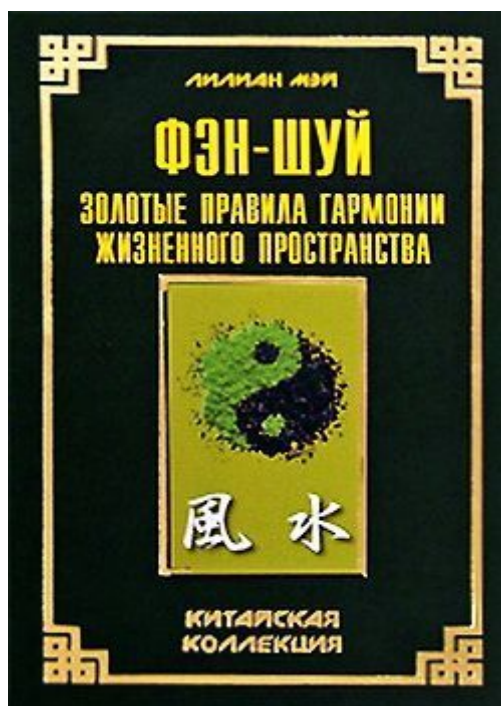


Лилиан Мэй

## **Фэн-шуй: золотые правила гармонии жизненного пространства**

### **Annotation**

*Фэн-шуй получил свое рождение более двух тысяч лет назад в Древнем Китае. Трудно представить, что эта практика, появившись много веков назад, дошла до наших дней. Интерес к фэн-шуй не угасает, а, наоборот, с каждым годом возрастает не только на Востоке, но и на Западе. Зная основные принципы фэн-шуй и грамотно используя его техники, вы в один прекрасный момент поймете, что в вашу жизнь приходят чудеса: она плавно и постепенно улучшается, исполняются заветные желания, вы и ваша семья обретаете дополнительный источник жизненной энергии, помогающий легче и быстрее выполнять ежедневные дела или бороться со стрессом, появляются новые люди, а с ними – и великолепные возможности для дальнейшего роста. Приложив некоторые усилия и набравшись терпения, вы откроете для себя многие грани совершенно уникальной древневосточной науки. Надеемся, что наша книга поможет вам в этом.*



---

**Лилиан Мэй**

**Фэн-шуй**

**Золотые правила гармонии жизненного пространства**

**Китайская коллекция: путешествие в культуру Китая**

Китайская коллекция – серия книг, включающая лучшие переводы китайских классических произведений и эссе о китайской культуре и истории, написанных в популярном виде известными российскими и зарубежными специалистами по Китаю.

Это книги о Китае традиционном и Китае современном, о преемственности его развития.

В серию входят книги о китайской истории, духовных, мистических и народных традициях, религии и философии. Здесь читатель встретит увлекательные эссе о китайском искусстве, литературе, медицине, науке продления жизни, боевых искусствах, медитации, чайной церемонии, эротологии и сексуальных практиках, буддизме, даосизме, конфуцианстве, – одним словом, обо всём, что составляет ткань китайской культуры.

О Китае написано очень много, но в то же время до сих пор он представляет собой загадку и манит своей познавательной глубиной. О Китае судят по-разному. Для одних Китай – страна с древнейшими духовными и политическими традициями, тонкой поэзией и эффективными оздоровительными методиками. Для других – бурно развивающийся экономический гигант, безусловный лидер Азии и одна из ведущих держав мира. Для кого-то это место туристического паломничества, дешевого товарного изобилия и самой разнообразной экзотической пищи. Для других же Китай становится «страной фантазий» – местом, куда человек помещает свои самые сокровенные мечты о мудрой уединенной жизни. Одни восхищаются Китаем, другие его опасаются, но нет того, кто смог бы эту страну игнорировать. Китай всегда разный, порою удивительный и шокирующий, но в основе всего этого лежит опыт непрерывного развития самой древней из ныне живущих цивилизаций в мире. И речь в этой серии – о разных ликах китайской цивилизации, которая сегодня уже далеко вышла за рамки собственно Китая и оказывает влияние на весь мир, на умы множества людей. Итак, эта серия – путешествие внутрь китайской традиции – традиции, которая, зародившись тысячелетия назад, до сих пор живет в сознании миллионов людей.

Редакционная коллегия серии

## **Введение**

Фэн-шуй получил свое рождение более двух тысяч лет назад в Древнем Китае. Но и в настоящее время интерес к нему не только не угасает, а, наоборот, с каждым годом возрастает как на Востоке, так и на Западе.

Искусство фэн-шуй всегда было окружено мифами и тайнами. Наше время не исключение. Побывав недавно в Шанхае, мне довелось услышать одну удивительную историю.



Прокладывая скоростную магистраль в одном из районов города, строители никак не могли пробить землю, чтобы установить сваю. Каким-то мифическим образом бур «не хотел» врезаться в почву. Понимая, что ничего не получается, строители пригласили специалиста по фэн-шуй – известного и уважаемого монаха.

Оценив обстановку, монах сказал, что здесь живет дракон – именно он не дает установить сваю. Необходимо в определенном месте пробурить землю, чтобы проткнув сердце дракона, убить его. Только так можно решить возникшую проблему. Последовав совету монаха-геоманта, строители в указанной им точке пробурили землю, после чего легко установили сваю. Дальнейшее строительство магистрали пошло как по маслу.

Когда через несколько месяцев после открытия магистрали журналисты решили разыскать мастера фэн-шуй и подробнее расспросить о тайнах древнего искусства, оказалось, что монах скоропостижно скончался. Другие геоманты сделали вывод, что дракон унес его с собой. Вот такая удивительная история.

Так что же такое фэн-шуй? Как использовать его на практике? Чем он может помочь в любви и во взаимоотношениях между людьми? На эти и другие вопросы вам поможет ответить моя книга.

## Глава 1

### История возникновения фэн-шуй

Происхождение фэн-шуй уходит глубокими корнями в прошлое, на несколько тысячелетий назад. Известно, что предки современных китайцев не строили дом, не выбирали место для захоронений своих близких и вообще не предпринимали никаких важных решений без совета опытного геоманта. Первоначально фэн-шуй создавался для того, чтобы защитить людей от климатических и других природных воздействий. Например, сильных наводнений или землетрясений, буйных ветров. Но с течением времени он получил комплексное развитие и использовался также для привлечения богатства, славы и удачи.

Примерно в 475–770 гг. до нашей эры, на основе практики фэн-шуй оформилось и его научное обоснование. Однако принципы фэн-шуй, были известны по меньшей

мере еще за тысячу лет до этого. Книги, посвященные этим проблемам, датируются 25 годом до нашей эры (эпоха династии Хань).

Китай – удивительная страна, в которой история наполнена мифами и легендами. Одна из таких легенд рассказывает об основании фэн-шуй. Его появление приписывают одному из трех мифических правителей Китая – У-ди из легендарной династии Ся.

Согласно легенде, правитель У проводил ирригационные работы на Желтой Реке. Однажды из нее выползла гигантская черепаха-ди. Ее появление сочли благоприятным знамением, так как в те времена считалось, что под панцирем черепахи живут боги. Когда же У-ди внимательно присмотрелся, он увидел на спине черепахи магический квадрат, образованный линиями панциря. В нем сумма чисел в каждом из вертикальных, диагональных и горизонтальных рядов равнялась 15. Это необычное явление так удивило императора, что он позвал мудрецов для изучения черепахи. В результате совещания мудрых, появился не только фэн-шуй, но и классическая «Книга перемен» (И цзин), китайская астрология и нумерология.

В далеком прошлом фэн-шуй применялся в течение столетий, чтобы оберегать членов императорской семьи. Традиционно он всегда оставался в руках богатых и могущественных. В период императорского правления в Китае все мастера фэн-шуй были в распоряжении императора. Мастерам не разрешалось выходить из-под контроля со стороны двора. Императоры боялись, как бы широкое распространение фэн-шуй не усилило их противников. Все относящееся к этому искусству, сохранялось во дворцах и могло быть использовано только мастерами, подвластными императору.

Мастера щедро вознаграждались двором и могущественными людьми. Поэтому мало кто из мастеров делился своими знаниями, предпочитая хранить их внутри семьи. Бурная история Китая, как нельзя лучше способствовала этому.

Учеников было мало, чаще все знания передавались старшему сыну, обучение длилось очень долгие годы, прежде чем можно было назвать себя мастером. С момента возникновения фэн-шуй императорский двор Китая стремился ограничить круг людей, знающих это искусство. Но знание стимулировало стремление освободиться от контроля со стороны императора и постепенно мудрость этой философии распространялась и среди людей за пределами Китая. Через несколько веков ее принципы затронули жизнь всех людей Поднебесной, от императора до самого обычного человека.

Первый известный текст по фэн-шуй, который появился на Западе, опубликовали миссионеры, в частности преподобный Йетс. Он написал первую английскую статью по этому вопросу в 1868 году. Затем в 1873 году еще один миссионер Эрнест Дж. Эйтель опубликовал первую западную книгу о фэн-шуй.

С падением императорского режима в Китае фэн-шуй больше не практиковали столь открыто, как в древности. Использовать фэн-шуй было запрещено в соответствии с коммунистическими установками, хотя его влияние на людей оставалось очень сильным. Разделение фэн-шуй произошло в период драматических событий в истории Китая, когда беженцы покидали свою страну и селились в близлежащих странах. В период «культурной революции» и после нее практика фэн-шуй в Китае была полностью уничтожена. Многие выдающиеся мастера уехали на Тайвань и в Гонконг и там стали развивать несколько иную разновидность фэн-шуй.

Китайские эмигранты распространили традиции фэн-шуй и древние тексты на волне массовой политической и экономической эмиграции в другие части Азии и на западное побережье Америки.

Фэн-шуй – древняя наука о пространстве и энергии, искусство жить в гармонии с природой, использование энергии небес и земли, чтобы обрести здоровье, благосостояние и удачу. Принципы этой науки направлены на создание гармоничного индивидуального пространства, на то, чтобы изменить вашу квартиру и ваше сердце, чтобы вы могли пребывать в согласии с собой и Вселенной и с успехом противостоять всем ударам судьбы.



В переводе с китайского «фэн» означает ветер, а «шуй» – вода. В древности китайцы считали ветер и воду связующим звеном между небом и землей. Они предполагали, что небо непосредственно влияет на жизненный путь человека, причем гораздо серьезнее, чем просто посылая перемены погоды.

Очевидно, что вода поддерживает все формы жизни на Земле, будь то растения, животные или человек. В то же время, именно ветер переносит воду с места на место, вызывая испарение из морей и проливает дожди там, где без этого была бы только выжженная солнцем земля. Таким образом ветер и вода просто необходимы для нашего выживания.

Кроме того мастера фэн-шуй считали и считают, что ветер и вода несут жизненно важную энергию ци. Поэтому для того, чтобы убедиться, что в данной местности или доме изобилие энергии ци, древние геоманты наблюдали за потоками ветра и воды и их взаимодействием с землей.

Но фэн-шуй известен также, как китайское искусство расположения и занимается исследованием пространства в его связи со временем, пейзажем, архитектурой, дизайном интерьеров, условиями человеческого существования. Он может много преподать нам о жизни в гармонии между внутренним миром и окружающей средой.



Практики фэн-шуй уверены, что переставляя мебель, изменяя отделку интерьера

таким образом, чтобы они находились в гармонии с природой, мы можем добиться удачи, богатства, успехов и здоровья. Что правильное расположение некоторых предметов быта играет немаловажную роль в нашем хорошем самочувствии.

Предполагается, что подходящее размещение предметов вашего окружения, например, мебели, аппаратуры, декоративных украшений, а также их определенный цвет, размер, помогут добиться благополучия и улучшить вашу жизнь.

Фэн-шуй базируется на трех основных принципах. Первый принцип – это представление об энергии Ци, энергии, которая создает и пронизывает все во Вселенной. Второй принцип – это устойчивое равновесие взаимодополняющих сил инь и ян. Третий принцип – взаимодействие пяти основных стихий, или как их называют китайцы – пяти первоэлементов, из которых создана Вселенная и все ее составляющие.

## **Глава 2**

### **Энергия ци, ее источники и воздействие**

Ци, в буквальном переводе – «дыхание», «дух», «жизненная энергия», – это энергия, в которой нуждается все живое и часть неживого. Недостаток ци приводит к прекращению всякого движения и создает хаос вместо гармонии. Данное понятие вполне конкретно и подчиняется определенным законам и правилам. Правильное движение ци и ее изобилие способствуют успеху и гармонии, недостаток и нарушение движения, как, например, застой или слишком быстрое течение, искажают все вокруг, создавая проблемы и помехи.

Часто ци называют «космическим дыханием» или «жизненной энергией». В соответствии с представлениями древней китайской философии, Вселенная состоит из энергии окружающей среды, которая везде проникает и которой все окружено, то есть из энергии ци. Применимо к человеку, ци – это энергия, которая течет по энергетическим каналам и меридианам человеческого организма.

В земледелии, например, ци – это сила, обеспечивающая богатый урожай; применимо к климату – энергия, которую переносят вода и ветер.

Ци – благотворная положительная энергия, проникающая в нас и дающая нам силу, помогает приводить в состояние гармонии наш организм и окружающую среду. Основным принципом фэн-шуй является обнаружение потоков ци, их усиление или затухание. Другими словами, с помощью фэн-шуй мы можем аккумулировать ци, что благоприятно скажется на нашем организме и среде обитания. Очень важно для людей жить именно в таком месте, где поток жизненной энергии может излечивать, благотворно влиять или давать силу. Люди, успешно практикующие китайскую гимнастику цигун, умеют накапливать ци в организме, выполняя специальные упражнения. Но для большинства из нас, поглощение ци из окружающей среды или квартиры является основным источником, определяющим наш энергетический уровень. Вот почему усиление и увеличение потоков ци в нашей квартире, автоматически влияет на тех, кто в ней живет. Достигнуть этого вам и позволит фэн-шуй, ведь главной составляющей этой науки считают концепцию ци. Само искусство фэн-шуй основано на ее существовании. Цель фэн-шуй состоит в том, чтобы сбалансировать и аккумулировать потоки жизненной энергии в том месте, где живут люди, при помощи простых и доступных средств, типа талисманов и амулетов, кристаллов, воды и растений. Чаще всего в Китае потоки ци образно связывают с



плавным течением воды.

Движение энергии ци в квартире зависит от пропорций, размеров, цвета, строительных материалов, звуков, запахов и других факторов, образующих неповторимую среду обитания. Планировка комнат, интерьер и расположение жилья по отношению к окружающему ландшафту создают энергетические каналы и потоки внутри дома или квартиры.

Свободное и плавное течение ци в местах человеческого проживания укрепляет здоровье, дарует мир, любовь и благополучие. Застой или чересчур быстрое течение пагубно влияют на нашу жизнь.

Существует несколько аспектов ци, хотя по своей сути это разные проявления одной и той же энергии: природная ци – энергия растений или животных; небесная ци – энергия звезд, планет и неба; человеческая ци – ваша личная жизненная энергия; домашняя ци – энергия, циркулирующая в квартире или в доме; общественная ци – энергия нации или народа.

Все аспекты ци влияют на нашу жизнь. Некоторые неподвластны нашей воле, как, скажем, природная ци или общественная. Но наша личная ци – это та энергия, которую можно культивировать, постепенно накапливая и укрепляя ее. К способам культивации ци или к методам ее совершенствования можно отнести следующие практики: культивация природной ци – общение с природой; культивация духовной ци – медитации или молитвы, чтение духовных или священных книг; к передаче энергии ци – относят духовную, поддержку или целительство; самосовершенствование – учеба, работа над собой, дисциплина. И, конечно, к методам совершенствования ци относят фэн-шуй, который помогает гармонизировать и улучшить качество ци в среде обитания.

Как видите, фэн-шуй является лишь одним из способов культивации энергии ци. Но наибольшую пользу вам принесет сочетание разных перечисленных способов. Они взаимно дополняют друг друга, улучшая в целом качество вашей личной ци.

Почему в фэн-шуй течение ци часто связывают с потоками воды? Представьте всего лишь на минуту как течет горный ручей, петляя между большими валунами, или горный водопад, мощный поток которого обрушивается сверху вниз. Вода движется быстро, постоянно меняя направление, сталкивается с препятствиями, бурлит в водоворотах. Если представили, то не кажется ли вам, что в таких потоках воды проглядывает агрессивное и сердитое настроение; причем в воде очень много бесцельной энергии, пропадающей впустую.

Если энергия ци движется таким образом, то называется ша ци. Такая энергия беспорядочна и неуправляема, она снижает эффективность вашей деятельности, как минимум, а как максимум способна свести на нет все ваши усилия.

Быстрое течение способно рассеивать ци – это плохо. Но не только это. Теперь давайте представим замедленное течение воды, к тому же замутненное илом и частицами почвы. Вода, широко разливаясь где-нибудь по плоской равнине, застаивается в заболоченных излучинах. Этот застой так же негативен, как и бурное течение. Такая энергия называется си ци – она слишком слаба для создания благополучной атмосферы.

В квартире, где господствует си ци, люди становятся вялыми, апатичными, им не хватает энергии. В Китае эти два вида разрушительной энергии очень часто

называют – «убийственное дыхание».

И, наконец, представьте третий вариант – воду в ее среднем течении. Она свободно, плавно и ровно двигается по округлым изгибам русла. В таком потоке ощущается неустанный ритм, привольное движение вперед, имеющее достаточно силы, чтобы огибать все препятствия, не сворачивая со своего курса. Внутренняя энергия в такой воде позволяет ей поддерживать скорость и направление. Такую энергию называют – «дыхание довольного дракона» – шэнь ци. Именно в создании такой энергии заинтересованы практикующие фэн-шуй.

В фэн-шуй стремятся создать мягкое, легкое, медленное, петляющее и извилистое течение ци. Когда же ци застаивается или перемещается по прямой слишком быстро, она становится разрушительной энергией.

Существует очень много способов создать шэнь ци, но правильная циркуляция энергии ци по отношению к человеческой среде обитания является самым главным фактором обустройства жизни в соответствии с правилами фэн-шуй. Если ци вокруг вашего дома может постоянно двигаться, накапливаться, не застаиваясь в отдельных местах, то вы живете в очень благоприятных и гармоничных условиях.

Одним из главных проводников ци в природном ландшафте является вода, применительно к городскому ландшафту – сеть улиц или проспектов, покрывающая жилые районы. Так как в китайской символике вода ассоциируется с деньгами, очень важно, чтобы дорога проходила мимо вашего дома петляющим маршрутом, протекая не слишком быстро, иначе деньги будут проноситься мимо. Но так же важно, чтобы та же дорога протекала и не слишком медленно, чтобы не испытывать нужду.

Когда фасад дома выходит на очень оживленную трассу, жителям дома бывает трудно планировать свой бюджет. Все материальное благополучие окажется подверженным резким перепадам: деньги то приходят в дом, то проносятся мимо. В идеале дом должен располагаться на плавном изгибе дороги с умеренным или слабым движением. Дом на перекрестке можно считать неплохо расположенным, только если поток ша ци не направлен на входную дверь.

Ша ци создается в тех случаях, когда энергия либо быстро протекает по прямолинейному узкому месту, либо когда она сталкивается с заостренной или угловатой структурой. В городе это прямые трассы, длинные прямые дороги от входной двери домов, фонарные столбы, острые углы больших зданий, заостренный конец крыши, балки перекрытия и вообще любое скопление прямых линий.

Так было не всегда. Большинство средневековых европейских и азиатских городов не имели квадратно-сетчатую планировку, такую как сейчас.

В западной литературе воздействия ша ци часто называют «тайными стрелами».

Таковыми «тайными стрелами» являются прямые дороги, если они непосредственно ведут к вашему дому, особенно к парадной двери. Если ваш дом расположен в конце тупика на Т-образном перекрестке или стоит на пересечении нескольких домов, то он подвергается воздействию ша ци. То же воздействие (особенно угнетающее для жильцов дома) оказывают одна или две дороги, подходящие под углом к дому. Узкий проем между двумя высокими зданиями напротив входной двери также создает негативную «тайную стрелу». Любые острые углы или просто острия являются источником стрел: высокая башня, угол соседнего здания, остроконечная крыша соседнего дома, спутниковые тарелки, телефонные кабели, антенны, столбы, шпили,



флагштоки. Засыхающие или больные деревья тоже служат источниками негативной энергии, если расположены напротив входной двери. Отклонить или блокировать эти стрелы можно при помощи зеркала, обратно в направлении источника. Не обязательно использовать большое зеркало, достаточно воспользоваться маленьким, или так называемым зеркальцем багуа, с обратной стороны красного цвета, так же подойдут любые блестящие предметы. Чтобы преобразовать неблагоприятную энергию ша ци, можно повесить в проходах, прихожей и за входной дверью половинки луны или солнца, колокольчик. Очень важно проследить, чтобы «тайные стрелы» не были направлены туда, где вы спите, работаете, едите или проводите большое количество времени.

Си ци не так убийственно воздействует на нашу жизнь, как ша ци, поскольку ее действие скорее угнетающее, чем агрессивное. Однако в застойных зонах нейтрализуется все благоприятное воздействие, то есть потенциальная энергия пропадает впустую, что может плохо сказаться на жильцах квартиры.

Попытайтесь обнаружить такие застойные места, где энергия не находит выхода наружу. Чаще всего это проходы, прихожая или входная дверь, то есть места, которые мы привыкли загромождать мебелью. Хорошие условия для свободного потока ци можно создать путем правильного размещения мебели, растений, освещения; очень важным фактором является наличие свободных и незагроможденных проходов. Благотворная энергия ци должна всегда находить пути для проникновения в вашу квартиру, течь по ней свободно, плавно и беспрепятственно.

Зоны застоя можно оживить живыми растениями в горшках, помогающими направить потоки энергии в более благоприятное русло.

Взгляните на свою квартиру и оцените все места, где энергия не получает выход: узкие загроможденные коридоры, неудобные уголки, в которых вы привыкли складывать ненужный хлам, слишком сильно заставленные мебелью комнаты. Уделите внимание тому, чтобы ци не оказалась в ловушке, не застаивалась, не скапливалась и не истощалась. Естественная циркуляция ци создаст хорошее настроение и позволит вам ощущать полную гармонию с окружающей обстановкой.

Еще один важный момент, который следует учитывать – когда поток энергии беспрепятственно, но очень быстро покидает вашу квартиру. Например, если в длинном прямом коридоре проходящем через всю квартиру, поставить столик с цветами, это заставит ци отклоняться, огибая его, и благотворно замедлять течение, а не прорезать помещение напрямую и быстро покидать дом.

Точно так же двери, расположенные напротив окон, способствуют потере ци. В целом же длинные коридоры нежелательны и являются источником проблем. Очень важно и расположение внутренних дверей, так как через них происходит перетекание энергии из одной комнаты в другую. Если, к примеру, три двери расположены так, что ци может быстро и беспрепятственно перемещаться из комнаты в комнату, то стремительное движение потока следует замедлить, повесив на пути ци ветряной колокольчик.

## Глава 3

## Инь и ян

В основе китайского понятия Вселенной лежит символика инь и ян. Это два первоначала, которые управляют Вселенной и символизируют гармонию. В простом бытовом понимании – это женское и мужское начало, темное и светлое, пассивное и активное, кислое и сладкое, высокое и низкое. В более общем понятии – отрицательное и положительное. Но в отличие от западной теории борьбы противоположностей, инь-ян взаимодополняемы, зависят друг от друга и объединены в единое целое. Единство инь-ян в Китае символизируется кругом. В центре светлой половины ян заключена частица инь в виде темной точки, а темная половина инь содержит частицу света ян. Вся проблема заключается в том, чтобы достичь устойчивого равновесия между ними.

В соответствии с этим и человек, и его жизненное пространство должны иметь сбалансированное количество инь-ян, тогда достигается полная гармония в окружающей среде, наступает равновесие, а это – путь к здоровью, успеху и процветанию.



В классической «Книге перемен» инь представлена в виде прерывистых линий, ян – в виде сплошных. Инь правит Землей, всем негативным, женским, темным, влажным, мягким, холодным, смертоносным или неподвижным, наоборот, ян – соотносится со всем светлым, позитивным, мужским, огненным, твердым, живым и движущимся. Объединяясь, они образуют начало или рождение вещей, рассеиваясь, вызывают распад и смерть.

Комбинации и перестановки ян и инь образуют все во Вселенной, чье дыхание – энергия ци. Все может быть выражено в терминах равновесия инь-ян, включая предметы, цвета, настроения и так далее. По существу инь представляет пассивное начало, ян – активное. В соответствии с фэн-шуй, инь и ян находятся в динамическом равновесии в окружающей среде – иногда преобладает инь, иногда – ян, в зависимости от того, чего требует настроение и функции среды. Узнать, что вы достигли равновесия, поможет ощущение, что пространство в котором вы обитаете, комфортно и приспособлено к вашим потребностям. Например, в спальне должно преобладать инь, а не ян. Здесь все должно быть устойчивым, удобным, лелеющим и покойным. Используйте низкое освещение, мягкую мебель с плавными обводами, шелковой или бархатной обивкой приглушенных или темных тонов, причем высота мебели не должна превышать половину высоты комнаты. Избегайте телевизоров, вентиляторов, радиоприемников, и слишком многочисленных компаний.

Взаимодействуя между собой, инь-ян порождают пять стихий: воду, огонь, дерево, металл и землю. Так как все вещи обладают энергией и символизируют определенные стихии, то именно пять вышеназванных стихий и порождают мириады вещей или все сущее. Но об этом чуть позже. К аспектам инь-ян в домашних интерьерах относят: темные цвета – инь, светлые – ян; плавные изогнутые линии (мягкая мебель) – инь, прямые линии и углы (характерно для офисной мебели) – ян; приглушенное освещение – инь, яркое освещение – ян; сырость – инь, сухость – ян; низкая мебель (например, диван) – инь, высокая (шкафы, стенки) – ян; мягкие подушки – инь, деревянная мебель (скамья, табурет) – ян; тишина (спальня, туалет) –

инь, громкий звук (кухня, гостиная) – ян; прохлада (окна, вентиляторы) – инь, тепло (печи, отопление и батареи) – ян; неподвижность (тяжелая мебель) – инь, подвижность (мебель на колесиках) – ян.

### **Для гармонии или равновесия инь-ян можно сделать следующее:**

*Добавить ян:*

- усилить освещение;
- добавить в интерьер яркие расцветки и тона;
- придать звучание или добавить движение (тикающие часы; веселая музыка; подвижные объекты вроде «моби́ли» – вечные двигатели);
- использовать в интерьере высокую мебель;
- использовать плотные ткани или ткани в клетку, полоску;
- чтобы уменьшить влажность воздуха (инь), включите кондиционер или нагреватель (ян);
- включить вентилятор или открыть окно, чтобы впустить свежий воздух;
- больше времени проводить в компании друзей;

*добавить инь:*

- уменьшить освещенность (либо использовать выключатели-реле для плавной регулировки света, либо лампочки с невысокой мощностью);
- использовать в интерьере темные или приглушенные тона (например, покрывала, портьеры);
- уменьшить звуковые раздражители (радио, телевизор, при помощи закрытых окон и плотных штор исключить уличные звуки);
- использовать в интерьере мебель с изогнутыми плавными линиями, мебель с низкими спинками или высотой, не превышающей половину высоты комнаты;
- чтобы увеличить влажность (при очень сухой комнатной температуре – ян), поставьте фонтанчики либо включите кондиционер на режим повышенной влажности;
- не используйте вентиляторы; побудьте в одиночестве.

## **Глава 4**

### **Фэн-шуй и стихии**

По древней китайской традиции, пятью основными элементами (стихиями) являются вода, дерево, огонь, земля и металл. Хотя в буквальном переводе слово «элемент» подразумевает нечто стабильное и неподвижное, китайское слово «у син»

указывает на движение и перемены, поэтому более точным переводом, возможно, было бы «пять стихий» или «пять движущих сил». К примеру, когда речь идет о «дереве», то имеется в виду не древесина, а движущий принцип, изначально присущий древесному царству.

Пять стихий не статичны. Они порождают и уничтожают друг друга в непрерывном цикле, когда одна стихия взаимодействует с другой позитивным или негативным образом. Понимание этих более сложных аспектов движения и трансформации энергии ци улучшает качество фэн-шуй.

**Цикл порождения.** Стихии связаны позитивным переходом энергии по замкнутому циклу – от воды к дереву, от дерева к огню, от огня к земле и от земли к металлу. Это цикл порождения, который иногда называется циклом совместимости, или позитивным циклом.

Вода символизирует происхождение органической жизни. Зарождаясь в тишине и спокойствии, вода питает дерево. Дерево растет вверх и в стороны; его энергия обуславливает потенциал роста, который является движущей и стимулирующей силой. Затем дерево становится пищей для огня. Горячий, пульсирующий и насыщенный, огонь служит символом активной деятельности. Потом огонь угасает, оставляя пепел и превращаясь в землю, которая собирает и хранит энергию. Земля уплотняется и образует металл в процессе очищения и совершенствования. В наиболее чистом виде металл становится жидкостью, которая ассоциируется с водой, и таким образом цикл начинается сначала.

