Bydlení v řádu přírody

Jak zařídit dětský pokoj podle feng shui

Všechno v přírodě se pohybuje **ve spirálách**. Podívejte se na malé běhající děti! Často se točí dokola a různě kličkují. Vytvořte jim proto prostor pro jejich přirozený pohyb i v dětském pokoji.

Oldřich Hozman archiv autora

▼ Kuchyně a obytný prostor podle zásad feng shui

Posvátná zákoutí

Podle feng shui prostor kolem nás naplňuje proudící životní síla, ve feng shui se tato vitální energie nazývá čchi. Má ráda zaoblené tvary, pohybuje se ve spirálách. Projevuje se v pohybu galaxií, v toku řek i v pohybu větru ve zvlněné krajině.

V bytě by měly být oblé tvary, aby se v něm a okolo nás mohla životní energie rozlévat a přirozeně jej naplňovat. Pozornost člověka tak může přirozeně plynout i spočinout. Malé děti jsou v tomto směru ještě citlivější. Cítí se bezpečně a jemně, když mohou být „obalené" měkkými tvary domu a různými zákoutími.

Dítě se z vnitřního lůna matky odpoutává postupně a mělo by mít ve svém prostředí vždy možnost někde se skrýt a hrát si uvnitř. V prvním půlroce můžeme v dětském pokoji ponechat závoj nad postýlkou, který chrání dušičku dítěte. V dalším dětském období jsou pro duševní rozvoj vhodné různé skrýše, domečky, stany a zákoutí. Nábytek by se měl měnit s věkem. V raném období je vhodný nábytek se zaoblenými hranami. V pozdějším věku může být geometričtější.

Co se týče tvaru, je vhodné pracovat s otevřenou a zavřenou formou tak, abychom správně nalezli vyváženost vyhovující psychice člověka. Praformou v přírodě je kruh nebo ovál. Je podstatou jednoprostorových obydlí, jako jsou zemnice, iglú, týpí nebo jurta, s nimiž jsme podvědomě spojeni. Vycházejí z pratvaru hnízda a matčina lůna.

Základním přírodním tvarem je okrouhlý obal, slupka a doplňující protiklad – volný střed. Proto jsou nám tak příjemné domy s vnitřní zahradou nebo vnitřní dvory a náměstí. Jsou místem regenerace a odpočinku.

Dopřejme dětem prostor na hraní uprostřed pokoje a nezastavujme jej velkým nábytkem. Podpoříme tím jejich svobodný vývoj.

Feng shui a psychika dítěte

Podle principů feng shui můžeme přizpůsobit barevnost pokoje i design vybavení povaze dítěte podle data narození. Nauka feng shui vychází z cyklu pěti symbolických prvků. Jsou jimi dřevo (zelená), oheň (červená), země (žlutá), kov (barvy kovů) a voda (modrá). U každého člověka jeden z pěti prvků převládá jako hlavní řídicí prvek jeho povahy. Barevnost i tvary se tak mohou přizpůsobit jeho podstatě.

Přírodní barvy

Nejlepší způsob, jak vymalovat interiéry bytu nebo domu, je pracovat s ekologicky nezávadnými přírodními kaseinovými barvami. Jsou to prodyšné nátěrové hmoty a dají se obarvit přírodními minerálními pigmenty. Použití těchto materiálů má tu výhodu, že je zachována jemněhmotná vibrace původních přírodních látek. Jsou to barvy ředitelné vodou. Jejich zbytky mohou být přímo zkompostovány nebo vylity do normálního domácího odpadu. Před malováním můžeme do roztoku nalít trochu vývaru z různých bylinek, které svědčí dětem a osvěžují prostor, třeba levandule nebo měsíček. Dětský pokoj si tak udrží stále příjemnou vůni.

Podle nauky feng shui mohou mít pokoje barevnost podle světových stran. Například kuchyně na východě souvisí s aktivitou začínajícího dne a proto může mít veselou jemně zelenou barvu a přírodní světlé březové dřevo. Na západní straně bytu mohou být použity klidnější zemité barvy v tónech žluté a okrové.

Dětské pokoje pro novorozence by měly být vymalovány velmi jemnými tóny. Z hlediska jemných vibrací jsou pro období do sedmi let doporučovány barvy vycházející z růžové. Souvisí to s vnímáním barvy matčina těla – dělohy, kde mělo vše svůj počátek. Je to vlastně zjemněná červená (barva krve), ve které se cítí malé dítě bezpečně, protože tuto barvu zná podvědomě z období, kdy bylo u maminky v bříšku. Růžovou barvou může být vymalován třeba jenom strop nebo některá stěna. Záleží na naší osobní úvaze, kolik barvy v místnosti chceme.

Z hlediska celostního vnímání barev projde dítě během vývoje celým barevným spektrem. A kolem 14–15 roku se ustálí u modré (pro vymalování je nejlepší použít světle modrý ultramarín). Je to barva tvořící se budoucí individuality svobodného člověka.

