

GÜNTHER SATOR

FENG SHUI

Leben und Wohnen in Harmonie

BESTSELLER

über 250.000
mal verkauft

RATGEBER GESUNDHEIT

G|U

Unsere eBooks werden auf kindle paperwhite, iBooks (iPad) und tolino vision 3 HD optimiert. Auf anderen Lesegeräten bzw. in anderen Lese-Softwares und -Apps kann es zu Verschiebungen in der Darstellung von Textelementen und Tabellen kommen, die leider nicht zu vermeiden sind. Wir bitten um Ihr Verständnis.

Impressum

© eBook: GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH, München, 2014

© Printausgabe: GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH, München, 2014

Alle Rechte vorbehalten. Weiterverbreitung und öffentliche Zugänglichmachung, auch auszugsweise, sowie die Verbreitung durch Film und Funk, Fernsehen und Internet, durch fotomechanische Wiedergabe, Tonträger und Datenverarbeitungssysteme jeder Art nur mit schriftlicher Zustimmung des Verlags.

Projektleitung: Reinhard Brendli

Lektorat: Ulrike Auras

Bildredaktion: Nadia Gasmi

Covergestaltung: independent Medien-Design, Horst Moser, München

eBook-Herstellung: Timea Puskasova

 ISBN 978-3-8338-4093-7

6. Auflage 2019

Bildnachweis

Coverabbildung: Sabina Rothe

Fotos: A1 pix/your photo today, Corbis, DK Images, F1 Online, Flora Press, Fotolia, Getty Images, Glow Images, iStockphoto, Jalag Syndication, jump, Juniors/Wildlife, Living4media, Mauritius images, Picture Press, Plainpicture, Privat, Sabina Rothe, Shotshop, Shutterstock

Syndication: www.seasons.agency

GuU 8-4093 02_2014_02

Das vorliegende eBook basiert auf der 6. Auflage der Printausgabe.

Die GU-Homepage finden Sie im Internet unter www.gu.de



www.facebook.com/gu.verlag

GRÄFE
UND
UNZER

Ein Unternehmen der
GANSKE VERLAGSGRUPPE



LIEBE LESERINNEN UND LESER,

wir wollen Ihnen mit diesem E-Book Informationen und Anregungen geben, um Ihnen das Leben zu erleichtern oder Sie zu inspirieren, Neues auszuprobieren. Wir achten bei der Erstellung unserer E-Books auf Aktualität und stellen höchste Ansprüche an Inhalt und Gestaltung. Alle Anleitungen und Rezepte werden von unseren Autoren, jeweils Experten auf ihren Gebieten, gewissenhaft erstellt und von unseren Redakteuren/innen mit größter Sorgfalt ausgewählt und geprüft.

Haben wir Ihre Erwartungen erfüllt? Sind Sie mit diesem E-Book und seinen Inhalten zufrieden? Haben Sie weitere Fragen zu diesem Thema? Wir freuen uns auf Ihre Rückmeldung, auf Lob, Kritik und Anregungen, damit wir für Sie immer besser werden können. Und wir freuen uns, wenn Sie diesen Titel weiterempfehlen, in ihrem Freundeskreis oder bei Ihrem online-Kauf.

KONTAKT

GRÄFE UND UNZER VERLAG

Leserservice

Postfach 86 03 13

81630 München

E-Mail: leserservice@graefe-und-unzer.de

Telefon: 00800 / 72 37 33 33*

Telefax: 00800 / 50 12 05 44*

Mo-Do: 9.00 - 17.00 Uhr

Fr: 9.00 bis 16.00 Uhr (* gebührenfrei in D, A,
CH)

GÜNTHER SATOR

ist der bekannteste deutschsprachige Feng-Shui-
Experte und Berater.



»Der Mensch und seine Umwelt sind eins.«

CHINESISCHES SPRICHWORT





EIN WORT ZUVOR

Ist Ihnen schon aufgefallen, dass Sie in manchen Zimmern besser schlafen als in anderen oder dass Sie in Ihrem Büro, seit Sie an einem anderen Schreibtisch sitzen, deutlich erfolgreicher arbeiten? Kennen Sie auch das Phänomen, dass Ihre Gäste lieber nächtelang in der Wohnküche sitzen, als sich ins repräsentative Wohnzimmer zu begeben? Solche Situationen haben viel mit der Atmosphäre, der »Energie« der Räume zu tun. Sie bestimmt, ob unsere Wohnung ein Ort ist, an dem wir uns hundertprozentig wohlfühlen und täglich neue Kraft tanken können. Selbst Erfolg oder

Misserfolg, Gesundheit oder Krankheit, sogar Beziehungsglück oder -pech spiegeln sich in Ihrer Wohnung, Ihrem Haus oder Büro wider.