**Цикл уничтожения.** В противоположность циклу порождения существует цикл уничтожения, или несовместимости, когда качество одной стихии находится в оппозиции к качествам другой в повторяющейся последовательности: вода, огонь, металл, дерево, земля. Этот процесс тоже можно изобразить как движение по кругу, но его легче представить методом наложения на позитивный цикл. Вторая последовательность создает пентаграмму – традиционный символ деструктивной силы.

Вода гасит огонь, который расплавляет и уничтожает металл. Металл рубит дерево и разрушает его жизненную силу, а дерево, в свою очередь, питается соками земли и бурит в ней отверстия своими корнями. И наконец, земля поглощает и связывает воду.

**Цикл смягчения.** Развивая идею взаимодействия стихий, можно представить, что одна стихия, стоящая между двумя другими, которые находятся в оппозиции друг к другу, может смягчить их взаимное влияние. Все подобные ассоциации, конечно, следует воспринимать чисто символически, а не буквально.

Дерево служит посредником между водой и огнем, абсорбируя и удерживая воду. Земля гасит огонь и смягчает его воздействие на металл. Вода питает дерево и придает ему крепость, уравнивая разрушительное влияние металла. Огонь, способный поглощать дерево и становиться землей, служит посредником между этими стихиями. В свою очередь, металл служит посредником между землей и водой – стихией, из которой он рождается, и стихией, в которую он превращается.

## Энергия огня

В доме, где доминирующим элементом является огонь, всегда что-то

«происходит». Пройдите по яркой, широкой дорожке, войдите в широко открытые двери и вы наверняка услышите смех или громкое пение. Даже в самый тихий день здесь можно ожидать, что что-то непременно произойдет. Из дальней комнаты доносятся какие-то звуки, в кухне в полном разгаре дружеский завтрак, и вы вовсе не удивитесь, обнаружив, что в столовой кипит жаркая дискуссия, возглавляемая чрезвычайно живой молодой парой в одежде красных оттенков.



Слишком шумно? Да. В этом доме все немного «слишком» и всегда кипит бурная деятельность. Пока вы здесь живете, все, что бы вы ни делали, будет полностью поглощать вас и служить пищей для пересудов всего города.

Энергия огня относится к аспекту ян в его самом экстремальном проявлении, в пике активности. К его характерным признакам относятся расположение зданий на участках треугольной формы, с фасадом, выходящим на юг, высокие дома на небольших участках, длинные садики вытянутой формы с прямыми дорожками, красный кирпич, крыши треугольной формы, красная черепица.

Внутри такие дома – светлые, может быть, очень яркие, с множеством треугольных деталей и блестящих поверхностей.

Вы чувствуете усталость при одной мысли о таком доме? Или именно там вам хотелось бы жить? В помещение, принадлежащем к элементу огня, приятно приходить в гости, но в отсутствие баланса с другими элементами такое помещение способно «выбивать из колеи».

### Как снизить накал огня

Избыток энергии огня можно снять различными способами. К примеру, представьте себе, что вы планируете провести вечеринку в комнате, выходящей окнами на юг (направлением огня является юг). В этой комнате присутствуют и другие явные признаки энергии огня: скошенный потолок и красный ковер, в середине комнаты стоит стеклянный столик, а на нем – букет тигровых лилий в вазе. Комната будет столь сильным стимулятором активности, что в разгар вечеринки между гостями могут завязаться жаркие перепалки и даже драка.

Можно снять повышенный уровень «огневой» энергии, убрав из комнаты некоторые наиболее опасные предметы. Например, можно вынести стол и вазу с лилиями. Можно также сбалансировать обстановку, внеся в нее предметы, относящиеся к другому элементу, который будет поглощать какую-то часть энергии «огня». Можно привнести в убранство комнаты немного энергии земли, накрыв стол желтой скатертью. Желтый цвет скатерти поглотит часть огневой энергии, так как огонь рождает землю (смотрите полный цикл порождения и разрушения элементов).

Будет ошибкой замена стеклянного (огонь) стола деревянным столом прямоугольной формы, так как дерево сгорает в огне и питает его. Эффективной мерой будет замена красного ковра, а также занавешивание окна мягкой тканью цвета земли, чтобы притушить слишком яркий блеск. Или, если это возможно, просто перенесите вечеринку в другую комнату.

Хорошо провести какое-то время в помещении, где доминирующим элементом является огонь, когда, к примеру, самоуважение и самооценка индивида подвергаются сильным сомнениям или когда человеку требуется вдохновение для решения какой-то сложной проблемы. Но если вы замечаете, что часто испытываете перенапряжение, стресс и резкие перепады настроения, вам необходимо снизить уровни огневой энергии в своем жизненном пространстве. Также рекомендуется уменьшить число предметов из дерева, так как они питают энергию огня.

## Энергия воды

Чтобы прочувствовать сущность водного элемента, представьте себе дом, далеко отстоящий от дороги, расположенный в уединенном месте, дом, где царят тишина и покой полуночи. Пока вы стоите и ожидаете, что вас заметят, не вспыхивает ни один огонек. Вы проходите сквозь открытую дверь и оглядываетесь в тускло освещенном холле обтекаемой формы, а затем потихоньку двигаетесь дальше через анфиладу открытых комнат.

В таком месте приятно посидеть и отдохнуть, вести безмолвную беседу с самим собой и восстанавливать физические силы и душевное равновесие. Хотя атмосфера помещений может показаться несколько пассивной, все окружающее оставляет впечатление только что завершенной работы. Таким может быть дом поэта, врача или великого философа. Этот тип окружения создает подходящую атмосферу для ночной работы и позволяет адаптироваться к периоду полного ухода от внешнего мира. В этом доме ничто не возбуждает; однако в нем возможно все, несмотря на обманчивое впечатление, что здесь ничего не происходит.



На рисунке показано, как каждый из элементов воздействует на следующий. В цикле порождения вода питает дерево, горящее дерево создает огонь, после огня остается земля, земля создает металл, а металл становится жидким, как вода.





*В этом цикле – цикле разрушения – дерево питается соками земли, земля преграждает путь воде, вода гасит огонь, огонь плавит металл, а металл уничтожает дерево*

### Тихое пристанище

Типичный дом с доминирующим элементом воды может представлять собой выходящий окнами на север коттедж с низкими потолками, где оконные рамы полускрыты шторами или уставлены комнатными растениями. Это может быть также приземистая «разлапистая» зимняя дачка. Это дом, в котором легко потеряться, где неожиданные дверные проемы ведут в потайные комнатухи, где окна имеют широкие подоконники, которые словно приглашают к дремотному послеполуденному созерцанию. Здесь цветовые оттенки перетекают один в другой и переплетаются, мягкие ткани поглощают звук, а углы изгибаются. Здесь вполне можно увидеть комнату с бархатными портьерами, спальню такого голубого оттенка, что она напоминает пруд, кабинет, где рабочий стол оттеснен в сторону и где царит удобное кресло, придвинутое к окошку, из которого открывается живописный вид. Художник мог украсить стены дома фресками, а поэт оставить строчки стихов над дверью. Единственные свечи в этом доме плавают в воде в сосуде, формой напоминающем водяную лилию.



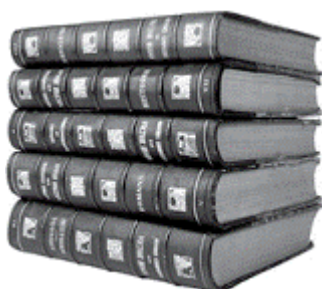
ПЯТЬ ЭЛЕМЕНТОВ			
Элемент	Цветовая гамма	Направление	Активность
<b>Вода</b>	Голубой Синий Черный	Север	Созерцание Покой Внутренняя сила Сексуальность
<b>Дерево</b>	Зеленый	Восток	Рост Развитие Новые идеи Планирование
<b>Огонь</b>	Красный Цвета пламени	Юг	Действие Энтузиазм Самоуважение Публичный статус
<b>Земля</b>	Желтый Естественные цвета земли	Центр	Взаимоотношения Забота Способность к концентрации Изобретательность
<b>Металл</b>	Белый Серебряный Золотой	Запад	Порядок Структура Отдых и удовольствие Творческие способности

В этой свехспокойной атмосфере легко представить себе будущую мать, ожидающую рождения ребенка, утомленного трудами бизнесмена, который хочет отдохнуть и восстановить силы, или поэта, блуждающего по дому в поисках вдохновения. Нам всем необходима энергия воды в ближайшем окружении, особенно при нашей все более активной и лихорадочной жизни, однако главное «не перелить воду через край».

### Вносим в дом энергию покоя

Потребность в отдыхе, в созерцательной мечтательной расслабленности очевидна. Легко достичь такого состояния путем соответствующей планировки и дизайна помещения. Ощущению умиротворения способствуют закругленные, изгибающиеся стены и коридоры. Арочные двери и окна, углы, смягченные драпировками или живописными эффектами, использование нежных голубых тонов и даже нескольких черных штрихов создает окружение, менее возбуждающее и способствующее расслаблению. Поставьте в тихом уголке удобное кресло, где можно посидеть спокойно, и вы почувствуете полное умиротворение и безмятежность. В этом состоит суть искусства фэн-шуй – создавать пространства, помогающие вам делать то, что для вас в данный момент необходимо.

### Преграждаем путь потоку



Бывают периоды, когда необходимо добавить немного энергии в помещение, где доминирует элемент воды, например, на завершающей стадии работы или когда необходимо побыстрее оправиться от болезни. Для этих целей необходим поток направленной вверх энергии. Можно достичь этого эффекта, внеся немного энергии дерева в окружающую обстановку. Энергия дерева воплощает элемент организации и планирования. Если мы не хотим становиться слишком самопоглощенными и оторванными от мира, слишком необщительными и отстраненными, нам требуется некоторое воздействие элемента земли. А что за равновесие без упорядочивающей энергии металла?

Следовательно, для снижения доминанты энергии воды легко внести в помещение небольшие штрихи и сбалансировать эффекты воды за счет прочих элементов. Можно пройти по комнатам «сказочного царства воды», открывая двери и отдергивая шторы на окнах. Можно развесить высоко на стене несколько картин в рамках, убрать с кресла маленькие уютные подушечки, скатать коврик и разжечь огонь в камине. Можно добавить несколько «пятен» бирюзового и зеленого цвета, купить букет ярких тюльпанов и поставить их в прозрачную стеклянную вазу. Теперь можно считать, что мы произвели достаточно изменений для достижения баланса элементов.

Мы создаем для себя жизненные пространства, являющиеся отражением наших личностей, но, к сожалению, помещения могут отражать и наши собственные неустойчивые состояния, в результате чего мы оказываемся в центре непрерывно повторяющегося цикла, увлекающего нас в еще большую нестабильность.

## **Энергия металла**

Иногда описываемые ниже стили в дизайне интерьера способны вызывать дисбаланс элементов и влиять на фэн-шуй. Например, представьте себе помещение, которое оформлено белым цветом. Молодой дизайнер-новатор самым кропотливым образом оформил ряд комнат, в которых чистая функциональность, изящество и красота достигали сублимального уровня. К примеру, все убранство спальни составляли кипенно белая постель, простая металлическая перекладина, на которой были развешаны белые или сине-белые вещи, и тоненький томик стихов у кровати. Гостиная демонстрировала роскошное собрание произведений искусства и тщательно подобранных предметов обстановки, а о назначении кухни можно было догадаться лишь по наличию раковины из нержавеющей стали и безупречно белой плиты. Ни малейшего присутствия «неприглядных» продуктов на идеально чистых поверхностях. Помещения такого типа легко могут вызвать значительный дисбаланс.

Задавшись целью создать помещение с идеально чистыми линиями, свидетельствующими о структуре и функциональности, можно впасть в некоторую крайность, погрузившись в ощущения радости и освобождения, достигнутые в результате избавления от того, что мы идентифицировали как бесполезное. Однако ясность и ощущение порядка позволяют лучше разглядеть базовую структуру наших жизни и окружения. Это дает возможность в дальнейшем идентифицировать связи с важными для нас людьми и событиями. Общение начинает доставлять удовольствие, творческие способности получают свободное выражение.

## **Создание равновесия**

Энергия металла в полной гармонии с другими элементами играет соответствующую роль в достижении жизненного успеха. Что мы посеяли, создавая для себя определенный тип жизненного пространства, то и пожнем. В доме со

сбалансированной энергией металла царят чистота и полный порядок. По комнатам легко ходить, они не загромождены лишними вещами, декорирующие детали имеют четкие формы и не перегружены всяческими финтифлюшками. Все помещения хорошо освещены и упорядочены. Каждая комната является отражением и продолжением предыдущей, и весь дом функционирует легко и целенаправленно. Нигде не мелькнет яркое цветное пятно, ни один предмет не выпадает из общего порядка, все стоит на своих местах.

В этом доме любую понадобившуюся вещь можно найти на строго отведенном ей месте, именно там, где вы ожидали ее увидеть. Ничто лишнее не загромождает ваши мысли. Может быть, ваш взгляд привлечет ваза с белыми лилиями, струящими чудесный аромат в чистые, широкие коридоры, которые являются воздушными путями и легкими такого дома. Особое внимание следует уделить чистоте входов и выходов. На чердаке вы, скорее всего, не обнаружите ничего, кроме пустого старого комода да семейки летучих мышей.

Посетите такой дом, и вы покинете его с ощущением ясности мысли, обостренной интуицией и четко сформировавшейся идеей по поводу вашего последнего проекта, а также с желанием поделиться с близким человеком посетившими вас озарениями.

### **Смягчение энергии металла**

Порядок, ясность ума и радость являются результатом гармоничного сочетания металла с остальными элементами, однако в случае чрезмерного использования энергии металла возникают ощущения подавленности, ломкости и мрачности. Идеальный цикл энергии металла только выиграет от ее разбавления небольшим количеством энергии воды. Смягчение линий, внесение чуть большей глубины в то, что смотрелось чересчур двухмерным, слегка сгладит остроту углов металла.

Хрупкая энергетика металла также нуждается в питающей энергии ци земли, так чтобы металл снова получил способность плавиться и перетекать в воду. Итак, творение дизайнера с дисбалансом энергии металла, о котором говорилось выше, нуждается в ци земли и воды для возвращения к балансу. Согрейте холодную белизну солнечными цветами земли. Смягчите несколько жестковатые линии кухни, установив в ней стол и стулья, то есть устроив место, где можно с удобством посидеть и поесть. Расставьте в кухне посуду для приготовления пищи.

Если окна в комнате с переизбытком элемента металла выходят на запад, смягчите их, используя для гардин ткань такой красивой фактуры, что всякий раз, как вы будете проходить мимо окна, вы будете останавливаться и любоваться ею. Оклейте стены обоями, окрасьте их или украсьте орнаментом, чтобы смягчить слишком стерильный и голый вид. Добавьте гармонирующие штрихи к декору, особенно в ванной комнате, и слегка оживите бледные комнаты, внеся в них такие детали, как полотенца нежных расцветок, постельное белье в цветочек, подушечки или изделия из фаянса.

Идея состоит не в том, чтобы обрушить на столь четко организованное пространство массы ярких красок, а в том, чтобы стимулировать движение ци в помещениях, внеся в них немного мягкой, текучей энергии воды и питающей энергии земли.

### **Энергия дерева**



Представьте себе комнату, в которой вот-вот должны собраться люди. Стоит раннее утро, но все давно готово. Длинный полированный стол прямоугольной формы и стулья с высокими спинками ожидают, когда их займут. В соседних комнатах семья готовится начать новый день. У всех детей день заполнен до отказа, и они готовы упорно трудиться. Через окна и центральный вход в дом, выходящие на восток, в комнату струится утренний свет.

В этом доме присутствует баланс энергии дерева. Члены семьи знают, чего они хотят, и трудятся для достижения желаемой цели. Энергия дерева позволяет успешно планировать и осваивать новое, но порой этот процесс сопровождается рывками и потрясениями.

Деревянные интерьеры часто являются новаторскими и очень современными. Жить в таком доме – все равно, что находиться в центре разворачивающегося нового проекта или реконструкции. Деревянный интерьер полон свежих идей и новизны, может быть, вид у него такой, словно в помещении только что произвели уборку и все отмыли и начистили, однако он не лишен и теплой красоты, поставленной на службу функциональности.

Но помните, что энергия дерева легко приходит в неустойчивое состояние по причине слишком высоких стандартов, необходимых для достижения поставленных целей. Слишком много функциональности и целенаправленности в дизайне могут сигнализировать о дисбалансе ци. Энергия дерева сильно направлена ввысь и дает мощный толчок к действию и движению вперед и вверх.

### **Повышение энергии дерева**

Если вы обнаруживаете, что вам не хватает способности планировать или задумывать новые дела, или что жизнь слишком редко вызывает у вас радость и удивление, вы можете несколько поднять уровни своей ци, произведя изменения в собственном жизненном пространстве. Обдумайте назначение каждой комнаты в доме и внесите соответствующие коррективы. Интерьер должен привлекать внимание вверх. Высокие светильники идеально способствуют повышению энергии дерева. На картинах, украшающих комнаты, должны быть изображены приятные живописные сцены. Картины рекомендуется разместить на большей высоте, чем обычно. Обставьте комнату высокой мебелью, к примеру, поставьте высокий стол, а на него – вазу с весенними зелеными ветками. Шторы на окнах должны быть светлыми и располагаться по сторонам оконной рамы. Придайте холлу и коридорам опрятный, свежий вид. Особое внимание рекомендуется уделить ванной комнате и любым помещениям, выходящим на восток или на север. Помните, что элемент воды

испытывает влияние энергии, идущей с севера, и что вода питает дерево.

### Смягчение энергии дерева

Если в собственном доме вы не в состоянии испытать чувство удовольствия и расслабиться или если вы начали столько разных дел, что не в состоянии справиться с ними, значит вам необходимо слегка ослабить воздействие энергии дерева.

Рекомендуется начать с комнат, предназначенных для отдыха и расслабления. Если вы ощущаете себя взвинченным и раздраженным и работа у вас плохо подвигается, попробуйте разжечь огонь в камине или зажечь свечу из красного воска. Украсьте основные комнаты в доме какими-то деталями ярких или светлых тонов. Желательно, чтобы это были предметы, лишённые всякой функциональности, – к примеру, красивая ваза с распустившимися алыми розами или фотография любимого человека. Уберите из комнат лишние настенные или настольные часы, добавьте, где возможно, детали розового или персикового цвета. Зажгите немного розового масла, чтобы его душистый, пряный аромат пробуждал у вас вкус к жизни.

Для достижения более долгосрочного эффекта попробуйте обустроить жилье таким образом, чтобы снизить уровень энергии дерева и ввести в интерьер побольше предметов, относящихся к элементу огня. Если в вашей гостиной доминирует мягкая мебель, относящаяся к элементу дерева, к примеру, зеленый диван с высокой спинкой, замените его или украсьте подушечками оранжевого или красного цвета. Следует также проанализировать общий вид дома. Если у вас есть сад, рекомендуется срубить слишком высокие деревья и устроить в саду побольше открытых участков. Если есть такая возможность, перенесите спальню с верхнего этажа дома на нижний. Развесьте картины чуть ниже, чем принято.

Корректируя избыток энергии дерева, лучше всего вносить изменения, требующие минимальных усилий и планирования и при этом оживляющие помещения и придающие им радующий глаз вид. Лучше всего прибегнуть к помощи «пламенного» друга.

### Энергия земли

Представьте себе дом, где царят изобилие и заботливость с определенной ноткой покоя. Переступив порог, вы сразу же ощущаете, что попали домой. Такой дом всегда обладает мощным жизненным началом. Даже если это дом одинокого человека, от него веет «домашним очагом и уютом».

Здесь жизнь течет в непрерывном ритме, несмотря на все противоречия и толчки, которые потрясают мир за порогом. В таком доме любые перемены ассимилируются, а проблемы незаметно гасятся. Осколки разбитой вазы превращаются в части для мозаичного панно, зачерствевший хлеб идет на фарш, только что куксившийся ребенок уже через пять минут поглощен дрессировкой собаки в саду, а упрямый подросток на удивление быстро отправляется рубить щепки для камина в комнате престарелой тетки. Здесь никто не остается без заботы. Здесь каждому находится дело и всему – применение.

По мере того как лето сменяется осенью, мощная переходная, уравнивающая энергетическая сила земли управляет трансформацией от огня к земле. В самом центре жизненного пространства со сбалансированной энергией земли всегда найдется мирный, опрятный и надежный уголок.



В юго-западной части дома комнаты и коридоры радуют глаз сияющими янтарными и желтыми оттенками. В этом доме к концу дня все домочадцы обычно собираются в теплой, наполненной жизнью кухне. Кто-то помогает чистить овощи для никогда не иссякающего супа, кто-то раскатывает тесто или помешивает соус, а еще кто-то промывает и бинтует малышу разбитую во время беготни коленку, и все это сопровождается веселой непрерывной болтовней.

Все обитатели дома постоянно чем-то заняты и кругом заметны свидетельства практической деятельности. Выстиранное белье сложено в стопку и приготовлено для глажки, в оранжерее оставлена корзинка с обрезанными ветками и садовыми перчатками, на столике в холле лежат письма, готовые к отправке. В таком месте даже полы отражают энергию земли. В холле деревянный пол покрыт плотной и мягкой ковровой дорожкой, а в оранжерее – красивый мозаичный пол. В гостиной лежит ковер приятного песочного цвета, а кухня покрыта терракотовым линолеумом.

### **Баланс энергии земли**

Энергия земли позволяет использовать все доступные ресурсы и всему найти практическое применение. Для повышения энергии земли очистите от всего лишнего центральный холл или комнату и четко определите его (ее) функцию, прежде чем заменять мебель и прочие предметы обстановки – таким образом вы сумеете создать хорошо сбалансированное пространство со свободным потоком энергии. Место для мусорного ведерка или контейнера выбирайте так же тщательно, как правильное место для газовой плиты и кровати. К чистоте ванной, раковины, кранов и прочих принадлежностей в ванной комнате проявляйте такое же внимание, как к чистоте собственной кожи. Затем оцените дом в целом и взаимозависимость его частей.

### **Дефицит энергии земли**

Угнетение ци земли лишает дом или помещение теплого сияния, жизненного ритма и ощущения надежности. Пропадает ощущение домашнего уюта. Сначала загляните в кухню, где отсутствуют места для приготовления пищи и хранения «настоящих» продуктов. Изобилие острых твердых поверхностей или переизбыток окон и дверей рассеивает ци и не дает ей замедлить движение и аккумулироваться.

В столовой холодные «водянистые» цвета и стулья с высокими спинками могут вызывать у гостей ощущение неловкости и заставлять их нервничать. Добавьте немного энергии земли – расстелите под столом квадратный ковер или палас, разместите предметы «солнечных» тонов. На стулья поместите подушечки не круглой, а квадратной формы. Если один из коридоров заканчивается тупиком, повесьте там зеркало. Исправьте все двери, которые слишком туго открываются. Если у вас не хватает места для хранения, установите встроенные шкафы. Теперь займитесь юго-западной частью дома. Уберите весь ненужный хлам, наведите порядок, найдите применение неиспользуемым помещениям, чтобы они не нарушали естественного жизненного ритма дома.

### **Избыток энергии земли**

В случае переизбытка энергии земли ваши шкафы и буфеты наверняка забиты всевозможными «полезными вещами», в доме кипит слишком лихорадочная деятельность, а комнаты заставлены слишком большим количеством мебели и предметов, особенно доставшихся вам в наследство от других людей. Ни один дом не в состоянии вместить столько всего сразу. Если вы пытаетесь превратить

вестибюль в музыкальную комнату, а угол коридора – в кладовку для всяческих инструментов и приспособлений, вы рискуете перегрузить весь дом.

Попытайтесь исправить положение, внеся в переизбыток земли структуру металла. Вынесите весь хлам, определитесь с приоритетными видами деятельности и уменьшите количество предметов обстановки. Используйте бледно-кремовые оттенки или побелите стены в более светлый, кремово-белый цвет.

## **Глава 5**

### **Фэн-шуй за пределами дома**

Если сравнить климат Северной Африки и, к примеру, Скандинавии, легко заметить, что жаркий африканский климат располагает к совершенно иному образу жизни, чем прохладный климат Скандинавии, и что для каждого конкретного региона свойственны разные типы ци. Качество и равновесие ци естественным образом изменяется в зависимости от части света или страны мира. Таблица, приведенная ниже, позволяет предполагать, что конкретные характерные черты ландшафта указывают на присутствие конкретного элемента. Данные, приведенные в таблице, могут пригодиться вам для понимания местности, окружающей ваш дом.

Очень важно анализировать жизненное пространство в контексте того, что его непосредственно окружает. Если мы знаем, какой из пяти элементов доминирует за пределами дома, это помогает сделать самый правильный выбор практик фэн-шуй. Однако работать над фэн-шуй в доме, где вы живете, достаточно сложно, так как вы слишком тесно связаны с собственным жизненным пространством, чтобы, так сказать, в некоторой степени отстраниться от него. Если вспомнить семью, в чьем доме не оказалось ни одного удобного местечка для сидения, можно понять, что эти люди просто были не в состоянии осознать, в чем состоит их проблема. Они создали это жилище для себя, и оно сделалось столь неотъемлемой частью их жизненной реальности, что им все в доме казалось вполне нормальным. Поэтому для более эффективного применения принципов фэн-шуй следует искать способов отстранения от собственного жизненного пространства. Если вы уедете на выходные или в краткосрочный отпуск подальше от дома минимум на 3–4 дня, то по возвращении вам будет легче оценить собственный дом со стороны.



ПЯТЬ ЭЛЕМЕНТОВ И ПЕЙЗАЖ		
Элемент	Форма	Характерные черты пейзажа архитектуры
Вода	Текучая, изгибающаяся	Широко расстилающийся, плавный, «текучий» пейзаж и «разбросанные» по поверхности дома
Дерево	Вздымающаяся вверх, прямоугольная	Высотные застройки, леса
Огонь	Заостренная, треугольная	Дома с заостренными шпилями крыш, горные пики
Земля	Квадратная, компактная	Приземистые здания в форме коробки, горы с плоскими вершинами
Металл	Круглая, сферическая	Дюны, холмы, эллиптические формы, сферические здания, круглые пространства

## Анализ местности

Для объективной оценки местности, в которой вы живете, необходимо для начала ответить на ряд общих вопросов.

- Какой тип местности окружает ваш дом?
- Как выглядит окружающий пейзаж?
- Что можно сказать о качестве земли?
- Вы живете в гористой, холмистой местности, на равнине или в долине?
- Находится ли ваш дом вблизи водоема и если да, то какого?



Ответив на все вопросы, следует сопоставить свои наблюдения с тем, что вам уже известно о пяти основополагающих элементах. К примеру, городской пейзаж с множеством высоких узких зданий схож с комнатой с высокими окнами, заставленной

высокой мебелью. То же самое можно сказать о местности, засаженной или поросшей высоким кустарником, к примеру, бамбуком или большими деревьями. Все эти характеристики указывают на преобладание элемента дерева и его вздымающейся ввысь энергии.

Район городской застройки с низкими зданиями, расположенными на довольно большом расстоянии друг от друга вдоль изгибающихся дорог, напоминает дом с потайными кладовками, в котором доминирует элемент воды. В таком районе вам нечасто попадется на дороге человек. Сельский эквивалент такого района также представляет собой довольно малонаселенную местность. Это «водная» среда, независимо от реальной близости или удаленности такой местности от источника воды.

## Приемлемые параллели

Вряд ли вам удастся выделить единственный явно выраженный элемент в окружающем пространстве; любое место в меньшей или большей степени представляет собой баланс всех элементов. После того как вы определили некоторые из энергетических свойств местности (независимо от того, городская она или сельская), вы сможете многое узнать о том, как они влияют на ваш дом.

Обратитесь к циклам порождения и разрушения. Они помогут вам проанализировать, как непосредственное окружение взаимодействует с вашим домом. Если, к примеру, вы идентифицировали свой пейзаж как «водное» пространство, а живете в высоком доме с целым рядом заостренных (треугольных) крыш, крытых красной черепицей, который олицетворяет смесь элементов огня и дерева, вы сможете понять, как эти три элемента будут влиять на вашу жизнь и жизнь ваших соседей. Возможно, жители соседних домов значительно выиграют от присутствия в округе вашего дома, обладающего энергетическими свойствами огня и дерева. Вы, в свою очередь, сможете напитаться благотворной энергией воды, поскольку вода питает дерево, а дерево является пищей для огня. Возможно, вы также обнаружите, что с момента въезда в этот дом сумели повысить свой профессиональный или социальный статус или оказались в центре общественной и культурной жизни округа.

Приведенная в начале этой главы таблица поможет вам сориентироваться в том, как идентифицировать энергии, присутствующие в разных местностях. Назначение таблицы состоит отнюдь не в том, чтобы загнать в узкие, жесткие рамки пяти типов все богатство и разнообразие рельефов и пейзажей. Таблица призвана научить вас интуитивно чувствовать энергию пейзажа и наиболее благоприятным образом использовать его возможности для себя и окружающих людей.

