

Feng Shui o el arte de vivir como mereces

Feng Shui significa **viento y agua**; trata de las relaciones entre las fuerzas visibles e invisibles de la naturaleza. Al igual que el viento y el agua, tú y tu entorno son dos fuerzas de la naturaleza; tus deseos, metas, aptitudes, sentimientos y el ambiente del hogar en el que vives están en constante interacción y se influyen mutuamente.

La principal meta del Feng Shui es aportarte armonía y aportarla a tu hogar, de modo que no tengas que "sobrevivir" a los temporales sino que puedas prosperar en un paraíso que tú misma hayas creado.

Todas las personas, todas las cosas y todos los lugares de nuestro mundo físico están vivos, se interrelacionan y cambian constantemente. Las **tres directrices prácticas** nacidas de los tres principios básicos, ayudan a elegir y a tomar decisiones que incorporen la sabiduría eterna del Feng Shui.

1. Vive con lo que te gusta, aunque no sea lo que sugiere una revista de decoración. Cuando no tengas más remedio que vivir con algo que no te gusta, aumenta su energía colocándole cerca alguna cosa que te alegre el corazón.

Mientras ordenas, pregúntate: "¿Me gusta esto?". Es una gran forma de decidir cuál te pertenece realmente y cuál no. Tanto si empiezas por poner una planta con flores como si lo haces por comprar muebles nuevos y cómodos, sigue quitando las cosas que no te gustan, sustituyéndolas por las que te gustan hasta que alcances tu meta.

Cuanto más vivas con lo que te gusta, más emocionante y afirmativa será tu vida.

2. Concede prioridad a la seguridad y la comodidad.

Insistir en la comodidad y la seguridad ambiental se convierte en algo esencial para conseguir el equilibrio y la armonía en toda nuestra vida.



Hay casas donde todos los miembros de la familia se han cortado o se han hecho moretones con los muebles o con algunas estructuras arquitectónicas afiladas como cuchillos. Lo más sorprendente es que en la mayoría de los casos a nadie se le ocurre hacer algo para evitar estos peligros, a menos que esté a punto de tener un bebé. Para asegurarte de que tu hogar es cómodo y seguro, **ponlo a prueba de bebés.**

Coloca las camas y los asientos de modo que puedas ver la puerta desde ellos. No subestimes el poder que tiene colocarse en la posición de mando de una habitación. El Feng Shui suele tener en cuenta cosas que parecen pequeñas y pueden pasarse por alto. Se van sumando pequeños detalles, como estar de espaldas a una puerta, chocar contra esquinas puntiagudas o sentarse en una silla incómoda que, al igual que el agua al gotear sobre una piedra, acaban dejando una huella permanente en el cuerpo, la mente y el espíritu.

3. Simplifica y organiza. Cuando la gente empieza a vivir según el Feng Shui, descubre todo tipo de desorden en su espacio: montañas de papeles, cajones con ropa rota y estantes con porcelana antigua y ropa de cama, cosas que no le gustan o no quería y que hacía mucho tiempo no usaba. Guardaba todo eso porque no se daba cuenta de que su vasta colección de trastos estaba congestionando el flujo de la energía vital en su vida.

Cuando empiezas a tirar cosas, te das cuenta de que comienza a suceder algo mágico: cuantas más cosas viejas uno tira, más cosas nuevas recibe en forma de maravillosas pertenencias y nuevas oportunidades que realmente quería y necesitaba.



Caos activo, creatividad en movimiento. El caos forma parte de la vida. Sabes que el caos está activo porque te sientes atraído hacia él. Algo se va a crear (podemos verlo en los botes y pinceles esparcidos alrededor de un pintor artístico, o los tarros y cazuelas que se encuentran en las cocinas). El caos activo genera entusiasmo. La clave para mantener vivas la ilusión y la creatividad es estar al día y reorganizar el espacio y los materiales entre los brotes de creatividad.

Caos pasivo, creatividad perdida en el desorden. El caos que dura mucho tiempo se vuelve pasivo, se estanca y cambia el escenario. Cuanto más tiempo mantengamos el desorden, más se deteriorará el chi (la energía vital) y la oleada de creatividad se detendrá. Aun cuando en las habitaciones no reine el caos pasivo, revisa el cuartito de cachivaches, la alacena, la zotehuela, el desván, el sótano, vaya, los trasteros.

El Feng Shui te invita a abrir todas las puertas y a echar una mirada. El caos pasivo es fácil de reconocer. Ante su presencia, la creatividad se derrumba y no puede volver a florecer hasta que se pone remedio a ese enorme y viejo desastre. Es **útil** darse cuenta de que, a medida que vamos eliminando las pequeñas cosas que crean el caos pasivo en nuestra casa, estamos invitando a que tenga lugar la transformación. Devolvemos la vida a nuestra creatividad e imaginación.

Cuando estés ordenando tus cosas, respóndete las siguientes preguntas para eliminar el caos pasivo y establecer un nuevo orden:

- * ¿Me gusta?
- * ¿Lo necesito?
- * ¿Refuerza mi forma de ser actual?
- * ¿Me sirve de afirmación ambiental en estos momentos?
- * ¿Qué pensamientos, recuerdos o sentimientos positivos o negativos le asocio?
- * ¿Hay que repararlo? ¿Voy a hacerlo ahora?
- * Si ha llegado el momento de desprenderme de esto, ¿voy a venderlo, prestarlo o regalarlo? ¿Cuándo?

La motivación surge cuando comprendemos la importancia de limpiar los rincones caóticos del hogar. Puesto que todo está relacionado, el sencillo acto de limpiar un cajón puede provocar una onda expansiva y atraer oportunidades positivas.



La energía que se mueve por la casa es de vital importancia para la salud, la prosperidad y la felicidad presentes. Así que empieza hoy mismo, dondequiera que estés, a diseñar tu hogar perfecto, tu paraíso personal. Al fin y al cabo, tanto si la casa es tuya como si no, **siempre estás de alquiler**, puesto que nada es eterno. No dejes que los planes para el futuro impidan que hagas de tu casa el mejor lugar para vivir.

Equilibrarla y decorarla es una de las acciones más poderosas que puedes realizar para dar energía a tus metas y sueños, y convertirlos en realidad.

Dale vida a la entrada de tu casa

Sabido es que las aplicaciones del Feng Shui en los hogares deben ser escogidas por cada persona, basándose en su presupuesto y su gusto personal. La naturaleza individual de cada solución siempre es una parte importante del poder de estas soluciones.



Las directrices del Feng Shui para conseguir la armonía son lo bastante flexibles como para respaldar tus necesidades y preferencias básicas. Incluso los principios básicos del Feng Shui, como el **mapa bagua**, los **cinco elementos** y las **herramientas** para activar el chi o energía vital (que iremos viendo a lo largo de esta serie), están sujetos a las interpretaciones personales. Lo que cuenta siempre son los resultados. Confía en ti misma y disfruta del proceso, siempre en evolución y cambio, de crear una vida paradisíaca en cada pensamiento y cada habitación, y de hacerlo momento a momento.

Espero que esta breve pero completa descripción de las aplicaciones del Feng Shui te sea útil y puedas disfrutar tú también de una casa armoniosa. Comencemos por...

La entrada y el recibidor

La entrada principal (el área que te conduce a la puerta delantera, el umbral y la zona que queda justo detrás de la puerta) es importante por dos razones:

- * es la zona de las primeras impresiones, y
- * a través de ella entra a tu casa la energía vital o chi.

Piensa en tu entrada principal como la avenida de la buena suerte que atrae a personas útiles y nuevas oportunidades a tu hogar. Despliega la alfombra de bienvenida y hazla fascinante.

Procura que el color y el diseño de la puerta de tu casa sean especialmente acogedores, de modo que siempre sientas que eres bienvenida. En el Feng Shui, tradicionalmente se incluye el **color rojo** para atraer la prosperidad y los motivos de celebración, por eso muchas personas pintan de ese color la puerta de su casa. Aunque el rojo brillante chino es el más apropiado, cualquier tono de la gama de rojos que te guste irá bien, incluidos el rosa, el terracota, el burdeos (bordó), el púrpura y el magenta.

También puedes elegir una puerta con un motivo artístico y resaltar la zona que la rodea con flores de color rojo, púrpura o rosa, árboles de corteza roja o frutos del bosque, o bien con macetas, alfombras y estatuas de tonos rojizos.

Si no puedes hacer nada con la puerta de entrada, céntrate en hacer que el recibidor sea agradable, pues éste es la continuación de esa cálida bienvenida. Tradicionalmente, **el mejor cuadro** de la casa se colgaba allí o cerca de la puerta principal, para causar en los invitados una buena impresión. Asegúrate de que cualquier tipo de arte que escojas para el recibidor transmita adecuadamente una invitación.

Cuando el recibidor es pequeño, procura no sobrecargarlo. Quita cualquier mueble que dificulte la apertura total de la puerta y coloca algún cuadro que tenga profundidad, o bien un espejo para hacer que resulte más espacioso y, al mismo tiempo, rechazar energías poco agradables. Independientemente del tamaño del recibidor, siempre es posible convertirlo en un cálido lugar de bienvenida. Mantenlo limpio de

objetos transitorios como juguetes, maletas, equipo deportivo, desechos reciclables y correo.

Lo primero que se ve al entrar

Sea cual sea la primera habitación que ves al entrar en una casa, suele ser la que te causa una impresión general de sus habitantes. Ver la sala es muy positivo, porque sugiere relaciones sociales y relajación. Cuando la primera habitación que se ve es la cocina, el comedor, un dormitorio, el cuarto de baño o el cuarto de planchado, puede parecer que la casa está centrada en otras actividades, como dormir, comer y hacer las tareas del hogar.

Si vives en una casa así, **reorganiza** la distribución de los muebles o coloca separaciones de ambientes, de modo que no sean esas las primeras estancias que se vean al entrar.

Otro de los retos para el Feng Shui es no permitir que se vean varias habitaciones desde el recibidor, pues esto podría desorientar de igual modo a invitados y ocupantes. Si estás en un caso así, destaca la sala (tenga la dimensión que sea) marcando un camino claro hacia ella, utilizando artísticamente pantallas o biombos, esculturas, cuadros, plantas y muebles.



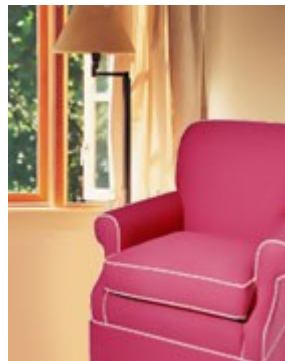
Directrices rápidas para la entrada y el recibidor:

- * Crea un recibidor fascinante, dentro y fuera.
- * Procura que esa zona esté bien iluminada, arreglada y sin trastos.
- * Si te es posible, en el exterior incluye sendas sinuosas, alguna fuentecita, asientos y otras "marcas estéticas".

* En el interior coloca uno o más objetos que den la bienvenida en el recibidor o en el área que esté justo detrás de la puerta principal.

* Realza otras entradas que uses a menudo.

* Especialista en el turismo del buen vivir, el autor nacido en Buenos Aires se dedica al mundo de la hotelería en Barcelona, ciudad en donde reside.



Embellece tu sala con ingenio

Por lo general es el ambiente más grande de la casa; así, debe ser armónico y agradable. Representa la forma de manifestarnos a quienes entran en casa.

Puesto que es una habitación social y activa, en el Feng Shui la sala se asocia al elemento **fuego**. Es el sitio perfecto para expresarte y desplegar el arte, los colores y las colecciones que te gustan. La sala dice mucho sobre tu personalidad y tu visión del mundo, ¡haz que la tuya sea un buen informe de ti misma! Aquí lo que importa es expresar tu individualidad con cualquier estilo de diseño que te guste, y ordenar a la vez los muebles y tesoros para asegurar el flujo armonioso del chi o energía vital.

La comodidad y la seguridad son importantes cuando hemos de amueblar la sala. Compra sólo asientos que **te acojan** con brazos confortables, y muebles que no tengan detalles molestos o aristas peligrosas. Las mesas con puntas afiladas pueden ser peligrosas y energéticamente alejan a la gente y al chi, en lugar de atraerlas.

Ten en cuenta la vista

Coloca la pieza principal de los muebles de la sala (generalmente el sofá) de modo que domine la visión de la puerta. Cuando no sea posible, cuelga un espejo para ver el reflejo de la puerta desde el sofá. Para aumentar la sensación de bienestar y de buena circulación del chi, organiza tus muebles formando islas a través de las cuales puedas pasar fácilmente.

Revisa la vista que tienes desde todos los asientos de la sala y corrige las que resulten desagradables. Para conseguir vistas ideales y la circulación de energía por toda la habitación, procura que los rincones estén ordenados. Defínelos con cualquier combinación de adornos, como plantas, esculturas, luces y muebles, o bien suavízalos con telas.

Demasiado de algo bueno

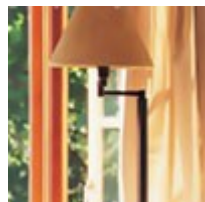
Muchas salas están repletas de objetos decorativos. La visión de tantos objetos empuja hacia la puerta, en lugar de invitar a entrar.

