

Feng shui i trädgården



av

Ida Eriksson

Examensarbeten inom Trädgårdsingenjörsprogrammet 2008:19

ISSN 1651-8152

Fakulteten för landskapsplanering, trädgårds- och jordbruksvetenskap

SLU - Alnarp

Feng shui i trädgården

av

Ida Eriksson

Landskapsplanering 15 hp (10 p)

Handledare: Cecilia Öxell
Område: Landskapsplanering
Sveriges lantbruksuniversitet
Box 52, 230 53 Alnarp

Förord

Detta arbete är gjort som examensarbete på min utbildning ”Trädgårdsingenjör med inriktning Design” vid ”Fakulteten för Landskap, Trädgård och Jordbruk”, Slu, Alnarp. Arbetet utgörs av en litteraturstudie där jag belyser hur principerna inom feng shui kan användas för att skapa en harmonisk trädgårdsmiljö.

Stort tack till min handledare Cecilia Öxell för många goda råd på vägen. Tack också till Agnetha Nyholm Winqvist för ett givande samtal om feng shui.

Malmö 2008-03-10

Ida Eriksson

Sammanfattning

Vår omgivning påverkar oss, inte minst i trädgården. Genom att praktisera den flera tusen år gamla kinesiska läran feng shui, kan man använda sig av olika verktyg för att skapa harmoni och balans i trädgården. Genom att uppmärksamma energier och arbeta med färger, former och material kan man skapa en välgörande trädgård med god feng shui. Men filosofin handlar så mycket mer än om vilka växter man ska välja eller vilka hårda material man ska använda i trädgården. Den bygger på att beskriva olika energifält, om energins rörelser som man kan lära sig att leva i samspel med. En feng shui-trädgård består utav flera olika komponenter som alla samspelar. Man strävar efter en balans mellan yin och yang och mellan de olika elementen trä, eld, jord, metall och vatten. Harmoni och balans är två nyckelord som genomsyrar hela tänkandet.

Detta examensarbete har som syfte att ta reda på vilka verktyg man kan arbeta med för att skapa en trädgård med god feng shui. Arbetet består av en litteraturstudie som sammanfattar hur principerna inom feng shui kan användas i trädgården.

Summary

Our environment affect us, not least gardens. By practising the ancient Chinese art feng shui, one could find tools how to create harmony and balance in gardens. By paying attention to different energies working with colours, shapes and materials one can create a nice garden with good feng shui. The philosophy, however, includes much more than what plants or what hard materials to choose in the garden. It describes different energies, the movement of energies, which we can learn to live in harmony with. A feng shui-garden consists of different ingredients which all work together. It is important to find a balance between yin and yang and the different elements wood, fire, earth, metal and water. Harmony and balance are two keywords which is important when one work with feng shui in gardens.

The aim of this work is to find out what tools one can work with to create a good feng shui-garden. The thesis consists of a literature study which concludes how the principle of feng shui works in gardens.

Innehållsförteckning

Förord.....	3
Sammanfattning.....	4
Summary.....	4
Innehållsförteckning.....	5
Inledning.....	7
Bakgrund.....	7
Mål och syfte.....	7
Material och Metod.....	7
Avgränsningar.....	8
Resultat.....	9
En harmonisk trädgård.....	9
Kontrast och harmoni.....	9
Feng shuis ursprung.....	10
Allt påverkar oss.....	10
Balans.....	10
Yin och Yang i trädgården.....	11
Yin och yang – varandras kontraster.....	12
Balans mellan yin och yang i trädgården.....	12
Chi – den universella livskraften.....	13
Olika skepnader av chi.....	13
Husets position.....	14
Förstärka chi i trädgården.....	14
Vatten i trädgården.....	14
Symboler.....	15
Djur.....	15
Rörelse och ljud.....	15
En trädgård för alla sinnen.....	16
Känsl.....	16
Doft.....	16
Ljud.....	16
Ljus.....	17
De fem elementen.....	18
Trä.....	18
Eld.....	19
Jord.....	19
Metall.....	19
Vatten.....	20
Elementens flöde.....	20
Färgens betydelse i feng shui-trädgården.....	20
Rött.....	21
Orange.....	22
Gult.....	22
Grönt.....	22

Blått.....	22
Lila.....	23
Vitt.....	23
Svart.....	23
Brunt.....	23
Trädgårdens rum.....	24
Entrén.....	24
Trädgårdsgångar.....	25
Trappor.....	25
Sittplatser.....	25
Form i trädgården.....	26
Mjuka böljande former.....	26
Cirkelformen.....	27
Växtval.....	27
Träd.....	27
Välgörande växter.....	28
Växter som bör undvikas.....	28
En levande trädgård året om.....	29
Diskussion.....	30
Källförteckning.....	33
Tryckta källor.....	33
Muntliga källor.....	33

Inledning

Bakgrund

Vissa trädgårdar tilltalar oss och när vi vistas i dem upplever vi ett skönt lugn och en känsla av trygghet. Vi tillåts att njuta av känslan som just den trädgården innehar och känner oss tillfreds och trygga på platsen. Vi insuper trädgårdens former, färger, dofter och hela dess känsla och fylls av energi och kraft. Vissa trädgårdar däremot känns inte alls lika sköna att vistas i, men vi kan inte direkt sätta fingret på vad det är. Det är just en känsla som inte känns helt rätt. Hur kommer det sig att vissa platser inger en känsla av lugn och välbefinnande och andra en känsla av olust? Kan det handla om olika balanser och hur vi använder oss av dem när vi formar en trädgård?

Vi påverkas av allt som finns runt omkring oss, antingen på ett positivt eller på ett negativt vis. Jag är intresserad av hur vi påverkas av vår omgivning, vår miljö och vad vi kan göra för att skapa trädgårdsrum som får oss att njuta och känna oss tillfreds. Jag har länge varit intresserad av österländsk filosofi och tankesätt. Därför valde jag att utöka min kunskap inom ämnet och göra ett arbete om feng shui och trädgård.

Jag vet att feng shui handlar om balanser och om olika energier som finns och hur vi med olika hjälpmedel antingen kan hindra dessa energier eller få dem att flöda fritt. Jag är nyfiken på att ta reda på hur dessa energier ser ut och hur man kan arbeta med dem i trädgården för att de ska påverka oss på ett positivt sätt.

Mål och syfte

Jag vill med mitt arbete belysa feng shui och vad läran innebär. Målet med arbetet är att öka kunskapen om feng shuis principer i trädgården och hur jag kan använda mig av det i mitt yrke som trädgårdsarkitekt.

Mitt syfte är att svara på frågan:

- Hur skapar man feng shui i trädgården?

Material och Metod

Jag har gjort en litteraturstudie för att fördjupa mig inom detta ämne. Jag har använt mig av både svensk och engelsk litteratur för att få så bra fakta som möjligt. Jag har noga studerat innehållet i böckerna och jämfört fakta dem emellan för att sedan sammanställa det viktigaste som belyser mitt syfte.

Eftersom feng shui inte klassas som någon vetenskaplig lära har det varit svårt att hitta relevanta artiklar inom ämnet. Jag har läst flera artiklar men valt att inte ta med dem i

mitt arbete eftersom de varit för övergripande och inte behandlat feng shui i trädgården på ett grundligt vis.

Jag har även gjort en intervju med Agneta Nyholm Winqvist. Agneta är utbildad i Essential Feng shui vid The Western School of Feng Shui i Kalifornien och har dessutom studerat Blackhat Feng Shui, Intuitive Feng Shui, Formskolan och Instinctive Feng Shui. Agneta har grundat Nordic School of Feng Shui och skrivit en rad böcker i ämnet.

Avgränsningar

Jag gör ett arbete på 15 hp, som innebär heltidsstudier under tio veckor. Eftersom tiden är knapp har jag i första hand riktat in mig på att studera feng shuis principer när det gäller utformandet av en trädgård. Jag har valt att enbart beskriva feng shuis principer med ord och därför utelämnat illustrationer.

