

DIE LEBENSENERGIE POSITIV BEEINFLUSSEN

Wie Feng Shui in der Gartengestaltung von
Pflegebereichen wirken kann

TEXT: DANIELA SCHUBERT

Die Hamburger Beraterin Daniela Schubert von FENG SHUI & LIVING gibt einen Überblick und unterstreicht, warum gutes Feng Shui gerade für Pflegeunternehmen so wichtig ist.

LEBENSÄUERE IN EINKLANG BRINGEN

Als Teil der Natur haben wir Menschen, auch wenn wir uns dessen nicht ständig bewusst sind, stetige Berührungen mit den Naturkräften. Sie wirken auf uns und beeinflussen unsere Lebensenergie, das Qi. Neben klimatischen Einflüssen spielen in Bezug auf unser Wohlbefinden und unsere Leistungsfähigkeit auch geografische und architektonische Gegebenheiten eine Rolle. Das Jahrtausende alte Wissen des Feng Shui hat Methoden entwickelt, diese Wechselwirkungen zu verstehen und gestalterisch zu beeinflussen. Die ursprünglich aus China stammende Lehre basiert auf Naturbeobachtungen, denn übersetzt bedeutet Feng Shui »Wind und Wasser«. Die Lebensräume der Menschen in Einklang mit der Umgebung zu bringen, darin besteht ihre Kunst.

Doch nicht nur das Potenzial von Wohnräumen und Geschäftsbereichen lässt sich mithilfe von Feng Shui besser nutzen, die Gestaltung von Außenanlagen und Gärten gehört ebenfalls dazu. Auch der Garten stellt einen Raum dar, in dem wir uns aufhalten, den wir bewusst aufsuchen, der etwas mit uns macht – uns beruhigt, unsere Stimmung hebt, uns entspannen lässt oder auch inspiriert.

So bemerkte bereits Johann Wolfgang von Goethe, der ein ausgesprochener Gartenliebhaber war, dass ihm neben Feld, Wald und Fels der Garten ein »Raum« gewesen sei, seine Geliebte ihn jedoch zum »Ort« für ihn gemacht hätte. Hierin zeigt sich eine weitere Dimension – die der Beziehungen der Menschen, die an einem Ort zusammentreffen, untereinander.

Diese persönlichen Beziehungen, die individuellen Lebenssituationen, versucht Feng Shui zu berücksichtigen; ergeben die unterschiedlichen Bedürfnisse, die wir in den verschiedenen Lebensphasen haben, doch immer auch veränderte Anforderungen an unsere Umgebung.

ANFORDERUNGEN AN DIE PFLEGEINRICHTUNG - SO UNTERSCHIEDLICH WIE IHRE AKTEURE

Im Bereich der Pflege werden diese Anforderungen auf einer weiteren Ebene zur Herausforderung – hier gilt es, neben der Heterogenität der Individuen den unterschiedlichen Akteuren gerecht zu werden. Begeben wir uns dazu auf eine kleine Perspektivwechsel-Reise:

Aus Sicht eines stationär untergebrachten Pflegebedürftigen stellt die Pflegeeinrichtung oftmals die ganze Welt dar. Für körperlich oder gesundheitlich eingeschränkte Personen schrumpft quasi das Lebensumfeld auf diesen kleinen, für uns noch gut überschaubaren Bereich zusammen. Betreten wir als Außenstehende, Angehörige, Pflegende oder Dienstleister diese Räumlichkeiten, begeben wir uns in einen sehr sensiblen Bereich – einen Lebensort von Menschen, die auf andere angewiesen sind; die nicht mehr in der Lage sind, allein für sich zu sorgen und oftmals nicht einmal, ihre Bedürfnisse zu äußern. Ein ruhiges, heimeliges, vor allem aber geschütztes Umfeld für die Bewohner zu schaffen, ist hier die Voraussetzung.

Schauen wir auf die Pflegekraft. Routiniert bewegt sie sich an ihrem Arbeitsplatz, kümmert sich um die Bewohner und meistert die alltäglichen Herausforderungen. Dabei wird sie mit persönlichen Schicksalen, Krankheit, Leiden und nicht zuletzt mit



dem Tod konfrontiert. In einem Pflegeheim Alltag und gleichzeitig Teil des immerwährenden Kreislaufs, in dem sich das ganze Leben und auch wir uns bewegen. Lichtblicke, wie ein Lächeln, Dankbarkeit, eine Berührung oder das Erleben von Gemeinschaft geben ihr Kraft und motivieren sie für ihre schwierige Arbeit. Genau diese Motivation zu fördern, den Helfenden die Möglichkeit zu geben durchzuatmen, ihre eigenen Bedürfnisse wahrzunehmen, wo sie sie sonst zurückstellen – das sind Dinge, die ihr Arbeitsumfeld leisten sollte.

