

DA CONSULTORA PROFISSIONAL DE FENG SHUI
SOFIA LOBO CERA

MUDE A SUA CASA ENRIQUEÇA A SUA VIDA

amor • dinheiro • família • trabalho • saúde



verso de kapa

ÍNDICE

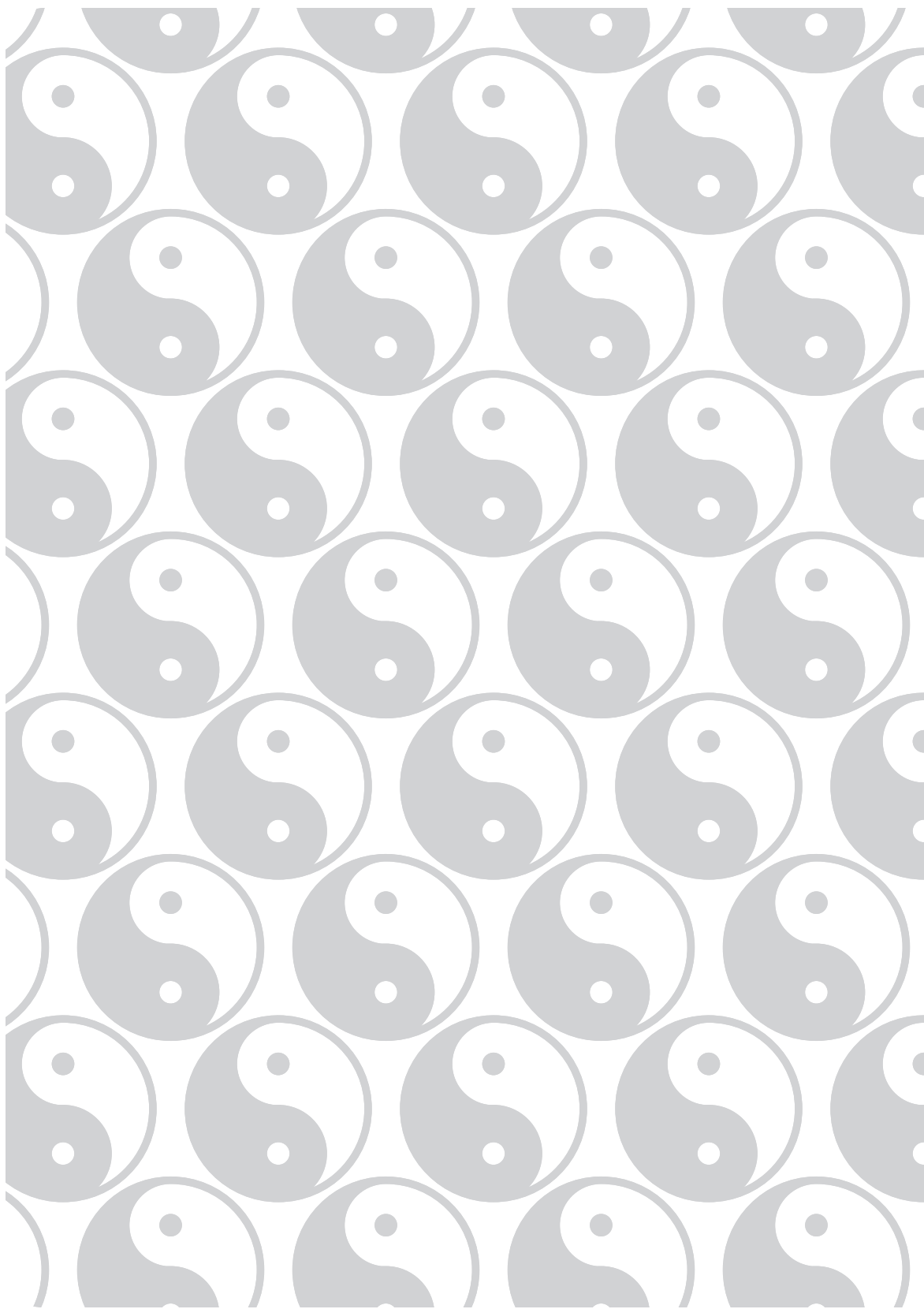
	I. PREFÁCIO	17
	II. INTRODUÇÃO	25
	III. A ARTE MILENAR DO <i>FENG SHUI</i>	
	Princípios do <i>Feng Shui</i>	29
	O que é o <i>Feng Shui</i> ?	29
	Os 5 elementos e as 5 transformações	29
	Uma análise profissional	33
	Por onde tudo começa	33
	Métodos de <i>Feng Shui</i>	34
	Yin e Yang	39
	Os 8 setores cardeais	41
	Setor norte	42
	Setor nordeste	44
	Setor este	45
	Setor sudeste	46
	Setor sul	47
	Setor sudoeste	48
	Setor oeste	50
	Setor noroeste	51
	O <i>Feng Shui</i> e as Religiões	52
	O <i>Feng Shui</i> e a Ciência	52



