

FENG SHUI: TU CASA, UN REFLEJO DE TI

25 consejos para empezar a aplicar feng shui



SOBRE MI



Hola, soy Esther Carrillo y me defino como arquitecto personal. El hecho sobre el que baso mi trabajo es que cada lugar que habitas refleja tu manera de ser, de pensar y de actuar. Existe un lugar para cada persona y una persona para cada lugar, pero cuando no se da esta circunstancia es necesario transformar el espacio para el crecimiento personal y profesional de sus habitantes.

Como arquitecto, tengo la responsabilidad de crear lugares que fomenten el bienestar físico, mental, emocional y espiritual. Uno no puede darse sin los otros ya que son los pilares de una vida equilibrada y feliz.

Mi interés por la calidad de vida de las personas y el tipo de experiencias que componen su día a día me ha llevado a investigar y formarme en filosofías paralelas a la arquitectura. Entre ellas están las neurociencias y el feng shui clásico.

Con mi [método de trabajo](#), muestro, de manera objetiva, las situaciones por las que atraviesa una persona, así como las pautas a seguir, a través de su casa o lugar de trabajo. De esta manera, la arquitectura se convierte en un medio de autoconocimiento, lo que ha supuesto un antes y un después en la elaboración de proyectos de obra nueva, reforma de viviendas y locales comerciales.

Puedes contactar conmigo, haciendo click [aquí](#).

¿QUÉ ES FENG SHUI?

Feng shui es una rama del conocimiento que tiene como objeto el bienestar de las personas en sus hogares.

Se originó en China hace miles de años a partir de una meticulosa observación de la naturaleza, de los paisajes, del tiempo y de las distintas estaciones del año.

El concepto básico del feng shui es que nuestro entorno contiene y distribuye energía espiritual sutil, que circula a través del universo y de nosotros mismos.

El entorno y los lugares que habitamos tienen una influencia sobre nosotros de la misma manera que nosotros influimos en ellos. El entorno es el paisaje exterior y el cuerpo humano es el paisaje interior. Ambos paisajes se relacionan y se afectan entre sí.

Esto es porque todo lo que nos rodea es energía. Cada lugar posee un campo energético, un código de características que los hacen distintos unos de otros. Lo mismo que el campo energético del ser humano.

Los campos energéticos están compuestos de vibración, frecuencia e información. Cuando elegimos un lugar para vivir es porque la información del lugar y nuestra propia información, se atraen.

Compartimos información con los lugares que habitamos y necesitamos esa unión para transformarla en experiencia.

Feng shui permite interpretar estas experiencias de vida a lo largo del tiempo. Por eso, es un fascinante método de autoconocimiento para la arquitectura.

En cada lugar se pueden dar todas las posibilidades, infinitas experiencias positivas o negativas, a favor o en contra, en diferentes grados. Siempre prevalecerán aquellas que conecten con nuestro nivel de vibración.

SIN LAS PERSONAS NO HAY FENG SHUI

Feng shui no es algo externo a nosotros, sino que está implícito en la persona. Es necesario asumir responsabilidad y compromiso con respecto a lo que deseamos conseguir.

A mayor vibración, mejores lugares y experiencias viviremos. Pero no se trata de vivir en un constante camino de rosas, sino de estar preparados para atravesar con éxito los posibles obstáculos que se nos presenten y estar en sintonía con lo que somos.

