

Nuova edizione
riveduta e aggiornata



Omar Discepoli

Feng Shui
naturopatico

Come armonizzare la propria casa e la propria vita



EDIZIONI ENEA

Il termine Feng Shui è la trascrizione di due ideogrammi: Feng significa “vento” e Shui “acqua”. Il vento trasporta il Qi (l’Energia) e l’acqua è il contenitore in grado di raccogliere il Qi. L’uomo è un sistema aperto, cioè scambia energia con l’ambiente. Obiettivo del libro è integrare una disciplina antica come il Feng Shui con altre tecniche parallele, in grado di risolvere situazioni sfavorevoli e potenziare quelle favorevoli. Sono quindi affrontati lo studio delle geopatie, l’iridologia, la kinesiologia, la meditazione, la pulizia fisica ed energetica, l’uso delle piante per purificare i locali, la fumigazione, gli oli essenziali, le essenze floreali (fiori di Bach, fiori italiani, fiori alaskani), le acque per il riequilibrio dell’ambiente, l’uso dei cristalli, delle pietre e non solo.

Fare Naturopatia

Omar Discepoli

Feng Shui
naturopatico

Come armonizzare la propria casa e la propria vita



EDIZIONI ENEA

© 2007 Edizioni Enea - S.I.R.I.E. srl

Prima edizione: giugno 2007

Quarta edizione: dicembre 2016

ISBN 978-88-6773-050-6

Art Direction: Camille Barrios / ushadesign

Illustrazioni: Federica Aragone

Stampa: Graphicolor (Città di Castello)

Edizioni Enea

Ripa di Porta Ticinese 79, 20143 Milano

info@edizionienea.it - www.edizionienea.it

Tutti i diritti riservati. Nessuna parte di quest'opera può essere riprodotta in alcuna forma senza l'autorizzazione scritta dell'editore, a eccezione di brevi citazioni destinate alle recensioni.



Questo libro è stampato
su carta riciclata FSC®

*L'umanità è istruita dalla Terra
la Terra dal Cielo
e il Cielo è guidato dal Tao
e il Tao segue quanto è
assolutamente naturale.*

MAN-HO KWOK

Indice

13	Prefazione
15	Introduzione alla nuova edizione
17	PRIMA PARTE IL FENG SHUI: ORIGINI E FONDAMENTI
19	1. FONDAMENTI DI MEDICINA TRADIZIONALE CINESE
19	Il Tao, lo Yin e lo Yang
20	Il Qi: l'energia vitale
21	I Cinque Movimenti
24	Correlazione tra i Cinque Movimenti
28	I trigrammi
31	2. LA SCUOLA DELLA FORMA
34	Energia benefica ed energia distruttiva
36	Le strade
38	I corsi d'acqua
40	Esempi di Feng Shui
45	L'ambiente interno
45	Il Baricentro
47	La Scuola del Ba Gua
50	Applicazione del Ba Gua
52	Scuola del Ba Zhai o delle otto case
54	Calcolo del Ming Gua personale
55	Le otto personalità
59	Numero del carattere o numero del mese
62	Numero energetico o assiale
63	Esempio

65	3. LA SCUOLA DELLE STELLE VOLANTI
65	Facciata e Seduta
66	Le ventiquattro direzioni
70	La carta geomantica
70	Il calendario cinese lunare e i nove cicli
72	Il Volo delle Nove Stelle
72	La disposizione delle Stelle Volanti
75	Sovrapposizione della carta
76	Interpretazione e Combinazioni delle Stelle
90	Capire la valenza delle Stelle
92	Relazioni tra le persone
92	Collocazione corretta degli abitanti
97	4. LA DIREZIONOLOGIA
97	Mappa dell'anno
98	Significato dei Nove Palazzi
100	Le cinque regole della direzionologia
101	Esempio
102	Considerazioni sui viaggi
104	Cielo Orientale e Cielo Occidentale
104	Le quattro direzioni favorevoli
105	Le quattro direzioni sfavorevoli
107	SECONDA PARTE
	COSTRUISCI E ARREDA LA TUA CASA SECONDO
	IL FENG SHUI
109	5. I LOCALI
109	L'ingresso
110	Il corridoio
110	Il salotto
111	La sala da pranzo
111	La cucina
112	Il bagno
113	Lo studio e l'ufficio
114	La camera da letto
118	La mansarda
118	La cantina, il solaio e il ripostiglio
119	Il garage

119	I negozi
119	La relazione casa-uomo
121	6. L'ARREDAMENTO
122	Le porte
124	I quadri e le foto
124	L'illuminazione
125	Gli specchi
127	I tavoli
127	Le piante
128	Le scale
128	I computer
128	Gli elettrodomestici
129	Le misure Feng Shui
130	Ulteriori consigli
133	7. I COLORI
135	La scelta dei colori nel Feng Shui
140	Colori e abbigliamento
140	Abbinamento dei colori in base ai cicli dei Cinque Movimenti
141	Colori e locali
145	TERZA PARTE
	IL FENG SHUI INTEGRATO
147	8. GEOBIOLOGIA E GEOPATIE
149	Elettromagnetismo
151	Radioattività
152	Griglie elettromagnetiche
154	La bioarchitettura
155	La Terra
156	La Luna
156	La luce
156	L'aria
159	9. PATOLOGIE E NATUROPATIA
160	Elenco sintetico delle patologie legate ai Cinque Movimenti
161	Geopatie e medicina cinese
163	Geopatie e iridologia

164	L'energia vitale
164	L'aura
165	La kinesiologia
167	La radiestesìa
168	L'alimentazione
169	La meditazione
171	10. PULIRE L'AMBIENTE
171	Le sostanze nocive
172	La pulizia fisica
174	La pulizia energetica
174	Piante per purificare i locali
175	Il fuoco
176	La fumigazione
178	Gli oli essenziali per la pulizia energetica
180	Le essenze floreali utilizzate per la pulizia energetica
180	Il sale
183	11. RIMEDI
184	I cristalli e le pietre preziose
190	Gli oli essenziali
191	Le essenze floreali
193	Le acque
196	Il suono
198	L'orologio a pendolo
198	Fiori e piante
199	La calabasa
199	Le lampade di sale
200	Altri rimedi e consigli pratici
203	Potenziamento
203	Altri metodi per potenziare
204	I simboli
207	12. FENG SHUI E ASTROLOGIA
209	Conflitti tra animali
209	Relazioni armoniose tra animali
209	Applicazione dell'astrologia nel Feng Shui
211	APPENDICE 1
	Schemi radionici

213	APPENDICE 2 Scheda analisi Feng Shui
217	APPENDICE 3 Casi risolti
229	Bibliografia

Prefazione

Perché in uno stesso ambiente alcune persone si ammalano e altre no? È vero che un luogo disequilibrato crea patologie, ma è anche vero che individui più centrati, con una costituzione più forte, con un'aura più solida, sono più protetti e possono resistere meglio a eventuali Sha Qi, cioè energie distruttive.

L'uomo è un sistema aperto, cioè scambia energia con l'ambiente. Nella sua complessità è influenzato sul piano fisico e psichico da molteplici fattori. La naturopatia, attraverso il suo approccio olistico, tiene in considerazione la globalità dell'essere umano. Grazie a questa disciplina possiamo valutare se una persona è o meno in una situazione generale di squilibrio e, in caso affermativo, possiamo porre rimedio.

Il Feng Shui naturopatico, dunque, agisce parallelamente sia sull'ambiente, sia sulla persona con rimedi naturopatici e vibrazionali, in modo che l'armonizzazione possa avvenire in maniera globale, celere ed efficace. L'atto di armonizzare la propria casa è strettamente legato a quello di riequilibrare la propria parte più profonda.

Il Feng Shui è l'arte di sapersi collocare nell'ambiente nel miglior modo possibile. Il termine Feng Shui è la trascrizione di due ideogrammi: Feng significa "vento" e Shui "acqua". Il vento trasporta il Qi (l'Energia) e l'acqua è il contenitore in grado di raccogliere il Qi. Il Qi è un'energia invisibile, il soffio cosmico della natura, il respiro dell'universo, si trova in ogni luogo, in ogni cosa, in ogni essere vivente, è il soffio vitale che ci mantiene in vita. Il vento e l'acqua sono i motori naturali del Qi: il primo è legato al Cielo, la seconda alla Terra, e l'uomo che si trova in mezzo ha il compito di far sposare al meglio queste due forze.

Purtroppo negli ultimi anni quest'arte è stata occidentalizzata e ci si è dimenticati che i veri maestri, o geomanti (cioè grandi esperti nell'ascolto del Qi), erano anche medici, raddomanti, astrologi, astronomi, fisici, matematici e altro ancora; avevano quindi una visione olistica sia dell'uomo, sia dell'ambiente che lo circondava.

Il libro è suddiviso in tre parti, è semplice e pratico poiché garantisce concentrazione e sintesi dei concetti basilari; già al termine dei primi capitoli si

potrà essere in grado di applicare alcune delle regole fondamentali del Feng Shui sulla propria abitazione.

Nella prima parte sono definiti i fondamenti del Feng Shui, si fa riferimento alle due più antiche scuole, la scuola della Forma e la scuola della Bussola, ma anche alla più recente Scuola del Ba Gua. Sarà possibile, tra le altre cose, determinare quale stanza è più indicata per ogni abitante della casa e, grazie alla direzionologia, valutare l'influenza benevola o contraria delle Stelle sulle decisioni da prendere.

Nella seconda parte sono prese in considerazione tutte le stanze della casa, viene consigliato come sistemare le parti d'arredo, come armonizzare i colori, ponendo particolare attenzione alla stanza da letto dove solitamente passiamo gran parte del nostro tempo.

