

Feng shui

A casa e o nosso corpo

Desde sempre que a saúde e o bem-estar das pessoas foram uma fonte de reflexão. Todos nós sabemos que uma pessoa em equilíbrio consigo própria e com o ambiente que a rodeia verá a sua saúde mais estável e em caso de doença, a sua recuperação será mais rápida.

O feng shui é uma arte milenar chinesa, com mais de 4000 anos, que integra a filosofia do taoísmo juntamente com a astrologia chinesa e a medicina tradicional chinesa. **Fazendo uma analogia, o feng shui é a ‘acupunctura’ das casas e o consultor de feng shui, o ‘médico’ dos espaços.**

‘Os 5 Elementos e as 5 Transformações’

O feng shui tem como princípio base ‘Os 5 Elementos e as 5 Transformações’. Do ponto de vista da abordagem do feng shui, na Natureza existem 5 Elementos – Água, Árvore (ou Madeira), Fogo, Solo (ou Terra)

e Metal – e estes interagem uns com os outros, podendo trazer saúde, bem-estar, entre outros benefícios, ou não, trazendo doenças e outra diversidade de problemas. Vejamos, é com a Água que nós regamos as plantas e estas, por sua vez, se desenvolvem e crescem. Mais tarde, quando as Árvores crescem, é com a sua Madeira que nós vamos criar o Fogo. Depois de tudo ardido restam as cinzas muito usadas nos Solos como fertilizantes. No Solo existem nutrientes e Metais e, por sua vez, Água. E assim sucessivamente. Estamos, então, a falar do Ciclo Construtivo dos 5 Elementos, pois eles relacionam-se de uma forma construtiva e harmoniosa entre si. Por outro lado, é com a Água que se apaga o Fogo e é com

o Fogo que se funde o Metal. E é de Metal que são feitas as facas e as serras que cortam as Árvores. As raízes das Árvores à medida que crescem vão ferindo o Solo. Por sua vez, o Solo delimita a Água desenhando assim os cursos dos rios. Neste caso, estamos a falar do Ciclo Destrutivo dos 5 elementos.

Saúde e sucesso na vida

Ora, **quando os 5 Elementos se relacionam entre si construtivamente, os indivíduos têm saúde e sucesso na vida.** Quando se relacionam destrutivamente, os indivíduos têm problemas de várias naturezas, nomeadamente de saúde.

Estes fenómenos acontecem, porque estes Elementos estão associados a cores, formas



técnico aprofundado para saber determinar quais os elementos e, por sua vez, os setores cardeais que estão na origem de um problema, seja ele de saúde ou de outra índole qualquer.

Vejamos o esquema para ajudar na compreensão: (Ver fig. 1)

No entanto, muito antes de termos os nossos objetos no local correto, é necessário que a energia da nossa casa flua e não esteja bloqueada, pois caso contrário vai estagnar e afetar a saúde dos habitantes.

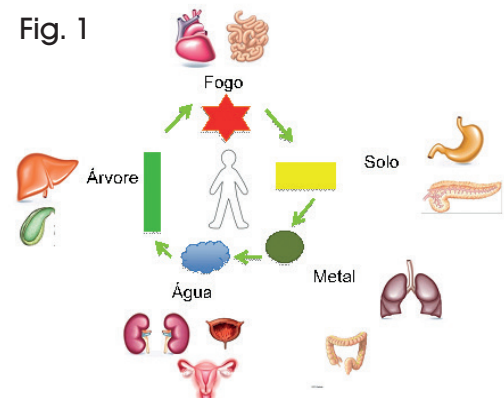
É muito simples a energia de um espaço ficar bloqueada. A sujidade, a Desordem e Acumulação, e a Energia dos Antigos Donos são exemplos dos principais bloqueadores de energia mais frequentes. **Os bloqueadores irão influenciar a vida das pessoas que habitam na casa e, conseqüentemente, vão-se manifestar no corpo dos indivíduos.**

Os bloqueadores podem manifestar-se de várias formas que podem passar pelo protelamento constante do que mais gostamos de fazer, como o viver frequentemente no passado. O cansaço, a falta de energia, o corpo inchado, congestionado ou mesmo excesso de peso e a confusão mental são também sintomas da presença destes bloqueadores. A depressão, a vergonha, a solidão e a doença, sendo a esta última o alerta máximo de que algo está errado. **Z**

e números, que representam os objetos que compõe um espaço. Simultaneamente, estes 5 Elementos também estão associados a sectores cardeais, áreas da vida e a órgãos do corpo humano, pelo que quando um dado objeto, que representa um determinado Elemento, está no seu setor cardeal correto, estamos na presença do Ciclo Construtivo, da mesma forma que quando um dado objeto, que representa um determinado Elemento não está no local correto, irá trazer problemas nos órgãos e nas Áreas da Vida a que corresponde esse mesmo setor cardeal que está em desarmonia. Contudo, como estamos a falar de um ciclo, nem sempre esta relação é direta, ou seja, se um indivíduo tiver o setor cardeal Sul em desarmonia, não quer dizer que vá ter problemas de coração,

circulatórios ou outros representativos do elemento Fogo, isto porque para além dos dois ciclos mencionados, existe um terceiro que é o Ciclo de Drenagem, que é o oposto ao Ciclo Construtivo. Conjuntamente, quando o Ciclo Construtivo é interrompido devido a um problema num dado setor cardeal, não quer dizer que o(s) órgão(s) afetado(s) seja(m) o(s) representativo(s) desse setor, pois imaginemos que se houver um problema no setor cardeal Sul, em que o elemento Fogo enfraquece, a Árvore irá estar a produzir em excesso, pois não tem quem a consuma, e o Solo não vai ter quem o produza, pelo que estes dois elementos passam também a estar em desarmonia e conseqüentemente os órgãos que os representam. **É preciso ter conhecimento**

Fig. 1



Saúde em equilíbrio

Mas, o que fazer, então, para que a nossa saúde esteja em equilíbrio?

Além de ter os objetos no sítio correto, deve antes de mais desbloquear e desimpedir a sua casa. Não acumular tralhas, manter a casa arrumada e organizada, bem como areja-la todos os dias, deixando o Sol entrar, são passos fundamentais para manter uma casa sã.

A nossa casa é o reflexo do nosso Eu interior, físico e psíquico.

Para que a nossa vida flua em harmonia, é necessário que haja um bom fluxo de chi (energia) na nossa casa.

Uma casa com boa energia traz saúde e qualidade de vida!

Sofia Lobo Cera



Consultora Profissional de Feng Shui
Feng Shui Society Accredited Consultant
www.sofialobocera.com
geral@sofialobocera.com