

Fernöstlicher Ordnungssinn



In uralten asiatischen Lehren vom Bauen, Einrichten und Wohnen, wie dem chinesischen Feng-Shui oder dem indischen Vastuveda wird im Haus, ja in jedem Zimmer jeder Himmelsrichtung eine bestimmte Funktion und Wirkung zugeordnet. Vastuveda zufolge sollte sich die Küche am besten im Südosten der Wohnung befinden und der Raum im Norden quadratisch sein. Das lässt sich in oft beengtem und gemietetem Wohnraum nicht verwirklichen, selbst wenn man diese Lehren für plausibel halten sollte. Worum es dabei geht, ist der Fluss von Energien, die sich auf Psyche und Körper auswirken. Was diese Traditionen auf jeden Fall mit prosaischeren westlichen Prinzipien gemeinsam haben, ist die Überzeugung, dass Veränderungen der äußeren Welt auch auf die innere wirken. Wer diesen Thesen folgt, muss sich allerdings auf sehr weit gehende Umgestaltungen einlassen. An bestimmten Stellen Schalen mit Wasser aufzustellen, in denen Blüten schwimmen oder duftende Pflanzen zu platzieren, was Vastuveda zufolge Energieflüsse begünstigt, kann aber auf keinen Fall schaden.

Die Seele entrümpeln



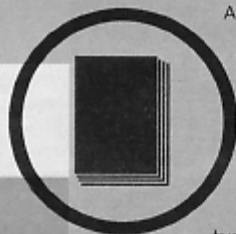
Ist die Wohnung in Ordnung, bleibt noch das immaterielle Gerümpel: seelische Altlasten. Gibt es da nicht schon einen ziemlich betagten Groll, dessen Ursache längst verjährt ist, ein zum Reflex gewordenes Schuldgefühl? Manches lässt sich leicht lösen – wie hoch ist der „Stapel“ von alten Freunden, bei denen man sich längst melden wollte? Wenn man nur jeden Tag zehn, fünfzehn Minuten für einen Anruf, eine E-Mail reserviert, schmelzen der Stapel und das schlechte Gewissen rasant. Woher die Zeit plötzlich kommen soll – nun, zum Beispiel von den Minuten, die man spart, weil man in der aufgeräumten Wohnung keine Zeit mehr mit dem Suchen verkramter Dinge verplempert. Aber auch davon, dass man seine Beziehungen entrümpelt. Gibt es Menschen, mit denen es eigentlich nur noch nervt, Zeit zu verbringen? Auch hier lohnt es sich zu sortieren; das mag kaltherzig klingen, doch ist es ehrlicher für alle.

Buchtipps

Karen Kingston: „Feng Shui gegen das Gerümpel des Alltags“; rororo, 9,90 Euro.
Ohne mit den Grundlagen des Feng-Shui zu strapazieren, gibt die Autorin in leicht verständlicher Sprache für jeden praktikable Tipps, aber auch für den, der sich tiefer einlassen will auf die fernöstliche Lehre. Von „Space Clearing“ bis zu Empfehlungen für die Verdauung reicht Karen Kingstons Ratgeber.

Werner Tiki Küstenmacher mit Lothar J. Seiwert: „Simplify your life“; campus, 19,90 Euro.
Ein Klassiker unter den Lebenshilfebüchern mit mehr als einer Million Leser. Vom Büro bis zur Partnerschaft behandeln die Autoren Möglichkeiten, das Leben einfacher, effizienter und erfolgreicher zu gestalten und führen den Leser dabei über sieben Wege vom ordentlichen Schreibtisch bis zum Sinn des Lebens, und er kann endlich das erreichen, was ihm wirklich wichtig ist.

Hilde K. Link: „Mit Vastuveda Ordnung schaffen“; Nymphenburger Verlag, 19,90 Euro.



Als Ethnologin führt die Verfasserin ein in die uralte indische Lehre Vastuveda, das Wissen vom richtigen Platz. Sie leitet daraus einen an den Himmelsrichtungen orientierten Leitfaden ab, der von der Umgestaltung von Häusern und Räumen zu einem harmonischeren Leben führen soll und liefert dazu für jeden Raum die passende Körperübung.

Frank R. Schwebke: „Weg mit dem Ballast“; GU, 5,90 Euro.

Klein und kompakt nimmt das Büchlein sich jeden Lebensbereich vor; wegen der Kürze der Tipps klingt vielleicht manches einfacher, als es ist.

Lothar J. Seiwert: „Balance your life“; Piper, 9,90 Euro.

Der Zeit- und Lebensmanagement-Experte Seiwert hat sich hier auf die Möglichkeiten konzentriert, die Lebensbereiche Körper, Leistung, Kontakt und Sinn in eine ausgewogene Beziehung zu bringen – und diese Fähigkeiten auch auf Dauer zu nutzen.

Richard Witthüser, Bernd Klapproth: „Die Wohnungsdiät“; Königs Furt, 9,90 Euro.
Wie man Platz für sich selbst schafft, erklären die Autoren praxisnah, unterhaltsam und offenbar vertraut, mit allen menschlichen Abgründen, die ins Chaos führen können.