Resultat

En harmonisk trädgård

”I landskapet fanns också de rörliga, formande krafterna vind och vatten – feng shui. I ett system av linjer flöt qi fram, den universella kraft som genomströmmar allt. Landet kan ses som en drake med ådror där kraften strömmar. För att kunna leva i harmoni med dessa krafter måste man förhålla sig till linjerna och placera sig själv, sina städer, byggnader, möbler och trädgårdar på rätt plats och finna harmonin mellan det som ska placeras, omgivningen runtomkring och kosmos.”
(Svalin 2003 s 12)

En trädgård är en upplevelse för alla sinnen – syn, hörsel, lukt, smak och känsel. Trädgården ger ro åt din själ och vila och rekreation åt din kropp. Trädgården rymmer alla upplevelser, här finns hela världen och livets cykel genom de fyra årstiderna. En feng shui-trädgård är uppbyggd efter några tydliga och enkla principer. En viktig regel är att god feng shui ska kännas, inte synas. Allt stadium av naturen, att känna chi, kräver tålamod och total inlevelse med alla sinnen. Det leder ofrånkomligt till en vördnad för naturen. En trädgård är ett perfekt exempel på vad feng shui handlar om, ett litet miniuniversum där naturens lagar styr, där man ser årstider komma och gå och där förändring över tid påverkar allt i en oändlig cirkelrörelse. Förändringen över tid och årstider som kommer och går är en del av trädgårdens tjusning.¹

Kontrast och harmoni

När man arbetar med att skapa en feng shui-trädgård handlar det om att ha klart för sig hur trädgårdens delar ska placeras och hur de ska kontrastera varandra. Rummen ska spegla och förstärka varandra och att se detta framför sig redan i början av skapandet av en trädgård, är mycket betydelsefullt.² När man arbetar med att skapa en trädgård med god feng shui handlar det om att ta hand om de energier som rör sig i en trädgård. Vi strävar efter att arbeta med dessa energier så att de ska röra sig på ett vis som får oss människor att känna oss tillfreds och trygga. Växterna, möblemanget och andra objekt som vi omges av i trädgården påverkar hur vi trivs i trädgården och även hur vi använder den.³

¹ Hentschel, 2006, sid 14 - 16

² Svalin, 2003, sid 44

³ Hale, 1999, sid 33

Feng shuis ursprung

Feng shui baseras på egenskaper hos de två naturelementen vind och vatten och feng shui betyder just detta, 'vind och vatten'. Läran har sitt ursprung för tusentals år sedan i Kina men är ständigt aktuell och mycket användbar även i våra dagar. Principerna kan tillämpas på både det stora och det lilla – både när man undersöker landskap, städer, nationer eller hela världsdelar och när du anlägger din egen trädgård.⁴

Allt påverkar oss

För mer än 3000 år sedan insåg kineserna att människan påverkas av sin närliggande miljö. Det var viktigt att ta hänsyn till just detta när man planerade nybyggnationer. När en kinesisk kejsare skulle bygga ett nytt palats engagerade man feng shuimästare som hade till uppgift att finna den mest gynnsamma platsen där byggnaden skulle skapas. Man ansåg att när man placerade byggnader på sin 'rätta plats', stärkte det människan och gav henne skydd och trygghet. Vi påverkas av allt som omger oss, exempelvis av byggnader och utformningen av landskapet. I västvärlden har vi inget uttryck för hur vi påverkas av allt som finns runt omkring oss. Men innebörden av det kinesiska uttrycket feng shui betyder just detta.

Översatt till svenska betyder feng shui vind och vatten. Precis som vinden är energierna man arbetar med i feng shui osynliga. Dessa energier är av olika intensitet och beroende av just intensiteten kan energierna vara stärkande eller förödande för människan. Man kan även förklara feng shui som en lära som förenar arkitektur, psykologi, filosofi och inredning.⁵

För kineserna har feng shui traditionellt varit ett sätt att leva. De anser att det är både en konst och en vetenskap och har påverkat utformandet av kinesiska städer, palats, byar och begravningsplatser.⁶ Allt som finns i den kinesiska trädgården är strategiskt placerat för att människorna som vistas i trädgården ska uppmärksamma dess skönhet. Man anser att allt som finns i en feng shui-trädgård står i relation till varandra och påverkar eller påverkas av varandra på olika vis.⁷

Balans

Feng shui handlar om de krafter som finns i himlen och på jorden och man strävar efter att mänskligheten ska leva i balans med dessa krafter för att må bra och känna harmoni. Feng shui är ett sätt att leva i harmoni med naturen. Det representerar naturens makt som verkar genom dolda krafter.⁸ Utifrån kinesiskt perspektiv och filosofi anser man att trädgården alltid varit tänkt att öppna besökarens ögon och vidga sinnet och ge nya

⁴ Hentschel, 2006, sid 9

⁵ Tryberg, 2005, sid 31

⁶ Kwok & O'Brien, 1991, sid 10

⁷ Hale, 1999, sid 41

⁸ Kwok & O'Brien, 1991, sid 21

perspektiv. En trädgård är både en källa till visheten men också en plats för fest likväl ett vardagsrum att vistas i för att bara vara och umgås. Överallt i en trädgård möter ögat, örat, känslan och luktsinnet nya förnimmelser och vi påverkas på olika vis.⁹ Att betrakta sin omvärld utifrån feng shui, naturen och den miljö som är skapad av människan innebär att man börjar se på tillvaron och sin omvärld med nya ögon. En väl anlagd trädgård ger lugn och ro åt själen och upplevelser för alla sinnen. Den speglar årstidernas gång och rymmer livets alla skeden, spirande liv och förgänglighet. En trädgård ger harmoni då där finns balans mellan färger, former och ett bra flöde i alla delar. Du kan skapa harmoni genom kontrasternas förhållande till varandra, genom att låta trädgården innehålla både skugga och solbelysta platser, genom att skapa balans mellan växtlighet och stenläggning och få en bra avvägning mellan låga växter och höga träd.¹⁰

Yin och Yang i trädgården

”Det gåtfulla samspelet mellan yin och yang är grunden för allt liv”

(Lao-Tzu, Nyholm Winqvist, 2002, sid 29)

I kinesisk filosofi är yin och yang namnet på de två krafter som formar och balanserar allt liv. De är varandras motsatser och de befinner sig ständigt i ett tillstånd av förändring och spänning. På grund av dynamiken som skapas mellan dem, skapar de liv åt allt som finns runt omkring oss. För att ta reda på vad som är yin i landskapet och vad som är yang, använder man sig av feng shui. Med hjälp av principerna inom feng shui får man verktyg till att kunna tyda ett landskap. På så sätt kan man placera byggnader på en plats där balansen mellan yin och yang är bra och där qi, livsandetaget, kan röra sig fritt.¹¹ I en feng shui-trädgård är det viktigt att energierna som finns i trädgården rör sig på ett vis som är välgörande för oss människor. För att detta ska ske måste det vara en balans mellan yin- och yangelementen i trädgården. Yang-energin ses som den aktiva energin, en energi som finns i solen och i starka färger, så som rött, orange och gult. Yin-energi är en mer passiv energi som finns i månen och i de kalla färgerna så som blått och grönt. Framsidan av trädgården, den offentliga delen, representerar yang-energin medan baksidan av trädgården som är en mer privat del, har stark yin-energi i sig. Om en trädgård består av mest yang-energi, om trädgården är väldigt solig och planteringarna väldigt färgstarka, känns platsen mycket aktiv och kan upplevas som stressande. Om trädgården däremot har för mycket yinenergi genom att den under hela dagen befinner sig i skugga, känns platsen för passiv och det påverkar oss negativt. God feng shui uppstår alltså när yin- och yangenergierna är i balans.¹²

⁹ Svalin, 2003, sid 22

¹⁰ Hentschel, 2006, sid 9-10, sid 13

¹¹ Kwok & O'Brien, 1991, sid 19-20

¹² Beattie 2003, sid 15

Yin och yang – varandras kontraster

Yin och yang kan inte existera var för sig, de kompletterar varandra och bildar tillsammans en helhet. Yin och yang är starka krafter som växer och avtar, de befinner sig i ett ständigt kretslopp och avlöser varandra.¹³ När man arbetar med feng shui i trädgården strävar man efter att skapa en balans mellan yin och yang. Yin och yang finns i allt i universum. Dygnet timmar kan vi dela in i yin och yang. Nattens timmar består av yin. Mörkret, vilan, svalkan och tystnaden är exempel på yin. Månen är yin. Under morgontimmarna stiger solen och värmer och aktiverar oss. Nu har nattens lugna och passiva yin övergått i aktiv och lite livligare yang. Solen är yang. Mitt på dagen är solen som varmast och ljuset är starkt. Det är stor aktivitet och mycket ljud. Det klara dagsljuset är exempel på yang. Men så snart som solens yang mattas av och blir lugnare så övergår yang till yin igen och mörkret och natten kommer till oss.¹⁴ Yin och yang är varandras kontraster. Två krafter som finns för att skapa balans och harmoni. En bra trädgård ska innehålla kontraster, alltså både yin och yang. En harmonisk trädgård ska innehålla platser för både svalka och hetta. Där ska också finnas kontraster mellan stenläggning och grönska, mellan det ordnade och det vilda. Det ska finnas höga träd som samsas bredvid låga buskar och växter. Läran om yin och yang handlar hela tiden om kontraster och förhållandet mellan dessa. Ett träd är yang i förhållande till en buske, som är yin. Men en buske är yang i förhållande till en blomma. En form kan också ha olika egenskaper i förhållande till yin och yang. En tistel som är taggig och spetsig är mer yang än en storbladig växt med mjuk form. Man har stor användning för principerna för yin och yang när man anlägger en trädgård. Har man exempelvis ett vasst hörn, som består av mycket yang, kan man minska den kraften genom att plantera en häck med motsatt negativ form som då består av yin. Genom att använda sig av kontraster mellan solljus/skugga, högt/lågt, hårt/mjukt och kantigt/runt skapas en bra balans mellan yin och yang i en trädgård.¹⁵

Balans mellan yin och yang i trädgården

En typisk feng shui-trädgård strävar alltid efter en balans mellan yin och yang. Man ska undvika ytterligheter utan istället låta olika kvalitéer samverka.¹⁶ Om man exempelvis har en trädgård som är väldigt plan så kan man arbeta med stenar och buskar för att kupera tomten. Är tomten väldigt solig bör man föra in skugga med hjälp av olika växtlighet. Om trädgården däremot känns mörk och plottrig ska man istället arbeta med rena, ljusa former som skapar enlighet på platsen. Grundtanken i feng shui är att alltid eftersträva balans mellan yin och yang.¹⁷ Jasmin, magnolia, rhododendron och rosor är växter som

