

Ein Fest der Sinne

Die Küche symbolisiert Gesundheit und Energie – die Grundlagen für ein harmonisches Leben. Das wussten bereits die alten Chinesen vor 6000 Jahren zu nutzen und überlieferten uns die Lehre des Feng Shui.



Waran liegt es, dass sich in manchen Wohnräumen unsere Lebensgeister besonders inspiriert entfalten, während anderswo unsere „Batterie“ bald verbraucht ist? „Die persönliche Resonanz entscheidet, ob uns ein Raum, ein Möbelstück, eine Farbe oder eine Mahlzeit gut tut oder nicht.“ Meint Günther Sator, renommierter Feng Shui-Experte und Gründer der Feng Shui Academy in Wien. Wichtig für unser Wohlbefinden in Partnerschaft und Familie, aber auch in Karriere und Beruf ist eine Umgebung, die Lebensenergie frei fließen und entfalten lässt. Die Küche nimmt hier eine herausragende Stellung ein. Denn:

Je glücklicher der Koch, desto energiereicher die Nahrung.

Und ein energetisch positiv gestalteter Essplatz macht jede Mahlzeit zum Fest der Sinne und zum Heilmittel für Körper und Geist. Schon bei der Wohnungsplanung sollte daher der ideale Platz zum Kochen und Essen genau überlegt sein.

Der Plausch am Herd

Ideal ist eine günstige Anbindung von Küche und Essplatz an das Wohnzimmer oder andere häufig genutzte Räume. Wer in der Küche zu tun hat, sollte in das Geschehen miteinbezogen werden. Ein einladendes Pult oder bequeme Stühle animieren sowohl Familie als auch Gäste

zum gemütlichen Plausch am Herd. Das schafft Zusammengehörigkeit und fördert die Kommunikation, vor allem auch weil Gespräche in einem stimmungsvollen, nährenden und duftenden Umfeld ungleich besser verlaufen als an einem nüchternen Ort. Eine häufig und gern benutzte Küche aktiviert das Qi der Wohnung und der Menschen mit nährenden und aufbauenden Schwingungen.

Herd: Symbol für Lebensenergie

Der Herd symbolisiert Lebensenergie und Gesundheit, aber auch das finanzielle Wohlergehen der Bewohner. Seine Positionierung ist daher besonders wichtig, ideal steht er als Kochinsel am Kraftplatz mit Übersicht in den Raum. Der Platz oberhalb des Herdes sollte so frei und unbedrückt wie möglich sein.

Licht lässt Energie fließen

Eine Wohlfühlküche wirkt freundlich und hell. Sie ist ausreichend mit Tageslicht versorgt, am Abend schaffen Lampen eine warme und stimmungsvolle Atmosphäre im Raum.

Frische Luft hat starkes Qi und versorgt uns mit positiver Energie. Aber auch gesunde und kräftige Zimmerpflanzen, wie Grünlilie, Bogenhanf oder Gerbera reinigen die Küche und laden sie positiv auf.

Ordnung bringt Klarheit

Ein sauberer Arbeitsplatz fördert Kreativität und erleichtert den idealen Fluss der Energie. Achten Sie auf die Funktionstüchtigkeit Ihrer Gerätschaften und Werkzeuge und verwenden Sie diese auch. Reparieren Sie umgehend alle kaputten oder nicht mehr richtig funktionierenden Gegenstände. Sie vermeiden dadurch Stagnation und bleiben im Fluss. Auch quietschende oder schief hängende Türchen, die klemmende Bestecklade, beschädigte Teller oder Gläser, das nicht funktionierende Backrohr, der rinnende Geschirrspüler und die durchgebrannte Glühbirne sind Zeichen beginnender Stagnation.

Wasser: Symbol für Fülle und Wohlstand

Das Lebenselement Wasser ist aus Feng Shui-Sicht wichtiger Träger für gesundes und vitales Qi und somit auch ein Zeichen von Fülle und Wohlstand. Tropft ständig der Wasserhahn, steigt nicht nur die Wasserrrechnung, es sickert symbolisch auch ein Teil Ihrer Lebensenergie ungenutzt aus dem Haus.

Farbe macht Stimmung

Die Farbstimmung der Küche unterstützt sowohl Menschen als auch in der Folge die Nahrung. Nach dem Gesetz von Yin und Yang sollten sich die verschiedenen Elemente, Farben, Formen und Materialien zu einem harmonischen Ganzen zusammenfügen.

Sauberer Schnitt bringt Klarheit

Ein glatter, sauberer Schnitt mit einem scharfen Messer lädt das Essen mit Klarheit und Präzision auf, eine stumpfe Schneide bringt harte und raue Energie ins Essen.

Liebe geht durch den Magen

Letztendlich beeinflusst das Bewusstsein der Köchin die Qualität unserer Mahlzeiten entscheidend. Sind Sie beim Kochen gut gelaunt, glücklich oder gar verliebt, so wird das Ergebnis eine bessere Qualität annehmen und vor allem ausgezeichnet schmecken, als wenn Sie genervt, gestresst und mit Widerwillen zur Sache gehen. Selbstgebackener Kuchen oder Omas Marmelade gehören eben darum zu den wirklichen Leckerbissen am Tisch, weil sie mit Liebe und Hingabe getränkt sind. ■

Die Küche als Ort zum Wohlfühlen und Zentrum der Kommunikation.

Der Herd gilt als Symbol für Lebensenergie, Gesundheit und finanzielles Wohlergehen der Familie.



Taoismus (Weg des Universums)
Die alte chinesische Philosophie des Taoismus bildet die Grundlage des Feng Shui "Tao". Taoismus lehrt, dass sich alles im Wandel befindet und untereinander zusammenhängt.

Feng Shui (Wind und Wasser).
Chinesische Lehre vom Leben und Wohnen in Harmonie.

Qi (Chi – Lebensenergie).
Nach der Chinesischen Feng Shui-Lehre lässt sich das Chi durch Farben, Formen und Klänge beeinflussen. Die Bewertung des energetischen Gehalts von Lebensräumen kann man durch eine Feng Shui Analyse feststellen.

Yin und Yang.
Immer paarweise auftretende Kräfte, die in ihrer Vernetzung die Lebensenergie ausmachen: Yin, die negativen und abwärts gerichteten, Yang, die positiven und aufwärts strebenden Energiekräfte.

Mehr über Feng Shui unter www.sator.at



Mehr Energie und Klarheit durch präzisen Schnitt.