## Парадная дверь

В практике фэн-шуй очень важное значение имеет не только то, куда выходит парадная дверь дома, но и то, что находится непосредственно за дверью. Фэн-шуй прежде всего занимается изучением энергетических потоков и тем, каким образом энергия ци проходит через нашу жизнь. Качество ци в доме непосредственно связано с энергией, которая проникает в жилище через входную, или парадную, дверь. Двери, ведущие в дом, часто называют «Вратами Ци» — это торжественное название подчеркивает ту роль, какую играет главный вход в дом в обеспечении вашего жизненного пространства качественной ци.



Ничто так ярко не иллюстрирует ци в действии, как положение центрального входа в дом. Ваша цель состоит в том, чтобы обеспечить парадную дверь, или «Врата Ци», по возможности, самой «лучшей» пищей или положительной энергией ци.

## **Вход в ваше жилище**

Сейчас я научу вас, как определить характер ваших личных «Врат Ци». Откройте парадную дверь своего дома, переступите порог и закройте за собой дверь. Можете захватить с собой блокнот или магнитофон, так как записи часто оказываются очень полезными в наблюдениях.

Отойдите на 100 м от дверей своего дома, а затем повернитесь и снова направьтесь к дому, словно вы делаете это в первый раз. Обращайте внимание на все, что вас окружает: на звуки, детали пейзажа, запахи и свои ощущения. Если вам точно известно, откуда начинаются ваши частные владения, будьте особо внимательны при пересечении этой границы. Может быть, она ярко выражена, отмечена изгородью или арочным входом, а может быть, о ней свидетельствует только изменение ведущей к дому дорожки?



Существование очевидной и ярко выраженной границы владений имеет огромное значение в фэн-шуй и может очень многое рассказать о нашем образе жизни и наших представлениях о том, какие различия существуют между «мной» и «другими». Четкое очерчивание своего жизненного пространства помогает усилить энергетический заряд земли, что может оказаться полезным при решении личных

проблем, связанных с элементом воды, например, в понимании своей внутренней силы и обретении умения пользоваться ею, поскольку земля преграждает путь воде и контролирует ее.

Это упражнение поможет вам многое узнать о качестве ци, поступающей в ваш дом и оказывающей воздействие на всех, кто проводит там время. Важно очень внимательно проводить этот анализ и доверять собственной интуиции, чтобы правильно понять, что необходимо сделать для улучшения фэн-шуй вашего дома.

## Энергия феникса



Как правило, желательно, чтобы перед парадной дверью дома находилось чистое, открытое живописное пространство. Такое пространство в искусстве фэн-шуй по традиции называется «Сияющим дворцом», или «фениксом». Ци феникса представляет энергию южного направления и элемента огня.

Нехорошо, когда перед самым домом вздымаются высокие кирпичные стены, нависают огромные хвойные деревья, проходят узенькие, тесные аллеи или, напротив, шумная деловая магистраль. Однако, если ваш дом отделяет от дороги или столба линии электропередач только высокая ель, подумайте о том, чтобы как следует подрезать дерево и удобрить его компостом, чтобы оно разрасталось вширь. Следует взять на заметку любое сооружение, представляющее угрозу для вашего дома. Как следует осмотрите местность – вблизи и вдали, под ногами и над головой. Обратите внимание на все острые края зданий или сооружений; если они направлены на ваш дом, они могут оказать негативный эффект. Если вы заметили острые углы, направленные прямо на ваш дом, следует установить некий тип ограждения, к примеру, забор между дверью дома и острыми углами для отражения «отравленных стрел» или негативной энергии.

## Энергия дракона



Ци дракона можно обнаружить с левой стороны дома, когда за нашей спиной находится ци черепахи (энергия задней части дома), а перед нами – ци феникса.

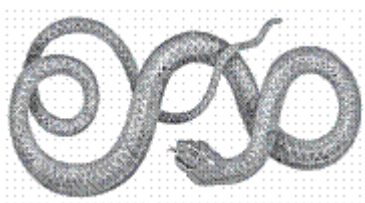


Дракон олицетворяет энергию востока и дерево. Дракон призван создавать защитную и поддерживающую энергию в боковой части дома без ее чрезмерной доминанции. Согласно мифологии, мудрость дракона и его сила проистекают из его ментального совершенства и уравнивающей энергии земли. Дракон способен из самых недр земли подниматься в облака. Эта способность олицетворяет диапазон мощи дракона и тех уникальных свойств, которые он придает пространству. По традиции в таком месте должен находиться холм или гора. В городе для выражения энергии дракона используется здание.

## Энергия тигра

Ци тигра располагается в направлении, противоположном ци дракона, то есть с правой стороны дома, когда за нами находится ци черепахи, а перед нами – энергия феникса. Тигр олицетворяет энергию запада и металл. Его действие напоминает тигриный бег, когда наблюдается внезапный сильный выброс скопившейся энергии (напоминающий огромный скачок тигра). Обычно выражением энергии тигра является некая особенность рельефа земли или какое-то искусственное сооружение, несколько меньших размеров, чем характерно для дракона, менее плотное или тяжелое, чем характерно для энергии черепахи, и более «летучего», энергетического характера.

## Энергия змеи



В центре вашего дома находится свернутая в кольца энергия змеи. Способная мгновенно реагировать на внешние раздражители, змея олицетворяет неподвижность, но одновременно и готовность к движению. И то, и другое мы надеемся найти в своем жизненном пространстве. В центре пространства должны царить покой и полная ясность, поскольку хаос в центральной части дома способен нарушить нормальный жизненный ритм всего пространства. Эта рептилия символизирует элемент земли и центральную ось, вокруг которой «вращается» все остальное.

## Энергия черепахи



Большую важность имеет и то, что находится позади дома. Участок с тыльной стороны здания традиционно известен как «черепаха» и в идеале обеспечивает дому мощную и долгосрочную поддержку. Хорошая поддержка для ци черепахи может иметь форму поверхности, поднимающейся вверх в направлении от дома (начиная с

точки за пределами границы дома) или кирпичной стены, выстроенной с соблюдением правильных пропорций и имеющей правильное положение. Ту же функцию может выполнять и другое, более высокое здание, если только оно не слишком нависает над вашим домом и участком. То же самое относится к величественному старому дереву.

Хорошую ци черепахи можно сравнить с сидением в уютном кресле. Несомненно, вам необходимо открытое пространство и приятный вид перед глазами, но то, что находится по сторонам и сзади, также имеет большое значение. Комфортное кресло позволяет откинуться назад, с удобством уложить руки на подлокотники и при этом не вызывает ощущения зажатости; такой же тип защиты необходим вашему дому.

### **Влияние энергии черепахи**

Местность с неадекватной энергией черепахи плохо удерживает положительную ци. Это может проявляться в эмоциональном состоянии обитателей дома, которые будут ощущать нехватку поддержки между членами семьи и неспособность к достижению успехов в жизни. Если оставить такую ситуацию без контроля, она способна повлечь за собой столь разнообразные симптомы, как боли в спине или упадок сил, а также неспособность заниматься ремонтом дома, который в результате тоже начнет ветшать и придет в упадок.

Вполне возможно, что люди, занимающие незащищенное жилище, в молодости не получали всей необходимой заботы и поддержки. Возможно, им трудно изжить в себе ощущения тревоги и нестабильности. Ци черепахи жизненного пространства может многое сказать о характере нашего прошлого. Она способна также предупредить нас об опасности и стимулировать внесение соответствующих изменений в интерьер жилища для компенсации дефицита положительной ци снаружи.

Если вы живете в доме с дефицитом энергии черепахи, к примеру, где поверхность за домом идет под уклон (а может быть, за домом расстилается пустырь или находится ряд маленьких, постепенно сбегаящих вниз по склону домишек), еще большую важность приобретает правильная планировка и меблировка комнат с целью «защиты тыльной стороны дома». Кресла со спинками следует устанавливать подальше от дверных проемов, коридоров или открытых мест в комнатах. Рекомендуется также не заниматься никаким делом, сидя спиной к дверному проему.

## **Глава 6**

### **Первый принцип фэн-шуй: избавляемся от хлама**

Вошло в практику называть лишними вещами или хламом все те вещи, которые перестали выполнять свое практическое или эстетическое предназначение, но фактически хламом являются те вещи, которые находятся не на своем месте в неположенное время или, иначе, вещи, не соответствующие принципам фэн-шуй.

Процесс избавления от хлама в повседневной жизни начинается со способности определить, что является лишним. Первый «слой» хлама идентифицировать достаточно легко. Большинство людей, войдя в помещение, способны определить, какие вещи не должны там находиться – то есть, какие предметы со всей очевидностью должны находиться в других местах. Это всего лишь вопрос обычной уборки и возвращения некоторых вещей на место. На короткий срок это может улучшить самочувствие человека – повысить ясность мысли и энергию – но как

можно закрепить достигнутый эффект, чтобы он продлился дольше и ощущался глубже? Ответ: надо убрать из нашего энергетического поля все то, что не служит к поддержанию нашей энергии. Это означает, что недостаточно просто переложить вещи или спрятать их подальше. Это значит, что иногда следует вообще убрать или выбросить такие вещи, и именно с этой радикальной мерой у большинства людей связаны определенные трудности.

## Незавершенное дело

Есть люди, которые без особых усилий справляются с уборкой и легко избавляются от ненужных вещевых завалов, но есть и такие, кому придется медленно и терпеливо этому учиться. Однако я еще не встречала людей, которые не сумели бы извлечь ни одного урока из этой прекрасно дисциплинирующей процедуры. Могу предположить почти с полной уверенностью, что у вас имеется далеко запрятанное собрание вещей, олицетворяющих собой зону незавершенных дел. Процесс избавления от хлама порой превращается в испытание на прочность тех убеждений, которых мы когда-то придерживались, и жизненных путей, по которым мы предполагали шагать.

Прежде всего следует научиться считать «хламом» все те вещи, которые больше не оказывают вам поддержки и не подпитывают вашу энергию. Начинать рекомендуется с той комнаты, в которой, по вашему убеждению, меньше всего лишних вещей. Дайте себе слово, что будете осуществлять уборку постепенно, по одной комнате за раз, не позволите себе отвлекаться и не приметесь за другую комнату, не закончив работу в предыдущей. Всяческие отвлекающие мысли являются очень удобным предлогом, когда мы пытаемся избежать того, чего нам очень не хочется делать, помните об этом и не позволяйте себе сбиться с правильного пути, если вам вдруг срочно понадобится что-то сделать в другой комнате или неожиданно возникнет желание сварить чашечку кофе или вообще бросить это неприятное занятие. Это практически наверняка сигнализирует о том, что вы только что наткнулись на нечто, от чего просто необходимо избавиться. Выделите на уборку достаточно времени, регулярно устраивая небольшие, заранее запланированные перерывы.

Если вы решили всерьез заняться уборкой, отнеситесь к делу со всем тщанием и не позволяйте себе отвлекаться на телефонные разговоры и звонки в дверь. Ведь бессмысленно тратить время и усилия на фэн-шуй, создавая удивительные цветовые гаммы и удачно размещая мебель в комнате, если вся она захламлена и полна ненужных вещей. Устранение беспорядка и избавление от хлама имеет такую важность, что я часто советую людям провести самую тщательную уборку, прежде чем приступать к применению практик фэн-шуй.

## С чего начать?

Вам понадобятся прочные и вместительные мешки для мусора, а также три картонные коробки или три упаковочных ящика. Хорошее чувство юмора очень облегчает задачу.

Наилучший способ избавления от хлама хорошо проверен и достаточно прост. Войдите в комнату, где намереваетесь начать уборку. Если возможно, закройте за собой дверь. Это поможет вам лучше понять, что именно происходит в комнате. В какой-то степени изолировав себя в комнате, вы быстрее сможете понять, что в ней лишнее.



Спокойно посидите несколько минут, обдумывая свои дальнейшие действия. Затем переместите стул к дверному проему. Спинной к двери сидеть не рекомендуется; лучше поместить стул слева от дверного проема. Именно в этом месте ци входит в комнату и начинает свой путь по ней. Если вы живете в южном полушарии, сядьте справа от двери. Естественно входящий поток ци поможет вам в работе.

Теперь приступайте к разборке хлама, начиная с первой вещи по часовой стрелке, на которую «падает ваш глаз» (для южного полушария – в направлении против часовой стрелки). Если хотите, начните сверху, постепенно двигаясь вниз. Помните, что следует обращать внимание на картины, зеркала и предметы, развешанные под потолком, к примеру, музыку ветра или вентиляторы. Загляните за занавески и под предметы мягкой мебели. Подумайте, какие диски и пленки вы слушаете регулярно, а какие остались с прежних времен просто как воспоминания. Удастся ли вам спасти захащенное растение в горшке? Не пора ли пересмотреть обширную коллекцию видеокассет?

Необходимо задать одни и те же вопросы по поводу каждого предмета в комнате:

- Вызывает ли этот предмет приятные эмоции?
- Доволен (довольна) ли я тем, что им владею?
- Полезен ли для меня этот предмет, стимулирует ли он мои творческие способности?

Полезно в конце каждого из вопросов добавлять «в данный момент». Поскольку наша цель состоит в осуществлении перемен и стимуляции роста, необходимо знать, какое действие оказывают на нас конкретные предметы в данный момент, а не то, какое они оказывали в прошлом году, в прошлом месяце или даже на прошлой неделе.

## Приступим к процессу

Приступая к работе, следует помнить, что вы имеете дело с энергетическим отражением самого себя. Содержимое каждой комнаты способно многое сказать вам о том, что вы за человек и в каких отношениях с миром находитесь.

Комната, загроможденная вещами, является отражением одного образа жизни; почти голая комната отражает совсем иной подход. К примеру, ваша ванная комната ясно показывает, как вы относитесь к собственному телу на самом интимном уровне. Это очевидно, однако все равно бывает трудно понять, зачем вам пятнадцать тюбиков губной помады или четыре тюбика зубной пасты разных сортов, почему вы храните столько бутылочек с кондиционером для волос и т. п.

По мере того как вы будете работать в первой комнате, вам станет более понятным то, каким образом вы создаете окружающий поток энергии. У вас дома масса всяческих предметов, а значит ваша жизнь тоже богата разнообразными событиями, идеями и мнениями. Любой предмет в вашем жизненном пространстве является носителем целого ряда энергетических импульсов. В каждом из предметов продолжает присутствовать энергия любого человека и любого процесса, участвовавшего в его создании. Изобретатель, спонсор, люди, которые его изготовили, участвовали в его рекламировании и продаже, магазин, в котором он был куплен, – все энергетические влияния по-прежнему налицо. Если посмотреть на

любой предмет, который мы вносим в дом, с этой точки зрения, можно яснее понять значение процесса избавления от хлама в перспективе нашей жизни.

## **Подарки – нужные и нежелательные**

Подарки, которые мы получаем, могут быть разделены на несколько категорий. К первой категории, с которой, пожалуй, разобраться легче всего, относятся так называемые «нежелательные дары» («непрошенные дары»). Подарок такого типа может представлять собой нечто, выбранное дарителем с большим тщанием и зачастую с большой любовью. Независимо от того, пришелся ли подарок вам по вкусу, вы считаете себя обязанным хранить его, боясь обидеть дарителя.

Ко второму типу подарков относится нечто, что, по мнению дарителя, может вам понравиться, поскольку у самого дарителя уже не хватает места на этот предмет. Из своего опыта мне известно, что чаще всего такой подарок представляет собой предмет мягкой мебели, на котором вы потом будете ежедневно сидеть, впитывая всю содержащуюся в нем энергию – постепенно внося энергию дарителя в свою жизнь. Точно так же люди часто дарят друг другу одежду, которая перестала годиться им по размеру или оказалась лишней в гардеробе. Счастливый получатель подарка бездумно носит его и удивляется при этом, почему он испытывает столько затруднений с поиском хорошей работы, в отношениях с любимым или просто в жизни.

К третьему типу «даров» относятся так называемые «пожизненные» подарки. Это предметы, получаемые в наследство от какого-нибудь члена семьи и нагруженные обязательством хранить все многочисленные семейные традиции. Это может быть все, что угодно: кровать, прикроватная тумба для белья, набор отверток и т. д. Очень часто эта вещь связывается у нас с мыслью о том, что мы обязаны «передать» ее своим детям. Часто в доме находятся целые залежи пожелтевших и рассыпающихся от времени книг, которые мы храним для передачи молодому поколению, абсолютно в них не нуждающемуся.

Все подобные «дары» несут в себе энергию людей, которые подарили их нам, а некоторые из них оказываются нагружены обязательствами или ожиданиями, которые мы совершенно не склонны выполнять. Поэтому следует внимательно проанализировать каждый из таких подарков, прежде чем вы решитесь оставить его в своем доме или на работе.

Избавление от лишнего хлама предоставляет прекрасную возможность решить незавершенные проблемы и очистить путь для новых перспектив. Вынесите старые институтские учебники, и, возможно, вы откроете для себя путь к новым знаниям. Избавьтесь от избыточных деловых костюмов, и вы вдруг сумеете понять, какая работа по-настоящему вам по душе.

## **Принятие решений**

Теперь пришло время озаглавить три коробки, которые вы приготовили, приступая к уборке. В первую коробку вы будете складывать вещи, которые твердо решили вынести из дома; вторая коробка будет носить название «хорошо подумать», а третья – эмоционально заряженная – предназначена для вещей, с которыми у вас существуют определенные эмоциональные связи.

Следует полностью отстраниться от мыслей о том, какую пользу могли бы

принести вам вещи, которые вы решили выбросить. Я не рекомендую вам продавать эти вещи. Я знаю людей, которые, успешно очистив свое жилище от хлама, затаили завершение процесса в надежде, что смогут продать часть, а то и все ненужные предметы. В результате ненужные вещи продолжали оставаться дома месяцами.

Вряд ли разумно раздаривать ненужные вещи друзьям и знакомым.

Решившись освободиться от лишнего хлама, мы совершаем огромный шаг в сторону отделения своей энергетики от этих вещей и всего, что они собой символизируют. Однако недостаточно просто собрать все лишнее и убрать его с глаз долой, засунув в дальний угол буфета или вынеся на чердак. Следует понимать, насколько прочно держат нас лишние вещи. Вот почему чрезвычайно важно полностью убрать их из своей энергетической сферы.

Легко избавляться от вещей, в отношении которых вам удалось полностью определиться. Если вам трудно расставаться с вещью, значит вы еще не до конца поняли, для чего она вам или почему вы ее приобрели. Как правило, прежде всего важно осознать личную ответственность за внесение энергетики той или иной вещи в свое жизненное пространство. Иногда бывает вполне достаточно мысленно поблагодарить предмет за тот урок, который вы сумели получить благодаря ему, или осознать свою готовность распрощаться с вещью.

Решая проблему нежелательных подарков, хорошо подумать о намерениях дарителя. К примеру, человеку хотелось подарить вам что-нибудь смешное, симпатичное или полезное. Решите для себя, как долго вы будете хранить подарок, чтобы в полной мере отдать должное доброте дарителя. По истечении назначенного срока можете избавиться от ненужной вещи без всякого чувства вины. Важно прислушиваться к собственным эмоциональным потребностям и понимать, что если бы о вашем решении узнали те, кто сделал вам эти подарки, они бы никогда не обиделись на вас.

## **Уменьшая количество хлама, вы улучшаете качество своей жизни**

Люди, начинающие более внимательно относиться к своему энергетическому окружению, вскоре замечают, как повышается их энергетический уровень. По мере воцарения чистоты и порядка в нашем жизненном пространстве то же самое начинает происходить с нашим телом, умом и душой. Вскоре вы начнете понимать, какими уголками жилья необходимо заняться, чтобы сделать чище и ярче различные аспекты своего ментального и физического бытия, а значит и жизни в целом. Многие люди убеждаются в том, что наведение порядка на кухне и в ванной комнате способствует улучшению физического состояния, а дефицит энергии можно устранить, повнимательнее приглядевшись к собственной спальне. Чердак, заваленный мусором, станет препятствием на пути к духовному росту и может истощить силы. Полоса неудач заставит вас обратить пристальное внимание на парадную дверь и прихожую, поскольку эти зоны символизируют возможности, входящие в нашу жизнь. Если у вас проблемы с детьми, сконцентрируйте внимание на помещениях, где они проводят много времени. Это не просто вопрос уборки и избавления от вещей, которые мы в какой-то мере успели перерастить; этот процесс предполагает фундаментальную перемену образа жизни и способа существования в своем ближайшем пространстве. Он побуждает задуматься о том, что вы вносите в жилище и каким образом эти предметы меняют динамику вашей жизни.

Стремление к простоте, ясности и целостности в жизненном пространстве, являющемся отражением принципа существования без хлама, легко приносит желанный результат. Жилище, переполненное «мусорной, загрязненной» энергией, не способствует благополучию его обитателей. Однако бывают и такие моменты, когда просто необходимо «замедлить темп» или даже полностью отказаться на время от усилий, направленных на полное избавление от хлама. Это моменты, когда для достижения максимального эффекта принципы фэн-шуй должны практиковаться с повышенной осторожностью. Работа с энергетическими потоками – это не щелканье туда-сюда выключателем, не подчинение жесткому своду правил, не разделение всего сущего на добро и зло. Очень часто на каком-то этапе процесса развития бывает необходимо отдалиться от полной ясности и потенциально болезненной яркой ци. Такие моменты являются неподходящими для избавления от житейского хлама.

Вообще не стоит в пылу новообращенного набрасываться на все окружающее в поисках потенциального хлама. Лучше подумайте, давно ли вы в последний раз пересматривали адреса и телефоны в записной книжке, файлы в компьютере или коллекцию дисков? Пройдитесь внимательным взглядом по книжным полкам, где способен накапливаться всевозможный мусор. Загляните на задний дворик, который самым невероятным образом притягивает ржавые автомобильные покрышки, пустые банки из-под краски и прочие малопримечательные отходы. Обратите внимание на очевидные источники «хлама», такие, как бижутерия в ваших ушах и на руках. Возможно, подобная «инспекция» больше скажет вам о причине ваших житейских неудач, чем «марш-бросок» по борьбе с хламом по всему дому.

## **Подведем итог: краткие советы по очищению дома**

Первым этапом подготовки использования фэн-шуй является очищение пространства вашего дома или квартиры от ненужных вещей. Невозможно создать условия для свободной циркуляции благотворной энергии ци в вашем доме, если вы годами храните старые ненужные вещи с застойной энергией. Результат будет просто противоположным. Поэтому рекомендую выбросить старые газеты и журналы, ненужные вещи, безделушки, разбитую посуду и многое другое. Никогда не храните у себя неприятную вам вещь. Хранить и пользоваться необходимо только теми вещами, которые «радуют глаз» и приносят удовольствие. Просто поразительно, что зачастую после некоторых генеральных уборок мы начинаем чувствовать себя лучше и ощущать оптимизм. Постарайтесь всегда избегать беспорядка, потому что неразобранные вещи и неоконченная работа будут действовать как душевный тормоз. Только так вы сможете привлечь в свою жизнь положительные изменения.



Прежде чем приступить к улучшению фэн-шуй вашего дома, сделайте основательную генеральную уборку. Для этого лучше всего подойдет яркий солнечный день. Вы сможете не только освежить свой дом, но и укрепить его мощной солнечной энергией.

Откройте окна, проветрите квартиру, сделайте влажную уборку (добавьте в воду соль – это прекрасно очищает пространство), смахните пыль со всех поверхностей и вскоре вы поймете, что даже эти ваши действия станут пользой, и весьма ощутимой, для всех членов вашей семьи. Ведь наводя порядок, вы не только избавляетесь от мусора, но и обновляете и очищаете энергию вашего дома.

Обратите особое внимание на книжные шкафы в которых годами хранится литература, иногда совершенно не нужная вам. А ведь эти книгохранилища являются источниками вредной и застойной энергии. Книги нужны для того, чтобы их читать и работать с ними, но если вам жалко расставаться с библиотекой, раз в два месяца перебирайте книги, меняйте их местами, и вытирайте пыль. После того как уборка закончена, можно приступать к очищению энергии жилого пространства. Это хорошо проводить раз в месяц, в период полнолуния. Откройте все окна, двери комнат, шкафов, кладовок. Тем самым вы способствуете выходу застоявшейся энергии и впускаете чистую. Затем приступайте к процедуре очищения. Для этого используйте любые ароматические палочки благовоний, дающие дым. Очищение дома всегда начинайте с входной двери. Затем пройдите по всем комнатам, от двери к двери, от окна к окну, очистите все углы, особенно труднодоступные. Побрызгайте стены и углы вашей квартиры водой с несколькими каплями ароматических масел и вы сразу почувствуете как легко и весело вам станет на душе и, что более важно, эти процедуры самым благотворным способом скажутся на общей атмосфере вашего дома.





Еще одной из причин появления застойной энергии ци является загроможденность помещений. Старайтесь хотя бы раз в год делать перестановку мебели и вещей. Передвигая мебель, постарайтесь как бы увидеть свободное прохождение энергии через комнату. Она должна волнообразно обогнуть помещение, не натываясь на острые углы, поверхности и не застаиваться в неряшливых углах. Передвигая мебель вы приводите энергию в движение. Пусть интуиция руководит вами. Когда мы говорим о неряшливых углах, то имеем в виду не собственно чистоту, а порядок и согласованность предметов мебели.

Вы когда-нибудь обращали внимание на аскетический интерьер японских домов, например в фильмах или картинах, где строжайшая чистота доведена почти до культа? Но этим японцы добиваются главного – их дома отличаются уравновешенной и гармоничной атмосферой.

Необходимо чтобы энергия подобно ветру, плавно циркулировала по всему дому, проходя по коридору, и минуя двери, выходила через окна.

Разобравшись с завалами ненужных вещей, пылью и застоявшейся энергией, обратите внимание на цветы, если они есть в вашей квартире или доме. Мастера фэн-шуй советуют никогда не хранить в доме сухие или умирающие растения, иначе вместо положительной энергии роста, вы ощутите на себе отрицательную энергию увядания. Старайтесь не оставлять или не разводить зеленые растения в вашей спальне. Во время сна они лишают энергии людей и могут создать определенные проблемы. Если нет такой возможности, держите их как можно дальше от кровати, а цветы, стоящие на подоконнике, закрывайте портьерами.

Старайтесь также разводить цветы, растущие вверх, от них исходит сильная благотворная энергия. И напротив, с осторожностью относитесь к лианам и вьющимся растениям.

Еще одним важным и неперенным условием очищения вашего дома является чистота таких жилых помещений как кухня, ванная и туалет. Именно эти зоны больше всего страдают от застойных и неблагоприятных энергий.



Кухня в фэн-шуй имеет особое место, так как холодильник и плита являются как бы кормильцами семьи. Следите чтобы в холодильнике всегда лежали только свежие продукты, это создает хороший фэн-шуй. Различные кухонные приспособления напрямую связаны со стихиями. Например, плита с элементом огонь, мойка – со стихией вода. В идеале огонь духовки не должен располагаться напротив и вступать в конфликт не с одним из приспособлений воды – холодильником или мойкой. Обязательно следите за чистотой духовки и не допускайте складирования в ней старых сковородок. Рекомендую также использовать поочередно все горелки, например вкруговую.

Что касается туалета, то есть один совсем простой совет – всегда держите закрытыми как дверь туалета, так и крышку унитаза.

Обязательно выбрасывайте каждый день мусор, по возможности до 8 часов вечера. Купите ведро с крышкой и наклейте вокруг него красную ленту, это поможет удерживать благотворную энергию ци. Выполняя эти нехитрые советы вы сразу ощутите подъем сил, настроение улучшится и на душе станет легко и приятно. Ссоры и споры уступят место согласию и любви в вашем доме.

## **Глава 7**

### **Фэн-шуй квартиры**

#### **Общий анализ комнат**

Самое главное, что необходимо учитывать – это размер и форму комнат. Основным критерием для вас должен служить вид деятельности, для которого предназначена та или иная комната. Например, в слишком большой комнате маленькие дети будут чувствовать себя негативно или постоянно ощущать некую затерянность в жизни. Напротив, взрослый человек в маленькой комнате будет и чувствовать и вести себя скованно и неудобно. Поэтому, очень важно учитывать назначение комнаты и не менее важно под ее размер подобрать адекватного размера мебель и элементы декора. Что касается форм комнат, то самыми идеальными считаются квадратная или прямоугольная. В комнатах чересчур сложной



конфигурации происходят нарушения в течении энергии ци. Если в таких конфигурациях отсутствуют резкие режущие формы, то это даже благоприятно, так как усиливает энергию. Но при всем при этом кривизна стен влияет на углы, а это способно разрушать энергетику помещения. Практики фэн-шуй считают, что круглые или восьмиугольные здания очень хороши, но это действительно только при условии, что этаж представляет собой единое пространство. В противном случае, то есть при разделении его на комнаты, углы будут резко отличаться от девяносто градусов, а это уже нарушение равновесия с точки зрения фэн-шуй. Если в комнатах стены не параллельны, то у человека может возникнуть проблема ориентации; если комнаты имеют треугольную форму, то у живущего долгое время в таком пространстве проявляются беспричинные приступы ярости, или человек пребывает в постоянной тревоге и беспокойстве (особенно такая форма не пригодна для спальни и детской).



