

# A ARTE DE CAPTAR A ENERGIA POSITIVA

**FENG SHUI**

SUZANA MENDES




# O QUE É O FENG SHUI?

Explicando de uma forma simples, o Feng Shui é um conhecimento milenar que gere as energias dos espaços para nutrir, potenciar, e alavancar a energia pessoal.

A energia do ambiente tem um impacto de um terço na tua vida. Quando a energia do ambiente não é favorável, perde-se um terço de vitalidade, prosperidade, abundância, saúde e/ou amor.

Usando o Feng Shui pode-se garantir um terço de mais dinheiro, de mais saúde, de mais harmonia, de mais sucesso.

E é por isso que o Feng Shui é uma ferramenta poderosa que alavanca, protege, potencia, nutre várias áreas da vida humana.






# O QUE É O FENG SHUI?

Da British Airlines à Air France, a empresas de beleza como a Body Shop, de refrigerantes como a Coca-Cola ou cadeias de hotéis como a Marriott, usam Feng Shui para ter mais sucesso.

Há ainda universidades, como a de Westminster, no Reino Unido, ou mesmo o Serviço Nacional de Saúde britânico que usam o Feng Shui para criar ambientes que potenciem o sucesso académico ou a saúde coletiva.

Steven Spielberg, Johnny Depp, Ophra e tantas outras pessoas famosas usam o Feng Shui como aliado nas suas vidas.

Neste e-Book apresento algumas "dicas" gerais sobre como o Feng Shui influencia a tua vida e como, com algumas noções muito simples, podes melhorar a qualidade do teu sono, da tua saúde, dos teus relacionamentos e das tuas finanças.



# ORGANIZAÇÃO

A organização do teu espaço é fundamental para a organização da tua mente. Há momentos em que a casa tem lugares desarrumados, mas não há problema se for enquanto arrumas, ou cozinhas ou quando as crianças brincam. Mas uma casa sempre desarrumada é indicador claro de desequilíbrios psicológicos e emocionais.

Antes de fazer uma visita para consulta de Feng Shui digo sempre aos meus clientes para deixarem a casa tal e qual como a têm normalmente, e quando há caos, há depressão, ansiedade e outras patologias.

Se o teu hall de entrada é escuro e cheio de coisas que impedem a passagem, vais ter menos oportunidades ou "sorte" na vida.

Lembra-te, a tua casa, mesmo que seja alugada, é um espelho de ti e das tuas aspirações. Donald Walsch diz que "o Universo é uma gigantesca máquina fotocopadora", que mensagens estás a enviar ao Universo para fotocopiar?



# SIMBOLOGIA

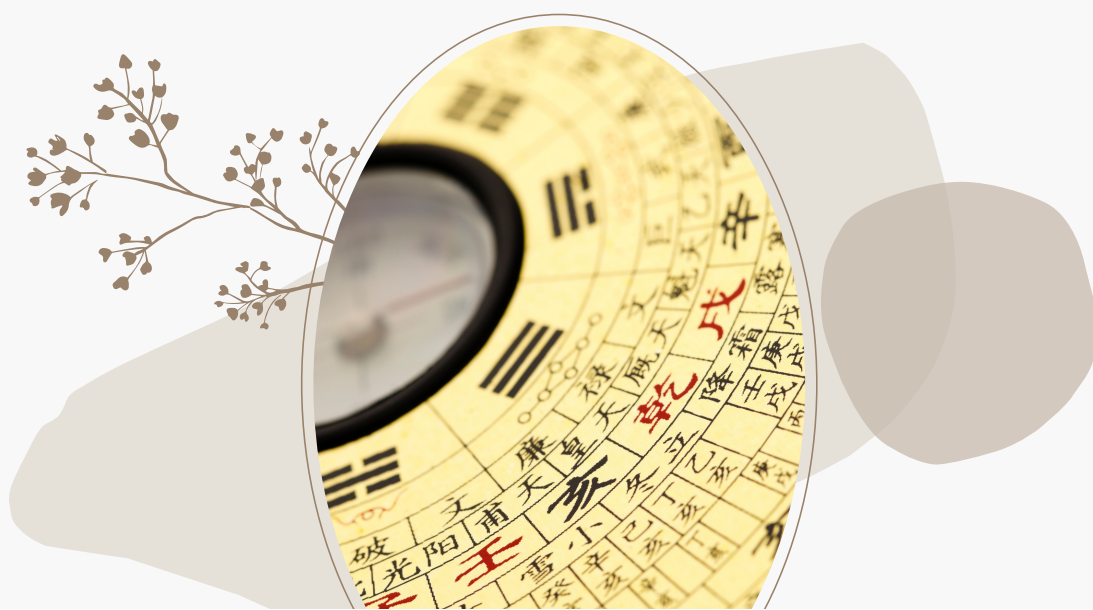
Os símbolos representam crenças, aspirações e cultura. Servem muitas vezes para atrair uma determinada energia. Mas para fazerem efeito têm de ser colocados nos locais certos e fazerem sentido para quem os usa. Por exemplo, não vai fazer sentido usar um Buda quando uma pessoa é devota de Santo António.

