

## Фэншуй: очищение и благополучие дома



### Что такое фэншуй

Фэншуй появился в Китае более шести тысяч лет назад и представляет собой даосскую практику символической организации пространства. По сути, это искусство расположения зданий, предметов и пространства в окружающей среде для достижения гармонии и баланса. Дословно слово «фэншуй» можно перевести как “путь ветра и воды”. **Фэн-шуй основан на вере в то, что между людьми и их физическим окружением существует непрерывный поток энергии.**

Баланс между энергией ветра и спокойствием воды создает гармонию между людьми, а также между людьми и их окружением, и эта гармония способствует успеху, здоровью и взаимопониманию.

Со временем “фэншуй” стало синонимом дизайна с уважением к природе и земле в целом.

Со временем искусство фэншуй распространилось не только по всему Китаю, но и в западных культурах - и вызывает интерес до сих пор. Фэншуй, как он практикуется сегодня, отличается от классического и представляет собой адаптированную к западной культуре версию. Эта адаптация произошла в 1970-ых годах, когда на Западе вспыхнул интерес к китайской культуре, иглоукалыванию, фитотерапии. Конечно, современный фэншуй отошел далеко от своих корней.

### Основные принципы

Ключевым понятием фэншуй является “ци” - жизненная сила, которая пронизывает все вокруг нас, также как и нас самих. Ци состоит из элементов Инь и Ян.

Инь и ян - противоположные, но взаимодополняющие силы, которые невозможно разделить. Инь ассоциирована с тенью, севером, женским началом, а ян - со светом, югом, мужским началом.

В даосизме считалось, что, достигая баланса Инь и Ян, люди могут улучшить поток положительной ци в своей жизни и убрать отрицательную ци, а, следовательно, улучшить и качество жизни: обеспечить хорошее здоровье, улучшить межличностные отношения и получить удачу и процветание. Фэншуй, по своей сути, и является



техникой уравнивания Инь и Ян, улучшения потока ци.

### Как это применяется на практике?

Например,

- ци лучше всего циркулирует в пространствах, содержащих предметы с закругленными, плавными очертаниями.
- Предметы, формы с острыми концами или углами могут блокировать или нарушать поток ци, что приводит к возникновению отрицательной энергии, оказывающей плохое воздействие как на людей, так и на места.

Вторым важным понятием фэншуй является “багуа”. Багуа — это “карта”, которую мастер фэншуй накладывает на план дома (восьмиугольник Багуа или квадрат Лошу). Карта эта содержит восемь областей, каждая из которых связана с сознательными сферами жизни: семья, богатство, карьера и другие. Все эти области имеют соответствия с различными формами, цветами, временами года, числами и элементами. Девятой областью - в центре карты - является сам человек, олицетворяющий общее состояние здоровья.

### Принципы

На самом деле, существует большое количество разных школ фэншуй, но некоторые основные принципы в них остаются общими. Например, одним из основных принципов фэншуй является важность определения доминирующего положения в комнате, а также размещение в пространстве кровати, стола и плиты.

**Эти три объекта имеют важное значение, ведь каждый из них представляет собой важную часть жизни человека:**

- кровать символизирует самого человека,
- письменный стол — его карьеру,
- а печь — богатство и процветание.

Доминирующим положением в фэншуй считается место в комнате дальше всего от двери и не находящееся на прямой линии с ней. Эта зона в комнате - то место, где вы планируете проводить большую часть своего времени.

Следующим шагом важно определить от одной до трех сфер жизни, которым вы хотите уделить внимание. Не стоит работать сразу над всеми областями. А дальше, используя характеристики выбранной зоны и практические советы, начните обустраивать ее, добавляя цвета, формы или элементы.



Например, сфера семьи, новых начинаний связаны с деревом и цветами: зеленым, синим, коричневым, а здоровье - с элементом земли и желтым, оранжевым, терракотовым цветами. Поэтому, выбрав область здоровья и определив комнату, связанную с этой областью, декорируйте ее в предложенных тонах, добавьте керамику, глиняную посуду, камни или кристаллы.