Часто нарушение формы комнат связано с тем, что стена либо не параллельна противоположной, либо имеет криволинейные очертания. Комната в виде трапеции (где одна из стен наклонена к двум параллельным) считается очень опасной. Чтобы выровнять ее, на эту стену необходимо поместить зеркало большого размера. Также такие формы способствуют слишком быстрому течению благоприятной энергии. Добавив перегородку можно исправить такое положение.

Квадратная форма олицетворяет землю. Желательно, конечно, чтобы все комнаты имели форму прямоугольника или квадрата, без каких-либо выступов (углов) внутрь комнаты. Если все же такой угол есть, то комната приобретает пятую стену. Точка, в которой встречаются две стены, излучает «тайные стрелы», направленные в ту часть комнаты, на которую указывает выступ, что не менее опасно для жизнедеятельности.

Еще одна причина, по которой комнаты неправильной формы не благоприятны, заключается в наличии мертвой зоны, куда не способна проникнуть энергия. Обычно это возникает при перегораживании комнат, в таких местах энергия застаивается и преобразуется из ци в си ци. Чтобы комната вновь приобрела прямоугольную форму следует исправить положение с помощью перегородок или шкафов. Часто в комнатах при планировке возникают выступающие вовне части комнат, которые оказываются как бы вне их. Здесь важно, чтобы выступающий участок соотносился с величиной комнаты, то есть размеры выступа не должны превышать треть длины и ширины комнаты. Если в комнатах много выступов или углублений, то возможны негативные последствия для членов семьи (болезни, частые ссоры, неудачи при ведении бизнеса).

Иногда, выступы помогают увеличить пространство комнаты, однако выступ в

одной комнате приводит к потере площади в прилегающем помещении. То есть можно утверждать, что выступы могут иметь как позитивные последствия, так и негативные.

Учитывайте следующее: если выступ на северной стороне, необходимо хорошее освещение этой части комнаты, а стены, детали окон, орнаменты должны быть выкрашены в голубые или зеленые тона; если выступ на востоке, то он негативно отразится на обитателях комнаты (возможные финансовые потери), следует добавить хорошее освещение и использовать красные, фиолетовые, розовые или каштановые цвета; выступ на юге отразится неудачами в коммерческой деятельности, следует добавить освещение для циркуляции энергии и использовать все цвета земли или желтый цвет; выступ на западе хотя и способствует счастью в целом, может постепенно ухудшить благосостояние семьи, поэтому необходимо добавить яркое освещение и использовать белые и серебристые цвета.



Но не всегда выступы могут находиться точно на севере, юге, западе или востоке. Если выступ на юго-востоке или юго-западе, то соответственно добавьте освещение, и в первом случае, – красный и фиолетовый цвета, во втором, – серебряный и белый цвета.

Если выступ находится на северо-востоке или северо-западе, то добавьте освещение и, в первом варианте, – белый и серебряный цвета, во втором, – черный, синий или белый. Если вы забыли, то цвета следует вносить в оформление стен, пола, деталей окон, орнаментов или элементов интерьера.

И еще раз, если все стены в квартире непараллельны, обязательно примите все меры по устранению этого фактора, в таких квартирах жить нельзя категорически. Так же учитывайте угол, образующийся в случае неправильной формы квартиры. Нейтрализовать углы, нацеливающиеся внутрь ваших комнат можно при помощи нехитрых приспособлений; в том месте, где расположен угол повесьте «музыку ветра», зеркало или кристалл. Такое действие поможет «рассеять» негативную энергию. Помните, что в таких квартирах скандалы и разводы, трудности и напряжения – не редкость.

Не менее важно помнить, что если комната выходит за пределы общего плана квартиры, в виде некоего «отростка», то лучше не планировать ее под спальню или тем более детскую, примите все меры, чтобы спать головой по направлению в квартиру, а не из нее.

Теперь поговорим о нишах, которые нередко возникают при перепланировке

квартиры, либо уже присутствуют в вашем жилище. По своей сути ниша, или углубление, – это исчезнувшая часть комнаты в пределах ее периметра. Учитывайте сектор расположения ниши, чтобы подкорректировать данную проблему. Если ниша расположена на юге, устранить негативные последствия (а это могут быть нечестные компаньоны, ссоры, споры и т. д.) можно использовав картины на стенах ниши, цвета, драпировку. Все это должно быть красного цвета. Можно использовать так же розовый, фиолетовый, пурпурный цвет.



Ниша на севере может отразиться немалыми проблемами, подкорректировать которые можно так же картинами, драпировками и цветом: естественный цвет деревянных панелей, черный, темно-синий цвета; можно использовать символы воды или картину с данной тематикой.

Ниша на востоке – финансовые проблемы, смягчить их можно картинами, драпировками, цветом или украшениями следующих цветов: зеленый, светло-голубой.

Если ниша расположена на западе – последствия отразятся на браке или межличностных отношениях в кругу семьи. Используйте все вышеперечисленное, но серого, белого и серебристого цветов.

Независимо от хороших или плохих последствий, для гармонии и равновесия следует в обязательном порядке исправлять искаженные формы комнат. Как уже было сказано, это можно сделать при помощи перегородок или шкафов. Но панацеей от многих проблем специалисты называют зеркала. Не стоит повторять, что зеркала должны быть новыми и блестящими (чистыми); в них не должна отражаться входная дверь, нечто грязное и неприглядное; что лучше всего, если в зеркалах отражаются красивые привлекательные вещи; чтобы приумножить свое благосостояние можно иметь зеркало над обеденным столом – это удвоит и число участников, и количество продуктов, что совсем немаловажно.

Если в вашем доме отсутствует какая-либо зона благоприятствования (квартира имеет неправильную форму), то зеркало, повешенное на стене, примыкающей к этому сектору, зрительно воссоздаст его присутствие. Зеркало способно замещать недостающий угол в комнате неправильной формы, чтобы она выглядела прямоугольной. Чтобы правильно повесить зеркало начертите план комнаты, пунктиром добавьте линии, которые восстаноят квадратную или прямоугольную форму. Затем проведите две диагонали из углов, там, где диагональ пересекает стену, которая отгораживает утерянное пространство и необходимо повесить зеркало.

## Прихожая

Дом начинается с входной двери, так как дверь символизирует «рот» квартиры.

Слишком большая входная дверь создает финансовые проблемы, слишком маленькая ведет к раздорам и конфликтам. Очень важно, чтобы входная дверь не располагалась напротив лестницы, иначе энергия будет подниматься по ней и рассеиваться.

Входная дверь активно повлияет на комнату, если она находится напротив нее. Если это кухня, то жильцы будут слишком много есть; если в комнате есть телевизор, то будут понапрасну тратить свое время; если спальня, то будут сонными и усталыми; если кабинет – трудолюбивыми, если туалет – суждено быть бедными.

Обобщенно входная дверь не должна открываться к объектам инь (или быть напротив их). Поможет окраска двери в ярко-красный цвет. Очень важно, чтобы входная дверь открывалась внутрь, впуская благоприятную энергию. Нейтрализовать проблемы входной двери вам помогут: «музыка ветра» – ветряные, полые колокольчики (либо обычные колокольчики); такие талисманы, как подкова (но очень важно, чтобы она висела, образуя полукруг вверх, так будет накапливаться положительная ци), шары, связки монет и другие рассеиватели энергии.

Можно по периметру двери нарисовать красную полосу – красный цвет тормозит ша ци, либо постелить красный половичок. Вообще, все опасные двери обводят красной линией. И еще один способ: на расстоянии 10 см от потолка и столько же от стенки подвешивают у двери шарик из хрусталя – он рассеивает энергию и превращает негативную ша ци в благоприятную ци.



Благоприятно, если двери одинаковой ширины расположены против друг друга. Если вторая дверь шире первой, то получается, что из широкой двери энергия бьет в часть стены. Для исправления на эту часть стены следует повесить картину, зеркало, растение, как бы расширяя узкую дверь до ширины двери напротив. Можно использовать вербу, пижму и полынь – считается, что именно они заряжают положительной энергией (изгоняют нечистую силу).

Очень негативной ситуацией является расположение дверей на входе и на выходе помещения напротив друг друга, если между ними нет препятствий. Энергия,двигающаяся по прямой очень стремительно, уже не благоприятна для вас, она становится негативной – ша ци.

В таком случае можно держать двери закрытыми, сделать у двери (или если это



окно) занавеску или ширму, или использовать красный цвет как это описано выше. Относитесь к двери как к члену семьи (практика показывает, что «непризнанные» двери ломаются, скрипят, цепляются).

Входя в квартиру, обратите внимание на то, сколько дверей выходят в прихожую, включая двери в комнаты, в кухню, ванную, туалет, дверцы встроенных шкафов. Если дверей значительно больше, чем членов семьи, то они создадут очень неблагоприятную ситуацию, возможны потери денег, конфликты, ссоры, болезни. При помощи вышеописанных амулетов и регулирующих средств фэн-шуй можно устранить и эту проблему.

И раз уж мы говорим о двери, то рассмотрим и некоторые другие аспекты.

Двери или дверцы шкафов, открывающиеся навстречу друг другу – это двери, противоборствующие между собой, то есть ведущие спор за «лидерство». Такие двери, даже если они не соприкасаются друг с другом, быстро изнашиваются или ломаются. К тому же они способны внести конфликты в семью. Для регулирования проблемы используйте все тот же красный цвет: на одном уровне над ручками дверей нарисуйте красные пятнышки. Их так же можно нарисовать на дверцах или дверях, открывающихся в разные стороны, и на торцах или краях дверей.

Очень опасна кухня с двумя дверями – способствует распаду семьи. Можно провести красные линии на полу или потолке так, что двери как бы отделяются друг от друга перегородками. Совершенно неважно чем рисовать линии, важен именно красный цвет. Но совсем плохо, если у кухни совсем нет дверей – может «убежать» вся энергия.

Также плохо, когда спальня имеет две двери: не отдыхаешь, устаешь, чувствуешь дискомфорт, особенно, если двери постоянно открыты. Лучше всего одну дверь задрапировать шторой (двигающиеся шторы создают движение ци, рассеивают ее скопление).



Плохо, когда из коридора в две спальни ведут две двери, расположенные друг против друга. И хуже всего, когда одна дверь открывается в спальню, а другая в коридор. Может образоваться однонаправленный поток энергии. Необходимо, чтобы обе двери открывались в спальню.

Двери на одной линии в анфиладе комнат, где все они проходные – это поток ша ци, то есть негативной стремительной энергии, тем более если в торцах есть окна

или двери. Эта энергия убивает, отрицательно влияет на жизнедеятельность.

Для прерывания потока ша ци в анфиладе отсекают торцевой вход красным ковриком; чтобы энергия ша не проскакивала насквозь, на пересечении диагоналей поместите круглый или восьмиугольный (как ба гуа) ковер, либо повесьте хрустальную люстру, шарообразную люстру или бамбуковые флейты. У двери можно повесить колокольчики (обычные или «музыку ветра»), талисман с восемью триграммами, или нечто, рассеивающее стремительный поток энергии (например, свисающие предметы с бахромой).

Если в анфиладе двери не на одной линии, то смотрят на их проекции на стенах, и затем вешают картины, ставят растение, либо аквариум, подбирая для такого элемента тот цвет, который соответствует данному сектору.

Так как вода соответствует богатству, то очень важны двери ванны и туалета, тем более когда вода течет из кранов. Для отсекаания потери богатства можно напротив туалета поставить любой символ или элемент воды (например, искусственный фонтанчик). Совершенно неважно куда открываются двери ванны, но дверь туалета всегда должна открываться только вовнутрь. Если это не так и если дверь туалета видна от входной двери и расстояние до нее не превышает 3 м, можно повесить на дверь туалета зеркало; если же расстояние меньше трех метров, то повесьте картину, либо изображение дерева (но не «мертвое» дерево с опавшими листьями или голый лес). В противном случае туалет будет уносить все ваше благосостояние.

Ну а теперь вернемся к прихожей.

Прихожую в фэн-шуй называют пространством перехода от внешней зоны к вашей внутренней зоне. Если дизайн прихожей хорошо продуман, вам обеспечено прохождение только благоприятной ци (извилистая ци будет беспрепятственно проникать в ваш дом); энергия ша ци, движущаяся прямолинейно, не сможет попасть в вашу квартиру. Многие, не придавая значения своей прихожей, часто просто игнорируют ее оформление.

Прихожая должна быть гостеприимна как для членов семьи, так и для гостей. Она должна быть максимально светлой, просторной и теплой. Все темное способно подавлять и угнетать. Заставленная прихожая (узкая) вызывает проблемы со здоровьем, создавая ощущение, что она как бы душит благополучие семьи. Конечно, мы не всегда имеем дома в которых прихожая достаточно обширна. Фэн-шуй позволит вам визуальным образом создать иллюзию просторности тесного помещения. Для этого используют зеркала, картины в светлых тонах и яркое освещение. Так же недопустимо, чтобы прихожая была заставлена обувью, велосипедами или чем-то громоздким. Стойку для обуви необходимо размещать сбоку от двери, а не напротив нее. Плохо, когда вы приходите домой и сразу упираетесь в стойку с обувными принадлежностями.

Многие специалисты советуют не только окрашивать прихожую в светлые яркие тона, но и размещать в ней нечто олицетворяющее то, чего вы бы хотели добиться в жизни или иметь.

Поместив что-нибудь привлекательное, вы будете видеть при входе в свою квартиру предметы, вдохновляющие вас, или планы, результаты ваших достижений.

Чтобы уравновесить инь-ян учитывайте: если дверь слишком мала, прихожую следует выкрасить в светлые тона (или украсить светлыми обоями); если дверь



слишком велика – в темные.

Что касается зеркала в прихожей. Зеркало и хорошо продуманное освещение сделают прихожую визуально просторнее. Обычно считается, что зеркало нельзя вешать прямо напротив входной двери (оно будет отражать благоприятные возможности, не пуская их в дом). Но если вы при входе домой сразу упираетесь носом в стену, то допустимо повесить зеркало на противоположной стене. Даже если ограничиться небольшим зеркалом, то это уже позволит создать ощущение широты пространства.

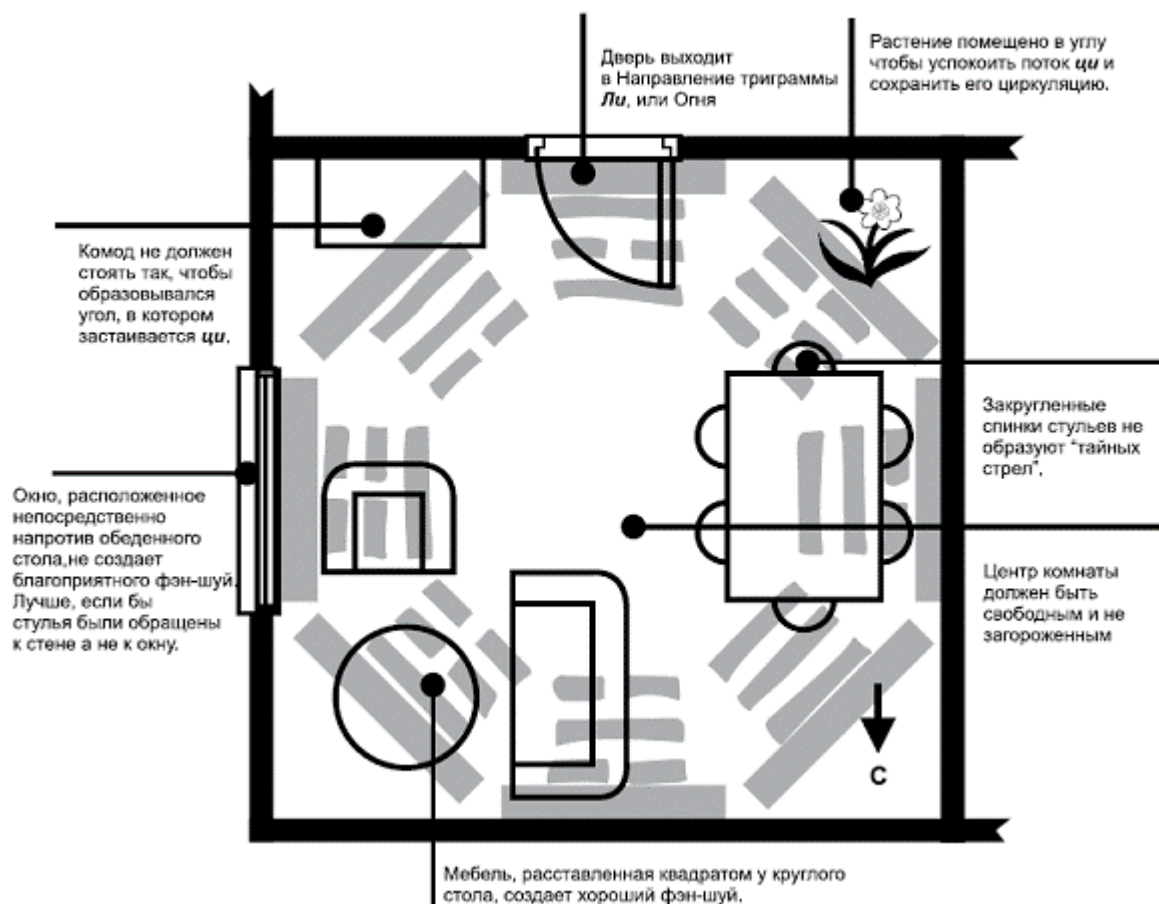
## Гостиная

Гостиная – это то место, где обычно собирается вся семья и где не только проводят вместе много времени, но еще и принимают гостей.

Именно этому месту в фэн-шуй придается важное значение. Гостиную считают символом хозяина, поэтому здесь актуально размещать вещи, отражающие его интересы. Китайцы часто украшают стены гостиной каллиграфическими изречениями и предметами, символизирующими преуспевание, здоровье и долголетие.

Это место считается важным еще и потому, что в нем принимаются главные семейные решения, происходит общение, которое во многом определяет дальнейшие взаимоотношения. Гостиная особенно влияет на благосостояние и атмосферу сосуществования всего семейства, а также на связи с внешним миром. Так как эта комната в большей степени считается комнатой для совместного использования, в том числе и с посторонними людьми, очень важно, чтобы поток ци протекал здесь свободно и без помех, чтобы были предусмотрены некоторые средства, позволяющие активно противостоять влиянию извне, которое приносят с собой гости.

## ИСПОЛЬЗОВАНИЕ БА ГУА ДЛЯ РАССТАНОВКИ МЕБЕЛИ



Размеры гостиной не должны быть слишком маленькими. Она должна быть одной из самых больших комнат в квартире. Гостиная – ян, к примеру, спальня – инь, ян всегда больше инь, поэтому гостиная по размеру должна превосходить спальню. Однако следует также соизмерять размеры гостиной с размерами остальных помещений. Если вы живете в квартире с планировкой, не позволяющей иметь большую гостиную, то ее можно визуальнo расширить при помощи зеркал.

И не забывайте, что гостиная должна обязательно иметь либо квадратную, либо прямоугольную форму. Комната неправильной формы помешает благотворному течению *ци*.

Традиционно наилучшим расположением мебели в столовой считается такое, где отсутствуют острые углы или выступы. Чтобы подчеркнуть назначение гостиной, используйте в интерьере только яркие, светлые и радостные тона. Это могут быть белые, желтые, синие цвета, а так же зеленые (долголетие) и красные (любовь и счастье). Очень важно, чтобы пол в комнате находился на одном уровне с полами в других помещениях.

Следует избегать ковров или ковровых покрытий темного цвета.

Так как хорошее освещение порождает благоприятную энергию, позаботьтесь чтобы гостиная всегда была ярко освещена (можно естественным освещением от окна, либо искусственным). Зеркала также помогут добавить свет или визуальнo увеличить помещение (если есть возможность, используйте зеркала от пола до потолка). Обилие темных тонов и громоздкой тяжелой мебели способно нарушить

равновесие инь-ян. Чтобы восстановить гармонию, добавьте как можно больше светлых тонов. Мы уже упоминали, что гостиная это ян, поэтому важно, чтобы в ней было достаточное количество инь. Элементами инь могут быть живые растения или цветы. Необходимо также поддерживать равновесие между пятью элементами, в этом вам помогут картины с разнообразным ландшафтом (на них должны быть изображены земля, горы, реки, деревья).

Можно поместить аквариум с рыбками, но у северной стены; движение рыб стимулирует движение благоприятной ци. Если нет возможности использовать аквариум с живыми рыбками, купите искусственный аквариум.

А теперь остановимся более подробно на мебели и ее расстановке в гостиной.

Слишком громоздкая мебель сделает комнату тесной и узкой, а это в свою очередь нарушит течение ци и вызовет у обитателей дома ощущение дискомфорта.

Старайтесь избегать L-образной расстановки стульев и диванов. Считается, что такая форма является незавершенной, поскольку отсутствует один угол. Принципы здесь те же, что и при коррекции комнаты неправильной формы.



Потоки ци в комнате должны вытекать легко и без препятствий, и лучше, если через вторую дверь. Мебель можно расположить круговыми, восьмиугольными или квадратными группами посередине помещения. Постарайтесь разместить большую часть мебели параллельно стенам. Если в стульях имеются зазоры или отверстия, нельзя чтобы их направление совпадало с направлением окон или дверей, то есть они не должны быть обращены к ним. Так же нежелательно, чтобы спинки кресел, стульев или дивана были обращены к входной двери гостиной.

В гостиной надо постараться создать некую центральную точку – это может быть круглый обеденный стол. Если центром гостиной является телевизор, то попытайтесь перегруппировать мебель так, чтобы точка фокуса переместилась внутрь помещения, например, на кофейный столик, а телевизор лучше разместить сбоку от него.

Обратите особое внимание на мебель с острыми углами, например, отдельно стоящий книжный шкаф. Острые углы образуют «тайные стрелы». Особенно это плохо, если они направлены на открытую дверь гостиной, или на какую-либо центральную группу, например, стол или кофейный столик. Нейтрализовать углы можно вьющимся или ползучим растением, разместив его на шкафу (лучше на юго-западе, это не позволит ци застаиваться).

Нельзя, чтобы мебель находилась около входной двери в гостиную, либо была

повернута в противоположную сторону от нее. Стулья не должны блокировать дверь. Это мешает ци попасть в комнату. Также нежелательно, когда мебель повернута к окнам, так как пропуская чрезмерно яркий свет, они генерируют ша ци. Кроме того, гостиная должна быть обставлена так, чтобы по ней можно было легко передвигаться, не натываясь на выступающие углы мебели. Беспорядок в гостиной или ее захламленность блокируют прохождение потока энергии. В идеале гостиная должна выходить на юг или юго-запад, или в вашем благоприятном направлении, указанном числом гуа.

Расположение окон или двери надо продумать исходя из направления потока ци. Энергия должна, повторяя очертания мебели, по спирали перетекать из комнаты в комнату. Нельзя изолировать гостиную от других помещений, чтобы ци не застаивалась, но и другая крайность нежелательна. То есть, если в гостиной слишком много дверей, то ее не только продувают сквозняки, но ци здесь мгновенно рассеивается. В таком случае имеет смысл задрапировать или изолировать лишние двери.



В случае, когда мебель имеет разные размеры, восьмиугольную группу можно воссоздать при помощи растений или стульев. При таком варианте каждый будет сидеть лицом к остальным, что и будет способствовать открытому приятному общению. Важно так сгруппировать мебель, чтобы и вы, и ваши гости размещались лицом к стене, в которой находится дверь в гостиную. Но нельзя располагаться на одной линии с ней. Лучше сидеть группами с одной стороны и с другой от двери.

При выборе стола советую остановиться на круглом варианте, не имеющем острых углов. В Китае и Корее, например, все столы имеют круглую форму, особенно те, за которыми собираются члены семьи или гости. Круглый стол является хорошим фэн-шуй, так как позволяет циркулировать благоприятной энергии.

## Спальня

Мы проводим одну треть своей жизни во сне, именно поэтому так важно, чтобы спальня располагала к покою, а главное к защищенности, ведь во сне человек так уязвим. К тому же со спальней связаны самые важные аспекты нашей жизни – полноценный отдых после трудового дня, и интимная жизнь.

При создании интерьера очень важно учитывать расположение спальни в доме и

направление, в котором мы спим. Изголовье кровати должно быть повернуто в одном из ваших лучших направлений, которое определяется числом гуа. Также при помощи числа гуа можно определить идеальное место для спальни.

Число гуа	Основное направление спальни
1	юг
2	северо-запад
3	юго-восток
4	восток
5 и 5	у женщин — запад (число 8) у мужчин — северо-запад (число 2)
6	юго-запад
7	северо-восток
8	запад
9	север

Расположение спальни следует планировать вдали от суматохи или толчеи. То есть, очень хорошо, когда спальня располагается за средней линией здания (линия, которая разделяет дом на две половины: фронтальную и тыловую). Если спальня размещена перед этой линией, то необходимо разместить зеркало на стене, обращенной к спальне и находящейся за линией, чтобы визуально или символически переместить ее туда.

### ФЭН - ШУЙ СПАЛЬНИ

#### НЕКОТОРЫЕ ПЛОХИЕ ЧЕРТЫ



## ПОСЛЕ ИСПРАВЛЕНИЯ ПАРАМЕТРОВ ФЭН-ШУЙ



Также спальня не должна находиться в выступах здания имеющего L-образную или П-образную форму – это создаст раскол семейной жизни, плохо отразится на взаимоотношениях супругов. Предотвратить негативные последствия можно при помощи зеркал, достаточно повесить на стену зеркало обращенное в основную часть здания, и на противоположной стене прикрепить зеркало прямо напротив входа в спальню, это позволит решить данную проблему.

Из окон спальни не должна быть видна вода (реки, озера, водоемы, море). Обитатели спален с видом на воду могут ощущать подавленность и вообще иметь проблемы в жизни.

Также нежелательно видеть из окна открытый пустырь, высокие деревья, здания или холмы. Лучше если перед спальней будет расположен балкон, либо задрапировать окна шторами. Спальня не должна располагаться прямо около входной двери в квартиру, иначе обитатели будут часто болеть и уставать, либо спать в больших количествах. Нейтрализовать этот негативный фактор можно, если на дверь спальни повесить зеркало, либо «музыку ветра» над дверью.

Нежелательно чтобы спальня находилась в конце коридора или перпендикулярно коридору; плохо когда двери двух спален находятся напротив друг друга (что приведет к конфликтам). Лучше всего, когда спальни расположены на одной стороне коридора, либо можно повесить колокольчики между спальнями, это рассеет энергию противостояния.

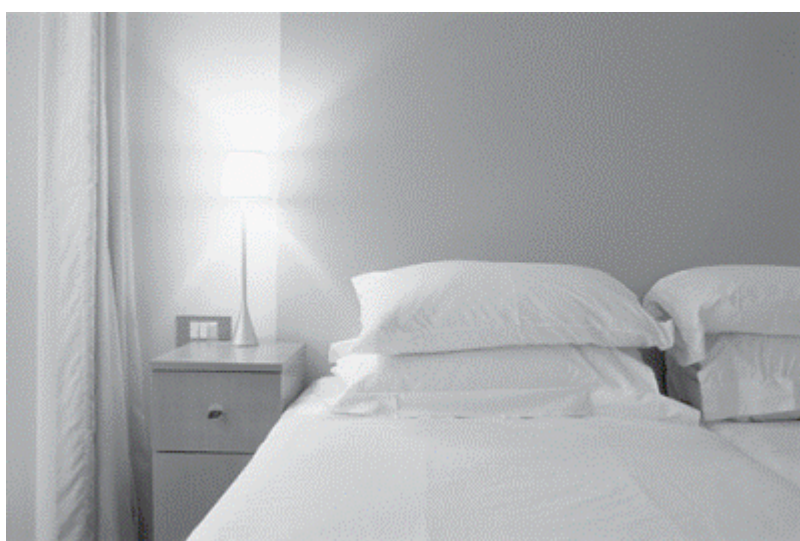
Кухня не должна быть рядом со спальней. Однако, в большинстве домов именно так и происходит. В таком случае позаботьтесь чтобы кровать и плита не располагались у общей стены.

Не менее, чем выбор расположения спальни, важно правильно расположить кровать. Идеальным считается расположение кровати в юго-западной части комнаты. Так же вы можете при помощи сетки багуа определить сектора в вашей спальне и расположить кровать в секторе семьи. Если такой вариант невозможен, поместите в этом месте элементы фэн-шуй связанные с сектором брака, или что-либо красного



цвета.

Например, сделайте хотя бы одну стену в вашем юго-западном секторе (а именно он соответствует любви и браку) ярко-красной. Это могут быть обои или окрашенная стена. Таким образом вы сильно увеличите энергию любви. Очень важно учитывать положение кровати относительно входной двери. Кровать не должна быть слишком близко к ней, это не обеспечивает сон и покой обитателей спальни. Кровать также не следует размещать у той же стены, в которой есть дверь в спальню. Чтобы ваша жизнь не изобиловала неприятностями или неудачами, старайтесь не спать спиной к двери, но и не ставьте кровать перед дверью. И совсем уж плохо спать ногами к двери (все знают, что вперед ногами выносят только покойников). Если никак нельзя переставить кровать, повесьте между ней и дверью кристалл, или «музыку ветра» в ногах кровати. Все же советую изменить положение, иначе энергия будет уходить из вашего тела через точки на подошвах, а вы будете чувствовать себя уставшими и не отдохнувшими.



