

# LA PRACTICA DEL FENG SHUI EN CASA

Dr. Mariano José Bueno Cortés

BIOSALUD- INSTITUTO DE MEDICINA BIOLÓGICA Y ANTIENVEJECIMIENTO

## I.-LA PUERTA PRINCIPAL

El buen feng shui empieza por la puerta principal que debe tener ante sí, por la parte exterior un espacio vacío, donde pueda acumularse el chi antes de entrar en la casa.

*Limitaciones para la puerta principal:*

*--La puerta principal no debe de dar acceso nunca a un zaguán abarrotado.*

*Si el espacio es demasiado estrecho pon una luz fuerte.*

*--La puerta principal no debe de dar nunca directamente a una escalera.*

*Pon un biombo en medio o haz que un tramo inferior de la escalera siga una curva.*

*--No debe haber un retrete demasiado cerca de la puerta principal. De lo contrario el Chi que entrase en la casa se pudriría.*

Los apartamento bien iluminados y limpios atraen las energías propicias. Los rincones pequeños, oscuros y que no se utilizan producen lo que los chinos llaman "aliento mortífero" o chi negativo; por ello, debes ventilar de vez en cuando los cuartos trasteros. Que no haya demasiadas puertas que den a un pasillo largo en tu casa , pues esto provoca disputas. No debe de haber mas de tres ventanas por cada puerta. Las puertas no deben estar situadas justo frente a una ventana , pues el chi entra y vuelve a salir.

## II.- LAS OFICINAS

Si ocupas un cargo de dirección, lo ideal es que tu despacho esté situado en una zona al fondo de tu oficina, pero no al final de un pasillo largo.

*--Siempre deben preferirse las habitaciones de forma regular a las irregulares.*

*--Todas las esquinas que sobresalgan deberán camuflarse con plantas.*

*--Evita sentarte justo debajo de una viga del techo.*

*--Si una ventana da a una vista de un vértice agudo, mantenla cerrada permanentemente.*

*--No te sientes justo enfrente de unas estanterías abiertas.*

Posición de la mesa de trabajo: Nunca te sientes a trabajar dando la espalda a la puerta. Te darán una puñalada por la espalda, literalmente. No te sientes dando la espalda a la ventana. Te faltará apoyo para tus sugerencias e ideas. Colócate siempre dando la cara a la puerta, y pon detrás de tu puesto de trabajo un cuadro o grabado que represente una montaña, símbolo del apoyo.

### III.- CUARTO DE ESTAR

Los muebles del cuarto de estar no deben estar nunca en forma de L. Cuando dispongas los sillones, los tresillos, y la mesa del centro intenta una forma mas envolvente y cerrada, pues fomenta las buenas relaciones sociales entre los que se sienta allí. Es buena idea encontrar tu lugar favorito para colocarte en él cuando recibas amigos en tu casa. Coloca la televisión y el equipo de música en el lado oeste de la habitación, y un tiesto con plantas o flores en el lado este.

### IV.- DORMITORIO

En los dormitorios las camas deben de estar bien dispuestas. Coloca la cama en un punto diagonalmente opuesto a la puerta, y no duermas con los pies directamente hacia la puerta , pues se considera que esta es la posición de la muerte. No duermas bajo una viga del techo, ni tengas espejos que reflejen directamente la cama.

Aunque las plantas , en general, tienen buen feng shui, no es recomendable tenerlas en los dormitorios. La energía yang de las plantas puede alterar a veces las energías yin necesarias para dormir bien por la noche.

Si puedes elegir busca un dormitorio que esté situado en la esquina norte de la casa. De no ser posible haz todos los esfuerzos para dormir con tu cabeza orientada hacia el norte. Por supuesto esto es relativamente fácil, consiste en mover la cama hasta que la cabeza apunte al norte. Pero al hacerlo, los pies no deben quedar mirando directamente hacia la puerta y ni estos, ni la cabeza deben mirar hacia el cuarto de baño.

Hay que comprender que pasamos 8 horas al día en la cama, por 7 días a la semana y durante todos los años de nuestra vida. Se comprende la importancia que tenemos que dar a nuestro dormitorio. Sobretudo, si usted sufre de insomnio, duerme mal, se levanta cansado... Aplique el Feng Shui y compruebe usted mismo los resultados.

No duerma directamente debajo de una viga.

Cuando decida dónde poner la cama debe procurar no recibir el "golpe" del borde sobresaliente de una esquina.

No tenga los pies apuntando hacia la puerta, ni hacia el baño.

No tenga la cabecera de la cama directamente debajo de una ventana.

### V.- EL COMEDOR

Uno de los mejores elementos para tener en el hogar es un espejo grande en el comedor. El espejo produce un excelente feng shui para comer. Simbólicamente duplica los alimentos que están sobre la mesa. Si ponemos un espejo que mire al norte, se fortifica la esencia de la protección para el sustento de la familia. No garantiza riqueza pero hace que a la familia no le falte alimento.

Hay que tener en cuenta que no es lo mismo si este espejo se pone en la cocina, sobretudo junto al fogón, las consecuencias pueden ser graves peligros físicos; como fracturarte una pierna o un brazo. Los espejos en el comedor aumentan tu buena suerte. Los espejos en la cocina traen peligros serios a tu vida

Otro buen consejo para aumentar el Feng Shui de la comida es colgar un cuadro de deliciosas frutas maduras en el comedor. También es excelente poner un bol con frutas maduras en la mesa. Esto crea una energía positiva que simboliza la presencia de alimentos en la casa.

