

MODULE 4

Feng Shui



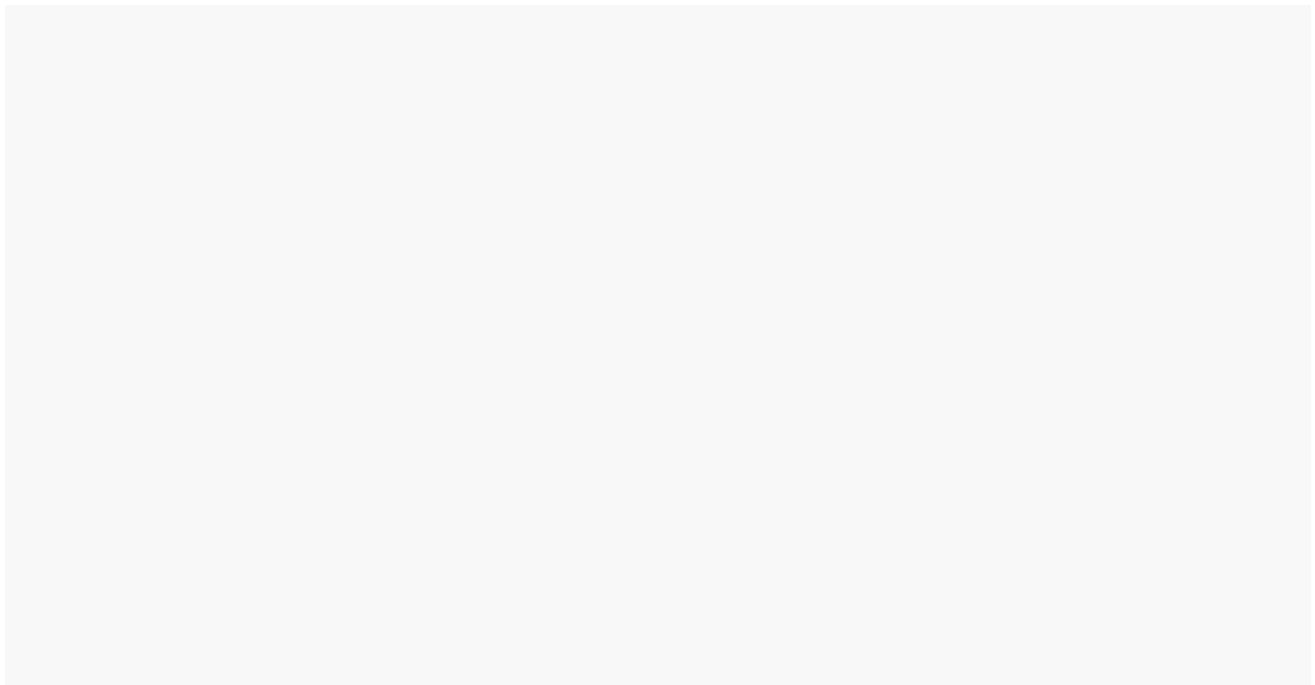
De energie in jouw leefomgeving

De Feng Shui methode analyseert de energie in je woon- en/of werkomgeving en geeft je handvaten om de energiestroom beter in balans te brengen. Het doel van Feng Shui is dus om onze leefomgeving zo aan te passen dat er een harmonieuze stroming van Chi (levensenergie) ontstaat. Een goede circulatie van deze levensenergie heeft een helende werking op de mens.

DEEL I – OPDRACHT 1

Ga in je woonkamer staan of zitten en kijk om je heen. Is je woonkamer meer Yin of meer Yang? Of eigenlijk best al wel in balans op dit gebied? Noteer wat je ziet. Constateer je een disbalans? Schrijf op of het mannelijke (Yang) of juist het vrouwelijke (Yin) overheerst. En schrijf vervolgens ideeën op hoe je deze disbalans zou kunnen opheffen. Wat zou je kunnen veranderen? Welke spullen/meubels zou je bijvoorbeeld kunnen weghalen? Welke kleuren of materialen zou je bijvoorbeeld kunnen toevoegen?

Kijk nu ook eens naar de vijf elementen. Is er een element dat overheerst? Of is er een element wat bijna niet aanwezig is? En met welk element zou je de balans kunnen verbeteren? Schrijf vervolgens een plan op wat je zou kunnen doen om een betere balans te creëren op deze vijf elementen. Wat kan je weghalen of toevoegen in de ruimte? Op de volgende pagina's tref je overzichten aan van Yin & Yang en de elementen om je hierbij te helpen.



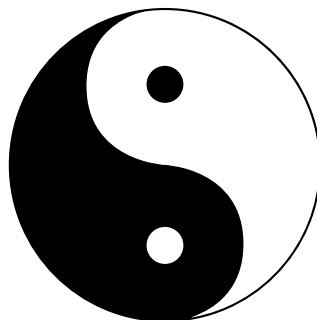
YIN & YANG

De Yin energie is passief en wordt geassocieerd met de maan, de nacht, het vrouwelijke, de dood en het donker en rust en stilte.

Bij Yin horen zachte materialen zoals stof en kussens en zachte vloeren zoals hout of tapijt. Ook horen ronde vormen en lichte tinten als blauw en groen bij Yin.

De Yang energie wordt geassocieerd met actie, de zon, het mannelijke, geboorte, snelheid en licht en wit.