Nella terza parte sono elencate le patologie più diffuse causate da un cattivo Feng Shui e si introduce l'approccio naturopatico. Sono descritte alcune tecniche vibrazionali per determinare i punti della propria casa in cui risiede un basso Qi e sono indicati una serie di consigli e rimedi per armonizzare se stessi e l'ambiente in cui si vive.

Obiettivo del libro è integrare una disciplina antica come il Feng Shui con altre tecniche parallele, in grado di risolvere situazioni negative o potenziare quelle positive. Sono quindi affrontati lo studio delle geopatie, l'iridologia, la kinesiologia, la meditazione, la pulizia fisica ed energetica, l'uso delle piante per purificare i locali, la fumigazione, gli oli essenziali, le essenze floreali (fiori di Bach, fiori italiani, fiori alaskani), le acque per il riequilibrio dell'ambiente, l'uso dei cristalli e delle pietre preziose, i simboli, ecc.

Catia Trevisani

Introduzione alla nuova edizione

Con immenso piacere, nove anni dopo l'uscita di *Feng Shui naturopatico*, presento oggi una nuova edizione completamente rinnovata, con approfondimenti importanti, nuove tecniche che velocizzano i calcoli matematici ed esempi di casi reali risolti.

In questo volume il lettore troverà anche una piccola introduzione all'astrologia cinese (Ba zi o Otto Pilastri) e alcune delle applicazioni più rilevanti nel Feng Shui.

Gli studi, le ricerche e le esperienze degli ultimi nove anni mi hanno permesso di diventare un *teacher* riconosciuto a livello internazionale dal Feng Shui Research Center di Toronto. Percorrendo questo sentiero ho avuto modo di riscoprire antiche metodologie di applicazione del Feng Shui che erano state dimenticate nei secoli.

Ad esempio ho ormai appurato che applicare un rimedio Feng Shui in una data favorevole velocizza incredibilmente l'ottenimento dei risultati. E quando parlo di risultati non parlo di sensazioni, ma di obiettivi tangibili e oggettivi. Nella mappa energetica di un'abitazione è scritto tutto! Qualunque cosa accada nella vita, favorevole o meno, è scritto nella nostra casa.

Un grande errore che si può commettere avvicinandosi al Feng Shui è quello di seguire un percorso incompleto. Lo studio della sola Scuola della Forma non è sufficiente, va integrata con la Scuola delle Stelle Volanti e con altri metodi e conoscenze.

Dedico questa nuova edizione a mia figlia Greta e alla mia compagna di vita Lorena. Greta è nata nell'ottobre del 2013 nella mia attuale casa, grazie soprattutto alla grande forza di volontà e alla convinzione di Lorena. Avevamo predisposto almeno un paio di postazioni, il letto in camera, un futon in sala, ma Greta ha deciso di nascere dove non avevamo predisposto nulla, proprio nel settore in cui sono presenti le Stelle Volanti 4 e 9. Vedrete nel capitolo dedicato alle Stelle Volanti che la coppia 4-9 è definita come "Nascita di figli intelligenti", e identifica proprio quel settore che accoglie la nascita naturale dei bambini. Sono orgoglioso di avere al mio fianco una compagna

come Lorena, insieme alla quale e grazie alla quale sono riuscito a fare della naturopatia e del Feng Shui uno stile di vita.

Ho avuto la fortuna di avere un Maestro che mi ha trasmesso la conoscenza della materia. I cinesi tendono a non parlare molto, e anche nella lingua scritta sono decisamente sintetici: un solo ideogramma per rappresentare uno o più concetti. Ma l'insegnamento del mio Maestro si è basato anche e soprattutto sulla logica, e non semplicemente sull'applicazione di leggi e regole. Ciò mi ha permesso di utilizzare appieno la mia parte logica senza imprigionare la mente all'interno di schemi prefissati. Solo dopo anni di pratica ho compreso pienamente la grandiosità di questo metodo di insegnamento.

Tutto è scritto nella nostra casa, e il nostro futuro può essere in parte modificato con apposite tecniche che non sono indirizzate tanto a combattere le negatività, quanto piuttosto a nutrire nel modo corretto gli Shen sfavorevoli così che riescano a canalizzare nella loro forma migliore il proprio Qi.

Un consiglio che mi permetto di dare a tutte le persone che si avvicinano alla materia o che anni fa si sono allontanate è quella di non basarsi su informazioni di primo livello, ma di approfondire la materia. Solo allora capiranno la grandiosità del Feng Shui.

Ma perché ricorrere a un'analisi Feng Shui? Non è solo consigliato, ma fondamentale fare un'analisi Feng Shui della propria abitazione o del proprio studio per armonizzare ogni aspetto della vita. Non ha senso spendere tanti soldi per una casa o per un centro se poi l'ambiente in cui viviamo o lavoriamo non ci apporta benessere, equilibrio, serenità e abbondanza.

Nell'ambiente che ci circonda è presente una continua alternanza di energia positiva che si sostituisce ciclicamente a quella negativa, in un ritmo costante e naturale. È importante riuscire a neutralizzare e gestire al meglio i momenti di difficoltà e gli aspetti meno gioiosi della nostra vita, sfruttando al contrario quelli carichi di prosperità, di luce e di armonia, con un'accurata attenzione alla possibilità di potenziarne gli effetti e la durata.

In alcuni paesi del mondo l'esperto Feng Shui è colui che regola il mercato immobiliare: una casa considerata negativa (e ce ne sono molte) difficilmente riuscirà a essere venduta. Fare un'analisi Feng Shui prima dell'acquisto è essenziale per non correre il rischio di andare a vivere in un luogo che costituirà la nostra sfortuna per anni, se non per tutta la vita.

Armonizzare l'ambiente significa riequilibrare e potenziare tutti gli aspetti della propria vita: salute, relazioni, amore, prosperità, lavoro, carriera, incontri giusti, ecc.

Buona lettura a tutti!

Omar Discepoli

Prima parte

Il Feng Shui: origini e fondamenti

1

Fondamenti di medicina tradizionale cinese

In questo capitolo prenderemo in considerazione quei concetti fondamentali della medicina tradizionale cinese utili a capire il linguaggio e i rudimenti di quell'antico pensiero che sta alla base del Feng Shui. Tratteremo quindi solo quegli aspetti necessari per poter applicare queste discipline, senza la pretesa di esporre in modo esaustivo teorie complesse e antiche di millenni.

Il Tao, lo Yin e lo Yang

L'intero macrocosmo è regolato da due forze opposte, complementari e antagoniste: lo Yin (materia) e lo Yang (energia). Sono forze naturali presenti in tutte le forme di vita, in costante stato di movimento, espandendosi e ritirandosi continuamente. Niente in assoluto è Yin o Yang, in quanto ciascuno di essi esiste nell'altro: il buio non potrebbe esistere senza la luce, il freddo non esisterebbe se non ci fosse il caldo, ecc.; ognuno di noi, ad esempio, ha un aspetto Yin (femminile) e un aspetto Yang (maschile). In natura se lo Yin aumenta, lo Yang diminuisce e viceversa; tendono sempre a riequilibrarsi a vicenda e sono rappresentati graficamente attraverso il simbolo del Tao.

I concetti di Yin e Yang servono per esprimere simbolicamente ogni aspetto della realtà che ci circonda. Fin dai primi albori della cultura cinese ogni malattia, oggetto, cibo, proprietà venivano definiti utilizzando unicamente questi due termini. Così l'acqua è più Yin del fuoco, l'energia è più Yang della materia, l'acqua è Yin ma se scorre veloce è molto Yang; per riequilibrare un eccesso di Yin bisogna aumentare lo Yang e per riequilibrare un eccesso di Yang bisogna aumentare lo Yin. Riprenderemo questi concetti, con maggiori dettagli, nei prossimi capitoli.

Purtroppo l'uomo sta facendo di tutto per distruggere questo equilibrio, ma fortunatamente, grazie alle semplici regole del Feng Shui, possiamo ripristinarlo almeno all'interno delle nostre abitazioni. Infatti, il Feng Shui è

un modo per esprimere la nostra relazione con il Tao, una guida per vivere in armonia con questa energia primordiale, affinché la nostra relazione con l'ambiente che ci circonda non sia più di controllo o dominio, ma una relazione paritaria.

Yin

È associato alla terra, al buio, alla notte, all'inverno, ai numeri pari, all'acqua, alla luna, al femminile, al freddo, al basso, al negativo, al pieno, alla passività, all'immobilità, all'interiore, alla concentrazione, alla dipendenza, alla materia, al versante Nord. In casa sono considerati siti Yin la stanza da letto e il bagno. Statue e mobili antichi sono molto Yin.

Yang

È associato al cielo, alla luce, al giorno, all'estate, ai numeri dispari, al fuoco, al sole, al maschile, al caldo, all'alto, al positivo, al vuoto, all'attività, al movimento, all'esteriore, all'espansione, all'indipendenza, all'energia, alla pressione, alla tensione, al versante Sud. Sono considerate Yang la cucina e il salotto.

Il Qi: l'energia vitale

L'energia vitale, detta anche prana, Chi, Qi o "soffio vitale" è quella forza che entra nell'uomo quando nasce e che lo abbandona alla sua morte; è la forza che trasforma il seme in pianta, ma è anche l'energia che si muove all'interno dell'abitazione. Il Qi è il respiro che dà la vita, l'energia che modella e anima ogni forma vivente. Questa energia può essere incanalata e raccolta in un particolare punto aumentando la fortuna di un certo luogo. Allo stesso modo il Qi, se bloccato o in uno spazio aperto, dove nulla può trattenerlo, può influire negativamente su un'abitazione e sui suoi abitanti, nel primo caso non portando benefici e ricchezze, nel secondo non riuscendo a trattenerle, in quanto scorrono via velocemente. Individuare il Qi di una casa o di un ufficio, e modificarlo nel modo appropriato, significa quindi influenzare positivamente la nostra vita, salute e prosperità.

