

Fengende med Feng Shui

Et hjem behøver ikke å være nyoppusset, men fiks det som er ødelagt, eller avslutt ditt forhold til det er mantraet. Feng Shui handler om samspillet mellom mennesker, omgivelser og energi.



«Elsk det, bruk det, eller kast det» er Grethe Berg Sæthre sitt motto. Hun er interiørarkitekt og Feng Shui master i Feng Shui Norge.

Mer enn estetikk

Feng Shui dreier seg om mer enn estetikk og smak. Det handler om bevisst flyt i omgivelsene.

– Vi jobber først og fremst med energien. Vi går i dybden både individuelt og helhetlig. Tidligere tenkte man at Feng Shui var å omplassere møbler, men det er mer enn det. Feng Shui er kunsten å skape energi satt i et system. Med god energi får du høyere arbeidskvalitet på omgivelsene og i livskvaliteten. Hjemmet skal gi balanse. Den er din større kropp. Et speilbilde, sier hun.



Grethe Berg Sæthre i Feng Shui Norge.

Rydd opp!

Kjenner du følelsen av å vite at du har det rotete, og at rotet så forplanter seg videre til topplokket?

Ved å utlikne med god energi, skal du da få det bedre både mentalt og følelsesmessig. Det kan ganske enkelt bety at du rydder opp!

– Rot gjør at du ikke ser klart, men må snuble over gjenstander for å skape, sier Berg Sæthre.

– Men hvordan oppnå harmoni?

Ifølge Feng Shui masteren må man først erkjenne og bli bevisstgjort at verden ikke kun er fysisk, men også består av energi.

– Når du bruker Feng Shui bevisst, ser du at alt fysisk du omgir deg med snakker til din energi, sier hun.

Som eksempel trekker hun fram den typiske roteboden.

– Selv om boden er stengt, kjenner du følelsene av uryddighet. Men har du ryddet bak døren og har struktur, da er følelsen helt grei. Feng Shui er det andre øyet: når du har omgivelser som det fysiske øyet har sluttet å se, ser du de hele tiden ubevisst likevel, forklarer hun.



Tepper gir lunhet.

«Døde hjørner»

I Feng Shui er dette soner der energi har stagnert, som i en roteskuff eller bod.

– Energien kan også stagnere i en selv, dersom en tenker i det samme tankesporet igjen og igjen, sier hun.

På samme måte er det ikke bra med for mange store møbler i et lite rom. Møblenes antall og størrelse bør være i proporsjon med rommet.

– "Døde hjørner" kan også representere de fysiske hjørnene. Da kan Feng Shui hjelpe ved at man avrunder spisse hjørner, for å la energien flyte mer. Annet som kan gi rommet dårlig energi er halvdøde planter. Da må man enten gi de nytt liv, eller kaste plantene.

For mer informasjon:

Feng Shui Norge

TIPS!

For å gjøre stuen behagelig er det fint å ha noe mykt stoff, myke puter som vil bidra til å gjøre stedet avslappende.