Hätten wir also schon mal die wichtigsten Dinge. Aber halt, was ist mit der Geschäftsführung? Sie arbeitet zwar nicht am Bewohner, muss jedoch führen und leiten, den Überblick behalten, selbst bei Kräften bleiben und in Krisen ein stabiles Zentrum bilden. Dazu ist sie jederzeit für alle und jeden ansprechbar, trifft Entscheidungen und entwickelt das Unternehmen weiter. Auch dafür müssen die Bedingungen stimmen. Es braucht Räume für konzentriertes, ungestörtes Arbeiten; Abstand und gleichzeitig Nähe und Zugang zu Belegschaft und Bewohnern, aber auch Orte für Teamarbeit und Meetings, für Inspirationen und geistige Entfaltung.

Und da wären auch noch die Angehörigen. Sie brauchen Sicherheit und das Vertrauen, dass es ihren Nahestehenden gut geht, dass sie in einem schönen Umfeld leben, sich nicht abgeschoben fühlen. Fast genauso wichtig ist, dass die Angehörigen nicht selbst das Gefühl haben müssen, sie abgeschoben zu haben. Bei Besuchen möchten sie unter sich sein, wie damals in Familie, in Ruhe Gespräche führen oder, wenn das nicht mehr geht, einfach die Nähe genießen, eine Hand halten, spazieren gehen.

Alle diese Aspekte sollten in die sorgfältige Planung einer Einrichtung einfließen, um den Erfolg für die Unternehmer auf der einen Seite sowie die Zufriedenheit von Bewohnern, Mitarbeitern und Angehörigen auf der anderen Seite sicherzustellen. Intuition und gesunder Menschenverstand sind dabei neben den klassischen Analysen unverzichtbare Bestandteile des Feng Shui.

DEN GARTEN ALS BINDEGLIED UND QUELLE SEHEN

Der Garten scheint dabei eine ganz spezielle Rolle zu spielen. Schon seit Ewigkeiten verbindet den Menschen ein ganz besonderes Band mit der Natur. Auch wenn wir uns einen Teil ihrer zunutze gemacht haben, sind wir doch selbst ein Teil von ihr. Verspüren eine Art Sehnsucht, ein Wohlbehagen,



wenn wir uns in ihr aufhalten. Genauer gesagt, wir verspüren eigentlich überhaupt etwas, wo wir doch den Großteil unseres Lebens kopfgesteuert und vernunftdenkend umherlaufen. In einem Garten finden wir zu uns, hören die Vogelstimmen, das Rascheln der Blätter und in uns selbst hinein. Um bei Goethe zu bleiben – hier sind wir Mensch, hier dürfen wir's sein. Im Garten werden wir zu Lebewesen, legen den Mantel der uns zugewiesenen oder auch selbstgesuchten Rollen ab und schlüpfen in das Kleid der Natürlichkeit.

So gesehen ist der Garten neutraler Treffpunkt und Begegnungsstätte für alle Akteure, ein (Er-) Lebensort, in dem wir uns als Menschen sehen und nicht als Leiter, Helfender, Bedürftiger oder Angestellter. Wo wir im »echten« Leben nicht immer die gleiche Sprache sprechen, genießen wir in so einem Garten einer wie der andere die vielfältigen Sinneserfahrungen. Besonders für den Zugang zu Demenzkranken sind solche Sinneserfahrungen oftmals der einzige Weg, wenn das kognitive System nicht mehr funktioniert. Düfte, Gefühle, Geräusche und Geschmack wecken Erinnerungen, die längst verloren geglaubt waren. Ein warmer Sommerwind, die samtige Haut eines Pfirsichs, eine duftende Rose – und plötzlich fühlt man sich zurückversetzt in weit zurückliegende Ereignisse, in denen die Persönlichkeit sich selbst noch bewusst war.

UND WIE NUN GESTALTEN?

Neben der Berücksichtigung einiger Grundregeln unterstützt Feng Shui diese Aufgabe eines Gartens mit der Auswahl passender Pflanzen, Materialien und Formen. So sind Yin und Yang zum Beispiel idealerweise im Einklang, wobei Yin für »passiv« als das Gegenteil von Yang für »aktiv« steht. Statt zu viel Yin, was sich zum Beispiel durch Laubbäume, schattige Plätze und Pastelltöne ausdrückt, und zu viel Yang, was in wenig bepflanzten Gärten mit knalligen Farben und Springbrunnen vorherrscht, ist eine Balance wichtig – lebendige und ruhige Bereiche, dicht bewachsene und wenig bepflanzte Areale sollten gleichermaßen vertreten sein. Zäune oder Aufschüttungen für Terrassen beispielsweise können, an der falschen Stelle angelegt, regelrecht blockieren; an der richtigen Stelle verortet, jedoch für Stabilität sorgen. Wege können Areale entkoppeln oder auch verbinden und somit Harmonie herstellen. Bei der Verwendung von Wasser sind die Himmelsrichtungen, aber auch die Fließrichtung ausschlaggebend. Zu dicht am Haus kann es das Energieniveau der Bewohner destabilisieren.

