

# POZITIVNA ENERGIJA V POSAMEZNIH PROSTORIH DOMA

Nekateri imenujejo feng šui akupunktura prostora. Obe vedi imata namreč soroden izvor in med drugim skupno točko – odpravljati zastalo in škodljivo energijo. Pri akupunkturi odpravljamo zastale energije v telesu, pri feng šuiju pa se osredotočamo na prostor in okolico.



*Pravilna izbira notranje opreme nima le funkcionalnega in estetskega učinka, kot poudarja sodobna arhitektura, je tudi energijsko pozitivna, individualna in uravnoteža naše bivanje.*

Vsak prostor ima določeno vibracijo, energijo, či, razpoloženje ali značilnost, kot vse druge stvari v vesolju. To razpoloženje precej določa pokrajina s svojimi značilnostmi, kamor je prostor umeščen, lega zgradbe, v ka-

teri je bivališče glede na smeri neba, položaj glavnega vhoda kot dotoka energije, potek cest, hribov, dolin, rek, okoliških stolpnih, cerkva, telegrafskih stolpov in podobnih elementov. Na zunanjo okolico po navadi nimamo vpliva, saj smo ljudje v današnji družbi žal nagnjeni k odpravljanju posledic, in ne vzrokov. Vsekakor pa lahko vplivamo na ozračje prostora, ki ga ustvarjajo notranji elementi: razporeditev prostorov, razpostavitev pohi-

štva, izbira dekoracije in dekorja. Vsak od teh dejavnikov prispeva k energiji prostora in ta posledično vpliva na naše počutje, zdravje, pritek ali odtok čija (denarja, priložnosti, poznanstev, sreče idr). Za celostno dobro počutje je torej potreben pozitiven vpliv še tako majhnega prostora.

## SPALNICA

Večina ljudi meni, da je spalnica le prostor, v katerem spimo, in zato drugotnega pomena glede na druge dele doma. Vendar je prav spalnica eden izmed najpomembnejših prostorov, saj je to tisti del, v katerem preživimo najdlje časa (vsaj tretjino življenja!). Poleg pisarne je spalnica edini prostor, kjer bivamo nepretrgano približno osem ur na dan. Zato je izredno pomembna, saj med spanjem pridobivamo potrebno energijo za delovanje v naslednjem dnevu. Kar pomislimo, kako se počutimo po neprespani noči. Vse nam gre težko od rok, misli nam uhajajo, ne moremo se zbrati, slabe volje smo, dan je poln tegob. Kadar imamo za sabo kakovosten spanec, smo polni energije, poleta, svežih zamisli in bistrega uma.

Pri notranji opremi spalnice bodimo še posebno pazljivi. Primarni namen tega prostora je mir in počitek, zato naj bosta takšna tudi njena lega

in notranja oprema. Najprimernejše lege za spalnico so severne in zahodne – za starejše in vzhodne – za mlajše. Južni deli za spalnico niso priporočljivi, saj tam prevladuje živahna, aktivna energija jang, ki je boljša za dnevne sobe, jedilnice, kuhinje in poslovne prostore. Energija v spalnici naj bo bolj jin – mirna, ženstvena, s kančkom nasprotja za ohranjanje strasti. Pri opremitvi spalnice torej izbirajmo blage tone barv, nežne motive, zaobljene oblike, svetloba naj ne bo nikoli neposredna, temveč pridušena.

Za nemoten in zdrav spanec je zelo pomembna postavitve postelje v spalnici. Postelja mora biti dovolj zavarošana, vendar mora še vedno omogočati pregled nad prostorom. Nikoli ne postavljajmo postelje tik ob vrata ali med vrata in okno, saj bo tako energija dotekala prehitro in neposredno v nas, in to je škodljivo. Med spanjem moramo imeti podporo in varstvo, kot bi se skrili pred neurjem. Vzglavje postelje naj bo vedno postavljeno ob tisto steno, ki nima okna ali vrat. Vrata naj se ne odpirajo neposredno v nas, ko ležimo v postelji. Za enakopravnost partnerjev je pomembno, da nobena stran postelje ni potisnjena ob steno, saj bi tako partnerja dobesedno in v odnosu »stisnili ob zid«.

