

Designklassiker von Ray und Charles Eames, Louis Poulsen und Kaj Bojesen kommen hier mit ausgewählten Vintage-Unikaten zusammen. Die cleane Wohnbühne wird durch muntere Farbtupfer belebt.



MARION HELLWEG

pure & simple

Achtsam wohnen –
besser leben

PRESTEL
MÜNCHEN · LONDON · NEW YORK

Dieses Wabi-Sabi-Stilleben mit handgefertigten Keramiken bildet eine stilvolle Dekoration, die puristisch gestaltet ist, aber keinesfalls steril wirkt.



VORWORT

„Achtsam wohnen – besser leben.“ Klingt einfach, ist es auch! Ich weiß, wovon ich spreche, denn ich habe vor einigen Jahren den Selbstversuch gewagt und in meiner Altbauwohnung alles ausgemistet, was mich wohnlich belastet und eingeengt hat. Alles, was keine wirkliche Daseinsberechtigung hatte, musste gehen. Nur essenzielle, für mich wertvolle Dinge durften bleiben. Das Ergebnis kann sich sehen lassen: Heute ist alles ordentlich, übersichtlich und hat seinen Platz. Außerdem gehe ich viel achtsamer mit den Dingen um, die mich umgeben – und ich überlege mir genau, ob ich etwas Neues anschaffe. Überfüllte Regale und Ecken? Sind für mich kein Thema mehr! Ich setze lieber auf Reduktion und nicht auf Überfluss und schaffe mir so den nötigen Freiraum, um mich zu Hause ganz unbeschwert fühlen zu können.

Weil ich das Thema „pure & simple“ persönlich so sehr mag, war es mir ein großes Anliegen, dieses Buch zu veröffentlichen. Es zeigt Ihnen anhand zahlreicher Beispiele, wie einfach es ist, mit weniger viel glücklicher zu wohnen. Lassen Sie sich also inspirieren! Herzlichst

Marion Hellweg





HOMETOURS

Cecilie Svanberg: Die Frau fürs Sanfte	12
Karine Kong: Clash of Culture	30
Jesper Olsen: Ganz schön geerdet	48
Henriette Bragt: Back to Nature	66
Charlotte Kongsted: Mut zu Farben	84
Rosa Park: Voller Poesie	102
Julie Damhus: Ländliche Idylle	120
Mette Jensen: Dänisches Design	138



SPECIALS

Purismus	24
Keramik	44
Pflanzen	62
Wabi-Sabi	78
Japandi	98
Farbe	116
Naturmaterialien	134
Florale Deko	150



DESIGNPORTRÄTS

Himnee	28
Splendid Wren Ceramics	42
Pernille Folcarelli	60
Ay Illuminate	82
Karup Design	96
Murals Wallpaper	114
Lapuan Kankurit	132
The Bunkers	154



Ein minimalistischer Wohnstil muss sich nicht immer kühl und monochrom präsentieren. Er kann auch sehr gemütlich sein, wie dieses Zuhause beweist.



EINLEITUNG

Ein hohes Maß an Reizüberflutung bestimmt unseren modernen Alltag. Wir sind ständig umgeben von Dingen, die uns ablenken oder belasten: zu viel Arbeit, zu viel Konsum, zu viele Termine, zu viel Lärm, zu viel Internet. Auch wenn wir es uns nicht immer eingestehen möchten, fühlen wir uns häufig gestresst und überfordert. Wir sehnen uns nach Ruhe, nach Stille, nach Entschleunigung.

Unser äußeres, öffentliches Umfeld können wir meistens nicht beeinflussen. Darum ist es ratsam, sich zu überlegen, inwiefern wir unser Privatleben verändern können, um mehr Freiräume und Ruhe-zonen zu schaffen. Das Naheliegendste ist, mit dem eigenen Zuhause zu beginnen, denn wie sagt ein japanisches Sprichwort so schön: „Die Unordnung im Zimmer entspricht der Unordnung im Herzen.“ Nur wenn wir Ordnung schaffen (und auch halten), können wir uns auf das Wesentliche konzentrieren und unseren Kopf entlüften.

Jeder Gegenstand braucht seinen festen Platz, damit Unordnung keine Chance hat.



Natürliche Materialien und helle Farben schaffen ein angenehmes Wohnklima. Pflanzen dürfen dabei keinesfalls fehlen.