IV. DIVISÕES DA CASA

Halls	57
Salas	61
Garrafeiras	67
Cozinhas	67
Despensas	72
Escritórios	74
Bibliotecas	77
Locais de culto	78
Quartos de casal	78
Closets e roupeiros	84
Quartos de bebês e crianças	87
Quartos de brincar	93
Quartos de visitas	94
Casas de banho	96
Saunas e banhos turcos	102
Corredores	102
Escadas	104
Lavandarias	107
Salas de jogos	108
Arrecadações e sótãos	109
Garagens	110

	V. ESPAÇOS EXTERIORES	
	Varandas	115
	Jardins	116
	VI. ARRUMAÇÃO E ORGANIZAÇÃO	
	Arrumação e organização	123
	Comece o novo ano em grande	124
	Prepare a sua casa para o inverno	127
	Primavera, a estação inspiradora	131
	O acerto da hora	134
	Verão	136
	Receita para férias em harmonia	138
	Ano letivo	139
	Natal	142
	VII. CASOS PRÁTICOS	149
	VIII. A CASA IDEAL	161
	Agradecimentos	165





II INTRODUÇÃO



Símbolo do *Tai Chi*
Universo em estado uno,
equilíbrio



INTRODUÇÃO

A energia associada à qualidade dos ambientes, permite-nos ter uma vida plena e em equilíbrio com o meio que nos rodeia. Todos nós já entrámos em espaços em que nos sentíamos melhor do que noutros. Essa sensação deve-se à forma como a energia flui, quer através da vibração da luz, do som ou da energia eletromagnética.

Feng Shui é uma arte milenar chinesa também de carácter científico, que nos ajuda a atingir a harmonia nas nossas vidas através de ambientes saudáveis.

No entanto, o *Feng Shui* não é mágico! Não consegue trazer-lhe sucesso da noite para o dia nem livrá-lo de todas as dificuldades da vida. Consegue sim fortalecer períodos mais positivos e apoiá-lo nas alturas difíceis.

O *Feng Shui* permite harmonizar, equilibrar e potenciar as energias das casas e dos espaços, ajudando os seus habitantes a atingir determinados objetivos como uma melhoria na saúde, nos relacionamentos, na prosperidade, na riqueza, nos estudos, na vida profissional, no reconhecimento social, entre muitos outros, uma vez que a casa é o reflexo das pessoas que nela habitam.

Com as orientações e exemplos práticos apresentados neste livro, irá conseguir colocar esta arte milenar ao seu serviço e pôr a energia da sua casa a fluir de forma mais positiva. Vai ver como é fácil alcançar os resultados pretendidos.

Sofia Lobo Cera

III

**A ARTE
MILENAR DO
*FENG SHUI***



**Símbolo
do elemento Solo**

Transformação Solo, um
dos Cinco elementos
do *Feng Shui*



PRINCÍPIOS DO *FENG SHUI*

O QUE É O *FENG SHUI*?