Algumas dicas para ativares a lei da atração com simbologia. Se queres atrair romance para a tua vida usa imagens românticas na área Sudoeste da tua casa.

Se queres ter mais organização ou atingir determinados objectivos, principalmente profissionais, coloca o teu vision board na área Norte da tua casa.

Se queres ter mais sucesso e reconhecimento coloca o teu CV, diplomas, taças ou medalhas ou algo que represente os teus talentos e conquistas na área Sul da tua casa.

Se o teu hall de entrada é escuro e cheio de coisas que impedem a passagem, vais ter menos oportunidades ou "sorte" na vida.

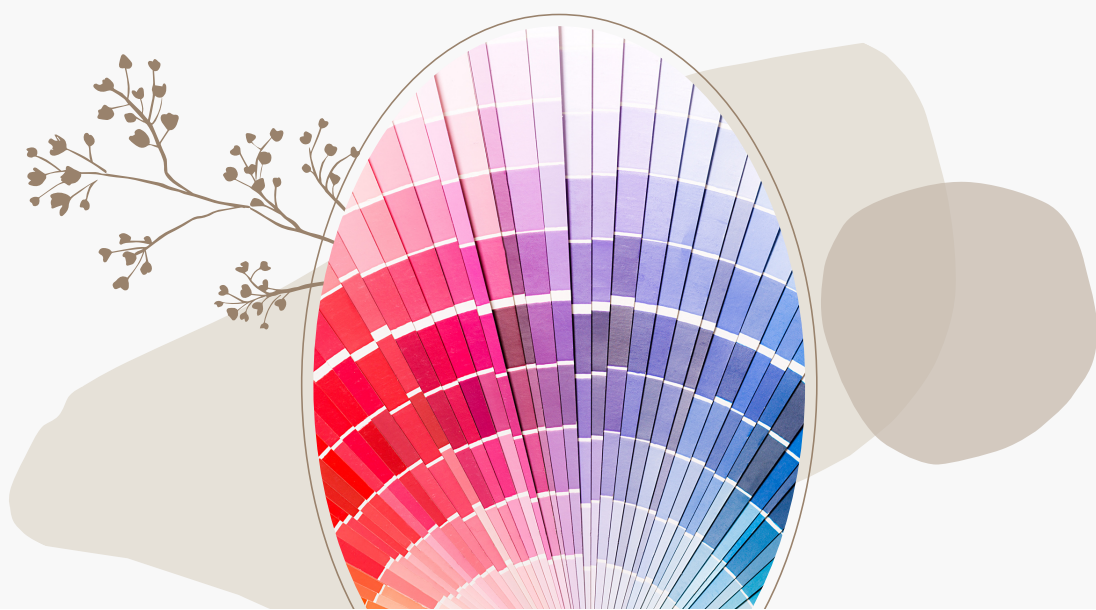


# CORES

As cores são muito importantes em Feng Shui pois cada cor ativa uma determinada energia. Por exemplo, o excesso de cor branca, potencia a crítica, a frieza de sentimentos (medo de se relacionar intimamente) e racionalidade.

Para pessoas perfeccionistas ou excessivamente racionalistas é altamente prejudicial que tenham uma casa toda branca.

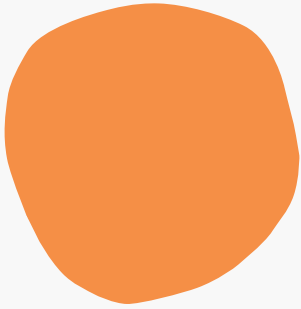
Estes são alguns exemplos das energias que as cores potenciam, mas como cada casa é um caso, é necessário fazer-se um estudo do espaço para poder usa-las de forma a que beneficiem as pessoas que habitam ou trabalham nesses espaços.





## AMARELO

É uma cor que traz a energia de lar, aconchego e cuidado, mas em excesso abre o apetite e não é recomendável para pessoas que são “boa boca” ou diabéticos. Pode-se dizer que é uma cor que engorda.



