

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 mães 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 bebê 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 bebê 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 bebê 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 bebê 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 bebê está a dormir ou não está em casa**, para que este se sinta calmo e sereno.

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

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

**9 Usar cores suaves**. Cores fortes são muito ativas e podem tornar o seu bebê 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 bebê, pode aplicar estas medidas desde o início, mas caso o seu bebê 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](http://www.sofialobocera.com)  
[geral@sofialobocera.com](mailto:geral@sofialobocera.com)