# 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.

*Av ifi.no*




«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.