Oltre al Qi che si muove lungo la terra e i fiumi, esiste un Qi del cielo, che governa il ciclo delle stagioni, ed è strettamente identificato con lo Yin e lo Yang. Il Qi celeste è diviso in ventiquattro fasi che determinano gli schemi climatici e agricoli dell'anno. La prima fase è Li Ch'un, l'inizio della primavera, un periodo in cui lo Yin declina e lo Yang aumenta. La metà dell'anno è segnata dal Tao Shu, il Grande Caldo, quando lo Yang si trova al suo picco. L'anno termina con Ta Han, il Grande Freddo, quando lo Yin è alla sua massima potenza.

I Cinque Movimenti

Per descrivere il processo del cambiamento, le arti cinesi tradizionali usano i Cinque Movimenti: Legno, Fuoco, Terra, Metallo e Acqua. Essi esistono in parti più o meno rilevanti in tutte le sostanze e la loro interazione illustra l'eterno ciclo di nascita e morte all'interno dell'universo. I Movimenti esistono in un ciclo continuo di creazione e distruzione: alcuni creano, nutrono e rafforzano, altri indeboliscono, dissipano e distruggono. Si tratta di un processo necessario, perché ogni interazione dà vita a un nuovo Movimento.

I Cinque Movimenti si riflettono in forme, trame, colori, direzione, salute e schemi di mutamento, ed è per questo che sono così importanti nella comprensione e nella pratica del Feng Shui.

Prima di proseguire, una nota chiarificatrice: in molti libri al posto del termine "movimento" si trova quello di "elemento", usato impropriamente. Le antiche radici della medicina cinese insegnano che gli elementi sono quattro e cioè Aria, Terra, Acqua e Fuoco, mentre i Movimenti sono cinque. I Cinque Movimenti simboleggiano dunque cinque qualità e stati dei fenomeni naturali. Ciò è spiegato chiaramente in un brano tratto dall'antico libro *Shang Shu*:

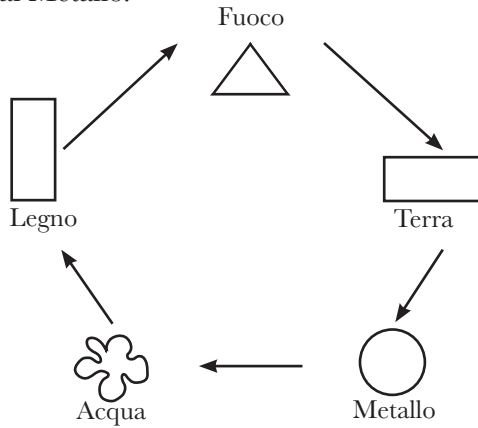
L'Acqua scorre verso il basso umidificando, il Fuoco divampa verso l'alto, il Legno può essere piegato e raddrizzato, il Metallo può essere modellato e temprato, la Terra permette la semina, la crescita e il raccolto. Ciò che bagna e discende (Acqua) è salato, ciò che divampa verso l'alto (Fuoco) è amaro, ciò che può essere piegato e raddrizzato (Legno) è acido, ciò che può essere modellato e temprato (Metallo) è piccante, ciò che permette la semina e la crescita (Terra) è dolce.

Quindi il Legno rappresenta l'espansione, il movimento verso l'esterno in tutte le direzioni, il Metallo rappresenta il movimento di contrazione verso l'interno, l'Acqua il movimento verso il basso, il Fuoco il movimento verso l'alto e la Terra la neutralità o la stabilità.

La tensione dinamica Yin e Yang si può vedere anche nei Cinque Movimenti. Yang è al massimo nel calore e nella luce del Fuoco e, sebbene relativamente ancora forte, è meno potente nella crescita e nella produttività del Legno. Yin, invece, è al massimo nelle qualità fredde e bagnate dell'Acqua, mentre è forte, ma meno dominante, nelle malleabili qualità del Metallo. Le forze Yin e Yang sono ugualmente bilanciate e armoniose nel Movimento Terra.

Nel Feng Shui, quando si determina il Movimento di appartenenza di qualsiasi oggetto o struttura, ha priorità la forma, poi il colore e infine il materiale. Ciò vuol dire ad esempio che un grattacielo, anche se costruito

completamente in metallo o in vetro, rimane pur sempre innanzitutto legato al Movimento Legno, secondariamente al Movimento di appartenenza del suo colore e infine al Metallo.



Movimento Legno

Rappresenta la crescita e lo sviluppo. Esempi di strutture Legno sono tutte le forme allungate verso l'alto a forma rettangolare come grattacieli, torri di controllo, colonnati, pilastri, e anche strutture che rappresentano simbolicamente la crescita e il nutrimento come asili e scuole. Tutte le piante, i libri e i mobili sono legati a questo Movimento.



Movimento Fuoco

Rappresenta l'energia e l'espansione; è associato a forme appuntite verso l'alto, triangolari o piramidali. Le costruzioni legate al Fuoco sono auspicabili per librerie, scuole, luoghi legati all'insegnamento. Un esempio di locale Fuoco è una mansarda. Il camino, le luci, le stufe e le candele sono oggetti appartenenti a questo Movimento.



Movimento Terra

Rappresenta la stabilità, il radicamento, è il centro vitale di tutti gli altri Movimenti. Chi perde il contatto con la Terra perde anche la capacità di percepire ciò che proviene dalla natura e dalle relazioni interpersonali. Costruzioni legate a questo Movimento sono basse con forma quadrata e sono preferibilmente destinate a magazzini o depositi. Esempi di oggetti Terra sono i vasi in ceramica, porcellana e argilla.



Movimento Metallo

Rappresenta il denaro, la durezza, la penetrazione. I cinesi vestono a lutto in bianco perché il Metallo è il Movimento più fermo di tutti. La sua energia è fredda, rigida, non vitale. Esempi di oggetto Metallo sono strutture a cupola, archi, ponti, dischi, cerchi, monete, armi, oggetti metallici, orologi a pendolo ferri di cavallo e vetro. La musica è un'energia Metallo molto potente, così come il suono delle campane, dei gong e delle campane eoliche con tubulari di metallo.

Movimento Acqua

Rappresenta la ricchezza, lo scorrere, la comunicazione, l'inverno, il riposo, il mondo del subconscio, della profondità degli abissi, della mente, ma anche l'energia sessuale. Non ha forma e ha tutte le forme: basti pensare alle colline ondulate o all'Opera House di Sydney. Oggetti appartenenti a questo Movimento sono acquari e fontane.

TABELLA RIASSUNTIVA DEI CINQUE MOVIMENTI

	Legno (3, 4)	Fuoco (9)	Terra (2, 5, 8)	Metallo (6, 7)	Acqua (1)
Direzione	Est e Sud-Est	Sud	Centro, Sud-Ovest e Nord-Est	Ovest e Nord-Ovest	Nord
Colore	Verde e azzurro	Rosso, porpora	Giallo, marrone, arancione, beige, oca	Bianco, dorato, argentato, ottone, colori metallizzati, riflettenti o lucidi	Nero, grigio, blu scuro, tutti i colori molto scuri
Stagione	Primavera	Estate	Mezza stagione	Autunno	Inverno
Palazzo	Drago Verde	Fenice Rossa	Serpente Giallo	Tigre Bianca	Tartaruga Nera
Evoluzione	Nascita	Crescita	Trasformazione	Declino	Stagnazione, morte

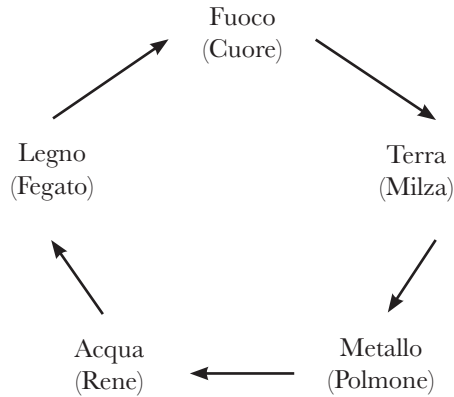
Forma	Rettangolare, forma alta e stretta	Triangolare, piramidale, a punta	Quadrata, piatta, cubica	Rotonda, ovale, circolare, sferica	Ondulata, irregolare, indefinita
Materiale	Legno, fibra vegetale, carta, fiori, bambù	Lana, pelle, plastica non trasparente, cavi elettrici, cuoio	Terra, ceramica, pietra, terracotta, argilla, cemento non armato	Metalli, cemento armato, marmo, granito	Vetro, plastica trasparente, acqua
Locali	Camera dei bambini	Salotto, cucina	Sala da pranzo, taverna, giardino, terrazza, ripostiglio, scale	Studio, stanza di meditazione	Bagno, lavanderia, camera da letto

Correlazione tra i Cinque Movimenti

I Cinque Movimenti sono regolati da precise leggi che garantiscono un corretto rapporto tra loro: la legge di generazione (o produzione) e la legge di controllo (o inibizione). Esistono, inoltre, altre leggi, chiamate patologiche, che spiegano l'alterazione dei rapporti tra i Cinque Movimenti.