Hay quien piensa que para practicar el Feng Shui debe adoptar una actitud zen o tener una visión minimalista, pero eso no es cierto. El Feng Shui y la abundancia material no son opuestos, pues se busca el equilibrio perfecto entre los extremos y cada persona tiene una opinión diferente sobre lo que constituye el exceso y el defecto

Si tienes tantas cosas que al desplegarlas todas se produce un exceso, ve alternando tus colecciones, exhibe una parte y guarda el resto. Esto ofrece a cada uno de tus tesoros la oportunidad de brillar sin tener que compartir el escenario con cientos de cosas bonitas. Luego, cámbialos cuando gustes y guarda el resto. Esto asegurará el flujo del chi en tu sala y el placer de redescubrir y disfrutar de las cosas que te gustan.

Armarios parlantes

Repisas, trinchadores o consolas están reservadas para objetos de decoración como jarrones, cajas de adorno y candelabros. Cada uno de estos objetos evoca el recuerdo de alguna persona a la que probablemente no hubieses recordado por ninguna otra razón; algunos de ellos son estupendos, otros no tanto. Pero, por un momento, esas personas están *hablándote*.



Te recomiendo deshacerte de una serie de objetos parlantes que, aunque bonitos, no se encuentren entre el conjunto de recuerdos que deseas conservar. Así sólo te quedarás con voces dulces que te traerán recuerdos y sentimientos maravillosos.

Echa un vistazo a las "joyas de tu casa" y deshazte de las que te traigan recuerdos, asociaciones o sentimientos desagradables. Escucha lo que cada una tiene que contarte y decide si realmente deseas tenerlas en tu espacio. Entra de lleno en el presente, en tu zona de poder, y despréndete de cualquier cosa que no tenga nada bonito que decir. Al hacerlo se activará tu energía y la de tu entorno.

Los colores de nuestra vida

El color es una herramienta personal y poderosa para realzar tu hogar. A la antigua dueña de una casa puede que le gustaran las paredes de color verde aguacate, mientras que a la actual esos colores le dan claustrofobia o náuseas. Da prioridad a la eliminación de los colores que te ofenden y rodéate de los que te alimentan y nutren.

Haz pruebas antes de pintar, de cambiar la tapicería o los muebles. Si quieres comprar una silla de color púrpura, por ejemplo, envuelve una

cualquiera con un papel o una tela de ese color y déjala durante un tiempo. Observa **el efecto de la luz** sobre el color que tendrás que ver mañana, tarde y noche. Algunos colores cambian por completo según se vean con luz natural o artificial. Asegúrate de que te gustan todos los matices y tonos que introduces en tu hogar. Si al final de la semana ya no estás tan enamorada de un color, prueba otro y da las gracias por haberlo descubierto antes de realizar una gran inversión.

Los colores se pueden usar como una "solución rápida" cuando una habitación resulta demasiado monocromática, usando el ciclo de control de los elementos, mismo que veremos más adelante. Por lo pronto, te adelanto que puedes elegir colores rojos y púrpuras para dar calidez a un entorno que sea principalmente blanco. Introduce amarillos y ocre para **equilibrar** las habitaciones que tienen mucho negro o tonos oscuros. Añade blanco y tonos claros tipo pastel para un entorno azul o verde. Agrega tonos oscuros o negros para equilibrar el exceso de colores ardientes como el rojo y el púrpura.

Para darte un ejemplo, en las siguientes fotografías puedes ver la misma sala con diferentes colores en las paredes, estilos y objetos:

Otra forma eficaz de usar el color para realzar tu hogar es agrupar objetos que incluyan todos los colores de los cinco elementos. Las telas de muchos colores, los cuadros, los coleccionables y las velas ofrecen infinitas posibilidades.

¿Qué hacer con las *bestias* electrónicas?

Coloca los televisores y demás equipos electrónicos en muebles con puertas, o bien cúbrelos con fundas o telas que hagan juego con la decoración del sala, de modo que se puedan esconder cuando no se usen. Nuestro lema para el equilibrio es: **fuera de la vista, fuera de la**

mente. Este sencillo cambio puede mejorar extraordinariamente tu calidad de vida, promoviendo una serie de actividades sociales y familiares, así como momentos de paz y tranquilidad.



Techos

Cuando la habitación tiene un techo demasiado alto o demasiado bajo, no invita a la relajación. Para solucionarlo, siempre hay formas de hacer que resulte más confortable.

Puesto que los techos **bajos** se consideran yin, estas habitaciones son ideales para los propósitos yin, como dormitorios o salas de meditar y de yoga. Para equilibrar un techo bajo:

- * Coloca luces indirectas enfocadas hacia el techo, pintándolo de blanco o de un tono pastel brillante.
- * Utiliza colores claros y brillantes en toda la habitación.
- * Utiliza espejos cuando sean apropiados.
- * Evita al máximo los colores oscuros.
- * Los muebles bajos mantienen la estancia a escala y el techo parece más alto.

Por su parte, los techos **altos** pueden parecer más una gran galería o un teatro que un lugar confortable y acogedor para vivir. Para equilibrar la abundancia yang de un techo alto, puedes "trazar una línea entre el cielo y la tierra", concepto Feng Shui para separar el espacio habitable, o sea la "tierra" del "cielo". Para ello puedes dibujar una línea sólida alrededor de una habitación, utilizando:

- * Molduras
- * Revestimientos con paneles de madera
- * Cenefas pintadas con molde
- * Papel pintado
- * Estantes con objetos ligeros como cestas, tejidos o flores
- * Cuadros a la misma altura, alrededor de la habitación
- * Construir un altillo creando dos espacios acogedores

Vigas: flechas envenenadas

Las vigas a la vista se consideran potenciales flechas envenenadas en el Feng Shui; producen una molesta sensación de pesadez, sobre todo cuando te sientas o duermes directamente debajo de ellas. Cuanto más grandes, oscuras y bajas, más peligrosas son. Por lo tanto hay que intentar neutralizarlas en la medida de lo posible, aligerando y elevando las vigas grandes, oscuras o bajas, y reduciendo el desagradable peso del mundo sobre nuestra cabeza.

Una forma de armonizar las vigas es pintándolas o tiñéndolas para que hagan juego con el techo, o de color blanco o tonos pastel claro. También se pueden **suavizar** añadiendo ángulos curvados que sugieran un arco en cada uno de sus extremos, o se pueden "elevar" utilizando artísticamente la iluminación, como una guía con pequeños focos de luz blanca a lo largo de las vigas.

En el Feng Shui tradicional se colgaban dos flautas de bambú en la viga, formando ángulos de 45° para romper simbólicamente la influencia dominante de la viga en la habitación. Estas flautas se colgaban con las boquillas hacia abajo para representar que la música fluía hacia arriba, elevando la viga. En Occidente podemos sustituir las flautas de bambú por cualquier clase de objeto de madera, o bien sugerir sutilmente estas líneas angulares pintándolas sobre la viga.

Otros objetos (reales o pintados) que "aligeran" vigas son las plumas, las guirnaldas de flores, las enredaderas, los pájaros, los ángeles, las banderas de oraciones, estandartes de seda, y móviles. Siempre deben ser cosas livianas para no agravar la sensación de peso sobre la cabeza.

Directrices rápidas para la sala

- * Exprésate y muestra al mundo quién eres.
- * Ordena tus muebles para que mejore la circulación del chi.
- * Coloca el mueble principal (puede ser el sofá) de forma que domine la visión de la puerta.
- * Elimina o suaviza las esquinas y ángulos en punta.
- * Establece un equilibrio justo con el número de objetos decorativos que expongas.
- * Haz pruebas antes de cambiar los colores.
- * Elige muebles cómodos, seguros y bonitos.
- * Abre y realza los rincones de la habitación.
- * Pon la televisión y demás equipos electrónicos detrás de puertas cerradas, cuidando que tengan espacio para que circule el aire cuando estén encendidos.
- * Compensa los techos altos y las vigas pesadas.

Asegura que tu comedor nutra cuerpos y almas

En el Feng Shui, el comedor se asocia al elemento **tierra**. Es el lugar en donde se comparten los regalos de la tierra y los cuerpos reciben el nutritivo chi.

Procura crear una atmósfera que incite a comer, un lugar que tenga su propio ambiente íntimo y tranquilo. Puesto que la nutrición es



esencial para la salud y el bienestar, el Feng Shui nos exhorta a diseñar un entorno agradable y sereno para las comidas. Desconecta el teléfono, sintoniza música suave, pon la mesa, enciende velas y come tranquilamente. Coloca los muebles, las plantas, las alfombras y otros objetos para que activen el chi favoreciendo la reflexión, la digestión y la conversación.

La **ergonomía** (el estudio de las necesidades fisioestructurales del cuerpo humano) desempeña un papel muy importante para la comodidad en ese espacio. Las sillas del comedor, cuando son ergonómicamente correctas, sostienen el cuerpo e invitan a la relajación.

Por más curiosas, caras o de diseño que sean tus sillas, lo principal es que pasen la prueba de seguridad y comodidad. Para que cumplan su función, han de ser estables y soportar tu peso sin que te dobles o te caigas. Las sillas con patas que sobresalen o con respaldos decorativos que pinchan o cortan se han de dejar en la tienda de exposiciones.

Busca sillas con asientos que tengan una forma apropiada y estén **acolchados** o tapizados y con respaldos que acojan el contorno de tu cuerpo. Esto significa que a la mayoría de las sillas de madera, plástico y metal se les han de poner cojines para que sean cómodas. Una recomendación muy útil: siéntate siempre en una silla antes de comprarla. Llévate un libro o una revista, y cuando veas una que te guste, siéntate durante un ratito para asegurar que a tu cuerpo le gusta.

Una vista deliciosa

Dedica unos minutos al día a sentarte en todas las sillas de tu comedor y observa la vista desde allí. Muchas personas tienen una silla favorita,

pero nunca han visto qué perspectiva se ve desde las otras sillas que están alrededor de la mesa.

Instala reguladores de la intensidad de luz en todas las lámparas para crear la atmósfera perfecta cuando sea necesario. Elimina también las cosas que molestan la vista, como ese montón de cartas en la mesita del frente, o el cúmulo de llaves de la familia. Tu meta es crear un lugar de serenidad en donde la buena digestión y las conversaciones interesantes estén aseguradas.

Observa si tu mesa de comedor y las patas de las sillas encajan bien juntas. ¿Estás sentada demasiado alto o demasiado bajo para estar cómoda en la mesa? ¿Puedes mover la silla sin chocar con el refuerzo o la pata de la mesa?

Elige sabiamente la **forma** de tu mesa. El Feng Shui prefiere las mesas redondas u ovaladas que se pueden agrandar según las necesidades. Esto favorece la flexibilidad, la igualdad y el buen flujo del chi. Las esquinas de vidrio no redondeadas se consideran "flechas venenosas" por su peligrosa punta. Evita también las mesas de vidrio transparente, pues esto da la sensación de que la comida está flotando y obstaculiza la relajación.

El tamaño también es importante. Una pareja necesita la acogedora intimidad de una mesa pequeña para su uso diario, mientras que una familia necesita una mesa más grande.

Los **ventiladores de techo** son necesarios en algunos climas, pero cuando están colgados directamente sobre la mesa del comedor, puede hacer que las personas se muestren irritables, con ganas de discutir y acabar de comer cuanto antes. Por eso, cuelga los ventiladores de techo lo más alto posible y procura no hacerlo directamente sobre ningún

mueble. Es mejor que elijas un modelo sencillo con un color neutro, sin luz incorporada.



Las obras de arte pueden afectar positiva o negativamente a la cualidad nutritiva del comedor. Así, los cuadros con imágenes de frutas, verduras, flores, paisajes, marinas o personas disfrutando de una comida campestre son una buena elección, mientras que el arte que asuste o en el que domine el color o el contenido quitan el apetito.

Un **espejo** puede resultar hiperactivo para el comedor, sobre todo si es grande y refleja a los comensales. Como habrás observado, en muchos restaurantes utilizan colores brillantes, arte recargado y espejos para que la gente coma más de prisa y así deje espacio para los nuevos clientes. ¡Que no te pase lo mismo!

Honra a tus sentidos en cada comida eligiendo los colores, las texturas, los aromas, los sonidos y los sabores que quieres tener como "invitados" habituales en tu mesa. Incluye velas, flores, manteles, música suave y otros detalles que enriquezcan tu experiencia de comer.

Directrices rápidas para el comedor

- * Crea una atmósfera tranquila.
- * Asegúrate de que la mesa y las sillas seas seguras y cómodas.
- * Procura que todas las sillas tengan una vista agradable.
- * Elige arte que sea sereno y apetecible.
- * Quita los ventiladores de techo situados justo encima de la mesa.
- * Coloca decoraciones que agraden a todos los sentidos.



Quédate pendiente, pues la próxima semana te proporcionaremos las características de **Los Cinco Elementos**. Madera, fuego, tierra, metal y agua se consideran los bloques básicos de toda la materia existente en nuestro planeta. Según el Feng Shui, los seres humanos estamos constituidos por esos cinco elementos y, por lo tanto, nos sentimos mejor cuando también se encuentran en nuestra casa.

