

Interview in BUNTE GESUNDHEIT mit Wendelin Niederberger

Wendelin Niederberger: der Spezialist für taoistische Unternehmensführung leitet die Feng-Shui-Schule Schweiz und berät Privat- und Geschäftskunden in der Schweiz, in Deutschland und England.

Eine fernöstliche Lehre fasziniert immer mehr Menschen im Westen: Feng-Shui. Nicht nur Schauspieler wie Sharon Stone, Kevin Costner oder Ralf Bauer räumen ihr Zuhause nach uralten asiatischen Richtlinien um. Auch einflussreiche Politiker und erfolgreiche Firmenbosse lassen ihre Gebäude und Arbeitszimmer inzwischen von Feng-Shui-Spezialisten wie dem Schweizer Wendelin Niederberger entwerfen und einrichten. In BUNTE GESUNDHEIT erklärt er, wie jeder mit einfachen Regeln positive Kräfte in seine eigenen vier Wände holen kann.

Was ist eigentlich Feng-Shui?

Vereinfacht gesagt setzt man mit Feng-Shui die Weisheit der östlichen Philosophien Taoismus und Zenbuddhismus im persönlichen Umfeld um. Wir alle sind universellen Gesetzen, natürlichen Rhythmen unterworfen. Wenn man diese kennt und sich ihnen optimal anpasst, verläuft das Leben mühelos und erfolgreich. Stellt man sich gegen den Strom, erlebt man Widerstände, Schwierigkeiten. Feng-Shui hilft dabei, Stolpersteine im Lebensweg zu finden und zu entfernen.

Wieso soll das Umräumen der Wohnung so großen Einfluss auf das persönliche Leben haben?

Das Zuhause ist Ausdruck der Persönlichkeit. Die Lage, der Schnitt und die Einrichtung symbolisieren die momentane Verfassung und Lebenseinstellung. Ein Beispiel: Wer sein Lieblingssofa mit dem Rücken vor ein riesiges Fenster stellt und auf die gegenüberliegende Wand blickt, der widerspricht seinem menschlichen Bedürfnis nach Schutz im Rücken und umfassendem Weitblick nach vorn. Stellt man diese Couch nun an die Wand, bekommt man buchstäblich einen ganz neuen Blickwinkel und mehr Selbstsicherheit. Und zwar nicht nur daheim auf dem Sofa. Diese Veränderung zeigt sich in allen Bereichen des Lebens, im Beruf, in Beziehungen, der körperlichen Verfassung, bei Geldanlagen und so weiter.

Es gibt verwirrend viele Feng-Shui-Arten, welche ist denn die beste?

Ich persönlich habe mit der modernen Methode "Drei-Türen-Bagua" die besten Erfahrungen gemacht. Dabei werden jedem Haus und jedem Raum beim Betreten die acht verschiedenen Lebensprinzipien wie Ruhm, Reichtum, Partnerschaft zugeordnet. Beispiel: Gegenüber der Tür ist immer der stärkste Platz, der Ruhm-Bereich. Genau dort steht überall auf der Welt der Thron des Herrschers oder der Chefsessel. Kein König und kein Firmenboss würde sich mit dem Rücken zur Tür platzieren. Alle Menschen wissen unbewusst, welchen Einfluss die Position im Raum auf ihr Wohlbefinden und ihre Stellung hat.

Wie soll man vorgehen, wenn man sein Umfeld optimal neu gestalten will?

Bevor man irgendetwas verändert oder gar Symbole anbringt, muss man gründlich aufräumen, entrümpeln und putzen.

Putzen ist Feng-Shui?

Ja, die Basis. Man muss zunächst eine ehrliche Bestandsaufnahme machen von allem, was sich so angesammelt hat, und alles Unnötige aussortieren. Eine voll gestopfte Wohnung ist blockiert. Voll von alten Erinnerungen, Unerledigtem, Kaputtem. Da kann man nichts Neues reinbringen - weder in die Wohnung noch ins eigene Leben. Außerdem rauben überquellende und schlampige Schubladen, Schränke, Tische, Regale oder Abstellkammern unglaublich viel Energie.

Warum?

Bei jedem Blick, der darauf fällt, fühlen wir uns überfordert oder bekommen ein schlechtes Gewissen. Sogar Verstecktes wie Ansammlungen im Abstellschrank oder im hintersten Kellerraum wirkt permanent negativ und lähmend auf unser Unterbewusstsein und unseren Organismus.

Übervolle Schränke haben Einfluss auf unseren Körper?

