

# Skön harmoni med FENG SHUI



Att inreda sitt badrum på ett smakfullt sätt och att fylla det med trendiga saker – det är en sak. Att göra badrummet till en oas som andas lugn och harmoni är någonting helt annat.

TEXT TINA ÅGREN



Feng shui är en flertusenårig österländsk lära som hjälper dig göra badrummet vackert och inbjudande, säger **Anette Nääs**, certifierad Feng shui-konsult.

Österländska influenser har vi länge sett i våra badrum och trenden med att ge badrummet en uttalad spa-känsla är idag väl etablerad. Badrummet ska inte bara vara praktiskt, utan också inbjuda till själslig avkoppling och återhämtning.

Feng shui betyder ordagrant vind och vatten, och grundprincipen i läran är att vi ska lära oss att leva i harmoni och samspel med den energi som finns omkring oss. Genom inredningen i rummet kan vi förstärka

positiv energi likaväl som vi kan dämpa negativ energi. En välbalanserad sammansättning av färger, former och material ger ett harmoniskt och inbjudande badrum.

Vi frågade Anette Nääs, certifierad feng shui-konsult, hur man skapar en bra miljö i badrummet.

– Först och främst gäller det att hålla rent och fräscht, berättar Anette. Inget badrum ser inbjudande ut om det är smutsigt och stökigt. Rensa ur badrumsskåp och hyllor. Släng gamla hygienartiklar och oanvänt smink. Det ger lätt dålig symbolik. Sätt dig själv i första rummet och använd istället bara fräscha och bra produkter som lyxiga badtvålar på badkarskanten och ljuvligt doftande schampon. Satsa hellre på några få bra produkter än ett mångfald av sämre kvalitet. Att sortera och rensa i röran är för många det första och viktigaste steget till ett hem inrett enligt feng shui.

– Belysningen är viktig i badrummet, fortsätter Anette. Det ska vara en mjuk och vänlig belysning som ramar in spegeln och ger din spegelbild rättvisa. Använd gärna en dimmer så att du kan justera ljusstyrkan efter behov.

– Gröna växter ger skön balans i badrummet, samtidigt som de rensar från toxiner och håller luften fräsch. Har du konstgjorda växter bör du duscha dem ofta så att de inte samlar damm.

Vilka färger passar bäst i ett badrum?

– Vitt är en färg som ofta används som bas på väggarna och i ett ljust badrum är det bra att få in jordfärger i form av till exempel klinkergolv i mjuka bruna nyanser. Välj också gärna trädetaljer på inredningen. Populära träslag som ek, valnöt och mahogny blir vackert på dörrar och hyllor. Textilierna bör ha färg för att pigga upp. Varma toner ger en ombonat och skön karaktär, och ett bra exempel är vackert vårgroönt, som känns fräscht året runt och inte bara en kort period på året. Härliga blå nyanser är också ett bra val i badrummet. Har du däremot ett badrum i mörka färger kan du

Vill du veta mer

om feng shui, gå in på [www.anetteshalsokalla.se](http://www.anetteshalsokalla.se) eller ring 070-622 99 67



## 5 tips

### ENLIGT FENG SHUI:

1. Rensa bort allt som inte används ofta.
2. Balansera ljus inredning med detaljer av trä.
3. Håll efter avlopp och ventilation.
4. Gröna växter håller luften fräsch.
5. Dölj alla småprylar i skåp och lådor.

**OVAN** En välbalanserad sammansättning av färger, former och material bildar tillsammans ett harmoniskt och inbjudande badrum. Vackra **vaser** och **krukor** i härliga färger har Ellos för 149 kronor.

Unna dig lyxen av att byta ut gamla frottéhanddukar mot mjuka, sköna av bra kvalitet. **Handduk** Tiveden från Åhlens har måtten 70x140 och kostar 225 kronor.

med fördel välja vita fräscha handdukar för att få en bra balans.

Vilken förvaring ska man välja?

– Dold förvaring är den allra bästa, förklarar Anette. Göm undan småprylar bakom dörrar. Eller sätt upp ett draperi för öppna hyllor och dölj sakerna. Rottingkorgar är ett bra val till det du brukar ha framme och använda dagligen.

Vad skiljer ett bra inrett badrum från ett vanligt?

– Ett badrum ska kännas varmt och ombonat, samtidigt som det ska vara fräscht och hygieniskt och lätt att hålla rent.

Vilket är det vanligaste misstaget många gör när de inreder badrummet?

– Ett vanligt problem är att man låter badrummet bli överbelamrat och att man samlar på sig för mycket saker. Ett rörigt badrum stjälar energi och är inte bra feng shui-mässigt. Unna dig några få lyxiga saker för ett harmoniskt badrum. Kosta på dig att använda dina favoritprodukter även till vardags. Det ger en bra start på dagen!