Ahora que ya hemos pasado revista a algunos espacios domésticos, la lista de elementos te será de formidable utilidad.

Los cinco elementos de todo buen hogar

Nos gusta que nuestro entorno no sea ni demasiado frío ni demasiado caliente, ni oscuro ni claro, ni pequeño ni grande, sino sencillamente correcto. Preferimos el equilibrio entre los dos extremos denominados **yin y yang**. El Feng Shui dice que cuanto más extremo sea el diseño de nuestra casa, más incómodos nos sentiremos. La mayoría de las personas es más feliz y está más a gusto en una equilibrada mezcla de rasgos yin y rasgos yang en su entorno.

Cada habitación de tu casa necesita un tratamiento individual. Cuando el yin y el yang están equilibrados, todas las habitaciones te resultan cómodas y bonitas, un paraíso personal que nutre y protege tu salud, felicidad y prosperidad.

Detente un momento a **observar** la habitación en la que te encuentras ahora. Utilizando la tabla que viene a continuación, haz una lista de los rasgos yin y los yang, y define cuál predomina. Considera si añadirías cosas o quitarías algo para resaltar el equilibrio entre el yin y el yang.



TABLA DE CARACTERÍSTICAS YIN Y YANG	
YIN	YANG
Oscuro	brillante
pequeño	grande
decorado	liso
horizontal	vertical
curvado	recto
redondeado	angular
suave	duro
bajo	alto
fresco	templado
frío	caliente
floral	geométrico
tierra	cielo
luna	sol
femenino	masculino

En el Feng Shui, los elementos **madera, fuego, tierra, metal y agua** se consideran los bloques básicos de toda la materia existente en nuestro planeta. Según el Feng Shui, los seres humanos estamos constituidos por los cinco elementos y, por lo tanto, nos sentimos mejor cuando también se encuentran en casa.

Aunque muchas personas perciben cuando hay un exceso o una carencia de algún elemento, normalmente no saben cómo arreglarlo. ¿Qué color iría bien aquí, rojo o azul? ¿La mesa ha de ser redonda o rectangular? ¿Qué queda mejor, un espejo o un objeto decorativo? La respuesta a este tipo de preguntas es



sencilla cuando sabemos leer los elementos, lo que hace de ellos una de las herramientas más misteriosas del Feng Shui. Aprende a reconocer y a combinar los cinco elementos y podrás ver exactamente lo que necesita cada habitación para estar perfectamente armonizada.

Para determinar el equilibrio general de una habitación, utiliza las siguientes listas de asociaciones relacionadas con los cinco elementos. Haz una lectura general de cada habitación y anota si hay elementos que predominan, que apenas están presentes o que no existen.

Elemento madera

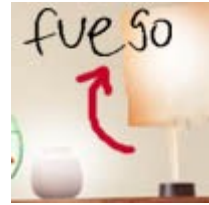
Energéticamente fomenta la intuición, la creatividad, la flexibilidad y la expansión. Este elemento se encuentra en:

- * los muebles de madera, paneles y accesorios
- * todas las plantas y flores, incluso de seda, plástico y secas
- * los paños de algodón y las fibras como el rayón
- * las tapicerías, el papel de pared, las cortinas y la ropa de cama con estampado de flores
- * cuadros o carteles de paisajes, jardines, plantas y flores
- * columnas, pilares, pedestales y postes
- * el papel
- * las rayas
- * los tonos azules y verdes

Elemento fuego

Éste activa las cualidades de liderazgo y enciende relaciones emocionales saludables entre las personas. Este elemento se encuentra en:

- * la iluminación, incluida la eléctrica, con aceite, velas, chimeneas y la luz natural del sol
- * artículos hechos de animales, como pieles, cuero, huesos, plumas, seda y lana
- * los animales de compañía y los salvajes
- * cuadros de personas o animales
- * cuadros de amaneceres, fuego u otro tipo de iluminación
- * triángulos, pirámides y formas cónicas
- * tonos rojos, incluidos el rosa, el naranja, el magenta y el castaño



Elemento tierra

Potencia la fuerza física, la sensualidad, el orden, el sentido práctico y la estabilidad. Este elemento se encuentra en:

- * el adobe, los ladrillos y las tejas
- * cerámicas y objetos hechos de arcilla
- * formas cuadradas y rectangulares
- * cuadros de paisajes, como desiertos o campos de cultivo
- * tonos amarillos y ocres

Elemento metal

Mejora la agudeza mental y la independencia, y fortalece la concentración, incluso en los momentos de estrés. Este elemento se encuentra en:

- * todos los metales, incluidos el acero inoxidable, el cobre, el latón, el hierro, la plata, el aluminio y el oro
- * el cemento, las rocas y las piedras, incluidos el mármol, el granito y las losas
- * cristales y piedras preciosas

- * cuadros y esculturas hechas de metal o piedra
- * formas circulares, ovals y arqueadas
- * color blanco y tonos pastel claros

Elemento agua

Favorece la espiritualidad, la inspiración, la relajación y la capacidad de fluir. Este elemento se encuentra en:

- * ríos, estanques, fuentes artificiales y lugares de cualquier tipo donde haya agua
- * superficies reflectantes, como cristal tallado, vidrio y espejos
- * formas fluidas, amorfas y asimétricas
- * cuadros donde haya agua
- * el color negro y todos los tonos oscuros, como el gris carbón y el azul marino



Combinaciones artísticas

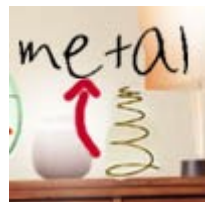
A medida que vayas aprendiendo a identificar los cinco elementos, observarás que hay muchas cosas que combinan varios de ellos o todos a la vez.

Los **acuarios**, tradicionalmente muy apreciados en el Feng Shui por sus cualidades para activar el chi, reúnen todos los elementos en una armoniosa combinación. El agua y el recipiente de vidrio representan el elemento agua; las plantas simbolizan el elemento madera; los peces, el elemento fuego; la arena representa el elemento tierra; y las rocas, el elemento metal.

Es posible decorar cualquier habitación con los cinco elementos; pueden ser de cualquier tamaño que resulte apropiado para el espacio. Es una buena idea realizar una disposición básica de objetos en zonas que necesiten energía, como el garaje, un dormitorio extra o el sótano. Esta acción positiva marca el inicio del cambio y potencia el chi.

Aprende a manejar los ciclos

Generación. Cuando introduces los cinco elementos en una habitación, estás conectando con el ciclo de generación en el que cada elemento nutre y sustenta al otro en perfecta armonía. El agua nutre a la madera; la madera alimenta al fuego; el fuego produce la tierra; la tierra crea el metal, y el metal retiene el agua. Cuando en un lugar están presentes los cinco elementos, se consigue un equilibrio natural.



Control. En este ciclo, los elementos se dominan y controlan entre sí: la madera consume a la tierra; la tierra estanca el agua; el agua apaga el fuego; el fuego funde el metal, y el metal corta la madera. Este ciclo es muy útil cuando estamos buscando el equilibrio en casa. Si domina un elemento, el ciclo de control nos mostrará al que puede equilibrar rápidamente el chi. Una vez que hemos equilibrado el elemento dominante con el elemento que lo controla, podemos volver al ciclo de generación y refinar nuestro trabajo básico.

Los extremos elementales abundan en nuestra arquitectura y habitaciones. Los motivos monocromáticos y la repetición constante de una forma son dos de las cosas que se suelen ver en las casas occidentales. Aunque percibamos el efecto como **espectacular** o moderno, la gente no se sentirá cómoda pues, en esencia, domina un elemento mientras que otros no están presentes. Recuerda que tu meta

final es reunir armoniosamente los cinco elementos en cada habitación. Vale la pena observar la diferencia cuando percibimos que una habitación resulta confortable.

Referencias rápidas para trabajar con el ciclo de control

Cuando el elemento dominante es la madera:

- * introduce el elemento metal para controlarla
- * refuérzala con la tierra y el fuego
- * compensa con toques de agua

Cuando el elemento dominante es el fuego:

- * introduce el elemento agua para controlarlo
- * refuérzalo con el metal y la tierra
- * compensa con toques de madera

Cuando el elemento dominante es la tierra:

- * introduce el elemento madera para controlarla
- * refuérzala con el agua y el metal
- * compensa con toques de fuego

Cuando el elemento dominante es el metal:

- * introduce el fuego para controlarlo
- * refuérzalo con madera y agua
- * compensa con toques de tierra

Cuando el elemento dominante es el agua:

- * introduce el elemento tierra para controlarla
- * refuérzala con el fuego y la madera
- * compensa con toques de metal

Aprovecha las superficies de tu cocina

Puesto que la cocina se relaciona con el elemento madera, puedes adornarla fácilmente con hortalizas y frutas, como boles de frutas frescas, bandejas con frutos secos y panes, **ristras** de ajos, tarros de hierbas, cestas con verduras frescas y jarrones con flores.



Revisa la superficie de trabajo de tu cocina. Además del correo y otros artículos migratorios que se van acumulando (desde juguetes y zapatos, hasta maletas y revistas), busca todos los pequeños utensilios que desordenan la zona. Superficies con objetos, sí; objetos sin superficies, no. Recuerda que el orden propicia armonía.



Reivindica tus superficies de trabajo en la cocina para los electrodomésticos, utensilios y comida que utilizas diariamente... y retira todo lo demás. El lema es: "úsalo a diario o guárdalo". Cuando limpias de "intrusos" las superficies de trabajo, renuevas y das vitalidad a toda la cocina y dejas mucho espacio para divertirse haciendo comidas creativas.

En el Feng Shui, la comida se asocia a la salud y la riqueza. Cuando disfrutamos de una situación próspera podemos comprar los alimentos de mejor calidad y más nutritivos, lo cual refuerza otra de nuestras mayores riquezas: la buena salud.

Dado que la comida **simboliza** el puente entre la salud y la prosperidad, se ha de dedicar especial atención al lugar donde se cocina. Mantén

limpia la encimera (mesada) y usa regularmente todos los quemadores, que representan la circulación abundante de riqueza en tu vida.

Si cuando cocinas quedas de espaldas a la puerta, coloca un espejo o algún otro objeto reflectante (una bandeja de metal brillante o una barra metálica para colgar utensilios) detrás o al lado de la encimera. Esto abre el espacio y a quien cocina le permite ver lo que tiene detrás.

La encimera está relacionada con el elemento **fuego**, mientras que el fregadero y los espejos se asocian al agua. Recuerda que en el ciclo de control de los cinco elementos, el agua apaga el fuego. Si tu encimera está situada al lado del fregadero, coloca cerca un símbolo perteneciente al elemento madera, para activar el ciclo de generación de los cinco elementos y equilibrar la relación entre el agua y el fuego. Hay muchos objetos que pueden representar a la madera: cucharas, boles y tablas para picar, así como fruta fresca, flores y plantas.

Iluminación armoniosa

Para cocinar y preparar la comida es necesario contar con una buena iluminación, pero mejor que no sea fluorescente. Aunque sea económica y de mucha luz, al ser de color blanco **gélido** hace que la gente se vea fantasmagórica o incluso cadavérica. Tu cocina será mucho más agradable si sustituyes los fluorescentes por luces incandescentes o halógenas.

Próximamente publicaremos en esta misma sección el mapa bagua. Con él puedes revisar la situación de tu cocina; si se encuentra en una zona donde quieres mover la energía, sé creativa. Por ejemplo, si tu cocina está en la zona del amor y el matrimonio, puedes realzarla con un cuadro que represente un par de objetos, como el de la figura de las **peras** que, al ser frutas, además refuerzan el elemento madera al que

pertenece la cocina. Haz trabajar tu imaginación y escoge el artículo de cocina correcto para realzar la zona bagua donde se encuentre tu cocina.



Directrices rápidas para la cocina:

- Mantén limpia la encimera, usa todos los quemadores y colócala en un sitio donde veas toda la cocina.
- Organiza las superficies de trabajo y los armarios.
- Elige diseños con curvas o que tengan cantos redondeados.
- Sustituye o reduce los fluorescentes.
- Incluye los cinco elementos y realza la cocina según el mapa bagua



Tu dormitorio, un lugar sagrado

Los dormitorios son para dormir, leer, reflexionar, hacer el amor y recargar pilas: un antídoto perfecto para concluir un día de estrés y trabajo. Un dormitorio acogedor y sensual invita a un buen descanso y revitaliza el cuerpo, la mente y el espíritu. El Feng Shui presenta una nueva visión, pues los dormitorios están relacionados con el elemento **metal**, y conllevan el acto de "sumergirse" bajo suaves y desenfadadas

colchas, dejándose abrazar en tranquilo confort. Considera a tu dormitorio un lugar sagrado.