Идеально удобным местом для расположения кровати считается то, при котором ноги направлены к стене, в которой поодаль находится входная дверь. Наилучшее место – слева от двери, так как вы можете отчетливо видеть каждого кто входит в дверь. Если вошедшего не видно, это может вызывать нервозность и беспокойство. В случае, когда по каким-либо причинам это не удастся выполнить, повесьте зеркало так, чтобы лежа в кровати можно было видеть дверь в спальню.

Ваши стены – ваша защита. Иными словами, вокруг вашей кровати должны находиться две стены (либо за вами, либо вокруг вас). Однако нежелательно, чтобы стены были слишком уж близко от кровати (либо соприкасались с ней). Свободное пространство по обе стороны от кровати обеспечить вам свободный поток ци. И вообще желательно у изголовья не иметь ни зеркал, ни дверей, ни окон, а также всевозможных ночных бра и светильников.

Форма кровати, как и ее расположение должны обеспечивать здоровый полноценный сон. Плохо, когда кровать имеет круглую форму, идеально, когда прямоугольную (но если в семье возможны частые ссоры, искусственно округлите углы кровати). Для хороших супружеских взаимоотношений большое значение может иметь то, какие кровати вы используете: если используются две односпальные кровати составленные вместе, то это очень плохо – разделительная линия вносит разлад в семью. Необходимо либо заменить кровать, либо постелить один общий матрац.

Мужу следует спать к западу от жены. Постарайтесь спать так, чтобы ваша голова опиралась о стену, либо на спинку кровати. Спинка у изголовья обеспечивает дополнительную поддержку и защищенность.

Спинка в голове кровати должна быть несколько выше, чем в ногах, и ни в коем случае не вешайте зеркало у изголовья. Если спинка кровати декорирована зеркалом, рекомендую убрать его.

Чтобы не запутаться и выбрать правильное направление сна, возьмите на вооружение старую восточную мудрость: сон головой на юг – дарит долголетие, спать к востоку – обрести просветление, к западу – горе, к северу – смерть.



Поэкспериментируйте с направлениями и оцените ощущения, которые вы получите во время сна в каждом из перечисленных положений. Нельзя не упомянуть еще один момент. Он касается и выбора спальни, и направления сна у супругов. Чаще всего вычисление числа гуа показывает не состыковку направлений у супругов. Что хорошо для одного, может быть плохо для другого. Здесь возможны компромиссы, например, угол для кровати выбирается по направлению одного из супругов, а направление подушки по направлению другого. Но, главное – помните, что фэн-шуй – только лишь малая составляющая успеха, большая любовь, глубокая эмоциональная связь способны побороть все негативные проблемы и гармонизировать все, что угодно.

И поговорим об интерьере. Если у вас на окнах есть жалюзи, обратите внимание, чтобы их плоскости не были направлены на ваше тело, лежащее на кровати. Достаточно развернуть их так, чтобы пластины были направлены в потолок. В противном случае они будут «разрезать» ваше тело и нарушать циркуляцию энергии в нем. Это касается как горизонтальных жалюзи, так и вертикальных. Не допустимо, чтобы их острые грани проецировали на вас энергию ша. Я уже упоминала о том, что во время сна вы не должны отражаться в зеркале. Особенно это опасно, когда вы занимаетесь любовью. В этом отношении особенно негативно действуют зеркальные потолки и шкаф-купе с зеркальными стенками. К тому же, зеркальные потолки собираются из зеркальных плиток, которые буквально разрезают ваше тело на куски.

Сектор любви в спальне можно украсить парными предметами, что особенно усиливает супружескую гармонию и поддерживает равновесие в отношениях. Но советую соблюдать меру, слишком большое изобилие пар может означать также две женитьбы.



Недопустимо в интерьере любое количество острых углов, например, если углы шкафа направлены на кровать, то вы подвергаетесь излучению ша ци; либо воздействиям «тайных стрел». Спальня должна быть хорошо освещена и проветрена. Нельзя, чтобы в ней было темно. И тем более, чтобы в спальне были разбросаны вещи или имелся мусор. Все это препятствует плавному течению энергии, мешает сну, способствует ссорам между супругами.

Чтобы усилить сексуальность, рекомендую помимо парных предметов, использовать картины с изображением влюбленных пар, но не одиночные модели. Неприемлемы в спальне чучела животных, изображения агрессивных животных, любая абстрактная живопись, оружие, либо предметы из кожи или меха животных. Романтические картины будут только способствовать усилению энергии любви. Используйте, например, парное изображение уток-мандаринок, поющих птичек (пару), пару влюбленных лебедей, пару рыбок, а особенно благоприятны изображения дракона и птицы феникс (представленных вместе).

Так как спальня место отдыха – инь, в ней неприемлемы растения в горшках – ян. Категорически советую убрать из спальни кактусы, либо держать их на подоконнике закрытом жалюзи или шторами. Это же касается и других живых растений.

Можно использовать красные цветы в вазах, например, пионы. Но следите за тем, чтобы вовремя заменять засохшие цветы с осыпающимися лепестками на свежие. Увядающие растения символизируют энергию смерти. В сезон фруктов хорошо поставить в спальню вазу с апельсинами или гранатами. В спальне можно так же расположить семейные фотографии, особенно самые счастливые моменты в жизни супругов – это помогает укреплять любовь. Но изображения обязательно должны быть улыбающимися и радостными.

Недопустимы в спальне любые изображения или предметы, символизирующие воду, это приведет к потере благосостояния.



Цвета в спальне должны соответствовать цветам сектора любви: красный (желательно в первые годы брака), розовый, персиковый, пурпурный, лиловый.

Можно использовать зеленый, желтый, белый, синий. И совсем не обязательно окрашивать стены, вполне достаточно иметь украшения, предметы, покрывала, шторы соответствующих цветов. Недопустимы темные обои или темные тона цветов инь.

Если в вашей спальне присутствует гардероб (встроенные шкафы), желательно, чтобы они занимали всю стену. Когда у гардероба, который вы приобрели, имеются зеркальные двери и снять их невозможно, поставьте красные точки над кромкой зеркала, там, где смыкаются скользящие двери, либо повесьте красные ленточки.

Большие шкафы или другие предметы интерьера не следует ставить вблизи кровати. Туалетный столик, если его расположить напротив кровати вызовет неудачи и ссоры в семье, он также не должен быть повернут в сторону зеркала или кровати. Не следует ставить его напротив окна. Когда невозможно исключить вышеназванные проблемы, поставьте на зеркале красные точки, либо обведите его красной линией.

Считается нежелательным хранение на туалетном столике большого количества вещей, постарайтесь оставить на поверхности самый минимум, иначе мусор в спальне способствует плохому течению энергии. В спальне не следует держать книжные полки, их углы будут выпускать «тайные стрелы», недопустимы так же стеклянные дверцы на полках, их воздействие аналогично зеркалам, в которых не должны отражаться спящие на кровати.

И совсем уж нежелательны в спальне любые электрические приборы: вентиляторы над головой (для компенсации на лопастях нарисуйте красные точки), телевизор (недопустимо держать прямо напротив кровати, его следует закрывать тканью, так как даже выключенный экран действует как зеркало, в котором вы отражаетесь), компьютер, большая стереосистема (создает среду ян, тогда как спальня является инь).

И последнее, дверь в спальню всегда держите закрытой – это препятствует проникновению энергии ян.

## **Детская комната**

Благоприятный фэн-шуй для ваших детей не менее важен, чем для вас. Именно среда обитания ребенка самым серьезным образом влияет на его жизнь и поведение. Многие моменты, описанные выше, так же актуальны и для детской комнаты.

Идеальной формой комнаты является форма квадрата или прямоугольника. Хорошо, если она соразмерна возрасту ребенка, не маленькая, но и не слишком большая. Маленькая заставит его чувствовать себя скованно, большая – вызовет чувство незащищенности.

Очень важно, чтобы детская была просторной и хорошо проветривалась. Темное и душное помещение наполнено только негативной энергией, угнетающе или агрессивно воздействует на психику.

Чтобы дети чувствовали себя защищенными, их спальня должна располагаться возле спальни родителей. Однако подростки, для чувства собственной независимости, должны жить чуть дальше от них.



Спальня ребенка не должна находиться около кухни, так же как нельзя, чтобы дверь детской располагалась напротив двери родителей. Это может привести к непослушанию у маленьких детей, у подростка – к бунту и пререканиям.

Очень важный аспект – цвета интерьера и освещение детской комнаты. Они не должны вызывать агрессию или возбуждение, так как в комнате ребенок не только играет, но и спит. Успокаивающие цвета следующие: розовый, глубокий синий, бежевый или кремовый, зеленый.

Избегайте красного, желтого или оранжевого цветов обоев, аналогично окрашенных стен.

В освещении важны не только светильники или лампы, но и хороший доступ солнечного света. В зимний период плохое освещение способно приводить к усталости ребенка, вялости, нехватке энергии. Хорошо иметь в детской точечные источники света, но и слишком яркий, ослепляющий свет будет порождать неблагоприятную ситуацию.

В детской комнате не должны находиться телевизор или компьютер, но возможны радио или музыкальный центр, что внесет в атмосферу немного ян.

Дети более взрослого возраста любят вешать на стены всевозможные постеры и плакаты, но если изображения на них носят агрессивный характер, то это порождает ситуацию. Любые сцены или образы насилия, смерти, опасности лучше вообще не держать в квартире.

Очень важно, чтобы дети были окружены предметами, рисунками, вызывающими только положительные эмоции и образы. Если ваши дети рисуют, то развесьте по комнате их лучшие произведения. Пусть они займут почетное место на западной стене. Такие талисманы принесут удачу вашим детям и активизируют энергию творчества и успеха. Для рамок лучше использовать белые, серебристые и золотистые цвета.





Чтобы усилить циркуляцию благотворной энергии в детской комнате, в секторе дети – западный сектор комнаты, поместите украшения белого цвета, либо колокольчики – «музыку ветра» (в этом талисмани должно быть семь полых трубочек, так как числом данного сектора является число 7).

Для детской комнаты не покупайте мебель «на вырост», то есть размеры мебели должны соответствовать возрасту ребенка, тем более если комната небольшого размера. Темная громоздкая мебель будет только угнетать ваше чадо. Следите за тем, чтобы острые углы шкафов или книжных полок не излучали «тайные стрелы» направленные на место сна. Стол ребенка лучше расположить в секторе знаний – на северо-востоке.

Если в детской не обойтись без компьютера, проследите, чтобы он располагался вдали от кровати, и тем более, чтобы в экране не отражался спящий ребенок. Для этого занавешивайте экран тканью.

Стол не должен находиться лицом к окну – окно должно быть слева от сидящего. Если это невозможно, то слева повесьте зеркало, чтобы оно отражало вид из окна.

Расположение стола во многом зависит от того, где находится спальня. Необходимо, чтобы ребенок сидел не лицом к стене, а лицом к двери, чуть в стороне от нее.

Кровать, на которой спят дети, имеет большое значение. Она должна соответствовать размерам ребенка. Даже ради мнимой экономии не покупайте детям двухъярусные кровати. Они одинаково негативно влияют и на того, кто спит внизу – подавляется его энергия, и на того, кто спит сверху – у него нет под собой опоры.

Нельзя, чтобы над кроватью нависали любые электрические приборы: не должно быть ни люстр, ни светильников, ни бра, ни прочего освещения. Если нет возможности передвинуть кровать, повесьте плоский плафон вместо люстры.

Напротив кровати так же, как и для вашей спальни, недопустимы зеркала. Мало того, что это плохой фэн-шуй, отражения могут напугать ребенка. Если маленький ребенок боится темноты, установите ночник, мягкое свечение которого успокоит ребенка. Хорошим вариантом, особенно если ребенок плохо засыпает, является балдахин. Под ним он будет чувствовать себя уютно, а главное спокойнее в такой безопасной зоне.



Желательно так же, чтобы кровать соответствовала размеру ребенка, иначе чувство незащищенности в большой постели, не позволит ему спокойно спать. Если у вас два ребенка и одна детская, то кровать должна быть единой, а не состоять из двух сдвинутых. При таком варианте два обитателя комнаты будут постоянно ссориться между собой. Для решения проблемы, постелите один большой матрас.

Кровать не должна располагаться напротив дверей, ребенок должен видеть входящего в комнату, лежа в постели. Так же она не должна быть повернута к двери, окну или зеркалу. Лучше всего, если изголовье и тыльная сторона кровати повернуты к монолитной стене, такое положение даст детям ощущение защиты, уверенности и покоя.

Дети школьного возраста обязательно должны спать головой к востоку, в крайнем случае к югу.

И еще, очень важно содержать детскую в чистоте и порядке. Старайтесь своевременно избавлять ребенка от сломанных игрушек, порванных или маленьких по размеру вещей. Разбросанные по всей комнате игрушки препятствуют плавному течению ци.

И ни в коем случае не избавляйте ребенка от ненужных, по вашему мнению, но таких важных для него сокровищ (например, камушки, ракушки, обертки, наклейки и т. д.). Если ребенок хранит их, значит они напоминают ему приятные моменты. Просто научите своих детей хранить эти сокровища в ящике стола, в шкафу, в коробке.

## Кухня

Во многих странах кухня играет роль места общения в значительной степени даже больше, чем гостиная или другие помещения.

Обычно кухня ассоциируется с питанием и здоровьем семьи. В фэн-шуй кухня олицетворяет тепло и благосостояние, например, еда по-китайски звучит так же, как слово «деньги». Применение фэн-шуй в кухне поможет вам позаботиться и о здоровье членов вашей семьи, и о вашем общем благополучии.

Так же от кухни зависит здоровье и характер женщины, ведь это место – ее вотчина. Мы не можем получать энергию из воздуха, мы получаем ее только из пищи, которая готовится на кухне, а значит именно это место во многом определяет наше здоровье. И очень важно, чтобы именно кухня постоянно являлась залогом

доступности еды, ее качества и изобилия. Удобное расположение и интерьер кухни помогают готовить и подавать пищу. И никто не станет оспаривать тот факт, что от хорошего оборудования кухни зависит какую пищу вы приготовите.

Вычислить лучшее направление кухни можно ориентируясь на свое число гуа:

Число гуа	Лучшее направление кухни
1	восток
2	запад
3	север
4	юг
5 и 5	запад — для мужчин (число 2) северо-запад для женщин (число 8)
6	северо-восток
7	юго-запад
8	северо-запад
9	юго-восток.

Если же невозможно переориентировать свою кухню (а в наших домах так оно и есть), постарайтесь сделать так, чтобы ваша плита или микроволновая печь открывалась в этом направлении. Плита – ваша кормилица и поэтому связана со здоровьем и благосостоянием. Вот почему важно, чтоб она не была повернута в неблагоприятном для вас направлении.

Кухонные приспособления связаны со стихиями. Например, плита – это огонь, мойка и холодильник – вода. Следовательно наличие зеленых тонов, символизирующих дерево, помогают усилить стихии огня и воды, которые создают вашу кухню. Так же кухню можно окрашивать в белый цвет, он символизирует чистоту и добро. Необходимо, чтобы кухня была просторной, светлой, с хорошей вентиляцией. Чтобы обеспечить свободную циркуляцию ци она должна быть свободной от захламленности, а главное от мусора.

Если кухня является частью столовой, их необходимо разграничить, но кухня все равно должна находиться рядом с ней. Кухня не должна быть узкой (узкой она считается тогда, когда одна из сторон раза в три больше чем другая). Нейтрализовать проблему можно при помощи зеркала, если повесить его напротив плиты – это визуально удвоит кухню. Можно так же повесить зеркало над дверью.



Нельзя чтобы кухня имела закругленную с одной стороны форму, либо была неправильных очертаний. L-образная форма не подходит для кухни, при этом возникают мертвые зоны. Чтобы добавить недостающий угол и для придания кухне

квадратной формы, используйте кухонные шкафы для посуды.

Плохо, когда кухня находится рядом с туалетом или ванной (особенно напротив ванной – потеря денег). В первом случае происходит загрязнение ци от туалета, во втором – ванна рядом с кухней будет проводником ша ци в нее. Помочь в данной проблеме может занавеска из материалов соответствующих земле, например, керамических бусин или бамбука. Повесьте ее перед дверью ванны и земля защитит вас от элементов воды.

Если ваша кухня имеет со спальней одну общую стенку, позаботьтесь о том, чтобы кровать и плита не примыкали к ней. Так как передвинуть плиту бывает проблематично, передвиньте кровать. В соответствии с принципами фэн-шуй дверь кухни не должна быть видна от парадной двери и ее положение должно быть таким, чтобы готовящий пищу не стоял к ней спиной слишком долго.

Кухня – это то место, где взаимодействуют два конфликтующих элемента – вода и огонь. Печь олицетворяет огонь, мойка и холодильник представляют воду. В идеале мойка не должна располагаться вблизи плиты, иначе вода погасит огонь. Огонь более важный элемент на кухне, ему следует отдавать предпочтение. Необходимо, чтобы между мойкой и плитой было не менее полуметра. Так же вдали от печки следует держать емкости с водой. Чтобы исправить ситуацию, повесьте между мойкой и плитой полку или шкафчик и держите в нем элементы, символизирующие землю и металл.



Холодильник также следует держать подальше от плиты. Это необходимо, чтобы каждый элемент вашей кухни работал на полную мощность, не ломался и не подводил вас.

Очень важным моментом является расположение мойки. Кухня – это богатство, и если мойка находится в данном секторе, ваши деньги будут вытекать вместе с водой. Кухня также символизирует деньги, и если мойка в углу благосостояния, то это очень опасно для вашего семейного бюджета. Так как кухня определяет физическое и духовное здоровье семьи, то подумайте вот о чем: как будут влиять на вашу жизнь грязные кастрюли, скрипящие двери, битая посуда и зеркало, отражающее все это? Если битая чашка, например, навевает на вас памятные моменты, то лучше, не выбрасывая ее, убрать подальше в шкаф. Иначе разобьется семья.

Даже когда вы ничего не готовите на плите пусть на ней стоит ваша самая красивая посуда, хотя бы и одна маленькая кастрюлька. И если в ваших кухонных шкафах стеклянные дверцы, пусть через них будут видны самые красивые тарелки.

Если плита стоит в углу и к ней имеется только один подход, хозяйка вынуждена стоять спиной к двери и не видеть входящего – это плохо, ее ожидают стрессы и

травматизм. Если вход сбоку и входящего видно хотя бы краем глаза – уже получше. От этой проблемы вас избавит зеркало, отражающее вход, размером не менее десяти сантиметров. Так же хорошо, когда у плиты имеется крышка, закрывающаяся после готовки. В таком варианте зеркало не нужно.

Очень важно, чтобы у вашей плиты работали все горелки. И не менее важно использовать все горелки равномерно, а не только первые две. В противном случае вы реализуете только половину своих возможностей. Чем чаще и больше вы используете горелки всей плиты, тем лучше циркулирует энергия, а значит увеличиваются богатство и здоровье.



Холодильник следует разместить так, чтобы он не открывался к той стене, где дверь на кухню. В данной проблеме поможет шкаф между ними, либо красная поперечная полоса, либо красный коврик. С холодильником надо быть почтительным и осторожным. И ни в коем случае не размещайте холодильник в коридоре – не будет денег.

Для гармонизации кухни выбросьте или подарите все старые вещи, которыми не пользовались много лет и которые накапливают многолетний негатив.

Можно украсить кухню зеркалами, но они не должны отражать битое или грязное, но должны отражать человека целиком. Зеркало на кухне создает изобилие пищи, преумножая ее. Так легче похудеть. Но остерегайтесь грязных зеркал, они, как говорят китайцы, «смотрят одним глазом», отражая только фрагменты.

В вашей кухне вся дренажная система (краны, трубы, мойка) не должна течь. Вода в неисправленной системе вымывает ваше богатство. Вода управляет нашими эмоциями, и если сантехника не в порядке, на трубах тина, ваша психика будет угнетаться, что сразу скажется на приготовлении пищи.

На кухне нельзя ругаться, спорить, ссориться, сплетничать или осуждать кого-либо; нельзя смотреть телевизор, особенно, криминал, убийства и прочий негатив – все это «съедаешь» с пищей. Недаром в Китае говорят: «Поссорился на кухне – выбрось всю пищу». Занавески на кухне должны быть с кисточками – они рассеивают и освежают энергию. Не дают ей застояться или накапливаться.

Энергия – это жизнь, поэтому очень важно создавать это движение: что-то менять; стирать пыль – ваши вещи должны знать, что вы о них помните; хорошо сначала устроить беспорядок, а затем все разложить, таким образом вы освежаете энергию, даете ей толчок двигаться.



Окно на кухне не должно быть больше двух третей стены, иначе все что влетит вылетит. Лучше всего, когда кухня (окна) направлена на юго-восток. Солнце не такое жаркое и жгучее, ласковое, а значит приносит активную ци, лучи солнца дезинфицируют кухню. Здесь брачный союз счастливый и долгий.

На западе – быстро портятся продукты, члены семьи обжоры и сони.

На юге – в такой кухне всегда полно гостей, что согласитесь не всегда удобно для хозяев.

Кухня окнами на север – полная противоположность южной. Здесь все замедленное, даже пищеварение. Такая кухня открыта силам зла. Очистить кухню вам поможет красный треугольник, иероглиф обозначающий «огонь».

Кухня на северо-восток – помогает избавляться от стрессов, успокаивает нервную систему.

Кухня на северо-запад – уникальное сочетание мягкого севера с мощным горячим западом.

Кухня на юго-запад – солнечная активность так чрезмерна, что грозит скандалами, а если рядом с окнами еще мойка и плита, – обязательно перенесите плиту на другое место. Это очень важно.

Чтобы ци кухни не загрязнялось близостью туалета, «оденьте» стену соединения в керамическую плитку (стихия земля) со стороны кухни, а со стороны туалета на стену положите кафель (тоже стихия земля).

В фэн-шуй нельзя сидеть напротив угла стола: куда угол направлен – там болезни.

Хозяину лучше сидеть лицом к двери на кухню, хозяйке – спиной к плите (защита очага), сын не должен сидеть рядом с отцом (старший сын), но может сидеть напротив, спиной к двери.

Столовые приборы: ножи, вилки не следует хранить в закрытом шкафу (мертвая зона). Но и не оставляйте на виду острые предметы на обеденном столе, так как это приводит к неприятностям для членов семьи.

Для того, чтобы усилить энергию ци, можно разместить на стенах картины изображающие богатый урожай: фруктовый цветущий сад, вазы с фруктами, изображение овощей.

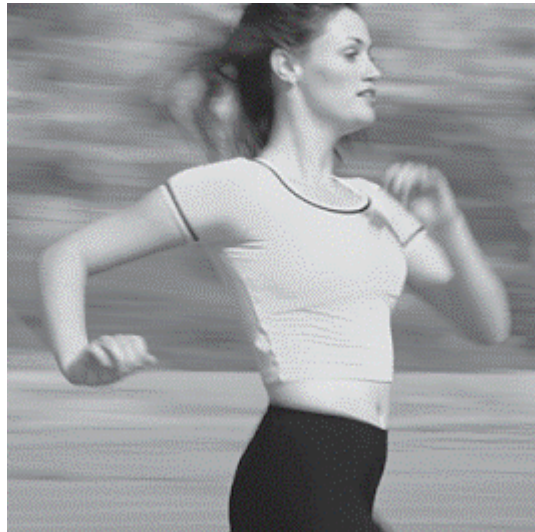
## **Глава 8**

### **Фэн-шуй и ваше здоровье**

Мы не можем жить полноценной жизнью, если не обладаем хорошим здоровьем. Почему же тогда так много людей издеваются над своим организмом, подвергая его чрезмерным нагрузкам? Используя фэн-шуй в пределах своего жизненного пространства, мы сможем улучшить свое здоровье, не только избегая большинства заболеваний, но и навсегда искоренив досадные недомогания и аллергии, которые отравляют нашу повседневную жизнь.

## Забота о своем организме

Огромное значение хорошего здоровья широко признается в современном обществе. Но, тем не менее, никогда раньше люди еще не подвергали свое здоровье подобным испытаниям. Большинство из нас предъявляют слишком высокие требования к своему организму, ожидая, что он будет функционировать с неизменной эффективностью, каким бы мучениям мы его не подвергали.



**Уважайте себя.** Хорошее здоровье подразумевает предъявление реальных требований и уважительное отношение к своему организму. Нет никакой пользы в поглощении витаминов и энергетических напитков, в то время как все, в чем нуждается ваше тело, так это в достаточном отдыхе в стрессовых условиях окружающей среды и в хорошем сбалансированном питании. Относитесь с должным вниманием к своим недомоганиям и ощущениям дискомфорта – это организм призывает вас снизить нагрузку, которой вы его подвергаете.

**Проанализируйте свои привычки.** Вы можете осознать, чего ожидаете от своего организма, если проанализируете, каким образом на данный момент используете окружающее вас пространство. Найдите несколько минут, чтобы подумать о том, в каком положении вы сейчас находитесь. Вы сознательно проявляете заботу о своем организме согласно намеченному вами плану или же бездумно занимаете позицию, указанную вам кем-то другим? Или, может быть, вы чувствуете себя слишком загруженным, чтобы задуматься, насколько организованны и внимательны по отношению к своему здоровью?

**Проверьте свое окружение.** Посмотрите вокруг себя. Что вы можете увидеть с того места, где сидите? То, что вы видите, вдохновляет вас или наполняет новой энергией? Позволяет ли оно вам беспрепятственно и с чистой совестью предаваться своим мыслям? Оглянитесь на то, что находится позади вас. Обеспечили ли вы себе прочную поддержку с тыла, или у вас скопилось столько невыполненных дел, что они постоянно заставляют испытывать тревогу и лежат на вас мертвым грузом, даже если вы пытаетесь внушить себе, что они вам абсолютно безразличны?

**Помогите своему организму.** Посмотрите на то, что находится справа и слева от вас. Вы чувствуете достаточную степень уверенности и защищенности или же что-то оказывает на вас парализующее воздействие и бросает свою зловещую тень? Обеспечили ли вы себе надлежащее пространство для самостоятельного полета или всего лишь втиснулись в узкую щель, достаточную для того, чтобы выполнять

требования других людей?

Прочитав этот раздел, вы приобретете базовые знания о том, каким образом взять на себя ответственность за свое здоровье и как более сознательно помочь своему собственному организму.

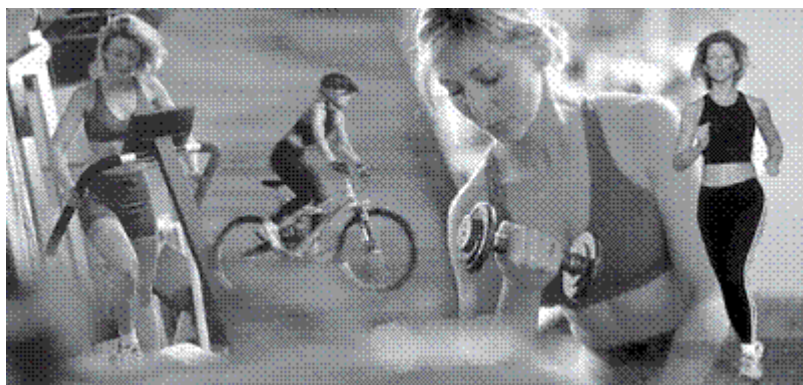


## Выбор правильного образа жизни

Хотя все мы знаем основные правила, касающиеся хорошего питания, правильного сна и так далее, необходимо признать, что потребности нашего организма постоянно меняются. В результате нам постоянно требуется производить переоценку количества и типа питания и времени сна, в которых мы нуждаемся.

**Найдите свое пространство.** Выполнив упражнение, описанное на предыдущих страницах, подумайте, соответствует ли вашим потребностям помещение, в котором вы сейчас находитесь. Задумывались ли вы при его выборе, будет ли оно служить для вашего отдыха, труда или вдохновения? Спросите себя, что вам нужно именно сейчас, и перейдите туда, где вы можете осуществить желаемое. Вы хотите сделать 20-минутный перерыв от работы? Перейдите из рабочего кабинета в гостиную, где вы сможете хорошенько расслабиться в течение этих 20 минут и полностью отвлечься от своей работы. Станете ли вы читать эту книгу, сидя на табурете на кухне, когда по соседству находится комната, в которой вы могли бы гораздо в большей степени проникнуться смыслом прочитанного? Задумываясь над этими вопросами, вы уже непосредственно практикуетесь в фэн-шуй на элементарном, базовом уровне.

**Надлежащее местонахождение.** Потратьте некоторое время на то, чтобы подумать, куда вы могли бы переместиться, чтобы чтение этой книги оказалось наиболее эффективным и вдохновляющим вас занятием. Например, у вас может возникнуть желание расположиться в уютном кресле среди расслабляющей обстановки. Может быть, вы пожелаете лечь в горячую ванну или посидеть на свежем воздухе во дворе. Вероятно также, что то место, где вы сейчас читаете эту книгу, абсолютно непригодно для этой цели, и вам потребуется переместиться в городское кафе или куда-нибудь на природу, например на красивое поле.