¹³ Svalin, 2003, sid 16

¹⁴ Tryberg, 2005, sid 91-92

¹⁵ Hentshel, 2006, sid 38-40

¹⁶ Personligt meddelande, Agneta Nyholm Winqvist, 2008-03-04

¹⁷ Nyholm Winqvist, 2002, sid 29-30

anses ha mycket yinenergi i sig, medan bambu, körsbär och krysantemum är exempel på växter med yang i sig.¹⁸

Chi – den universella livskraften

Det kinesiska begreppet chi är ett begrepp som beskriver den livskraft som genomströmmar allt och alla. Chi flödar och rör sig både genom landskapet och genom oss. I skapandet av en trädgård arbetar vi med livsenergin, chi, genom att använda oss av form, färg och riktningar.¹⁹

Chi är alltså den universella livskraften, som finns runtomkring oss och i oss ständigt. Denna kraft har olika namn i olika kulturer. I Indien kallas den prana, i Japan ki, vi svenskar kanske skulle översätta den med ”gnistan”, ”orken” eller helt enkelt ”energin”. Det man strävar efter är att balansera denna kraft, man talar ofta om att ”balansera chi”. Chi är ständigt i förändring – från mycket till lite och vice versa – på kort tid. Det är därför det är så viktigt för oss att vara klara över vad vi omger oss med. Vilka människor och miljöer som tillför energi och vilka som tar ifrån oss energi.²⁰ Man strävar efter att chi ska röra sig i vindlande rörelser för att inte rusa fram. Att påverka och balansera flödet av chi är mycket viktigt. Inom feng shui strävar man efter att chi får flöda fritt och på så vis skapas en atmosfär som är ljus och upplyftande.²¹ Chi-flödet man befinner sig i ska helst röra sig mjukt och harmoniskt. Det finns områden där din inre chi inte stärks utan snarare försvagas. Det rör sig bland annat om platser där chi rusar fram, till exempel i draget mellan dörrar och fönster, i långa passager och i kraftiga sluttningar. Det kan även vara platser där chi trycks ner, som under flacka snedtak, bjälklag eller tunga hängande föremål. Din inre balans störs av orolig chi, till exempel en kombination av olika mönster, dåliga färgsammansättningar eller allt för mycket möbler och andra föremål.²²

Olika skepnader av chi

Chi kan uppträda på olika sätt. Till viss del kan man styra chi genom att tänka lite på de former som finns i en trädgård. Gynnsam chi rör sig mjukt och stillsamt. Den är mjuk och rör sig svepande i lugna stråk. Exempel på gynnsam chi är en liten bäck som letar sig fram i snirkliga krokar runt stenar och grästuvor. När chi rör sig så är den bra för människan. Det skapar en härlig känsla, som vinden och vattnet. Rusande chi är tröttande och har ett flöde som en brusande fors. Energin rör sig för snabbt, den rusar fram. Den sortens chi finner vi i långa smala passager i en trädgård där chi accelererar på raksträckan. I branta raka trappor kan chi också rusa på alldeles för fort. Stillastående chi hittar vi i områden där chi inte kan ta sig fram, utan fastnar i skräp och bråte. Orolig chi

¹⁸ Hale, 1999, sid 41

¹⁹ Hetschel, 2006, sid 36

²⁰ Nyholm Winqvist, 2004, sid 19

²¹ Lambert, 2001, sid 10

²² Nyholm Winqvist, 2004, sid 24-25

är en annan benämning. Där har chi det svårt att röra sig lugnt och harmoniskt om det finns för många ställen att fästa blicken på.

Vass chi är en annan benämning. Den vill man i möjligaste mån hålla borta från sin trädgård. Vass chi kan uppstå i skarpa utskjutande hörn. Vassa utskjutande hörn bör man i möjligaste mån undvika. Om det inte går kan de delvis döljas, till exempel med en växt.²³

Husets position

Husets position är viktigt för att man ska omge sig med livgivande chi. Ett hus som är placerat i den optimala kraftpositionen ligger på en liten höjd. Huvudingången ska vara placerad mot söder och därifrån ska det helst vara fri sikt framåt, gärna över en sjö. Bakom huset på lagom avstånd finns berg och kullar. På husets båda sidor finns det också skydd i form av berg, kullar eller vegetation. Alltså – stöd bakom och på sidorna samt fri sikt framåt. Detta är sinnebilden av ett hus i kraftposition.²⁴

Förstärka chi i trädgården

Målsättningen i en trädgård skapad utifrån feng shui, är att åstadkomma stark, frisk och harmonisk chi. För att balansera och aktivera chi kan man använda sig av belysning, vatten, vegetation och saker som rör sig. Om man kan få chi att röra sig lugnt och harmoniskt i trädgården kommer personerna som vistas på platsen känna sig trygga och harmoniska i sitt inre.²⁵

Vatten i trädgården

Vatten har en läkande effekt på våra känslor. Människan har sedan urminnes tider sökt sig till vatten för att få lugn. En feng shui-trädgård är inte komplett utan vatten. Men det behövs ingen storslagen vy över öppna sjöar för att vi ska få vårt vattenbehov stillat, ett litet vattenarrangemang fungerar lika bra. När man skapar ett vattenarrangemang i en trädgård bör man se till så att vattnet alltid är friskt och i rörelse. Vatten som blir stillastående skapar en negativ energi. Vattnets riktning har också betydelse. Vattnet bör helst rinna i riktning mot huset och helst mot entrén. Om man väljer att rikta vattnet uppåt i en stråle, ska vattnet falla ner jämnt åt alla håll. Inom feng shui symboliserar vattnet rikedom och möjligheter i livet, och dessa vill vi ska ”rinna” till oss och inte från oss. I

²³ Tryberg, 2005, sid 80-81

²⁴ Tryberg, 2005, sid 33 och 61

²⁵ Nyholm Winqvist, 2002, sid 20-21

traditionella feng shui-trädgårdar ser man ofta dessa vattenarrangemang vid entréer, detta på grund av symboliken.²⁶

Symboler

Symboler används mycket i feng shui-trädgårdar. Symboler sätter en personlig prägel på trädgården och det är viktigt att välja symboler som känns angeläget för just de personer som ska vistas i trädgården. Symbolerna ska vara en påminnelse om det liv man vill leva, påminna om och förtydliga de drömmar man har. Det är viktigt att välja symboler som betyder något speciellt för ägaren till trädgården. En Buddha-staty kan vara en bra symbol som förstärker harmonin i trädgården om de som vistas på platsen har en positiv relation till buddistiskt tänkande.²⁷

Djur

Djuren är viktiga inslag i feng shui-trädgården. De hjälper till att hålla liv i chi-kraften. I feng shui försöker man skapa en trädgård som lockar till sig fjärilar, fåglar, igelkottar och andra djur. Förutom att djuren påverkar chi på ett positivt sätt så för de även med sig en rogivande stämning. För att locka in djur till trädgården kan man använda sig av fruktträd, fågelbad och fågelbord för att locka in småfåglar. Små vattenansamlingar välkomnar grodor och skapar man en rabatt med växter som är rika på nektar lockas fjärilar in.²⁸ Vitlysing och buddleja är växter som när de blommar lockar till sig mängder av fjärilar.²⁹

Rörelse och ljud

För att skapa liv, harmoni och balans i en trädgård kan man använda sig av föremål som rör sig eller låter. Bambu används ofta i trädgården för att föra in välgörande chi genom sitt ljud och sina rörelser när vinden tar tag i växten. Vindspel är också vanligt förekommande i feng shui-trädgården. I Kina hänger man ofta vindspel vid entrén för att locka chi in i hemmet.

Kristaller av olika slag kan användas som chi-förstärkare i trädgården. När man hänger upp kristaller i ett träd för man även in vattnelementet i trädgården.³⁰

²⁶ Nyholm Winqvist, 2002, sid 66-67

²⁷ Nyholm Winqvist, 2002, sid 67-68

²⁸ Nyholm Winqvist, 2002, sid 69-70

²⁹ Hentschel, 2006, sid 130

³⁰ Nyholm Winqvist, 2002, sid 72-73

En trädgård för alla sinnen

”Allt stadium av naturen, att känna chi, kräver tålmod och total inlevelse med alla sinnen. Det leder ofrånkomligt till en vördnad för naturen”

(Hentschel, 2006, sid 15)

En trädgård är en upplevelse för alla sinnen. Trädgården ska ge ro åt själen och vila och rekreation åt vår kropp.³¹ Feng shui-trädgården är en plats där våra sinnen fördjupas och påverkas. Känsel, dofter, ljud och ljus är mycket betydelsefulla inslag i trädgården som förhöjer upplevelsen.³²

Känsel

Olika växters karaktäristiska egenskaper påverkar den taktila känslan hos dem. De ludna bladen hos lammöron, mossa som växer på en sten eller prydnadsgräset Miscanthus mjuka vippor.³³

Doft

Dofterna från aromatiska örter påverkar det limbiska systemet i hjärnan, vilket bland annat styr vårt välbefinnande. Dofter kan aktivera eller lugna nervsystemet, därför är de av intresse när man skapar en feng shui-trädgård.³⁴ Växter som syren, schersmin och rosor avger en härlig doft i trädgården. Även katsura har en pepparkaksliknande doft som utsöndras av bladen under hösten.³⁵

Ljud

I en feng shui-trädgård är det viktigt att höra naturen. Fågelsång är alltid välkommet och genom att plantera växter som de gillar att gömma sig i, så som slån, berberis och aronia, kan vi locka in dem i trädgården. Växter som med hjälp av vinden ger ifrån sig sköna ljud är också bra att arbeta med när man vill föra in ljud i trädgården. Prydnadsgräs och

³¹ Hentschel, 2006, sid 14

³² Svalin, 2003, sid 47

³³ Hentschel, 2006, sid 123

³⁴ Nyholm Winqvist, 2004, sid 7

³⁵ Hentschel, 2006, sid 123

bambu är växtslag som ger ett behagligt ljud när vinden tar tag i dem. Även vattenarrangemang i trädgården ger ett skönt, avkopplande ljud som påverkar oss på ett positivt och lugnande vis.³⁶

Ljus

”Att fånga dagen, ljuset, att njuta av den flyende dagen har människan alltid försökt göra, liksom att hitta platsens själ, genius loci – dess egenskaper som ljus, ljud, vind, vatten och mark.”