La legge di generazione o di produzione

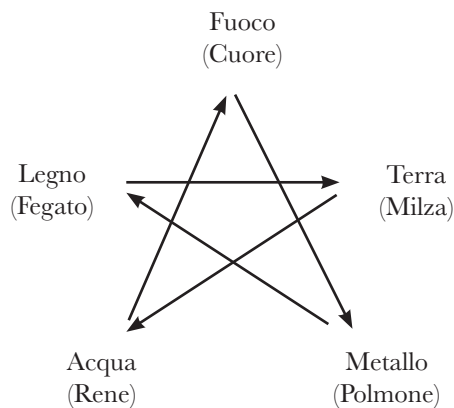
Secondo la legge di generazione o di produzione, detta anche relazione “madre-figlio”, ogni elemento genera quello successivo, procedendo in senso orario, secondo il movimento Yin-Yang. Ne consegue che il Legno alimenta il Fuoco, il Fuoco produce la Terra attraverso le ceneri, la Terra depositandosi in profondità produce il Metallo, il Metallo durante il suo ciclo di trasformazioni libera Acqua, l'Acqua nutre le piante. Si dice che ogni Movimento nutre o tonifica il figlio.



La legge di controllo o di inibizione

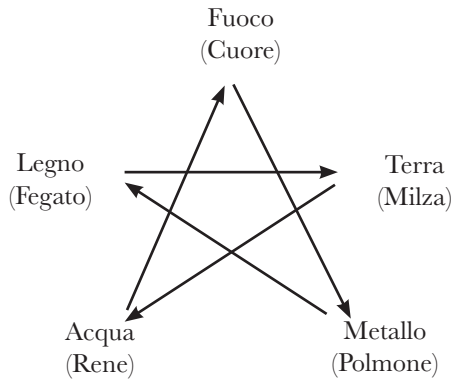
La legge di controllo o di inibizione, detta anche relazione “nonno-nipote”, spiega invece come si controlla la produzione delle energie di ogni Movimento. Così l’Acqua spegne il Fuoco, il Fuoco fonde il Metallo, il Metallo taglia il Legno, il Legno imbriglia con le sue radici la Terra, la Terra assorbe l’Acqua. Se l’Acqua, in pienezza, producesse troppo Legno e questo, a sua volta, producesse troppo Fuoco, l’eccesso di Acqua andrebbe a controllare l’eccesso di Fuoco inibendolo, e così fino a completare il ciclo.

In conclusione, questo processo potrebbe essere definito come un meccanismo destinato a compensare gli eccessi, gli squilibri tra i vari Movimenti. In questa legge si usa dire che ogni Movimento controlla il nipote o che ogni Movimento è controllato dal nonno.



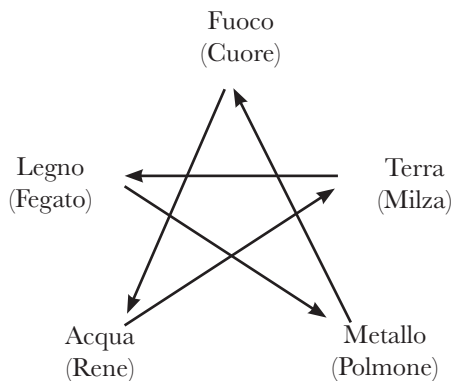
La legge di superinibizione o di sopraffazione

Le leggi patologiche sono la legge di superinibizione e la legge di controinibizione. Secondo la legge di superinibizione o di sopraffazione, ogni Movimento, quando è in eccesso, può esercitare un controllo eccessivo sul nipote danneggiandolo. Per esempio il Legno in pienezza tende a invadere la Terra esaurendola.



La legge di controinibizione o di insulto

Secondo la legge di controinibizione o insulto, se il nipote è in eccesso e il nonno è in vuoto, il Movimento nipote può “insultare” il nonno (ordine inverso a quello di inibizione) danneggiandolo. Per esempio il Legno in eccesso può danneggiare il Metallo se è in vuoto.



Regole di tonificazione e dispersione

Le regole fondamentali da conoscere per una buona applicazione della medicina tradizionale cinese sono le seguenti:

- per tonificare un Movimento si aumenta/tonifica la madre;
- per disperdere un Movimento si aumenta/tonifica il figlio o generato;
- aumentare o tonificare un Movimento danneggia il dominato o nipote.

RELAZIONE DI GENERAZIONE E DISTRUZIONE DEI CINQUE MOVIMENTI

Movimento	È generato e tonificato (madre)	Genera, è disperso (figlio)	Distrugge, domina	È distrutto
Legno	Acqua	Fuoco	Terra	Metallo
Fuoco	Legno	Terra	Metallo	Acqua
Terra	Fuoco	Metallo	Acqua	Legno
Metallo	Terra	Acqua	Legno	Fuoco
Acqua	Metallo	Legno	Fuoco	Terra

Dalla tabella si può dedurre, ad esempio, che il Fuoco:

- è generato dal Legno;
- è disperso dalla Terra;
- domina il Metallo;
- è distrutto dall'Acqua.

A livello pratico nelle nostre case, in base alle patologie che ogni persona riscontra, possiamo tonificare o disperdere un Movimento applicando oggetti con particolari forme e colori in zone precise. Infatti, apprestandoci ad analizzare la pianta di una casa, possiamo scoprire che certi Movimenti si scontrano (ad esempio, uno può avere bisogno di essere rafforzato, oppure quello che soverchia deve essere incanalato in un'altra direzione).

Per migliorare il vostro Feng Shui è necessario sapere come introdurre o diminuire l'energia di ciascun Movimento. Ad esempio, se nella vostra camera da letto vi è un eccesso di Fuoco, che potrebbe produrre notti insonni, per prima cosa bisogna verificare come questo Movimento può essere controllato in accordo con i cicli elementali: Fuoco produce Terra, Fuoco distrugge Metallo, Acqua distrugge Fuoco.

Il potere del Fuoco può essere diminuito dall'Acqua, quindi l'introduzione di una ciotola con dell'acqua o dipinti raffiguranti acqua indeboliranno il Fuoco. Un altro modo per disperdere il Fuoco consiste nell'utilizzare colori, trame e oggetti associati alla Terra. Poiché il Fuoco distrugge il Metallo, l'introduzione di colori e oggetti metallici dissiperà il Fuoco.

I colori elementari possono essere usati in svariati modi: cuscini, tende, persiane, vernici e tappezzeria, mobili e ornamenti. Le stanze non devono essere necessariamente dominate da un colore; spesso l'introduzione di quel colore grazie a uno o due oggetti aiuterà a stabilire l'equilibrio.

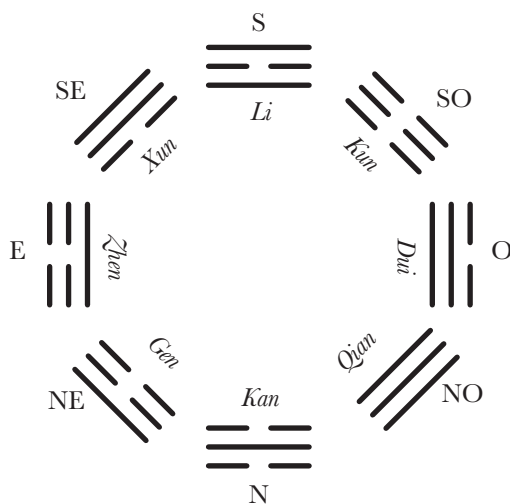
I trigrammi

Le continue interazioni e tensioni tra Yin e Yang creano lo schema del movimento e del cambiamento dell'universo, quello schema, di cui si diceva precedentemente, regolato dal Tao. Questo ciclo eterno si riflette anche negli otto trigrammi dell'I Ching. Ogni trigramma è composto da tre linee, che possono essere spezzate (linea Yin) o intere (linea Yang). Un trigramma ha solo linee Yin (massimo Yin), un altro solo linee Yang (massimo Yang); i rimanenti sono un composto da un insieme di linee Yin e Yang. I trigrammi sono sistemati in cerchio per rappresentare il movimento graduale dall'assoluto Yin all'assoluto Yang e da questo di nuovo all'assoluto Yin in un cerchio continuo.









L'ordine seguito dai trigrammi è conosciuto come la sequenza del Cielo Posteriore ed è l'ordine utilizzato nelle bussole tradizionali Feng Shui per mostrare l'equilibrio e il movimento delle linee dello Yin e dello Yang sul terreno.

Esiste poi un'altra sequenza, conosciuta come Cielo Anteriore, che segue un ordine diverso e rappresenta il ciclo annuale dello Yin e dello Yang attraverso le stagioni; questa sequenza è un riflesso delle forze cosmiche dello Yin e dello Yang.

I trigrammi hanno associazioni universali e alcuni dei loro fenomeni e attributi naturali sono rappresentati qui di seguito.



I TRIGRAMMI

Trigrammi	Direzioni	Fenomeni naturali	Attributi	Membri della famiglia
 <i>Li</i>	Sud	Fuoco	Aderenza, dipendenza	Figlia di mezzo
 <i>Kun</i>	Sud-Ovest	Terra	Ricettività, resa	Madre
 <i>Dui</i>	Ovest	Lago	Gioia, serenità	Figlia più giovane
 <i>Qian</i>	Nord-Ovest	Cielo	Creatività, forza	Padre
 <i>Kan</i>	Nord	Acqua	Pericolo, acqua che scorre	Figlio di mezzo
 <i>Gen</i>	Nord-Est	Montagna	Immobilità, prontezza	Figlio minore
 <i>Zhen</i>	Est	Tuono	Insorgere del movimento	Figlio maggiore
 <i>Xun</i>	Sud-Est	Vento	Penetrazione, gentilezza	Figlia maggiore

2

La scuola della Forma

Il Feng Shui ha iniziato a svilupparsi alcuni millenni prima della nascita di Cristo proprio con la scuola della Forma, così chiamata perché esaminava le qualità abitative partendo dalle forme visibili intorno alla casa come montagne, colline, alberi, fiumi e analizzando la forma dell'abitazione stessa. Si basa in pratica sulla semplice, ma efficace, osservazione della natura e sulle sensazioni che essa trasmette all'uomo. Caratteristiche positive sono, ad esempio, una rigogliosa vegetazione, un terreno fertile e un'aria pulita; caratteristiche negative sono strade trafficate, un'aria inquinata e terreni difficoltosi da coltivare.