**Изменяющиеся потребности.** Подумайте, чем бы вы хотели заняться в данный момент времени, а также чем вам необходимо заняться. Если вы читаете эту книгу в кровати и чувствуете, что очень сильно устали, то все говорит о том, что пора прекратить чтение, так как иначе вы не сможете ни усвоить то, что написано в книге, ни наслаждаться высококачественным сном! Отложите книгу в сторону, погасите свет и спокойно засыпайте, пообещав себе выделить время на чтение этой книги завтра, когда будете чувствовать себя более бодрым и свежим.

Ваша ответственность за состояние собственного здоровья начнет действовать с того момента, когда вы позаботитесь о том, чтобы окружающая обстановка каждый раз соответствовала вашим текущим потребностям – имея в виду, что они постоянно изменяются. Поэтому всегда старайтесь найти место, которое действительно будет вдохновлять и поддерживать вас при выполнении того дела, которым вы занимаетесь в данный момент времени.

## **Прямо здесь, прямо сейчас**

Чтобы сохранить хорошее здоровье, вам необходимо точно определить, в чем вы нуждаетесь прямо сейчас, в данный момент времени – в отличие от того, что вам требуется постоянно или что было нужно вчера. Вы можете считать, что очень полезно выпить чашку успокаивающего чая из трав, сидя в саду и наслаждаясь солнечной погодой, однако как раз сейчас вам требуется взбодриться, выпив чашечку кофе в одном из оживленных городских кафе. Старайтесь не строить никаких предположений о потребностях вашего организма без учета того, какие у вас будут обстоятельства или самочувствие в указанный момент времени.

**Познай самого себя.** Отбросьте все свои предубеждения и сами определяйте то, что вам требуется в каждый конкретный момент времени. Равным образом, избегайте давления со стороны других людей, которые считают, что они знают то, что вам нужно; ведь как бы доброжелательно они ни были к вам настроены, им далеко не всегда известно, что является наиболее полезным для вас. Приобретение способности к самостоятельному принятию решений требует определенной смелости, пусть даже это будет сначала в небольших делах. Даже самые простые решения, например, о том, какое место выбрать в ресторане или метро, где купить газету или какой кассой воспользоваться в местном супермаркете, могут заставить вас почувствовать себя лучше, увереннее, а также более энергичным, решительным и сильным, особенно в том случае, когда вам удалось сделать правильный выбор. При этом значительно улучшается общее состояние вашего здоровья.





**Проявляйте творческий подход.** Начав с малых дел, вы приобретете уверенность в своей способности самостоятельно строить свое жизненное пространство, не следуя ничьим советам и правилам. Начните с какой-либо одной комнаты. Вы должны определить, какая комната наиболее важна для вашего здоровья. Если вы нуждаетесь в отдыхе или восстановлении сил после болезни, сосредоточьте свое внимание на спальне или ванной. Если вам требуются вдохновение, стимуляция и энергия, займитесь одной из гостиных или рабочим кабинетом. Если вам необходимо хорошее питание, выберите объектом своей деятельности кухню. Однако помните, что когда вы здоровы, то у вас нет никаких оправданий вашего неумения добиться успеха и стать счастливым человеком, в то время как в случае болезни вы всегда можете свалить на нее свое увилвание от решения жизненно важных проблем. Имейте смелость быть здоровым!

## Оздоровление ванной комнаты

Очень многие из нас ощущают хроническую нехватку времени для отдыха и возможности расслабиться. Если то же самое происходит и в вашей жизни, то вам следует обратить внимание на два помещения в вашем доме: ванную комнату и спальню. Найдите признаки нарушения энергетического равновесия в вашей ванной, и, возможно, вам удастся решить эту проблему.



**Охотники за адреналином.** Все мы знаем людей, которые считают, что без стресса не бывает удовольствия. Они поддерживают бешеный темп жизни, живут на черном кофе и очень мало спят, полагая, что если они не будут находиться в постоянном движении, то не получат никакого удовольствия от жизни. Возможно, что они страдают от одиночества и, поддерживая деловой ритм жизни, тем самым пытаются исключить из своей жизни те периоды времени, когда они остаются одни.



Способность к расслаблению и отдыху зависит от энергии воды и воздуха, поэтому если обитатели вашего дома не могут расслабиться, то источник проблемы следует искать в ванной комнате.

**Признаки и симптомы.** В доме охотника за адреналином дизайн и цветовая гамма ванной комнаты, вероятно, не продуманы должным образом; скорее всего они просто «унаследованы» от предыдущих жильцов. Такого рода ванная комната выглядит неопрятно, с влажными полотенцами, лежащими на полу, и туалетными принадлежностями, в беспорядке разбросанными по полкам. Аптечка до краев забита старыми лекарствами, а на краю ванны стоят сразу несколько полупустых бутылок с шампунем. Нередко в подобной ванной комнате наблюдаются проблемы с текущими трубами и кранами, нуждающимися в ремонте.



**Помогите самим себе.** Тщательно уберите все помещение и выбросьте все предметы, которыми вряд ли кто-нибудь будет пользоваться. В будущем покупайте только одну высококачественную марку того или иного продукта, а не сразу несколько. И вообще, постарайтесь как можно больше упорядочить свою жизнь. Лучше сходить на действительно интересные мероприятия два раза в неделю, чем 16 раз украшать своим присутствием посредственные сборища. Помните, что все подлинные удовольствия в жизни измеряются качеством, а не количеством.

## Оздоровление спальни

Если вы целый день провели на ногах, перебегая от одного клиента к другому, то к тому времени, когда вы без сил валитесь в постель, вы, вероятно, испытываете состояние переутомления и стресса, и вас сотрясает вызванная кофеином нервная дрожь. После не освежающего вас ночного сна вы с трудом покидаете постель, чувствуя себя изнуренным и абсолютно не отдохнувшим, и все начинается по-старому.

**Прервите порочный круг.** Вы можете вырваться из порочного круга своей нынешней жизни, сделав свою спальню более подходящим местом для сна и отдыха. Для начала сократите количество зеркал в своей спальне или вообще откажитесь от них. В особенности избегайте помещать зеркала или зеркальные шкафы напротив кровати. Зеркала вызывают ускорение энергии ци, а это самое последнее, что вам требуется для спокойного и здорового сна. Если же вам невыносима мысль полного устранения зеркал из вашей спальни, то либо повесьте зеркало с внутренней

стороны двери гардероба, чтобы видеть его только при открытой двери, либо, если оно находится на стене, перед тем как лечь спать, зашейте его шелковой тканью или шарфом.



**Создайте атмосферу покоя.** Убедитесь в том, что ваша спальня посвящена цели достижения здорового сна и полного расслабления. Удалите из нее такие приборы, как компьютер, потому что он будет напоминать вам о работе, и телевизор, потому что он оказывает возбуждающее воздействие. Уберите также все предметы, напоминающие о физических усилиях, например, тренажеры.

**Будьте внимательны при выборе места для кровати.** Обойдите спальню несколько раз и определите, в каком месте вы больше всего хотели бы спать, и обдумайте, насколько практично будет установить в этом месте кровать. Забудьте советы и рекомендации других людей и руководствуйтесь только своей интуицией, выбрав для кровати то место, которое покажется вам наиболее надежным и безопасным.

Если окна вашей спальни выходят на юг, позаботьтесь о том, чтобы вы могли их легко закрывать шторами как днем, так и ночью, так чтобы там всегда царил мрак в то время, когда вам захочется спать. При оформлении своей спальни избегайте также резких и ярких цветов. Сведите до минимума использование красных, оранжевых и даже желтых оттенков; для окраски стен выбирайте более мягкие сиреневые, лиловые, голубые, розовые и персиковые тона. На пол постелите очень мягкий, поглощающий звуки ковер или несколько небольших ковриков. Это также будет способствовать ослаблению энергии ци и обеспечит вам хороший ночной сон.

### **Цвета, полезные для здоровья**

Некоторые люди, кажется, всю жизнь страдают плохим здоровьем, постоянно жалуясь на отравляющие им жизнь хронические заболевания, такие как астма, экзема, ринит и сенная лихорадка. Все эти болезни возникают в результате ослабления иммунной системы, и один из эффективных способов борьбы с ними заключается в том, чтобы пересмотреть общую цветовую гамму вашего жизненного пространства.

**Признаки и симптомы.** С точки зрения астрологии, подобного рода страдальцы обычно находятся под влиянием элемента металла. Согласно китайской философии, вибрация металла совпадает с вибрацией белого цвета, и если люди жалуется на

целый ряд недомоганий, я заранее предполагаю засилье белого цвета в их доме или, по крайней мере, обнаружить в нем стены, окрашенные в белый цвет абрикосового, персикового или голубого оттенка.



**Ищите причины.** Если в данном описании вы узнали свой собственный дом, оглянитесь вокруг и выявите всплески яркого цвета, проявляющиеся в виде предметов одежды, косметики или даже пищевых продуктов. В то время как большая часть территории вашего жизненного пространства окрашена в пастельные тона, в нем может быть какой-либо один участок, поражающий своими яркими цветами и создающий огромный дисбаланс. Исправьте ситуацию, приняв решение о том, каким цветом вы воспользуетесь для восстановления нарушенного равновесия. Ответ на этот вопрос может оказаться непростым, поэтому начните с перечисления цветов, какие вам нравятся. Какого цвета одежду вы любите носить? Какого цвета продукты вам нравится есть? Какие цвета окружающей вас природы или интерьеров отелей вызывают у вас положительные эмоции во время отпуска? Какие цвета вызывают у вас ощущение радости и покоя?

**Введите новые цвета.** Вы можете улучшить энергию своего дома с помощью включения в окружающую обстановку предметов вашего любимого цвета, например, синего или красного. Позаботьтесь об их присутствии в вашем жизненном пространстве. Вам нет необходимости полностью перекрашивать все вокруг; просто купите несколько предметов, окрашенных в ваши любимые цвета, например, несколько новых блюд, или вазу для цветов, или подушку. При покупке продовольствия выбирайте продукты тех же цветов; например, если вы любите теплый богатый красный цвет, поищите малину или клубнику во фруктовом отделе супермаркета, а также купите помидоры, красный перец, свеклу и красную фасоль. Возможно, введение в вашу жизнь более широкого спектра цветов поможет улучшить общее состояние вашего здоровья.

## Освобождение от цветовой зависимости

Люди, живущие в минималистском окружении, часто обладают энергией металла и проявляют тенденцию к контролю каждого аспекта своей жизни. Когда же они узнают, как хорошо иногда бывает освободиться из плена своих предубеждений, то обнаруживают, что их жизнь стала намного легче и счастливее.

**Потребность в контроле.** Жизнь людей, обладающих энергией металла, обычно улучшается, по мере того как они становятся старше. Они часто вырастают в условиях неблагоприятной окружающей среды, которая постепенно изнашивает их иммунную систему еще в детском возрасте, поскольку они не получают достаточного количества энергии земли, уравновешивающей в них энергию металла. Они проявляют тенденцию к процветанию в более поздние годы, но часто к тому времени уже оказываются слишком истощены, чтобы добиться этого процветания. Поскольку они инстинктивно чувствуют свою неполноценность, то пытаются выразить себя,

контролируя окружающую их обстановку, поэтому часто можно наблюдать, что люди, которые страдают различными недомоганиями, связанными с ослаблением иммунной системы, чрезвычайно аккуратны. Они отличаются зависимостью от своего минималистского окружения, лишённого всяческого стимулирующего воздействия.



**Внесите немного хаоса.** Если окружающая вас обстановка характеризуется идеальным порядком, и каждый предмет лежит на строго отведенном для него месте, то чтобы не доводить свое стремление к порядку до крайности, внесите немного хаоса в окружающее вас пространство. Возьмите пять вещей, которые вам особенно нравятся, например, книгу, пиджак, шарф, домашнее растение и вазу с фруктами, и переместите их с их обычного места. Оставьте книгу на кофейном столике, накиньте пиджак на спинку стула, повесьте шарф на оконную форточку и т. д. При этом число используемых вами предметов должно быть нечетным, так чтобы обеспечить движение, потому что четные числа отличаются высокой степенью статичности. Постарайтесь внести в свое окружение элемент игры, вместо того чтобы строго держать все под контролем, поскольку этот контролирующий аспект вашей личности приводит вашу иммунную систему в состояние стресса, что, в конечном итоге, является причиной вашего слабого здоровья.

## Риск для здоровья

Когда вы переезжаете в новый дом или новое рабочее помещение, не забывайте, что обращать внимание на окружающий его ландшафт не менее важно, чем на структуру самого здания. И то и другое будет оказывать значительное влияние на вашу жизнь.

**Нездоровое окружение.** Еще одним фактором, который будет влиять на общее состояние вашего здоровья, является физическая среда, окружающая ваш дом, воздействие которой эквивалентно влиянию, оказываемому на вас вашими друзьями. Вы не можете хорошо себя чувствовать, если поддерживаете отношения с друзьями, которые постоянно подставляют вас, пытаются ввязать в опасные предприятия и подавляют вашу энергию. Точно так же трудно сохранить хорошее здоровье, если на него оказывают негативное влияние такие вещи, как линии электропередачи или нарушения почвенного профиля в том месте, где построен ваш дом (системы метрополитена), или дороги с очень оживленным движением.

**Признаки и симптомы.** Перед тем как купить дом, оглянитесь вокруг в поисках признаков возможного отрицательного воздействия окружающей среды на ваше здоровье, таких как мертвые деревья или оседание почвы, поскольку они могут указывать на нездоровую ситуацию. Непосредственная близость высоких зданий с множеством острых углов, рассекающих энергию ци, движущуюся в направлении вашего жизненного пространства, также является нежелательным фактором. Подобные здания пригодны для жизни только в течение очень короткого периода времени и могут быть использованы, чтобы вывести вас из положения застоя, но вам

следует рассматривать их только в качестве временного места жительства. Не рекомендуется также проживание в тесной близости от кладбища или учреждений, в которых постоянно обитают крупные группы нездоровых или несчастливых людей.

Кроме того, вам следует избегать проживания в доме, который с самого начала не был предназначен для жилья, но был преобразован в него впоследствии, например, в бывшей церкви или больнице.

## Глава 9

### Счастье и благополучие

Вероятно, вы считаете, что не сможете воспользоваться приемами фэн-шуй, потому что живете в «нестандартном» доме или потому что ваш партнер выступает против перестановки мебели. Может быть, вы всегда заняты и думаете, что у вас нет времени на подобные вещи. Но, тем не менее, вы можете использовать фэн-шуй для обеспечения более счастливой жизни в любой окружающей вас обстановке.

### Смелость быть счастливым

Каждый человек стремится стать счастливым, не так ли? Как это ни странно, это не всегда так. Все мы обладаем потенциальными способностями, чтобы обеспечить себе счастливую жизнь, но многие из нас отказываются от возможности наслаждаться жизнью, часто по причине твердой веры в то, что мы этого не заслуживаем, которая была внушена нам еще в детские годы.



**Это ваше право.** Многие люди в глубине души не верят в то, что имеют право быть счастливыми, потому что считают, что они должны сначала заслужить свое счастье. Или же они просто не считают себя достаточно хорошими людьми, чтобы быть вправе претендовать на это. Чтобы наслаждаться счастливой жизнью, необходимо избавиться от концепции, что счастье является уделом избранных людей, обладающих высокими заслугами и добродетелями.

**Вина.** Ощущение вины способно отравить наше наслаждение счастьем. Часто самые счастливые периоды нашей жизни бывают омрачены предчувствием того, что нас ждет неминуемая расплата за переживаемые нами добрые времена. Есть также



люди, которые считают, что это безнравственно – быть счастливым в мире, где столько страданий и нужды.

**Смелость.** Счастье требует смелости. Когда вы счастливы, то у вас нет никаких причин отказываться от попыток претворения в жизнь своих честолюбивых помыслов. Несчастье же может послужить оправданием бессилия и бездеятельности, а также сохранения безнадежных связей между людьми. Некоторые люди испытывают душевную потребность в оказании поддержки попавшим в беду друзьям или родственникам и в значительной мере утрачивают свою симпатию к ним, как только они перестают быть несчастными.

**Освобождение.** Если вам удастся понять, какие препятствия мешают вам быть счастливым, вы сможете попытаться преодолеть их.

## Умение объединить время и пространство

Фэн-шуй представляет собой нечто большее, чем простое умение организовывать окружающее нас пространство; с его помощью мы можем попытаться объединить в одно целое время и пространство. Если нам удастся достичь этого, значит, мы находимся в нужном времени и на нужном месте. Мы должны уметь давать правильную оценку происходящим вокруг нас вещам, а также чувствам, которые они пробуждают в нас.

**Зона комфорта.** Изменения являются составной частью природы вещей, и наша способность к постоянному росту и переменам должна отражаться в окружающем нас жизненном пространстве. Чтобы улучшить свою способность к объединению времени и пространства, подумайте о тех привычках и вещах, которыми мы себя окружаем, чтобы притупить свои чувства. Мы все создаем определенный порядок вещей, нацеленный на то, чтобы оградить нас от неприятных эмоций, начиная с обязательной чашки кофе по утрам и заканчивая жизненно важным вечерним мартини. Мы извлекаем утешение для себя в старинной фамильной мебели, например, в мягких креслах, так что наши дома сохраняют неподвижность и застой во всем, что касается их планировки и заведенного в них порядка вещей. Люди, заикнувшиеся на достижении комфорта, наполняют свою жизнь бесплодной активностью, так что у них не остается времени на другие чувства. Их дома полны ненужных вещей: они часто хранят в них предметы из своей прежней жизни, такие как учебники из колледжа, к которым они никогда больше не притронутся, или коллекция милых их сердцу детских игрушек.



**Неподвижность.** Комфорт – это хорошая вещь, если использовать его в умеренных дозах. Но когда он начинает доминировать в вашей жизни, то не только ограничивает ощущение боли и страдания, но и вообще парализует вашу способность что-либо чувствовать. В результате постепенно исчезает способность чувствовать радость, удовольствие, восторг и удивление, а следовательно, и счастье, которое представляет собой сочетание всех этих вещей.

**Пробудитесь!** Вы можете использовать фэн-шуй для того, чтобы пробудиться для счастья, улучшив перспективы своей жизни. Вашей целью должно стать освобождение от тяги к комфорту и желание предаться новым чувствам. Это означает, что вы должны будете воспринять целый ряд сложных, требующих напряжения эмоциональных переживаний и быть уверенными в том, что окажетесь в состоянии справиться с ними. Для достижения этой цели вам потребуется создать безопасное окружение, в условиях которого вы сможете расти и изменяться как личность и приобретать суровый жизненный опыт. Однако ваше новое окружение также послужит рычагом для расширения ваших жизненных перспектив, служа трамплином на пути к более счастливому и радостному мироощущению.

## Переход от комфорта к счастью

Желание сделать свое жизненное пространство как можно более уютным и комфортабельным для семьи и друзей является вполне естественным. Но слишком много комфорта может оказаться вредным, потому что это может сузить наши горизонты и ограничить возможности нашего роста.

**Безопасность.** Внимательно осмотрите свое жизненное пространство и оцените, до какой степени его можно назвать зоной комфорта, и насколько велика его безопасность. Вам следует стремиться к продвижению от комфорта к безопасности. Уберите накидки и подушки со своих кресел и создайте свободное пространство, которое должно быть наполнено новыми возможностями для счастья.

**Неограниченный рост.** Представьте себе два саженца, один из которых посадили в горшок и держали внутри помещения, а другой был высажен на цветочную клумбу во дворе. Домашнее растение защищено от плохой погоды, в то время как растение, которое растет на улице, согревает солнце и обвеивает нежный ветерок, но оно также подвергается действию холода и дождя. Развитие домашнего растения ограничено размерами его горшка, а возможности для роста второго растения являются

безграничными.



**Зависимость.** Подумайте, какие тактические приемы вы используете, чтобы отгородиться от реальных чувств, такие как подтасовка, повторяющиеся стереотипы поведения и разного рода зависимость, которые позволяют вам маскировать боль и страдания. Чтобы заглушить неприятности, один человек мгновенно включает телевизор, другой мчится к телефону и звонит близкому другу, пытаясь привлечь его к решению проблемы, а третий просто откупоривает бутылку вина. В то же время все, что вам требуется сделать в подобной ситуации, это определить свое отношение к возникшей проблеме, принять на себя ответственность и предпринять усилия по ее решению. Принятие на себя ответственности за преодоление неприятностей сделает вас способными взять на себя также ответственность за достижение счастья и непременно достичь этой цели.

**Истинная радость.** Научитесь отличать те вещи, которые приносят вам подлинную радость и вдохновение, от тех, которые просто заглушают боль, вызывают ощущение уюта и притупляют чувства. Если вы осознаете, что именно заставляет вас чувствовать себя хорошо или плохо, то сможете сознательно стремиться к тому, чтобы чувствовать себя хорошо как можно чаще. Когда вы сможете делать это регулярно, то можете считать, что вы овладели способностью жить во времени и пространстве – и вы поймете, какое место и время являются наиболее подходящими для вас.

## Фэн-шуй как образ жизни

Вы можете начать практиковаться в своей способности находиться в нужное время и в нужном месте в любых условиях вашей повседневной действительности. Этот принцип является всеобъемлющим и относится не только к организации жизненного пространства в вашем доме – с его помощью вы можете преобразовать всю вашу жизнь.

**Придерживайтесь своих решений.** Будьте готовы выполнить свое намерение, несмотря на все признаки того, что вам не следует этого делать (в пределах разумного, конечно!). Например, если вы приняли решение отправиться на пикник, твердо придерживайтесь его, даже если друзья предлагают вам заняться чем-нибудь другим, или вы не можете найти свою корзинку для пикников, или погода кажется малообещающей. Учитесь распознавать ситуацию, когда вам можно позволить себе плыть по течению и когда необходимо проявить твердость.



**Примите на себя ответственность.** Вы также должны уметь определить свое место в любой ситуации. Когда вы оказываетесь на новом месте, тщательно изучите свое окружение, используя приемы фэн-шуй, и примите решение, где именно вы сможете быть наиболее полезным или наилучшим образом выполнить возложенную на вас миссию. Вы должны постоянно быть начеку, чтобы ваши действия не смогли вовлечь вас в неприятную ситуацию, и вместо того чтобы навлечь на себя неприятности, а затем попытаться заглушить их одним из привычных для вас способов, вы должны проявить бдительность и не позволить себе оказаться в подобной ситуации. И если вы все-таки случайно оступились, найдите время, чтобы обдумать сложившееся положение, признайтесь самому себе: «Все это не для меня», – и постарайтесь с честью выйти из этой ситуации.

**Проявляйте твердость.** Например, когда вы входите в ресторан, решите для себя, чего вы ожидаете от предстоящего времяпровождения, то есть желаете ли вы расслабиться или, наоборот, взбодриться. Затем осмотритесь вокруг и определите, какое место лучше всего подходит для достижения вашей цели. Подумайте, что будет поддерживать вас сзади и что – находиться перед глазами. Если вы желаете взбодриться, то вам лучше занять место в передней части ресторана, где самое яркое освещение, или возле окна, или в самом центре зала. Если вы предпочитаете более спокойный отдых, займите место в алькове или укромном уголке и избегайте находиться на пути в туалетные комнаты, на кухню, в бар или к парадной двери. Если же все подходящие для вас места уже заняты, то имейте смелость сказать: «Я лучше пообедаю где-нибудь еще», потому что обед в данном ресторане не доставит вам ожидаемого удовольствия или пользы.

## **Фэн-шуй вдали от дома**

Возможно, вы проводите массу времени в служебных командировках или увеселительных путешествиях. Нет проблем! Вы можете продолжать практиковаться в применении методов фэн-шуй, даже если находитесь в незнакомом окружении. Учитесь сохранять энергетическое равновесие в любых условиях вдали от дома.

**Внутри гостиницы.** Когда вы регистрируетесь в отеле, не соглашайтесь занять первый попавшийся номер. Здесь может быть целый ряд ограничений.

Вы не сможете хорошо спать, если напротив кровати находится зеркало, поскольку

энергия ци, постоянно циркулирующая между вашим телом и зеркалом, будет препятствовать вашему спокойному сну.

Если нижняя часть кровати упирается в дверь, вы можете почувствовать себя полностью лишенным энергии, поскольку поток энергии ци будет двигаться от вас в коридор, вызывая у вас истощение или даже болезнь.



Нависающая над кроватью тяжелая мебель будет оказывать на вас такое же воздействие, как если бы какой-то человек всю ночь стоял, склонившись над вами, поэтому вы будете страдать от чувства стеснения и ограниченности пространства и наверняка проснетесь с тяжелой головой или головной болью.

Прилегающая к вашему номеру ванная комната, занимающая его угол, вместо того чтобы находиться в отдельном помещении по соседству, представляет собой очень неблагоприятный фактор, потому что энергия ци, высвобождается из нее прямо в комнату, в которой вы отдыхаете. Вы бы лучше себя чувствовали, если бы пользовались общей ванной комнатой в конце коридора.

Как только вы начнете осознавать, какое влияние различная организация пространства оказывает на вашу жизнь, это придаст вам смелости сказать: «Нет, этот номер мне не подходит. Я хотел бы посмотреть другой», и вы предпочтете, сэкономив на какой-либо другой статье расходов, потратить деньги на более просторный номер с более подходящей вам обстановкой и правильно расположенной ванной комнатой, чтобы обеспечить себе здоровый ночной сон.

**Снаружи гостиницы.** Не забудьте выглянуть из окна номера, чтобы проверить, не находится ли он на одной линии с какими-либо углами, рассекающими энергию Ци, и нет ли поблизости строений угрожающих размеров, потому что все это также может стать причиной вашего плохого ночного сна.

Применение фэн-шуй не ограничивается неподвижными зданиями; его также практикуют во время поездок. Это может показаться смешным, но применять фэн-шуй можно даже в вагоне метро! Итак, прежде чем занять место, оглянитесь вокруг и выберите самую сильную позицию, где вас будет подпитывать энергия на протяжении всего пути.

## **Фэн-шуй в пути**



**В метро.** Прежде чем плюхнуться на первое попавшееся место в вагоне метро, хорошенько осмотритесь вокруг. Вы обнаружите территорию, защищенную черепахой, а с одной стороны вагона будет раскрываться лучший вид из окна, обеспечивающий вас энергией феникса.

Здесь также следует избегать мест поблизости от туалета или двери, где люди будут постоянно мелькать перед вами. Старинное представление о том, что следует садиться по направлению движения, является верным, потому что в этом случае вся поддержка и движущая сила окажутся сзади вас, способствуя вашему движению вперед.

**Попутчики.** Садитесь рядом с людьми, во внешнем виде которых нет ничего внушающего опасения. Если вы вдруг осознаете, что вы часто попадаете в ситуации, когда вам приходится отвоевывать свое место или кто-нибудь пытается вас притеснять или запугивать, задайте себе вопрос, не распространяется ли подобное положение вещей на всю вашу жизнь. Некоторые люди постоянно провоцируют такого рода ситуации, чтобы доказать самим себе, что могут выйти из них победителями – вероятно, потому, что им приходилось преодолевать многочисленные трудности или чувствовать себя беспомощными в прошлом. Вы можете изменить свое отношение к определенным аспектам окружающей вас действительности, послав сообщение Вселенной, что вы больше не желаете оказываться в неприятных ситуациях. При этом вам ничего не нужно доказывать: вы имеете полное право на спокойную и безопасную жизнь.

**На улице.** Даже когда, идя вдоль по улице, вам потребуется остановиться, обращайтесь внимание на то, где и почему вы остановились. Если вам нужно отдохнуть, убедитесь, что сзади вас есть опора, так чтобы вы смогли восполнить свои запасы энергии.

**Пространство и энергия.** Куда бы вы ни отправлялись и что бы ни делали, старайтесь все время думать об окружающих энергии и пространстве и о том, какое влияние они оказывают на вас, потому что если вы не будете получать от них поддержку, это может привести к переутомлению и истощению вашего организма. Если вы всегда стремитесь занять лучшее место, то постоянно обновляете свой запас жизненных сил и формируете в себе более совершенную личность. При этом вы обнаружите, что ваша потребность в комфорте будет неуклонно снижаться, по мере того как в вас будет расти ощущение пробуждения ваших лучших чувств и причастности ко всем явлениям реальной действительности.

## Глава 10

### Гармония в семье

Очевидно, что фэн-шуй следует применять в пределах своего дома и двора. Но известно ли вам, что вы должны приступить к применению фэн-шуй еще до того как вы переехали в новый дом, в тот период, когда вы его еще только подыскиваете. И как только вы найдете дом своей мечты, фэн-шуй может помочь вам решить множество семейных проблем, начиная от бессонных ночей после рождения ребенка и заканчивая борьбой с неряшливостью у подростка.

### Поиски жилья вместе с фэн-шуй

Достижение гармонии в семейных отношениях создает равновесие между активной и пассивной энергией ци в вашем доме, и этот процесс начинается еще до того, как вы переезжаете в новый дом, в то время, когда вы занимаетесь поиском наиболее подходящего для вас жилья.



