

Opruimen en orde zit meer in de strakke Japanse dan in de gezellig rommelige Nederlandse cultuur. Maar het een hóéft het ander niet uit te sluiten.

Productie: Marlies Huisman.
Fotografie: Andrea Papini/
House of Pictures, Louis
Lemaire/InsideHomePage.



Yin, yang en helemaal Zen

RUST IN DE TENT

Ben je weleens een kamer binnengestapt waarin je je meteen op je gemak voelde? Een ruimte waarin je tot rust kwam en het gevoel had dat alles klopte? Zo'n ruimte is, bewust of onbewust, ingericht volgens het principe van feng shui; een oude filosofie over hoe je leefomgeving je gevoel én geluk kan beïnvloeden. Het doel is om de omgeving zó aan te passen dat er een positieve stroming van chi (levensenergie) wordt gecreëerd. Volgens feng shui is je woning een weerspiegeling van jezelf. Een huis dat je niet laat ontspannen, is vol met lawaai, heeft een gebrek aan comfort en is rommelig. Als je ervoor zorgt dat je huis weer helemaal zen wordt, krijg je ook meer rust in je leven. Volgens deze filosofie heeft elke ruimte een specifieke functie: rusten, ontspannen, eten, et cetera. Het is volgens de Aziaten dan ook zaak dat je deze ruimten zó inricht dat de betreffende functie volledig tot zijn recht komt.

KONDO DOE JE ZO

Zeg je opruimen, dan zeg je Marie Kondo, dé Japanse opruimgoeroe. Haar methode begint met rigoreus opruimen en kijken naar wat je écht gebruikt, wat waarde toevoegt en waar je blij van wordt. Bekijk elk item met aandacht en stel jezelf de vraag: word ik er blij van? Volgens haar principe ruim je je spullen niet op per ruimte, maar per categorie en wel in deze volgorde: kleding, boeken, papier, overige (komono) en als laatste spullen met emotionele waarde.

Dit zijn volgens Marie Kondo de drie belangrijkste tips voor het organiseren van je spullen:

1. Maak een gewoonte van opruimen na gebruik.
2. Geef al je spullen een vaste plek.
3. Maak er geen gewoonte van alle ruimte te willen vullen.





DE woonKAMER



In de woonkamer staat het gezinsleven centraal. Ook is het een ruimte om in te ontspannen en vrienden en familie te ontvangen. Dat vraagt om plaats voor veel positieve energie.

DE MEUBELOPSTELLING

Voor een feng shui-effect plaats je de bank(en) en stoelen zó dat je elkaar goed kunt zien. Laat tussen de meubels voldoende ruimte, dan kan de positieve energie circuleren. Omdat een woonkamer vaak één vierkante of rechthoekige kamer beslaat, kun je gebruikmaken van kasten of *room dividers* om de delen af te schermen waarin andere activiteiten plaatsvinden dan ontspannen.

GROTE GEBAREN

Een familieportret, planten, zachte kussens... Ze dragen bij aan een fijne en ontspannen sfeer. Beperk het aantal kleine accessoires. Kies liever voor een bijzondere vaas met één tak of bloem of een grote plant. Laat letterlijk ruimte over, zodat de positieve energie door je interieur kan stromen.

LICHTE TINTEN

Aziaten kiezen het liefst lichte kleuren voor de woonkamer. Die geven ruimte voor ontspanning en positieve energie. De lichte tinten kun je aanvullen met accenten in groen, bruin, geel of oranje. Laat het plafond altijd wit voor een licht en ruimtelijk effect.

1 Traditionele lantaarnlamp € 89,95 (HK Living). 2 Kussen Ginko 45x45 cm € 29,99 (Sissy-Boy Homeland). 3 Kamerscherm Rissör 216x185 cm € 99,95 (Ikea). 4 Driedelige vaas Eletor Augustus 45 cm € 125 (&Klevering via Bijenkorf). 5 Bijzettafeltje met houtsnijwerk 45 cm € 165 (Dutchbone). 6 Ikebena-vaas € 139 (Fritz Hansen via Flinders).



DE keuken & EETKAMER

Praktisch, licht en schoon. Dat hoort een keuken volgens Feng shui te zijn. De keuken wordt door de Aziaten gezien als hét middelpunt van je leefomgeving en die kan maar beter helemaal zen zijn.

PRAKTISCHE ACCESSOIRES

Denk bij het uitkiezen van accessoires na over de functie ervan. Kies bijvoorbeeld voor kruidenplantjes in een mooie pot. Die zijn zowel functioneel als decoratief. Of zorg voor voldoende stijlvolle opbergers waarin je spullen die je niet gebruikt, kunt wegstoppen. Zo houd je de keuken netjes.



1 Kommetje 11 cm € 6,99 (Tokyo Design Studio via The Orientalshop). 2 Goudkleurige opbergpot € 52,95 (House Doctor). 3 Theedoek met vogels € 5,99 (Sissy-Boy Homeland). 4 Theepot Linna € 41,95 (Asa Selection via fonQ). 5 Soeplepel Nippon Blue € 2,25 (Tokyo Design Studio via The Orientalshop). 7 Bord Miryam 20 cm € 10,50 (Bloomingville). 6 Eetkamerstoel Torrance € 219 (Dutchbone).





DE slaapkamer

Om in de slaapkamer helemaal tot rust te komen, is het van belang dat je alle stoorzenders elimineert. Hoe kleiner de ruimte, hoe gemakkelijker dat gaat.

FRISSE LUCHT

Laat zo veel mogelijk frisse buitenlucht de kamer in komen. Met luchtzuiverende planten (bijvoorbeeld via O'green) verbeter je de luchtkwaliteit aanzienlijk.

RUST ZOEKEN

In deze intieme ruimte breng je veel tijd door. Probeer het aantal functies en activiteiten te minimaliseren. Die stapel boeken op je nachtkastje wil worden gelezen en dat zorgt voor onrust.



1 Ochtendjas € 69,95 (Anna + Nina). 2 Bedsprei met goudkleurige bladprint 100x200 cm € 99 (Maisons du Monde). 3 Spiegel Cuba 40x40 cm € 19,99 (Maisons du Monde). 4 Retrokast € 1.495 (HK Living). 5 Kussen Osaka 35x60 cm € 24,95 (HK Living). 6 Opbergpotje Diva € 32,95 (House Doctor). 7 Hanglamp € 434 (Ay Illuminate).



DE badkamer



1 Handdoekrek Rågrund € 39,95 (Ikea). 2 Sake-zeep € 14,95 (Leaf & Botanics). 3 Mand Potton 43 cm € 18 (Kwantum). 4 Stone washed (hand)doek 140x220 cm € 139,95 (Hamam34). 5 Badmat Flonder 80 cm € 119 (Bloomingville via fonQ). 6 Geurstokjes Japanese Flowers € 26,95 (HK Living).



In de badkamer is volgens de feng shui-filosofie veel waterenergie aanwezig. Om de balans met andere natuurelementen te behouden, kun je het best werken met natuurlijke kleuren en materialen.

RELAXTE GEUREN

Lavendel, rozen en sandelhout werken ontspannend. Kies bijvoorbeeld voor een geurkaars, geurstokjes of etherische oliën voor een ruimte die schoon ruikt en een ontspannen sfeer heeft.

PUUR NATUUR

Voor de balans tussen de natuurelementen kun je het best kiezen voor meubels en accessoires van natuurlijke materialen. Voeg hout of bamboe toe, zet planten in de badkamer en denk ook na over het gebruik van natuurlijke verzorgingsproducten.