Mobiliario y decoración

Elige una decoración para la cabecera de la cama que sea ligera, como telas y guirnaldas, o que esté bien fijada a la pared. No pongas objetos pesados ni objetos sueltos, como estrellas de hierro o cerámica colgando del techo. A la hora de decorar, elige cosas que no tengan espinas o cantos en punta. Evita patas de metal que sobresalgan, objetos puntiagudos o relieves afilados que puedan herir gravemente el cuerpo o la mente. Elige diseños y materiales que no te envíen al hospital por un mal movimiento.



Los **espejos** activan la energía en el dormitorio y pueden interferir en un buen descanso, provocando agitación e insomnio. Cuanto más grande sea el espejo y más cerca de la cama esté, más fácil es que altere el sueño. Si es así, puedes ponerle cortinas como si fuera ventana, destapando el espejo durante el día y tapándolo por la noche.

Recuerdos y asociaciones

Puesto que tus pertenencias están básicamente vivas, es muy importante que tu conexión con todos los objetos del dormitorio despierte una respuesta positiva y revitalizadora. ¿Hay algo que te traiga malos recuerdos? No permitas que tus cosas te provoquen sentimientos, pensamientos o asociaciones negativas, sobre todo en el dormitorio, donde recibimos las primeras y las últimas impresiones del día.

Pregúntate qué recuerdos, pensamientos, sentimientos y asociaciones viven en tu dormitorio. ¿Qué te está "diciendo" cada uno de ellos cada vez que los miras? Limpia tu dormitorio de objetos que contengan recuerdos negativos y asociaciones vivas; descubrirás que éste te acogerá y revitalizará.

Extraños compañeros de cama

Junto con las cosas que traen asociaciones y recuerdos no deseados, hay otros artículos que es mejor no tener en el dormitorio, como escritorios y aparatos de gimnasia, pues están relacionados con la actividad y pueden alterar la serenidad de la habitación. Justo cuando necesitas descansar, estas dos "figuras de acción" interrumpen tu descanso y anuncian que has de acabar un informe o que empiezas a dejar de estar en forma física. **A la inversa**, cuando ves la cama desde el escritorio o la bicicleta fija, te puede sugerir que es el momento de dormir una siesta.

Para conservar la paz y la tranquilidad del dormitorio, dedícalo a su función principal: alojar la cama. Haz que ésta sea la que gobierne la habitación y pon las cosas que reclamen actividad en otro sitio.

Los muebles que sugieren relajación, como divanes o tumbonas y las sillas de lectura, constituyen agradables complementos para crear ambiente en un dormitorio.

La vista desde la cama

En el Feng Shui, la cama debería estar situada de modo que se vea la puerta, sin estar justo delante de ella. Cuando la cama no puede estar en otro sitio que no sea directamente delante de la puerta, coloca un buen pie de cama, un baúl u otro tipo de mueble a los pies de ésta, para

marcar una separación entre la puerta y tú. Asimismo, si tienes una **ventana** justo encima de la cama, pon un buen cabezal y protege la ventana de modo que no estés directamente expuesto a ella y te sientas segura.

Lo que veas desde la cama influirá en tu visión del mundo: hazla lo mejor posible. Mejora una vista que te lleve directamente a un armario caótico o a un cuarto de baño, y sustituye los cuadros o esculturas que no sean sensuales o serenos. Tal vez no sea posible hacer un cambio estructural, como cambiar la puerta de sitio o añadir otra, pero casi siempre puedes cerrar, poner cortinas o biombos en los pasillos abiertos. Crea una visión tranquila con obras artísticas, **plantas sanas** y colores relajantes, o con una distribución apaciguadora de los objetos. Elige objetos o elementos que te resulten agradables, consciente de que eso es lo primero que vas a ver por la mañana y lo último que verás por la noche.

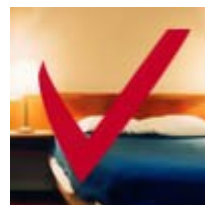


Ropero y cómodas

Los armarios y las cómodas suelen acumular un exceso de prendas y suplementos, lo cual restringe el movimiento armonioso del chi, o energía vital, por el dormitorio y por la vida. Revisa tus "focos de abundancia" regularmente y deshazte del exceso de peso. No subestimes la importancia de poner esto en práctica. En el Feng Shui, el **caos privado** es tan devastador como el caos público. Todo influye. Muchos dormitorios parecen limpios hasta que abres las puertas de los armarios y sale el desorden. Lo que ves todos los días en la intimidad de tus cajones está dejando una impresión en ti. Es esencial que esa impresión sea positiva.

Uno de mis mayores descubrimientos personales ha sido que cuando me deshago de algo que no necesito, aparece en mi vida lo que sí necesito. Al retirar lo viejo de su sitio para lo nuevo y la calidad de mi vida mejora continuamente.

Dedica un tiempo a revisar tus roperos, armarios, cómodas y joyeros, y reúne todo aquello que ya no uses o no quieras. Luego véndelo o regálalo, y anota cuándo lo hiciste. Durante los siguientes 30 días, observa las oportunidades y experiencias sincrónicas que se han presentado en tu vida; seguramente también te llegarán pertenencias que realmente necesitas y deseas.



Atracción sensual

Puesto que en la práctica del Feng Shui honramos a los cinco sentidos, nos centramos en crear entornos verdaderamente sensuales.

Los mejores colores para el dormitorio son los tonos de piel de **todas las razas**: beige perla y tostado, cacao crema, rosa y melocotón rojizo, amarillo sutil, violeta pálido y ocre rojizo, y sus variedades pastel cálido o más pigmentados y fuertes como el coral, chocolate, crema, terracota, bermellón, frambuesa, berenjena, burdeos (bordó), cobre, oro y bronce.

El blanco nieve, el gris, el negro, los azules y los verdes pueden resultar espléndidos, pero si dominan tal vez hagan que la habitación resulte demasiado fría para ser sensual.

Si tu dormitorio está decorado con tonos fríos, introduce tonos cálidos **complementarios**. Esto se puede hacer de muchas formas: una nueva capa de pintura, sábanas, almohadas, cojines (almohadones), mantelitos,

flores y velas. Siempre asegúrate de que lo que eliges realmente te inspira.

También recuerda que el arte que hay en el dormitorio produce un fuerte impacto en la mente, así que haz que sea positivo. Introduce imágenes sensuales, serenas o románticas que te calmen o inspiren.

Televisor en el dormitorio

A mucha gente le gusta ver televisión en el dormitorio. Si es tu caso, guárdala en un armario con puertas o cortinas, pues los televisores tienen mucho magnetismo y atraen la atención cuando están a la vista. Además, la mayor parte de los programas son películas de acción o malas noticias, y ninguno de ellos favorece el sueño profundo y restaurador. Lo que necesitamos antes de ir a dormir es introspección, inspiración y tranquilidad. Antes de retirarte por la noche, piensa en escribir tu diario, leer o reflexionar sobre lo que has hecho durante el día, en lugar de mirar la televisión.

La orientación de la cama

Todas las direcciones son beneficiosas, según las necesidades del momento. En general, cuando la cabeza está orientada al norte se refuerzan la salud y la vitalidad. Ésta suele ser la mejor dirección para dormir. No obstante, las otras direcciones también tienen sus **beneficios**:

La orientación al sur favorece la intuición y estimula los sueños y la memoria.

La orientación al oeste tiende a lentificar la vida y es útil cuando el estrés nos provoca agitación o insomnio.

La orientación al este tiende a acelerar la vida, ayuda a vencer la pereza y la depresión.

Las direcciones noroeste, nordeste, sudoeste y sudeste combinan las cualidades de ambas direcciones.

¿Sabías que cuanto más grande es el dormitorio de matrimonio, más alta es la probabilidad de divorcio? Esto es porque suele ser difícil convertir una gran suite multiusos en un nido **íntimo** y acogedor.

El Feng Shui ha observado que las personas nos sentimos más a gusto en entornos que no sean ni demasiado grandes (yang) ni demasiado pequeños (yin). Si nuestra habitación pertenece a alguno de estos dos extremos, podemos equilibrar los rasgos yang introduciendo objetos yin, y viceversa.

Igualdad y unidad

La presencia de mesillas de noche y el espacio asignado a cada lado de la cama, indican igualdad o ausencia de la misma en la relación de una pareja. Cambiar esta situación tiende a modificar la dinámica entre cada miembro de la pareja, así como el flujo de chi en la habitación. Una mesilla de noche y una lámpara (velador) de cada lado de la cama, así como tener suficiente espacio para entrar y salir, es lo ideal.

Las parejas que comparten los mismos puntos de vista **positivos** desde la cama, también suelen compartir puntos de vista positivos en la vida. Y a la inversa: es alarmante ver lo que sucede a las parejas que tiene puntos de vista diferentes o desagradables desde la cama.

Lo que se ve desde la cama representa la unidad y la conexión, o la falta de las mismas, que experimenta una pareja. Cuando desde la cama se

pueden ver los cuartos de baño o los armarios, nada más fácil que correr la cortina o cerrar la puerta antes de meterte en la cama. Concéntrate en unificar y embellecer tu vista desde la cama, y disfruta los resultados.

Directrices rápidas para los dormitorios

- Coloca la cama de modo que puedas ver la puerta.
- Traslada el escritorio y los aparatos de gimnasia a otra habitación o bien tápalos con un biombo.
- Si tienes un televisor en el dormitorio, ponlo detrás de un armario con puertas.
- Tapa los espejos durante la noche o retíralos de la habitación.
- Compra ropa de cama de tejidos naturales y sensuales.
- Elige tonos suaves y colores cálidos y vivos.
- Crea una vista agradable desde la cama.
- Introduce arte sensual y sereno.
- Honra a tus cinco sentidos.

Incrementa las bendiciones en tu hogar (Mapa Bagua I)

Como te lo prometimos, aquí tienes una explicación muy completa sobre el **Mapa Bagua** (o *Pa Kua*). Dada su extensión, hemos dividido la información en dos partes, para que la aproveches al máximo. Se trata de una de las herramientas más poderosas del Feng Shui pues te enseña a invocar el cambio positivo en tu vida. Y es que cuando adoptas seriamente las directrices de este mapa, los obstáculos desaparecen, tienen lugar grandes cambios y se manifiestan bendiciones.

* * *

La palabra bagua significa literalmente "ocho trigramas". Estos trigramas forman los pilares básicos del *I Ching* (El Libro de las Mutaciones) y están asociados a bendiciones como salud, riqueza, amor y creatividad, entre otras. El mapa bagua o mapa de los ocho trigramas, indica dónde se encuentra cada una de estas bendiciones en el hogar.



El mapa bagua nos permite descubrir que todas las partes de nuestra casa y de nuestra vida son igualmente importantes. Tanto las zonas interiores como las exteriores necesitan un buen mantenimiento, estar ordenadas y organizadas de modo que se pueda fluir por ellas con facilidad, belleza y gracia.

Cuando trabajas con el mapa bagua de este modo, creas un flujo de energía vital en ti misma y en tu hogar. Checa las nueve zonas del mapa bagua:

riqueza y prosperidad	fama y reputación	amor y matrimonio
salud y familia	centro	creatividad/hijos
saber y cultura	carrera profesional	personas útiles/viajes

Para que identifiques qué elementos y colores van con las zonas, revisa:



* * *

Instrucciones para dibujar tu mapa bagua

Se puede aplicar a cualquier forma fija, sean edificios, habitaciones o muebles. Una vez que comprendas los principios básicos, podrás hacer el plano de cualquier estructura.

1. Necesitarás un plano de tu casa, vista desde arriba. Especifica la forma general de tu casa, incluyendo todas las partes que están unidas a ella: garajes, porches, habitaciones construidas posteriormente, cuartos de cachivaches o de trabajo, y terrazas con barandas. Coloca el plano de modo que la entrada principal quede en la parte inferior de la página.



2. Ahora dibuja alrededor de la casa un rectángulo lo bastante grande como para abarcar todas sus dependencias. Este es el bosquejo del mapa bagua. Divide el rectángulo en nueve secciones idénticas, como si fuera un tablero, y ponle el nombre correspondiente a cada una de ellas, según las nueve zonas del mapa bagua. Este es el mapa bagua completo:

3. Si tu casa es rectángulo, todas las bagua se dentro de su tiene otra forma verás que hay dentro del mapa



un sencillo descubrirás que secciones del encuentran estructura. Si (de L, S, T ó U) zonas que están bagua, pero fuera

de la estructura de la casa. Tanto si está fuera como dentro de la casa, es muy importante determinar la **localización** de todas las zonas o "guas". Por ejemplo, en la casa del dibujo anterior, le falta casi la mitad de la zona de las personas útiles y los viajes, y una porción de la zona del amor y el matrimonio.

4. Si tu casa tiene más de una planta, traspasa el mapa bagua de la planta baja directamente a los otros pisos situados arriba o abajo.