Grande importanza per questa scuola ha anche la veduta panoramica; davanti all'abitazione dovrebbe esserci un grande spazio aperto, definito nel Feng Shui Acqua o Ming Tang che corrisponde alla zona nella quale l'energia si ferma per poter essere usata.

Questa scuola suggerisce tende ben coprenti su finestre esposte verso zone con Qi negativo, e tende trasparenti o poco coprenti se l'esposizione è verso spazi aperti, campi estesi, bei panorami. Ma non è sempre così; infatti la veduta di un lago ad alcuni potrebbe dare una sensazione di libertà, di distensione, di poter riuscire a realizzare ogni progetto; ad altri potrebbe trasmettere solitudine con tendenza alla depressione. Nel primo caso si tenderà a tenere le finestre aperte o comunque tende trasparenti in modo che il panorama possa rallegrare la giornata. Nel secondo caso si useranno tende coprenti e si cercherà, per quanto possibile, di tenere chiuse le finestre.

Nella scuola della Forma le quattro direzioni cardinali sono messe in relazione con quattro creature celesti, chiamate anche quattro divinità: il Drago Verde a Est, la Tigre Bianca a Ovest, la Tartaruga Nera a Nord e l'Uccello di Fuoco o Fenice Rossa a Sud. Esiste un quinto animale associato al centro che è il Serpente Giallo.

L'Uccello di Fuoco è il simbolo del Sud, dove è consigliabile che ci sia una bella e ampia visuale in modo che il sole possa portare luce e calore, ma anche della morte e della rinascita, ossia della rigenerazione attraverso la purificazione.

La Tartaruga Nera è il simbolo del Nord, zona della passività, dove rilievi montuosi e strutture alte costituiscono un buon appoggio e riparo dai venti freddi garantendo sicurezza e protezione. È importante che la Tartaruga sia più alta della casa stessa e comunque più alta del Drago e della Tigre.

Il Drago Verde, ovvero l'Est, rappresenta la fortuna; è consigliabile che sia un terreno collinare con vegetazione verdeggiante, un albero, una siepe, un muro coperto da piante rampicanti, un edificio di colore verde o con particolari verdi come le persiane.

La Tigre Bianca, simbolo dell'Ovest, rappresenta la forza; dovrebbe essere una costruzione chiara tendente al bianco o una conformazione rocciosa di colore chiaro, in ogni caso dovrebbe essere più bassa rispetto al Drago.

Il Serpente Giallo rappresenta il comando, la concentrazione e vigila sugli altri quattro animali.

Più le caratteristiche esterne di un'abitazione rispecchiano la configurazione ideale dei quattro animali celesti e migliore a livello energetico è considerato il sito.

Per gli antichi cinesi era importante anche individuare le correnti invisibili del Qi sulla Terra. Con il nome "Vene del Drago" si intendono queste correnti, che possono essere di tre tipi:

- sotterranee se sono presenti corsi d'acqua che scorrono in profondità;
- di terra se si manifestano con montagne, valli, rocce, pianure e corsi d'acqua superficiali;
- oppure aeree grazie al vento che trasporta il soffio vitale dell'universo.

Le montagne, quindi, sono viste come un Drago, come una forma vivente: bisogna immaginare le loro vette come la criniera del Drago, poi individuare una possibile collocazione del volto, e infine una possibile collocazione del suo ventre. Il luogo più armonioso dove costruire, detto Xuè, corrisponde al ventre del Drago. In natura si possono trovare tre tipi di energia, ossia tre tipi di Draghi: i Draghi del Cielo, che in Asia si addensano e si rovesciano in violenti temporali; i Draghi di Terra, rappresentati dalle catene montuose, tra cui sono considerate migliori quelle dolci, allungate, che proseguono fino a un massiccio imponente (un esempio è il Monte Bianco, detto anche "grande imperatore d'Occidente"); infine, i Draghi d'Acqua, che hanno origine nelle profondità dei laghi o del mare, e si allungano lungo i fiumi o i bacini d'acqua. Un esempio italiano è il Drago del lago di Garda, che nasce in profondità vicino a Sirmione, percorre tutto l'invaso d'acqua e va a posare il suo capo nella pianura padana. I Draghi d'Acqua sono associati alla parte economica.

La pianura padana costituisce un classico esempio positivo di sito: a Nord la protezione è garantita dalle Alpi, mentre il flusso energetico è garantito dal

Po e dai suoi affluenti; non per niente in questa zona si sono sviluppate città molto ricche come Milano e Torino.

Un altro esempio si può vedere nei conflitti che coinvolgono e hanno coinvolto la Cina e il Tibet. Infatti, sebbene le mire cinesi siano dettate da motivi commerciali e di potere, vi è da osservare come il Qi che alimenta la Cina, che è quindi la fonte della sua stessa vita, viene dalle montagne del Tibet, chiamate “grande imperatore d’Oriente”. Il controllo di queste era di fondamentale importanza per gli imperatori cinesi, il cui compito consisteva anche nel controllare il Qi del loro paese.

I Draghi peraltro sono raffigurati nei dipinti cinesi, nelle sculture, nelle ceramiche non tanto per abbellire l’arredamento, ma perché hanno una funzione ben concreta, che è quella di mobilitare l’energia che si trova in una stanza o in un paesaggio naturale.

Per operare con l’aiuto dei Draghi bisogna seguire un procedimento molto semplice, che consiste nello studiare la meteorologia relativa al luogo dove si deve costruire per vedere se ci sono Draghi in buona salute o ammalati. C’è infatti anche tutto un linguaggio poetico sui Draghi, considerati proprio come esseri viventi: possono essere piccoli, addormentati per una parte della giornata, in buona salute e dei quali è estremamente importante utilizzare i benefici.

Per prima cosa occorre quindi capire con che tipi di Draghi abbiamo a che fare, cercando gli elementi fisici più rassomiglianti a quello che tradizionalmente è l’aspetto di un drago. Vi sono anche Draghi non naturali, cioè costruiti dall’uomo, come nel caso della Grande Muraglia Cinese, la prima e la più imponente opera Feng Shui mai realizzata, il più grande campo di Qi al mondo.

Quasi sempre, quando c’è una linea di cresta sulle montagne, c’è un Drago. Un piccolo bosco viene ritenuto il suo sopracciglio, i canaloni che si snodano tra le montagne le sue vene, i prolungamenti naturali del monte le sue zampe e la sua testa, una piccola sorgente d’acqua (che è la più grande benedizione per un edificio) sotto la testa del Drago rappresenta la sua saliva, garanzia di ricchezza e salute. Per accertarsi se il Drago sia buono o, al contrario, dannoso, bisogna recarsi sul luogo e testare il sito. Non c’è un metodo da seguire, in quanto il test è legato principalmente alla sensibilità del singolo individuo, magari aiutato dall’utilizzo di un pendolo. Questo sistema di ricerca può essere utilizzato anche per la propria casa o per qualsiasi altro luogo.

Se in agopuntura si controlla la situazione energetica testando il polso al paziente, con il Feng Shui si tasta “il polso” al paesaggio, in modo da comprendere se in quel luogo c’è troppa energia (Qi) o se ce n’è poca. Trovati i Draghi, quindi la struttura del paesaggio, si va sul luogo e si cerca la vena e la qualità del flusso: con un po’ di pratica si impara rapidamente, nello stesso modo e con le stesse difficoltà che ha l’agopuntore.

Si tratta comunque di tecniche che ci chiedono di metterci in ascolto, di sviluppare la nostra sensibilità e il nostro istinto. Sono lavori che non si limitano al riequilibrio di un territorio o di un'abitazione, ma che prevedono anche un lavoro su noi stessi: ognuno è responsabile del proprio Feng Shui e lo scopre per mezzo delle proprie forze e debolezze, in un rapporto biunivoco con la casa in cui abita. Così facendo non si resta neutri nei confronti del proprio ambiente, ma si diventa attivi, responsabili: conoscendo il proprio Feng Shui si prende coscienza delle proprie debolezze in un modo pratico e fisico, che porta a chiedersi come sia possibile utilizzare il Feng Shui del luogo per poter migliorare, cambiare. Il rapporto tra l'abitante e il luogo si stabilisce e si consolida lentamente, con il passare del tempo.

Probabilmente a molti tutto ciò sembrerà poco credibile e poco "scientifico"; sarebbe bene riflettere su quanto le scienze si siano imposte nelle nostre vite, senza lasciare più spazio al mistero, inducendo a vivere nell'illusione che si possa dare una spiegazione ad ogni evento e fenomeno.

Energia benefica ed energia distruttiva

Il Qi benefico è detto Sheng Qi e ha la proprietà di avere un buon equilibrio tra Yin e Yang. L'energia distruttiva è definita invece Sha Qi, soffio malefico, situazione proibita o perturbazione energetica. Il Qi è benefico se scorre in modo armonioso, dolce e fluido; se invece è stagnante o troppo veloce, diventa pericoloso. Due porte o finestre allineate sono considerate negative proprio perché danno la possibilità al Qi di prendere velocità.