”

*Wer einfach und reduziert wohnt,
verfügt nicht über weniger, sondern über mehr:
mehr Raum und mehr Freiheit.*

„Weniger ist mehr“ – ein Leitsatz, den wir auch in unseren vier Wänden unbedingt berücksichtigen sollten. Ein übersichtliches, aufgeräumtes Umfeld gibt uns Raum für mehr Klarheit. Wir können uns mehr entfalten, kreativer sein. Wir können das Leben mehr genießen und uns besser entspannen – und so neue Energie tanken.

Aber nicht nur die Ordnung ist entscheidend, wenn es um Mindfulness in den eigenen vier Wänden geht. Auch die sorgsame Auswahl der Materialien, Möbel und Wohnaccessoires ist für einen achtsamen Wohnalltag von Belang. Natürliche, nachhaltige Materialien, sanfte Farben und organische Formen sind definitiv von Vorteil, wenn es darum geht, mit einfachen Einrichtungskonzepten besser zu wohnen und zu leben.

Insgesamt gilt: Das Einrichten des eigenen Refugiums ist ein ganz individueller Prozess, den wir bewusst wahrnehmen und gestalten sollten.





Nimmt sich der Hintergrund zurück, können die Akteure auf der Bühne besser agieren.



Nur Dinge, die wir brauchen, haben zu Hause eine Daseinsberechtigung.



Wer den Überblick in seinen vier Wänden behalten möchte, muss konsequent für Ordnung sorgen.



Wohnen heißt auch Fühlen: Die Haptik der Materialien ist dabei ganz entscheidend.

Die Frau fürs

Sanfte

Hell und einladend empfängt dieser Kopenhagener Altbau seine Gäste. Die Tür öffnet Cecilie Svanberg, Künstlerin, Galeristin und Grafikerin. Mit zarten Farben und Naturmaterialien kreiert sie eine heiter-gelassene Atmosphäre.



Creative Business: mintstudio.dk
heißt Cecilies Agentur für
Grafikdesign inklusive Atelier.

Cecilie Svanberg hat einen Blick für Details, für Farben und Kontraste. In ihrem Stadthaus, das sie mit Mann Kjartan und ihren drei Kindern bewohnt, ist dieses Talent in jedem Raum spürbar.

Texturen interessieren sie besonders. Das Zusammenspiel von kaltem Marmor und warmer Wolle beispielsweise. Oder die Kombination aus glänzendem Metall und rustikalem Holz. „Spannende Oberflächen findet man überall, ob auf dem Blatt einer Pflanze oder in der Textur einer gestrickten Decke“, erklärt die Designerin.

Aber auch Farbtöne spielen eine wichtige Rolle in ihrem Einrichtungskonzept. Sanfte Rosa-, Blau- oder Grüntöne finden sich als Farbtupfer an den Wänden, in den Regalen oder auf Kissen und Decken. Vor den hellen Böden, Wänden und Möbeln wirken sie fröhlich, wohl-dosiert und niemals aufdringlich. Ähnlich zurückhaltend sind auch die Möbel. Designklassiker sind zeitlos und werden im Alter immer schöner. Deshalb sucht Cecilie auch gezielt auf Flohmärkten oder in Auktionshäusern nach Schätzen mit Charme und Geschichte.



Genau genommen ist hier
wohlich einiges los. Aber vor
dem ruhigen Hintergrund wirken
Muster und Farben von Decke,
Kissen und Bild ganz reduziert.



Alle Küchengeräte sind in die Schränke verbannt, sichtbar sind nur schöne Accessoires. So wird aus dem Arbeitsbereich eine entspannte Erweiterung des Wohnraums.





Die weiße Küche drängt sich nicht in den Vordergrund, sondern überlässt dem Grün des Hinterhofs eine tragende Rolle.

WOHNKÜCHE

Dank verspielter Farbtupfer wirkt Cecilies weiße Küche überhaupt nicht steril. Und auch der Kunstdruck aus ihrer eigenen Feder sorgt für Wohlfühlflair. Die Arbeitsplatte ist aus Corian gefertigt, einem Kunststein aus Mineralien und Acrylharzen. Dieser Werkstoff ist äußerst pflegeleicht und bildet einen schönen Kontrast zu den Accessoires aus Holz.



Küchenstillleben: Die Künstlerin liebt es, Farben und Formen zusammenzustellen. Selbst Gebrauchsgegenstände wie Schalen und Rührlöffel (von Andrea Brugi) wählt sie sorgfältig aus.