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 “acupuntura” das casas e o consultor de *Feng Shui*, o “médico” dos espaços.

O *Feng Shui* estuda a forma como a energia (eletromagnética) flui num espaço e a forma como esta nos afeta e interage connosco, permitindo simultaneamente alcançar objetivos nas nossas vidas, como a harmonia, a prosperidade, a riqueza, os relacionamentos, a saúde e o bem-estar, a proteção, a vida profissional, o reconhecimento, entre muitos outros.

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, Fogo, Solo e Metal – e estes interagem uns com os outros, podendo trazer saúde, bem-estar, entre outros, 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 já

são Árvores 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, onde existem Metais, existe Água. E assim sucessivamente. Estamos então a falar do Ciclo Construtivo dos 5 Elementos, pois eles relacionam-se de uma forma construtiva e harmoniosa. Por outro lado, é com a Água que se apaga o Fogo e é com o Fogo que os técnicos fundem 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.

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

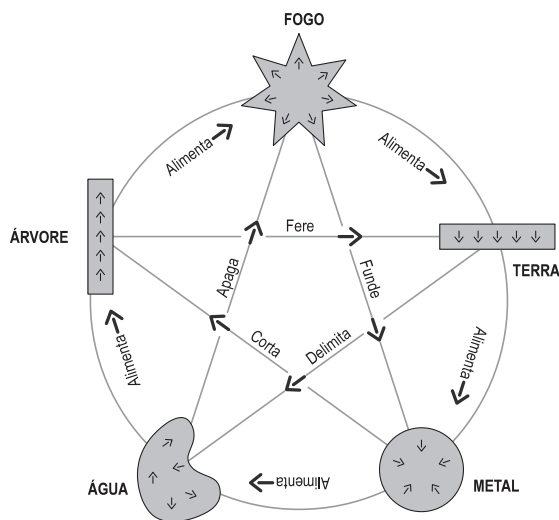


Fig. 1 – Ciclo dos Cinco Elementos.

Estes fenómenos acontecem na vida das pessoas porque estes Elementos estão associados a cores, formas, números, entre outras associações, que representam as características dos objetos que compõe um espaço. Simultaneamente, estes 5 Elementos também estão associados a setores cardeais, áreas da vida e a órgãos do corpo humano, pelo que quando um dado objeto, que representa um dado Elemento, estiver no seu setor cardinal correto num espaço, estaremos na presença do Ciclo Construtivo, da mesma forma que quando um dado objeto, que representa um dado Elemento não estiver no local correto, irá trazer problemas nos órgãos e nas Áreas da Vida a que corresponde esse mesmo setor cardinal 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 cardinal 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 cardinal, 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 cardinal Sul, em que o elemento Fogo enfraquece, a Árvore irá estar a produzir em excesso e o Solo não vai ter quem o produza, pelo que estes dois elementos passam também a estar em desarmonia. É preciso ter conhecimento 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.

Apresenta-se em seguida um quadro resumo com as características e associações dos 5 Elementos.

Elemento	Cor	Material / Associação	Forma	N.º	Órgão do Corpo Humano (alguns)
Árvore	Verde	Árvores, plantas e flores. Madeira, vime, bambu, papel, cortiça e fotografias de paisagens com árvores	Alta, estreita e vertical (riscas verticais)	3 e 4	Fígado e vesícula
Fogo	Encarnado, laranja vivo, rosa choque, roxo e lilás	Símbolos do sol, fotografias ou imagens do sol ou de fogo, cavalos, velas, fogo em si, plásticos, couro	Estrela, pontiaguda, triangular, zigzag	9	Coração, intestino delgado, sistema circulatório
Solo	Amarelo, bege escuro, castanho, laranja seco, tons terra, rosa velho	Barro e argilas, cerâmicas, cristais; pedras macias, tijolo, fibras naturais	Quadrada, retângular e horizontal	2, 5 e 8	Estômago, baço e pâncreas
Metal	Branco, bege muito claro, cinzento, prateado ou dourado	Ouro, prata, bronze, aço inox, ferro, cobre, metais em geral, pedras duras (mármore, granito), utensílios de cozinha, relógios	Redonda, esférica	6 e 7	Pulmões, intestino grosso, pele
Água	Azul e preto	Vidro, espelhos, água, fotografias ou quadros com água, animais e objetos marítimos, aquários e fontes	Ondulada e sem forma	1	Rins, bexiga, órgãos sexuais e reprodutores

