

A lakás energiával való feltöltése



„Itt van az ősz, itt van újra”...

Az ősz, a Fém elemhez tartozó, begyűjtő, felhalmozó, tartalékoló energiát jelenti.

Hogyan lehetséges felhalmozni, begyűjteni a lakásba az energiát?

Hogyan készülünk fel a téli időszakra, amikor kevesebb a napfény, és rövidebbek a nappalok?

Az első teendő, hogy **biztosítsuk a helyet**, a jang életenergia számára.

Fogjunk hozzá az őszi nagytakarításhoz, gondoskodjunk előre a hosszú téli napok energiájáról. Ne a sok tennivalóra gondoljunk, hanem arra, hogy mindenki a **saját egészsége érdekében** cselekszik. A tél a pihenés, befelé fordulás, a családi együttlétek örömét jelentse.



Első lépésként fontosnak tartom, hogy a feladatok ismeretében a **szervezést**, és az **időbeosztást gondoljuk át**.

Ne akarjunk mindent egy napon megcsinálni, mert abból csak káosz lesz, és gyorsan elfáradunk. Ahhoz, hogy elérjük a célunkat és élvezni is tudjuk az eredményt, a feladatokat célszerű megosztani. A gyermekeknek és a felnőtteknek is vannak személyes, intim területei a lakásban, melyet maguknak kell rendben tartani.

Lehet egy kis **házi versenyt rendezni**, minden családtag ugyan azzal a feladattal egyszerre kezdhet dolgozni. Pl.

1. Lassan haladjunk körbe a lakásban, szobában, és figyeljük meg az érzéseinket minden dologgal kapcsolatban. (nehézlégzés, izgatottság, szomorúság, düh, öröm).
2. Elsőként a kihelyezett, látható tárgyakat gyűjtsük össze, távolítsuk el, amelyek feleslegessé váltak, nem tetszik, vagy nem szeretjük őket.
3. A következő lépésben döntsük el, hogy pl. az íróasztalok következnek. Biztos, hogy szükség van még a régi iratokra, felesleges jegyzetekre, a régi tankönyvekre? A papíron jobban megmarad a por, és elveszi a téréből az energiát! Portalanítsuk a könyveket!
4. Ellenőrizzük a túlszűfolt ruhásszekrényeket. Kinőtt, divatjamúlt, évek óta nem viselt ruhák tömege. A múlt emlékei, melyek lekötik a személyes energiánkat. Gondoljuk át, hogy a számunkra feleslegessé vált, de hibátlan minőségű ruhákra, tárgyakra, esetleg szükségé lehet-e valakinek? Tisztítsuk meg, szerezzünk vele örömet másnak!

5. Takarítsunk alaposan; portalanítsuk a falakat, a szekrények tetejét, polcokat, fiókokat.
6. Tisztítsuk meg az ajtókat és ablakokat. Csak a tisztításkor látható igazán, hogy mennyi por tud rájuk tapadni.
7. Tisztítassuk ki a szőnyegeket! A rendszeres porszívózás ellenére is gyakran felelős a légzési problémákért.
8. Húzzuk el a bútorokat, töröljük fel a parkettát nedves tisztítással.
9. Mossuk le a fali csempéket is, hiszen a főzés és zuhanyozás következtében, a gőzök gyorsan megkötik a port.
10. Ne feledkezzünk meg a függönyök tisztításáról sem.
11. Ahogyan a nappalok rövidülnek, szellőztessünk egyre gyakrabban.
12. Központi fűtés esetén alkalmazzunk párologtatót, vagy permetezzük a virágokat.

Ennél egyszerűbb és költségkímélőbb módszer nem létezik, mint a rend és a tisztaság szinten tartása.

A lakásban lévő csí/energia minőségért, mi magunk tehetünk a legtöbbet.

A tél, a jin passzív energiát képviseli, de nem kell, hogy depressziósak legyünk. Ez a pihenés, az erőgyűjtés időszaka, és nem a semmittevést jelenti.

A jin energiára ugyan úgy szükségünk van, mint a jang energiára.

Jin és Jang, passzív és aktív erők csak együtt léteznek, mint a fény és az árnyék.



Ez a két erő az egyensúly szimbóluma, melynek érdekében mindig a hiányzó energiát kell kiegyenlíteni.

Az ősz alkalmas a felmérésre, felkészülésre, hogy legyen elegendő energiánk a tavaszi napsütésig.

A leírtak szerint gondoskodjunk a jang aktív energia jelenlétéről; alkalmazzunk több mesterséges fényt, hallgassunk vidám zenét, szervezzünk több baráti és családi találkozót.



A problémáink összefüggésben vannak a környezetünkkel, ne késlekedjünk a tértisztítást elvégezni.

A feng shui harmonizáló eszközei csak akkor működnek, ha a feltételeket megteremtettük, és a szimbólumokat helyesen alkalmazzuk.

Jó felkészülést, sok energiát kívánok!

Kunczly Judit
Feng shui szakértő