost je voordeur bijvoorbeeld met een mooie pot bloeiende planten op de stoep.

6.

In de keuken wordt de basis gelegd voor je gezondheid en geluk. Een te steriele keuken zorgt voor schraal geluk. Laat het een uitnodigende plek zijn om met het bereiden van eten aan de slag te gaan. Zorg voor een leeg aanrecht, mooie snijplanken onder handbereik, een schone geordende koelkast en een inspirerend kookboek open op een standaard. Messen mogen uit het zicht opgeborgen worden.

7.

Kijk uit met spiegels en plaats deze niet direct tegenover je voordeur. Qi kaatst terug via de spiegel en dat heeft een negatief effect.

8.

Let bij het kopen van een huis op de ligging. In een huis tegenover een begraafplaats bijvoorbeeld, wordt de Qi voortdurend beïnvloed door de dood.

9.

Kies een kroonluchter of schemerlamp met een grote kap om je kamer te verlichten. De gelijkmatige verspreiding van het licht versterkt Qi.

Meer informatie? Check www.ninaelshoffengshui.nl of www.fengshuiacademie.com.

om de authentieke filosofische grondslag van Feng Shui te vertalen naar een vorm die wij hier kunnen begrijpen, dan biedt Feng Shui een schatkist aan waardevolle informatie en behulpzame oplossingen. Het is een taak van iedereen die met Feng Shui werkt deze vertaalslag te maken.'

BENEFITS

Volgens Nina zijn er veel goede redenen waarom meer mensen aan Feng Shui verslingerd mogen raken. 'Feng Shui helpt om situaties, waar je aanvankelijk onbewust of zou reageren, te doorzien en te begrijpen. De situatie blijft hetzelfde, maar jij gaat er anders mee om. Het resultaat? Je blijft dicht bij jezelf en verliest minder energie aan omstandigheden die je niet begrijpt, maar die wel een negatief effect op je hebben. Dat merk je doordat je gezondheid verbetert en je energie en levenslust toenemen. En daardoor verbetert de relatie met je omgeving en de mensen om je heen. Of iedereen gevoelig is voor de voordelen van Feng Shui? Ja! Feng Shui heeft effect op iedereen. Ook op mensen die het zich niet bewust zijn. Het kan zelfs meetbare resultaten opleveren. Zo heb ik in 2011 een Feng Shui-advies uitgebracht voor verpleeg- en behandelcentrum Laarstaete in Lelystad. Dat heeft geleid tot een verbouwing. In 2012 bleek dat de gemiddelde revalidatietijd met veertig procent was afgenomen.'

DE PRAKTIJK

Nu we weten waar Feng Shui vandaan komt en wat het doel is, komen we bij het toepassen er van in de praktijk: een complete herinrichting van je interieur. Of niet? 'Nee hoor. Binnen de Feng Shui doen we niet aan zwart-wit denken. We geven juist ruimte aan verschillende mogelijkheden', vertelt Nina. 'Weet dat er kasten vol boeken geschreven zijn over dit onderwerp, maar een aantal handvatten om thuis concreet mee aan de slag te gaan kan ik zeker geven. Zo brengt bijvoorbeeld alles wat leeft – huisdieren, bloemen en planten – Qi in beweging en levert daardoor een positieve bijdrage aan de kwaliteit van de energie in een woning. Echter is deze positieve flow wel afhankelijk van de staat van die levende organismen; een bos verlepte bloemen levert juist een negatieve bijdrage. Net als een opgezet beest of droogbloemen. Dit zijn dode objecten en remmen daardoor Qi af.' Onze smartphone, televisie en computer kunnen we tegenwoordig niet meer wegdenken. Ook in huis spelen deze apparaten een belangrijke rol. Maar wat voor rol hebben ze binnen de Feng Shui? 'Al deze apparaten verbinden ons met de buitenwereld en brengt deze het huis binnen. Over het algemeen kun je stellen dat de meeste mensen hier te weinig regie over voeren. Ze laten de buitenwereld teveel invloed uitoefenen op hun binnenwereld. Gevolg is dat je jezelf niet meer kunt horen en je jezelf kwijtraakt.' Een uur per dag offline tijd voor jezelf creëren blijkt ook in dit verhaal een must. ■

Feng Shui is simpel gezegd de kunst om energieën aan te passen in je omgeving, ter bevordering van geluk en gezondheid. Het kan zelfs dienen om grote mentale processen te ondersteunen. Zodra je klaar bent voor verandering in je leven, kan Feng Shui daarbij helpen. Interessant is dat de Feng Shui-leer al meer dan vierduizend jaar bestaat en haar roots in het oude China liggen. De woorden Feng Shui betekenen 'wind' en 'water'. Omdat men er vroeger van uit ging dat wij door invloeden van buitenaf werden gevormd, kozen zij de twee meest energierijke en zichtbare verschijningsvormen uit de natuur. Uitgaande dat Qi (levensenergie, spreek uit als chi) op de wind drijft en verspreidt, maar blijft waar het water tegenkomt. De wind werd beschouwd als de zacht waaierende hemelbode. Hij blaast de zegenrijke wolken naar ons toe en voert daarbij het vruchtbaarheid schenkende water mee. Volgens de Feng Shui bestaat alles, ook hetgeen wij niet bewust waarnemen, uit energie.

YIN & YANG

Dat biedt perspectief. Want als alles uit energie bestaat kunnen wij die energiestroom ook beïnvloeden. En dat is precies waar Feng Shui over gaat: het aanbrengen van harmonie tussen natuurlijke en door de mens gemaakte vormen, zodat Qi beter kan stromen. Klinkt wat zweverig, maar het is eigenlijk behoorlijk down to earth. Alles wat de mens namelijk maakt is in wezen niet natuurlijk, maar kan wel met de natuur in balans gebracht worden. Harmonie en balans tussen twee tegengestelden, maar elkaar complementerende krachten yin en yang, zijn in de Chinese filosofie het uitgangspunt.

FENG SHUI-MEESTER

Nina Elshof is Feng Shui-meester. 'Mijn werk is heel divers. Als Feng Shui expert werk ik met particulieren die ik begeleid bij het inrichten en ontwerpen van hun huis. Maar ik werk ook voor bedrijven die opnieuw panden willen gaan bouwen. Ze raadplegen mij over de ligging van het pand en de inrichting van de werkplekken binnen het kantoor. Soms word ik ook ingeschakeld door bedrijven die vastlopen in een bepaalde richting. Zo'n consult leidt dan niet zelden tot een verbouwing. Voor mij werkt Feng Shui als een levenshouding. Een filosofie die in elke situatie toegepast kan worden. Het is lastig alle traditionele vormen van Feng Shui één op één toe te passen in de westerse cultuur. Dat komt omdat de culturele en maatschappelijke achtergronden waaruit Feng Shui is ontstaan gedateerd en niet compatible zijn met onze huidige maatschappij. De moderne mens is wars van blinde volgzzaamheid. Ze wil eigen weloverwogen keuzes maken en daar verantwoordelijkheid voor dragen. Zonder duidelijke uitleg over de geconstateerde problemen komt zij niet in beweging. Terwijl de traditionele Feng Shui deze volgzzaamheid vereist. Als je in staat bent