La casa deve essere il luogo dove ricaricarsi energeticamente eliminando le interferenze negative, come nervosismo, irritabilità e stanchezza, assorbite durante la giornata. Affinché il Qi riesca a fluire è consigliabile non avere troppi oggetti o mobili inutili che ostacolano il suo passaggio. Per questo si consiglia vivamente di lasciare spazi più ampi possibili in ogni stanza, soprattutto all'ingresso e al centro. Seguendo questo principio sono state costruite molte cattedrali che presentano ampi spazi, non solo al proprio interno, ma anche all'esterno dove si trovano grandi piazze. Anche i primi palazzi avevano dei cortili interni che rispettavano questa legge; oggi invece questa usanza è stata erroneamente abbandonata. Inoltre, nel Feng Shui sono considerate portatrici d'energia positiva tutte le strutture ottagonali o circolari, come una cupola.

Occorre fare attenzione a tutto ciò che punta contro l'abitazione come edifici con superfici irregolari, angoli appuntiti, muri o tetti che finiscono con angoli acuti, finestre a forma di freccia, rami di alberi, antenne, ecc. Tutto ciò che è spigoloso è nocivo e aggressivo. Puntare il dito verso una persona

può perturbare la sua aura, così come il semplice passare sotto una scala crea un taglio aurico che può danneggiare l'equilibrio delle persone; per questo si dice che passare sotto una scala porti sfortuna.

Avere di fronte alla casa strutture con una superficie riflettente, come edifici di vetro, è considerato Sha Qi, perché l'energia negativa verrebbe riflessa e amplificata. Le perturbazioni energetiche non sono solo legate alle forme, ma anche ai cattivi odori dovuti a sporcizia, raffinerie, lavorazione di vernici e anche all'inquinamento acustico.

Le case ai piedi delle montagne hanno un Qi negativo perché si trovano in zone di pericolo valanghe e caduta massi. È una posizione molto Yang, e questo facilita tensione, stress, mal di testa e situazioni con più alta probabilità di traumi, incidenti, litigi e violenza. La soluzione è armonizzare il troppo Yang aggiungendo dello Yin. In questo caso si possono utilizzare piante e alberi tra la montagna e l'abitazione poiché contrastano la forza Yang di energie perverse che scendono dall'alto.

Se invece la casa si trova bene in vista, in cima a un colle o a una montagna allora prevarrà lo Yin, l'energia Yang verrà dispersa e l'abitazione, essendo ben visibile, sarà facilmente attaccabile da energie negative. La soluzione, in questo caso, è quella di bloccare lo Yang che tende a scendere creando un ostacolo, ad esempio costruendo un muretto vicino alla casa prima del dirupo. Quest'ostacolo tratterrà lo Yang facendo in modo che non si disperda.

Nel momento in cui si acquista una nuova abitazione, sarebbe opportuno tenere in considerazione queste indicazioni:

- che non si trovi su un'area bonificata da una qualsiasi fonte di inquinamento precedentemente esistente (ad esempio se sul terreno erano presenti acciaierie, aziende farmaceutiche, fabbriche di vernici, ecc.);
- che non sia su un terreno sul quale erano costruite chiese, cripte, templi, cimiteri, mattatoi, prigioni;
- che nelle vicinanze, soprattutto davanti alla Facciata della casa, non ci siano costruzioni come cimiteri, ospedali, discariche, ditte rumorose o inquinanti, prigioni, caserme, mattatoi, fabbricati abbandonati, ferrovie, aeroporti, scuole o chiese. Tutte queste strutture sono considerate negative. Per quanto riguarda scuole e chiese l'effetto perturbante si circoscrive al periodo notturno, infatti, ambedue le strutture sono molto Yang di giorno, ma troppo Yin di notte e attirano energie perverse;
- che davanti alla Facciata ci sia una visuale ampia e un bel panorama;
- che non ci siano nelle vicinanze forme di inquinamento elettromagnetico come antenne radiotrasmittenti, ripetitori, tralicci, ecc. La distanza minima consigliata dai tralicci dell'alta tensione è di 50 metri.

Infine, è importante ricordare anche ciò che è avvenuto nel luogo abitativo, gli avvenimenti passati, chi ci ha vissuto, le ragioni che hanno portato all'abbandono. Tutti questi punti non sono da sottovalutare perché un loro mancato rispetto crea una più alta probabilità di incorrere in problematiche di salute.

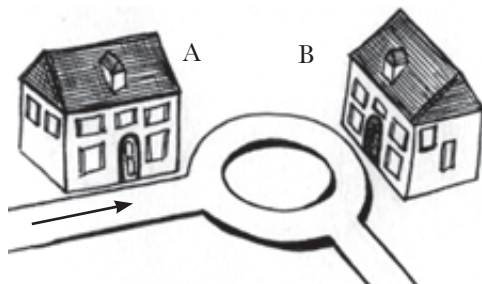
Le strade

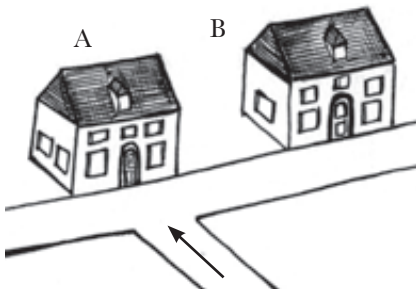
Le strade sono canali maestri lungo i quali il Qi scorre e pertanto influenzano l'energia delle case e delle varie aree. Il flusso del Qi dipende dalla formazione delle strade e dalla loro relazione con qualità naturali o apportate dall'uomo. Le strade sono gli equivalenti urbani dei fiumi nei paesaggi naturali, pertanto molte delle regole che si applicano ai corsi d'acqua si possono applicare anche alle strade. Il Qi maggiormente benefico è creato da strade dolcemente curve. Il Qi è concentrato presso gli incroci trafficati, le rotonde e le strade convergenti, è bloccato in condizioni strette e rattrappite ed è incanalato lungo strade dritte e strette come attraverso un imbuto.

Una casa situata in uno degli angoli di un incrocio è soggetta alla convergenza del Qi proveniente da diverse direzioni e gli angoli affilati accentuano il Qi distruttivo. La casa è inoltre influenzata dal movimento del traffico proveniente da quattro direzioni, soprattutto quando i veicoli che svoltano all'incrocio sembrano dirigersi verso la porta d'ingresso.

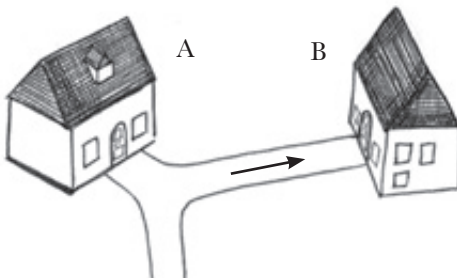


Le abitazioni in figura si trovano in prossimità dell'entrata di una rotonda. Per quanto riguarda la casa B vi è un flusso del Qi negativo perché c'è una strada che punta direttamente verso la porta d'ingresso.





Anche in questo caso abbiamo una strada che punta sull'abitazione A. La casa B ha un Qi fondamentalemente favorevole, l'importante è che la porta non sia proprio sulla strada.



In entrambe le situazioni il Qi è negativo. Nel caso A abbiamo una strada di fronte all'abitazione che forma una Y, che può essere causa di confusione per i residenti dell'edificio, i quali potrebbero trovare difficile prendere importanti decisioni nell'ambito familiare o lavorativo.



Forze distruttive sono concentrate nel punto acuminato in cui la strada forma una V. L'energia negativa che si accumula in questo punto potrebbe intaccare la salute e le relazioni degli abitanti del luogo.



Le case costruite all'esterno di strade molto curve risentono dell'effetto a "falce" della curva stessa. Questo effetto a coltello deve essere controllato.

La posizione migliore per gli edifici lungo una strada dalle curve morbide è all'interno della curva stessa, sebbene quelli situati all'esterno delle curve possono comunque essere relativamente sicuri.



Poiché vi è una sola uscita stretta, l'energia è facilmente intrappolata. I residenti potrebbero scoprire che le loro finanze e la loro fortuna in generale sono spremute; piccole uscite o viuzze aggiunte potrebbero aiutare a impedire che l'energia si fermi e deperisca.



Un consiglio: uno specchio o un altro oggetto riflettente può essere usato per riflettere l'energia distruttiva; l'energia dello specchio sarà migliorata con l'applicazione di un paio di guardiani che puntano verso lo Sha. Inoltre, sarà utile per il sito avere un sentiero curvo che conduca all'edificio per controllare il flusso del Qi e per alleviare l'effetto delle forze negative.

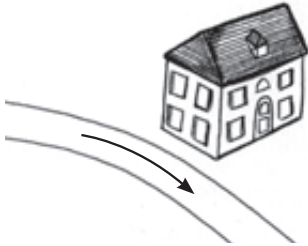
La porta principale può essere schermata con una veranda, mentre una siepe o meglio un muro in cemento aggiungerà protezione.

I corsi d'acqua

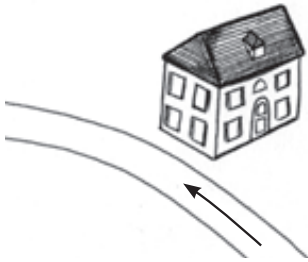
L'acqua ha un'energia potente che bisogna sfruttare al meglio. Infatti, è strettamente legata ai soldi; si pensi a tutte le frasi che collegano questi due termini come: "denaro liquido", "moneta corrente", "fiumi di denaro", "essere a secco". Se l'energia dell'acqua è sfruttata al meglio, viene favorita la ricchezza economica.