LA IMPORTANCIA DE LAS ORIENTACIONES

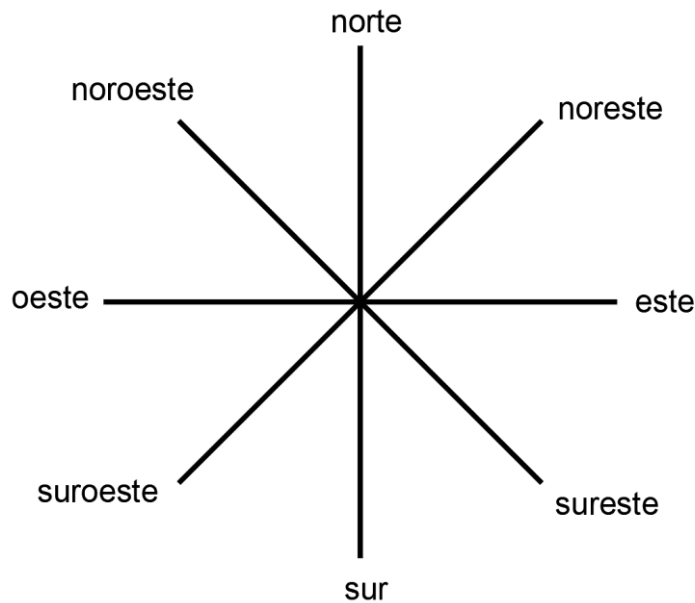
Cada vivienda está formada por un [mapa energético](#), dividido por sectores o estancias, según las 8 orientaciones Norte, Sur, Este, Oeste, Noreste, Noroeste, Sureste y Suroeste. Este mapa define todos los aspectos de la vida de una persona, relaciones, salud, profesión, familia, economía... Y de su interpretación se deducen las fortalezas, debilidades y retos de cada persona en un momento dado.

Pero, además, cada orientación indica la dirección más favorable para cada persona según su momento de nacimiento.

Todo esto nos ofrece la ventaja de ubicar cada estancia en el lugar adecuado para tener la mejor experiencia a favor de nuestra evolución personal. Del mismo modo que saber orientarnos de manera adecuada en cada estancia de la casa.

De momento empezamos con las orientaciones favorables de cada uno.

LO MÁS ÚTIL Y FÁCIL DE APLICAR



Desde el momento en el que nacemos tenemos una conexión con un *chi* determinado asociado a cuatro orientaciones favorables y cuatro desfavorables. Pero sólo una de ellas, en algunos casos 2, es la que posee una influencia más fuerte.

Estas direcciones se basan en el número Gua o Kua.

Saber cuál es tu número Gua es muy útil para poder orientarte frente a tus mejores direcciones cuando realices actividades importantes y duraderas a lo largo del día, en tu casa, en tu despacho, en tu casa de vacaciones.

Para determinar tu número Gua, sólo tienes que tener en cuenta tu año de nacimiento, según el calendario chino solar y no el gregoriano. El año nuevo, según el calendario solar, empieza el 4 ó 5 de febrero de cada año. Es decir, si has nacido en enero o el 2 de febrero de 1968 debes considerar el cálculo para el año 1967.

- Si eres mujer: Suma los cuatro dígitos de tu año de nacimiento hasta llegar a un sólo dígito (del 1 al 9), y suma 4 a ese número.

Ejemplo: 1962 = 1+9+6+2=18 / 1+8=9 / 9+4=13 / 1+3=4. Tu número Gua es el 4.

- Si eres hombre: Suma los cuatro dígitos de tu año de nacimiento hasta llegar a un solo dígito (del 1 al 9) y resta este número de 11.

Ejemplo: 1957 = 1+9+5+7=22 / 2+2=4 / 11-4=7. Tu número Gua es el 7.

La orientación más favorable para cada número Gua es la siguiente:

Gua 1: Sureste

Gua 2: Noroeste

Gua 3: Este

Gua 4: Sur y Sureste

Gua 5 (mujer): Noroeste y Oeste

Gua 5 (hombre): Noroeste

Gua 6: Noreste y Suroeste

Gua 7: Suroeste y Noreste

Gua 8: Oeste

Gua 9: Este

Aprovecha estas orientaciones para situar tu mesa de trabajo, para cocinar, para dormir o para hacer una llamada importante. Todas estas direcciones tienen que ver con la dirección hacia la que miras. Sin embargo, para dormir, la orientación que se ha de tener en cuenta es la orientación de tu cabeza mientras duermes, la del cabecero de tu cama.

25 CONSEJOS FENG SHUI

El principio fundamental para la aplicación de feng shui es la [toma de consciencia](#). Sentir, vivir y experimentar el lugar es el primer paso para involucrarte en cada espacio, para que seas uno con él y que lo asumas como una parte de ti. Estos 25 consejos te ayudarán a encaminarte a una mejor experiencia de vida en casa, en conexión contigo.