In meiner Arbeit als Feng-Shui-Berater und Seminarleiter ist es mir besonders wichtig, Feng Shui in unserer westlichen Welt angemessen umzusetzen. Denn diese uralte chinesische Wissenschaft bringt nachweislich Lebensfreude und Harmonie in unser Leben. Und sie kann mit einigen wenigen Maßnahmen ganz einfach in den Alltag integriert werden. Dieses Buch zeigt Ihnen, wie Sie durch eine bewusste Gestaltung Ihres Lebensraumes einiges in Ihrem Leben zum Positiven verändern können. Im ersten Kapitel stelle ich Ihnen kurz das Wichtigste über Herkunft und Verbreitung der Feng-Shui-Lehre vor. Im zweiten Teil des Buches geht es um das Handwerkszeug: Sie lernen unterschiedliche Ansätze zur Analyse Ihrer Wohnsituation und deren Veränderung kennen, dazu die besten Hilfsmittel, mit denen Sie Einfluss auf alle Bereiche Ihres Lebens nehmen können. Hier erfahren Sie, mit welchen einfachen Mitteln – manchmal nur durch Umstellen eines Möbelstückes – Sie Ihr Wohlbefinden spürbar beeinflussen. Ich wünsche Ihnen damit viel Freude und Erfolg!

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'J. H. B.', written in a cursive style.



DIE CHINESISCHE KUNST GESUNDEN WOHNENS

SEIT JAHRTAUSENDEN BAUEN UND WOHNEN DIE
CHINESEN NACH DEN REGELN DES FENG SHUI.
DIESES URALTE WISSEN LÄSST SICH AUCH AUF
UNSERE MODERNE LEBENSWEISE IN DER
WESTLICHEN WELT ÜBERTRAGEN.



WAS IST FENG SHUI?

Kennen Sie das Gefühl, dass Sie sich an einem bestimmten Ort besonders wohl, an einem anderen hingegen eher unwohl fühlen, ohne dass Sie eigentlich sagen können, warum dies so ist? Die chinesische Weisheitslehre Feng Shui lehrt uns, wie die bewusste Auswahl und gezielte Gestaltung des Platzes, an dem wir leben, uns zu Gesundheit und Glück verhelfen können. Sie erklärt, warum manche Standorte zum Wohnen besser geeignet sind als andere und mit welchen Mitteln wir auf unser Lebensumfeld Einfluss nehmen können.

Uraltes Wissen

Feng Shui bedeutet wörtlich übersetzt »Wind und Wasser«. Die ersten Aufzeichnungen und Hinweise auf diese Lehre

sind mehrere Tausend Jahre alt, die früheste Erwähnung von »Wind und Wasser« liegt mindestens fünf- bis sechstausend Jahre zurück. Um die Bedeutung dieses Begriffes zu entschlüsseln, muss man die Sichtweise der damaligen Kultur nachvollziehen. Man ging davon aus, dass die Geschicke des Menschen von den äußeren Einflüssen seines Umfeldes geprägt sind und dass hinter allem, was ihn in der sichtbaren und der unsichtbaren Welt umgibt, eine Energiequelle steckt. Deshalb wählte man symbolhaft zwei der wichtigsten Erscheinungsformen der Natur, um diesen Einfluss beziehungsweise diese Energien zu beschreiben: Wind und Wasser.

Sowohl beim Wind als auch beim Wasser handelt es sich um sehr machtvolle Naturgewalten, die Segen, aber auch Unglück bringen können. Der Wind bläst meist als sanft wehender Himmelsbote die segensreichen und Fruchtbarkeit bescherenden Wolken – und damit das Wasser – herbei. Manchmal aber sind Wind und Wasser so gewaltig, wie Orkane und Hochwasserkatastrophen zeigen, dass sie vom Menschen nicht zu bändigen sind. Besser ist es also, sich mit diesen Kräften gut zu stellen. Und Feng Shui sollte dies ermöglichen.

