



LA COCINA SEGÚN EL FENG SHUI

Hoy quiero hablaros del “escenario” donde preparamos los alimentos: de nuestra habitación cocina. Podréis ver que es importante tenerla correctamente armonizada para ayudarnos a potenciar la energía en nuestra vida.

El lugar donde preparamos nuestra alimentación, la cocina, es según el feng shui la segunda entrada más importante de la energía a nuestro hogar, la primera sería la puerta de entrada principal. Esta segunda entrada energética es a través de los fuegos y si tenemos correctamente potenciado este lugar nuestra economía y riqueza se verán beneficiados.

¿Por qué hablamos de riqueza en la cocina? En China consideran la cocina como la habitación de la riqueza y la prosperidad independientemente del lugar de la casa en donde se encuentre por ser el lugar de creación del alimento y la nutrición de la familia, pero esa entrada energética puede verse menguada o arrastrada por diferentes motivos.

Si tenemos la zona de agua (fregadero, lavavajillas o frigorífico) junto a los fuegos sin ningún tipo de separación entre ellos la entrada energética que se produce a través de los fogones se verá disminuida o apagada por el agua, para que esto no suceda basta con poner entre ellos algún elemento de madera o tierra. Para introducir la madera lo podemos hacer con un mueble entre el fuego y el agua o la tabla de cortar de los cuchillos de madera encima del mármol entre las dos piezas. Una bonita solución es colocar una maceta (tierra) con una planta (madera) junto al fuego entre éste y el fregadero. Estas son soluciones sencillas que podemos aplicar en nuestros hogares sin necesidad de reformar nuestra cocina, pero si en algún momento queremos hacerlo es importante tener en cuenta que el modo como están distribuidos los elementos de nuestra cocina puede ayudarnos a crear más bienestar y prosperidad en nuestra vida.

Un correcto equilibrio de los cinco elementos en nuestra cocina también nos ayudará a potenciar la energía. El elemento fuego se verá potenciado con una cocina en tonos naranja, beige, con plantas naturales, muebles de madera y una buena iluminación, por el contrario una cocina muy metálica, en blanco negro o gris necesitará de otros elementos para que no se desequilibre y que esta importante habitación de nuestra casa se vea apagada energéticamente.

Otro aspecto importante es lo que vemos y oímos mientras estamos comiendo, cuando tomamos nuestros alimentos nos influye en nuestra digestión las imágenes las conversaciones y el escenario donde comemos. En una cocina caótica y desordenada será más compleja la

digestión, también está demostrado que las personas que comen viendo las noticias tienen una digestión más difícil. Imagina que estás comiendo con una agradable música de fondo y una conversación con tu familia donde cada uno cuenta lo que le ha sucedido durante el día, la comida se convierte entonces en un tiempo de nutrición energética en todos los sentidos.

La calidez de una cocina armonizada con feng shui, donde los cinco elementos se encuentran equilibrados nos ayuda a que nuestra alimentación sea correcta. El escenario exterior donde creamos nuestra comida nos ayuda a que esta sea más saludable.

Del mismo modo que un ejecutivo será más brillante en un despacho correctamente ordenado y equilibrado, (esto es un hecho que las personas de éxito conocen) también crearemos mejores alimentos en una cocina armonizada con feng shui. Un aspecto que podemos aplicar en la cocina igual que lo hacemos en un despacho ejecutivo es el control de la puerta de acceso y la correcta orientación de los fuegos. Si cocinamos de espaldas a la puerta de entrada estamos rompiendo una de las posiciones más básicas del feng shui: estamos desprotegiendo nuestra espalda, en feng shui simulada por la tortuga y no vemos lo que la vida nos puede aportar de frente, (nuestra visión simulada por el ave fénix, esta obstruida) te doy las comparaciones simbólicas pero básicamente nos referimos a que es necesario ver correctamente la puerta de acceso a la cocina, cuando no podemos cambiar la ubicación de momento pues no queremos reformar toda la cocina, podemos aplicar un remedio o una solución que nos ayudará a recuperar el control y la protección de nuestra espalda mientras estamos cocinando: un espejo (o una plancha de acero inoxidable que haga de espejo) colocada en la pared frente a los fuegos nos permitirá ver detrás de nuestra espalda mientras cocinamos y habremos resuelto este problema, a la vez ese espejo duplicará los fuegos y la comida que cocinamos por lo que estaremos duplicando la entrada de energía (y la prosperidad) de nuestro hogar.

Cuando armonizamos nuestra cocina con feng shui podemos hacerlo mediante una reforma o con sencillos remedios o soluciones que pueden compensar las afectaciones que tengamos, siempre podemos mejorar desde donde nos encontramos, cualquier cambio nos ayudará a sentirnos mejor en nuestra casa.

Los utensilios que utilizamos para crear nuestros alimentos también los cuidamos y seleccionamos con cariño y cuidado, deshazte de las ollas, cazuelas o sartenes que estén defectuosas, ralladas o rotas, los vasos y platos que estén picados o rasgados... el cambiar las herramientas de la preparación de tus alimentos te ayudará a que tu vida sea más sana y rica.

Una correcta alimentación es de suma importancia para nuestro cuerpo y bienestar, y lo haremos mucho mejor en un lugar que nos aporte paz, bienestar y que potencie nuestra creatividad, armoniza tu cocina con feng shui y disfruta de tu alimentación.

Rosa Riubo,

Consultora de feng shui del sistema de la forma o del bagua.

www.riubo.com