Harde materialen zoals glas, rvs, stucwerk, en vloeren zoals tegels en plavuizen horen bij Yang. Felle kleuren zoals rood en oranje en vormen met scherpe hoeken staan ook voor Yang.



NOTITIES

DE ELEMENTEN

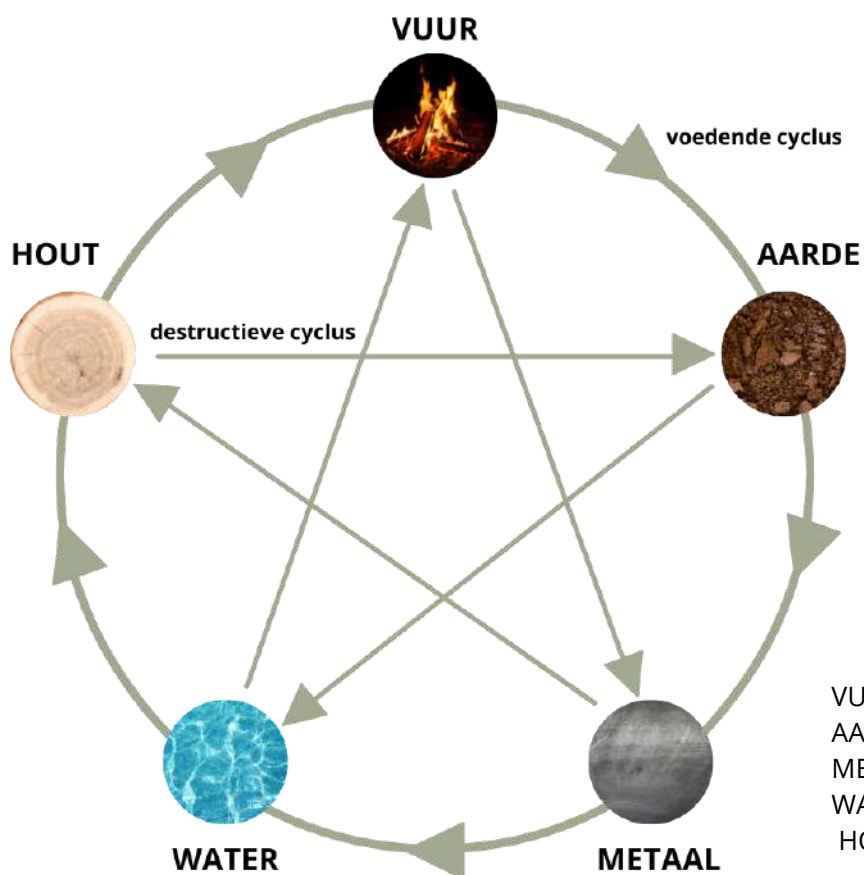
Water staat voor de winter en rust en hoort bij de energetische energie van het Noorden. De kleuren zijn zwart en donkerblauw. Je kunt het water element in je omgeving toevoegen door gebruik te maken van de kleur blauw en zwart, golvende lijnen of bijvoorbeeld een vissenkomp te plaatsen. Als er een overschot aan water is, vermijd dan juist donkere kleuren en alles wat met water wordt geassocieerd. Voeg bijvoorbeeld de kleur groen of planten en bloemen (hout) aan je omgeving toe.

Hout staat voor de lente, beweging en groei. De kleuren zijn groentinten. Je kunt het hout element in je omgeving toevoegen door kleur groen en bruin te gebruiken. Hoge vormen en lijnen, planten, bloemen, bloem- en bladmotieven, houten meubels en natuurlijke materialen zoals grassen, rotan, bamboe vertegenwoordigen ook het hout element. Als er een overschot aan hout is, probeer dan de kleur rood (vuur verbrandt hout) of kaarsjes toe te voegen in je omgeving.

Vuur staat voor de zomer, warmte en helderheid. De kleuren zijn rood, paars, roze en oranje. Je kunt het vuur element in je omgeving toevoegen door de kleur rood, paars en roze of door driehoekige en puntige vormen te gebruiken. Kaarsen, een haard en lampen vertegenwoordigen ook het vuur element. Een goed verlichte ruimte heeft veel vuur energie. Als er een overschot aan vuur is, kun je het met water of aarde doven.

Aarde staat voor stabiliteit, traditie, zorgzaamheid en liefde. Je kunt het aarde element in je omgeving toevoegen door de kleur geel, beige en aardse tinten te gebruiken. Vierkante vormen, ruit, een stenen vloer en keramische objecten vertegenwoordigen ook het aarde element. Net als kristallen. Je kunt het overschot aan aarde in je omgeving met metalen objecten balanceren.

Metaal staat voor de herfst. De kleuren zijn wit, grijs, zilver en metallic. Je kunt het metaal element in je omgeving toevoegen door de kleur wit, grijs, goud en zilver, ronde en ovale vormen te gebruiken. Metalen schalen, een windgong, klankschaal, klok, TV, Hifi en computers brengen ook meer metaal energie. Je kunt het overschot aan metaal met waterenergie balanceren.



VUUR geeft voeding aan AARDE met as
 AARDE brengt METAAL voort
 METAAL draagt WATER
 WATER laat HOUT groeien
 HOUT laait VUUR op

Met de klok mee = de voedende cyclus
 Tegen de klok in = de verzwakkende cyclus
 De pijlen in het midden = de destructieve cyclus