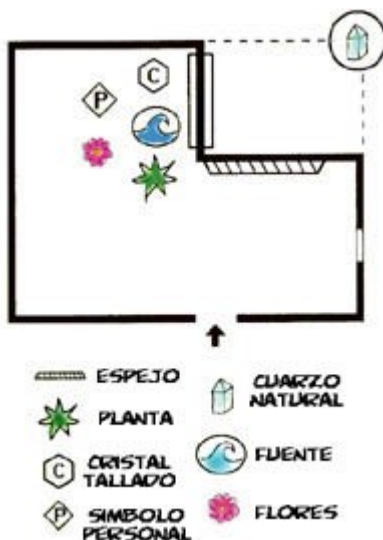
5. No te preocupes por la situación de las paredes en el interior de la casa. Tal como puedes observar en la figura anterior, a veces una habitación grande comprenderá varias zonas bagua, o una zona bagua abarcará dos o más habitaciones pequeñas.

Zonas que faltan del mapa bagua

Cuando hay zonas del bagua que se encuentran fuera de la estructura física de la casa, es importante definir las y mejorarlas de algún modo. Los accesorios que utilices para realizar las mejoras, se pueden agrupar para mejorar una zona y activar el chi (energía vital) dentro y fuera de la casa. La finalidad es crear o completar una zona ausente con algo significativo que esté en armonía con tu casa.

Cuando no puedes hacer grandes cambios en el exterior, busca la zona que te falta y entierra un **crystal de cuarzo** (u otro objeto significativo) con la punta hacia arriba, con la intención de dar energía a esa zona. Otra opción es pintar en el suelo un círculo o una línea para marcar la zona. En el interior puedes colgar un espejo o una pintura que tenga profundidad en la pared más cercana a la zona que falta. También puedes utilizar plantas, flores, fuentes, cristales o símbolos personales para avivar el chi en dicha zona.

Esto abre simbólicamente el espacio necesario para incluir lo que falta. También puedes usar cualquiera de las herramientas para activar el chi, a fin de dar poder a las ventanas y a las paredes situadas cerca de las "guas" que no existen.



El mapa bagua de cada habitación

Para hacer el mapa bagua de una habitación, sigue los mismos pasos que para hacer el de tu casa. Haz un esbozo de la habitación, coloca la puerta principal en la parte inferior de la página, dibuja un rectángulo alrededor de su perímetro, divídelo en nueve secciones iguales y nómbralas según el mapa bagua.

Lo más común es que el bagua de la casa y el de cada habitación no coincidan. La puerta o la entrada a un espacio es la guía para dibujar el

mapa bagua, y cada estancia se puede dibujar individualmente y adecuar como corresponda.

* * *

Quédate **pendiente**, pues en la segunda parte de este Mapa aprenderás a mejorar cada zona bagua y a saber cuándo es conveniente hacerlo.

Perfila lo mejor de tu casa (Mapa Bagua II)

Ahora lo que sigue es evaluar el perfil de tu mapa bagua. Para ello revisa cada **zona bagua** de tu casa, luego la de cada habitación, y hazte las siguientes preguntas:

- Qué habitación o área hay en cada zona bagua?
- ¿Qué tengo allí?
- ¿Está ordenado?
- ¿Me gusta todo lo que veo?
- ¿Veo una correlación entre lo que hay en cada zona y mi calidad de vida?
- ¿Qué puedo mejorar?
- ¿Cuál es la primera zona en la que voy a trabajar?

Este proceso puede ser muy revelador. A menudo descubrimos que la condición de las zonas bagua de la casa tiene una relación directa con facetas particulares de nuestra vida. Ya hemos hablado de que los objetos que nos rodean a diario nos dan energía o nos la quitan. Lo mejor es desaparecer aquellos que no



nos favorecen, pues una vez que se han eliminado, el chi (energía vital) mejora.

Como recordarás, la palabra bagua significa literalmente "ocho trigramas". Estos trigramas forman los **pilares básicos del I Ching** (El Libro de las Mutaciones) y están asociados a bendiciones como salud, riqueza, amor y creatividad, entre otras. El mapa bagua o mapa de los ocho trigramas, indica dónde se encuentra cada una de estas bendiciones en el hogar.

Cuando quieres cambiar algo que es mediocre en tu vida, o algo que te hace desgraciada o te agobia, puede ser que experimentes cierto caos hasta que se establezca el nuevo orden. Al trabajar con el bagua potenciamos el flujo del chi, y ese aumento en la energía hace salir a la luz todo lo que está oculto. Si aspiras a la excelencia, primero tendrás que acabar con todo lo mediocre.

Cuando introduces esta antigua ciencia en tu vida, al principio, mientras tus intenciones se abren camino hacia la materialización, puede parecerte que estás en un torbellino. La vida puede volverse caótica pues algunas facetas se reorganizan **para reflejar armoniosamente tus metas**. Haz el mapa del mar del chi que atraviesa tu casa y dale forma para reflejar quién eres ahora y todo lo que aspiras ser. Prepárate, pues las llamadas a los cambios positivos siempre tienen respuesta.

Trabajo interior y exterior relacionado con el mapa bagua

Mientras trabajas con el mapa bagua, dedica un tiempo a complementar tus esfuerzos externos con tu desarrollo personal interno. Observa cómo puedes mejorar tu carácter (lo que no se ve), a la vez que te rodeas de las mejoras y los objetos (lo que se ve) que sí te gustan.

Elige la zona bagua que deseas mejorar y cuándo es necesario hacerlo:



CHEN

La salud y la familia

Trabajo interior

Al igual que para aguantar una tormenta nuestra casa ha de estar en buen estado, nosotros también necesitamos un buen mantenimiento. Para ello es necesario cultivar los dos atributos vitales que fortalecen la vitalidad física y la salud emocional: sinceridad y perdón. Sé sincera contigo misma y con los demás, con amabilidad. Perdona a todo aquel que sientas que te haya herido o perjudicado. Lo más importante es perdonarte a ti misma. El pasado ya no existe y el presente es una página en blanco que se ha de convertir en tu obra maestra.

Refuerza la zona de la salud y la familia cuando:

- tu salud necesite un empujón,
- tengas que someterte a una intervención quirúrgica o te estés recuperando de ella
- empieces a practicar o ya practiques deporte, baile o algún tipo de ejercicio,
- desees que tu vida social y la familia que has elegido crezca o mejore,
- quieras mejorar la relación con tus parientes,
- desees reforzar los atributos de la sinceridad y el perdón.



Mejoras externas

Plantas sanas con hojas redondeadas o suaves, de aspecto elegante.

Flores naturales.

Flores y plantas secas y de seda que parezcan vibrar.

Obras de arte que reflejen tu concepto de salud ideal.

Carteles y cuadros de jardines y paisajes.

Estampados de flores y rayas en la ropa del hogar, el papel de la pared y las tapicerías.

Cualquier objeto de madera, como mesas, sillas, boles y jarrones.

Pilares, columnas y pedestales.

Fotos de la familia y los amigos.

Tonos azules y verdes.

Citas, refranes y afirmaciones relativas a la sinceridad y el perdón.



SUN

La riqueza y la prosperidad

Trabajo interior

Para apreciar plenamente la magnitud de tu riqueza has de cultivar una actitud de gratitud; el dinero es sólo una pequeña parte de la riqueza y la prosperidad. Tu vida se va forjando con todo lo que te es querido, desde los amigos, los familiares y la salud hasta tu creciente sabiduría y tus aptitudes. Al igual que con el dinero, no es inteligente arriesgar ni considerar normales los regalos de la vida que constituyen tus riquezas. La clave para recopilar y multiplicar la riqueza es perseverar en ver el vaso medio lleno.

Haz una lista diaria de todas las personas y cosas a las que estás **agradecida**. Añade a la lista todas las cualidades y aptitudes que tengas. Ahora tienes un recuento completo de tu riqueza y tu prosperidad. Observa lo rica que eres en este momento mientras te concentras en ser agradecida. La gratitud es tu senda hacia la experiencia segura de riqueza y prosperidad en todos los planos. Lee a menudo tu lista, añade cosas y regocíjate en tu riqueza.

Refuerza la zona de la riqueza y la prosperidad cuando:

- desees generar más dinero en efectivo en tu vida,
- estés ahorrando dinero o recursos con algún propósito,
- quieras sentir más agradecimiento por el flujo de abundancia y prosperidad en tu vida.

Mejoras externas

Fuentes artificiales, especialmente cuando el agua esté en movimiento. Móviles de tubos sonoros, banderas de oraciones y estandartes que atraigan simbólicamente la riqueza y la prosperidad.

Objetos queridos y colecciones valiosas, como antigüedades, obras de arte, objetos de cristal y monedas.

Carteles, cuadros y fotografías de las cosas que te gustaría comprar o

experimentar.

Azules, púrpuras y rojos.

Dichos, citas y afirmaciones relacionados con la gratitud, la riqueza y la prosperidad.



LI

La fama y la reputación

Trabajo interior

Tu reputación se adhiere a ti durante mucho tiempo. Una buena reputación ganada con la práctica constante de la integridad, inspira buena voluntad y aviva las llamas para que sucedan grandes cosas. Tus palabras y acciones son recordadas y a menudo exageradas mucho después de que se han dicho o hecho. Ten cuidado con la fama que cosechas porque te precederá durante mucho tiempo.

Refuerza la zona de la fama y la reputación cuando:

- quieras crearte una buena reputación en tu comunidad,
- quieras que te reconozcan más en casa o en el trabajo,
- desees que se te conozca bien por algo que haces,
- desees ser más íntegra.

Mejoras externas

Símbolos de tus logros, como diplomas, premios, certificados y trofeos.
Iluminación agradable.

Obras de arte que representen personas o animales.

Artículos hechos de animales, como cuero, peletería sintética, plumas,

huesos y lana.

Imágenes de personas a las que respetas.

Símbolos de tus metas para el futuro.

Objetos o estampados triangulares o cónicos.

Todo tipo de tonos de rojo, claro, brillante y oscuro.

Dichos, citas y afirmaciones relacionados con la integridad y con tu fama y tu reputación.



K'UN

El amor y el matrimonio

Trabajo interior

Para recibir amor de verdad, has de abrir tu corazón y estar totalmente receptiva a tu pareja. Las relaciones íntimas amorosas prosperan cuando la pareja confía totalmente, recibiendo con el corazón abierto.

Quizá la vida amorosa más importante que debas cultivar es la que tienes contigo misma. Trátate con la misma ternura que tratarías a tu amante. Proponte satisfacer tus propias necesidades, deseos y aspiraciones. Tu capacidad para amarte **a ti misma** refuerza el chi y atrae a gente agradable. Cítate contigo misma en los lugares que te gustan, sumérgete en un baño de agua caliente, enciende velas y pon tu música favorita. Da amor abiertamente a la persona a la que mejor conoces en tu vida, tú misma, y también recíbelo.

Refuerza la zona del amor y el matrimonio cuando:

- deseas atraer una relación romántica,

- desees mejorar tu relación romántica actual,
- estés iniciando o enriqueciendo una relación amorosa contigo misma,
- quieras ser más abierta y receptiva.

Mejoras externas

Obras de arte que representen escenas románticas y amorosas.

Pares de objetos, como candelabros, flores, libros y figuras.

Recuerdos de experiencias románticas.

Tus fotos favoritas de ti misma o de ti con tu verdadero amor.

Objetos de color rojo, rosa y blanco.

Citas, proverbios y afirmaciones sobre el amor y el romanticismo.



TUI

La creatividad y los hijos

Trabajo interior

Siempre estamos creando algo, ya sean células nuevas en el cuerpo, pensamientos, platillos o nuevos proyectos en el trabajo. Vivir es crear, y crear es estar verdaderamente viva. La clave para entrar de lleno en un proceso creativo es la alegría.

Cuando fomentas la creatividad en las personas para que se manifiesten y jueguen, iluminas el mundo con alegría. Conviértete en una entusiasta creadora de armonía, salud y belleza en tu entorno. Estimula tu sentido creativo haciendo cosas que realmente **te inspiren**. Despierta tu genio creativo dejando que se manifieste y juegue tu niña interior. Haz el máximo de cosas que te llenen de felicidad.

Refuerza la zona de la creatividad y los hijos cuando:

- desees ser más creativa en algún aspecto,
- estés realizando un proyecto creativo,
- te sientas bloqueada en el área de la creatividad,
- quieras explorar y desarrollar las cualidades de tu niña interior,
- quieras mejorar tu relación con niñas y niños,
- desees tener un hijo,
- quieras ser más feliz.

Mejoras externas

Obras de arte u objetos que sean especialmente creativos, extravagantes, divertidos, llamativos o que estimulen tu sentido creativo.

Juguetes, muñecas y animales de peluche que te hagan feliz.

Fotografías de tus hijos junto con alguna manualidad que ellos hayan hecho.

Rocas y piedras.

Formas circulares u ovaladas.

Objetos hechos de metal.

Objetos de color blanco o tonos pastel claros.

Citas, dichos o afirmaciones que hagan alusión a la alegría, a los hijos y a la creatividad.



CH'IEN

Las personas útiles y los viajes

Trabajo interior

Creas "el cielo en la tierra" cuando te concentras en lo que deseas conseguir y llevas a cabo la acción correspondiente, dejando que la sincronía te guíe. Piensa en algún momento en que tu vida cambió positivamente gracias a una persona o un lugar. Quizá conociste a alguien que se convirtió en tu tutor o viajaste por algún lugar que te enriqueció de forma especial. Gracias a la experiencia de la sincronía, te encontraste en el lugar adecuado, conociste a las personas adecuadas: estuviste en el momento adecuado.