(Engstrand, 2004, s 8)

Att kunna se och njuta av ljuset förändring under dagen och följa årstidernas växlingar är ett viktigt inslag i feng shui-trädgårdar.³⁷ Ljuset står för hopp, för sanning och för vishet. Med en ljussatt trädgård ser man vad som händer utanför huset och det ger en trygghet såväl inne i huset som om man vistas ute i trädgården. Allt levande, både vi människor, växterna och djuren, är beroende av ljuset. Man kan välja att förstärka dagsljuset olika speglingar över en dag, genom att placera varje växt på rätt plats så att de på bästa sätt får ta del av ljuset. När man ljussätter sin trädgård handlar det om att skapa en atmosfär, det handlar om att förstärka den karaktär som redan finns i trädgården. Bra belysning i trädgården skapar stämning, trygghet och en hemtrevlig och välkomnande känsla.³⁸

Ljuset är yang och yang är aktivitet som drar till sig och ger ifrån sig positiv energi. Det mörka, undanskymda är yin. När man skapar en trädgård utifrån feng shuis principer rekommenderas det att lätta upp mörka delar av trädgården med belysning för att skapa en mer livfull plats. Mörka delar av trädgården kan göras trevligare och mer inbjudande genom ljuskällor av olika slag. Ljus i trädgården ökar känslan av rumslighet och skapar fina stämningar.³⁹ Speciellt under vinterhalvåret är det viktigt att arbeta med ljuskällor i sin trädgård. Belysning representerar elementet eld och sprider mycket yang-energi. Yang-inslag har särskilt stor betydelse under våra mörka årstider. Ljus är en av de största och främsta chi-förstärkarna under vintern när yin dominerar använder man sig av belysning för att balansera den starka yin-kraften med yang. Belysning är en del av eldenergin. Ofta får detta element för liten plats i våra trädgårdar och därför bör belysning prioriteras. Man kan exempelvis arbeta med punktbelysning för att framhäva olika saker, för att skapa spännande blickfång i trädgården. Man kan välja att framhäva ett vackert frostigt prydnadsgräs med hjälp av belysning eller kanske någon symbol som man valt att föra in i trädgården. För att skapa stämning i trädgården med hjälp av ljuset kan man använda sig av olika styrka och riktning av ljuset.⁴⁰

När man arbetar med att ljussätta en trädgård handlar det om att man målar med ljuset för att på så vis skapa olika stämningar. Men man ska aldrig belysa hela trädgården utan istället välja vissa delar som man vill förgylla med ljus. En bra ljussatt trädgård binder

³⁶ Hale, 1999, sid 77

³⁷ Svalin, 2003, sid 47

³⁸ Engstrand, 2004, sid 8-10

³⁹ Hentschel, 2006, sid 91

⁴⁰ Nyholm Winqvist, 2002, sid 71-72

samma trädgården med huset och omgivningen. Att ljussätta en trädgård kräver stor omsorg. Man måste känna in trädgården för att kunna avgöra vilka delar eller objekt som ska framhävas. Det kan vara ett träd, ett buskage, gången fram till entrén eller kanske dammen. Det är lätt att skapa dramatiska effekter, men i en feng shui-trädgård handlar det om att ljussätta på ett vis som skapar ett lugn och den vy som ögat möter ska ha balans.⁴¹

De fem elementen

De fem elementen eld, jord, metall, vatten och trä anses inom feng shui vara universums byggstenar. Dessa element påverkar människan genom färg, form och energifrekvens. Det handlar om ett fascinerande samspel som lär oss mycket om varför vi mår som vi gör på olika ställen och bland olika material, färger och former.⁴² En harmonisk trädgård har en balans mellan alla elementen. Att använda dessa element och energier när man skapar en trädgård och att justera dessa rätt i trädgården skapar balans och harmoni.⁴³ Allt i universum kan indelas i de fem elementen. Det omfattar både materia och ande. Eller enklare beskrivet – teorin om de fem elementen omfattar allt du kan ta på och även dina tankar och känslor. Alla elementen har alla helt olika chi. De kan användas i feng shui-trädgården för att hjälpa människor att skapa gröna miljöer där det är skönt att vistas.⁴⁴

Trä

Elementet trä motsvarar energin som finns i årstiden vår. Våren är en tid då yang-energin börjar dominera. Trädgårdsmöbler som är gjorda utav trä, trästaket och trädäck är exempel på objekt i feng shui-trädgården som får stå symbol för detta element. Vintergröna växter, så som barrväxter är också en symbol för träelementet. Hosta, Camellia och Hydrangea symboliserar också trä. Karaktäristiskt för dessa växter är att de har djupt gröna blad och de har ofta ett kompakt växtsätt.⁴⁵ Träelementet står för spirande utveckling och kreativitet. Träets elementegenskaper speglas i färgen grönt. Träelementet är yang och energin består av uppåtgående chi. Man liknar ofta denna energi med trädens växtriktning.⁴⁶ Formen som speglar träelementet är hög och långsmal och i en trädgård är växter med långsmal, upprättstående växtsätt som enar, tujor och cypresser karaktäristiskt för träelementet.⁴⁷

⁴¹ Engstrand, 2004, sid 13-15

⁴² Nyholm Winqvist, 2004, sid 18

⁴³ Personligt meddelande, Agneta Nyholm Winqvist, 2008-03-04

⁴⁴ Tryberg, 2005, sid 97

⁴⁵ Beattie, 2003, sid 23

⁴⁶ Tryberg, 2005, sid 98

⁴⁷ Hentschel, 2006, sid 135

Eld

Eldelementet är värmen, elden, solen. Röda och orangea nyanser är eldelementets färg. Elden är yang och qirikningen hos elementet är utåtriktad. I naturen är eldens element solen. En stark sol kan också påverka de andra elementen. Träet torkar ut, jorden spricker, metallen smälter och vattnet sinar. Balansen i eldelementet är därför mycket viktigt för att åstadkomma god feng shui.⁴⁸ Eldelementet motsvarar energin som finns i årstiden sommar. Det är under denna årstid som yang-energierna är som starkast. Växter som symboliserar detta element är de växter som får röda blommor eller röda blad. Blad som har en spetsig form har också eldelementet i sig. Röda rosor, lupiner, dahlior, irisar och gladioler är växtgrupper som är symbol för eldelementet. Likaså chili, dill, vitlök och sparris är andra exempel.⁴⁹ Eldens form är den spetsiga, pyramidformen och alla växter med taggar. Exempel på växter som har eldelementet i sig är röda rosor, röda tulpaner, liljor och buddleja.⁵⁰

Jord

Högsommaren är den period under året som symboliserar elementet jord bäst. Under denna tid är yin- och yangenergierna i balans. Den platsen i trädgården som är i centrum motsvarar också jordelementet inom feng shui. Stenar, terracottakrukor och stigar med trampstenar är objekt i trädgården som främjar jordelementet. Rosmarin, salvia, chrysanthemum och gullviva är exempel på växter som symboliserar detta element. Inom feng shui tror man att krysanthemum främjar en positiv energi i trädgården.⁵¹ Lugna jordtoner är färger som symboliserar jordelementet. Milda, dämpande gula nyanser samt beige, brunt och terracotta tillhör jordelementet. Jorden som material är stillsamt och den lugna jorden utstrålar därför mycket yin-energi.⁵² Kvadratiska former representerar jordelementet. Gula blommor som smörboll, johannesört och låga buskar som gul ölandstok är växter som har elementet jord i sig.⁵³

Metall

Metallelementet inom feng shui motsvarar den energi som finns på hösten. Under hösten börjar yin-energierna att dominera. Objekt gjorda av järn eller metall som finns i trädgården symboliserar metallelementet. Malört, mynta, vitblommade rosor och snödroppar är växter som innehåller metallelementet. Växter med gråa blad, som

