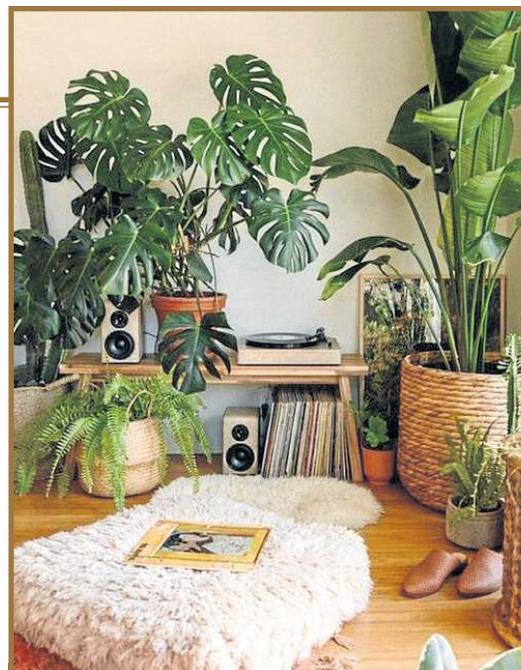




COMO INCLUIR EM CASA?

- Tire objetos quebrados ou sem uso para liberar espaço;
- Deixe o ar circular: abra janelas e use plantas vivas;
- Cuide da iluminação natural e complemente com luminárias;
- Posicione a cama e o sofá de forma que permitam ver a porta;
- Use objetos decorativos que tenham significado e transmitam boas sensações;
- Evite excesso de cores: aposte em tons neutros nas paredes e leve cores nos detalhes;
- Se tiver aquário, mantenha a água sempre limpa e em movimento.
- “Comece aos poucos, observe como se sente e vá ajustando. O feng shui é um processo contínuo, não algo que se faz de uma vez só”, diz Tamires Didonet.



Aplicação da técnica com plantas é um dos métodos utilizados no feng shui

EQUILÍBRIO NOS ELEMENTOS

De acordo com a designer de interiores Tamires Didonet, o feng shui busca harmonia, equilibrando cinco elementos presentes na natureza e também dentro de casa:

- **Água:** fluidez, movimento e prosperidade — representada por fontes, aquários ou objetos pretos e azul-escuros.
- **Madeira:** crescimento e vitalidade — móveis, plantas, objetos verdes ou marrons.
- **Fogo:** energia e entusiasmo — velas, luminárias, objetos vermelhos ou roxos.
- **Terra:** estabilidade e acolhimento — cerâmicas, pedras, tons de amarelo, bege e terracota.
- **Metal:** clareza e foco — objetos metálicos, brancos e tons acinzentados.



Baguá: Ferramenta central do feng shui



Refúgio de paz e tranquilidade para a renovação de energias no feng shui

As plantas são destaque entre os recursos mais simples e eficazes: zamioculcas, lírio-da-paz, bambu-da-sorta e arruda ajudam a purificar e renovar a energia. Para quem tem animais de estimação, vale checar se as plantas escolhidas não são tóxicas. “Pets trazem alegria e movimento ao chi, mas precisamos garantir que o ambiente deles seja seguro”, explica Cris.

Outro ponto essencial é não acreditar que basta mudar a decoração para que tudo se resolva. “O feng shui não substitui a ação. Ele abre caminhos, mas quem precisa atravessar somos nós”, diz Cris. Segundo ela, relatos mais comuns de quem aplica a técnica incluem melhora na qualidade do sono, mais oportunidades no trabalho, mudanças de

cidade ou até novos relacionamentos. “Quando a energia flui, a vida acompanha.”

No Brasil, cresce tanto a procura por harmonia e aconchego quanto a busca de quem enfrenta desafios financeiros, emocionais ou de saúde. Espaços corporativos, consultórios e até órgãos públicos também têm adotado a técnica para reduzir o estresse e aumentar a produtividade, provando que cuidar da energia do ambiente pode transformar rotinas inteiras. “A casa é um reflexo da nossa vida, quando ela está equilibrada, tudo ao redor começa a se organizar também”, detalha Mariana Pagano.

*Estagiária sob supervisão de José Carlos Vieira