Cultiva la **claridad** mental, de corazón y de espíritu; define tus intenciones; concéntrate en ellas; di no a lo que no encaje, y sí a lo que sí. De este modo, los momentos celestiales se alargan a horas, días, semanas, a toda una vida.

Refuerza la zona de las personas útiles y los viajes cuando:

- quieras atraer más mentores, clientes, empleados, colaboradores (gente útil y beneficiosa de cualquier tipo) a tu vida,
- quieras viajar en general o a un lugar en concreto,
- desees sentirte más conectada a tu creencia religiosa o espiritual (las personas útiles en el grado más elevado),
- te mudes a una nueva casa o a otro lugar de trabajo,
- quieras experimentar más sincronía.

Mejoras externas

Cuadros o esculturas que representen figuras espirituales o religiosas de tu agrado, como ángeles, santos, diosas y maestros.

Objetos personales que te recuerden algo espiritual, como rosarios, cosas de cristal o libros de oraciones.

Fotografías de personas que te han ayudado, como mentores, maestros

o parientes.

Obras de arte, carteles y *collages* de fotos de lugares que te gustaría visitar, donde te gustaría vivir o que para ti son especiales.

Cosas de color blanco, gris y negro.

Citas, dichos o afirmaciones de milagros, experiencias espirituales y sincronía.



K'AN

La carrera profesional

Trabajo interior

Nos guste o no, cuando tratamos de averiguar cuál es nuestra vocación nos vemos arrojados a las profundidades de nuestro ser. El camino, una vez elegido, puede ser misterioso; con frecuencia nos conduce a retos imprevisibles y, desde luego, a muchos más cambios.

En cada giro de nuestra senda profesional nos vemos arrastrados de nuevo a las aguas profundas en donde hemos de explorar nuestro **destino**. Esto puede ser una experiencia difícil que suponga tomar decisiones que los demás desapruében. Tu valor aquí es vital. Tú sabes mejor que nadie quién eres y lo que crees que has de hacer, así que... ¡a por ello!

Refuerza la zona de la carrera profesional cuando:

- quieras cambiar de trabajo o de carrera,
- busques un propósito en tu vida,
- quieras cooperar o realizar algún trabajo social en tu comunidad,

- desees cambiar de profesión,
- quieras ser más valiente.

Mejoras externas

Fuentes artificiales, cascadas y acuarios.

Ilustraciones o fotos que representen agua, como estanques, ríos, lagos o el mar.

Cualquier imagen u objeto que simbolice personalmente tu carrera, como libros sobre tu especialidad o artículos con el nombre de tu empresa.

Objetos sin forma, asimétricos o fluidos.

Espejos, cristales y objetos de vidrio.

Cosas de tonos negros o muy oscuros.

Citas, dichos y afirmaciones relacionados con el valor y con seguir tu camino.



KEN

El saber y la cultura

Trabajo interior

Asimilamos mejor el conocimiento, ya sea en la escuela o en la vida, cuando permitimos regularmente que el cuerpo y la mente estén quietos. La quietud, el complemento yin de la acción yang, se transforma en conocimiento y se adentra en la sabiduría. Para ser sabios necesitamos un tiempo de silencio para equilibrar el tiempo de actividad. Concédete cada día **un rato de quietud**.

Si aún no practicas algún tipo de meditación, introspección o contemplación, puedes comenzar ahora mismo practicando la quietud durante cinco minutos, dos veces al día. Puedes empezar sentándote cómodamente y observando tu respiración durante unos momentos. Céntrate en la inspiración y la expulsión del aire; sencillamente permanece sentada y respira, vuelve a concentrarte en la respiración cada vez que te disperses. Así profundizarás en la paz y la sabiduría que hay en tu interior.

Refuerza la zona del saber y la cultura cuando:

- estés estudiando algo,
- te dediques a asesorar o a alguna actividad de crecimiento personal,
- desees cultivar la sabiduría y la paz mental.

Mejoras externas

Libros, cintas u otro material sobre lo que estés estudiando.

Pinturas o esculturas que representen montañas o lugares tranquilos, como jardines para meditar.

Pinturas o fotografías de personas que consideres realizadas o sabias.

Cosas de color negro, azul o verde.

Dichos, citas o afirmaciones inspiradoras y relacionadas con la meditación.

El centro

Trabajo interior

El centro del mapa bagua se considera el eje de la rueda o el "plexo solar" de la casa. Es el lugar del elemento tierra y representa la

importancia de organizar la vida de modo que fluya en torno a una base sólida y bien asentada.

Averigua lo enraizada y conectada que estás con tu centro en estos momentos. Fomenta tu capacidad para permanecer centrada a lo largo de los múltiples cambios de la vida, **conectándote** diariamente con la tierra. Pasea, siéntate en la tierra o pon las manos en ella plantando plantas o arreglando el jardín. Observa cómo tu yo interior se fortalece y se centra más a medida que te conectas con la tierra

Descubre el poder de tus **puertas y ventanas**

Las ventanas se consideran **los ojos** de la casa. Hacen llegar la luz y las vistas a nuestro hogar; su situación y tratamiento es esencial para ajustar la circulación de aire y del chi (energía vital) por toda la casa.

Te recomiendo no situar nunca las puertas justo delante de una ventana (o puerta), pues tiende a absorber rápidamente la energía de la habitación.

Cuando tengas un ventanal y una puerta que queden uno frente a otro, coloca algo atractivo entre ellos, como un acuario, plantas, flores o una escultura. Las cortinas, los muebles, las plantas y los cuadros cerca de las ventanas también ayudan a ralentizar y canalizar algo de la energía que pasa por la habitación. Cuando no haya sitio para estas cosas, cuelga un **crystal tallado** en la ventana.

Comprueba la vista que tienes desde cada ventana (y puerta) de tu casa. Si lo que ves no te gusta, puedes hacer algo para mejorarlo. Si lo que ves es un aparcamiento o una calle con tráfico, cierra la parte inferior de la ventana y deja que entre la luz desde arriba. También

puedes colgar comederos para pájaros, **plantas en flor**, esculturas y otros "detalles estéticos" cerca de la ventana.

Al igual que con los espejos, las ventanas grandes de una sola hoja te ofrecen una vista clara y entera. Todas las ventanas han de estar limpias y en buen uso, incluidas las del garaje, el sótano, el desván y otras que no estén a la vista.

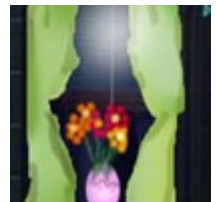
Las puertas

La puerta principal, a la que con frecuencia se hace referencia como "la boca del chi", se considera la abertura más importante a través de la cual entran la energía vital y las oportunidades favorables en la vida. Todas las otras puertas se consideran "bocas" pequeñas por las cuales el chi halla **su camino** hacia las habitaciones de la casa.



Descubre el poder de tus puertas y ventanas

Al construir una casa se debe planificar situar las puertas de modo que no estén justo delante de las ventanas u otras puertas, o dejar suficiente espacio para colocar un mueble, un macetero, una isla, una escultura o una pantalla entre ellas. Al igual que con las ventanas, cuando dos puertas están una frente a otra, la energía sale muy rápido de la habitación, salvo que se ralentice su flujo y circulación colocando algo **entre** ellas. Lo que tratamos de conseguir es que el chi merodee por las habitaciones como una brisa refrescante, en lugar de entrar como una ráfaga de viento.



Bien puedes ofrecer una vista que dé amplitud a las puertas que se abren a un espacio reducido, como un distribuidor o un pasillo. Esto se puede conseguir con un espejo o con una pintura que tenga profundidad.

Revisa todas las puertas de tu casa y asegúrate de que se abren del todo y sin dificultad. Cualquier cosa que impida la plena apertura de una puerta se ha de cambiar de lugar. Repara las puertas tan pronto como descubras que se quedan enganchadas, que están destantaladas o que necesitan bisagras nuevas o una mano de pintura.



Directrices rápidas para ventanas y puertas:

- Modula el flujo del chi entre ventanas y puertas.
- Embellece las vistas.
- Cubre las ventanas y las puertas para tener más intimidad.
- Elige ventanas de una sola hoja (una sola luz) siempre que sea posible.
- Haz un buen mantenimiento de puertas y ventanas.
- Coloca los interruptores de la luz cerca de las puertas.

Tu baño, una bujía de buenas vibras

En el Feng Shui antiguo se creía que los baños creaban problemas económicos, y de ahí la popular frase: "tirar el dinero por el retrete". Se considera que las cañerías del cuarto de baño literalmente **drenan** la energía vital y los recursos de una casa. No obstante, si diseñas tu baño para que sea agradable y alegre, a la vez que funcional, esto no tiene por qué ocurrir. Con el Feng Shui puedes equilibrar la energía y hacer que fluya a través de tus cuartos de baño y tus cuentas bancarias.



Empieza por tapar los desagües cuando no los uses. Aunque en el caso del inodoro sea especialmente importante debido a su gran abertura, todos los desagües pueden eliminar el chi o energía vital en cierta medida. Tapa el desagüe del lavabo, de la ducha y de la bañera cuando no los uses, o cúbrelos con alfombrillas de goma especiales para estos fines. Cuando no puedas hacer nada mejor, **al menos** mantén la puerta del baño cerrada.



Lo ideal es que el inodoro esté situado de modo que no lo veas desde la puerta del baño. Aísla la zona íntima detrás de una pared que llegue hasta el techo o sólo hasta la mitad. Cuando sea imposible, cuelga del techo un cristal redondo tallado, entre la puerta y el inodoro, para elevar el chi y hacer que circule.

Motivos significativos

Con una mano de pintura, toallas nuevas, velas, arte y plantas, pronto aumentarás el chi. Si un cuarto de baño no tiene luz natural o es muy poca, pon una lámpara de poca potencia o una luz de emergencia y mantenla casi siempre encendida.

Pon en el cuarto de baño cosas que te guste ver y mantén los mármoles, la zona de la bañera y los armarios ordenados. ¡Ah!, y no te olvides de **enterrar** a los "soldados muertos" (frascos de champú y otros productos casi vacíos o caducados).

Los cinco elementos en el baño

Si hablamos en términos de los elementos, en el cuarto de baño predomina el elemento agua y se puede equilibrar añadiendo el elemento tierra, como tonos amarillos u ocres, artículos de barro y baldosas de cerámica. El elemento fuego, que "crea" y refuerza la tierra, también da calor y luz a través de velas, lámparas, colores rojizos y cuadros de animales o personas.

Puesto que el elemento madera "bebe" agua y "alimenta" al fuego, puedes realzar tu cuarto de baño con plantas sanas, flores naturales y cuadros o pósteres de jardines, papel pintado y toallas de rayas o motivos florales, objetos de madera y **tonos azules y verdes**. El elemento metal, que se asocia al color blanco, a las piedras y a los objetos metálicos, no se ha resaltado puesto que tiende a retener, y por consiguiente a reforzar el elemento agua, ya dominante. Se trata de conseguir un equilibrio en lo que era una estancia demasiado acuosa.



El bagua del cuarto de baño

Observa en qué zona bagua está situado tu cuarto de baño y diseña el motivo que encaje. Si, por ejemplo, se encuentra en la zona de la riqueza y la prosperidad, puedes transformarlo poniendo cortinas de color rojo burdeos (bordó) en la bañera, cambiando todas las toallas para que hagan juego con las cortinas y añadiendo accesorios de lujo. Así, pronto fluirá más prosperidad que nunca en tu hogar.

Así como se puede hacer que el cuarto de baño en la zona de la riqueza y la prosperidad sea opulento, de la misma manera puedes hacer que el que está **en la zona del amor** y el matrimonio sea sensual y fragante, y que uno que está en la zona de la salud y la familia sea luminoso y alegre, con arte y accesorios florales. Con independencia de dónde

esté, si tu cuarto de baño es un lugar bonito que tiene su propia personalidad, te garantizará una buena corriente de chi.

Ejercicio mental

Los cuartos de baño representan la limpieza y el lugar donde se deja lo viejo para hacer sitio a lo nuevo. Asegúrate de que no estás reteniendo actitudes antiguas que evitan que sientas la dicha y la promesa que te ofrece cada momento nuevo.

Revisa tus patrones de pensamiento y sentimientos **tóxicos**, como el resentimiento, la ira o la impotencia. Luego, cuando te vuelvas a duchar o a bañar, libéralos conscientemente en el agua purificadora. Deja que se vayan por los desagües con el agua jabonosa.



Directrices rápidas para el cuarto de baño:

- * Tapa todos los desagües cuando no los uses.
- * Cuando sea posible, separa el inodoro de la puerta para que no se vea.
- * Pon una puerta, cortina o pantalla entre el dormitorio y el cuarto de baño.
- * Armoniza los cuartos de baño según los cinco elementos y el mapa bagua.
- * Procura que el cuarto de baño sea bonito y esté ordenado.