IV
**DIVISÕES
DA CASA**



金

**Símbolo
do elemento Metal**

Transformação Metal, um
dos Cinco elementos
do *Feng Shui*



HALLS

O hall é uma das divisões mais importantes de uma habitação, pois é por aí que tudo começa e grande parte da energia (*chi*) entra na casa.

O objetivo é criar uma boa sensação quando entramos em casa, depois de um dia de “lufa-lufa”. Essa sensação, começa no nosso hall, quando colocamos a chave, se faz um *clack* e entramos.

Já imaginou entrar em sua casa e ver imensos sacos, objetos espalhados, algodão, escuridão? Como se sentiria?

Certamente com uma enorme vontade de voltar costas, sair dali e talvez ainda com uma certa dose de irritação.

Para que tal não aconteça e tanto os habitantes como a energia sejam convidados a entrar, há que assegurar os seguintes requisitos:

❖ A porta da habitação deve abrir sempre bem e na sua totalidade

Portas que não abrem facilmente, ou que estão avariadas, ou têm objetos junto delas a impedir a sua total abertura, representam dificuldades e oportunidades que não conseguem chegar até nós. Se a mesma estiver com algum problema, conserte-a o quanto antes, de modo a que este problema não bloqueie a entrada de novas oportunidades.

❖ **O hall deve ser iluminado, arejado, circulável e espaçoso**

Halls escuros e com dificuldade em circular, dificultam a circulação de energia. Caso o seu hall seja escuro e apertado, ilumine-o e aumente a sua dimensão com a ajuda de um espelho. Mas, um espelho em frente à porta, de um modo geral, é de evitar, pois da mesma forma que impede que as energias negativas entrem, também impede a entrada das energias positivas. A colocação de um espelho imediatamente em frente à porta requer uma análise cuidadosa, e só em casos em que tal ação seja necessária.

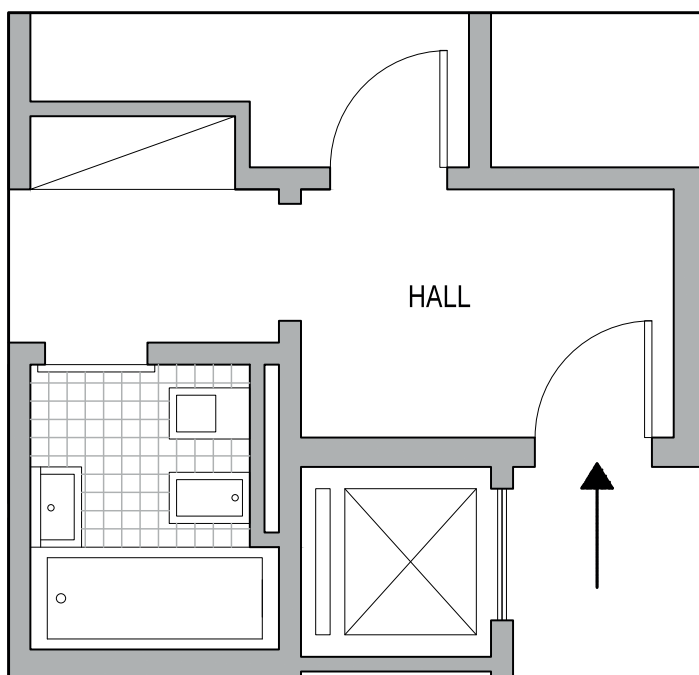


Fig. 11 - Hall espaçoso e circulável.