01. **AMA TU CASA.** Amar tu casa es el paso más difícil que se nos presenta en nuestro hogar. Es el paso previo a su feng shui. Hasta que no ames cada rincón de tu casa, hasta que no la hagas tuya y que forme parte de lo mejor de ti, no podrás trascender esa parte de tu vida. [Amar tu casa es amarte a ti](#).
02. **DEDICA ATENCIÓN A CADA RINCÓN DE TU CASA.** Esta atención repercute en ti y en cada miembro de tu familia. En cada apartado de tu casa se refleja cada uno de vosotros. El sector Noroeste representa al padre, el Suroeste a la madre, el Este al hijo y el Sureste a la hija.
03. **CAMBIA DE POSTURA.** Al igual que cuando estás incómodo en una posición, te mueves y cambias de postura para estar más cómodo, haz lo mismo en tu casa. Cambia los usos de las habitaciones. Si no duermes bien, prueba a dormir en otro dormitorio. Si no te concentras en tu mesa de trabajo, colócate en otro lugar de la casa. Analiza y mide resultados. No te aferres a lo preestablecido. Aprovecha tu dirección favorable.

04. **BUSCA TU RINCÓN.** Encuentra un rincón de tu casa que te represente, donde te encuentres a gusto, donde cada vez que te sientas mal, pienses en ese lugar y te calmes. Pasa al menos 15 minutos en ese lugar cada día, aprovecha para leer un libro, meditar, no hacer nada... Aprenderás a vincularte con tu casa al margen de tus sentidos y de lo material. Que cada miembro de tu familia identifique su rincón. Aprovecha tu dirección favorable.
05. **PLANTEA NORMAS DE CONVIVENCIA.** Las normas y los horarios son fundamentales para aprovechar cada lugar de la casa. Si tu rincón preferido está siendo usado por otros miembros de tu familia, llega a un acuerdo y establece un horario para que cada día ese momento sea solo para ti y que nadie te moleste. Si cada uno tiene su rincón, será divertido establecer un plan semanal.
06. **VIVE TU CASA MÁS ALLÁ DE LA MENTE.** Vive y experimenta tu casa más allá de lo que percibes por tus sentidos, vista, olfato, gusto... Cierra los ojos y percibe cómo te sientes en cada lugar y reflexiona sobre las vivencias has tenido, las escenas que han compuesto los mejores y peores momentos en cada lugar. Puede ser que las reuniones familiares hayan sido conflictivas cuando os habéis reunido en el comedor, o que las mejores ideas te han surgido mientras escribías en el sofá del salón. Esto te dará las primeras pistas sobre los mejores lugares de tu casa.
07. **ASUME LAS DISTINTAS EXPERIENCIAS DE LA FAMILIA.** [Tu casa es una proyección de ti](#) y de todos los miembros de tu familia. Cada uno de vosotros tenéis un rol diferente a lo largo del tiempo. Esto se refleja en el código energético de tu casa y, por tanto, viviréis de manera distinta la experiencia. La influencia de

un área determinada de tu casa sobre ti será diferente para otro miembro de tu familia.

