

Vivere in spazi armonici grazie al Feng Shui

di Riccardo Cazzaniga Architetto

Il raggiungimento del benessere psicofisico è fondamentale per ogni individuo, e deve essere uno degli elementi principali della progettazione di edifici destinati all'uomo. Un aiuto per raggiungere il benessere è offerto dal *Feng Shui*, un'antica arte cinese che offre preziose indicazioni sull'organizzazione e la corretta disposizione degli arredi nello spazio in cui viviamo.

Il *Feng Shui* ci offre utili consigli sul modo più consona di arredare la nostra casa o il luogo di lavoro, al fine di sentirci meglio, in armonia con noi stessi e con gli altri grazie alla creazione di ambienti accoglienti, confortevoli e ordinati. Secondo questa filosofia, anche la sistemazione delle stanze, il design, la geometria della nostra casa, i colori ed i materiali usati incidono sul nostro benessere. Secondo il *Feng Shui*, le energie che permeano l'ambiente devono circolare senza difficoltà in ogni abitazione, restituendo all'uomo l'armonia con lo spazio circostante e cercando di creare un perfetto equilibrio tra "acqua e vento", simile a quello che regna nel mondo naturale.

L'ingresso è uno spazio fondamentale, perché è il primo ambiente con il quale si viene a contatto entrando in una casa: la porta è la "bocca", e per garantire il benessere in un'abitazione è indispensabile che sia libera di ostacoli, per fare entrare l'energia.

Per dare un'identità e un vero e proprio carattere a ogni stanza, gli arredi vanno disposti in modo da non ostacolare il flusso che vi scorre: vanno quindi evitati mobili appuntiti ed ingombranti, utilizzando materiali il più possibile naturali, come legno, pietra e metallo.

Il soggiorno è il luogo in cui rilassarsi e intrattenersi con gli altri, e vi si impiegano colori che trasmettano tranquillità e favoriscano la convivialità: ad esempio una tinta passionale come il rosso, ma dai toni tenui di modo da favorire una sensazione di calma. È meglio però lasciare a questo colore solo una parete o usarlo per l'arredamento, perché è anche il colore della forza. In alternativa si può usare il lilla, che nelle versioni più chiare e tenui stimola la convivialità.

Il divano deve essere disposto contro una parete mantenendo il controllo visivo sulla porta d'ingresso e sulle finestre, per dare un senso di sicurezza. Il centro della sala deve essere lasciato libero usando elementi rotondi, come ad esempio un tappeto da posizionare al centro della stanza o un'elegante lampada da soffitto di forma circolare.

La cucina deve essere un luogo accogliente ed ordinato. La porta non dovrebbe mai essere posizionata alle spalle di chi cucina, in modo da favorire una sensazione di tranquillità mentre ci si trova ai fornelli. Meglio prediligere mobili dalle forme fluide e arrotondate. Il colore consigliato è il giallo, il colore della creatività, della natura e del sole che trasmette subito energia e calore.

La camera da letto deve avere ogni elemento disposto in modo da consentire un sonno tranquillo. Il letto non deve avere i piedi rivolti verso la porta, la testiera dovrebbe appoggiare contro una solida parete. Disporre il letto in maniera tale da poter avere il controllo visivo sulla porta di accesso: la possibilità di vedere l'intera stanza comunica un senso di sicurezza. E' meglio evitare specchi perché, se il letto viene riflesso il riposo non è benefico. Il colore consigliato è il rosa, che nelle versioni più chiare e tenui dona rilassatezza e tranquillità.

Il bagno è il regno dell'acqua, è il simbolo del benessere e della ricchezza. Sono vietati tutti i colori caldi, che richiamano al fuoco, come il rosso, l'arancione e il giallo, mentre il blu, ma anche il verde o il grigio, sono consigliatissimi.

Altri rimedi per riequilibrare le energie in casa sono: le piante, che simboleggiano prosperità e costituiscono ottimo rimedio per rafforzare la ricchezza; gli specchi; i campanelli eolici; i prismi di cristallo.

Nel *Feng Shui* l'ordine è la prima regola. Per garantire il benessere dell'individuo all'interno del proprio appartamento è fondamentale eliminare il superfluo di cui ci circondiamo, lasciando l'energia vitale libera di scorrere in tutta la casa. E' dunque opportuno cercare di riordinare ogni giorno e di liberarsi di ciò che non serve, ovviamente nel modo più ecologico possibile, ad esempio grazie al baratto.

Quest'arte orientale ha quindi il pregio di farci ripensare alla nostra casa con un ritrovato amore per noi stessi e per le cose che ci circondano.