

Prática ancestral que potencia a autodescoberta

Compreender o Feng Shui



A casa é um elemento central nas nossas vidas e nela investimos grandes quantidades de atenção, dinheiro e emoções. Quando pensamos em Feng Shui vem-nos à cabeça a imagem de uma casa muito arrumada, limpa, com uma decoração e estética da qual gostamos. Imaginamos a nossa casa perfeita, a qual, por sua vez, irá proporcionar-nos uma vida melhor. Até quem sabe... perfeita!

Muitas pessoas têm reservas perante o Feng Shui, pois sentem-no como uma série de regras abstratas e contraditórias que não conseguem aplicar

no seu dia a dia. Por outro lado, uma das questões mais comuns de quem estuda Feng Shui é: “O que está certo?” ou “Qual o método certo?”

Curiosos, estudantes e até mesmo prati-

cantes ficam, por vezes, com dúvidas sobre o significado e propósito do Feng Shui. Para que serve realmente? Como aplicá-lo verdadeiramente?

Ferramenta de desenvolvimento pessoal

Quando começamos a estudar e a praticar Feng Shui desvendamos muito mais do que as paredes e o interior da casa, também nos descobrimos. Feng Shui não tem realmente a ver com decoração ou sequer com arrumação. Arrumar ou decorar a casa podem ser ferramentas ao serviço do Feng Shui, mas não são a essência desta prática ancestral.




Trata-se de uma ferramenta oriental que se tornou parte da minha vida diária. Em treze anos de estudo e prática tem sido indispensável, tanto a nível familiar e profissional, assim como no meu próprio desenvolvimento pessoal. É uma arte chinesa milenar que observa e interpreta o espaço e o tempo, sendo a sua função principal encontrar o melhor local e a melhor altura para o viver.

Quando comecei os meus estudos nesta área, não sabia bem o que era nem para que servia. Ao longo do tempo e da vivência na minha própria casa, aprendi que tudo o que nela materializamos nos representa. Tudo na nossa casa é um espelho e expressão de quem somos, não só de quem achamos que somos, mas também das nossas inseguranças, medos e desafios. Aprender a ler a casa é aprender a ler a vida, ajudando em momentos de mudança e dúvida.

Feng Shui Simbólico®

No meu percurso, estudei e pratiquei Feng Shui a nível clássico, com muitas medições e contas envolvidas. No entanto, fui sentindo que lhe faltava algo. Que lhe faltava a individualidade da história pessoal que cada um de nós tem para contar, a alma da jornada de cada um de nós. Nesse sentido, tenho vindo a desenvolver o conceito do Feng Shui Simbólico®, uma abordagem que nos faz retornar à observação e interação de cada habitante com o espaço privado. Em termos práticos, o bolor ou infiltrações que possamos ter, o chão que range, as paredes que esfrelam, as luzes que se apagam, os móveis que deixam de fechar ou de abrir, são tudo informações valiosas sobre a vida dos habitantes no momento. Uma luz que se funde pode relacionar-se com algum habitante cansado ou desmotivado. Por outro lado, portas que teimam em não fechar não contribuem para encerrar

ciclos e para aprender a dizer “não”. Dependendo da zona da casa, o chão que range pode ser eco de grandes transformações nas fundações de vida de algum dos ocupantes. Assim como a observação destas materializações nos contextualiza sobre a vida emocional dos habitantes, também a simbologia de cada divisão, como é usada e por quem. Na forma como vivemos o dia a dia na casa, temos muita informação sobre nós próprios que serve de base para evoluirmos.

A prática do Feng Shui resume-se à experiência e observação do “aqui e agora”. Uma observação e análise multidimensional, energética, emocional, psicológica e física de um espaço. Ao estudar e aplicar diariamente o conhecimento do Feng Shui, aplicamos os conceitos universais da metafísica chinesa. A visão e compreensão da vida expande-se e ganha significado. Aprendemos a ler a casa, os seus desafios e expressões, e a dialogar com ela num nível subtil, mas extremamente eficaz. 

Instituto Macrobiótico de Portugal tem nova formação

O IMP tem uma nova formação nesta área que, favorecendo a qualidade e profundidade dos conteúdos, propõe uma viagem pelas várias abordagens desta ancestral arte oriental. É um curso com duração de dois anos, com uma forte intenção de promover a articulação entre os conceitos milenares e as abordagens contemporâneas, propondo a experimentação além da receita.

Sofia Batalha



Feng Shui e astrologia chinesa
Criadora, professora e consultora do método de Feng Shui Simbólico®
Coordenadora do curso de Feng Shui do Instituto Macrobiótico de Portugal