



Te encuentras en Inicio / A fondo / Opinión /



**Montse Milian** es consultora de Feng Shui Tradicional y Astrología China, formada en la escuela Feng Shui Natural y con el Maestro Joseph Yu (*Feng Shui Research Center*). Ha trabajado en la gestión y la creación de contenidos y eventos y como consultora de comunicación. También, es cofundadora de la compañía de danza Gata Titania. Es licenciada en Filología (UB) y postgraduada en Dirección de Empresa (UPF). @: [fengshui@montsemilian.com](mailto:fengshui@montsemilian.com)

## Feng-shui y comedores colectivos, una herramienta para el bienestar

19-03-2013

Montse Milian

**Si bien es cierto que las aplicaciones del *feng-shui* repercuten sobre la decoración y búsqueda de la belleza y la armonía, la realidad va más allá y, entre otros beneficios, ofrece herramientas para el bienestar. El *feng-shui* ayuda a habitar un espacio en las mejores condiciones posibles.**

El *feng-shui* es una disciplina china milenaria que trabaja con la energía (o *Chi*) ambiental; algo que aunque a veces resulta imperceptible, siempre está presente y conviene que sea de forma armónica. Si esto no es así, y no se hace nada por modificarlo, puede afectar a la vida de las personas a todos los niveles (salud, relaciones, prosperidad...).

El *feng-shui* tradicional o clásico combina la 'Escuela de la forma' (que estudia el paisaje –natural, urbano o de interior–, así como la luz, el color, los elementos, aspectos simbólicos y otras variables) y la 'Escuela de la brújula' (que se sirve de cálculos basados en las orientaciones cardinales y en el impacto de determinadas constelaciones sobre la energía terrestre).

Los consejos de la 'Escuela de la forma' (que son los que desarrollaremos en este artículo), se pueden hacer extensibles, en genérico; mientras que la 'Escuela de la brújula' ofrece consejos personalizados para cada entorno (podemos decir que esta parte del *feng-shui* es al espacio, como la astrología a la persona... personal e intransferible).

Si bien es cierto que las aplicaciones del *feng-shui* repercuten sobre la decoración y búsqueda de la belleza y la armonía, la realidad va más allá y, entre otros beneficios, ofrece herramientas para el bienestar. El *feng-shui* ayuda a habitar un espacio en las mejores condiciones posibles y ofrece consejos para disfrutar, entre otras cosas, de una buena salud. En este marco, la alimentación se convierte en un elemento clave.

En la metafísica china, la energía de la nutrición se asimila a la energía de la madre (amorosa, cuidadora y apegada a la tierra) y está presente en el espacio de la cocina. La 'Escuela de la forma' aconseja para las cocinas los tonos tierra, para crear un entorno acogedor y 'nutritivo'. Si bien no hay una gama de colores ligada a los comedores en general (se tendría que estudiar caso por caso), sí hay algunas consideraciones que podemos tener en cuenta.

### Luz es vida

La energía es vida y la vida necesita la luz del sol. Si un comedor se encuentra en un entorno sin luz natural (subterráneos, naves cerradas, habitaciones sin ventanas...), es recomendable substituir las bombillas corrientes por luces de espectro completo que emiten la luz más parecida a la luz solar natural y que se pueden comprar en cualquier establecimiento que venda productos para la iluminación.

Es bueno, además, incluir en la decoración de estos espacios interiores representaciones de la naturaleza que nos acerquen al exterior (imágenes de paisajes) e incluso es aconsejable la reproducción de sonidos naturales (existen grabaciones especiales como las que se utilizan para la meditación). La salud y, en consecuencia, el rendimiento de las personas que utilicen el comedor mejorará.

### Orientaciones personales

Otra manera de aumentar el bienestar de los usuarios, por ejemplo en un comedor de escuela, sería sentarlos de manera que estén mirando hacia alguna de sus orientaciones cardinales favorables. Existe una forma sencilla de calcular rápidamente esto y así dividir los alumnos en dos grupos, este / oeste. También podríamos utilizar un color de silla diferente para los dos grupos existentes.

### Espejos

En el *feng-shui*, el simbolismo es muy importante. Entre otros sitios, no conviene colocar espejos en un lugar donde se puedan reflejar personas que comen ya que, por definición, al duplicarse esa acción, se podrían estar provocando problemas vinculados con la alimentación (sobrepeso, sobrealimentación...). Tampoco se deben colocar espejos, uno frente al otro, porque eso simboliza enfrentamiento.

## Mesas

En cuanto a las mesas, sería aconsejable que fuesen redondas o que tuviesen las esquinas redondeadas para evitar aristas que hagan mover la energía de forma agresiva (a este fenómeno los chinos lo llaman 'flecha envenenada'). También es importante que no sean transparentes. La simbología de una mesa 'invisible', representaría que lo que en ella se hace (en este caso alimentarse), no tiene consistencia ni importancia; en este caso podrían causarse problemas vinculados al poco aprovechamiento de los elementos nutricionales de la comida, a la mala asimilación de determinados componentes, etc.

## Una buena tortuga

La tortuga es uno de los cinco animales celestiales que tiene en cuenta la 'escuela de la forma'. Representa la protección que siempre tiene que haber tras un edificio (si hablamos de un exterior), o de una persona (si hablamos de interiores).

Una buena tortuga, sólida y protectora, equivale a estabilidad y seguridad. Es por eso que, en el caso de una construcción, está bien que cuente con algo que le proteja la parte trasera (una montaña sin peligro de desprendimiento, un grupo de árboles, edificios más altos...) y, por lo mismo, no se recomienda sentarse o dormir de espaldas a una puerta y en cambio, si se recomienda tener un buen respaldo en una silla cuando trabajamos o un buen cabecero en la cama.

En el caso de los comedores, contar con una buena tortuga equivale, sobre todo, a no tener que sentarse de espaldas a una puerta o ventana. Sentarse en malas condiciones provoca un gasto inconsciente de energía que al final va desgastando el organismo.

Como conclusión comentar que en el *feng-shui* hay una parte del conocimiento atribuible al sentido común y otra al simbolismo. Tanto una cosa como la otra, son muy fiables.

Por último decir que éstos son consejos generales pero si se quiere armonizar un espacio concreto mediante la combinación exacta y necesaria de elementos (fuego, tierra, metal, agua y madera), es necesaria la intervención de un consultor profesional. Para el estudio y mediante la 'escuela de la brújula', se tendrá en cuenta la fecha de nacimiento de ese espacio; y mediante la geobiología, se comprobará también si en algún punto del habitáculo hay alguna geopatía que tenga que ser evitada.

Artículo relacionado:

– ['El Feng-shui en las cocinas: pequeños cambios para armonizar la energía'](#).