

VNĚJŠÍ A VNITŘNÍ OČISTA podle Feng Shui



Očista těla je pro nás samozřejmou součástí běžného dne. V bytě je s ní spojena koupelna, která by neměla být považována za čistě užitkovou místnost. Naopak je vhodné začlenit jí do obytného prostoru a vytvořit si tak místo, které se stane skutečnou oázou. Estetické ztvárnění s použitím přírodních materiálů, rostlin, obrazů a svíček vytvoří místo pro uvolnění a relaxaci.

KOUPELNA – OÁZA KLIDU

Koupelna je určena pro očistu těla i duše, měla by být čistá, vzdušná, přehledná. Ideální je více typů osvětlení pro vytvoření atmosféry v závislosti na našem rozpoložení a denní či noční době. Jedná se o prostor, kde jsme v úzkém vztahu se svou osobou. Navštěvujeme ji pozdě večer těsně před spaním, kdy by nás měla zklidnit a hned po probuzení, kdy zde zahajujeme přípravu na celý den.

Dveře do koupelny by vždy měly zůstat zavřené. Koupelna by neměla být vedle kuchyně ani blízko vchodových dveří. Ideálním místem pro koupelnu je oblast na sever od středu domu či

bytu. Ta v sobě nese energii vody, která je v souladu s vodní energií této místnosti. Naopak by neměla být směrem k jižním směrům, kde preferujeme obytné místnosti, nejlépe obývací pokoj. Toaleta by měla být umístěna v samostatné místnosti, pokud je v koupelně, tak ne naproti dveřím.

Zrcadla opticky zvětšují malé místnosti, nikdy je však nevěste proti sobě. Vyvarujte se malých a dělených zrcadel. Je-li v koupelně přirozené světlo, rozhodně do ní umístěte rostliny. Posílí tak pozitivní prostředí a přispějí k rychlejší regeneraci. K pocitu uvolnění si dopřejte vonné oleje do koupele, svíčky, náladové osvětlení a měkký koupací plášť. Pak určitě zapomenete na vypětí všedního dne.

Očista prostoru má také dvě fáze. Tak jako tělo myjeme zvenčí, vnitřně je můžeme pročišťovat pravidelnými pústy nebo např. pomocí jógových technik. Stejně tak prostor můžeme uklidit, což je vnější složka věci, ale zároveň můžeme provést energetickou očistu prostoru.

Co symbolizuje nepořádek? Může to být strach z budoucnosti nebo neschopnost zbavit se minulosti. Můžeme jej považovat za projev bloků v našem životě.

Kde se bere negativní a stagnující energie? Hádky, vnitřní rozladěnost, stres, nemoc, nuda – to vše může být příčinou hromadění se negativní energie. V tmavých a špatně přístupných koutech vzniká stagnující energie.

Než se pustíte do energetického čištění, proveďte důkladný úklid:

* Zbavte se všeho, co nepoužíváte, nebo co ve vás vyvolává neklid. Oblečení, které nenosíte, rozdejte kamarádkám, nebo darujte na charitu. Hned se budete cítit svobodnější.

K prostoru, ve kterém žijeme nebo pracujeme, bychom se měli chovat jako ke svému tělu. Má smysl věnovat jim oběma péči a lásku a pravidelně se zabývat jejich očistou. A nejen tou vnější, ale i tou vnitřní, energetickou.

- * Každá věc musí mít své místo, v prostoru tak vznikne vnitřní řád, který podpoří harmonii.
- * Všechny nefunkční nebo poškozené věci opravte nebo vyhodte. Neodkládejte to!
- * Důkladně uklidte podlahy, setřete prach a vyleštěte zrcadla a umyjte okna. Pořádně vyvětrejte!
- * Speciální péči věnujte rostlinám. Ty, které to potřebují, přesadte, zastříhněte nebo vyměňte za nové. Pořídte jim ozdobné květináče a dejte jim přiměřenou péči.

Energetickou očistu prostoru můžete považovat za svůj soukromý rituál. Provádí se různými způsoby, ale jde především o to, že se na chvíli v životě zasta-

víte a zamyslíte se nad tím, jaká máte přání a očekávání od své budoucnosti. S těmito myšlenkami pak objdete celý svůj prostor a vizualizujete si v něm svá přání a tužby. Tím zadáte svůj životní program, který se časem vyplní. Očistou prostoru zároveň vyzdvihnete všechny klady Feng Shui ještě o stupeň výš.

Je důležité provést energetickou očistu také v případech, že máte nový pozemek pro dům, začínáte dům stavět nebo jste se nastěhovali do nového prostoru. Touto očistou vyjádříte, že původní energie mají odejít a že do prostoru vkládáte energii novou – svoji. Očistu můžete provést také po nešťastné události v životě nebo naopak na oslavu

životní změny jakou je svatba, narození dítěte nebo ukončení studia. Nebo jen, když máte pocit, že chcete něco změnit.

Je mnoho pomůcek, které můžete při energetické očistě použít a je jen na vás co si vyberete. Od jednoduchých věcí jako je klidná hudba, příjemná vůně éterického oleje, zapálená svíčka nebo čerstvé květiny ve váze, přes vykuřování pomocí vonných tyčinek nebo kadidla až po využití solí, rýže nebo zvonků. Zde už je však nutná znalost, jak s těmito věcmi zacházet.

PŘÍŠTÍ ČÍSLO se zaměříme na děti.



◀ Svíčky představují život a energii. Necháte-li v místnosti, kterou čistíte hořet svíčku, pomůže vám pracovat do větší hloubky a bude dodávat energii vám i prostoru. ▼



▲ Zavěste do okna křišťál tak, aby jim procházelo sluneční světlo. Křišťál tak prostor bude pročišťovat, oživí jej a dodá příjemnou atmosféru.

Rostliny pročišťují prostor a mají schopnost odstraňovat nečistoty a toxiny. Pro udržení čistého prostředí je dobré mít doma několik dobře udržovaných rostlin. ▶

Čerstvé květiny prostor oživí a dodají mu mnoho nové energie. Svou jemnou vůni a barevnými květy vnášejí pozitivní energii.