Bei der Bepflanzung ist es möglich, sich für einen bestimmten Stil, wie asiatisch, englisch oder mediterran zu entscheiden oder auch bestimmte Farbfolgen nach der 5-Elemente-Lehre auszuwählen. Dabei

stehen rote Blüten für das Element Feuer, gelbe und orange Blüten für das Element Erde, weiße Blüten für das Element Metall, blaue und lila Blüten für das Element Wasser und alles Grüne für das Element Holz. Ein Element nährt das andere und so ergibt sich ein ausgeglichenes System, in dem jedes seine Daseinsberechtigung hat. Den Garten in verschiedene Zonen, innerhalb derer man für sich stimmig in der jeweiligen Pflanzenauswahl bleibt, einzuteilen, ist eine weitere Möglichkeit und vielleicht gerade für Gärten von Pflegeeinrichtungen interessant. Eine Kräuterschnecke bietet vielfältige Geruchs- und Geschmackserlebnisse und lässt sich dazu noch für die gesunde Verfeinerung von Mahlzeiten nutzen. In einem Moosgarten erzeugen Moose und Farne den Eindruck eines grünen Waldbodens, der (warum nicht?), ruhig auch mal barfuß begangen werden kann. Ein Nutzgarten birgt für die rüstigeren Bewohner oder aber auch für die Mitarbeiter die Möglichkeit, Anbau und Pflege selbst zu betreuen. Höhepunkt ist natürlich die Ernte mit der gemeinsamen Verkostung der Früchte und Gemüse. Hochbeete, Blumenbeete, Steingärten..., die Liste der Gestaltungsformen lässt sich beliebig fortsetzen.

VIelfältige SINNESERLEBNISSE SCHAFFEN

Jana Richter, Geschäftsführerin der Richterpflege in Sachsen-Anhalt ist es wichtig, saisonale Erlebnisse zu schaffen. »Bei der Bepflanzung unseres kleinen Parks haben wir darauf geachtet, dass zu jeder Jahreszeit etwas Besonderes blüht oder zu sehen ist.« Ihre neueste Errungenschaft ist ein japanischer Zierperlenstrauch, der dann leuchtend purpurne Beeren trägt, wenn sich die Natur bei uns längst im Winterschlaf befindet. Auch im Herbst geben Sträucher und Bäume mit auffälliger Laubfärbung dem

Garten ein unverwechselbares Gesicht. »Den großen Teich in der Mitte des Parks lieben unsere Bewohner besonders. Von der schattigen Gartenbank oder der an eine Hollywoodschaukel erinnernden schwebenden Holzbank aus können sie in Ruhe das Treiben der Enten beobachten, die am Teich nisten oder auf dem Grundstück spazieren gehen.« Sogar Schafe und Kaninchen gibt es bei Richters. Besonders die Angehörigen mit Kindern wissen das zu schätzen, wird so der Besuch bei Oma oder Opa gleich zum Ausflug in den Streichelzoo. Und beim Blick aus dem Fenster ist so auch für die Bewohner, die ihr Zimmer nicht mehr verlassen können, immer etwas zu beobachten.

Dass der Zugang zu allen Gartenbereichen barrierefrei sein sollte, versteht sich von selbst. Beim Aufstellen von Sitzmöglichkeiten sollte man großzügig vorgehen. Herauszufinden, wo der beste Platz dafür ist, ist wiederum eine der Aufgaben, die im Rahmen einer Feng-Shui-Beratung gelöst werden.

FENG SHUI ALS GANZHEITLICHER GESTALTUNGSANSATZ

Vor dem Hintergrund des stetig wachsenden Pflegemarktes und der steigenden Ansprüche seiner Kunden wird Feng Shui auch in der Gartengestaltung zunehmend an Bedeutung gewinnen. Der einfache Kiesweg, der, gesäumt von Hecken oder Rabatten, im Rechteck um das Gebäude führt, wird dem professionell gestalteten Park mit harmonischer Wegführung, Wasserspielen und Ruheoasen weichen. Außenanlagen werden zum Alleinstellungsmerkmal und Auswahlkriterium. Zudem erfordern die steigenden Qualitätsanforderungen, die Beschleunigung und Verdichtung in fast allen Lebensbereichen mehr Achtsamkeit von uns und verlangen die Rückbesinnung auf unsere Quellen und Ressourcen. Feng Shui verfügt über die Möglichkeiten, Probleme und Blockaden aufzudecken, vorhandene Ressourcen zu erschließen und die Lebensenergie wieder in den Fluss zu bringen. Eine professionelle Feng-Shui-Beratung wie FENG SHUI & LIVING unterstützt bei dieser ganzheitlichen Aufgabe mit viel Erfahrung, Kompetenz und Einfühlungsvermögen. Damit Wohnräume zu Wohlfühlräumen, Büros zu Erfolgstitelern und Gärten zu Energiequellen werden. Für ein lebenswertes Umfeld und eine nachhaltige Entwicklung. ♦

.....

Daniela Schubert

www.fengshuiandliving.de

