

Anna-Katharina Buse

Der Einsatz von Feng Shui in der Praxis

Auf dem Weg zu Gesundheit und Harmonie

Früher ging man zum Mediziner, um sich heilen zu lassen. Für die Menschen war dies eine äußerst positive Erfahrung. Da war jemand, der ihnen helfen konnte, ihre Schmerzen zu lindern. Sie empfanden es als Ehre, Heilung erfahren zu dürfen. Heute ist 99% aller Menschen der Besuch beim Arzt unangenehm. Sie haben Angst vor der Diagnose und den Folgen. Und sie spüren schon den typischen Krankenhaus- bzw. Arztgeruch in der Nase und denken mit Grauen an die sterile Atmosphäre. Daher ist es wichtig, dem entgegen zu wirken, den Patienten zu zeigen, dass sie sich auf einem positiven Weg, nämlich dem Weg der Heilung befinden, wenn sie einen Arzt oder Therapeuten aufsuchen. Dies kann man schon mit einfachen Mitteln erreichen. Gerade die Philosophie des Feng Shui sowie die Farb- und Raumpychologie bieten hier viele gute Möglichkeiten.

So sind laut Feng Shui Gesundheit und Harmonie die wahren Geschenke des Lebens. Dies wissen vor allem Menschen, die krank sind. Gleichgültig, ob es sich dabei um körperliche oder seelische Leiden handelt. Die chinesische Energielehre bringt Seele und Geist in Balance. Experten versichern, dass Feng Shui auch wirkt, wenn man nicht daran glaubt. Die Jahrtausende alte asiatische Philosophie geht davon aus, dass jeder Ort eine Atmosphäre, eine Energie hat, die negativ oder positiv für den Menschen spürbar ist und sich auf ihn überträgt. So wirkt etwa das sterile Weiß, das in Praxen und Kliniken überwiegt, unbehaglich und anspannend.

Psychologische Bedeutung von Farben und Formen

Wie stark Raumfarben auf uns wirken und wie sie uns beeinflussen, haben schon zahlreiche Studien belegt. Patient, aber auch Therapeut und Arzt erfahren durch die richtige Farbwahl eine Harmonie zwischen Körper, Seele und Geist. So kann man Farben gezielt in Kliniken oder Praxen einsetzen, um ihre Kraft zur schnelleren körperlichen und seelischen Heilung zu nutzen.

So gilt ein warmes Gelb etwa als unterstützend und aufbauend. Gelbe Wände stärken die Drüsen und Nerven, helfen bei Magen-Darm-Schwäche, Nieren-, Blasen- und Leberleiden und erheitern das Gemüt.

Blau hingegen steht für Kälte und soll deshalb gegen hitzige Krankheiten helfen:

Hitzewallungen in den Wechseljahren, Fieber, nervöse Unruhe, Schmerzen, Schlaflosigkeit, eitrige Wunden oder hohen Blutdruck.

Menschen, die müde und abgespannt sind, sollten sich mit viel Rot umgeben. So wirkt Rot bei allen Arten von Durchblutungsstörungen, es beschleunigt den Puls und macht hellwach. Es wirkt auch gegen

Hautleiden, Anämie oder allgemein bei Erkrankungen der Atemwege.

Die Farbe Grün sorgt für Ausgleich und Harmonie. Sie entspannt und beruhigt. Grün ist besonders anzuwenden bei Atemwegserkrankungen, Gelenkentzündungen, Augenleiden, Geschwüren, Zysten und Zuckerkrankheit.

Orange hingegen sorgt für einen Stimmungsaufschwung und regt den Appetit an. Es ist gut bei Anorexie, nervöser Erschöpfung, verbessert die Laune, sorgt für Interesse am Leben.

Türkis vermittelt ebenfalls Heiterkeit und Frohsinn. Es hilft gegen Depressionen, gibt frische Kraft, lindert Halsschmerzen und Stauungen.

Violett hat eine stark meditative Wirkung. Es beeinflusst das Unterbewusste und dient zur therapeutischen Unterstützung bei tiefenpsychologischen Problemen.

Das menschliche Auge kann mehrere hunderttausend Farbnuancen unterscheiden. Ebenso viele Gestaltungs- und Therapiemöglichkeiten gibt es.

Aber nicht nur Farben spielen eine große Rolle, sondern auch Formen und Material. Grundsätzlich sollte jede Einseitigkeit vermieden werden. Beispielsweise sollten gerade Linien und eckige geometrische Formen durch weiche und runde Linien ausgeglichen werden. Auch bei der Auswahl der Materialien sollte darauf geachtet werden, dass kalte, kühle und dunkle Materialien - z. B. schwarzes Leder oder dunkler Granit - mit hellen Materialien - z. B. heller Stoff und Holz, Parkettboden - sich in Balance befinden. Bei grauen Betonwänden können Pflanzen auch als natürlicher Ausgleich wirken.