⁴⁸ Tryberg, 2005, sid 99

⁴⁹ Beattie, 2005, sid 24

⁵⁰ Hentschel, 2006, sid 136

⁵¹ Beattie, 2005, sid 20

⁵² Tryberg, 2005, sid 100

⁵³ Hentschel, 2006, sid 137

lammöron och artemisia är också karaktäristiskt för metallelementet.⁵⁴ Cirkeln och halvmånen är former som hör till metallens element. En cirkelformad sittplats eller en välvd portal kan representera elementet genom dess form. Snödroppar, vit hortensia, lammöron och träd som silverpil hör till metallelementet.⁵⁵

Vatten

Vattnets chirkning är oregelbundet vågformat, precis som vattnets rörelse. Elementets färg är svart och mörkt blått. Vattnelementet är starkt präglad av yin och under den svala och mörka delen av dygnet är elementet dominerande. Spegel, glas och slipade kristaller är symboler för vattnelementet.⁵⁶ Vattnelementet motsvarar den energi som finns under vintern. Under denna period är yin-energierna som starkast, och nu är den mesta av växtkraften i trädgården under vila. Genom att bygga upp vattenarrangemang i trädgården för man in elementet på ett välgörande vis. Växter som symboliserar vattnelementet inkluderar bland annat magnolior, björkar och kaprifoler.⁵⁷ Genom vindlande trädgårdsgångar eller genom att ge gräsmattan en vågformad kant kan man tillföra vattnelementets form till trädgården. Organiska former som vågformen representerar elementet vatten. Hosta, daggekåpa och blå riddarsporre likaså.⁵⁸

Elementens flöde

Elementen befinner sig ständigt i ett flöde och de är föränderliga. Alla elementen påverkar varandra på ett eller flera vis. Vatten är till exempel närande för trä genom att det ger näring åt grönskan (trä) så att det kan växa. Trä blir sedan i sin tur ved som brinner i brasan, därmed kan man säga att trä föder elden. I elden blir träet så småningom aska som blir jord. Därmed når elden jorden. När jorden trycks ihop kan den bilda bergarter som så småningom kan bli ett mineralrikt berg (metall). När berget, som är symbol för metallelementet, förändras blir dess form återigen flytande och elementet vatten blir dominerande.⁵⁹

Färgens betydelse i feng shui-trädgården

I en kinesisk trädgård arbetar man med färgerna på ett varsamt vis. Den starka färgskalan som vi i väst ofta använder när vi skapar trädgårdar har här ersatts av en dovre skala. De starka färgerna används endast som accentfärger, som ett litet blickfång, en detalj i

⁵⁴ Beattie, 2005, sid 21

⁵⁵ Hentschel, 2006, sid 138

⁵⁶ Tryberg, 2005, sid 103

⁵⁷ Beattie, 2005, sid 22

⁵⁸ Hentschel, 2006, sid 134

⁵⁹ Hentschel, 2006, sid 44

trädgården. Inom feng shui arbetar man med färg på ett återhållsamt och sparsmakat vis. Färgerna lugnar ner och färglösheten ger istället plats för former, rörelse, ljus och skugga.⁶⁰ Vad omgivningen har för färger påverkar vår livsenergi och får oss att snabbt gå in i olika stämningar och känslolägen. Det är lätt att tro att färgerna enbart signalerar till våra ögon, men så är det inte. Vi påverkas fysiskt av olika färger och om vi använder färgerna på rätt sätt kan vi få oerhört snabba effekter. Färgerna i vår omgivning får oss att reagera på olika sätt och kan därför användas för att stärka oss. De extroverta färgerna rött, orange och gult ses som yang-färger, det betyder att de aktiverar oss. Blått, lila och turkos ses som yin-färger, vilket innebär att de lugnar oss. I feng shui använder man sig av färger, men alltid varsamt. Starka färger används enbart som accenter. Det beror på just det faktum att färgerna har förmågan att laborera med vår chikraft, och därigenom med vårt psyke och våra känslor, ibland kanske på ett sätt som vi inte önskar.⁶¹ Naturens egen färgsättning är oslagbar och inom feng shui strävar man efter att efterlikna det färgspektra som finns i naturen. Man använder sig inte av extrema färgval utan jobbar mer med färger som harmonierar.⁶²

Färger påverkar chi-energin i en trädgård. Känslor och instinkter påverkas av vilka färger vi väljer att arbeta med, oavsett om vi vill eller inte. Färger är ett mycket bra och viktigt redskap att arbeta med i en feng shui-trädgård när det gäller att förstärka chi i olika stämningar. Färgspektrumet delas in i varma, aktiva och utåtriktade nyanser som rött, orange och gult. Den andra delen av färgskalan kallar vi kalla färger, blått och grönt befinner sig i denna del av skalan. I feng shui försöker man balansera en trädgård genom att både använda svala och värmande färgnyanser.⁶³

Rött

Den mest aktiva färgen av alla är den röda färgen. Rött symboliserar kärlek, vitalitet och mod och det är en varm färg. Rött aktiverar oss och sänder ut starka energier. Det är därför viktigt att använda rött med måtta.⁶⁴ När det gäller att färgsätta med rött anser man inom feng shui att man inte ska använda färgen på ett sätt som inte finns att finna i naturen. Rött ska användas som en accentfärg och passar bäst när den får synas som en spännande detalj.⁶⁵

I en rabatt dras våra ögon först till de röda blommorna. Det finns en stor skara av rödblommade växter att välja mellan när man önskar röda detaljer i sin rabatt. Rosor, Geranium, och Papaver orientale är några exempel.⁶⁶

⁶⁰ Svalin, 2003, sid 42

⁶¹ Nyholm Winqvist, 2002 sid 25

⁶² Personligt meddelande, Agneta Nyholm Winqvist, 2008-03-04

⁶³ Tryberg, 2005, sid 82-83

⁶⁴ Tryberg, 2005, sid 84

⁶⁵ Nyholm Winqvist, 2002 sid 84

⁶⁶ Webster, 1999, sid 85-86

Orange

Färgen orange symboliserar värme i likhet med rött, men har en lägre intensitet. Orange anses vara en bra färg för att förstärka chi-energin på platser där man vill främja en god kommunikation mellan människor.⁶⁷ Orange står som symbol för utveckling, motivation, känslomässig balans och social samvaro. Liksom rött har orange en stark dominans av yang-energi. För att få balans i en feng shui-trädgård bör man inte låta växter med stark yang-karaktär ta över trädgården utan använda dessa växter endast som accenter och spännande detaljer.⁶⁸

Gult

Gult är solens färg och en klar gul färg stimulerar enligt feng shui glädje, frihet och klarsynthet.⁶⁹ Gult står som symbol för optimism och framtidstro. Den gula färgen sägs göra oss klartänkta och vill få oss att tänka om och tänka positivt. Gult är precis som rött och orange en yang-färg som inte får breda ut sig för mycket i en feng shui-trädgård.⁷⁰

Grönt

Den gröna färgen står för balans och utveckling. Den ligger mitt emellan de aktiva färgerna och de stillsamma. Det sägs att grönt är den färg som vi människor kan ta in störst mängder av och det beror på just detta att den ligger i mitten av färgskalan. Den gröna färgen är varken aktiv eller passiv, utan neutral. Grönt är rogivande och lugnande och står för målmedvetenhet, balans och viljestyrka.⁷¹ I trädgården omges vi naturligt av en stor dos av den gröna färgen. Men det kan ändå vara välgörande att plantera mycket växter som enbart har olika nyanser av grönt. Alchemilla mollis, Hedera helix och olika sorter av Hosta är exempel på växter med vackra gröna toner.⁷²

Blått

Blått är en kall färg som ger en sval känsla. I varma klimat kan den blå färgen användas för att skapa en svalkande känsla. Blått är den röda färgens motsats. Inom feng shui symboliserar färgen blått stillhet och lugn.⁷³ Den blå färgen har en yin-karaktär och

⁶⁷ Tryberg, 2005, sid 85

⁶⁸ Nyholm Winqvist, 2002, sid 86

⁶⁹ Tryberg, 1995, sid 86

⁷⁰ Nyholm Winqvist, 2002, sid 87

⁷¹ Nyholm Winqvist, 2002, sid 88

⁷² Webster, 1999, sid 88

⁷³ Tryberg, 1999, sid 87

färgen främjar sömn och vila. Att arbeta med en blåblommande rabatt i anslutning till en sittplats kan verka lugnande och stresslindrande för människor.⁷⁴

Lila

Lila förknippas liksom blått med lugn och trygghet. Lila toner förknippas med intuition och medvetenhet och färgen anses lugna och dämpa oss. I en feng shui-trädgård använder man den lila och violetta färgen för att skapa en känsla av lugn och trygghet hos oss.⁷⁵ Den lila färgen utstrålar stark yin-energi och är därför bra att använda i delar av trädgården som har en stark yang-energi.⁷⁶

Vitt

Den vita färgen anses inom feng shui stå för renhet. Den symboliserar även upplysning, inspiration och andlighet. Floribundarosen, Rosa floribunda 'Iceberg', är exempel på en ros som har en vacker vit nyans.⁷⁷

Svart

Svart är en färg som inte är någon färg. Det svarta sväljer allt ljus och ger ingen återreflektion alls. Man skulle kunna säga att svart är en tyst färg. Svart är en färg som står för mystik och magi. Men färgen kan också förknippas med död och mörka krafter. I feng shui kopplas den svarta färgen ihop med vattnets egenskaper av stillhet och mystik. När man använder den svarta färgen i trädgården måste man ha fingertoppkänsla. För mycket av den kan skapa oro och ängslan. Men att använda exempelvis några svarta tulpaner eller svarta stockrosor kan bli ett vackert inslag i feng shui-trädgården. När de placeras mot en ljus bakgrund kommer de till sin rätt och skapar ett spännande blickfång i trädgården.⁷⁸

Brunt

Färgen brun är en symbol för stabilitet och ursprung, brunt är Moder jords färg. Den jordbruna färgen kan vara bra att omge sig med om man är stressad och uppe i varv. Den

⁷⁴ Nyholm Winqvist, 2002, sid 90

⁷⁵ Nyholm Winqvist, 2002, sid 91

⁷⁶ Beattie, 2003, sid 87

⁷⁷ Webster, 1999, sid 90

⁷⁸ Nyholm Winqvist, 2004, 93

är stabiliserande och närande för oss. Den bruna färgen lugnar oss och för våra tankar till vårt ursprung och våra rötter.⁷⁹

Trädgårdens rum

”Den naturliga miljön är tusen gånger starkare än den som är skapad av människan. Det är därför man så långt det går försöker använda sig av det som finns på platsen när man arbetar med feng shui.”