Die Ursprünge

China wird als das Ursprungsland des Feng Shui angesehen. Dort gehörte es ganz selbstverständlich zum Alltag. Gelehrt und ausgeführt wurde Feng Shui von Priestern. Alle großen Bauwerke Chinas wie die Verbotene Stadt oder die Chinesische Mauer wurden nach exakt ermittelten Feng-Shui-Kriterien errichtet. Auf diese Weise hat sich über Jahrtausende ein unschätzbares Erfahrungswissen angesammelt, das erfreulicherweise bis zum heutigen Tage erhalten ist.

Einen großen Einbruch brachte allerdings die Zeit der Kulturrevolution in den 60er- und 70er-Jahren des 20.

Jahrhunderts, in der die Anwendung des Feng Shui von Mao Zedong strikt untersagt worden war, da es angeblich nicht in ein modernes Staatsgefüge passt. Interessant ist in diesem Zusammenhang jedoch, dass der »Große Vorsitzende«, obwohl er seinen Landsleuten Feng Shui verboten hatte, zeit seines Lebens ein begeisterter Experte und heimlicher Anwender dieser hohen Kunst war.

INFO

KAISERLICHE GRABSTÄTTEN

Die Herrscher der verschiedenen Dynastien – beispielsweise der Ming- (1368 – 1644) und der Qing-Dynastie (1644 – 1911) – legten sogar weitläufige Grabanlagen nach der Feng-Shui-Lehre an, um das Schicksal ihrer kaiserlichen Nachkommen positiv zu beeinflussen. Denn man glaubte, dass dies vom Wohlergehen der Vorfahren im Jenseits abhinge.

Viele Chinesen haben durch das Verbot des Feng Shui den Zugang zu diesem alten Wissen verloren. Durch die zur Emigration gezwungenen Feng-Shui-Meister konnte die Tradition jedoch überleben. In Taiwan, Hongkong, Singapur oder Malaysia wird Feng Shui auch heute noch häufig angewendet, und von dort erobert es mit Siebenmeilenstiefeln den Rest der Welt.

INFO

ENERGIE AUS DER ERDE

Das Wort Geomantie setzt sich zusammen aus den griechischen Wörtern »geo« für Erde und »mantaia« für Weissagung. Es bedeutet also wörtlich übersetzt »Erd-Weissagung«. Heute wird dieser Begriff überwiegend verwendet, wenn in der Landschaft oder auch in Räumen nach vorhandenen Energieorten gesucht wird oder solche gestaltet werden.

Feng Shui für den Westen

Vieles, was Feng Shui lehrt, war auch in anderen Gegenden der Erde bekannt. Jedes Volk, jede vorzeitliche Kultur wusste um die Gesetzmäßigkeiten der Energieflüsse in der Natur und richtete sich danach. Man nennt dieses Wissen in einem zusammenfassenden Begriff »Geomantie«. Auch Feng Shui ist eine Form von Geomantie. Primitive Urvölker waren dafür genauso sensibilisiert wie die großen Baumeister der ägyptischen und griechischen Antike.

Auch bei uns in Europa gab es ein umfangreiches Wissen über diese Zusammenhänge, man denke nur an die Kelten oder auch die alten Germanen, die für ihre Bauten und Zeremonien besondere Plätze aussuchten. In der jüngeren Geschichte waren es dann die »Bauhütten« und geheimen Bruderschaften, welche ihre Kenntnisse beim Bau von Kirchen und Kathedralen, Klöstern, Schlössern, Burgen, Herrschafts- und Regierungssitzen einbrachten. Das Wissen über die Wirkung von Standorten, Baumaterialien, Proportionen, Himmelsrichtungen, die Wahl des optimalen Grundrisses und den gezielten Einsatz von Einrichtung, Symbolik, Kunst und Farbe wurde jedoch jeweils nur an auserwählte Mitglieder dieser Bünde weitergegeben. Der

einfache Bürger hatte keinerlei Zugang zu diesem Geheimwissen. Dennoch entwickelte sich aus der Alltagserfahrung und der Naturbeobachtung ein gewisser regionaler Erfahrungsschatz, etwa über die jeweils ideale Bauform und Ausrichtung eines Gebäudes. Es gibt jedoch fast keine aufgezeichneten und öffentlich zugänglichen Informationen über das Geheimwissen. Daher sind wir in Europa auf das Wissen anderer Kulturen angewiesen – auf der Suche danach wurde das chinesische Feng Shui für den Westen entdeckt.