Ja. Ich habe immer wieder festgestellt, dass Sammlernaturen meist Gewichtsprobleme haben. Sie schleppen also auch körperlich zu viel mit sich herum. Oder andersherum: In einer klar strukturierten Wohnung mit viel Freiraum wohnt nie ein Übergewichtiger. Wer sich von Unnötigem und Altem trennt, erlebt also nicht nur eine unglaubliche seelische Befreiung und überraschende, positive Neuerungen in seinem Umfeld, sondern spürt auch körperlich Erleichterung: Überflüssige Pfunde verschwinden ganz ohne Diät.

Wie viel muss man aussortieren, um sein Idealgewicht zu bekommen?

Es gibt eine Faustregel: Alles, was man nicht mit echter Freude ansehen oder mit Begeisterung benutzen kann, macht einen nicht reich, sondern belastet, kostet ständig wertvolle Lebenskraft. Das alles sollte man weggeben oder wegwerfen. Wenn sich in bestimmten Bereichen immer wieder Dinge ansammeln, sollte man überprüfen, warum man das zugeordnete Prinzip so verachtet, dass man es sozusagen zum Müllablageplatz degradiert. Übrigens: Auch reale Abfalleimer, Mülltonnen oder Komposthaufen brauchen erhöhte Aufmerksamkeit.

Müll braucht Aufmerksamkeit?

Ja. Bei nicht ständiger Säuberung sammelt sich dort besonders schnell stagnierende Energie. Ähnliches gilt für Räume, die der körperlichen Hygiene dienen, also Toiletten und Badezimmer. Jeder kann mit einfachen Mitteln aus einer muffigen Nasszelle eine helle, schöne Wellness-Oase machen. Verschiedene Lichtquellen, Pflanzen, schöne Bilder, Musik und so weiter werten solche kritischen Räume energetisch hervorragend auf. Und man selbst fühlt sich plötzlich darin wie in einem luxuriösen Spa.

Können Feng-Shui-Utensilien wie Kristalle, Mobiles, Achteckspiegel oder Delfine wirklich das Leben verändern?

Man wird von jedem Symbol unbewusst beeinflusst. Dazu inspiriert, etwas zum Positiven zu verändern, oder gebremst, blockiert. Deshalb sollte man entsprechend sorgsam auswählen, womit man sich umgibt. Man braucht jedoch keine klassischen Feng-Shui-Symbole, wenn man einen Lebensbereich stärken möchte. Wichtig ist, dass der Gegenstand für einen selbst das Gewünschte repräsentiert.

Es wäre doch ideal, alle Zonen mit vielen Glücksbringern zu aktivieren, oder?

Nein, da verzettelt man sich, das gibt nur totales Chaos. Man muss Prioritäten setzen. Außerdem: Viel hilft keineswegs viel, sondern klare, einfache Akzente haben die größte Wirkung.

Was muss man tun, wenn man sich mehr Glück in der Liebe wünscht?

Zunächst muss man alles, was einen an frühere Enttäuschungen, an Einsamkeit erinnert, entfernen. Anschließend sollte man Raum in der Wohnung schaffen für einen neuen Partner, für die ersehnte Beziehung. Zum Beispiel ein größeres Bett anschaffen, eine Kuschelecke einrichten, Platz in Schränken und Regalen für persönliche Dinge eines Partners machen. Erst dann kann man auch den Beziehungsbereich so umgestalten, dass dieser das erwünschte Liebesglück symbolisiert. Das können viele Dinge sein: Rosen, eine Skulptur, ein bestimmtes Poster, Dinge, die mich stimulieren, bei deren Anblick ich mich wohl und geborgen fühle.

Und was fördert Karriere und Reichtum?

Man muss die Dinge und Fähigkeiten, die man bereits besitzt, wertschätzen, pflegen und stolz darauf sein. Also das Augenmerk mehr auf die momentan vorhandene Fülle legen, statt überall nur Mangel zu sehen. Außerdem kann man in der Wohnung und am Arbeitsplatz für symbolischen Fortschritt und Weitblick im Bereich Karriere sorgen. Den gibt's in jedem Raum. Dort kann man beispielsweise die Abbildung eines schönen Wegs, der auf den Horizont zuführt, aufhängen oder eine üppige, stark wachsende Pflanze aufstellen. Und in den Reichtumsbereich Gegenstände und Symbole, die einem sehr wertvoll sind.

Und wie findet man einen guten Feng-Shui-Berater?

Man sollte den Berater sehr gut ansehen. Macht er einen gelösten, glücklichen Eindruck? Ist er beliebt, ist er erfolgreich? Wenn wir diese Fragen mit Ja beantworten können, dann scheinen seine Rezepte tatsächlich zu wirken. Dann versteht er wirklich etwas von Feng-Shui.