(Master Chan Kun Wah, Hentschel, 2006, sid 117)

Den kinesiska trädgården har ett nära samband med måleri och poesi. De olika konstformerna har påverkat varandra och lånat och inspirerats av varandra genom tiderna. Man strävar efter att fånga det yttre landskapet och föra in det i den lilla trädgården. Målningar och trädgårdar är uppbyggda på liknande sätt, med en rad gemensamma nämnare. Man arbetar exempelvis i båda fallen med att skapa kontraster – genom att använda sig av yin och yang.⁸⁰ När man skapar ett trädgårdsrum är det viktigt att tänka på att det både ska vara öppet och välkomnande och samtidigt ombonat och skyddat. Entrén ska vara väl synlig med en trädgårdsgång som lockar in besökaren och bidrar till att chi flödar fritt fram till entrén. Porlande vatten, vackra träd och rofyllda sittplatser där man kan slå sig ner och bara njuta är andra inslag som är viktiga i en trädgård som karaktäriseras av feng shui.⁸¹

När man börjar planerandet av en trädgård är det bra att utgå ifrån hur trädgården ska användas. Vilka olika funktioner ska trädgården innehålla? Sittplatser tänkta som ett ställe för umgänge, en annan del av trädgården kan vara en nyttoträdgård där man odlar grönsaker och en tredje del kan vara en mer privat och avskild del för meditation och vila. När man skapar de olika rummen i trädgården är det viktigt att skilja på områden för aktivitet och områden för vila. Detta skapar balans och ro i trädgården och ger god feng shui.⁸²

Entrén

När man skapar entrén som leder besökaren in i trädgården är det viktigt att fundera över hur energin, chi, tar sig in. Chi ska lugnt och stilla flöda fram till ytterdörren och inte stoppas på vägen. En väl synlig grind, en gång som leder upp till huset och en väl synlig ytterdörr är viktigt för att chi ska flöda fritt och skapa en harmonisk känsla. Genom att anlägga en trädgårdsgång som har en slingrande form rör sig chi långsammare, än om gången skulle vara rak vilket istället skapar negativ chi. En rak trädgårdsgång får chi att rusa fram, men om man har en väldigt rak gång kan man använda sig av runda krukor som man placerar på vardera sidan av gången för att ge en illusion av en mjukare form. Det är viktigt att besökaren på ett enkelt sätt ska hitta in i trädgården. Både ingången till

⁷⁹ Nyholm Winqvist, 2002, sid 81-95

⁸⁰ Svalin, 2003, sid 41

⁸¹ Hentschel, 2006, sid 57

⁸² Hentschel, 2006, sid 85-86

trädgården och ingången till huset ska därför vara väl synlig. Om besökaren på ett enkelt och välkomnande vis hittar in så välkomnar man även chi in till sitt hem på ett välgörande vis.⁸³ Ingångar är betydelsefulla inom feng shui. En ingång ska vara ljus och välkomnande. När du kommer hem ska du mötas av något vackert och välkomnande. Plantera gärna vackra buskar och blommor vid entrén. Det är även viktigt att fundera över de fem elementen när man planerar sin entré. Det är viktigt att skapa en balans mellan elementen för att på så vis få chi-kraften att flöda fritt.⁸⁴

Trädgårdsgångar

Gångar i trädgården binder samman olika rum. Gångarna förser trädgården med chi genom människornas aktiviteter och rörelser. Gångarna ska helst vara mjukt vågformade för det gör att chi rör sig lugnt och harmoniskt i trädgården. Gångarna ska helst vara gjorda av ett slätt material. Plattläggning med tomrum emellan är bra feng shui för att det lugnar chi. Det är viktigt att noga avväga förhållandet mellan sten och växtlighet i trädgården. Blir det för mycket sten så blir miljön karg och hård och den energin kommer att påverka de människor som ska vistas i trädgården.⁸⁵

Trappor

I en trädgård med god feng shui är det viktigt att tillgängligheten är bra. Det ska vara enkelt att förflytta sig från rum till rum och gångar och trappor ska därför vara utformade på ett tilltalande vis. När man skapar en trappa ska man tänka på att trappstegen ska vara lagom breda och gångvänliga. Trappan ska vara anpassad efter trädgårdens form och den ska vara öppen och inbjudande att trampa på.⁸⁶

Sittplatser

Feng shuis teorier om kraftpositioner ska man ha i åtanke när man bestämmer vart man ska placera sina sittplatser. Soffor och stolar ska placeras så att man sitter med ryggen mot något stabilt, exempelvis en häck eller en vägg. Man ska ha stöd på sidorna och detta stöd kan bestå av krukor, vegetation eller liknande. Från sin sittplats vill man även ha fri sikt ut över trädgården. Beroende på hur platsen ska användas kan man välja att förstärka detta med symboler och färger. Om det exempelvis är en plats där man ska umgås så kan man välja att plantera gula och orange blommor för att förstärka och stimulera glädjen och det sociala umgänget. Om sittplatsen däremot ska användas till vila är det bra att

⁸³ Hentschel, 2006, sid 72-73

⁸⁴ Nyholm Winqvist, 2002, sid 53

⁸⁵ Hentschel, 2006, sid 76-77

⁸⁶ Hentschel, 2006, sid 78

välja en plats i en del av trädgården där det finns yin-energi, till exempel i skuggan av ett träd. Här är det välgörande att använda sig av blå och lila blommor som stimulerar till vila och eftertanke.⁸⁷

Form i trädgården

När man arbetar med feng shui i trädgården ska formspråket följa den organiska formen. Böljande, runda, mjuka former gör att chi-energin kan flöda fritt och lugnt i trädgården. Inom feng shui strävar man efter att efterlikna naturen så mycket som möjligt, både färg- och formmässigt. Därför är det välgörande att undvika räta linjer och hellre låta stigar, infarter, buskage och rabatter böja sig mjukt, som de ofta gör i naturen.⁸⁸ För att få en känsla av rumslighet i en trädgård är det viktigt att skapa form med hjälp av växtlighet. Detta är viktigt både för att hålla kvar chi på tomten och för att skapa aktivitet och rörelse i trädgården. Om man arbetar med en plats där marken är flack är det betydelsefullt att arbeta med olika höjdskillnader för att skapa rörelse på platsen. Höjdskillnaderna kan bestå av växter, buskar och träd som med hjälp av sina olika höjder skapar en spännande variation i trädgården. Detta är gynnsamt för chi som i en böljande rörelse kan ta sig fram på platsen. På framsidan av huset är det viktigt att inte ha för höga buskar och träd. Det ger en för stor dominans av eldelementet, den spetsiga formen. Buskar och träd på framsidan ska ha mjuka former, medan man på baksidan kan arbeta med högre växtlighet. Detta skapar då en fin kontrast till framsidans mjukare former.⁸⁹

Mjuka böljande former

Olika former har olika energier beroende av om de är yin eller yang. Raka linjer får chi att röra sig med större hastighet och är därför yang. Mjuka linjer däremot saktar upp chiflödet och är mera yin. Ett vasst, utskjutande hörn kastar ut knivskarp chi och är därför yang. Om hörnet istället har en rund form underlättar det för chiflödet som blir mjukare, och är hörnet blir då yin.⁹⁰ I naturen är det sällsynt med raka linjer och detta ska man även eftersträva i feng shui-trädgården. Använder man sig av mjuka linjer och former så rör sig chi långsamt fram. Mjuka stigar och böljande, asymmetriska former är gynnsamt för chi-kraften.⁹¹ När man skapar rabatter i trädgården är det välgörande om man även här arbetar med mjuka, organiska former. Om en rabatt placeras nära huset är det bättre om formen omsluter och är vänd mot huskroppen än om den ”vänder huset ryggen”. Arbetar man med vattenarrangemang är formen på vattenansamlingen, dammen viktig. Man strävar efter att använda så mjuka former som möjligt för att på så vis förstärka och

