

Feng shui-consulente An Sterken brengt evenwicht in interieur én in je leven

„GOEDE FENG SHUI ZIE JE NIET, DAT VOEL JE”

BRUGGE – Dat een leuk ingerichte ruimte iemands humeur positief beïnvloedt, hebben we allemaal al ondervonden. Maar de invloed van een interieur op je leven is naar verluidt nog veel groter dan dat. Een slecht geplaatst bed kan gevolgen hebben voor de gezondheid, een waterpartij in de juiste hoek kan je financiële situatie opkrikken. „Maar feng shui – of de filosofie die leert hoe de omgeving het geluk kan beïnvloeden – is geen wondermiddel”, waarschuwt de Brugse feng shui-consulente An Sterken.

„Feng shui : dat is leven in harmonie met alles om je heen. Als de vijf natuurelementen – vuur, water, hout, metaal en aarde – in evenwicht zijn, ontstaat er een positieve energie”, legt An Sterken (33) ons kort de essentie van de filosofie uit.

Zes jaar geleden ontdekte An toevallig de eeuwenoude Chinese leer. „Ik had net een relatie achter de rug, woonde op een piepklein kamertje bij mijn moeder en voelde me niet goed in mijn vel. Op een dag snuisterde ik in de boekenkast en viel mijn oog op een paars gekaft boek. Het bleek om een geïllustreerde feng shui-encyclopedie te gaan. Ik stortte me op de studie van feng shui, verhuisde naar een eigen appartement in Sint-Andries, paste de leer toe en in een jaar tijd veranderde mijn leven volledig, op alle mogelijke vlakken...”

Toch is feng shui geen wondermiddel. „Het is niet omdat je feng shui toepast, dat je plots gelukkig wordt. De leer bepaalt een derde van je levensgeluk. Je eigen wil – wat doe je met de geboden kansen? – en je geboorteplaats en karma vullen de twee andere derden in.”

Ondertussen bestudeert An al zes jaar feng

shui. „Ik volg les bij een echte feng shui-meester in Engeland en ga ook regelmatig naar China om me bij te scholen.”

Op zoek naar evenwicht

Drie jaar geleden startte An haar bedrijf Feng Shui and More op. Ze organiseert workshops en geeft concreet advies aan bedrijven en particulieren. „Het ideale is natuurlijk als je je huis kan bouwen volgens de feng shui-principes, omdat het huis zelf – de basis van alles – dan al in evenwicht is.

„Het is niet omdat je feng shui toepast, dat je plots gelukkig wordt”

Maar ook in een bestaand pand kan je heel wat realiseren. De kleuren, vorm en plaats van de meubelen,... het heeft allemaal een invloed. En nee, je hoeft niet bang te zijn dat je huis eruit zal zien als een kitscherig Chinees restaurant. Je hoeft heus geen geldkikkertjes en boeddhabeelden in huis te halen. Goede feng shui zie je niet, dat voel je.”

Hoewel er heel wat basisprincipes zijn (zie hiernaast), speelt je eigen persoonlijkheid een grote rol bij het toepassen van feng shui. „Aan de hand van je geboortedatum bepalen we of je een oost- of een westtype bent. Ben je een westtype, dan slaap je het best met je hoofdeinde naar het westen, noordwesten, zuidwesten of noordoosten. Zo doe je 's nachts positieve en ondersteunende energie op”, legt An uit.

Wat als manlief dan een oosttype is? „Dan kijken we naar de voordeur. Licht die in een van de windrichtingen die bij jouw passen, dan krijg jij alvast de dagenergie, en dan plaatsen we het bed in een richting die bij je man past.

Feng shui bestaat uit heel wat vaste regels, maar daarbinnen heb je wel heel wat vrijheid. Je interieur hoeft dus niet je hele leven lang hetzelfde blijven. Vandaag wil je je woning misschien zo inrichten dat de nadruk op je professionele leven ligt, maar over een paar jaar ligt de nadruk bijvoorbeeld meer op je liefdesleven...”, besluit An.

(Sandra Rosseel)

WWW.FENGSHUIANDMORE.BE

BASISPRINCIPES

Feng shui voor beginners



Spiegels zijn absoluut te mijden in de slaapkamer, maar kunnen in de inkom wel een positieve energie versterken. (Foto TBR)

• **Orde en netheid** : „Zorg ervoor dat je huis er proper bij ligt. Rommel blokkeert de energiestromen en maakt ziek”, legt An uit. „Stof trekt de energie dan weer naar beneden. Regelmatig afstoffen is de boodschap, en als je daarbij wat lavendelolie gebruikt, reinigt je de ruimte meteen van negatieve energie.”

• **Slaapkamer** : „Net als de inkom, het bureau en de living behoort de slaapkamer tot de belangrijkste ruimtes van het huis. Zorg ervoor dat het bed tegen een muur staat, zo zorg je niet alleen voor een gevoel van veiligheid, maar ook voor steun in je leven. Zorg er ook voor dat je vanuit het bed de deur kan zien, maar dat het bed niet in een rechte lijn met de deur staat. Zo vermijd je in de energiestroom te liggen.” Spiegels én water zijn dan weer absolute *no-goes*. „Een spiegel, zeker als die recht voor het bed staat, zorgt voor onrust : doordat de ziel tijdens de slaap gespiegeld wordt, komt die niet tot rust. Water zorgt dan weer voor een onstabiele relatie. Zet die romantische foto van je geliefde en jezelf aan zee zeker niet in de slaapkamer! Een glaasje water kan dan weer geen kwaad...”

• **Inkom** : „De inkom is de mond van het huis, waarlangs alle energie binnenkomt. Zorg er dan ook voor dat die inkom je een positief gevoel geeft. Netjes weggehangen jassen en spulletjes die je blij maken dragen hiertoe bij. En in tegenstelling tot in de slaapkamer, is een spiegel hier zeker welkom. Hang hem zo dat de energie die via de deur binnenkomt, de living ingestuurd wordt. Hang de spiegel echter nooit recht tegenover de deur : dan kaats je alle goede energie terug naar buiten.”

• **Bureau** : „Veel mensen zetten hun bureau tegen de muur en zitten met hun rug naar de ruimte toe. Helemaal fout, want zo geeft je mensen de kans om je – figuurlijk – een mes in de rug te planten. Plaats je bureau dan ook zo dat je met de rug naar de muur toe zit. De muur zorgt voor steun en bescherming. Zo blokkeer je de energiestromen ook niet meer, en kijk je de toekomst tegemoet!”, besluit ze.



Haar Chinees kompas helpt An om een woning in te richten volgens de eeuwenoude feng shui principes. (Foto TBR)