Ekologický nábytek

Ideálem je mít v dětském pokoji nábytek z masívního dřeva bez jakýchkoliv povrchových úprav. Jedině tak umožníme dřevinám vonět do prostoru. Z dnešního pohledu je obtížné přijmout myšlenku nenalakovaného nábytku. Je-li povrch dostatečně dohladka vybroušen a jemně vyleštěn, opravdu není třeba jej natírat. Takový přírodní povrch dýchá, reguluje vzdušnou vlhkost, přirozeně voní a nepřitahuje prach.

Interiér v bytě nebo v domě můžeme mít vyroben také například z bio desek. Jsou to třívrstvé spárovky z masívního dřeva, které se nekroutí. Tento materiál se nejvíce přibližuje masívnímu dřevu.

Chceme-li nábytek nebo dřevěné podlahy povrchově ošetřit ekologickým nátěrem, je vhodné použít voňavý dřevní olej nebo včelí vosk.

Princip feng shui v dětském pokoji

- Pracovní stolek i postel umístěte tak, aby bylo vidět na vstupní dveře.
- Pracovní stůl umístěte tak, aby mělo sedící dítě za zády pevnou stěnu a před sebou volný prostor.
- Dětem poskytněte velký pokoj, protože tam tráví mnoho času.
- Obrázky volte ze světa přírody, poskytnou dětem uvolnění.
- Nepoužívejte agresivní syté barvy, které by vedly k hyperaktivitě.
- Pro raný věk jsou vhodné palandy.
- Od deseti let je lepší umožnit dětem spát v samostatné posteli, aby se jejich individualita mohla rozvíjet.
- Postel dejte dále od dveří a ke stěně.
- Dětský nábytek v raném věku by měl být z měkkého smrkového nebo borového dřeva.
- Pokoj udržujte uklizený a nezaplňujte jej hračkami.
- Pro děti raného věku je dobrá orientace na východ.
- Děti školního věku si více vychutnají odpolední proslunění ze západu.
- Prostor před dveřmi i za dveřmi nechte volný.
- Střed pokoje ukliďte a dobře osvětlete.
- Nepřeplňujte dětské pokoje nábytkem.
- Vybírejte vybavení bytu z přírodních materiálů.

Cyklus

Tím základním, s čím jsme v přírodě spojeni, je cyklus opakujících se dějů. Pro člověka je základní rytmus střídání dne a noci a vyvážený poměr mezi fyzickou a duševní činností. V domech by tomuto rytmu měly odpovídat místnosti pro aktivitu

a pro odpočinek. Jedna strana pokoje by měla vytvářet klidné prostředí vhodné pro odpočinek a relaxaci. Opačná strana pokoje je určená pro aktivní činnost.

Rytmus, proporce a vnímání krásna

Správné rytmy a jejich poměry jsou spojeny s vnímáním krásna. Proporcí vycházející z přírody je zlatý řez, jehož poměr je 1:1,618. Krása božského rozměru, jak se zlatý řez nazývá, je přítomna v rozměrech všech částí lidského těla. V architektuře je její přítomnost pro prožívání naplněnosti z prostředí velmi důležitá.

Praktické použití tohoto principu je například pověšení obrazu do správného místa vůči poměru k výšce celé místnosti. Harmonické rozměry může mít i nábytek sám o sobě. Stůl dlouhý 1,2 m bude mít v poměru zlatého řezu šířku 0,74 m.

Rytmus je tím, co určuje náladu. Vezměme si jako příklad náš pohyb při vstupu do bytu. Schodiště i chodby by měly být rytmicky dělené, abychom je dobře vnímali. Jde o to, aby pozornost dítěte neběžela prostorem příliš rychle a měla na čem spočinout. Prakticky to znamená pověsit na dlouhé stěny obrázky nebo v úzké chodbě dát několik světel vedle sebe.

Víceúrovňové vlastnosti člověka a prostředí

Celistvá kvalita prostředí má více úrovní, než které jsme v současnosti zvyklí brát při jeho posuzování v úvahu. Tyto úrovně kvalit prostoru je možné stručně charakterizovat jako úroveň fyzickou, vitální, psychickou a duchovní.

Do fyzické úrovně reality patří skladba geologického podloží. Místa geologických zlomů a styků hornin jsou pro stavbu obydlí velmi nevhodná. Je to proto, že v takových lokalitách je zvýšený výskyt neklidné zemské energie. Jsou to velmi aktivní místa a vibrace jejich energií nedají lidskému organismu klid. Pokud se však rozpoznají včas, je možné přizpůsobit umístění budovy nebo nábytku tak, aby nedocházelo k negativnímu vlivu zemských sil.

