

Mais saúde, sucesso e bem-estar

Qual a direção que deve adotar para dormir?

“Pois, para que direção devo dormir afinal?” Esta é uma das perguntas que me é colocada com frequência. Quando se começa a ler sobre Feng Shui, este é um tema geralmente abordado, o que é natural, pois o dormir é uma das necessidades vitais de todos os seres e na qual consumimos grande parte da nossa vida.



Quando começamos a envolver-nos no tema “Feng Shui”, o primeiro contacto é feito através da nossa data de nascimento, em que se calcula o nosso elemento, aquilo a que se chama de Lo Shu, e que está diretamente ligado ao nosso trígama pessoal. E assim se obtém Água 1, Árvore 3 ou 4, Fogo 9, Solo 2, 5 ou 8 e Metal 6 ou 7. Através do nosso elemento, masculino ou feminino, obtemos então as quatro direções favoráveis e as quatro direções desfavoráveis para cada indivíduo dormir, trabalhar ou realizar tarefas importantes. O Lo Shu é muito usado na Escola San He e também na Astrologia do Ki das 9 Estrelas, em que se usam os 8 trigramas. Nesta Escola, não se considera o Solo 5. Os homens 5 assumem-se como Lo Shu 2 e por isso as suas direções são as mesmas de uma pessoa Solo 2; e as mulheres 5,

como Lo Shu 8.

Já num curso profissional de Feng Shui, consoante a Escola que se segue, o termo usado é Ming Gua (na Escola San Yuan), em vez de Lo Shu (na Escola San He), que também através da data de nascimento, cada indivíduo tem uma transformação associada. Mas ao contrário da escola San He, aqui tem-se todas as transformações: Água 1, Árvore 3 ou 4, Fogo 9, Solo 2, 5 ou 8 e Metal 6 ou 7.

64 direções possíveis?

Paralelamente, continua-se a ouvir frases como “Todas as crianças devem dormir para Este” ou “Todas as pessoas devem dormir para Norte”. Inclusivamente, já fui confrontada com situações de arquitetos de clientes meus, preocupadíssimos, porque não queriam pôr os quartos de todas as casas que projetavam a Norte!

Só quando se aprofundam os estudos, é que se percebe que existem também as direções dos mapas energéticos do espaço onde estamos (casa, trabalho, etc.) e que são muito relevantes. Em boa verdade, mais importantes que as direções pessoais de cada um. Portanto, temos 8 direções: Norte, Sul, Este, Oeste, Nordeste, Noroeste, Sudoeste e Sudeste, e se são boas ou não para um indivíduo, depende acima de tudo do mapa energético do espaço. Todavia, há ainda uma terceira camada de informação: as energias anuais também são relevantes. Ou seja, tem de se ter em consideração as boas direções do espaço, as boas direções anuais, e claro que se for possível conciliar com as direções pessoais favoráveis de cada um, tanto melhor!

Aprofundando ainda mais os conhecimentos, das 8 direções existentes, passa-se para 64 direções! Aquilo a que se chama

Hexagrama. Ou seja, dentro de cada sector cardeal, direção macro digamos assim, existem 8 direções (hexagramas). Ora, 8 direções vezes 8 hexagramas, obtêm-se assim 64 direções. Mas, e para os mais curiosos, dentro de cada hexagrama, existem ainda 6 “Afinidades”, podendo determinar-se qual a mais indicada para cada indivíduo e até para cada situação!

Portanto, é fundamental estarmos a dormir e a trabalhar para direções que nos são benéficas e nos trazem saúde, sucesso e bem-estar. Não faz sentido estarmos a dormir ou a trabalhar para a nossa direção pessoal favorável, quando a mesma não o é naquele espaço e naquele tempo. Mas claro que se for possível coadunar umas com as outras e ainda selecionar um bom hexagrama e afinidade, ainda que estes dois já sejam de um carácter muito pormenorizado, melhores serão os resultados. Note que, quando falamos em direções pessoais, estamos a trabalhar com um pormenor de 45°. Quando falamos em direções dos mapas e direções anuais, estamos a trabalhar com um pormenor entre 45° a 15°. Quando falamos em hexagramas, estamos a trabalhar com um pormenor de 5,5°. E por fim, quando falamos em afinidades, estamos a trabalhar ao grau exato!



Procure a direção mais benéfica

Todos os dias estamos cerca de 8 horas a dormir e outras 8 horas a trabalhar, pelo que selecionar uma boa direção é fundamental. Mas porque se diz que todos devem dormir para Norte? Porque, segundo a abordagem do Feng Shui, a transformação Água no seu lado positivo está associada à calma e à serenidade. No entanto, ainda que assim seja, isso não quer dizer que a direção

Norte seja adequada para todas as pessoas, em todos os espaços e em todos os anos! Mas agora pergunta o leitor, como se determinam então estas direções de cada um? Não sendo esse o intuito deste artigo, até porque para se determinarem direções de mapas, direções anuais, hexagramas e afinidades, requer alguns anos de estudo, podemos porém apresentar o Lo Shu de cada indivíduo em função do seu ano de nascimento e assim determinarem-se as suas direções pessoais favoráveis e desfavoráveis. Contudo, importa referir que o ano solar chinês começa à volta do 4 de fevereiro, pelo que quem nascer antes de 4 de fevereiro, pertence ao ano numérico anterior.

Direções de cada Lo Shu

Apresenta-se uma tabela resumo das direções favoráveis e desfavoráveis para cada Lo Shu (masculino e feminino). Note que nesta abordagem (no Lo Shu), os homens 5 assumem Lo Shu 2, e as mulheres 5 assumem Lo Shu 8.



Lo Shu	Direções Pessoais Favoráveis (da mais para a menos favorável)	Direções Pessoais Desfavoráveis (da menos para a mais desfavorável)
1	SE, E, S, N	O, NE, NO, SO
2	NE, O, NO, SO	E, SE, S, N
3	S, N, SE, E	SO, NO, NE, O
4	N, S, E, SE	NO, SO, O, NE
6	O, NE, SO, NO	SE, E, N, S
7	NO, SO, NE, O	N, S, SE, E
8	SO, NO, O, NE	S, N, E, SE
9	E, SE, N, S	NE, O, SO, NO

Legenda:
N = Norte;
S = Sul;

E = Este;
O = Oeste;
SE = Sudeste;

SO = Sudoeste;
NE = Nordeste;
NO = Noroeste.

Sofia Lobo Cera

Consultora Profissional de Feng Shui
Feng Shui Society Accredited Consultant
www.sofialobocera.com
geral@sofialobocera.com
www.facebook.com/SofiaLoboCera.
Feng Shui
Autora do livro *Mude a Sua Casa Enriqueça a Sua Vida*