Positiver Energiefluss in der Praxis

Das Wissen um die psychologische Bedeutung und Wirkung von Farben und

ANNA-KATHARINA BUSE



absolvierte neben einem Architektur-Studium eine mehrjährige Feng-Shui-Berater-Ausbildung und hat langjährige Erfahrung in der Leitung und Steuerung von Großprojekten. Sie prägte den Begriff Wohlfühlarchitektur, der Baukunst und asiatische Energielehre vereint, veröffentlicht Fachpublikationen und hält Vorträge und Workshops zu diesem Thema. Ihr Wissen gibt sie darüber hinaus in eigener Schule weiter.

Formen lässt sich hervorragend in der Gestaltung von Praxen und Kliniken nutzen:

Patientenzimmer

Sanfte Pastellfarben vermitteln Wohlbe-finden und Entspannung. Sie unterstützen so die Therapie. In Krankenzimmern ist es auch wichtig, die Wand, an der sich die Waschtische befinden, in Lachs zu streichen. Wenn der Kranke sich dann im Spiegel betrachtet, sieht er sich leicht rosig und fühlt sich sogleich gesünder. Zudem helfen Lachs oder Rosa gegen Depressionen und Grübelei. Die Farben machen optimistisch, wirken besänftigend und stimmungshobend. Gerade in Krankenzimmern ist häufig der positive Energiefluss gestört. Die Energien von Kranken oder Gestorbenen haften der Atmosphäre an. Diese kranken Energien sind gespeichert und können übertragen werden, wie Studien beweisen. Daher ist es wichtig, diese Zimmer zu reinigen oder zu räuchern. Das so genannte „Space Clearing“ geschieht mit Rosenwasser oder auch mit Rosenöl.

Kinderstationen

Für Kinderstationen in Krankenhäusern ist es besonders wichtig, dass sich die Kleinen warm und geborgen fühlen. Sie brauchen eine Nestatmosphäre, die schon im Flur, vor den jeweiligen Zimmern, beginnen

sollte. Dies erreicht man etwa, indem die Eingänge mit Namensschildern versehen werden.

Auch sollte schon von weitem, durch unterschiedliche farbige Halbkreise im Bodenbelag, ein Signal an das kindliche Unbewusste erfolgen:

Das ist „mein Reich“! Auch bei der Gestaltung der Türen zu den Krankenzimmern sollten weiche, fließende Formen überwiegen. So könnten die Türen unterschiedliche Rundbögen in Regenbogenfarben erhalten, vielleicht auch noch mit Sternenhimmeln versehen. Es sollte an Formen und Farben alles ausgeschöpft werden, was eine kleine kranke Seele braucht, um sich wohl zu fühlen. Dies heißt nicht zu überreiben, sondern mit Farben und Formen positiv auf die Stimmung und Gefühle der kleinen Patienten einzuwirken.

Schmerztherapie

Eine spezielle Tönung der Farbe Blau hat in einer Untersuchung Erstaunliches bewirkt: So gaben Testpersonen in Büroräumen, die blaugrün gestrichen waren, schon bei 15° Celsius an, dass sie frieren. Die orangerot gestrichenen Bürowände wirkten erst bei 11° Celsius.

Diese Beobachtungen hat sich die Ludwigshafener Unfallklinik für ihre Brandopfer-Abteilungen zu Nutze gemacht. Die Krankenzimmer wurden in blaugrünen Gletscherfarben gestrichen. Von den Patienten wird diese Wandfarbe als „Schmerz lindern“ empfunden. Selbst Blinde spüren die angenehme, kühlende Wirkung der Farbmischung „Eisgrotte“. Solche Tests haben ergeben, dass wir Farbe nicht nur mit den Augen erfassen, sondern auch mit der Haut wahrnehmen.

Wartebereiche

Neben den Räumen gestalten sich gerade der Wartebereich oder auch die endlos langen, weißen Flure als unruhige Orte in Kliniken. Hier fühlt sich der Patient mit seinen Gedanken, Ängsten und Unsicherheiten allein gelassen. Umso wichtiger ist es, dem Wartenden einen Raum der Erholung zu schaffen. Im Foyer bedeutet das etwa, es so zu gestalten, dass es zu einer Ruhezone und Wohlfühlzone wird. Es soll ein persönlicher Raum für den Patienten sein, der ihm Geborgenheit und Schutz vermittelt.

Der schnelle und ungünstige Energiefluss der Flure sollte mit Unterbrechungen gebremst werden. Sei es durch eine freundliche, helle Wandfarbe, etwa in zartem Grün oder durch das gezielte Setzen von Pflanzen. Es können auch farbige Flächen und grafische Muster im Fußboden den Energiefluss bremsen oder auch der Einsatz gerundeter Trennwände oder Säulen.

Praxiseinrichtung

Eine Arztpraxis kann durch die harmonische Gestaltung der Praxiseinrichtung zu

einem Ort positiver Energie werden. In der Kombination von natürlichen, beruhigenden Heifarben – Pastelltöne in Grün, Türkis, Lachs und Gelb – und natürlicher Materialverwendung wird die Ganzheitlichkeit des Spektrums der Behandlung wiedergespiegelt. Dadurch drückt sich das Wohlbefinden in der Praxisatmosphäre aus, die auf den Patienten heilend wirkt.

