

Harmonia, bem-estar, saúde e proteção

Os segredos do feng shui em quartos de bebés



Um quartinho de bebé é daquelas imagens que a maioria das 'candidatas' a mamãs sonha desde muito cedo. Quantas de nós não crescemos a sonhar com esse momento? De sermos mães e de ter um filho lindo, saudável e muitas de nós até nos imaginamos a empurrar o carrinho pelo jardim numa manhã de primavera.

Quando chega, de facto, o momento, também todas queremos um quarto de princesa ou de príncipe para o nosso filho(a) e que o mesmo proporcione o melhor bem-estar, harmonia e desenvolvimento possíveis. Tal sonho é muito simples de



o conseguir. Basta que o quarto do seu bebé esteja de acordo com o feng shui e o mesmo vai proporcionar harmonia, bem-estar, saúde, proteção, um bom desenvolvimento e umas noites tranquilas. Ainda que se possam atingir melhores resultados com sugestões específicas para o bebé em causa, há muitos requisitos que se podem pôr em prática e com isso atingirem-se grandes resultados.

Sugestões

Para facilitar, vamos enumerar 10 sugestões:

1 Ter a cabeceira do berço bem protegida, isto é, encostada a uma parede ou a um móvel mais alto, para que o bebé tenha proteção, apoio e saúde.

2 Não colocar o berço na linha entre portas e janelas e muito menos ao centro do quarto, pois nestas zonas a energia é demasiado rápida e pode causar-lhe inquietude.

3 O quarto do bebé deve ter zonas bem definidas, ou seja, zona de dormir, zona de amamentar e zona de brincar, para que os pais consigam implementar horários e ritmos com maior facilidade.

4 Por baixo do berço não deve guardar nada para que a energia se possa regenerar. Caso o seu berço tenha gavetas, opte por guardar roupa de cama e atalhados.

5 Usar iluminação correta. Luz mais suave na zona de dormir e luz mais forte na zona de brincar.

6 Manter o quarto arrumado quando o bebé está a dormir ou não está em casa, para que este se sinta calmo e sereno.

7 Deve retirar tudo o que o bebé já não usa ou está quebrado.

8 Evitar espelhos e televisores. Caso contrário, o bebé terá um sono muito agitado.

9 Usar cores suaves. Cores fortes são muito ativas e podem tornar o seu bebé mais irrequieto.

10 Arejar e deixar o Sol entrar durante o dia.

Desde 2010 que dou *workshops* mensais no Centro Pré e Pós Parto em Lisboa e muitas das mães implementaram estas e outras sugestões, tendo assim alcançado muito bons resultados.

Caso ainda esteja à espera do seu bebé, pode aplicar estas medidas desde o início, mas caso o seu bebé já tenha nascido, experimente e sinta a diferença!

Votos de boas energias e de noites santas para todos!



Sofia Lobo Cera



Consultora Profissional de Feng Shui
Feng Shui Society Accredited Consultant
www.sofialobocera.com
geral@sofialobocera.com