⁸⁷ Nyholm Winqvist, 2002, sid 59-60

⁸⁸ Personligt meddelande, Agneta Nyholm Winqvist, 2008-03-04

⁸⁹ Hentschel, 2006, sid 81-83

⁹⁰ Tryberg, 2005, sid 96

⁹¹ Nyholm Winqvist, 2002, sid 54

framhäva vattnets egenskaper. Dammar med kantiga hörn skapar negativ energi, shar chi som det kallas. Då är det bättre att arbeta med runda, ovala eller njurformade dammar.⁹²

Cirkelformen

Himmel och jord är ständigt närvarande i den kinesiska trädgården. Den runda formen, som man bland annat kan hitta i murar och portaler, symboliserar himlen medan de fyrkantiga formerna symboliserar jorden. Gångar av runda småstenar symboliserar närvaron av yin och yang som också manifesteras i en balans mellan sten och växtlighet, mellan högt och lågt, mellan ljus och mörker, mellan det av människan byggda och det av naturen skapade. Den runda formen symboliserar den himmelska energin. Cirkeln är ett genomgående tema i den kinesiska trädgården.⁹³

Växtval

När man väljer växter till en feng shui-trädgård är det viktigt att sträva efter en balans mellan yin och yang. Att arbeta med kontraster för att skapa liv och harmoni – högt och lågt, ljust mot mörkt, runt mot kantigt osv. Formen på bladet är mycket betydelsefull.⁹⁴ Mjuka, rundade och tjocka blad ger bättre energi än de blad som är långa och vassa, men tillsammans skapar de harmoni.⁹⁵

Träd

Inom feng shui är respekt för allt som lever och växer grundläggande. Exempelvis är trädet en stark symbol för visdom, kunskap och beskydd. Man hyser stor respekt för trädets själ och dess energi. I Kina är vissa träd särskilt uppskattade som exempelvis apelsinträdet som anses stå för glädje, lycka och välgång. Vår nordiska tradition om att plantera ett vårdträd visar att även vi i Norden behandlar trädet med största respekt. Precis som i Kina har vi i Norden haft trädsorter som har betraktas som heliga. Lind, ek och björk är några exempel på det.⁹⁶ Träden är en viktig del att arbeta med för att skapa god feng shui. Träden ger oss syre, livskraft och styrka och de är en del av vegetationen som ger mycket stark chi. Inom feng shui anser man att träden har en helande kraft och att placeringen av trädet är betydelsefullt. Ett stort träd framför entrén är ett exempel på dålig feng shui. Trädet hindrar då chi från att fritt kunna röra sig. Träd ska heller aldrig vara placerade för nära huskroppen för i den positionen dränerar de jordenergin. Tallen

⁹² Nyholm Winqvist, 2002, sid 67

⁹³ Hentschel, 2006, sid 17-19

⁹⁴ Personligt meddelande Agneta Nyholm Winqvist, 2008-03-04

⁹⁵ Nyholm Winqvist, 2002, sid 75

⁹⁶ Nyholm Winqvist, 2002, sid 55-58

står som en symbol för vitalitet och långt liv inom feng shui. Tallen är hårdig och håller sig grön året om. Trädet står stadigt och förknippas därför med trofasthet.⁹⁷

För att skapa god feng shui i trädgården är det viktigt att låta träden få växa naturligt och undvika hård beskärning. Det är bättre att låta trädet få växa och skapa sin egen naturliga form.⁹⁸

Välgörande växter

Inom feng shui finns det en stor kärlek till pionen. Man anser att pionen är kungen i trädgården. Pionen har en stark symbolisk funktion i feng shui-trädgården och den anses stå för kraft, rikedom, kärlek och även tillgivenhet. Persikoträdet är vanligt förekommande i kinesiska feng shui-trädgårdar. Trädet symboliserar evigt liv. Symboliken är väsentlig i valet av växter och de flesta växter i en feng shui-trädgård har en betydelse. Narcisser och vårlökar står för fräschhet och framtid, krysantemum för glädje och lek och magnolia för renhet och skönhet. En klematis förmedlar styrka medan en forsythia utstrålar energi. Kaprifol skapar tillit och en vallmo står för njutning.⁹⁹ Symboliken är väsentlig i feng shui-trädgården men vilken symbolisk känsla en växt utstrålar kan vara högst personlig. Detta är viktigt att ta hänsyn till när man skapar en trädgård med god feng shui. Valet av växter ska göras tillsammans med ägarna till trädgården. Vilka växter får dem att må bra? Vad symboliserar specifika växter för just dem? Det är av största betydelse att man väljer växter som ger positiva känslor för de som ska vistas och leva i och med trädgården.¹⁰⁰

Klättrväxter är god feng shui eftersom de både är vackra att titta på och att de tillåter chi-energin att falla och åter cirkulera i trädgården. Klättrväxter är också användbara när man vill dölja exempelvis en soptunna eller ett vasst hörn. Klättrväxterna hjälper då till att bryta upp de räta linjerna i trädgården och skapar på så vis ett mjukare intryck.¹⁰¹

Växter som bör undvikas

Taggiga växter, bonsai-växter och växter med ett slokande växtsätt är tre kategorier som inte hör hemma i feng shui-trädgården. De växter som har ett slokande växtsätt anses motverka feng shuis betoning på det levande och friska. Bonsai-växter ser man som en symbol för när människan anser sig ha makt över naturen och därför är dessa växter inte populära hos en feng shui-mästare. Man menar att i ett bonsai-träd har människan strypt chi-flödet och därigenom har växten berövats sin frihet.¹⁰² Vill man använda taggiga växter, exempelvis en viss ros, är det att föredra att placera rosen en bit ifrån sittplatserna

⁹⁷ Hentschel, 2006, sid 105

⁹⁸ Craze, 1997, sid 53

⁹⁹ Nyholm Winqvist, 2002, sid 76-78

¹⁰⁰ Personligt meddelande, Agneta Nyholm Winqvist, 2008-03-04

¹⁰¹ Craze, 1997, sid 55

¹⁰² Nyholm Winqvist, 2002, sid 75-78

i trädgården. Rosors vackra färger och dofter kan vara välgörande i feng shui-trädgården men om de har taggar och placeras intill en sittplats kan denna plats kännas otrygg.¹⁰³

En levande trädgård året om

Inom feng shui är det viktigt att uppskatta sin trädgård under alla årstider och att man verkligen lär sig hur man kan förstärka chi-kraften i den under hela året. Om vi ser på årstiderna utifrån yin och yang så dominerar yang under våren och sommaren medan yin är starkast under hösten och vintern. Under alla årstider måste vi därför arbeta med att balansera dessa krafter mot varandra. Under hösten och vintern när yin är starkast är det därför viktigt att ha grön växtlighet och att använda sig av belysningar i olika delar av trädgården. Vintertid är energin i naturen i stillhet. Men det är inget hinder för att vi inte ska njuta av vår trädgård även under denna del av året. Under hösten och vintern ska man låta naturens kretslopp ha sin gång och inte städa för mycket. Vissnande växter som behåller sina vackra fröställningar har ett dekorativt värde i vinterträdgården. En trädgård ska alltid innehålla några vintergröna växter för att på så vis få in mer yang-energi under höst och vinter. Statyer, sittplatser och marchaller som lyser upp i vintermörkret är även välgörande för att skapa en spännande trädgård genom alla årets årstider.¹⁰⁴

¹⁰³ Personligt meddelande, Agneta Nyholm Winqvist, 2008-03-04

¹⁰⁴ Nyholm Winqvist, 2002, sid 63

Diskussion

Vår omgivning påverkar oss, inte minst i trädgården. Feng shui handlar om hur vi människor påverkas av vår omgivning. Jag anser att feng shui är en filosofi som vill tala om för oss hur vi kan gå till väga för att uppleva harmoni och balans i tillvaron. Genom att praktisera den flera tusen år gamla kinesiska läran kan man använda sig av olika verktyg för att skapa harmoni och balans i trädgården. Man kan även använda sig av feng shui när man inreder sitt hem eller i vardagslivet när man försöker att få ihop sitt livspussel. Jag tror att när man börjar arbeta med feng shui i sin yttre värld så är steget inte långt till att även använda tankarna inom feng shui i sin inre värld. Feng shui är en strävan efter balans och harmoni såväl i det yttre som i det inre.

Genom att uppmärksamma energier och arbeta med färger, former och material kan man skapa en välgörande trädgård med god feng shui. Allt vi har omkring oss: former, färger, material, ljus, ljud och dofter påverkar oss, oavsett om vi är medvetna om det eller inte. Feng shui lär oss att ta ett steg tillbaka och betrakta omgivningen och fundera på hur den påverkar oss. När jag i mitt arbete som trädgårdsarkitekt gestaltar trädgårdar med god feng shui är det viktigt att jag uppmärksammar mina val av former, färger och växter för att trädgården ska utstråla god feng shui. Under arbetets gång har jag förstått att feng shui är en känsla för balans och harmoni och att det är viktigt att bli medveten om och reflektera över varför jag väljer att göra som jag gör när jag gestaltar en trädgård.

