

Haben Sie es auch so nötig: die Ruhe und Entspannung nach einem anstrengenden Arbeitstag? Und wenn Sie dann Ihre eigenen vier Wände betreten – erleben Sie da ein Reich des Friedens, einen wahren Kraftort der Harmonie? Falls nicht, könnte Ihnen die Geomantie weiterhelfen.

TEXT: MAG. JULIA GRUBER



# Meine Wohnung als

# Kraftort

Der Wunsch nach einem sicheren, schönen Platz zum Leben ist so alt wie die Menschheit selbst. Schon unsere Ahnen wussten, dass das persönliche Wohlbefinden von der Qualität der Umgebung abhängt. In allen Hochkulturen gab es Fachleute, die sich speziell um die Atmosphäre von Orten bemühten: die Geomanten. Die alte Erfahrungswissenschaft der Geomantie (wörtl: Erdschauen) ist derzeit am ehesten unter dem Begriff „Feng Shui“ (asiatische Geomantie) oder „Wünschelrutengehen“ bekannt. Dabei bräuchten wir bei unserer hektischen Lebensweise dringend harmonische Orte, um gut entspannen zu können.

■ **„Geist“ eines Platzes.** Geomantie beschäftigt sich mit dem „Genius loci“ (Geist oder Seele eines Platzes) und seinem feinstofflichen Kraftfeld. Es geht um die unsichtbare, energetische Wirklichkeit hinter den materiellen Erscheinungen, die zwar nur gefühlsmäßig wahrnehmbar, aber dennoch sehr real ist. Sie entsteht aus dem Zusammenspiel von äußeren Faktoren (Materialien, Farben, Formen etc.) und feinstofflichen Einwirkungen (Gefühle und Gedanken der Menschen, die Geschichte des Ortes, das kollektive Feld etc.).

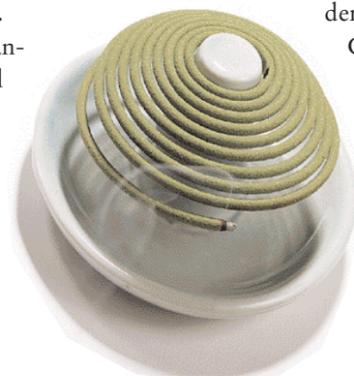
ten finde ich, dass jeder Mensch für sich selbst und seine Umwelt feinfühler wird. Das geschieht durch persönliche Erfahrung. Machen Sie dazu doch gleich ein kleines Experiment, einen mentalen Spaziergang durch Ihr Zuhause.

## Mentaler Spaziergang hilft

Suchen Sie sich dafür einen ungestörten Ort und Moment aus. Ihr Körper darf sich nun in eine entspannte, aber wache Position begeben. Der Atem fließt frei. Nun lassen Sie vor Ihrem geistigen Auge folgende Situation entstehen:

**1. Sie kommen nach Hause.** Zuerst sehen Sie den Eingang vor Ihrem geistigen Auge. Fühlen Sie sich begrüßt? Oder liegt er versteckt? Wirkt er abweisend? Traditionell wird der Eingangstür besondere Aufmerksamkeit geschenkt, denn sie ist der „Mund“ des Hauses. Dicke Holztore mit Schutzzeichen (z. B. „20-C+M+B-08“), Blumenkränze, Türwächter und -matten sorgten für die richtige Mischung aus Sicherheit und Offensein. Finden Sie die für Sie passenden Symbole!

**2. Betreten Sie das Vorzimmer.** Atmen Sie tendenziell auf oder empfinden Sie ein beengtes Gefühl, Dunkelheit? Der erste Eindruck zählt: Werden die Ankommenden freundlich empfangen und können sich intuitiv orientieren? Die Bewegung der Gäste in



**Stimmungsvolle Räucherspirale.** Wohlfühlfaktoren für zu Hause gibt es viele. Lieblingsplätze kann man u. a. mit verschiedenen Düften aufwerten.

die weiteren Räume kann durch die Lichtführung erleichtert werden, oder z. B. durch gezielten Farbeinsatz. (Leitsatz: die Energie folgt der Aufmerksamkeit.)

**3. Gehen Sie nun an Ihren Lieblingsplatz in der Wohnung.** Forschen Sie nach: Wie fühlt sich dieser Ort an? Was an ihm tut mir so gut? Was mache ich hier am liebsten? Jeder Mensch empfindet einen anderen Ort als Kraftplatz, je nach persönlichem Bedürfnis. Ein „Höhlenmensch“ braucht vielleicht eine geborgene Nische in dunklen Erdfarben, in Kaminnähe mit Zeitung. Der „Vogelnesttyp“ wählt ein Zimmer mit weiter Aussicht, kühlen Farben und viel Freiheitsgefühl. Der Kraftplatz eines gestressten Managers ist vielleicht ein energetisch abziehender Ort, damit er sich „hinunterfahren“ kann. Der ausgelaugten Hausfrau tut vielleicht wiederum ein vibrierender „Powerplatz“ gut.