08. **DA UNA OPORTUNIDAD A CADA ESTANCIA.** Muchas veces dejamos de lado estancias que no utilizamos, ya sean los dormitorios de los hijos que ya no están, el trastero, la despensa... Interiorízalas como parte del conjunto de tu casa, pasa algún tiempo en ellas, cuídalas y agradece su papel como eslabones de la misma cadena.
09. **ELIGE TU HABITACIÓN.** Puede ser cualquier habitación de la casa, salón, sala de estar, estudio, etc. sin importar que sea o no tu dormitorio. Elige el lugar donde mejor te sientas, ya sea por la luz de la mañana, por las vistas del paisaje, por los buenos ratos que pasas en él. Imagina que toda tu casa se reduce a ese espacio y recreáte en él. Haz los ejercicios del 1 al 8, suponiendo que ese espacio es toda tu casa. Cuando no puedes abarcar toda tu casa como parte de ti, ya sea porque no tienes acceso a todas las estancias porque compartes piso o cierta parte de la casa está inhabilitada, puedes ir de lo macro a lo micro y asumir esa estancia como tu gran espacio.
10. **MEDITA.** La meditación es la práctica más extraordinaria que poseemos para mantenernos en conexión con nuestro interior. Cuando meditamos, absorbemos la energía del entorno y esa energía convive en nosotros. Al cabo del tiempo, cuando somos más experimentados en la práctica, somos capaces de absorber nuestra propia energía y devolverla al entorno. Este intercambio es el que transformará la vibración y frecuencia a favor de una mejor vivencia en ese lugar. De ahí que un lugar posea una determinada energía, pero influirá de distinta manera según la persona.

Un ejercicio muy facilito es el de elegir el lugar del punto 9. Nos sentamos hacia nuestra mejor dirección y cerramos los ojos. Inspiramos en cuatro tiempos, subimos la energía desde la pelvis hasta la coronilla, retenemos el aire cuatro tiempos, exhalamos en 4 tiempos y retenemos en 4 tiempos. Repetimos 10 veces.

Esta micromeditación te prepara para cualquier tarea que tengas que realizar a continuación. Haz la prueba, coge un cuaderno y empieza a escribir lo primero que se te venga a la mente, sin parar, durante 2 minutos tras esta meditación. Al escribir en un estado de conciencia elevado, descubres los detalles que se almacenan en tu subconsciente, claves para el cambio en cualquier aspecto de tu vida.

Ahora que ya tienes las herramientas para el cambio de consciencia en tu casa y has empezado a implicarte, es hora de vivirla de otra manera.

POSICIÓN DE PODER

11. APLICA EL CONCEPTO “POSICIÓN DE PODER”. Un principio básico en feng shui es la protección en el entorno (cuatro guardianes celestiales). Lo mismo que una casa en su entorno, una cama, una mesa de trabajo, en una estancia de la casa están bien protegidas cuando:

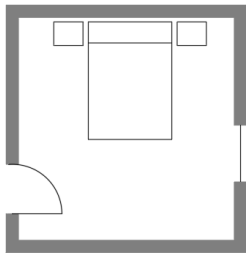
- Poseen una pared sólida detrás
- Poseen dos formaciones más pequeñas a los lados
- Poseen un frente despejado con una estructura al fondo, a lo lejos.
- No existen puertas o ventajitas detrás, delante o justo a los lados, alineados con el cuerpo.
- Aprovechamos las direcciones favorables según el nº Gua.

PARA APLICAR EN DORMITORIOS.

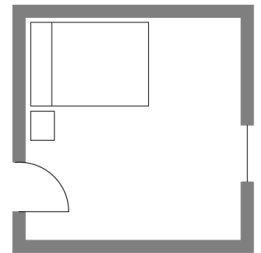
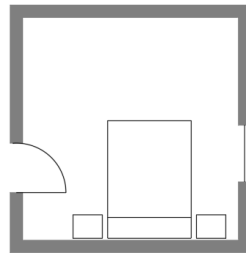
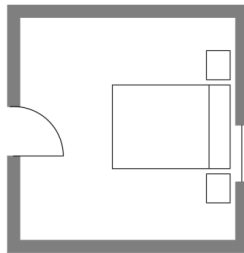
12. **PARED SÓLIDA DETRÁS.** Apoya el cabecero de tu cama sobre una pared sólida, sin ventanas. Si esto no es posible, cada vez que duermas, cierra las persianas o bien pon unas cortinas bien tupidas.
13. **CABECERO ROBUSTO.** A ser posible de madera y apoyado en el suelo. Evita materiales metálicos.
14. **DOS MESITAS DE NOCHE.** Sitúa dos mesitas de noche iguales o parecidas, a cada lado de la cama (dualidad y simetría crean armonía), que no superen la altura del colchón. Si una de ellas es distinta a la otra, la que sea más alta, debe situarse en el lado izquierdo.
15. **EVITAR ESTANTERÍAS SOBRE LA CABEZA.** Evita elementos pesados sobre tu cabeza, como estanterías con libros, así como toda sensación de presión sobre ella. Puedes colocar un cuadro, siempre que sea ligero.
16. **EVITA ESPEJOS.** Puedes colocar espejos en tu dormitorio, pero siempre que no te veas reflejado en ellos mientras duermes. Un espejo posee un efecto multiplicador, y si te reflejas en él, tu cerebro no desconecta del entorno y se mantiene en alerta, por lo que no descansarás a gusto. (como dato anecdótico, este efecto multiplicador puede ser indicativo de la presencia de varias personas en el matrimonio...). Si tienes espejos frente a la cama, decora con un vinilo su superficie.