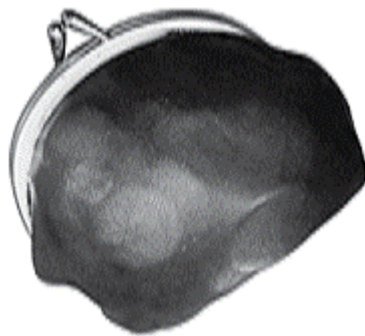
**История дома.** В период вашей охоты за жильем вам следует подыскивать дом, который будет одновременно служить опорой и центром энергетического питания для вашей семьи. Когда вам удастся найти дом, удовлетворяющий вашим физическим потребностям, спросите риэлтора или его нынешних жильцов, почему они переезжают, а также известно ли им, почему покинули этот дом его предшествующие обитатели. Не удивляйтесь, если они, отвечая на ваш вопрос, чувствуют себя не в своей тарелке. Это происходит потому, что подсознательно они понимают, какое значение для вас будет иметь их ответ. Если же они не желают ничего вам рассказывать, и вы сами не можете выяснить причину их переезда, то тогда вы можете предположить, что для этого имеется какой-то негативный повод, поскольку они, несомненно, поделились бы с вами более позитивными причинами, такими как переселение в дом своего нового партнера, создание семьи или получение повышения по служебной лестнице, повлекшее за собой перемену места жительства.

**Унаследованная от прежних жильцов энергия.** Дома проявляют тенденцию к повторению историй жизни своих жильцов. Например, если данное жилье освобождается по причине того, что его нынешними обитателями являются люди, готовые разорвать свои супружеские отношения и пойти каждый своей дорогой, то подобный образец поведения может передаться последующим обитателям дома, у которых в период их жизни в этом доме дело также может дойти до развода.

**Замечайте признаки.** Хороший консультант по фэн-шуй способен, зайдя в дом, быстро определить, какова была причина разрыва отношений или почему кто-то из жильцов дома потерял работу. Надеюсь, после того как вы подробнее ознакомитесь со всеми рекомендациями, содержащимися в данной книге, вы также сможете при осмотре какого-либо выставленного на продажу здания уловить сигналы, которые сообщат вам, по какой причине его нынешние жильцы решили переехать из этого дома.

## Предотвращение повторения истории

Поскольку дома повторяют свою историю, поэтому перед тем как переселиться в новый дом, важно попытаться как можно больше узнать о его предыдущих жильцах и причине их переезда.



**Внимание, покупатели!** К опасным видам жилья, которых следует остерегаться, относятся те дома, которые опустели по причине развода, безработицы, финансовых проблем, смерти (если, конечно, она не наступила в результате завершения естественного цикла жизни, т. е. от старости), болезни или увечий в результате несчастного случая. Дурным знаком можно также считать, если этот дом является единственным домом в окрестностях, который за последние несколько лет неоднократно переходил из рук в руки, в то время как все остальные здания на этой улице уже долгое время не меняли своих хозяев. Поэтому перед покупкой дома вам необходимо провести свое собственное расследование (если, конечно, теперешнему владельцу дома известно, почему его покинули двое-трое прежних хозяев: не исключено, что за короткий отрезок времени их сменилось уже несколько). Это расследование не имеет ничего общего с теми интуитивными ощущениями, которые вы испытываете при входе в дом, оно должно основываться на конкретных фактах.

**Избавьтесь от плохой энергии ци.** Если дом имеет несчастливую историю, то это вовсе не означает, что вы не должны в него переселяться, потому что плохая энергия ци вполне может быть улучшена. Наиболее эффективным оружием, имеющимся в вашем арсенале, является осознание того, что именно послужило источником плохой энергии этого здания. Если кто-то переехал из этого дома, потому что у него возникли денежные проблемы, то вы можете наблюдать, что прилегающая к нему территория образует уклон в сторону соседнего участка, что символизирует отток богатства из данных владений. В этом случае вы можете построить стену, чтобы предотвратить убывание вашего благосостояния. Или же вы можете обнаружить, что огромное дерево, затеняющее участок перед домом, препятствует появлению новых благоприятных возможностей в жизни его обитателей, и осознаете, что вам необходимо его срубить.

## Преобразование типа энергии

Способ функционирования энергии в доме может фундаментально измениться, если вы решите преобразовать ее с помощью применения фэн-шуй. Однако иногда людям, которые не имеют представления о существовании фэн-шуй, удается неосознанно осуществить такую же коррекцию энергии, которая обычно достигается с помощью сознательных усилий.

**Временные средства коррекции.** Когда люди переезжают, они обычно забирают с собой всю улучшенную энергию, которую они привнесли в этот дом. В этом случае дом может возвратиться к более раннему энергетическому типу и повторить историю тех людей, которые жили в нем до его последних жильцов. Иногда во время поисков жилья вам может попасться здание, проявляющее классические признаки нарушения равновесия – именно тот тип зданий, который способствует разрыву супружеских отношений. Однако если переезжающие из этого дома жильцы все еще счастливы вместе, имейте в виду, что они могли сознательно или бессознательно устранить

энергетический дисбаланс в доме с помощью соответствующей мебели или дизайна помещений. Проблема заключается в том, что, выезжая из дома, они забирают с собой ту большую картину, выдержанную в красных тонах, которая висела в холле, способствуя циркуляции по дому здоровой энергии ци, или вывезут из сада большую статую, которая обеспечивала здоровье окружающей ее среды, или снимут с пола персидские коврики, восстанавливающие энергию земли. Поэтому, когда вы вселитесь затем в этот опустевший дом, что-то может не заладиться в вашей семейной жизни.



**Необходимость пристальных наблюдений.** Если вы наблюдаете признаки нарушения энергетического равновесия в доме, однако люди, прежде жившие в нем, были счастливы в личной жизни, постарайтесь запомнить ключевые предметы их обстановки, которую они заберут вместе с собой. Вы можете даже обнаружить, что этот дом в немалой степени привлек ваше внимание благодаря всяческим принадлежащим его жильцам приспособлениям и осветительным приборам; другими словами, вы подсознательно оценили применяемые ими средства восстановления энергетического баланса. Поэтому, если вы замечаете, что какой-то их ковер вызывает у вас особенное восхищение, то вам следует иметь в виду, что если при переезде в этот дом вы не купите себе похожий ковер, у вас могут начаться проблемы.

## Атмосфера и энергия

Когда вы осматриваете жилье, внешний вид которого вам нравится, то можете подумать, что наконец-то нашли свой идеальный дом. Однако если вы почувствуете, что что-то идет не так, вам может потребоваться основательная очистка пространства для удаления остаточной энергии предшествующих жильцов.

**Первоначальные трудности.** Иногда, когда вы вселяетесь в новый дом, то ощущаете странные вибрации этого места. Дом имеет великолепную планировку, число комнат именно то, какое вы хотели, и все они удачно расположены, с выходящими на юг окнами гостиной и ванной комнатой с окном на север. На бумаге

дом соответствует всем вашим ожиданиям. Вы предпринимаете всеобъемлющую проверку дома с помощью приемов фэн-шуй, которую он проходит «на ура». Однако все еще чувствуется, что общая атмосфера дома оставляет желать лучшего. После вашего переезда дети постоянно ссорятся друг с другом, грудной ребенок перестает спать ночами, собака проявляет повышенные признаки беспокойства и все время лает, а кошка повсюду метит свою территорию – и все же ваше логическое мышление и интуиция говорят вам, что этот дом все равно создан специально для вас.



**Энергетические отпечатки.** Проблема может состоять в энергетическом отпечатке, который оставили на доме происшедшие в нем события и от которого вам необходимо срочно его освободить. Энергетические отпечатки – это явления, не поддающиеся рассмотрению или анализу. О них ничего не говорится в древнекитайской философии о типах энергии ци, и их нельзя вместить ни в какую структурную модель, но, тем не менее, если вам приходилось иметь с ними дело, у вас нет никаких сомнений в их существовании. Они оказывают осязаемое воздействие на атмосферу всего вашего дома.

**Физические симптомы.** Существует целый ряд индикаторов, указывающих на то, что этот дом нуждается в очистке пространства. Например, в нем могут постоянно появляться беспорядок и грязь, и вы никак не можете понять, почему это происходит, ведь вы имеете достаточно места, времени, помощников и желания содержать его в чистоте и порядке. Другими сигналами являются лампочки, которые постоянно перегорают, и компьютеры, то и дело выходящие из строя, несмотря на соблюдение всех правил обращения с ними. Трубы начинают протекать, приводя в недоумение сантехников, а на стенах, посуде и оконных стеклах самым необъяснимым образом появляются трещины. Ваша собака отказывается признать этот дом своим и продолжает носиться вокруг и лаять, и все помещения дома страдают от нашествия муравьев, ос и других насекомых. Вы можете также обнаружить, что домашние растения быстро погибают в комнатах вашего дома, бутоны роз никогда не распускаются, а тюльпаны мгновенно вянут. Другими словами, нездоровая и беспокойная атмосфера распространяется по всему дому.

**Эмоциональные симптомы.** Дети отличаются гораздо более сильной восприимчивостью к подобным вещам, чем взрослые, и могут послужить своего рода энергетическим барометром. У них могут проявляться такие симптомы, как снижение успеваемости в школе, нарушения сна, экзема, астма или ринит, или же они становятся капризными и назойливыми, в то время как подростки находят себе всевозможные дела, чтобы как можно реже появляться дома. Конечно, такого рода поведение может объясняться целым рядом причин, однако одной из них может быть необходимость срочной очистки пространства в вашем доме.

## Очистка пространства



Очистка пространства может оказать в высшей степени благотворное влияние на атмосферу вашего дома, при этом данный прием не содержит ничего мистического. Это очень простой и легкий метод, которым на базовом уровне может овладеть каждый.

**Сделайте это сами.** Существуют два вида очистки пространства. Первый из них может быть применен любым человеком самостоятельно, и он будет объяснен здесь полностью. Он позволит выявить изменения атмосферы в тех местах вашего дома, где произошли нехорошие вещи, или где люди просто долгое время не убирали свой хлам. Его особенно целесообразно применять в тех домах, в которых царит дух уныния, запустения и упадка сил и обитатели которых испытывают постоянную скуку и утратили способность здраво рассуждать.

**Ритуал очистки пространства.** Существует довольно простой ритуал, который вы можете исполнить при вселении в новый дом. Поставьте в каждую комнату зажженную свечу, вазу со свежими цветами или солонку, полную соли. Свеча олицетворяет просветление и очистит окружающую атмосферу (не забывайте, пожалуйста, что вы не должны оставлять зажженную свечу без присмотра). Цветы символизируют новый рост и оживят атмосферу. Соль удалит негативную энергию и придаст помещению ваш собственный отпечаток: вы можете насыпать горку соли посреди комнаты или разбросать ее по периметру.



Когда вы поместите по одному из данных предметов во все комнаты, оставьте их там в течение заранее установленного времени. Вы сами можете определить продолжительность этого времени – это может быть 60 минут, 24 часа или одна неделя. По окончании этого периода времени свечи, цветы и соль необходимо выбросить за пределы ваших владений. Помните, что предметы, которые вы применяете для очистки своего жизненного пространства, нельзя повторно использовать для каких-то других целей. Если вы храните предназначенные для очистки пространства предметы в своем доме, то их следует обернуть в шелковую ткань и положить на полку, не позволяя им находиться на уровне земли.

## Подготовка к очистке пространства

Если вы решите произвести тщательную очистку пространства в вашем доме, вам следует рассматривать ее как работу по дому, которая требует особенно высокого качества. Вы должны обратить пристальное внимание на каждый отдельный уголок своего дома, проявляя при этом особую заботу и любовь и стремясь к созданию гармонии.

**Полностью сосредоточьтесь на поставленной задаче.** Ваши чувства и намерения играют одинаково важную роль в процессе очистки пространства, поэтому полностью сфокусируйте внимание на своей цели. Очистка пространства не будет

иметь никакого смысла, если вы не будете уверены в результате, которого желаете достичь.

**Подтвердите свои намерения.** Лучше всего будет, если ваши намерения будут охватывать интересы всех обитателей вашего дома; например, если вы пожелаете счастья одному ребенку, то это пожелание будет исполнено за счет других ваших детей, поэтому вашей целью должно быть достижение гармонии и благополучия всей семьи. Вы даже можете взять чистый лист бумаги, записать на нем свое намерение, подписаться под ним и оставить его в том месте, с которого собираетесь начать очистку пространства, присоединив к нему предмет, символизирующий ту цель, которой вы собираетесь достичь. Например, красивый цветок с пятью лепестками, олицетворяющий гармонию, или зажженную свечу как символ чистоты или чашу с водой, которая является воплощением тишины и покоя.

**Определите область очистки пространства.** Когда вы производите очистку пространства, следует определить, какой его объем можно охватить за время одного сеанса. Ограничьте свое поле деятельности одним участком, который, как вы чувствуете, вы сможете очистить за один раз; это может быть всего лишь одна дорожка, ведущая к дому, или весь первый этаж, или сад. Будьте реалистом и не проявляйте чрезмерных амбиций; только вам известно, сколько времени находится в вашем распоряжении.

**Процесс очистки пространства.** Когда вы начинаете производить очистку пространства, следует целенаправленно перемещаться по всей очищаемой площади. Смысл процедуры заключается в том, что вы должны физически охватить все это пространство, используя свое тело для его очистки и постоянно храня в своем уме и сердце мысль о том, что вы пытаетесь сделать. Не бегайте беспорядочно вокруг, а придерживайтесь того темпа, который, по вашему мнению, находится в гармонии с окружающим вас пространством. Иногда вы можете ощутить потребность в более быстрых движениях, а иногда что-то укажет вам на необходимость остановиться. В одно время у вас может возникнуть желание передвигаться прыжками, а в другое время ступать размеренно и осторожно. Старайтесь чувствовать пространство, как вы чувствуете настроение человека, и с каждым шагом задавайте себе вопрос, в каких усилиях с вашей стороны нуждается пересекаемый вами участок пространства.

## Как производить очистку пространства

Когда вы производите очистку пространства в первый раз, то можете вообще ничего не почувствовать, разве что вы сами себе покажетесь немного смешной. Но если вы отнесетесь к данной процедуре со всей серьезностью и глубоко поверите в ее эффективность, то обнаружите, что, двигаясь в пространстве, вы инстинктивно постигаете то, что вам необходимо сделать, чтобы изменить окружающую вас атмосферу.

**Ощущение настроения.** Вы можете почувствовать, что один из углов комнаты необходимо оживить, настолько мрачным и унылым он выглядит; поэтому вы можете пропеть здесь куплет из вашей любимой песни или просвистеть какую-либо мелодию, или похлопать в ладоши, или же оставить там подарок в виде красного цветка. Затем вы можете ощутить, что другая часть комнаты нуждается в тишине и покое, поэтому спокойно посидите там в течение нескольких минут, а перед тем как двигаться дальше, оставьте на этом месте немного песка, чтобы приобщить пространство к энергии земли.



**Коррекция энергии.** По мере того как вы двигаетесь по выбранной вами территории, обозревайте окружающее вас пространство не только на уровне глаз, но и сверху, и снизу, так чтобы в поле вашего зрения оказался каждый его участок. Если вы ощутите сырость или застой в пространстве в верхней части комнаты, бросьте туда щепотку соли или песка или взмахните яркой лентой, чтобы оживить его. Если вы почувствуете нестабильность на уровне земли или пола, насыпьте туда песок или поставьте что-нибудь тяжелое, например, пару дорожных сапог или камень, которые выступают в роли якоря для закрепления пространства.

**Завершение ритуала.** Когда вы достигнете конца территории очистки, возвратитесь в начальный пункт, присядьте и задайте себе вопрос, можно ли считать процедуру законченной, или же вам еще следует возвратиться в какое-либо место, которое вы упустили, поскольку теперь ситуация до определенной степени прояснилась, и перед вами открылся новый слой неочищенного пространства – потому что иногда очистку пространства следует производить слой за слоем. Однако если в данный момент у вас больше не хватает времени или энергии на то, чтобы полностью завершить процесс очистки, мысленно отметьте, что вам еще необходимо сделать, и точно определите время, когда вы сможете этим заняться. Или же, если вы чувствуете, что не в силах завершить очистку пространства в данный момент, попросите Вселенную сделать это за вас. Избегайте перегрузок, потому что вам ни в коем случае не следует ставить себя в такое положение, когда вы ощущаете переутомление или дискомфорт.

## Трудные дети

Иногда у нас вызывает удивление тот факт, до какой степени распределение комнат внутри дома может повлиять на обитающую в нем семью. Иногда проблемы, связанные с трудным ребенком, могут быть улажены с помощью переселения его в другую комнату, благодаря чему он почувствует себя гораздо уютнее и безопаснее в лоне вашей семьи.



**Размещение.** Как только вы переедете в свой новый дом и произведете очистку пространства, вам потребуется распределить комнаты между членами своей семьи. Размещение – то есть определение места физического нахождения каждого человека в пределах вашего дома – это очень важный процесс, поскольку он может быть использован и в виде эффективного средства восстановления энергетического равновесия, предлагаемого фэн-шуй в том случае, когда вы только что переселились на новое место жительства или когда члены вашей семьи проявляют тревожные симптомы того, что место их проживания в вашем доме является непригодным для них.

**Проблемы накопившегося раздражения.** У детей, как правило, имеется не так уж много способов для проявления накопившегося у них раздражения или недовольства. Но если они отказываются носить одежду, которую вы им покупаете, постоянно достают свои игрушки, но не играют с ними, или же дуются на вас, когда вы зовете их с улицы на обед, и отказываются принимать пищу – то все это можно рассматривать как классические признаки раздражения. При этом они обычно сами не знают, что с ними происходит, и в девяти случаях из десяти вы сможете решить проблему, проявив к ним больше любви и внимания. Но это вовсе не означает, что вам требуется покупать им новую одежду или каждый раз готовить более лакомые блюда. Вы сможете добиться сближения с детьми, позволив им принимать более активное участие в вашей жизни и поделившись с ними своими мыслями или чувствами.

**Предлагаемое фэн-шуй решение.** Фэн-шуй поможет более тесно связать вашу энергию с энергией вашего ребенка. Если вы наблюдаете у своего ребенка симптомы недовольства, обратите внимание на расположение его комнаты. Если она находится в конце коридора, или в пристройке, или в противоположной части дома, то получается так, что вы практически вытеснили ребенка на задворки вашей семейной жизни, поэтому переселите его в комнату, расположенную вблизи вашей спальни. В первую очередь, вам следует избегать ситуации, когда между вашей комнатой и комнатой вашего ребенка находится ванная или комната для младенца, даже если для этого вам придется поставить кроватку последнего в свою собственную спальню. Если ваш дом имеет комнату в пристройке, пусть это будет комната для гостей, или отдайте ее подростку или молодому человеку, который готовится покинуть родной очаг, так что это будет для него как бы промежуточным домом в период, когда он учится расправлять свои крылья.



## Размещение к всеобщему удовлетворению

Существует целый ряд важных моментов, которые вам необходимо учитывать при распределении комнат между членами вашей семьи, так чтобы все они ощущали себя любимыми и испытывали чувство уверенности и безопасности под защитой своего семейного очага.

**Спальня хозяев дома.** Вам следует очень тщательно продумать расположение главной спальни дома по отношению к спальням остальных членов семьи. Убедитесь, что в этой комнате сосредоточена самая сильная энергетика вашего дома. Вы не должны считать, что действуете во благо своих детей, если предоставляете им лучшую спальню. Это приведет к нарушению равновесия семейных отношений, так как они превратятся в самых сильных людей в вашем доме, в то время как их родители, которые отвечают за их рост и развитие, не будут иметь достаточно энергии, необходимой для выполнения своего долга перед детьми. В результате, дети будут полны энергии и сил, но при этом станут непослушными и неуправляемыми, в то время как их родители будут испытывать постоянное чувство бессилия и усталости. Поэтому не считайте себя эгоистами, выбирая для себя самую лучшую спальню!

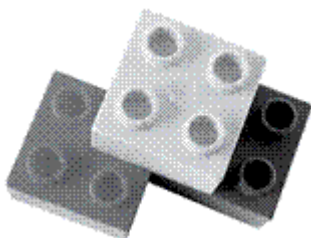


**Комнаты для детей.** Постарайтесь не помещать ребенка в комнату, находящуюся сверху возле лестницы. Это приведет к неустойчивой динамике его развития – особенно если речь идет о младенце, поскольку ненадежность его положения будет мешать ему спать по ночам. Грудные дети должны содержаться в самом сердце дома, а не вблизи лестницы, в эркере или пристройке.

**Комнаты для игр.** Если ваши дети стали назойливы или постоянно беспокоят вас, тогда как они, казалось бы, должны быть поглощены игрой друг с другом, обратите внимание на расположение их комнаты для игр. Нецелесообразно размещать помещение для игр в пристройке, если только, конечно, кто-нибудь из взрослых не находится там все время вместе с детьми. Комната для игр должна находиться возле кухни или вблизи помещения, где проводят время другие члены семьи. Детям необходимо ощущать свою причастность к повседневной жизни своей семьи, и если они не находятся в непосредственной близости от взрослых, то постоянно пристают к



ним, требуя к себе внимания, часто маскируя эту свою потребность за просьбами о еде или питье. Если они будут находиться рядом с вами, они будут гораздо меньше докучать вам.



Если у вас нет места для игровой комнаты, то освободите уголок на кухне, где дети могли бы играть, в то время как вы занимаетесь своей работой по дому. Приобщите детей к своей жизни – конечно, с некоторыми ограничениями – не позволяйте им жить на периферии, и вся ваша семья будет намного счастливее.

## Диагностика главной причины семейных проблем

Иногда причина появления проблем в вашем доме не является столь очевидной, и для ее определения необходимо более глубокое проникновение в суть вещей. Вам потребуются дополнительное время и внимание, чтобы обнаружить источник возникших осложнений.

**Поиск ключей их решения.** Если вы взглянете на ситуацию с точки зрения фэн-шуй, вам потребуется на основе симптомов выявить главную причину возникновения проблемы, поэтому вы должны искать вещи, которые могут менее бросаться в глаза. Один из способов самостоятельной диагностики причины возникшей проблемы заключается в том, чтобы проанализировать, в какой части комнаты вы обычно стоите, когда разговариваете с другим человеком об этой самой проблеме, потому что это место может дать ключ к постановке правильного диагноза. Так, если в момент обсуждения проблемы вы обычно стоите спиной к окну, обернитесь и выгляните во двор. Если вы увидите разбитую дорожку, сломанные ворота, кучу камней или засохший куст, то возможно, именно здесь и скрывается источник проблемы.

**Эффективное применение фэн-шуй.** Поэтому не забывайте заглянуть в самую суть вещей. Человек, у которого можно наблюдать симптомы проблемы, обычно не является ее источником. В этом заключается ключ к эффективному применению фэн-шуй: не пытаться лечить лежащие на поверхности симптомы болезни, а постараться докопаться до ее причины.

## Разные комнаты для разных людей

Фэн-шуй не подразделяет вещи на «плохие» и «хорошие». Каждая комната может что-то предложить своему обитателю – вероятно, за исключением комнат без окон, которые, как я думаю, вообще непригодны для человеческого жилья! Но даже те комнаты, которые согласно классической теории фэн-шуй обладают абсолютно негативной энергией, могут служить определенной цели.

**Используйте отрицательную энергию.** Представим себе комнату с наклонным потолком. Многие люди, практикующие фэн-шуй, сочли бы ее крайне неблагоприятной, поскольку скошенный потолок рассекает небесную энергию,

нарушая баланс между энергией неба и земли. Это усиливает энергию огня, являющуюся активным началом, что отнюдь не обеспечивает потребности человека в отдыхе. Однако для человека, погрязшего в трясине скучной обыденной жизни, проживание в этой комнате может оказаться благотворным, по крайней мере, в течение определенного периода времени. Избыток огненной энергии может вызвать у него реакцию шока или даже стать источником легкого заболевания, но зато послужит толчком, который вырвет его из засасывающей трясины. Равным образом, расположенная над гаражом комната, в которой ощущается нехватка энергии земли, может принести пользу человеку, желающему временно сбросить с себя оковы настоящего, чтобы увидеть перспективы ожидающего его будущего.

**Комнаты целевого назначения.** Постепенно вы постигнете науку о том, каким образом можно использовать разные помещения для достижения разных целей. Оказывающую стимулирующее воздействие комнату с эркером, выходящую на юг, можно использовать как комнату для игр детей, если у них имеются более спокойные спальни. Даже полный беспорядок в комнате может служить определенной цели. Вам не следует наводить порядок в такого рода комнате, потому что он снижает активность своего обитателя. Когда его активность снизится до таких пределов, что в конце концов полностью застынет, это, может быть, подтолкнет его к решительным действиям. Если же вы постоянно будете наводить порядок, то это только продлит сложившуюся ситуацию.

## Трудности подросткового периода

Подростковый возраст может быть очень трудным периодом жизни ребенка. Независимо от того, является ли ваш ребенок унылым и замкнутым, или же шумным и неуправляемым, фэн-шуй может помочь внести в его жизнь больше равновесия, а следовательно, спокойствия и удовлетворенности.



**Понимание симптомов.** При применении фэн-шуй важную роль играет понимание процессов, происходящих в жизни других людей, и знание того, когда следует вмешаться, а когда отойти в сторону и предоставить вещам идти своим чередом. Это вовсе не означает, что вы должны отдать своим детям бразды правления и

позволить им наваливать кучи мусора посреди своей комнаты, однако вам следует попытаться узнать, чем они занимаются и почему.

**Зацикленность на черном.** Если ваш сын подросткового возраста начинает все разрисовывать в своей комнате в черный цвет или окружает себя штабелями бытовой техники, также выдержанной в черном цвете, то это должно послужить для вас сигналом, что он стремится к поглощению энергии и замедлению хода вещей. Он старается войти в энергетическую фазу воды/зимы, потому что перемены в его жизни оказались слишком сложными для него, и он чувствует себя не способным справиться с ними. Вместо того чтобы врываться в его комнату с ультиматумом: «Что это такое? Немедленно все сотри!», – вам следует спросить его: «У тебя сейчас трудный период? Что мы можем сделать, чтобы помочь тебе? Может быть, ты хочешь пригласить друзей? Хочешь поехать с нами в город?» Если вы поможете ему выйти из зимней фазы его жизни, то вскоре убедитесь в том, что он сам придет к вам и скажет, что хочет избавиться от своей черной софы или перекрасить свою комнату в более яркие цвета.

**Минимализм.** Наоборот, если ваш подросток-дочь все в большей степени становится минималисткой и старается исключить из своей жизни все больше и больше вещей, стремясь к преобладанию в своей комнате белого цвета, то вам следует понять, что таким образом она пытается контролировать все события своей жизни. В этом случае вы можете начать свой разговор со слов: «Ты чувствуешь, что тебе трудно контролировать свою жизнь? Чем мы можем тебе помочь?» Оказав ей необходимую поддержку, вы вскоре обнаружите, что она начнет украшать свою комнату новыми вещами.



**Неряшливость.** Проявление неряшливости у подростка может служить сигналом того, что его сбивают с толку назревающие перемены в его жизни, и ему трудно справляться с ними. Это его душевное состояние находит свое физическое выражение в беспорядочности окружающей его обстановки. Если вы будете постоянно заставлять его убирать свою комнату, то тем самым будете оказывать на него еще большее давление. Вероятно, вы добьетесь лучшего результата, задав ему вопрос: «Не слишком ли много у тебя нагрузок? Может быть, тебе лучше отказаться от некоторых из них?» Старайтесь понять своего подростка и помочь ему справиться с переменами в его жизни, а не пытаться осуществить эти перемены вместо него.

## Младенцы и маленькие дети

Младенцам и маленьким детям требуются спокойные и безопасные помещения. Постарайтесь создать для них окружающую обстановку, полную тишины и покоя: им не нужна дополнительная стимуляция, потому что сама окружающая жизнь является для них непрерывным источником возбуждения. И, что самое важное, при устройстве комнаты для ребенка учитывайте потребности его развития.

**Дизайн.** Содержите детские комнаты в полном порядке, они должны быть

выдержаны в мягких пастельных тонах и состоять из предметов обтекаемой формы и успокаивающих изображений. Вы можете повесить пару предметов к потолку, чтобы ваш ребенок мог время от времени их разглядывать, но большинство вещей должно находиться на нижнем уровне. Детям вовсе не нужны украшения на потолке или опоясывающий комнату фриз на уровне глаз взрослых. Фриз должен находиться на уровне глаз, а еще лучше – на уровне сердца ребенка, ведь вы желаете, чтобы ваш ребенок в первую очередь поступал по велению сердца, а потом уже ума.



**Мебель.** Может быть, вы захотите предоставить своему ребенку право развиваться по своему произволу, руководствуясь велениями своей собственной природы, однако вспомните мою аналогию с цветком из первой главы этой книги и доказательство необходимости укреплять его корни в период роста. Не помещайте кроватку ребенка в комнату с наклонным потолком. Позаботьтесь, чтобы изголовье кроватки не было обращено к окну, где он не будет чувствовать себя в безопасности, и чтобы кроватка не стояла напротив двери. Пройдите по комнате, представив что вы чувствуете себя очень неуверенным и незащищенным, и подумайте, какое место вы бы выбрали для сна, или же проследите, в каком месте уляжется, свернувшись клубком, ваш пес. Именно в этом месте вам и следует поставить кроватку. Следуйте своим инстинктам. Попробуйте представить себе, что бы вы увидели, если бы сами легли в эту кроватку. Когда мы устанавливаем кроватку, мы часто заботимся о том, чтобы нам было удобно смотреть на малыша, в то время как выбранное нами положение, конечно, не всегда является оптимальным для самого ребенка.