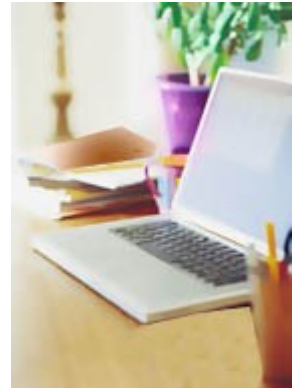
Diseña una **central de productividad en casa**

*Hoy muchísimas mujeres trabajan asalariadamente en casa. Con frecuencia hacen un huequito en la mesa del comedor para poner la computadora, o bien se agencian una mesita destartalada, pues consideran que con eso basta. Pero ese no es el mejor camino para darle toda la importancia a su trabajo. Es preciso **elegir** un sitio, por pequeño que sea, para desarrollar sus labores. Si se aplican, ese puede convertirse en un lugar de poder, en una central de productividad. Lo que hagan allí les conducirá directamente a la prosperidad y al éxito, basadas en los principios del milenario Feng Shui.*



Cuanto más activo sea tu trabajo y más relacionado esté con la gente, más te beneficiarás de tener el despacho o estudio en la parte frontal de la casa.

Si tu trabajo es más contemplativo y enfocado hacia dentro, la situación ideal es en la parte posterior del hogar. Las habitaciones traseras ofrecen la atmósfera necesaria para artistas, escritoras y toda aquella que necesita paz y tranquilidad para trabajar.



La ubicación de la mesa o escritorio es de **vital importancia**. Lo ideal es poder ver perfectamente la puerta cuando estés sentada, tener una vista agradable desde la ventana y una pared sólida detrás de ti. Esto te ofrece un apoyo completo desde atrás, y una vista de control y poder desde delante.

¡Tú tienes derecho a tu espacio! La reivindicación de la posición de poder en el despacho de casa, con frecuencia supone cambiar de sitio la

mesa de trabajo y colocarla como si fuera una isla en la habitación, en lugar de apoyarla contra una pared, de modo que resulte atractiva desde todos los ángulos, sin exponerla a cables enredados o cantos inacabados. **Encierra los cables** en una moldura diseñada para ello (puedes encontrarla en cualquier ferretería) y pásala por fuera de la zona de peligro, escondiéndola debajo de la alfombra o de la moqueta.

Si la madera de la parte frontal de la mesa está deteriorada, puedes transformarla dándole una capa de barniz o pintura, o bien esconderla detrás de una pantalla pequeña, plantas, estanterías para libros o muebles.

Al escoger el escritorio o la mesa de trabajo, piensa qué medida y diseño te van mejor, y habrás de determinar la altura que vaya bien con tu silla. Las superficies rectangulares, circulares, ovales o en forma de riñón son las mejores.

Considera que **tu silla es tu trono**, por ello es una pieza vital de tu despacho. Elige la que te resulte más cómoda, pues tu capacidad para producir y prosperar se ve considerablemente incrementada con una silla de trabajo adecuada, con patas (y ruedas) firmes, respaldo alto y brazos ajustables, de ser posible.



Ya hemos dicho en esta serie de artículos, que el poderoso chi o energía vital no puede hallar su camino a través del desorden y el caos. Elimina cualquier tendencia a **amontonar** catálogos, revistas o boletines de noticias que no tengan relación con tu trabajo, así como papeles en los rincones u otros sitios de la oficina o despacho. Esto es esencial para la creatividad, el nivel de energía y la habilidad para atraer nuevas oportunidades.

Para que tu despacho sea eficaz, has de ordenarlo regularmente manteniéndolo organizado y libre de trastos, a fin de que los nuevos proyectos y las empresas creativas tengan un lugar en donde florecer.

La sensualidad

Cuando personalices el despacho de casa, conecta con tus cinco sentidos. Recuerda que es en donde te pones las *pilas* y produces. Decide qué vistas, sonidos, gustos, olores y sentimientos despiertan tu poder, tu creatividad, tu energía y tus recursos.

Rodéate de las cosas que **te inspiran**, te hacen ser creativa y productiva. Haz que sea tu central de productividad.

Usa el mapa bagua para dar fuerza a tu despacho. Con el mapa en la mano, sitúate en la puerta del despacho y mira la habitación, poniendo especial atención en las zonas que corresponden a tus actuales metas en la vida. Colocar en el despacho de casa objetos que afirmen las **distintas zonas bagua**, estimula y mantiene la creatividad y da al despacho un aire de recogimiento, a la vez que proporciona equilibrio y calidez exterior.

El mapa bagua también puede aumentar la corriente de chi alrededor de la mesa de trabajo. Tu "entrada" es el lugar donde te sientas en el escritorio, generalmente en la zona de la carrera profesional. Desde tu asiento, defines dónde está cada *gua* de tu escritorio. Haz un mapa de tu escritorio y de tu habitación, prestando atención especial a realzar las *guas* que están relacionadas con las áreas de tu vida que te gustaría mejorar.

En un **ejemplo** de escritorio organizado según el mapa bagua, el ordenador está en la zona de la carrera profesional; los libros de

referencia en la del saber y la cultura; la caja con útiles de oficina está en la zona de la salud y la familia; en la zona de la riqueza y la prosperidad hay un cuadrado que simboliza el *cuerno* del dinero y una calculadora; una lámpara en la de la fama y la reputación; una foto y un florero en la del amor y el matrimonio; lápices y bolígrafos en la de los hijos y la creatividad, y el teléfono en la de las personas útiles y los viajes.



Directrices rápidas

- Elige un lugar de la casa que encaje con tu vocación
- Colócate en la posición de poder del despacho
- Tras determinar tus necesidades, escoge muebles seguros, cómodos y estéticos
- Mantén el orden y elimina las cosas que no uses
- Pon cosas que agraden a todos tus sentidos
- Realza tu despacho y tu escritorio según el mapa bagua

Herramientas básicas para activar el chi

La meta del Feng Shui es favorecer la armonía y la vitalidad de nuestro entorno. Por eso he insistido en que te rodees de cosas que eleven tu espíritu y te lleven a vivir plena de chi.



Como hemos visto en esta larga serie, el chi o energía vital siempre se activa con la alegría, la inspiración y la creatividad. El Feng Shui te invita a verter tu individualidad en casa, del modo que te resulte más atractivo, usando las distintas herramientas para activar el chi:

- arte
- color
- cristales
- iluminación
- seres vivos
- espejos
- objetos de la naturaleza
- instrumentos sonoros
- fuentes artificiales
- móviles de viento



Los colores y las imágenes de tu **arte** reflejan aspectos de ti misma que te pueden animar o hundir. Idealmente, tus obras de arte deberían plasmar sentimientos positivos y actuar como una reafirmación ambiental en tu casa. Las obras que reflejen violencia, tristeza, crispación o muerte no son recomendables.

Hay un fenómeno denominado arte curativo; refleja el largo viaje interior de una persona en un momento concreto de su vida. Pero este arte, al igual que la medicina, una vez cumplida su función deja de ser necesario. Conservarlo a menudo es perjudicial. Por eso, date permiso para deshacerte de cualquier obra que ya no te guste o te recuerde algo de tu pasado que **prefieras** olvidar. Tu arte debe ser un reflejo exacto de la inspiración de tu yo interior, una ventana hacia una experiencia superior y que eleve el espíritu.

Si tienes alguna obra heredada que no te gusta o no quieres, es el momento de deshacerte de ella: se la das a un familiar que realmente la desee o a un anticuario, o bien la regalas. Los recuerdos del pasado sólo son buenos cuando te llevan a donde quieres ir.

Tus obras de arte también pueden adaptarse a la función de la habitación y del mapa bagua para conseguir una activación del chi. Este tipo de "disposición" fomenta y apoya doblemente aspectos específicos de tu vida.

El arte espiritual que sea **significativo para ti**, también es una potente forma de atraer y activar el chi. Esto incluye imágenes de ángeles, santos, grandes maestros, dioses, diosas y místicos. Por ejemplo, un mandala tibetano o una estatua de Buda en la zona de la carrera profesional del salón, recuerdan al habitante de esa casa que ha de mantener un propósito en su trabajo. Aquí, una vez más, la clave es elegir los símbolos que para ti tengan un sentido personal y te inspiren. Coloca arte espiritual en cualquier área bagua que desees mejorar.

El arte original, como una pintura de flores radiantes o dos personas sanas en situación íntima, contiene mucho chi. Has de integrar tu creatividad y el arte en tu hogar, ya sean acuarelas, fotos, cerámica,

tapices o *collages*. Cualquier expresión artística personal de la que te sientas orgullosa tiene mucha fuerza.

Dedica unos momentos a observar el arte que has recopilado. ¿Qué parte de ti **representa** cada pieza? ¿Te gusta lo que ves? Si no es así, considera prioritario deshacerte de ello y reemplazarlo por lo que realmente te gusta. Tu arte, al igual que todo lo que te rodea, está para elevarte y nutrirte diariamente. Disfruta coleccionando arte que refleje tus metas. Exprésate y deléitate en el proceso de crear un hogar que, en sí mismo, sea un "original".



El **color** puede activar muchísimo el chi si te gusta, o absorberte por completo la energía si te desagradada. Si un color te molesta, cámbialo. Puede salvar tu matrimonio, tu salud mental o tu trabajo, entre otras cosas.

Los colores que le gustan a una persona, otra los puede aborrecer; como en todas las herramientas para activar el chi, el color es opcional. Utiliza aquellos asociados a los cinco elementos y el mapa bagua sólo si te gustan. Si no es así, busca otra forma de decorar el espacio. Ten presente que cada color básico incluye un amplio espectro de tonos y matices.

Puedes introducir el color de muchas formas. Por ejemplo, los azules y verdes asociados a las zonas del saber, la cultura, la salud y la familia, se pueden introducir con **jarrones, libros y muebles**. O se pueden pintar las paredes con atractivos tonos verdes, verde mar o azul. Otras posibilidades podrían ser un cuadro de un herbario, una hiedra de seda de color verde oscuro en un florero de vidrio color turquesa, o varias

botellas de color azul brillante y verde que contengan aceites aromáticos.

Define cuáles son tus colores favoritos, cuáles te nutren hasta los huesos, te dan energía y te sanan. Cualquiera sean, asegúrate de que tienes algunos de ellos en tu entorno.



Los cristales tallados esféricos modulan el chi en torno a rasgos arquitectónicos extremos. Se suelen usar cuando no hay sitio para ningún otro tipo de realce. Por ejemplo, se pueden colgar cristales del techo cerca de un ángulo puntiagudo o un rincón que sobresale invadiendo una habitación, para reducir la punta del ángulo y equilibrar la circulación del chi.

Tradicionalmente los cristales se colgaban con un hilo rojo o de una plomada de 18 a 27 cm (múltiplos de 9, ya que este es el número de tonificación de la energía). Pero si no te gusta que se vea el hilo, cuelga el cristal como prefieras, con la certeza de que el cristal cumplirá su función de cualquier modo.

En los cuartos de baño, los cristales **contrarrestan** los efectos de drenaje del lavabo, el inodoro y el baño, activando el chi y haciéndolo circular. Cuelga un cristal del techo, a mitad de camino, entre el inodoro y la puerta, o en medio del techo cuando el inodoro se pueda ver desde la puerta.



Los cristales también modulan el chi en los pasillos largos y al inicio de una escalera larga, para frenar la cascada de chi que cae.

Cuando una habitación parece estancada o necesita una limpieza, cuelga un cristal en el centro. Tiene más efecto si es el único cristal de la habitación, pues a través de él circula una onda de chi clara y limpia.

Los cristales simbolizan la circulación saludable y **alegre** del chi a través de tu cuerpo, mente y espíritu. Representan tu capacidad para seguir tu propio ritmo. Si sientes que la vida va demasiado aprisa o demasiado lenta, es que has de modular el chi.

La **iluminación** es una forma sencilla de activar el chi en tu casa. Esto incluye la luz de lámparas incandescentes o halógenas, así como velas, lámparas de aceite y luz natural del sol. La luz puede llenar un rincón oscuro, elevar un techo bajo, camuflar un ángulo puntiagudo o iluminar una habitación sombría.

Cuando utilices una luz para infundir energía a una área bagua, procura dejarla encendida el máximo tiempo posible hasta que experimentes un cambio positivo.

En el mejor de los casos, la iluminación es arte. Elige lámparas e instalaciones de luz que den carácter a tu decoración. Si hay una zona oscura en tu casa, observa a qué zona del mapa bagua corresponde. A menudo las zonas oscuras de la casa coinciden con aspectos oscuros de la vida.

Tubos

Aunque dan bastante luz, los tubos fluorescentes estándar hacen bastante ruido, parpadean y sólo emiten una parte del espectro de la luz. Son famosos por proyectar una luz enfermiza y artificial sobre toda persona o cosa que iluminan y pueden agotar el



chi. Por lo tanto, no son recomendables para los sitios en donde se pasa mucho tiempo, como la cocina o el despacho. Es mejor recurrir a las lámparas incandescentes o halógenas.