Un corso d'acqua troppo veloce è considerato dannoso e simboleggia prosperità, fortuna e benessere che scorrono via veloci senza soffermarsi. Per questo motivo costruzioni allocate troppo vicine a fiumi, laghi o mari hanno un'energia tendenzialmente distruttiva se il sito è a possibile rischio d'allagamenti.

I concetti applicati ai corsi d'acqua, si applicano anche alle strade considerando la direzione del traffico nella corsia più vicina all'abitazione.



Il Q_i è negativo perché l'acqua fluisce nel verso contrario all'entrata della casa; i benefici economici saranno allontanati.



Il Q_i è positivo perché l'acqua fluisce verso la porta d'entrata della casa, portando prosperità, fortuna e ricchezza.



Il Q_i è positivo perché la porta della casa si affaccia sul corso d'acqua, che però non deve essere né stagnante né troppo veloce.



Il Q_i è tendenzialmente sfavorevole perché la porta della casa non si affaccia sul corso d'acqua.

La vicinanza all'acqua ha un ruolo importante nello sviluppo economico; si considerino grandi città come Londra, Parigi, Amsterdam o Venezia. Bisogna anche tenere presente che molte geopatie sono causate da falde acquifere sotterranee, soprattutto se formano delle frecce che si dirigono verso l'abitazione, sebbene ogni caso vada valutato singolarmente. Nella terza parte del libro si vedrà com'è possibile valutare il Qi di una casa.

Esempi di Feng Shui

Edifici alti e sottili che torreggiano sulle case vicine sono isolati ed esposti alle influenze negative. Il Qi si disperde facilmente e la parte superiore dell'edificio è esposta all'energia distruttiva.



Gli edifici alti che ombreggiano la parte anteriore o posteriore delle case più piccole impediscono alla luce di entrare ed esercitano pressione su queste.



La corrente dei tralicci nei pressi di un gruppo di case potrebbe alterare il Qi e intaccare la salute e le relazioni degli abitanti del luogo.





A molte persone non dispiace affacciarsi su un cimitero o altro luogo associato a malattia e morte, ma se vi sentite a disagio mettete le persiane alle finestre o appendete campane a vento sulla porta.



Luoghi in cui la comunità si riunisce per pregare, o centri di guarigione, talvolta generano un Qi positivo. Lo stesso principio si applica a scuole, parchi gioco e asili. È bene comunque valutare i singoli casi, in quanto spesso, specialmente la notte, creano dei disturbi.



Queste case sono situate in una vallata ampia e morbida, protette alle spalle da una catena di colline più alta e frontalmente e ai lati da altri pendii lievi, rappresentando la formazione ideale dei quattro guardiani.



Una casa situata sulla cima di una collina o di una rupe è troppo isolata e il Qi si disperde velocemente. Ha bisogno di altre costruzioni, ripari o alberi che offrano protezione.

Seconda parte

Costruisci e arreda la tua casa
secondo il Feng Shui

5

I locali

Nel Feng Shui bisogna prestare particolare attenzione alla disposizione delle stanze e dell'arredamento. Di seguito, verranno trattati i diversi locali delineando le caratteristiche peculiari di ognuno; ci sono comunque delle regole generali che devono essere rispettate. Ad esempio, è molto importante che il centro di ogni stanza rimanga vuoto per garantire il libero fluire del Qi. Inoltre è fondamentale tenere in casa solo gli oggetti legati a bei ricordi e che diano sensazioni positive; tutto ciò che ricollega a spiacevoli avvenimenti o che comunque crea, anche inspiegabilmente, sensazioni di oppressione o fastidio, andrebbe eliminato immediatamente (anche se si tratta di oggetti legati a persone care).

L'ingresso

Se paragoniamo una casa a un essere vivente, l'ingresso costituisce il mezzo fondamentale per ispirare energia, così come avviene nell'uomo con la respirazione attraverso il naso e la bocca. Sarà quindi fondamentale che questo processo non venga ostacolato da costruzioni considerate negative come tetti spioventi o triangolari, scale o pianerottoli stretti, luoghi poco illuminati o la vicinanza dell'ascensore alla porta d'ingresso.

L'entrata in casa deve essere agevole, la porta deve aprirsi verso l'interno per far penetrare correttamente il Qi e non deve avere oggetti dietro che potrebbero ostruire il passaggio. Sarebbe ottimo se l'ingresso si trovasse in un settore favorevole secondo la Scuola del Ba Zhai e con un Water Star 8 o 9.

Se c'è un muro appena si entra a meno di due metri questo rappresenta a livello energetico un ostacolo relativo alla capacità di andare avanti nella vita. In tal caso l'ideale è mettere un poster o un quadro con una bella immagine che apporti gioia e che permetta di vedere in lontananza un bell'orizzonte.

È considerato molto positivo appendere in anticamera, proprio di fronte alla porta d'ingresso, arazzi o quadri che richiamino il rosso e l'oro: questi

due colori portano fortuna e sono molto Yang. Bisogna comunque stare attenti a non metterli in zone negative altrimenti otterremmo un'amplificazione degli effetti nefasti.

Per quanto riguarda la collocazione di specchi nell'anticamera, in genere è consigliabile non averne e, se proprio lo si vuole applicare, usarne uno abbastanza grande in modo che le persone riflesse non vengano tagliate a metà. Ad alcuni può dare fastidio appena entrati in casa vedere la propria immagine (in questo caso l'energia vitale delle persone scemerebbe), ad altri invece non turba. Sono consigliati, posti lateralmente all'entrata, se l'ingresso è piccolo e stretto per aumentare l'energia entrante.

Per i portoni d'entrata dei palazzi, è importante che siano abbastanza grandi, altrimenti il Qi non riesce a scorrere correttamente nei pianerottoli e conseguentemente negli appartamenti. Una volta questa legge veniva rispettata e lo si può vedere nei vecchi palazzi; oggi invece si tende a costruire portoni sempre più piccoli, e ciò non fa altro che peggiorare l'energia vitale e armonica delle persone che vi abitano.

Infine è bene che l'ingresso di casa non si trovi in una discesa o in fondo a una scalinata. Questo creerebbe difficoltà soprattutto finanziarie; si inizierebbe sempre la giornata in maniera negativa e con fatica. Se c'è un ingresso del genere si consiglia, se possibile, di utilizzare una porta secondaria.

Il corridoio

È importante che sia ben illuminato, che non sia lungo e stretto e che non ci siano troppi mobili che ostruiscano il passaggio. Un corridoio con troppi ostacoli e difficoltoso da percorrere bloccherebbe l'energia vitale nell'abitazione e trasformerebbe un eventuale Qi positivo in energia perversa facendola ristagnare all'interno della casa. Se l'energia scorre troppo veloce, si può rallentare con un campanello eolico tubolare. Le porte sul corridoio non devono essere allineate, altrimenti si potrebbero creare contrasti energetici. Il corridoio è legato al sistema nervoso e arterioso.

Il salotto

L'esposizione sul versante Sud è consigliata per sfruttare al massimo la luce solare, benefica per le relazioni e ideale per una calda accoglienza. I mobili e i divani andrebbero posti lungo le pareti per consentire il libero fluire del

Qi e garantire alle persone sedute un valido appoggio alle loro spalle. Più lo schienale è alto, meglio la schiena aderirà ai cuscini e più ci si sentirà protetti. Divani e poltrone disposti ad angolo tra loro sarebbero da evitare, meglio disporli uno di fronte all'altro.

Se è presente il camino, è buona norma che non si trovi al centro della stanza (in quanto, come già detto, per un libero fluire del Qi il centro deve essere sempre tenuto libero), ma dovrebbe essere posto a ridosso di una parete, meglio se rivolto a Sud, settore dell'energia del Fuoco.

A livello sottile il salotto rappresenta il centro energetico o cuore della casa.

La sala da pranzo

Dovrebbe trovarsi lontano dall'ingresso e, per ragioni logistiche, vicino alla cucina. Si dovrebbe evitare che soggiorno e sala da pranzo compongano un unico ambiente, avendo funzioni differenti; qualora non fosse possibile, sarebbe meglio avere una parziale separazione realizzata con piante, tende, pannelli o paraventi.

La cucina

Questa stanza è considerata, in molte culture, un luogo sacro proprio come il cibo. È bene che non sia direttamente visibile appena si entra in casa; in tal caso sarebbe facilmente attaccabile da energie negative che causerebbero disequilibri alla salute degli abitanti facilitando l'insorgere di malattie associate al cibo (compresa l'obesità). La pattumiera non deve mai essere lasciata aperta e non dovrebbe trovarsi in prossimità di porte o finestre in quanto il Qi che entrerebbe verrebbe corrotto.

Sedersi a tavola in una delle proprie direzioni propizie è l'ideale. Non ci si dovrebbe sedere con le spalle rivolte verso porte o finestre, ma sempre con la schiena verso muri o mobili in modo da avere le spalle protette.

È preferibile avere il minor numero possibile di elettrodomestici. Sconsigliati anche i forni a microonde che alterano la struttura cellulare degli alimenti e potrebbero portare a un disequilibrio psicofisico.

La cucina è legata all'energia dello stomaco.

È importante che alimenti e bevande siano distanti almeno 50 cm da ogni tipo di apparecchiatura elettrica, caldaie, lavastoviglie, frigoriferi. Sconsigliate le piastre di cottura di nuova generazione perché emanano un elevatissimo elettromagnetismo. Vanno bene gli usuali fornelli a gas.