En un tradicional hogar chino --en especial ,en aquél donde la figura de la madre es muy fuerte -- jamas veras escobas, fregonas ni otros elementos de limpieza. Las personas mas ancianas, que crecieron con un buen bagaje de supersticiones culturales, consideran muy negativo ver escobas por la casa en lugar de mantenerlas guardadas. Las escobas a la vista están especialmente prohibidas en el comedor. La presencia de la escoba en este lugar "barre el sustento de la familia", por lo tanto es un mal Feng Shui.

Los asesores de Feng Shui aconsejan que la mejor manera de mantener alejados a los intrusos de las casas es apoyando una escoba dada la vuelta contra la pared y mirando hacia la puerta de entrada. Esto aleja a los extraños indeseables. Si quieres seguir este consejo pon una escoba fuera de la casa, no dentro. Hazlo por la noche. Durante el día guarda la escoba.

## **ENERGIA RANCIA Y ESTANCADA**

Cuando las energías que rodean una casa y las que están en su interior se enrancian y se estancan, la salud de sus habitantes se resiente. Se considera que esta es una de las causas mas comunes de mala salud. Las personas contraen con regularidad resfriados, úlceras de estómago y otras enfermedades.

El Chi estancado se produce cuando no se ha despejado el aire del interior de la casa. Es fácil que esto ocurra durante los días oscuros de invierno. La situación se agrava si la casa está abarrotada y llena de polvo. Esto se debe a que el invierno es la estación fría del yin, en la que hay escasez de energía yang. El predominio de la energía yin puede provocar enfermedades, estados letárgicos e incluso depresiones.

Tener la casa bien caldeada y bien iluminada produce energía yang sana. Poner música animada también produce chi alegre. Por eso es siempre una buena idea tener , en estas fechas, un árbol de Navidad en casa. Al decorar el árbol con adornos y luces brillantes, se consigue crear un chi sano y maravilloso. Todos los símbolos y los motivos propios de la Navidad aportan energía yang sana: las velas, las luces, las campanas, las cintas rojas, los adornos llenos de colorido que cuelgan en los árboles muy iluminados. Lo mismo ocurre con las fiestas y los festivales propios de la temporada en la mayoría de las culturas.

## **LA LIMPIEZA "DE PRIMAVERA"**

Puede que se una necesidad inconsciente de limpiar la casa para despejar las energía estancadas lo que ha llevado a las gentes de todas las culturas y razas a realizar una limpieza a fondo antes de celebrar las fiestas tradicionales, aunque no solo sea en la primavera.

Lo mismo que hacen los judíos al celebrar la Pascua , lo hacen los chinos que celebran el Año Nuevo lunar y los musulmanes que celebran el Eid al-Fitr después del mes de ayuno del Ramadán, una práctica que se considera que sirve para limpiar el cuerpo y la mente.

En casi todas las fiestas alegres tradicionales hay momentos en que se encienden muchas luces. Las gentes del subcontinente indio, por ejemplo, celebran el Diwali, llamado también el Festival de las Luces. Las velas que encienden los budistas en las fiestas de Shanghai, llenan el aire de chi saludable.

Para gozar de un Feng Shui sano en tu espacio vital, es esencial que la casa se mantenga limpia y despejada de trastos. Los desagües rotos deben arreglarse. Las cañerías representan las arterias de la casa, y cualquier bloqueo puede provocar graves enfermedades si se descuida. Los aparatos averiados deben repararse. Deberás retirar del jardín toda agua sucia o contaminada, y si se atasca el retrete o el baño, deberá desatascarse inmediatamente.

Todo esto puede parecer puro sentido común, pero resulta sorprendente la frecuencia con que se descuidan las tareas sencillas de mantenimiento. Esto es malsano desde el punto de vista del Feng Shui.

***“Limítate a confiar en ti mismo, entonces sabrás como vivir”***  
**GOETHE**

Puesto que no existen dos lugares, oficinas, personas, días o momentos que sean iguales, su reto no solo consiste en crear un entorno ideal para usted, sino también en mantenerlo así. Recuerde que cuanto más dinámica sea su vida, más dinámicos serán también su lugar de trabajo y su hogar, que son fiel reflejo de usted mismo. Las reformas y mejoras que haga hoy desde el punto de vista del Feng Shui, necesitarán ser puestas al día, adaptadas y completamente renovadas cada cierto tiempo. Sus ojos deberán permanecer abiertos y alerta a todo aquello que se mueve dinámicamente a su alrededor.

Ninguna solución es válida para siempre. Lo único que permanece eternamente es la “danza” entre usted y su entorno, una danza que puede aportar cada día felicidad, oportunidades y prosperidad a su vida. ¡Disfrútelo!

Nuestro viaje por el mundo del Feng Shui, ha sido muy somero y superficial, si usted quiere profundizar más en el tema, lo cual, le aseguro, le proporcionará paz, armonía y favorecerá su salud y prosperidad; le indicamos algunos títulos bibliográficos que podrá encontrar fácilmente en las librerías.

- “Feng Shui para occidente”  
Autor: Terah Kathryn Collins  
Editorial: Urano
- “Feng Shui para la vida”  
Autor: Lillian Too  
Editorial: Javier Vergara Editor
- “Los fundamentos del Feng Shui”  
Autor: Lillian Too  
Editorial: EDAF