

Sofia Lobo Cera,
Consultora de Feng Shui
Clássico



«No inverno deve tornar a sua casa mais acolhedora, no que toca a cores e a texturas»



É Consultora Profissional de Feng Shui Clássico, colabora com a Escola Nacional de Feng Shui, onde é professora e onde progride nos seus estudos avançados. Desenvolve ainda *workshops* e é colaboradora da nossa revista. Recentemente, escreveu o livro *Mude a sua Casa, Enriqueça a sua Vida*, um livro que coloca a arte milenar do feng shui ao seu serviço e permite que a energia da nossa casa flua de forma positiva e a torne mais acolhedora e protegida.

Depois de ler o primeiro livro sobre feng shui, a paixão foi crescendo e tem-se mantido até hoje.

O que a fez interessar-se pelo feng shui?
Lembro-me quando li o primeiro livro sobre a temática. Foi fascinante. Parecia que

tudo me fazia sentido, como algo que nos é inato. Comecei a aplicar algumas medidas e quase que parecia milagre, funcionava! A partir daí, esta paixão foi crescendo e tem-se mantido até aos dias de hoje.

É encantador quando comparo a vida das pessoas do antes e do depois das alterações nas suas casas.

O feng shui permite-me fazer aquilo que mais gosto – ajudar os outros a terem uma vida melhor, a vida que desejam ter.

Escreveu o livro *Mude a sua Casa, Enriqueça a sua Vida*. Fale-nos sobre este livro...

Na verdade, era um objetivo que já tinha há

algum tempo. Eu gostaria de criar algo que pudesse chegar a mais pessoas e que elas, sozinhas, conseguissem aplicar pequenas sugestões e sentirem grandes resultados nas suas vidas. No final de 2015, quando teci os meus objetivos para 2016, senti: Chegou o momento! E talvez por isso, tudo se conjugou e aqui está ele.

É um livro bastante prático, cheio de dicas para que possamos fazer grandes mudanças e ter grandes resultados. Pode dar-nos algumas dicas de uso prático do feng shui?

Há uma infinidade delas, umas mais gerais, outras mais particulares, específicas de cada caso. Mas, em geral, todos devemos ser atenciosos com as nossas casas, tratá-las como se estivéssemos a tratar de nós mesmos que, na verdade, é exatamente isso que acontece. Os pontos iniciais e fulcrais para que a energia comece a fluir na vida das pessoas passam por arejar a casa todos os dias, deixar o Sol entrar e aplicar o princípio de 'deitar fora o velho para entrar o novo'. Este último é fundamental para que todo o resto se dê e se comecem a sentir os primeiros resultados. Depois, recomendo que aplique as diversas sugestões que dou no meu livro, adequadas a cada divisão. Com estes pequenos passos irá dar um grande passo!

“O inverno é uma época que convida ao aconchego e, como tal, há que acompanhar a energia de cada estação”

Comece o novo ano em grande!

Ano Novo, Vida Nova. Para aproveitar as energias da mudança do ano há que fechar bem o ano que termina. Como é que podemos começar o novo ano em grande?

A primeira coisa é fazer uma análise do ano que está a findar e definir os objetivos do ano seguinte. É algo que deve ser feito com tempo e com serenidade. A seguir, é fundamental

que comece o ano com as suas contas e gestão financeira organizada, pelo que deve ser outro ponto a ficar 'fechado' antes que



A aplicação do feng shui na sua vida

Quer partilhar alguma história sobre a aplicação do feng shui na sua vida?