**Мягкие игрушки.** Спальни некоторых детей содержат целый зоопарк мягких игрушек. Люди покупают их, потому что хотят, чтобы любили их самих, поэтому они покупают то, что им нравится, и навязывают это вашему малышу! Вашему ребенку требуются всего лишь две-три мягкие игрушки на выбор; иначе, подавленный их разнообразием, он может с плачем отвергнуть их все и отказаться принять что-либо взамен. Вам не следует окружать вашего малыша вещами, отражающими желание других людей быть любимыми.

## Глава 11

### Любовь и романтика

Независимо от того, были ли вы всегда «несчастливы в любви», возникают ли у вас проблемы с привлечением партнера, или же вы поддерживаете длительную связь, которая, как вам кажется, уже почти совсем угасла, фэн-шуй может помочь вам обогатить свою любовную жизнь. Внося физические изменения в свое жизненное пространство, вы также можете достичь изменений на эмоциональном уровне. Все это вопрос достижения равновесия.



## Родная душа или друг?

Древние философы, которые создали теорию фэн-шуй, придерживались мнения, что брак является наиболее желательным состоянием в любви. В настоящее время многие люди осознают, что для них жизненно необходимо найти истинного партнера для жизни и для любви.

**Давление общественного мнения.** Несмотря на успешную карьеру и широкий круг друзей, многие люди чувствуют себя неудачниками, если рядом с ними нет постоянного партнера. В современном мире через средства массовой информации, рекламу и другие виды давления общественного мнения нам постоянно внушают мысль, что наша жизнь только тогда будет полной, когда нам удастся найти свою «родную душу».



**Обязательства на всю жизнь?** Каково бы ни было давление общественного мнения, сохранение отношений между двумя партнерами до конца жизни подходит далеко не всем. В то время как для одних людей это может оказаться нирваной, для других это подобно пожизненному заключению! Поэтому, перед тем как вы решитесь применить фэн-шуй для оздоровления своей личной жизни, спросите самих себя, чего конкретно вы хотите достичь с его помощью. Хотите ли вы разделить свое жизненное пространство со своим партнером на постоянной основе или предпочитаете видеться со своим другом или подругой во время более случайных свиданий, или, может быть, вы настолько заняты своей карьерой, что просто хотели бы иметь кого-нибудь, с кем можно было бы расслабиться во время выходных или в период отпуска? Как только вы выясните, какого типа партнер вам нужен, вы сможете более эффективно использовать предлагаемые фэн-шуй приемы и средства для привлечения партнера именно этого типа.

**Проблемы взаимоотношений.** Сложности в любви и взаимоотношениях с партнером вызываются нарушением равновесия энергии ци, что является главным образом нарушением равновесия энергии земли. Энергия земли – это наиболее



фундаментальный компонент из пяти выделенных китайскими философами компонентов ци, и, к сожалению, именно этого элемента больше всего не хватает людям, живущим на Западе. Однако перед тем как мы начнем процесс своего обогащения энергией земли, мы сначала должны понять, что это за тип энергии, каковы ее свойства и каким образом она взаимодействует с остальными четырьмя элементами, составляющими энергию ци.

## Энергия земли

Как человеческие существа мы находимся между небесами и Землей. Мы можем свободно перемещаться между двумя этими стихиями, но в то время, как мы черпаем вдохновение с небес, мы связаны с Землей твердой почвой, обеспечивающей нашу стабильность.

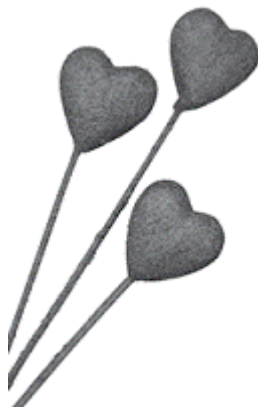


**Источник питания.** Энергия земли позволяет нам войти в соприкосновение с естественными ритмами и циклами Вселенной и определяет место, которое мы занимаем во всеобщей схеме вещей. Именно она определяет пути получения живыми существами их питания из лона Земли. В повседневной жизни энергия земли проявляется в нашей способности использовать все доступные нам ресурсы. Важным аспектом этой энергии является то, что она питает добрые силы, которые мы получаем в процессе воспитания, а также любовь и поддержку, которую мы впитываем в себя, будучи детьми.

**Природа и энергия.** Простой способ понимания того, каким образом энергия земли влияет на нас, состоит в том, чтобы представить себя в виде растения. Чтобы оно выросло здоровым и сильным, оно должно быть посажено в плодородную почву в нужное время и развиваться в предусмотренные природой сроки. Растение, которое в период роста страдает либо от избытка, либо от недостатка питания, не может быть здоровым и сильным, когда достигнет своей стадии созревания. Точно так же способ нашего появления на свет, а также питание и воспитание, которое мы получили в детстве, скажутся на состоянии энергии земли, получаемой нами в период взрослой жизни.



**Трудные начинания.** Чтобы суметь правильно использовать свои ресурсы, мы должны верить, что имеем право здесь находиться, и это убеждение воспитывается во время спокойного и счастливого детства, когда ребенок растет в полной уверенности, что он является любимым и желанным. Когда же человек испытывает недостаток энергии земли, это часто связано с дефицитом любви и поддержки, который он испытывал в годы своего физического и нравственного развития. Хотя растение, получившее недостаточное питание, все еще может расцвести, оно отличается слабостью и неустойчивостью к воздействию бурь и непогоды. Равным образом, несмотря на тот факт, что человек, испытавший эмоциональное голодание в детстве, на первый взгляд, может показаться «цветущим», он отличается слабыми корнями, которые не в силах обеспечивать его полноценным энергетическим питанием, и этот недостаток энергии отражается в его постоянной борьбе за любовь и поддержку. Эти люди, страдающие от нарушения равновесия энергии ци, могут иметь проблемы во взаимоотношениях со своими партнерами, потому что они не чувствуют себя в центре внимания или же обладают недостаточным самоуважением. Лучшим способом восстановить равновесие энергии ци является для них возвращение к своим истокам и приведение своей жизни в соответствие с природными ритмами и циклами.



## Круговорот элементов

Древнекитайские философы считали, что энергия ци проявляется в пяти основных элементах – огне, земле, металле, воде и дереве, – и все они должны присутствовать в сбалансированном виде в индивидуальном жизненном цикле каждого человека. Однако в определенные периоды жизни человека могут преобладать один или два из этих элементов.

**Взаимодействие.** Эти элементы не являются твердыми и неизменными; они представляют собой подвижные и изменчивые начала, взаимодействие которых порождает определенные объекты, события или ситуации. Они усиливают и дополняют друг друга и, помимо этого, формируют друг друга.

## Уравновешивание пяти элементов

Поскольку все пять элементов тесно взаимодействуют друг с другом, вы не можете усилить один из них без учета всех остальных, иначе вы либо усугубите уже существующее нарушение равновесия энергии ци, либо создадите новое. Таким образом, чтобы сбалансировать свою энергию земли, вам необходимо учитывать все другие связанные с ней элементы, главным из которых является энергия огня.

**Энергия огня.** С энергией огня ассоциируются состояние возбуждения и подъема, а также благоприятные для вас времена, которые являются важным фактором процесса вашего самосовершенствования. Если вы оказываетесь не в состоянии справиться с проблемами своей энергии огня, то это может быть связано с нерешенными проблемами вашего прошлого. Вам требуется напитать землю огнем в случае ослабления вашей огненной силы, поэтому усильте свою энергию огня, убедившись, что в порыве бурной деятельности вы находите время для удовольствий. И поскольку дерево, которое ассоциируется с процессом планирования, питает огонь, вы можете увеличить свою энергию дерева, а также усилить свою радость жизни, организовав поездку за город или вечеринку.

**Энергия металла.** Вы можете нейтрализовать избыточную энергию земли с помощью энергии металла. Энергия металла также связывается с удовольствием, которое является, однако, более привычным для нас и долговременным, в отличие от мимолетной радости; эта энергия также ассоциируется с заботой о нашем благополучии и устранением беспокоящих нас вещей. Она также является воплощением упорядоченности, а тем самым завершенности, поэтому убедитесь, чтобы все задачи, за которые вы беретесь, были завершены. Как только вы проанализируете в уме проблемы своего детства, мысленно подведите под ними черту; подумайте о той силе, которую вы приобрели, пережив трудности, и не тратьте больше времени на размышления об этих проблемах. Или же, если вы уже воспользовались некоторыми средствами восстановления энергии земли, о которых вы далее прочитаете в этом разделе, и попытались применить их, то скажите себе, что вы уже окончательно разобрались с данными проблемами и готовы двигаться дальше.

**Энергия воды.** Помните также, что энергия земли играет роль в формировании энергии воды в вашей жизни. Энергия воды воплощает неподвижность и спокойствие. Вы можете сидеть, медитируя, и показаться абсолютно бездейственным стороннему наблюдателю, но на самом деле в вашей голове может происходить множество разных вещей. Энергию воды часто сравнивают с садом во время зимы, который выглядит мертвым снаружи, в то время как внутри луковицы цветов уже постепенно прокладывают свой путь на поверхность земли. Как вы понимаете, это время видимого бездействия является важной частью природного цикла жизни и влечет за собой новый период роста.



## Всему свое время

Различные элементы ассоциируются с разными временами года: огонь связывают с летом, металл с осенью, воду с зимой и дерево с весной, в то время как земле принадлежит роль посредника происходящих между ними изменений. Все, включая любовные отношения, имеет сезонный цикл, и мы должны принимать во внимание каждую его фазу.

**Мимолетность.** Ранние стадии любовных отношений олицетворяет огонь, или фаза лета; огонь ассоциируется со страстью, которая ярко разгорается, когда два человека впервые влюбляются друг в друга. Вслед за этой фазой неизбежно наступает фаза металла, или осени, когда первоначальные порывы любви и наслаждения уступают место периоду более спокойных отношений. У многих людей наступление этого периода вызывает смятение и испуг, потому что у них возникает мысль, что в их отношениях что-то разладилось. И вместо того чтобы позволить им спокойно продвигаться вперед к фазе воды, или зимы, они пытаются повернуть время вспять и вернуть лето. Именно на этой стадии рушатся многие связи, потому что влюбленным кажется, что их любовь утратила свою остроту и силу.



**Чувство удовлетворения.** Во время фазы воды/зимы влюбленные пары испытывают спокойное удовлетворение от своего глубокого чувства и могут проводить счастливые вечера в одной комнате, каждый занятый своим делом, едва разговаривая друг с другом, но все еще наслаждаясь общением. Со временем эта фаза перейдет в фазу дерева/весны, когда любовные отношения готовы продолжиться с новой силой.

**Переход.** При нарушении равновесия энергии земли ваши любовные отношения могут застрять на какой-нибудь из вышеуказанных фаз. Если вы не можете своевременно миновать фазу огня /лета, то в конце концов накал вашей страсти станет невыносимым для вас, а если вы заблудитесь в лабиринте фазы воды/зимы, то отсутствие активности может вызвать у вас ощущение тоски и уныния. Если ваша энергия земли находится в состоянии равновесия, то вы сами почувствуете, когда вам следует переходить к следующей фазе; если же ее равновесие нарушено, то у вас может не хватить сил на переход к новой фазе отношений, и именно в этот момент ваша любовь может умереть навсегда. Представьте себе энергию земли в виде системы передач, регулирующей интенсивность движения энергии ци, и вы сможете оценить, какую важную роль она играет в вашей любовной жизни.



## Несчастье в любви

Когда я захожу в дом, обитатели которого испытывают трудности в своих личных взаимоотношениях, то повсюду вижу признаки нарушения равновесия. Чаще всего это означает также соответствующее нарушение равновесия энергии ци. Другими словами, энергия ци не поддерживает одинаково обоих партнеров; она поддерживает одного из них за счет другого.

**Внешние сигналы.** При взгляде на дом снаружи классическим примером является тот случай, когда отсутствует симметрия частей дома в результате добавления к нему пристройки с одной стороны, что нарушает равновесие, или же дом построен на наклонной плоскости, когда одна из его частей приподнята, а другая опущена. Одна сторона сада может быть прекрасно ухожена, в то время как другая оставлена на произвол сорняков, или же одно огромное дерево может затенять крошечный кустик. На одних клумбах цветы могут чувствовать себя прекрасно, в то время как на других они напряженно борются за выживание.

**Внутренние сигналы.** Внутри дома посетитель может обратить внимание на то, что в то время как одни комнаты недавно были отремонтированы и к тому же полностью укомплектованы красивой мебелью, в других ремонт не производился с тех пор, как обитатели дома вселились в него, и они выглядят мрачными и грязными по сравнению с чистенькими и уютными первыми комнатами. Стили и дизайн помещений также могут резко отличаться друг от друга: одна комната может быть чисто женской, с множеством кружевных салфеток и безделушек и обоями в пастельных тонах, в то время как другая имеет откровенно мужской характер, с обилием прямых линий и голыми стенами, напоминающими больничный интерьер.

Коридоры, переходы и лестничные площадки дома могут поражать своей пустотой и запустением, а также признаками разрушения, такими как потрескавшиеся оконные стекла и зеркала, часы, которые больше не ходят, облупившаяся по углам штукатурка – все вместе указывает на то, что взаимоотношения между жильцами дома также дали трещину.

**Баланс сил.** Все вышеперечисленные признаки свидетельствуют о возникновении препятствий на пути сбалансированных личных отношений обитателей дома. Если вы наблюдаете эти признаки нарушения равновесия в вашем доме, то вам следует спросить себя, сколько усилий вы готовы затратить на сохранение ваших отношений. Какой объем ваших сил вы готовы отдать на восстановление равновесия? Рассмотрите возможные способы распределения энергии между вами. Согласны ли вы удовольствоваться более пассивной ролью? Вы должны серьезно задуматься о том, какой баланс сил в ваших отношениях будет наиболее подходящим для вас,



прежде чем попытаетесь скорректировать свою энергию земли.

## Отсутствие ограничений

Существуют также и другие явные признаки, указывающие на нарушение равновесия энергии ци. Одним из них может послужить бросающееся в глаза отсутствие границ – между домом и улицей, между активностью и покоем, между светом и тьмой, между нами и другими людьми.

**Отсутствие четких границ.** Наше самосознание зиждется на знании того, где находится наш центральный стержень и в рамках каких ограничений находятся наша жизнь и наша мораль. Если же наше чувство собственного достоинства и самоуважение переживают кризис, то это находит свое отражение в отсутствии четких ограничительных линий в пределах нашего жизненного пространства. Так, при взгляде на дом, где имеет место нарушение равновесия энергии земли, трудно понять, где начинаются а где кончаются владения его хозяев. Мы можем также наблюдать обрушенный забор и свисающие с петель ворота.

Когда консультант по фэн-шуй заходит в подобный дом, ему может броситься в глаза нарушение функционального назначения отдельных помещений. Так, например, компьютер может быть установлен на кухне, прямое назначение которой служить центром приготовления пищи, или лодочный мотор хранится в углу спальни, которая, собственно говоря, должна быть приспособлена только для отдыха и сна. Отдельные предметы часто можно обнаружить на полпути между разными помещениями: кипа белья может быть свалена у подножия лестницы, ожидая, пока ее кто-нибудь унесет, или же на столе в кабинете может оказаться коробка с игрушками.

**Кухонный хаос.** На кухне вы можете увидеть либо обилие разбросанных повсюду продуктов, либо их полное отсутствие. Для вас как гостя приготовление чашки чая может превратиться в настоящую проблему, поскольку вам придется организовать розыск пакетиков чая и сахара, при этом возникает впечатление, что их кто-то очень хорошо спрятал. Вы можете также обнаружить, что на полках кухонных шкафчиков полностью отсутствуют пряности или приправы, которые можно было бы использовать для придания аромата приготовленному блюду.

**Полы.** Энергия земли во многом зависит от нашего контакта с землей, поэтому качество напольных покрытий может оказывать непосредственное влияние на состояние ее равновесия. Дома, обитатели которых не позаботились о том, чтобы настелить качественные полы, или же используют непригодные заменители, часто страдают от нарушения энергии земли.



**Декор.** Еще одним индикатором нарушения равновесия энергии земли может послужить неправильно подобранная гамма цветов, использованных при окраске

помещений. Например, сочетание голубого пола с терракотовыми стенами и потолком может создавать впечатление, что комната перевернута вверх тормашками! Как только вы вспомните о цветах, проводящих энергию земли, несуразность подобной окраски станет для вас очевидной.

## Как восстановить энергию земли

Никогда не следует жалеть время на оздоровление вашей энергии земли, потому что, восстановив нарушенное равновесие, вы обнаружите, что при этом улучшилась ваша способность к поддержанию добрых отношений с людьми, включая возлюбленных, семью, друзей или коллег, что значительно обогатит вашу жизнь в окружающем вас мире гармонии.

**Создавайте границы.** Во-первых, четко ограничьте ваше жизненное пространство. Если у вас нет возможности установить физические границы вашей собственности, т. е. забор или живую ограду, то тогда каждый день обходите границы своих владений. Многие люди делают это чисто инстинктивно: погожими вечерами многие пары прогуливаются по краям своего сада, разглядывая растения. Они могут даже не осознавать, с какой целью так поступают, в этом проявляется их природный инстинкт к ограничению своей территории и восстановлению равновесия энергии земли.



**Сохраняйте близость с землей.** Мы высвобождаем в землю излишки своей энергии, а также получаем из нее свежее энергетическое питание. Для эффективной реализации этих функций нам необходимо контактировать с землей через природные вещества, а не через поглощающие энергию синтетические материалы, поэтому один из способов восстановления энергии земли заключается в приобретении естественных напольных покрытий, сделанных, например, из водорослей. Позвольте Вселенной снабдить вас питанием, необходимым для вашей активной и полноценной жизни, и вы сможете забыть про искусственные витаминные добавки.

**Будьте бдительны.** Не проявляя чрезмерный педантизм или занудство, старайтесь все-таки, чтобы все ваши вещи находились на своем месте. Не чистите зубы на кухне – делайте это в ванной. Остановите переселение вещей из одной комнаты в другую. Равным образом старайтесь избегать нарушения равновесия. Так, дополните единственное кресло в своей гостиной другим креслом, подходящим ему по размерам, вместо того, чтобы поставить рядом с ним табурет. Старайтесь, чтобы ваш дом был укомплектован более или менее подходящими по размеру вещами и чтобы гигантские и крошечные вещи не соседствовали друг с другом. Никогда не забывайте: равновесие, равновесие и еще раз равновесие!

## Не бойтесь себя испортить!

В процессе восстановления своей энергии земли вы должны постоянно внушать себе мысль о том, что вам доступны все радости жизни. Помните, что вы прекрасны, такие как есть, и должны построить окружающий вас мир таким образом, чтобы он, в свою очередь, служил постоянным подтверждением этой мысли.

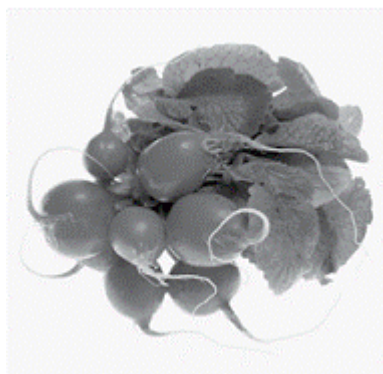
**Балуите себя.** Лучше позвольте себе съесть немного высококачественного печенья, вместо того чтобы купить пять кульков дешевого на распродаже. Постарайтесь создать для себя уютный уголок в своем доме, где бы вам можно было спокойно посидеть, и где было бы место, которое вас вдохновляет, например, окно с красивым видом.

**Планируйте свое время.** Постарайтесь придерживаться естественного ритма жизни, оставляя себе достаточно времени на все дела, которые вы должны сделать. Если вы каждое утро, перед тем как пойти на работу, мечетесь по всем комнатам, разыскивая те или иные вещи или пытаетесь еще что-то сделать по дому, то вы испытываете на себе немалые перегрузки и начинаете свой день со стрессовой ситуации. Постройте свое жизненное пространство таким образом, чтобы максимально облегчить свою жизнь. Освободите себе местечко, прибейте там несколько крючков или вешалку специально для рабочей одежды и вешайте ее туда каждый вечер заранее, чтобы утром можно было спокойно одеться, а не тратить время на то, чтобы рыться в шкафах и ящиках комода в поисках чистой рубашки или блузки, или пары гармонирующих с костюмом носков.



**Получайте удовольствие от еды.** Не храните крупу или фасоль в банках, если вы знаете, что каждый вечер у вас остается только 20 минут на приготовление пищи. Лучше купить салаты, сыр и высококачественный хлеб, что позволит вам быстро приготовить вкусное и питательное блюдо. Храните часто используемые вами продукты, например, пакетики чая на видном месте, чтобы вам не пришлось долго искать их за другими банками и коробками. Не делайте продукты недоступными и трудно находимыми.

**Готовьтесь к смене времен года.** Попробуйте также строить свою жизнь с учетом сезонных изменений. Несмотря на то, что это находится в полном соответствии с естественным циклом нашей жизни, некоторым людям очень трудно приспособиться к темным и холодным дням зимы. Если это характерно также и для вас, то подумайте, что вы можете предпринять, чтобы сделать зимнее время более приятным для себя. Потратьте деньги на то, чтобы построить в своем доме камин, растапливаемый натуральной древесиной, перед которым можно было бы уютно устроиться в холодные зимние дни. Вам необходимо пережить зиму, как фазу энергии воды, однако короткий отпуск в каком-нибудь теплом и солнечном месте мог бы принести вам массу пользы и удовольствия.



## Вам нравится одиночество?

Если вы одиноки в настоящее время, но собираетесь изменить положение, оглянитесь вокруг себя, поразмыслите о том, какой образ жизни вы ведете, и постарайтесь поставить диагноз того, что представляет собой окружающая вас обстановка. Имеет ли место нарушение равновесия энергии ци в вашем доме? Не создает ли он впечатление жилища, в котором все говорит о том, что «Одиночество – мое призвание!»? Как вы живете сейчас, и как хотели бы жить дальше?

**Счастливый дом.** Когда вы посещаете дом человека, который наслаждается своей одинокой жизнью, вы часто обнаруживаете одиноко стоящее красивое и здоровое дерево в его саду, одно-единственное комфортабельное кресло в гостиной (рядом с которым часто можно увидеть более жесткий стул), один табурет возле стола или стойки бара на кухне и роскошную ванную комнату, очевидно предназначенную для одного человека, с одним полотенцем на вешалке. В спальне кровать обычно придвинута к стене, так чтобы на нее было удобно лечь только одному человеку.

**Одинокий дом.** Мне приходилось давать множество консультаций людям, утверждающим, что они хотели бы найти себе пару. Но после того как я осматривала дома этих людей, мне нередко приходилось констатировать тот факт, что на самом деле в них не было места для кого-либо еще, настолько они были заполнены вещами своих владельцев. Некоторым из них даже приходилось срочно убирать книги и журналы со стула, чтобы освободить для меня место.

**Заполните пробелы.** Почему вы посылаете Вселенной такое убедительное сообщение о том, что вы счастливы в одиночестве, если на самом деле вы чувствуете, что ваша жизнь вдвоем с другим человеком была бы более полной? Вероятно, совместная жизнь с партнером – это совсем не то, что вам действительно нужно; может быть, вы чувствуете свою неполноценность в какой-то другой области и считаете, что связь с другим человеком поможет заполнить этот пробел. Если какой-либо человек обладает очень слабо развитым чувством собственного достоинства несмотря на успешную карьеру, то этот человек может ощутить потребность в партнере, в котором он рассчитывает найти опору, в то время как, возможно, ему требуются совсем другие способы для повышения самоуважения.

**Вывесьте плакат «добро пожаловать!»** Если вы все-таки уверены в том, что вам необходим партнер для полноценной жизни, постарайтесь сделать все, чтобы ваш будущий партнер почувствовал себя желанным гостем в вашем доме. Примите соответствующие меры, например, поставьте второе кресло в гостиной и еще один стул на кухне и освободите жизненное пространство для человека, которому предстоит войти в вашу жизнь. Приготовьте свой дом к жизни супружеской пары.

## Когда что-то идет не так

Даже когда супружеская пара много лет провела вместе, и кажется, что партнеры идеально подходят друг другу, под внешней видимостью безоблачного счастья могут таиться глубоко укоренившиеся проблемы.

**Выявление проблемы.** Иногда, когда люди провели вместе долгие годы, они вдруг обнаруживают, что что-то разладилось в их отношениях, хотя им трудно в точности определить, что именно. Фэн-шуй может помочь вам выявить проблему и устранить ее, даже если вы не знаете, что вам делать в эмоциональном плане, поскольку применение этой философии позволяет решить проблему на физическом уровне.

## Воскрешение отношений

Когда вы пытаетесь решить проблемы, накопившиеся на протяжении вашей долговременной связи, важно вернуться к самым истокам этих проблем, а это может означать, что вам потребуется начать применение фэн-шуй с изменения окружающей среды вашего дома.



**Генеральная уборка.** Зайдите на задний двор, исследуйте тыльную часть вашего дома на предмет наличия признаков запустения и обдумайте, каким образом можно исправить выявленные недостатки. При этом вы обнаружите, что некоторые из них могут послужить прямой аналогией того, что происходит в ваших взаимоотношениях с партнером. Тщательно проверьте все забытые, расположенные на отшибе шкафы, и если вы обнаружите в них – или в кладовой, или даже в вашей спальне – предметы, которыми не пользовались годами, то вы окончательно осознаете, что главная причина проблем заключается в вашей небрежности и пренебрежении – вы просто не обращали должного внимания на свои отношения с любимым человеком.

**Обращайте внимание на детали.** Начните посвящать такое же внимание менее заметным, потайным уголкам своего дома, какое вы уделяете его главным помещениям. Ставя вазу со свежими цветами в запасную спальню, мысленно стройте какие-нибудь волнующие планы вашего совместного времяпровождения, например, экзотического путешествия. Проводите больше времени наедине со своим любимым человеком. Устройте романтический ужин на двоих, отказавшись от похода в ресторан с группой друзей. Даже если этот вечер окажется не очень удачным, вы поймете, что именно не ладится в ваших отношениях, и сможете приступить к решению этих жизненно важных для вас проблем, вместо того чтобы разыгрывать счастливую пару в парадных гостиных своего дома под бдительными взглядами



своих друзей.

## Состояние равновесия

Конечно, проблемы личных взаимоотношений нельзя решить с помощью каких-либо магических средств, однако, используя фэн-шуй для коррекции нарушения равновесия вашей энергии земли, вы можете научиться выявлять эти проблемы и работать над их решением.

**Исследуйте свою энергию.** Во-первых, осмотритесь в своем доме и задайте себе соответствующие вопросы, так чтобы вы могли осознать, что происходит в вашей жизни. Затем рассмотрите возможные причины нарушения равновесия вашей энергии земли и подумайте о том, как их можно исправить.

**Продолжайте наблюдения.** Если вы будете продолжать задавать себе эти вопросы на протяжении всей последующей жизни, то ощутите себя более полноценным человеком, имеющим твердую почву под ногами. Это, в свою очередь, сделает вас более здоровым человеком в физическом, моральном и духовном плане и приведет к расцвету вашей личности. Вы обнаружите, что вещи, в которых вы нуждаетесь, будут даны вам, кроме того, вы окажетесь в нужном месте и в нужное время для встречи если не со своим партнером по жизни, то с новыми друзьями, или же вам могут предложить новую работу. Энергия земли настолько важна для нашего общего благополучия, что даже если мы не будем использовать фэн-шуй ни для чего другого, кроме как для избавления от хлама и для попыток восстановить равновесие своей энергии земли, то все равно в нашей жизни обязательно произойдет поворот к лучшему.



**Сохранение равновесия.** Другие люди инстинктивно почувствуют, что ваша энергия земли находится в состоянии равновесия, и они потянутся к вам, ощутив, что вам удалось наладить свою жизнь. После того как вы должным образом сбалансируете свою энергию земли, у вас появится гораздо больше шансов привлечь к себе партнера по жизни, чья энергия земли также находится в состоянии равновесия.

И снова возвращаюсь к своей аналогии с цветком: если вы представляете собой прекрасный цветок, у которого нет прочных корней, то вы, скорее всего, привлечете к себе партнера типа бабочки, которую вы интересуете лишь в цветущем состоянии. Однако, когда цветок увянет из-за своих слабых корней, эта бабочка перелетит на другой цветок. Если же вы находитесь в уравновешенном состоянии, то привлечете к себе личность такого же типа, что будет наиболее благоприятным для вас. Когда сходятся два человека с уравновешенной энергией земли, то поддержание

отношений друг с другом станет для них не борьбой, а неотъемлемой частью естественного цикла жизни.