#### **Есть и общие советы для обустройства комнат:**

- размер мебели должен соответствовать размеру помещения
- диваны следует располагать у стен
- проходы между помещениями и внутри комнат должны оставаться открытыми и незагроможденными
- прямоугольный стол больше подходит для столовой, а в гостиной предпочтительнее использовать круглые или овальные столы
- для того, чтобы маленькие помещения казались светлее и больше, можно использовать зеркала, металлы и хрустальные люстры
- в спальне лучше всего расположить изголовье кровати у дальней от двери стены

### **Фэншуй и психология**

Ученые, изучавшие принципы фэншуй, пришли к заключению, что нет научных доказательств тому, что следование принципам фэншуй оказывает измеримое влияние на людей. Так как невозможно доказать существование “ци”, а без понятия ци - нет и самого фэншуй.

Тем не менее, специалисты в области экологической психологии, уделяющие внимание психологическим свойствам окружающей среды, её воздействию на поведение и восприятие человека, отмечают, что **соблюдение принципов фэншуй приводит к созданию комфортных, уютных пространств, что само по себе благотворно сказывается на настроении и эмоциональном благополучии человека.**

### **Так, и принципы фэншуй, и экологическая психология единогласны в том, что пространство отражает и влияет на наши тела и психику:**

- большие открытые окна могут создать ощущение уязвимости и отсутствия поддержки,
- спальня в слишком ярких тонах (например, с красными стенами) может влиять на качество сна и возникновение бессоницы
- люди чувствуют себя в безопасности, когда позади них есть прочные стены или другие предметы, которые могут “защитить” от возможной угрозы и снизить тревогу (например, колонна, высокое кустистое растение, высокая и прочная спинка стула)
- высокие потолки создают слишком формальную атмосферу и мешают близкому доверительному общению
- вид из окна влияет на физическое и ментальное здоровье



## Главные табу фэншуй

- **Острые углы и выступы запрещены.** Все углы комнаты по возможности заставьте мебелью или элементами декора. Это правило относится и к самой мебели. Ее лучше выбирать с закругленными или сглаженными краями.
- **Не объединяйте гостиную и кухню.** Последователи фэншуй верят, что так можно отвести удачу от дома.
- **Нельзя хранить и использовать дома сломанные или неработающие вещи и треснувшую посуду.** Теория фэншуй объясняет, что, ломаясь, вещь перенимает на себя нашу проблему, поэтому от таких предметов нужно сразу избавляться.
- **Еще один запрет — складировать старые ненужные вещи.** В зонах богатства и здоровья такое захламление окажет самое неблагоприятное воздействие.

- **Протекающая сантехника в доме** — табу по правилам фэншуй. Капающая вода символизирует отток богатства из вашего жилья.
- **Если в вашем доме или квартире есть лестница, то между ступеньками нельзя оставлять просветов,** чтобы положительная энергия смогла беспрепятственно подняться вверх.

Основная идея фэншуй сконцентрирована вокруг практического подхода к усилению вашего взаимодействия с окружающим миром. Упрощая его ещё больше, вы сможете разглядеть его древнюю форму – стратегическое использование эстетики. Соблюдая принципы фэншуй, вы сможете создать красивое и гармоничное пространство, создающее ощущение умиротворения, обновления и счастья.

Обращайте внимание на пространство, которое вы создаёте вокруг вас – и вы станете счастливее и здоровее. А это положительное состояние распространится и на другие сферы вашей жизни.



8 800 100 58 00  
WWW.LIFE.ZETTAINS.RU

ООО «Зетта Страхование жизни»  
115184, Россия, г. Москва, Озерковская наб., д. 30. Лицензии ЦБ РФ: СЛ № 3828, СЖ № 3828 от 06.06.2023.  
Срок действия не ограничен. По вопросам качества обслуживания обращайтесь на почту [az.info@zettains.ru](mailto:az.info@zettains.ru)