

Zdravé bydlení



Co nás učí Feng Shui

Napsala: Markéta Petříková

Feng Shui je logický nástroj, který využívá každý z nás, ať už o tom víme či nikoliv.

Při příchodu do restaurace nejprve zamíříme k rohovým stolům nebo ke stolům u stěny. Proč? Protože máme krytá záda a zároveň výhled do „lokálu“. Stejně tak dáme většinou přednost křeslu s vysokou opěrkou před židlí bez opěradla. A stejně přirozeně bychom měli přistoupit k usazení našeho domu na pozemku s přihlédnutím ke všem okolním vlivům – to je ve Feng Shui škola formy. Také víme, že lépe se nám spí v chladnějších a tmavších místnostech, naopak v obytné zóně preferujeme teplo a sluneční svit – zde je třeba se řídit školou kompasu.

Každý prostor má své dispozice a indispozice. Úkolem Feng Shui je prostor zhodnotit a vše pozitivní maximálně využít a vše nepříznivé eliminovat.

V současné době se domovy čím dál více stávají vyhledávaným útočištěm a oázou klidu poskytující bezpečí před stále agresivnějším okolním světem. Protiváhou na složitý a stresující svět je žít jednodušším a přehlednějším způsobem života. Feng Shui poradí, jak toho dosáhnout. Není třeba přijmout východní design interiérů a exteriérů jen proto, že se učení Feng Shui zrodilo v Číně. Jedinou věcí, kterou je třeba udělat, je

pochopit několik obecných a zároveň logických zásad a principů. Ty by měl znát každý projektant i architekt, aby mohl navrhovat a stavět jen „zdravé“ domy pro kvalitní bydlení i život.

Půdorys

U půdorysu je nejdůležitější jeho pravidelnost, přičemž nevhodnější je čtverec, případně obdélník. Pravidelný půdorys má mnohem větší dispozici k vytvoření harmonického a vyváženého prostoru. Největší chybou bývají členité a složité půdorysy nebo tvary do L, které nejenže působí nevyrovnaně, ale některé sektory domu či bytu jsou díky tomu oslabené nebo zcela chybí. A protože každý sektor je kromě světové strany spojený i s životní oblastí, je zřejmé, že u těch chybějících můžeme očekávat problémy.

Sever – životní cesta a kariéra
 Severovýchod – moudrost a vědění
 Východ – minulost, předkové, kořeny
 Jihovýchod – prosperita, bohatství
 Jih – sláva, uznání, společenská prestiž
 Jihozápad – vztahy, láska, partnerství
 Západ – budoucnost, děti, kreativita
 Severozápad – nápomocní přátelé, cestování
 Střed (Tai chi) – zdraví

Proporcionalita

Často úplně opomíjeným faktorem je velikost domu, která by vždy měla

"Dělej, co umíš, s tím, co máš, tam, kde jsi."

být úměrná počtu osob, které jej budou obývat. V malých prostorách, kde se tísní více lidí, dochází k nepřehlednosti, ztrátě soukromí a nedostatku motivace a vizi. Lidé mají pocit, že se dusí a že na ně všechno padá. Toto prostředí je velmi stresující až depresivní. Častěji se dnes však setkáme s opačným extrémem, kdy si bezdětní partneři vystaví dům – hrad. Nejen, že v takovém prostředí dochází k odcizení, ale prostor začne své obyvatele vysávat a tím u nich dochází k psychickým a zdravotním problémům. „Všeho s mírou“ se zde tedy opravdu vyplácí a měli bychom na to vždy pamatovat. Stejně pravidlo platí i pro množství nábytku, kterého by nemělo být příliš, ale ani málo. Přehnaný minimalismus svědčí o odcizenosti, nepřírozenosti a dokonce sterilitě.

Usazení domu na pozemku

Zde posuzujeme dům podle školy formy, tj. veškeré vnější vlivy, jako svažitost terénu, okolní zástavba, rušivé vlivy z okolí (vysílače, rušné silnice, hluk, zápach apod.), výhled do krajiny atd. Dům se vždy snažíme usadit zády (nejlépe severní stranou) ke svahu, který mu tak vytvoří přirozenou oporu a s volným výhledem na pozemek a dále do krajiny, kde by v ideálním případě mělo být údolí s vodním tokem. Také po obou stranách domu by měla být opora v podobě okolních domů nebo zeleně.