Chimeneas y velas

Las chimeneas pueden ser una maravillosa fuente de calor y de luz, a la vez que son una poderosa representación del elemento fuego. Sin embargo, como a menudo son de tamaño considerable, también pueden resultar demasiado ardientes y quemar el chi de la habitación. Sería conveniente colocar cerca de ella un símbolo del elemento agua (algún adorno que contenga agua, un espejo, mamparas de cristal o cualquier tipo de decoración con cristal).

Las velas son otro tipo de iluminación que activa el chi; aportan luz y calor a una habitación y suponen una forma fácil de experimentar con colores y formas nuevas. Se pueden usar para dar energía a una zona bagua o para representar uno o más de los cinco elementos. Las mejores velas son las que no gotean y no están perfumadas, o bien tienen agregado un aroma de forma natural.

Los seres vivos, como las plantas sanas, las flores, los animales domésticos habituales y otro tipo de fauna, son portadores de energía vital. Aportan la fascinación de la naturaleza al interior de nuestro hogar, dan vida y color, reforzando nuestra valoración de la vida.

Plantas

Son excelentes instrumentos para activar el chi cuando están sanas y radiantes. También aportan el beneficio de limpiar el aire que nos rodea. Elige plantas que tengan un aspecto agradable, como las que tienen hojas grandes y redondeadas, o las que son suaves y elegantes.

Las que tienen formas poco amistosas o con espinas (incluyendo la mayoría de los cactus) no son recomendables, a menos que estén lejos de las personas y junto a otras plantas más amigables.

En el Feng Shui se suele utilizar plantas para suavizar ángulos y rincones que crean tanto el mobiliario como la propia estructura del edificio. Una planta bien elegida puede transformar una habitación. Al escoger una planta para tus necesidades, asegúrate de que puedas ofrecerle el entorno y la luz adecuados para su buen crecimiento.

Cuando una planta se enferma o deja de estar lustrosa, es mejor **reemplazarla**. No pierdas mucho tiempo cuidándola, a menos que tengas un invernadero o una zona especialmente destinada como *hospital vegetal*. Las plantas sanas y radiantes favorecen el chi; las enfermas, no.

Asegúrate de ponerlas en maceteros o recipientes agradables a la vista y al espíritu. Confía en los cinco elementos y en el mapa bagua para escoger los colores, las formas y los materiales de los maceteros que correspondan al área o elemento con el que estés trabajando.

Las plantas **de seda** se pueden usar en zonas demasiado oscuras, demasiado altas o que pasen mucho tiempo sin cuidados. Mientras parezcas sanas y vivas, son buenas sustitutas de las plantas naturales. Quítales el polvo con un secador de pelo y límpialas regularmente para que duren más y tengan una apariencia natural.

Ah, las ramas y las plantas secas suelen parecer muertas y no son recomendables para activar el chi.

Flores

Las flores naturales dan color y sensualidad a cualquier habitación. Un ramo de muchos colores encarna la danza viva de los cinco elementos, mientras que las de un solo color pueden resaltar un elemento concreto. También puedes elegir artísticamente para realzar las zonas bagua de la casa, como dos rosas color de rosa para la zona del amor y el matrimonio, o lirios morados en la zona de la carrera profesional.

Las flores secas, incluyendo centros de mesa y otros adornos florales, son una alternativa para las flores frescas, pero tienen una vida **más corta** de lo que se cree. Las secas pierden su vibración (su propio chi) a los tres o cuatro meses y, al igual que las frescas, pueden consumir la energía de un lugar si se conservan demasiado tiempo.

Los popurrís de flores tampoco están muy bien vistos en el Feng Shui por la misma razón que las flores secas. La gente suele conservarlas demasiado tiempo después de que han perdido sus cualidades para activar el chi.

Animales de compañía

Las mascotas son baterías naturales de chi y pueden despertar el espíritu de ternura en casi todo el mundo. Es de dominio público que llevar animales domésticos a los hospitales y residencias de ancianos refuerza la salud y aumenta el bienestar de pacientes y residentes.

Como siempre sucede en el Feng Shui, la clave es el cuidado. Cuando tratas a los animales con amor y dignidad, aportan una gran energía a tu casa. Limpia y renueva a menudo el lugar en donde duermen, así mejorarás su salud y vitalidad, y también **la calidad del chi** que fluye por tu casa. No permitas que nadie (niño o adulto) maltrate o rechace a

un animal doméstico. Esto es importante con cualquier tipo de animal, incluidos peces, hámsters y reptiles.

El chi se intensifica dentro y fuera de casa invitando a los pájaros, palomas y otros animales a que visiten tu jardín, el balcón y las ventanas. Cuanto más urbana sea la vivienda, más importante es conseguirlo.

En la medida de tus posibilidades, lleva la naturaleza con todo su chi lo bastante cerca de tu casa como para disfrutar de ella a diario.

Los **espejos** son el instrumento favorito para activar el chi porque hacen un gran trabajo, moviéndolo y haciéndolo circular por el hogar. Iluminan zonas oscuras, proporcionan sensación de seguridad y reflejan vistas hermosas. También pueden "curar" o compensar retos arquitectónicos como columnas, ángulos y rincones; dan amplitud visual a espacios reducidos (pasillos, recibidores) que de otro modo resultarían muy agobiantes. Puesto que los espejos activan el chi, su presencia hace que una habitación tenga más vida. Cuanto más grande sea el espejo, mejor.

Sin embargo, también puede activar demasiado el chi en habitaciones que se supone han de ser relajantes, como el comedor y los dormitorios. Una de las formas más rápidas de *calmar* un dormitorio y a sus ocupantes es quitar o **cubrir** los espejos. Los grandes, como los de las puertas de los armarios, pueden ser tratados como si fueran ventanas, con cortinas o persianas que se descorren para dar la bienvenida a la luz del sol y que luego se corren para aquietar la habitación por la noche.

Por último, una forma más práctica y definitiva es colocar los que están en los armarios del lado interior de las puertas.

Es importante elegir aquellos que reflejen imágenes enteras. Los espejos brillantes y claros reflejan un chi claro y brillante. Por lo tanto, los mejores son los grandes y de una pieza. Aquellos que tienen cenefas biseladas en los bordes están bien, pero no son recomendables los adornos biselados que parten el espejo; tampoco los antiguos, rotos o empañados, y los de piezas. Ver una imagen completa y clara de ti misma aumenta **tu autoestima**, los que cortan tu imagen en trozos tienen el efecto contrario.

También es importante que los espejos realcen la belleza y la armonía de la habitación, reflejando una buena vista. Si alguno de tus espejos refleja algo desagradable, cámbialo de sitio o añade un elemento que haga lucir el reflejo y, por consiguiente, la habitación. Evita que los espejos cuelguen directamente uno encima de otro, pues los múltiples reflejos podrían desorientar.

En el Feng Shui, los espejos pequeños a veces se usan para devolver los conflictos a su origen. Si tienes una vista desagradable (cables, esquinas afiladas o ángulos de otros edificios; vecino abominable) puedes colgar un espejo pequeño (o un espejo compacto como los de cosmética) en dirección al problema y lo devolverá a su **lugar de origen**. También se puede colocar en la parte exterior de una ventana o de una puerta que tengan una vista desagradable. O bien, según la localización del problema, se pueden colocar espejos pequeños detrás de un cuadro, debajo de una alfombra o en el techo. Muchas veces el espejo no llega a verse cuando está en su lugar. Basta con recordar que se ha de colocar el lado reflectante del espejo hacia el punto donde hay lío.



Creaciones de la **naturaleza** como rocas, troncos de árboles, piñas, vainas con semillas, maderas que hayas encontrado en la playa y nidos

de pájaros, entre otras cosas, pueden ser grandes instrumentos para activar el chi y son sencillos de cuidar. Pueden ayudarte a mantener tus metas, deseos y aspiraciones. Por ejemplo, una colección de piedras talladas representa simbólicamente los atributos del servicio, la claridad, la receptividad, el amor y la compasión, a la vez que refuerza la zona de la riqueza y la prosperidad.

En el Feng Shui se considera que las rocas y piedras redondas son grandes almacenes de energía natural y refuerzan el chi en cualquier zona bagua.



Los **instrumentos sonoros** atraen y activan el chi. Los móviles de tubos sonoros, campanas, cortinas de cuentas, instrumentos musicales, gongs y cualquier cosa que produzca un sonido agradable, se consideran objetos que activan el chi.

El principal instrumento sonoro utilizado en el Feng Shui es el móvil de tubos sonoros, que suele colgarse en la entrada principal para atraer energía positiva. Los instrumentos sonoros melódicos también estimulan la energía en una zona que provoque claustrofobia y estancamiento. Limpian el espacio y lo devuelven a un estado más neutral y energético; reducen el estrés, la enfermedad y la apatía.



Las **fuentes artificiales** atraen y crean chi vital. El agua en movimiento como la de las fuentes y cascadas, contiene componentes visuales y sonoros, ofrece una imagen agradable adonde dirigir la mirada y el oído.

La acogedora y estética presencia de las fuentes es muy adecuada para los recibidores, así como para la habitación de un bebé. Las fuentes de interior, las cascadas y los acuarios son instrumentos excelentes para activar el chi de cualquier zona bagua interior. Se considera que son especialmente poderosas en las áreas de la riqueza y la prosperidad, y de la carrera profesional, porque contienen el elemento agua que está directamente relacionado con la abundancia de dinero y recursos.

Las fuentes artificiales también son una buena alternativa para reforzar las zonas bagua exteriores inexistentes, llenan el rincón o la pared exterior del edificio que "falta" y **completan** simbólicamente la estructura a la vez que aseguran el flujo y la circulación constante de chi. En todos los casos, el agua ha de fluir en dirección a la casa, hacia el interior de la habitación, o hacer un circuito de 360° para dirigir correctamente la energía.



Finalmente, los **móviles de viento** como los colgantes, molinetes, estandartes, banderas de oraciones y veletas de viento atraen y refuerzan el chi. Dentro de casa se pueden usar para aligerar las vigas, definir y mejorar las habitaciones y reforzar las zonas bagua.

Estos móviles son muy variados y se pueden hacer casi con cualquier cosa. En el interior, podemos fabricar nuestro propio móvil colgante con cosas que tengan un significado especial para nosotros, como objetos de la naturaleza, fotografías o joyas. En el exterior, el movimiento y el atractivo de los móviles atrae el chi y lo hace circular.

Se trata de símbolos del movimiento que tiene lugar desde una base sólida. Representan nuestra habilidad de **fluir y cambiar** con el

presente; simbolizan el gozo, la creatividad o cualquier otro atributo que desees desplegar y al que te apetezca darle "rienda suelta".

Dosifica la energía de pasillos y escaleras

Los pasillos y escaleras conectan las habitaciones y las plantas de nuestras casas. Son los pasajes a través de los cuales deambulamos nosotros y la energía vital o chi. Cuando tienen características **extremas**, sin embargo, se han de compensar y realzar para canalizar una corriente de chi saludable.



Los pasillos suelen ser oscuros y lisos. El Feng Shui busca que la gente no se sienta impulsada a correr por el pasillo, sino que vaya despacio, a un ritmo saludable, haciendo de él un lugar interesante.



Contempla el tuyo como una "habitación" de **cualidades únicas**. Por ejemplo, su forma larga y estrecha se presta para ser una galería de arte donde exponer cuadros, fotografías, espejos y otros objetos de colección. Verás que cada obra actúa como una "ventana", aportando color e interés al corredor.

Las luces empotradas y las guías con focos pueden transformar espectacularmente un largo y oscuro espacio en un luminoso salón. Para dar amplitud e iluminar la vista, cuelga espejos o cuadros que tengan profundidad justo delante de las puertas que dan al pasillo. Y a la inversa: el final de un largo pasillo se realza con una pintura que no

tenga profundidad, como un bodegón, que decora sin hacer más largo el pasillo.



El Feng Shui suele ver las escaleras como "cascadas caudalosas" que conducen la energía demasiado rápido de un piso a otro. Son especialmente conflictivas cuando desembocan **directamente** en la puerta principal de la casa, precipitando el chi que se supone ha de recorrer toda la casa. Donde sea que estén las escaleras, cuanto más largas y empinadas, más será necesario compensarlas.



Coloca objetos atractivos al final de la misma, como una escultura, un biombo, muebles, fuentes o plantas. Procura no abarrotar la zona. Un cristal tallado encima del último peldaño también ayuda a elevar y a hacer circular el chi que cae.

Cuando el espacio es limitado, cuelga un espejo **enfrente** de la escalera, para cazar simbólicamente la energía en rápido descenso y proyectarla de nuevo hacia arriba por la escalera. Las obras pictóricas que elevan el espíritu son otra buena opción.

Al hacer más interesantes y hermosas las escaleras, equilibrarás el flujo de la energía vital por toda la casa.

Directrices rápidas

- Procura que los pasillos y escaleras estén abiertos y libres de objetos que obstaculicen el paso.

- Siempre que sea posible, defínelos con pinturas, estanterías, muebles, alfombras y otros adornos.
- Decóralos según su situación en el mapa bagua.
- Utiliza cuadros, espejos y cristales para equilibrar la circulación del chi.