Auch führt ein ganzheitliches Praxiskonzept schnell zu einer Corporate Identity – für die Mitarbeiter wie für die Patienten, die sich angenommen und integriert fühlen.

Wie im Wartebereich einer Klinik sollten hier ebenfalls zarte, freundliche Farben überwiegen, die ein Wohlfühlen der Patienten ermöglichen. Die Wände im Wartezimmer sollten in hellem Sonnengelb getaucht sein. Auf einer Ganzglastür sollte sich ein Segenspruch befinden. Beim Mobiliar sollten abgerundete Formen und Naturmaterialien überwiegen, wie etwa einzelne, abgerundete Korbstühle.

Schön ist eine Infoecke, rechts neben der Eingangstür. Vielleicht auch mit einer Pinwand, die mit Hinweisen und Gesundheitstipps versehen ist. Ein Wandbild mit Wasserfall, zum Beispiel in Form einer Fotovergrößerung oder ein Zimmerspringbrunnen wirken ebenfalls beruhigend und psychologisch unterstützend.

Auch hat sich ein leises Plätschern durch einen Zimmerbrunnen bewährt, und der Anblick auf ein Aquarium birgt beruhigende Aspekte. Die Patienten sind abgelenkt und bauen so ihre Angst ab. Gleichzeitig sorgt die Bewegung des Wassers symbolisch für einen kontinuierlichen Patientenstrom. Grünpflanzen, wie etwa ein Zimmerbambus, haben eine heilende und auch beruhigende Wirkung. Sie heben die Stimmung.

Spiegel gehören nicht in ein Wartezimmer. Dies ist wichtig, damit sich der Kranke nicht ungefragt spiegelt und sich somit noch kranker fühlt.

In Räumen, wo Behandlungen in Form von Inhalationen, Bestrahlungen etc. erfolgen, sollten folgende Regeln beachtet werden:

Die Position des Klienten sollte immer so ausgerichtet sein, dass er die Tür im Auge behalten kann. Dies gibt ihm ein Gefühl von Sicherheit, was durch eine Sitzgelegenheit mit Rückenschutz verstärkt werden kann.

- Im **Inhalationsraum** sollte das Inhalationsgerät so gestellt sein, dass der Patient zudem auf ein Bild mit Blumenwiesen blickt. Der Raum sollte in warmem, leichtem Pastellgrün gestrichen sein, um somit noch einmal das Gefühl von Weite in der Natur zu inhalieren. Eine angenehme Atmosphäre kann durch meditative Musik und den Einsatz von Düften,

der zugleich die Sinne schult, verstärkt werden.

- Für einen **Ruheraum** gelten ähnliche Kriterien. Der Raum sollte ebenfalls in hellem Grün gestrichen sein. An der Decke wäre ein kreisförmiger Farbenpunkt mit Tiefenwirkung günstig. Nach Bedarf sollte meditative Musik eingesetzt werden. Die Kissen oder auch die Ruhebänke sollten goldgelb sein. Diese Farbe stärkt den Solarplexus und die Lebensfreude.
- Ein **Bestrahlungsraum** sollte in hellem Pastellblau-grün gestrichen sein. Auch hier sollte das Bestrahlungsgerät so gestellt werden, dass der Patient die Tür im Auge behält. Meditative Musik kann hier eine sehr starke psychologische Wirkung haben, mit dem Einsatz von Düften werden zusätzlich die Sinne angesprochen. Als Bild eignet sich hier ein kühlendes Naturbild, wie etwa ein Sonnenuntergang.
- Beim **Zahnarzt** ist es zudem wichtig, an der Decke etwas mit Tiefenwirkung in Form eines Mobiles oder ein Bild mit Tiefenwirkung anzubringen. Auch ein Fernseher an der Decke kann Sie ablenken, während Sie auf dem Behandlungsstuhl sitzen. Weiterhin wirkt sich auch hier meditative entspannte Musik auf die Behandlung positiv aus.

Für eine Therapeutenpraxis gilt neben den schon erwähnten Kriterien Folgendes:

- Gelb und grün wirken beruhigend, aufbauend und schaffen Vertrauen.
- Um die Dinge „rund zu machen“, sollte man sich an einen runden Tisch setzen.
- Auf den Patienten dürfen keine Pfeiler und Ecken gerichtet sein.
- Wichtig für den Patienten ist auch ein sogenannter Rückenschutz.

Zusammenfassung

Der Einsatz von Feng Shui führt erwiesenermaßen zu einer besseren Patientenbindung und -kommunikation. Die asiatische Energielehre vermittelt auch im eigenen Zentrum sein und positive Energie zu schöpfen. Mit ihren Gestaltungsprinzipien trägt der Einsatz von Feng Shui zu einem „Wohlfühl-Ambiente“ für alle Beteiligten, Therapeuten und Patienten, bei.

Anschrift der Autorin:

Anna-Katharina Buse
Dipl. Ing. Architektin
Tel.: 0221/494927

www.wohlfuehlarchitektur.de