Vzhled domu

Nejen, že by dům měl svým vzhledem zapadnout do místní krajiny a zohledňovat celkový urbanismus, ale také by měl podpořit stabilitu a zázemí, které od něj očekáváme. Z pohledu Feng Shui jsou doporučovány zemní prvky, ať už je to zemitá barva fasády, kamínky kolem domu nebo kamenný obklad fasády či vchodu. Chybou bývají nadměrné prosklené plochy, přílišné užití kovových prvků a prosklené rohy. Ty by měly naopak vždy být plné.

U komerčních budov je velice důležité, aby energie domu byla v souladu s činností, která je zde vykonávána. Například kovový dům, který může být bílý, strohý a převahou kovových komponentů, je vhodný pro peněžní ústavy, účetní firmy, advokátní kanceláře apod., protože zde podpoří řád, pravidla, přesnost a práci s penězi. Nepravidelná skleněná budova se výborně hodí pro plavecký stadion nebo prodejnu bazénů. Velké kamenné domy jsou vynikající pro divadla, školy a soudy. Pro reklamní agentury nebo sportovní zařízení jsou vhodné ohnivě budovy – vyzývavé, barevné a provokativní. Vždy je však důležitá škola formy – tedy opora. Samostatně stojící skleněné věžáky nepřinesou nic dobrého ani majitelům firem, zaměstnancům ani klientům.

Rozmístění místností

Místnosti v domě by měly být uspořádány logicky vzhledem k funkci a potřebám obyvatel domu. Zároveň by měly zahrnovat dostatek úložných prostor, které podpoří přehlednost a řád. Na severní strany by měly přijít technické a užitkové místnosti jako koupelny, prádelny, spíže, ložnice. Naopak k jihu situujeme hlavní obytnou zónu. Pro kuchyně, dětské pokoje a pracovní je vhodný východ i západ.

Ming Tang

Jedním z hlavních posláních Feng Shui je mít příjemný pocit ze svého domu, být hrdý na to, jak vypadá a těšit se na příchod domů. Váš domov je vaším odrazem,



a proto je třeba, aby nejen interiér, ale také exteriér a samotný vchod byl takový, abyste na něj mohli být pyšní. Ming Tang je prostor těsně před domem a vlastní vchod. Ve Feng Shui je to jeden ze tří nejdůležitějších prostorů vůbec, protože zde vzniká první dojem, který nás do velké míry ovlivní ještě před vstupem. Zároveň je to prostor, kde se shromažďuje energie, proto musí být vhodně upravený. Vchod musí být zřetelný a jasný, samotné vchodové dveře by měly být výrazné, osvětlené a čisté, aby lákaly ke vstupu. Po jejich obou stranách jsou vhodné symboličtí ochránci obydlí, což mohou být například rostliny nebo stromky v ozdobných nádobách.

Interiér

Zařizování interiéru by mělo splňovat školu formy, což je především logické a funkční řešení a správné rozmístění nábytku, tak, aby vždy byla zachována opora za zády a volný výhled. To platí hlavně při umístění postele, sedačky, jídelního stolu, pracovní židle a oblíbeného křesla. Častou chybou bývá umístění jídelního stolu v průchodu mezi obývacím a chodbou či vstupem na zahradu. Také umístění televize je kolikrát přednější než správné posazení sedačky. Škola kompasu doladí materiály, barvy, tvary a vhodné doplňky, které přísluší každému sektoru. To vede k harmonii, řádu a vědomí, že každá věc, barva nebo materiál má na své místo a opodstatnění. Naučí nás zbavit se nefunkčních a zbytečných věcí, které v našem životě nemají co dělat. Výrazné energetické prvky jako akvárium nebo krb by měly být umístěny v sektoru, kam svou energií náleží. Užití převážně přírodních materiálů podpoří přirozenost a nadčasovost každého prostoru.

Tai chi

Velkou péči musíme věnovat středu, ne nadarmo se mu říká energetické srdce prostoru. Měl by být zachován volný bez rušivých vlivů, jako je schodiště, výtah, stoupačky, komíny nebo příliš mnoho nábytku. Když si uvědomíme, že ovlivňuje celý zbývající prostor a je spojený se zdravím, je jasné, že se jedná o podstatné místo v interiéru.

Individuální přístup

Kouzlo Feng Shui spočívá v jeho individuálním přístupu. Kromě všeobecně platných principů pro prostor je nezbytné se věnovat všem osobnostem. Podle data narození je možné stanovit příznivé a nepříznivé směry, což je možné využít

při směřování postele, psacího stolu nebo oblíbeného křesla. Dále můžeme zjistit, které energie každého jedince zharmonizují a posílí a ty dodáme do jeho osobního prostoru pomocí vhodných barev a doplňků. Velice důležité je také, aby se v prostoru odrazil životní styl a filozofie, záliby a to, k čemu v životě směřujeme. Pokud je interiér opravdu dobře uspořádán, dává člověku neustále podněty a impulzy – stále jej inspiruje k něčemu dalšímu a novému. Kombinací všech kroků vznikne prostor, který budeme mít rádi, budeme v něm zdraví, šťastní a spokojení. Jeho atmosféra nás bude stále znovu a znovu okouzlovat.

