

# Gesund wohnen durch Baubiologie und Vastu Shastra

Räume, in denen wir leben, schlafen und arbeiten, beeinflussen unsere Gesundheit und Lebensqualität. Sowohl die Baubiologie als auch die indische Vastu-Lehre bieten wertvolle Erkenntnisse für die Verwirklichung eines naturgemäßen und harmonischen Wohn- und Arbeitsumfeldes an.

Wir Menschen in Westeuropa halten uns zu 80% unseres Lebens in geschlossenen Räumen auf. Der Einfluss des Wohnraumes auf unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden ist also beträchtlich. Die Baubiologie bietet ein ganzheitliches Konzept an, indem sie sämtliche Faktoren, welche für gesundes Bauen und Wohnen

sungen der Raumluft und des Elektrosmog an, um eventuellen gesundheitlichen Belastungen auf den Grund zu gehen. Und sollte der Schimmel in die Wohnräume Einzug gehalten haben, steht die Ursachenfindung an erster Stelle.

Der Verein Baubiologie Südtirol stellt eine Reihe von Beratern, welche fachspe-

Umwelt, dem Wohnraum und dessen Bewohnern gibt. Unsere Wahrnehmung für Räume ist sehr fein. Fühlen wir uns in dem einen wohl, so empfinden wir andere als beengend und unangenehm. Unser Körper nimmt wahr, was durch gängige Messinstrumente noch nicht erfassbar ist.

## Vorher und nachher

Ziel einer Planung und Korrektur nach Vastu ist es, den bewohnten Raum den Naturgesetzen entsprechend zu gestalten, sodass die Bewohner in ihrer Gesundheit, Entfaltung und in ihren Tätigkeiten unterstützt werden und harmonische und heilende Räume erfahren. Berücksichtigt werden nicht nur die Lage und Form des Grundstückes, sondern auch jene des Hauses, seine Proportionen, die Platzierung der Raumfunktionen und die gewählten Baustoffe. All diese Faktoren nehmen Einfluss auf die Gesamtharmonie und die Lebensqualität der Bewohner.

Während diese Aspekte bei einer Planung a priori berücksichtigt werden, bietet Vastu auch die Möglichkeit zur Korrektur bestehender Wohn- und Arbeitsräume. Es kann korrigierend, unterstützend, neutralisierend und energetisierend dort eingesetzt werden, wo immer Störfaktoren, Blockaden oder entkräftende Energieflüsse dominieren.

## Wichtigkeit erkennen

Viele gesundheitliche Probleme liegen in unseren Wohnhäusern. Die Baubiologie in Zusammenschau mit der Vastu-Lehre ermöglicht es uns, noch fundierter in unsere Gesundheit zu investieren. Sie ist wertvoller denn je.

GABRIELA PALLA

IBN-BAUBIOLOGIN+VASTUBERATERIN

[www.gabriela-palla.com](http://www.gabriela-palla.com)

baubiologie südtirol  
gesund bauen & leben

[www.baubiologie.bz.it](http://www.baubiologie.bz.it)



Foto: Arch. Christine Pfeifer

Der Essbereich offen zum Wohnraum

wichtig sind, mit einbezieht. Dadurch können unbelastete, schadstofffreie und behagliche Räume geschaffen werden. Sie stellt somit die Basis des Handwerks und der Projektierung dar.

## Baubiologische Vielfalt

Beantwortet werden Fragen nach gesunden Baustoffen, strahlungsfreien Installationen, Schallschutz, nach ökologisch und ökonomisch sinnvoller Anlagentechnik, der funktionsgerechten Planung des Gebäudes bis hin zu natürlicher Belichtung, Farbwahl und anderen Aspekten, welche unserem Wunsch nach Ästhetik, Wohlbefinden und Funktionalität gerecht werden.

Im Bestand bietet der Baubiologe Mes-

zifisch technische Lösungen erarbeiten und eine Rundumplanung am Neubau samt Inneneinrichtung sowie baubiologische Problemlösungen am Bestand anbieten.

## Altes Wissen des Bauens

Die altindische Bautradition, Vastu Shastra genannt, ist die Lehre von der Gestaltung gesunder und lebendiger Räume. Diese wurde nach China getragen und entwickelte sich dort unter Einbeziehung lokaler Besonderheiten zu Feng Shui weiter. Sie beeinflusste auch die europäische Baukunst und spiegelt sich in vielen Gebäuden in unserer Tradition wider. Ihr liegt der Gedanke zugrunde, dass es eine energetische Wechselwirkung zwischen der