Dobra postelja ima stabilno obliko in velik vzglavnik, ki nam poleg stene daje oporo. Izberimo posteljo iz naravnih materialov (lesa) namesto umetnih, kovinskih. Boljše so postelje z zaprtim podnožjem, vendar tudi tista na nogah ni slaba, kadar pod njo ni kupov reči. Pazimo, da je postelja obrnjena proti vratom in da je od njih čim bolj oddaljena. Smer neba ležišča je odvisna od posameznika. Nekaterim nekatere lege bolj ustrezajo kakor drugim. Te lege se določijo glede na posameznikov rojstni datum, ki vam jih izračuna svetovalec za feng šui. V

spalnici moramo paziti še na to, da nimamo bleščečih površin in ogledal, ki pospešujejo energijo, da ne spimo pod tramovi ali knjižnimi policami, omarami, ki ustvarjajo strupene puščice in potiskajo energijo navzdol, nimamo vzglavja postelje na steni, ki meji s straniščem. V spalnici ne imejmo električnih naprav, motivi slik naj vedno izražajo pozitivna čustva – ljubezen, veselje, srečo. Poskrbimo, da bo naša spalnica oaza miru, kjer se napajamo z vitalno energijo. V njej dopustimo dovolj prostora za našo dušo.

## OTROŠKA SOBA

V otroški sobi se otroci učijo, igrajo, razvijajo in spiyo. Otroci potrebujejo svežo in dvigajočo se energijo, ki jih podpira in blagodejno vpliva na njihov razvoj. Vzhod je tista smer neba, ki je najboljše za otroke in mladostnike, saj nosi v sebi kvalitete povezane z mlado, rastočo energijo. Po feng šuiju je vzhod tudi tista smer neba, ki je povezana s prvim sinom, zato je najbolje, da se otrokom omogoči soba v tem delu doma. Če to ni mogoče, poskrbimo, da bo njegova postelja obrnjena proti vzhodu (vzglavje). Dobra lega je tudi jugovzhod, ki je prav tako povezana z elementom les in njegovimi kvalitetami. Idealno bi bilo, da bi bil spalni del ločen od učnega ali igralnega dela. To lahko storimo tako, da med posteljo in drugim delom postavimo zastor, predelno steno ali pohišveni element. Pri opremitvi otroške sobe poudarimo ustvarjalnost in lahkotnost.

Najboljše barve so bela, svetlo modra, peščena, rumena, zelena. Pazljivo uporabljajmo rdeče in oranžne tone, ki so lahko za otroke preveč agresivni. Otroci so zelo senzibilna bitja, negativna energija je zanje precej bolj nevarna kakor za odrasle. Ostri predmeti, ostri robovi, ogledala, strašljive

igračice in orožje nikakor ne sodijo v otroško sobo. Tudi električnim napravam (televizor, računalnik, prenosni telefoni) se ogibajmo. Pisalna miza mora biti postavljena tako, da ima otrok za hrbtom steno in gleda v prazen prostor (ne proti steni!). Najboljša lega je diagonalno od vrat, s pregledom nad celotnim prostorom. Tako lahko otrok razvija vizijo in dosega cilje ter občuti podporo okolja. Otroška soba naj ne bo na vrhu hiše ali više od spalnice, saj je najvišji del primeren za starše. Prav tako pazimo, da otroška soba po kvadraturi ni večja od spalnice ali tiste sobe, kjer bivajo starši. Drugače lahko postanejo otroci gospodovalni in se vedejo kot da so glavni, starši nimajo avtoritete.

## DELOVNA SOBA

Za delo doma se odloča vse več ljudi, saj ima svoje prednosti. Med drugim si lahko sami ustvarite delovno okolje, določite urnik in način dela. V delovno sobo uvrstite tiste elemente, ki jih potrebujete pri delu. Prostor lahko uredite po svojih potrebah in željah. Najboljše lege za domačo pisarno so vzhod, jugovzhod, jugozahod, zahod in severozahod, seveda pa so močno odvisne od same narave dela. Na splošno velja, da v pisarni potrebujemo prevladujočo stimulativno energijo jang, vendar tudi aspekt jin, saj za delo potrebujemo mir in zbravnost.

Element kovina je primeren za vodstvene položaje, saj vsebuje veliko »poslovnih« značilnosti. Pri opremitvi pisarne ne bomo zgrešili, če bomo uporabili ta element – belo, sivo, srebrno, zlato barvo, okrogle oblike. Dodamo lahko vodo, les, kaneček ognja in zemlje ter tako uravnotežimo vseh pet elementov. Ne pozabimo na orientacijo in položaj mize v pisarni, ki je nadvse pomemben.