Sim, posso partilhar a mais importante (sorriso). Há uns anos, quando exercia ainda a minha profissão na área de engenharia e já dava alguns passos na área do feng shui, que em boa verdade, tinha duas profissões em simultâneo. Por mais que gostasse do que fazia, os dias eram esgotantes, pois trabalhava das 9h às 18h numa empresa e a seguir 'entrava' em modo consultora até quase às duas ou três da manhã. Os fins de semana eram preenchidos com aulas e workshops que dava (e dou), consultas e ainda arranjava um tempo para a família e os amigos. Mas, a saúde não aguenta muito neste ritmo, pelo que me vi 'forçada' a tomar uma decisão. Ou continuava na área de engenharia e abandonava a consultoria de feng shui ou ia atrás do meu sonho. Pensei. Meditei. E decidi. Fui atrás dele! Apliquei uma série de 'curas' específicas para a situação em causa e aqui estou eu.





Decoração de Natal

Sempre que acrescentamos objetos nas nossas casas estes vão interagir com as energias já existentes. Segundo o feng shui, como deverá ser a decoração de Natal?

Deve ser uma decoração equilibrada e jamais devemos atulhar a casa ao ponto de haver dificuldade em circular. Depois há pormenores que se podem aplicar para estimular boas energias. Por exemplo, este ano é muito benéfico colocar a árvore de Natal na zona sul da sala para que haja alegria na carreira. Na zona norte pode-se colocar alguns bonecos de neve que ajudarão a reduzir possíveis perdas financeiras. A sudoeste da sala, um bonito cesto natalício com pinhas vai ajudar na harmonia com as pessoas e a melhorar as suas finanças.

o ano termine. Por fim, deve verificar se se libertou de todas as tralhas e monos, de modo a que entre no novo ano mais leve.

Como podemos preparar a nossa casa para o inverno?

O inverno é uma época que convida ao aconchego e, como tal, há que acompanhar a energia de cada estação. Por essa razão, no inverno deve tornar a sua casa mais acolhedora, mais quente no que toca a cores e a texturas. De modo a que a energia da casa não entre em modo de hibernação, é fundamental que mantenha a sua casa com alguma atividade, pelo que o convívio com os amigos é muito sadio.

Encontrar uma casa nova para morar...

O que devemos assegurar quando andamos à procura de uma casa nova para morar?

Garantidamente que não se localize numa rua sem saída. Uma vista desafogada é também essencial para que tenhamos uma vida com objetivos e metas bem definidas. É enorme a quantidade de pessoas que, hoje em dia, não consegue definir o que gostaria de vir a fazer profissionalmente.

A casa pode influenciar o estado de espírito e a saúde dos seus moradores?

Completamente! Não só o interior da casa, isto é, como a decoramos e organizamos, mas também o exterior.


As cores são importantes para equilibrar as energias do lar?

Sim. Cada cor está associada a um elemento (Água, Árvore, Fogo, Solo e Metal), que depois deverá ser colocada na divisão mais adequada em função da análise interior e exterior do espaço. Porém, o feng shui é muito mais do que a aplicação das cores corretas.

Na sua casa, qual é o seu espaço preferido e o que há nele de feng shui?

Todos! Na verdade, eu tenho a minha casa toda de acordo com o feng shui, ou como diz uma amiga minha, “à prova de bala”! Tudo foi e é pensado e analisado ao pormenor e de acordo com o feng shue e, talvez por isso, eu, a minha família e os nossos amigos se sintam tão bem lá em casa.

Quer deixar uma mensagem a todos os que se interessam pelo feng shui?

Sim. Tal como diz o título do meu livro: *Mude a Sua Casa Enriqueça a Sua Vida!* 

Equilíbrio e harmonia na vida

O feng shui busca o equilíbrio e a harmonia nas nossas vidas. Como é que este grande aliado nos dará o sustento para que a nossa vida corra pelo melhor?

Tão simplesmente como pondo a energia de um espaço a fluir corretamente, por exemplo, colocando os objetos no sítio correto em termos das suas características energéticas. Na realidade, e à semelhança com outras filosofias, a base do feng shui está em aplicar corretamente o Ciclo dos Cinco Elementos, ou seja, a relação entre eles (Água, Árvore, Fogo, Solo e Metal).

Tânia Martins



Fotos: Cedidas pela autora e arquivo