Bibliografia

- Amedeo Carlo, Di Lagnasco Reyneri, *Feng Shui. La scienza orientale dell'abitare, i rilevamenti da fare in casa, i problemi delle singole stanze, i correttivi per creare un ambiente sano e sereno*, De Vecchi Editore, Milano, 2002
- Balladori Angelo, *Tecniche di cristalloterapia*, Edizioni Enea, Milano, 2008
- Brennan Barbara Ann, *Luce emergente. Una nuova esplorazione del campo energetico umano*, Longanesi, Milano, 1994
- Brennan Barbara Ann, *Mani di luce. Come curarsi e curare tramite il campo energetico umano*, Longanesi, Milano, 1989
- Capriolo Gigi, D'Elia Alessandra, *L'energia segreta delle acque. La terapia idrofrequenziale*, Xenia, Milano, 1996
- Capriolo Gigi, *La casa bioarmonica*, Xenia, Milano, 1997
- Capriolo Gigi, *Lo Space Clearing. Armonia in casa*, Xenia, Milano, 2005
- Cavaglieri Rossana, *Arredamento & salute*, MEB, Padova, 1988
- Cella Carla, *La Radiestesia*, Xenia, Milano, 2001
- Chiazzari Suzy, *Guarire con i colori e le essenze*, Tecniche Nuove, Milano, 2003
- Chuen Lam Kam, *Il manuale del Feng Shui. L'antica arte geomantica cinese che vi insegna a disporre la casa e l'arredamento in armonia con le leggi del cosmo*, Corbaccio, Milano, 1996
- Chuen Lam Kam, Sin Lam Kai, *La cucina Feng Shui*, Corbaccio, Milano, 2001
- Conti Flavio, Conti Maria Rosa, *Il colore nella casa*, Serie Gorlich, Novara, 1985
- Day Christopher, *La casa come luogo dell'anima*, Red, Como, 1993
- Dillenseger Jean-Paul, *Abitazione & salute. Elementi di architettura biologica*, Musement Editore, Quart, 1992
- Dodd Nathalie Anne, *Il Feng Shui nella vita moderna*, De Vecchi Editore, Milano, 2001
- Fabre Jean-Charles, *Casa tra Terra e Cielo. Abitare secondo le energie cosmiche*, Edizioni Amrita, Torino, 1995
- Fischer-Rizzi Susanne, *Incensi e profumi. L'uso, le proprietà e la storia*, Tecniche Nuove, Milano, 2001

- Fortuna Luca, *Aromaterapia Naturopatica*, Edizioni Enea, Milano, 2006
- Frutiger Adrian, *Segni & simboli*, Stampa Alternativa, Roma, 1998
- Gstottenmayer Sabine, *Più natura in casa. L'ambiente domestico ieri e oggi: manuale pratico per tutta la famiglia*, Il Punto d'incontro, Vicenza, 2006
- Guerzoni Tiziano, *Una casa sana per vivere bene*, Verdechiaro Edizioni, Baiso (RE), 2007
- Hartmann Manfred, *I mondi del Rabbomante*, Il punto d'incontro, Vicenza, 2000
- Johnson Steven, *Le essenze floreali e ambientali dell'Alaska*, Natur Editore, Milano, 2004
- Kingstone Karem, *Creare l'armonia del proprio ambiente*, Gruppo Editoriale Futura, Bergamo, 1999
- Kushi Michio, *Il Kì delle nove stelle*, Edizioni Mediterranee, Roma, 2002
- Lagatree Kirsten, *Feng Shui. Una guida, stanza per stanza, all'antica arte cinese dell'armonizzazione dell'ambiente*, Gruppo Editoriale Futura, Bergamo, 1999
- Marchesi Fabio, *La Luce che cura*, Tecniche Nuove, Milano, 2002
- Meletani Sabatino, *Manuale di EAVI – Elettroagopuntura di Voll Integrata*, Nobile Collegio Omeopatico – Università Urbaniana, Roma, 2002
- Mella Dorothee L., *Il linguaggio dei colori. Scoprire attraverso i colori gli aspetti segreti della personalità e migliorare la propria vita sotto ogni punto di vista*, PAN, Milano, 1991
- Melluso Gisella, *Astrologia cinese*, Mistral, Verona, 1999
- Merz Blanche, *I luoghi alti*, Reprint, Geneve, 1983
- Negri Luca, Bailo Daniela, *Feng Shui. Vivere e abitare*, Demetra, Firenze, 2003
- Palmer Martin, *Yin Yang*, Red Edizioni, Como, 1999
- Parancola Stefano, *Atlante di Feng Shui*, Macro Edizioni, Cesena, 2001
- Parancola Stefano, *Introduzione alla Bioarchitettura e al Feng Shui*, Macro video, Cesena, 2006
- Parancola Stefano, Park Stewart, Pelizza Mara, *Feng shui. Architettura, ambiente e acqua*, Macro Edizioni, Cesena, 1998
- Parancola Stefano, Ros Pierfrancesco, *Feng Shui della forma. Manuale professionale di architettura Feng Shui*, Editoriale Delfino, Varese, 2006
- Pedirota Luciana, *Il colore. Simboli Archetipi e uso terapeutico*, Edizioni Mediterranee, Roma, 1996
- Pegrum Juliet, *Vastu vidya. La millenaria tradizione indiana che insegna a progettare e ad arredare la casa e l'ufficio in armonia con l'energia del cosmo*, Corbaccio, Milano, 2001
- Puliafito Isabella, *Feng Shui. Armonia dei luoghi per l'architettura del benessere*, Hoepli, Milano, 1999
- Raphaell Katrina, *Cristalli. Una terapia per il corpo e per lo spirito*, Xenia, Milano, 1993

- Ros Pierfrancesco, *Feng Shui, Bioarchitettura: case a energia positiva*, Edizioni Amrita, Torino, 1998
- Sandifer Jon, *Feng Shui e astrologia*, Editoriali Futura, Milano, 2002
- Santagostino Paola, *Il colore in casa. Come sfruttare gli effetti psicofisici dei colori per una casa più sana e ambienti più accoglienti*, Urra, Milano, 2006
- Sator Gunther, *Feng shui. L'arte di creare ambienti accoglienti e salutari*, Red, Como, 2003
- Scapino Michele, *La casa ecologica. Materiali, energia, luci e colori per l'arte di abitare*, Editoriali Olimpia, Firenze, 1997
- Spada Maurizio, *L'uomo, l'ambiente, la casa. Verso un'etica bioecologica dell'architettura*, Guerini studio, Milano, 1992
- Too Lillian, *Feng Shui. Salute, prosperità e benessere con i segreti della saggezza cinese*, Tecniche Nuove, Milano, 1996
- Too Lillian, *Il Feng Shui dell'amore*, Zelig, Milano, 2000
- Too Lillian, *L'arte di vivere in armonia con l'ambiente*, Mondadori, Milano, 1999
- Tuan Laura, *Corso di Astrologia Cinese*, De Vecchi Editore, Milano, 2006
- Vasudeva, Kadambii Barnao, *Le essenze floreali australiane Living Essence*, Natur Editore, Milano, 1997
- Vercellesi Pia, Gasparri Giampaolo, *Candele. Un abbraccio di luce*, Xenia, Milano, 2000
- Viero Aristide, *Geobiologia tra Radioestesia e Raddomanzia*, Vannini Editrice, Brescia, 1999
- Webster Richard, *Feng shui. Un'arte per vivere meglio*, Sperling & Kupfer, Milano, 1999
- Wills Pauline, *La terapia dei colori*, Oscar Mondadori, Milano, 1998
- Wong Eva, *Feng Shui. L'antica saggezza del vivere armonioso per i tempi moderni*, Corbaccio, Milano, 1999
- Wong Eva, *Il grande libro del Feng-Shui*, Oscar Guide Mondadori, Milano, 2002
- Wu Xing, *Il manuale del Feng Shui*, Il punto d'incontro, Vicenza, 2001
- Yannick David, *Feng Shui. La casa in armonia col cosmo*, Edizioni Amrita, Torino, 1992

Dal 2005 Edizioni Enea collabora insieme a Scuola SIMO con un obiettivo preciso: fornire contenuti di qualità per promuovere la salute di corpo, mente e spirito.

Pubblichiamo libri destinati a naturopati e operatori della salute, ma anche a semplici appassionati e curiosi.

Ci occupiamo di scienza ma anche di spiritualità, integrando i più grandi insegnamenti di Oriente e Occidente.

Guardiamo alle grandi tradizioni mediche del passato e ci apriamo alle più innovative proposte nel campo della medicina olistica.

www.edizionienea.it

www.scuolasimo.it

Omar Discepoli, laureato in Informatica, si occupa da anni di discipline olistiche. Si è formato in Naturopatia con specializzazione in Naturopatia vibrazionale presso la Scuola SIMO (Scuola Italiana di Medicina Olistica), dove ha studiato le principali tecniche naturopatiche. Teacher internazionale del Feng Shui Research Center di Toronto, diplomato anche in Ba Zi, Wen Wang Gua, Xuan Kong Da Gua, Qi Men Dun Jia, Yi Jing. Ha approfondito i suoi studi sul Feng Shui in Italia e all'estero.

Il suo sito è:
www.fengshuienaturopatia.it

In copertina: © kemalbas / istockphoto
Art Direction: Camille Barrios / ushadesign

€ 18,00

Il Feng Shui è l'arte di sapersi collocare
nell'ambiente nel miglior modo possibile.

La Naturopatia si occupa dell'essere umano
nella sua globalità.

Feng Shui e Naturopatia permettono di agire
parallelamente sia sull'ambiente, sia sulla persona
con rimedi naturopatici e vibrazionali, in modo
che l'armonizzazione possa avvenire in maniera olistica,
celere ed efficace. Questo anche perché l'atto
di armonizzare la propria casa è strettamente legato
a quello di riequilibrare la propria parte più profonda.

ISBN 978-88-6773-050-6



9 788867 730506 >