

# Feng shui Primavera, a estação inspiradora!



O feng shui, arte milenar chinesa, estuda a forma como a energia flui num espaço. Se esta fluir livremente, os indivíduos tendem a sentirem-se bem e os ambientes tornam-se saudáveis, ao passo que se a energia não fluir, a energia tende a estagnar e os problemas a vários níveis começam a surgir.

Mas, como e quando pôr a energia a fluir? Sempre, mas é na Primavera que o potencial e os resultados são ainda mais visíveis.

**A** Primavera é a estação dos começos, em que tudo rebenta e explode de energia. Nas plantas, rasgando a terra, despontam os primeiros rebentos. Estala a explosão da cor e da vida e ganha forma um novo período de crescimento. **Depois de um Inverno rigoroso há**

**que revitalizar a nossa casa e o nosso corpo e este é o momento certo para a tão esperada expansão!**

### Deixe o novo entrar

Mas, perguntávamos nós, como pôr a energia a fluir? A resposta é **libertando!** É nesta altura que se deve libertar e desa-

pegar do velho para dar a oportunidade do novo entrar.

Este passo é fundamental e pode e deve ser feito a vários níveis, que vão desde a casa e, consecutivamente, ao nosso corpo, ao nosso escritório, ao nosso carro, à nossa carteira (e malas de senhora), até ao nosso telemóvel.

☼ **Na casa, comecemos por algo simples, os roupeiros.** As roupas de Inverno deverão ser lavadas e guardadas na zona do roupeiro para este fim, deixando assim mais acessíveis as roupas da nova estação, limpas, frescas e perfumadas.

☼ **As almofadas deverão agora ser substituídas** ou nessa impossibilidade, serem lavadas e expostas ao Sol, pois estas guardam todos os 'sentimentos' que sentiu recentemente e esta é uma altura excelente para renovar as suas energias. O mesmo se passa com o colchão. Ponha-o ao Sol a energizar!

☼ **Depois, divisão a divisão, comece por pequenos passos.** É mais fácil libertar gaveta a gaveta do que perder logo a coragem ao olhar para um móvel enorme cheio de 'tralhas'. Sucessivamente, dia após dia, vá libertando a sua casa e, ao mesmo tempo, vá estando atento às alterações positivas na sua vida. Aproveite para arejar bastante a casa, deixar que o sol entre e que o cheiro das plantas a invada. **O Sol e as plantas são excelentes aliados para a ajudar na renovação da energia da sua habitação,** pelo que a pode 'recheiar' de vasos, plantas e flores coloridas.

☼ **Depois da casa liberta e da nossa vida ter começado a mudar para melhor,** há que **libertar também o nosso Eu de sentimentos, atitudes e pensamentos que não lhe são benéficos.** Quando um pensamento, um sentimento ou até uma atitude menos boa se impuserem, expire,



inspire e atreva-se a pensar, sentir e agir de uma forma mais positiva.

☼ **O nosso local de trabalho também deve ser libertado.** Há muitas pessoas que ainda têm o velho hábito de imprimir e-mails, guardar e amontoar papelada que às duas por três não sabem onde estão e têm o seu local de trabalho atulhado sem quase se conseguirem mexer. Note que se a energia não flui no seu escritório, a sua produtividade, os seus rendimentos, o seu reconhecimento, entre outros, tendem a diminuir ou, até, desaparecer.

☼ **Vejam agora o carro.** É daquelas pessoas que guarda tudo e um par de botas no carro? Que quando abrimos a porta nem temos sítio para pôr os pés ou para colocar uma mala no porta-bagagens? Se sim, está também na altura de o libertar. Um carro pode ter várias associações, tais como, representar o homem, a nossa armadura ou o nosso movimento, pois é através deste meio que nos direccionamos para onde queremos ir – objectivos. Se esta energia está bloqueada, o seu parceiro pode ter problemas de saúde, de stress, de ansiedade; a pessoa que anda com o carro pode-se sentir desprotegida ou ter momentos em que realmente o tapete desaparece, e ainda o nosso movimento, seja ele a saúde, os filhos, o nosso trabalho, podem estar bloqueados. Um carro deverá estar liberto e nele apenas deve transportar o que necessita realmente, caso contrário corre também o risco de 'transportar consigo coisas' que não lhe fazem falta e



só atrapalham.

☼ **Malas de senhora e carteiras.** A sua mala anda sempre cheia de tudo e mais alguma coisa ao ponto de quando quer as chaves ou o telemóvel apanha um 'camadão' de nervos por não os encontrar? E a sua carteira, está entupida de talões multibanco? Pois bem, malas e carteiras cheias são o *cocktail* perfeito para ver o seu dinheiro a fugir e as contas por pagar aumentarem. Portanto, ganhe o hábito de manter só o essencial.

☼ **Por fim, o telemóvel e o computador** (inclui mensagens e e-mails). O princípio aqui é o mesmo, só que o que é afectado são as suas comunicações no sentido de estarem bloqueadas, como por exemplo, negócios que nunca mais se fazem e a sensação de dispersão, nomeadamente na carreira. Assim, comece por apagar mensagens que não lhe interessam, organizar a sua caixa de e-mail, e libertar o seu computador de informação que já não lhe tem qualquer interesse.

**A Primavera é considerada a época do ano mais favorável aos novos desfechos, por isso, abraçe este momento e desfrute dele!** Z

**Sofia Lobo Cera**

Consultora de Feng Shui  
geral@sofialobocera.com  
www.sofialobocera.com