Čeho se vyvarovat/nejčastější chyby:

Nepřavidelný půdorys, garáž jako součást hlavního půdorysu domu, toaleta a koupelna blízko hlavního vchodu, zrcadlo proti vchodovým dveřím, troje dveře v jedné linii za sebou, schodiště ve středu domu, špatné umístění krbu nebo akvária, nefunkční a zbytečné věci, nepořádek a překážky, ostré rohy a hrany, nezdravé a zanedbané rostliny, tmavé kouty.

Ing. Hana Lošťáková (projektantka)

Vnímáte rozdíl mezi klasickým projektem a projektem dle zásad Feng Shui?

„Rozdíl vidím hlavně v tom, že ve Feng Shui má vše své logické místo. Návrh víc zohledňuje danou lokalitu, orientaci k světovým stranám a zájmy budoucích majitelů. Každý prvek, jeho tvar a použitý materiál mají souvislost s okolním prostředím nebo svými budoucími majiteli. Mám pocit, že domy postavené podle těchto zásad působí vyváženěji. Často mají lepší dispozici pro příjemné bydlení nebo pro práci u komerčních budov, než klasické domy. Klienti jsou spokojeni, když vědí, že každý krok při přípravě i realizaci projektu má svůj důvod.“

Jana Cvilínková (interiérová designérka, lektorka a konzultantka Feng Shui)

V čem vidíte důvod stoupajícího zájmu o FS, a lze toto starobylé umění propojit s moderním designem?

„Průměrná délka života se sice stále prodlužuje, ale přibývá



„civilizačních nemocí“ a chybí nám „pocit bezpečí a pohody“. Ztratili jsme kontakt s energií a přirozenými rytmy přírody. Prostředí, ve kterém žijeme, nás často, aniž si to uvědomujeme, dokáže stresovat. Ale čím hlouběji umíme proniknout do všech jeho rovin, vztahů a tajů, může nás také stresu i různých nepříznivých vlivů zbavit. Takové prostředí dokáže pohladiť, cítíme se v něm v pohodě a v bezpečí, dovolí nám vypnout naše ochranné bariéry a uvolnit se. To dokáže samotný design jen částečně. Feng Shui design umí pomocí metod, které prověřily staletí, nahlédnout hlouběji pod povrch věcí a dokáže citlivě propojit principy „východu“ s moderními poznatky zdravého bydlení a zdravého životního stylu „západu“. Doporučuje a používá přírodní a zdraví neohrožující materiály, alternativní zdroje energie, věnuje se problematice elektrosmogů apod. Feng Shui se dá použít k harmonizaci jakýchkoliv staveb. Od rodinných domů, bytů, přes kancelářské, obchodní a výrobní budovy, až po navrhování zahrad, budování nových sídel a utváření krajiny.“

Vidíte výuku Feng Shui jako perspektivní a smysluplnou?

„V interiérovém designu šlole Intermezzo, se kterou spolupracuji, bylo Feng Shui zařazeno do intenzivního dlouhodobého kurzu Diplomového studia, které je určeno především těm studentům, kteří mají zájem o profesionální kariéru v interiérovém designu. Ideální by podle mých představ bylo, vyučovat principy Feng Shui děti na základních školách, ale především studenty interiérového designu, architektury i dalších příbuzných oborů, ve kterých se může Feng Shui nejlépe uplatnit a přispět k všeobecně šťastnějšímu životu a prosperitě.“

Knižní tip:

„Prostředí nás ovlivňuje. Zasahuje jak sociální, tak osobní zdraví, tělo, duši i ducha. Z devadesáti procent se v našem životě jedná o vystavené prostředí. Budovy, prostranství mezi nimi, cesty, které je spojují, a cesty skrze ně – to jsou rámce našeho každodenního života. Rozličné rámce utvářejí různé životy, ovlivňují naše myšlení, citění, chování – to, čím jsme.“

Úryvek z knihy Duch a místo (autor: Christopher Day)

Odkaz na knihu - <http://www.databazeknih.cz/knihy/duch-a-misto-83847>

Zdroj fotografií: <http://www.feng-shui-stavby-interiery.cz>