## LARANJA

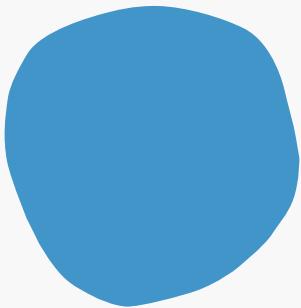
É uma cor que estimula o optimismo, é uma cor do elemento Fogo e por isso ajuda as pessoas mais inseguras a tomar decisões e a entrar em acção.



## VERMELHO

Também tem uma energia do elemento Fogo e potencia a paixão pela vida e a alegria, mas como acelera o ritmo cardíaco é preciso ter muito cuidado com a quantidade e os locais onde se usa.

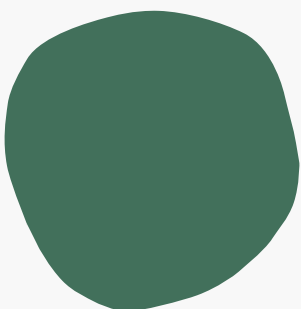
Num quarto, pode ajudar a uma sexualidade mais apaixonada, mas por outro lado, perturba o sono. Em determinados locais da casa, o vermelho pode potenciar discussões e hiperatividade.



## AZUL

Eis aqui uma boa cor para diminuir o apetite.

Em Feng Shui costuma-se usar o azul para ajudar os jovens a serem mais focados e criativos. Mas para ter a certeza que esta cor vai realmente ajudar, é necessário saber o melhor local da casa para esse efeito, que pode não ser no quarto do jovem, mas na sala, por exemplo.



## VERDE

É uma cor que ativa a criatividade, a força de vontade e os estudos. Mas em determinados locais da casa pode provocar tensão, irritabilidade e problemas nos joelhos.



# EXTERIORES

O exterior da casa é muito importante em Feng Shui.

Quando o exterior não está em equilíbrio, a energia da casa fica comprometida.

Por exemplo, não é favorável que a entrada da casa seja a descer (num terreno em declive, em que a parte de trás desce), há perda de energia e provoca falta de estrutura nas pessoas que habitam essa casa.

Salvo raríssimas exceções, não é recomendável ter um cemitério perto de casa, principalmente à frente da casa. É também de evitar viver em cima de funerárias e muito perto de hospitais.

Os cursos de água têm um impacto incrível na prosperidade e na saúde, por exemplo, se procuras casa, entre 2024 e 2044 não é favorável ter um rio a passar a Sul do imóvel pois vai afetar negativamente a tua saúde e estabilidade.



# EXTERIORES

Neste período de tempo é muito favorável ter um rio a Norte do imóvel pois vai contribuir para a tua prosperidade.

O mesmo se aplica, embora em escala menor, em relação a piscinas.

Este são exemplos muito simples do poder que a energia dos ambientes, tanto interiores como exteriores, exerce nas vidas das pessoas.

Espero que estas simples dicas te ajudem a compreender melhor essa poder e impacto que o Feng Shui pode exercer na tua vida.

# PLANTAS

As plantas são seres maravilhosos que para além de purificarem o ar dos ambientes, ajudam a acalmar o stress electromagnético, trazem uma energia vibrante aos espaços e em alguns casos activam a prosperidade.

Mas para saber como activar a prosperidade terá de ser feito um estudo do espaço para saber quais os locais indicados para esse efeito.

Por exemplo, os cactos são plantas de natureza agressiva e não é recomendável tê-los dentro de casa, salvo excepções.

Se gostas de os ter dentro de casa, é de evitar tê-los a Sudoeste pois potenciam discussões e conflitos e a Norte afectam a vitalidade.

No geral, as melhores plantas para purificar o ar, principalmente em locais com computadores, são: a Zamíoculca, Lírios da Paz, Planta Aranha, Planta Jibóia, Espadas de S. Jorge.



# ESPELHOS

Fala-se muito de espelhos em Feng Shui. Os espelhos são objectos que tanto podem ser benéficos como prejudiciais, dependendo da sua localização.

Localizações gerais em que não é recomendável ter espelhos

- De frente para a porta de entrada pois a energia que entra é refletida de volta, e assim os seus habitantes terão mais dificuldades em vingar em várias áreas da sua vida.
- A refletir as camas - é comum ter guarda-roupas espelhados para dar amplitude aos quartos, mas não é recomendável que os espelhos reflitam a cama pois vão multiplicar os movimentos, activando a energia de um espaço que convém que seja calmo, ou seja, vai perturbar o teu descanso.  
Quando reflete camas de casais potencia também o adultério.

Locais benéficos para colocar os espelhos

- A reflectir a mesa de jantar, pois vai multiplicar a comida e trazer abundância.
- A refletir algo belo, como uma janela que dá para um jardim com árvores, ou locais da casa que gostes muito para multiplicar vida e beleza.