Vitální úroveň (rovina životodárných sil) je v krajině spojena s éterickými silami rozprostřenými mezi jednotlivými energeticky významnými místy. Slovo éter je zde třeba chápat jako životní sílu, neboli dech. „Toky" této život udržující energie oživují celý povrch planety Země. Formy a tvary krajiny i rozmístění nábytku v bytě rozprostírání těchto vitálních sil napomáhají, v krajině často souzní s místy vybranými tradičně pro sídla člověka. Jsou to třeba středy vesnic, umístění velkých statků nebo tvrzí. V bytě můžeme podpořit šíření vitálních sil zaoblením rohů a umístěním krásných věcí, které přitahují pozornost. Vhodné jsou také fontánky s proudící vodou, která čchi rozhýbává.

Úroveň citových sil (psychická rovina) je spojena s dynamikou událostí a nálad. Je to emocionální rytmus, kterým se vitální síly rozprostírají jak v těle, tak v našem domě.

Završující rovinou pro celistvé pochopení prostředí jsou myšlenkové síly. Je třeba dávat velký pozor na to, co nás na konkrétních místech napadá. Co nám přichází na mysl, odkazuje na duchovní rovinu místa. Pro děti je v tomto smyslu důležité pobývat venku a vnímat okolí bydliště. V bytě si s nimi společně zapalme občas svíčku s vědomím, že je to pro náš byt, abychom se v něm cítili hezky.

*o autorovi

Akad. arch. Oldřich Hozman
Navrhuje nízkoenergetické a ekologické stavby. Do své práce zahrnuje principy celostní architektury a jemných sil přírody. Podrobný program přednášek akad. arch. Oldřicha Hozmana pro veřejnost: www.arc.cz/seminare.htm

Základní doporučení pro zdravé bydlení

- Pravidelně větrejte, a to několikrát za den. V letním období nastavte okna na větrací mezeru, v zimním období alespoň na mikroventilaci (pouze u novějších oken). Mikroventilace sama o sobě však nezaručuje dostatečné provětrání.
- V koupelnách používejte ventilátor se stálým nízkým chodem (cca 20–30 m³/hod) s možností zvýšení výkonu. Zaručíte tak pozvolné provětrávání místností.
- Neparkuje auto v domě, ve kterém bydlíte. Z benzínu se uvolňují látky, které pronikají konstrukcí domu.
- Nekuřte ve vnitřních prostorách a nevytvářejte kuřácké zóny (kouř prochází pozvolna do všech místností).
- Kopírovací přístroje a tiskárny (uvolňují ozon) umístěte do samostatných odvětraných místností.
- Používejte klasické jednoduché stavební materiály. Patří mezi ně kámen, dřevo, pálené i nepálené cihly, jílové a vápenné omítky, přírodní nátěrové hmoty (například kaseinové barvy).
- Vnitřní vybavení a povrchy zařizujte z přírodních materiálů (dřevo, vlna, bavlna, len, konopí, korek, přírodní linoleum).
- Dřevěné vybavení ponechávejte bez nátěru nebo jej ošetřujte voskovými nebo olejovými nátěry (lněný, dřevní olej, včelí vosk).

inzerce

Česká škola Feng Shui pořádá 18 – 21. 07. 2007 seminář Taoistického horoskopu: 4 PILÍŘE OSUDU pod vedením Mistra Feng Shui – ROGERA GREENA.
Místo: Jabok, Salmovská 8, Praha 2. Cena: 5 000,-. Sleva při platbě do 30. 5. 2007: 4 500,-. Studenti a důchodci: 4 000,-. Ranní cvičení WU DANG TAIJI QUAN vede mistr bojových umění Shifu - Zhai Feng. Informace na **www.fengshui-ceskaskola.cz** nebo tel.: **605 432 930**, **724 247 423**.

Česká škola Feng Shui pořádá nový ročník 2007/2008.
Feng šuej I - škola formy 25. - 27.05.2007. Feng šuej II – škola kompasu 21. - 23.09.2007. Feng šuej III - baubiologie a geomantie 19. - 21.10.2007. Feng šuej IV –VI škola komasu, letící hvězda, kompas, praxe, zkoušky - termín bude určen. Cena/modul: 3600 Kč. Studenti a důchodci: 3 000,-. Informace na www.fengshui-ceskaskola.cz nebo tel.: 605 432 930, 724 247 423. Současně bude započata výuka ve Zlíně ve dnech 1. - 3. června 2007.

arc STUDIO

Návrhy domů a interiérů ze zdravých stavebních materiálů, projekty ekologických staveb, celostní architektura, geomantie a feng shui, konzultace a semináře.
Přednášky na téma:
„Architektura v souladu s přírodou"
se budou konnat v Městské knihovně v Praze v termínech 3., 10., 24., a 31.10. 2007 od 19.00 hod.
Podrobný program: http://www.arc.cz/seminare.htm

akad.arch. Oldřich Hozman, arc@arc.cz, www.arc.cz