Yin och yang är varandras motpoler och de är viktiga verktyg när man arbetar med feng shui i trädgården. Yin och yang har var för sig sina kvalitéer och tillsammans bildar de den kontrast som behövs för att få balans i trädgården. Under arbetets gång har jag förstått att det är viktigt med kontraster i feng shui-trädgården, men man ska undvika ytterligheter. Resultatet blir bäst när man väljer att arbeta med lågmälda kontraster, det kan exempelvis vara olika bladformer som skiljer sig i formspråk eller en trappa gjord av trä som möter en stenplatta. I de vackraste rabatterna kontrasterar ljust mot mörkt, högt mot lågt och mjukt mot spretigt. Innan jag fick kunskap om vad feng shui handlade om, arbetade jag även då med kontraster när jag utformade olika rabatter. Men jag använde mig ofta av skarpa kontraster istället för just lågmälda kontraster som man ofta nämner när man pratar om feng shui. Efter detta arbete tänker jag mer på att en kontrast behöver inte bestå av två ytterligheter utan en rabatt med lågmälda kontraster är minst lika spännande och en sådan rabatt utstrålar god feng shui.

Enligt feng shui är universum uppbyggt av de fem elementen trä, eld, jord, metall och vatten. Dessa fem energier rör sig i olika riktningar, har olika egenskaper och förknippas med vissa former, färger och material. De fem elementen betraktas inom feng shui som byggstenar som allt på jorden består av. När vi har lagom dos av alla elementen inom oss och omkring oss mår vi allra bäst. En harmonisk trädgård har balans mellan elementen. Att använda dessa element och energier när man skapar en trädgård och att justera dessa rätt i trädgården skapar balans och harmoni. När man gestaltar trädgårdar tror jag att man ofta omedvetet har med de fem elementen även om man inte strävar efter att skapa en trädgård utifrån feng shuis principer. Men feng shui handlar inte bara om att de fem elementen ska vara representerade utan att det ska vara en lagom dos av dem alla så att

inget tar överhand. Balansen mellan de fem elementen är ett betydelsefullt verktyg att arbeta med när man skapar en trädgård med god feng shui.

Chi är den universella kraft – energi – som finns i all materia. I österländskt tänkande, däribland feng shui, beskriver man allt som existerar som energi. Chi behöver vara i rörelse och kunna flöda fritt runt i trädgården. I en feng shui-trädgård är det viktigt att energin inte rusar fram utan strömmar fritt på ett lugnt vis. Längs en rak trädgårdsgång rusar chi fram för fort men då kan man ”lura” chi och sakta ner energin genom att placera ut ett antal krukor längs gången som mjukar upp och lugnar ner farten. Vid utstående vassa hörn i trädgården kan chi också rusa fram för fort. Här kan man använda sig av klättrande växter som ”bäddar in” och döljer det vassa hörnet. När chi pulserar harmoniskt i trädgården mår vi bra i vårt inre, och vi känner en känsla av lugn och ro. När chi får flöda fritt, lugnt och harmoniskt runt oss mår vi bra. Om chi blockeras, fastnar eller rör sig för fort påverkas vi negativt. Runda former i trädgården gör chirörelsen mjukare och lugnare. Skarpa hörn och kanter får chi att accelerera och slå emot oss.

Balans mellan växter och balans mellan de olika rummen i en trädgård skapar en helhet och denna balans är betydelsefull i feng shui-trädgården. Att hålla isär de olika rummen i en trädgård och låta var del ha sin funktion är välgörande. Kanske är en del lämplig för vila och avkoppling, en annan för lek och en del av trädgården kan vara en vacker uteplats med rum för många glada gäster. Avvägningen mellan växtlighet och sten är viktigt. Man ska låta sten och växtlighet samspara – inget får ta överhanden. Raka, skarpa linjer ger dålig harmoni och försämrade feng shui i en trädgård. Formspråket ska bestå av organiska former – böljande, runda, mjuka former som gör att chi-energin kan flöda fritt och lugnt i trädgården. För att chi ska flöda harmoniskt är det viktigt att ge trädgården mjuka och naturtroga former. Man ska undvika spikraka gångar och kala husväggar, där har chi en tendens till att istället rusa fram med väldig fart och komma ur balans, vilket påverkar oss negativt. Räta linjer, exempelvis garageuppfarter eller redan anlagda gångar kan med fördel brytas av och mjukas upp med runda krukor som placeras på vardera sidan av gången. Vatten finns ofta i trädgården för att representera rörlighet, den oregelbundna formen. Vatten anses vara gynnsamt i en feng shui-trädgård. Vatten som flödar mot husets framsida sägs ge positiv energi. Det behöver inte vara några storslagna vatten-arrangemang. Ett fat med vatten, ett fågelbad, kan skapa samma härliga känsla som en stor dammanläggning.

Inom feng shui tar man gärna efter de färgställningar som finns i naturen. I naturen hittar vi sällan stora mängder av rött och därför använder man i feng shui-trädgården rött och andra skarpa färger endast som accentfärger. Inom feng shui anser man att vi inte bara ser färger med ögonen utan vi tar även in deras vibrationer med huden. En mycket stressad människa mår bra av att vistas i trädgårdsrum där man arbetar med växter i lugna färger som blåa och gröna färgnyanser.

Enligt feng shui är det också viktigt att alla fem sinnen får vara med och njuta i trädgården. Blommande jasmin och syrén ger härliga doftupplevelser. Känslan är ett sinne att uppleva naturen med på mycket nära håll. Att stryka med handen över lina lammöron eller lummig mossor skapar en positiv känsla. Att lyssna till sin trädgård är

också välgörande. Att höra vindens sus genom lövverk och porlande vatten är rogivande och mycket njutningsfullt för hörseln. Grönska, färgprakt och vackra blommor uppmärksammar vi först med vår syn. Synen är ofta det sinne som först möter trädgården. Det är också god feng shui att kunna upptäcka sin trädgård genom smak. Solmogna smultron och krispiga höstäpplen är två exempel.

En feng shui-trädgård består utav flera olika komponenter som samspelar. Man strävar efter en balans mellan yin och yang, mörkt och ljus, varmt och kallt, mjukt och hårt osv. De fem elementen trä, eld, jord, metall och vatten är viktiga verktyg när man strävar efter god feng shui i en trädgård. Harmoni och balans är två nyckelord som jag märkt återkommer regelbundet när jag läst litteratur i ämnet. Harmoni och balans genomsyrar hela tänkandet inom feng shui. När man skapar en trädgård med god feng shui arbetar man mycket med placeringen av olika föremål, val av växter, formspråk och rumsindelning. Men under arbetets gång har jag även insett att filosofin handlar om så mycket mer än om vilka växter man väljer att arbeta med eller vilka material man har i trädgården. Feng shui bygger på att beskriva olika energifält, om energins rörelser och hur vi kan skapa trädgårdsrum där vi lever i samspel med dessa energier. En sådan trädgård utstrålar harmoni och balans och vi känner oss tillfreds och lugna när vi vistas i dessa miljöer. Jag tror att det är sådana trädgårdar som ger oss en skön känsla, dessa platser får oss att må bra och känna oss trygga.

Feng shui, anser jag, går ut på att hjälpa oss förstå att det finns ett samband mellan omgivningen och det liv vi lever i. Att man kan skapa miljöer där man kan känna ro i själen. Det finns förmodligen ingenting i vår röriga och stökiga värld som är svårare att uppnå än just en balanserad och harmonisk tillvaro. Men detta är vad feng shui ytterst handlar om. Trädgården är en plats där vi människor vistas för att njuta och hitta lugnet inom oss. Jag tror att vi ofta söker oss till de gröna rummen när vi vill sakta ner farten och tillåta oss att bara vara. Därför är det viktigt att vi skapar trädgårdsrum som främjar just detta, att vi får tid till att bara vara och hinna i kapp alla våra tankar. I mitt framtida yrke som trädgårdsarkitekt vill jag skapa trädgårdar som känns harmoniska och trygga och inger en känsla av lugn. För mig är tankarna och verktygen inom feng shui ett mycket betydelsefullt hjälpmedel på vägen, för att jag ska kunna utforma just sådana trädgårdar.

Källförteckning

Tryckta källor

- Beattie Antonia (2003), *Feng shui garden design*, Periplus Editions, Singapore 2003
- Craze Richard (1997), *Feng shui – konsten att leva i harmoni med sin omgivning*, Ica bokförlag, Kina 1999
- Engstrand Kerstin (2004), *Ljussätt din trädgård*, Forum, Värnamo 2004
- Hale Gill (1999), *The complete guide to the feng shui garden*, Southwater, Singapore 1999
- Hentschel Camilla (2003), *Feng shui för hem och trädgård*, Forum, Slovenien 2007
- Hentschel Camilla (2006), *Feng shui i trädgården*, Forum, Slovenien 2006
- Jay Roni (1998), *Feng shui in your garden*, Godsfield press, Hong Kong 1998
- Kwok Man-Ho & O'Brien Joanne(1991), *Feng shui*, Element Books, Borås 1997
- Lambert Mary(2001), *Befria rummet – mer energi med feng shui*, Wahlströms Bokförlag, Singapore 2002
- Nyholm Winqvist Agneta (2004), *Feng Shui för själen*, Prisma, Falun 2006
- Svalin Elisabeth (2003), *Kinesisk trädgård*, ICA bokförlag, Italien 2003
- Tryberg Birgitta (2005), *Se ditt liv med nya ögon - Feng shui som livsguide*, Energica Förlag AB, Finland 2005
- Webster Richard (1999), *Feng shui in the garden*, Llewellyn Publications, USA 1999

Muntliga källor

Nyholm Winqvist Agneta, 2008-03-04