Feng Shui – ein Welterfolg

Seit einigen Jahren wird Feng Shui auch in der westlichen Welt immer populärer. Während es in Japan und Korea, auf den Philippinen sowie in Indien und Malaysia jeweils eigene Feng-Shui-Strömungen gibt, gelangte die chinesische Feng-Shui-Welle in die USA, nach Kanada, Australien und vor allem nach Europa. Hier kam es in London sowie im deutschsprachigen Raum zum regelrechten »Feng-Shui-Boom«.

Die Ersten, die Feng Shui in der westlichen Architektur einsetzten, waren internationale Konzerne, Versicherungen und Banken. Allerdings wurde dies in der Regel geheim gehalten; zum einen, um sich einen Vorsprung gegenüber Konkurrenten zu sichern, zum anderen, um nicht in den Ruf zu kommen, sich mit »unwissenschaftlichen Methoden« abzugeben. Alle diese Unternehmen wollten mithilfe von Feng Shui das Arbeitsklima in ihren Büros verbessern. Die Idee ist einfach: Wenn das Umfeld »stimmt«, dann spüren das Mitarbeiter und Kunden gleichermaßen. Ein disharmonisches, Stress erzeugendes Umfeld hingegen erzeugt Spannung. Wo man sich aber wohlfühlt und sich gerne aufhält, entstehen angenehme zwischenmenschliche Beziehungen, die Krankenstände sinken, Motivation und

Leistungsbereitschaft der Mitarbeiter steigen. Schließlich sind glückliche, gesunde Angestellte das beste Potenzial einer Firma.

MEIN PERSÖNLICHER TIPP



OST TRIFFT WEST

Selbst wenn wir heute in einer Zeit der globalen Vernetzung leben, dürfen wir nicht vergessen, dass in unserem Teil der Erde eine andere Kultur und ein völlig anderes Weltbild bestehen als in Asien. Man kann daher viele kulturelle Eigenheiten nicht einfach ungefiltert in unser westliches Leben übertragen. Mit entsprechend wesensfremden Einrichtungsgegenständen oder Accessoires würden Sie daher eher das Gegenteil des gewünschten Effektes erreichen.

Um Feng Shui zu praktizieren, können Sie auf chinesische Hilfsmittel wie Glücksdrachen, Fächer oder Löwen beim Eingang durchaus verzichten. In unserer Kultur stehen uns genügend eigene Möglichkeiten zur Verfügung, die unsere Umgebung und damit unser Wohlbefinden positiv beeinflussen **siehe >**.

Einfluss auf das Wohlbefinden

Die Erkenntnis, dass Seele, Geist, Körper und Umwelt sich gegenseitig beeinflussen und voneinander abhängen, ist mindestens so alt wie die Lehre des Feng Shui. Und die besagt konkret, dass ein harmonisches Umfeld, seelisches und geistiges Wohlbefinden, Gesundheit, gute Beziehungen, glückliche Momente und Erfolg eng miteinander zusammen hängen – denn alles ist mit allem verbunden **siehe >**.

Wie und wo wir wohnen, beeinflusst unser Wohlbefinden und somit unser gesamtes Leben mehr, als wir gemeinhin

glauben. Wenn wir uns in unserer Wohnung geborgen fühlen, wenn sie eine positive, freundliche Ausstrahlung hat, kann sie ein Ort der Entspannung sein, an dem wir täglich neue Energie und Lebensfreude tanken – Voraussetzung für unser Wohlbefinden. In kühl eingerichteten »Designerwohnungen« und »Vorzeigehäusern« hingegen – so schick sie sein mögen – fühlen sich immer mehr Menschen unwohl und ungeborgen. Feng Shui lehrt uns, wieder mehr auf unsere eigentlichen Bedürfnisse zu achten. Wir sollten unsere Wohnung daher so einrichten, dass Gefühle der Geborgenheit, der Stärke und des Glücks entstehen, dass freudige, liebevolle und erotische Stimmungen aufkommen können – so wie wir es im jeweiligen Moment brauchen.