**4. Welcher Typ sind Sie?** Wie könnten Sie die heilende Grundqualität Ihres Kraftplatzes fördern (falls nötig) oder besser nutzbar machen? Gibt es in Ihrer Wohnung auch einen Bereich, den Sie nicht mögen? Wie fühlen Sie sich, wenn Sie sich dort länger aufhalten? Wie jeder Bewohner hat auch jede Wohnung ihre Schattenseiten: angestopfte Ecken oder Kellerabteile, eine lieblose Küche, ein verlassenes Zimmer etc. Doch gerade diese Problemzonen zeigen gleichzeitig auch die möglichen Wachstumspotenziale auf – für die Verbesserung der Wohnsituation und für die eigene Lebensausrichtung. Voraussetzung dafür ist natürlich, dass Sie genau hinschauen. Woran hakt es? Was hindert mich z. B. daran,

Fotos: Blumenbüro Holland, Buenos Dias

den verhassten Kasten endlich weiterzugeben? Die alten Hefte wegzuwerfen? Wo wäre ein klärendes Gespräch nötig?

**5. Fühlen Sie sich in Ihr ganzes Zuhause ein!** Wenn Ihre Wohnung ein Mensch wäre, wie würde Ihr Gegenüber aussehen? Jung, dynamisch, alt, gebrechlich ... Hätte er ein Leiden? Was freut ihn? Möchte er Ihnen einen Wunsch vermitteln? Schenken Sie „ihm“ einen Augenblick der Dankbarkeit.

Hier kommen 3 klassische Tipps zur Verbesserung der Atmosphäre zu Hause, die sich immer bewähren:

■ **Entrümpeln Sie.** Entledigen Sie sich aller Dinge, die Sie nicht verwenden – wirkt wie energetische Entschlackungskur.

■ **Sorgen Sie für klare Beziehungen.** Konflikte sollten am besten offen und respektvoll ausgetragen werden! Lassen Sie sich bei harten Nüssen ruhig von Geomanten, Therapeuten oder Mediatoren unterstützen. Denn unterschwellige Angst- und Hassgefühle prägen sich langfristig in den Raum ein und locken weiteren Frust an.

■ **Schaffen Sie sich eine schöne Mitte.** Früher hatten viele Häuser in Europa einen Herrgottswinkel. In China war ein leerer Punkt im Zentrum heilig. In Afrika gibt es den traditionellen Ahnenplatz. Gestalten Sie sich eine liebevolle Mitte: z. B. mit Blumen, Familienbild, religiösem Gegenstand u. Ä.

## Lebensthemen im „Spiegel“

Die geomantische Beschäftigung mit dem eigenen Haus ist auf jeden Fall beeindruckend und kann viel bringen. Wie sich Hund und „Herr!“ oft erstaunlich ähneln, so „färben“ auch die Bewohner auf ihre Umwelt ab, denn ihre Energiefelder durchdringen sich. Das ist der Grund, warum ich bei der geomantischen Beratung für einen „wildfremden“ Menschen seine aktuellen Lebensthemen im Haus „ablesen“ kann: Beziehungen, Krankheiten, seelische Wünsche – und die nötigen gestalterischen Veränderungen.

■ **Kinesiologische Abklärung.** Wenn ich mir bei einer Beratung nicht ganz sicher bin, welchen der Bewohner das Thema betrifft oder ob es vielleicht noch um einen Vermieter geht, dann hilft mir das kinesiologische Körperfeedback. So können über den „Armmuskeltest“ räumliche Neugestaltungen gezielt für den betreffenden Bewohner ausgetestet werden (z. B. der beste Bettplatz). Schritt für Schritt werden die eigenen vier Wände so zu einer wohligen „dritten Haut“ und die Zeit zu Hause eine Quelle wahrer Entspannung. ■

## ÜBER DIE GASTAUTORIN

Mag. Julia Gruber ist ausgebildete Architektin, Geomantin, Kinesiologin und Shiatsu-Therapeutin. Seit zehn Jahren begleitet sie Menschen durch innere und äußere „Umbauprozesse“ und entwickelte dadurch eine eigenständige Methode für mehr Harmonie zwischen Menschen und ihrer Umgebung. Sie ist auch Autorin zahlreicher Fachartikel zum Thema. Infos: Tel: 0699/811 09 676, [www.mensch-und-raum.at](http://www.mensch-und-raum.at).



Wollen auch Sie in unserem Frei\_Raum auftreten?

Dann schicken Sie uns bitte Ihren Textvorschlag (mit Namen, Kontaktadresse bzw. E-Mail und Tel.) an: [redaktion@gesundheit.co.at](mailto:redaktion@gesundheit.co.at), Kennwort: Frei\_Raum.