Vedno si zavarujmo hrbet in imejmo pregled nad celotnim prostorom. Sedimo torej v »direktorskem« položaju, tako da za nami ni okna, temveč polna stena. Najboljši položaj mize je diagonalno od vrat, sama orientacija glede na smer neba pa je odvisna od narave dela, s katerim se ukvarjamo, in naših rojstnih podatkov. V pisarno postavimo tudi rastlinje za spodbuditev energije, prostor naj bo dovolj svetel in zračen, ravnajmo se po pravilu manj je več. Ogibajmo se odprtim policam in fasciklom, raje se odločimo za zaprte omare, kamor lahko pospravimo potrebno dokumentacijo. Pisarna naj bo, tako kot drugi prostori, urejena in čista. Delovna soba je primeren kraj za vsa naša priznanja, dosežke in motivacijske elemente. Okolje naj bo kar se da spodbudno in navdihujoče. Pri delu moramo biti osredotočeni, zato naj nas prostor ne odvrča, temveč spodbuja in navdaja z delovno vnemo in ustvarjalnostjo.

### KOPALNICA

Kopalnica je po kitajski filozofiji povezana z odplakovanjem slabe energije – umazanije. Pripada elementu voda, zato je najboljša lega zanjo sever. Kopalnice ne kaže zane-mariti, saj je prvi prostor, v katerega stopimo, ko se zbudimo. Veliko vpliva na to, kako se bomo počutili čez dan. Če je kopalnica umazana, neurejena, s počenim ogledalom, slabo osvetlitvijo in podobno, se bo naša energija ob vstopu vanjo nemudoma zmanjšala – to pomeni zmanjšanje motivacije in dobre volje. Poleg tega bo taka kopalnica čez daljši čas vplivala na posamezno življenjsko področje, odvisno od njene lege. Stopimo v čisto, urejeno kopalnico in začnimo dan z užitkom. Če se le da, naj bo kopalnica z oknom, svetla in zračna. Ta del doma postaja prostor za uživanje in sprostitev, njena prvotna vloga ostaja v ozadju. Kakor koli, kopalnica mora biti vedno zaprta in ločena od spalnih in drugih prostorov. Nikakor ni dobro,

da je kopalnica zraven kuhinje ali pa prvi prostor, ki ga zagledamo ob vstopu v stanovanje. Kopalnica naj bo za zaprtimi vrati, saj ne želimo, da bi se njena energija mešala s stanovanjsko. V kopalnici se namreč čistimo, osvobajamo umazanije, ki naj odteče – negativna energija torej odteka, zato naj ostane za zaprtimi vrati, da ne bi odtekla še pozitivna energija, ki smo jo ustvarili v domu, ter da bi preprečili tej negativni energiji dostop do drugih prostorov. Primerna oprema za kopalnico so nevtralni toni, najbolje les – zelena barva, ki povečuje energijo, ali pa kovina – bela barva, ki podpira naravni element kopalnice, vodo.

Pravilna izbira notranje opreme nima le funkcionalnega in estetskega učinka, kot poudarja sodobna arhitektura, je tudi energijsko pozitivna, individualna in uravnoteža naše bivanje. ■

MAŠA ZORN

KVALIFICIRANA SVETOVALKKA ZA FENG ŠUI

# PREOBRAZITI SE JE TREBA NA CELIČNI RAVNI

»Naše celice so predloge za to, kar smo in kar lahko dajemo svetu. V njih je shranjen tudi ključ za uravnoteženo in bogato življenje, ki nas podpira. Celice v sebi skladiščijo zavest naših teles in okolja, naše zgodovine in namena,« razlaga *Tomaž Flegar*, zdravilec iz Murske Sobotice, ki opravlja tako imenovano celično zdravljenje ali proces svete preobrazbe.

**Opravlimate celično zdravljenje. Kako bi to zdravljenje opredelili in opisali?**

Zavedati se moramo, da je za popolno in trajno spremembo (ozdravitev) našega telesa potrebno, da se preobrazimo na najgloblji ravni naše-

ga telesa, ki je v povezavi z najvišjimi ravnmi zavesti, v tem primeru jo predstavljajo celice. Celičnemu zdravljenju pravimo tudi proces svetega preobrazanja, ker poteka na najglobljih in najintimnejših delih našega bivanja.

Celice so gradniki naših teles in

narekujejo, kako se skozi naš sistem gibljejo tekočine in strupi in tudi, kako se v njih zadržuje in porazdeljuje energija. Različni vzorci zadrževanja ali zakrčenosti v telesu pa neposredno vplivajo na to, kam bo energija tekla, kako se bo gibala. Omenjena zakrčenost se