17. **CONTROLA LA PUERTA.** La cama debe estar situada de tal manera que controles la puerta desde una diagonal. Es decir que esté situada en la pared frente a tu cabecero, en uno de sus extremos. También puede estar situada en las paredes laterales, en el extremo opuesto a su cabecero. Hay que evitar que haya puertas frente a la cabeza, frente a los pies y alineadas con la cama.

Posición favorable



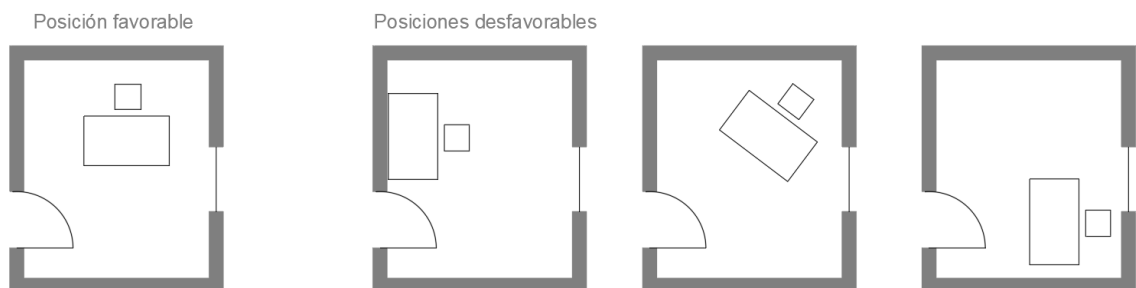
Posiciones desfavorables



18. **REVISA LO QUE HAY DEBAJO DE TU CAMA.** Los somieres que tienen espacio de almacenaje deben contener objetos “amables”, ropa de cama, cojines... Evitar en la medida de lo posible tener electrodomésticos o elementos metálicos.
19. **EVITA VIGAS Y ESQUINAS QUE APUNTEN HACIA TI.** Evitar las aristas pronunciadas que sobresalen del perímetro y que apunten directamente a tu posición mientras duermes.

PARA APLICAR EN DESPACHOS

20. **PARED SÓLIDA DETRÁS.** Sitúa tu mesa de trabajo de tal manera que detrás de ti haya una pared sólida, sin ventanas, y que nadie pueda pasar por detrás. Esta pared supone el apoyo de personas de mayor rango jerárquico en tu profesión. Si no tienes más remedio que situar tu mesa de trabajo frente a la pared, mejor situarla debajo de una ventana, o bien coloca un espejo o un cuadro que dé profundidad.
21. **FRENTE DESPEJADO.** Es importante tener un frente despejado delante de la mesa, que no estés encajonado frente a una pared para estar abierto a nuevas oportunidades.
22. **SILLA CON RESPALDO Y APOYABRAZOS.** Hazte con una buena silla, ergonómica, que tenga respaldo alto y reposabrazos.
23. **CONTROLA LA PUERTA.** Sitúa tu mesa de trabajo de tal manera que tú tengas el control sobre quien entra antes que la persona que entre lo tenga sobre ti. Las puertas deben estar en las esquinas opuestas a tu mesa.

