

**TRIVSEL** Med hjälp av feng shui-tänkande kan man skapa bättre arbetsmiljöer och minska stress och på sikt få friskare och mer inspirerad personal, anser Lena Thomé, som är certifierad feng shui-konsult. Verktögen man ofta använder är skrivbordens placering, färger och former, men också växter, tyg och tavlor.



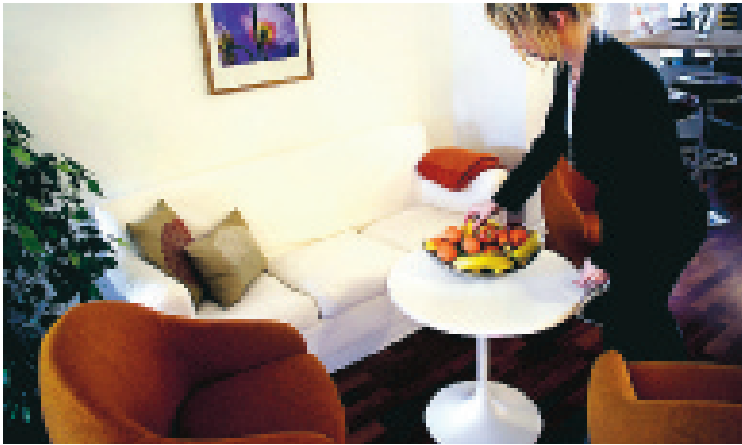
**YLVA EDENHALL**  
ylva.edenhall@svd.se

# Jobba med feng shui

## Sitt i kraftposition

Det är viktigt att sitta i "kraftposition", det vill säga med en vägg bakom sig. Alternativet är att skärma av med växter eller skärmar.

Den gula tavlan höjer kreativiteten. En symbol för att bli inspirerad med det senaste projektet, till exempel en personlig sak.



## Välkomnande

En soffgrupp med ett runt bord, känns välkomnande för såväl be-

sökande som personal vilket är viktigt enligt feng shui.



## Balans mellan yin och yang

Balans mellan yin och yang är viktigt. En rund matta mjukar upp i kontor med kantiga väggar och

möbler. Även snirkliga mönster hjälper till. Mörka trägolv ger en känsla av jord, ett stabilt underlag.



## Första intrycket

Det första intrycket för besökare och personal är entrén och receptionen. Se till att skapa en känsla av stolthet och glädje. Det är en-

kelt med hjälp av blommor och gärna frukt som visar att "det här företaget är sunt och friskt".



Symboler som alla kan relatera till är viktiga inom feng shui. Ekollonet i en vas blir en bra tillväxetsymbol för företaget. Cirkel och ovalformer stimulerar kreativiteten. Ett fat med gröna äpplen kan kännas inspirerande och sunt i till exempel ett konferensrum.

FOTO (SAMTLIGA BILDER): DAVID MAGNUSSON

## "Feng shui bygger på sunt förnuft"

**Feng shui betyder** "vind och vatten" och är en 3 000-åriga lära från Kina. Många tror kanske att det är lite flum och mystik.

– Det handlar snarare om sunt förnuft och psykologi, säger Lena Thomé. Feng shui ger oss verktyg och ett symbolspråk som hjälper oss förstå varför vi påverkas positivt eller negativt av vår omgivning. Med enkla medel kan arbetsplatser och hem förändras så att de blir mer inspirerande, harmoniska och trygga.

Lena Thomé berättar att

feng shui finns i nio olika inriktningar, och hon har gått Formskolan, som utgör grunden för feng shui och som är lättare att tillämpa i vår kultur. Feng shui jobbar med fem element: trä, eld, jord, metall och vatten. Alla material och färger kan inordnas i de fem elementen. En miljö som



**Lena Thomé**

har en balans mellan elementen upplevs som mer harmonisk.

– Många sitter i öppna landskap i dag och det kan vara anledning till mycket stress. I lite kala och artificeella kontorslandskap är det viktigt med växter. Växter sänker pulsen och stressen minskar och växterna kan skärma av och skapa mer levande ytor. Växterna kan gärna vara belysta av spottar så att det blir växelvis ljus.

I grunden handlar feng shui om trygghet på ett djupare plan. Då mår vi bra.