# SALAS

Deves evitar ter sofás de costas para a porta de entrada pois vai fazer com que recebas menos visitas, ou com que as visitas não se sintam bem-vindas. Também vai fazer com que te sintas sem proteção na vida.

Há autores que defendem que o coração da casa é a cozinha, outros que a sala é que é o coração da casa. Eu diria que a sala é o coração da casa, pois é o local onde a energia do Fogo é bem-vinda para a alegria, socialização e entretenimento.



# SALAS

As televisões, as lareiras e boas orientações solares carregam esta divisão de energia mais yang como o calor, o movimento e a luz, que são ativadores de energia.

Se estiveres à procura de casa evita ter salas a Norte, pois podem afetar a socialização e a alegria.



# QUARTOS

As casas modernas estão cheias de radiação electromagnética. Imagina que o teu quarto é uma auto-estrada e as ondas rádio são os carros, vais descansar bem a dormir numa auto-estrada movimentada?

Evita ter o teu telemóvel a carregar na mesinha de cabeceira pois a radiação que emite é de tal ordem que para além de perturbar a qualidade do teu sono, vai também provocar uma série de patologias, desde ansiedade até cancros.



# QUARTOS

É de evitar telemóveis e outros equipamentos electrónicos nos quartos, assim como, camas e candeeiros de mesas de cabeceira de metal.

As cabeceiras da cama são também importantes, no Feng Shui.

É muito comum as camas das crianças e jovens estarem paralelas às paredes, em que a cabeceira fica desprotegida.



# QUARTOS

É de evitar esta disposição pois potencia insegurança e instabilidade, afetando o sono, os estudos e um desenvolvimento social estável. As cabeceiras das camas têm que ter protecção, ou de uma parede, ou algo que imite uma parede.

A cabeceira de um casal convém que seja robusta, sem buracos para que a relação seja sólida.

Evita também as cabeceiras das camas paredes-meias com um fogão pois vai perturbar o teu sono e fazer com que não consigas descansar profundamente.



# COZINHAS

As cozinhas são locais importantes, pois são locais que nutrem a energia das pessoas que habitam nessa casa.

Não convém ter as águas muito próximas do fogão, nem o frigorífico muito próximo do forno, esta disposição potencia discussões, ataca o coração e rins e intensifica problemas de tensão arterial.

Não é favorável ter torneiras a pingar ou alguma fuga de água pois vai afetar a tua vitalidade e prosperidade.



# COZINHAS

As cozinhas são locais importantes, pois são locais que nutrem a energia das pessoas que habitam nessa casa.

O fogão não deve estar de frente para a porta, ou seja, quem cozinha não deve ficar de costas para a porta pois vai potencializar instabilidade e também afetar a energia do pai e/ou dos homens da casa.

Convém que a cozinha esteja sempre limpa, inclusive dentro dos armários e gavetas para que a tua vida seja fluída e sem bloqueios.



# CASAS DE BANHO

As casas de banho são locais onde há perda de energia.

Nas sociedades modernas valorizam-se muito as casas de banho, mas ter muitas casas de banho vai drenar a energia da família. Poderá gerar-se cansaço, perdas financeiras, perdas de vitalidade.

Há locais em que é de evitar ter casas-de-banho, são eles no centro da casa, pois vai gerar instabilidade e potenciar falências, divórcios e doenças.



# CASAS DE BANHO

Salvo raras exceções é de evitar ter casas de banho a Sul e a Sudoeste. A Sul ataca a reputação e a alegria e a Sudoeste provoca "lama" nas relações, pode afetar a saúde feminina (útero) e provocar pedra nos rins.



Nasci em Oeiras em 1970 e vivi quase uma década no Brasil.

Por influência materna, aprendi cedo a viver em harmonia com a natureza, tendo ainda a filosofia oriental e a macrobiótica sido uma constante na minha infância e adolescência.

O meu interesse e gosto por estas áreas do saber e do estar motivaram-me a aprofundar os conhecimentos sobre Feng Shui, tendo, em 2009, obtido a certificação pelo Feng Shui Institute, em Londres.

Sou consultora recomendada pelo Feng Shui Institute e dei consultas em mais de 10 países. Conduzo inúmeros cursos, workshops e palestras sobre esta temática e sou parceira da Escola de Medicina Tradicional Chinesa desde 2014.

Em 2015 publiquei o livro "Vivemos em Palácios" que já vai na 6ª edição. E posso dizer com toda a convicção que a minha vida é muito mais feliz desde que uso a arte do Feng Shui.

*Suzana Mendes*