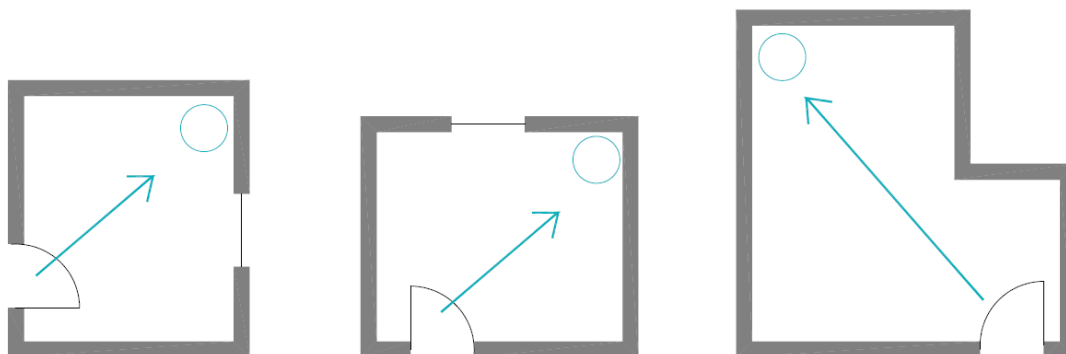


PARA APLICAR EN GENERAL

24. PASILLOS LARGOS ENTRETENIDOS. Si tienes un pasillo largo y estrecho, coloca cuadros de distintos tamaños en las paredes y alfombras en su recorrido.

25. ENCUENTRA TU SECTOR DE PROSPERIDAD. El sector de prosperidad de una casa, de manera muy genérica, está situado en la esquina opuesta a la entrada de cada habitación. Se puede activar en aquellas habitaciones donde sea posible, mediante una intención y una emoción asociada (gratitud, alegría, paz...).

- Si el sector de prosperidad está en el norte, puede activarse situando un reloj, o una esfera de metal.
- Si está en el sur, colocar una planta.
- Si está en el este o sureste, colocar un recipiente con agua (salvo en los dormitorios).
- Si está en el oeste o noroeste, colocar minerales.
- Si está en el suroeste o noreste, colocar una lámpara.
- Si no sabes identificar el sector, coloca un objeto que te haga sentir valioso, relacionado con el medio que te aporta ingresos.



CONSEJO DE REGALO

El [aspecto temporal](#) es una característica fundamental del feng shui clásico. Nada es para siempre y no hay mal que cien años dure. Todo es cíclico y va variando en el tiempo y el espacio. En cada momento, año, mes, hora, la energía va variando a corto medio y largo plazo. Conocer los mejores lugares de la casa en estos espacios pequeños de tiempo, nos ofrece la oportunidad de aprovechar este *chia* a nuestro favor.

- Mayo 2020 (hasta el 5 de junio): Los mejores sectores de la casa son las estancias situadas en la zona Noroeste y Noreste. Si tienes una habitación en esos sectores, pasa tiempo en ellos. Son muy favorables este mes para actividades relacionadas con lo económico, sobre todo para el padre de familia y para personas con nº Gua 6.
- Junio 2020 (desde el 5 de junio hasta el 5 de julio): El mejor sector es el Suroeste. Si tienes una habitación en este sector, pasa tiempo en él, escribe, medita frente a tu dirección favorable, dibuja y fomenta tu creatividad, enfocada al cambio. Este sector es muy positivo para la creatividad, para la madre y para personas con nº Gua 2.

Espero que este documento te haya sido útil y que hayas puesto en práctica estos consejos.

Puedes escribirme comentándome tus resultados y dudas.

Y si quieres profundizar en la toma de consciencia, tanto de tu casa como de tu día a día, te regalo mi [Guía de la vivienda del siglo XXI](#).

Un abrazo,

Esther.

TE ESPERO EN MI WEB PARA ESTAR AL DÍA DE
NUEVOS E INTERESANTES ARTÍCULOS Y PODCASTS
SOBRE ARQUITECTURA Y FENG SHUI

esthercarrillo.com



Feng shui: Tu casa, un reflejo de ti

esthercarrillo.com