TIPP

WOHLFÜHLRAUM

Wer hat mehr »privaten« Eigenraum: Ihr Auto oder Sie? Möglicherweise das Auto, oder? Denken Sie aber daran: Jeder Mensch braucht zumindest ein paar Quadratmeter Individualität, die ihm allein zur Verfügung stehen und wo er tun und lassen kann, was er mag. Vielleicht können Sie das Gästezimmer für sich nutzen?

Wohnen sollte Wohltat sein

Rechnen Sie einmal zusammen, wie viel Zeit Sie täglich in Ihrer Wohnung verbringen. Und denken Sie einmal darüber nach, wie oft es vorkommt, dass Sie sich über irgendetwas dort ärgern, zum Beispiel über die Unordnung oder die hässliche Tapete im Flur, über das Brummen des Toilettenventilators oder den Lärm der Baustelle nebenan. Selbst wenn das insgesamt nur fünf Minuten am Tag wären – aufs Jahr hochgerechnet, sind das über 30 Stunden, in denen Sie nichts tun, als sich zu ärgern, und zwar nur über Ihren Wohnbereich ... Muss das wirklich sein? Achten Sie auch auf die scheinbar kleinen, nebensächlichen Dinge in Ihrer Wohnung, denn gerade diese bergen in ihrer Unauffälligkeit ein großes negatives Potenzial.

An welchen Dingen oder Farben hingegen freuen Sie sich immer wieder, in welchem Raum Ihrer Wohnung fühlen Sie sich besonders wohl, kaum dass Sie ihn betreten haben? Welches Zimmer nutzen Sie am häufigsten, wenn Sie wach und aktiv sind?

Und wie sind Sie mit Ihrem Leben insgesamt zufrieden?

Wünschen Sie sich in einigen Lebensbereichen

Verbesserungen – wie steht es um die Beziehung zu Ihrem Partner, zu Ihren Freunden? Wie ist Ihre finanzielle Situation?

Üben Sie einen Beruf aus, der Ihnen Freude macht? Solche Fragen haben auf den ersten Blick vielleicht wenig mit dem Thema Wohnen zu tun, sind aber für Feng Shui von zentraler Bedeutung.

Zeit für Veränderung

Feng Shui zu praktizieren heißt, in der Wohnung gewisse Veränderungen vorzunehmen, um die Atmosphäre zu verbessern, um die Wohnung zu einer Quelle der Energie und des persönlichen Wohlbefindens zu machen und um gezielt bestimmte Lebensbereiche zu beeinflussen. Mit allem, was Sie verändern, können Sie Ihren Geschmack und Ihre Bedürfnisse ausdrücken und so Ihre Umgebung Ihrem Wesen gemäß gestalten. Vor allem aber wenn Sie Ihre Wohnsituation als unbefriedigend empfinden, können Sie Energie und Glück stärken, indem Sie Ihre Wohnung so optimal wie möglich einrichten. Und vielleicht finden Sie ja bald sogar eine schönere neue Wohnung.



Ob Orient oder Abendland, Skulptur oder Pflanze – Feng-Shui-Maßnahmen sind vielfältig.

Der erste Schritt

Um die Möglichkeiten des Feng Shui nutzen zu können, ist es wichtig, eine Bestandsaufnahme der derzeitigen Lebens- und Wohnsituation durchzuführen. Schließlich baut die Zukunft auf der Gegenwart auf. Verschaffen Sie sich Klarheit darüber, womit Sie in Ihrem Leben unzufrieden sind und woran Sie etwas verändern möchten. Denn: Nur ein Schiff, das seinen Hafen kennt, wird den Weg nach Hause finden. Die Tests auf den folgenden Seiten helfen Ihnen, Ihre persönliche Situation zu analysieren, indem Sie verschiedene Lebens- und Wohnbereiche genauer unter die Lupe nehmen, die im Feng Shui eine zentrale Rolle spielen **siehe >**. Damit ist der erste Schritt hin zur Veränderung im Sinne von mehr Wohlbefinden getan.

TEST: WIE GEHT ES IHNEN?

Starten Sie Ihr persönliches Feng-Shui-Abenteuer, indem Sie die folgenden Fragen zu verschiedenen Lebensbereichen ehrlich beantworten.

