

# FENG SHUI V PRAXI

## OČISTA

Konkrétne praktické rady ako si pritiahnúť do života  
lásku, zdravie, šťastie a bohatstvo



Ing. Daniela Rau, Bc. / Zuzana Zboravova

FENG SHUI V PRAXI

# OČISTA

Pritiahnite si lásku, zdravie, šťastie a bohatstvo

Konkrétne rady a návody



© 2014 Ing. Daniela Rau a Bc. Zuzana Zborayová  
[www.fengshui-byvanie.sk](http://www.fengshui-byvanie.sk)

# OBSAH

## KAPITOLA 1

Pár slov na úvod .....	6
Očista domu, bytu a kancelárie .....	9
V harmónii s prírodou .....	10
Očista podľa Feng shui .....	11
Rôzne druhy energií .....	12
Iné zdroje negatívnej energie .....	14

## KAPITOLA 2

Očistite myseľ aj spomienky .....	17
Zamyslite sa nad ľuďmi vo svojom okolí .....	18
Váš dom je špongia .....	18
Naladte svoju myseľ na očistu priestoru .....	20

## KAPITOLA 3

Ako začať očistu priestoru .....	22
Ako postupovať .....	23
Vchod do domu je začiatok cesty očisty .....	25
Vstupné dvere .....	27
Rohožka .....	34

## **KAPITOLA 4**

Pokračovanie cesty očisty – Spálňa .....	36
--	----

## **KAPITOLA 5**

Tretie dôležité miesto očisty – Kuchyňa .....	40
Pri očiste nezabudnite .....	42

## **KAPITOLA 6**

Čo použiť na očistu priestoru?

Morská soľ .....	45
Octová voda .....	47
Vonné oleje .....	47
Vonné tyčinky .....	48
Očista zvukom .....	48
Ryža .....	49
Očista drahými kameňmi .....	49
Sviečky .....	50

## **KAPITOLA 7**

Rastliny vhodné na očistu .....	55
11 vzduch čistiacich rastlín .....	57
Záver .....	63

# KAPITOLA

1

## PÁR SLOV NA ÚVOD

≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈

Ďakujeme vám za stiahnutie elektronickej knihy s názvom FENG SHUI V PRAXI, ktorá vám pomôže lepšie sa orientovať v problematike **OČISTY domu, bytu či kancelárie**. Poskytne vám **konkrétne tipy** ako sa zbaviť nahromadenej negatívnej energie. Ako zabezpečiť do vašej domácnosti života prílev pozitívnej energie, lásky, bohatstva, či zlepšenia medziľudských vzťahov.

Dovoľte nám vysvetliť **dôvody**, prečo sme pre vás pripravili tento dokument. Na trhu je množstvo čiastkových informácií, ktoré však treba náročne vyhľadávať. My sme pre vás pripravili jedinečnú knihu plnú kompletných, jednoduchých a **ľahko využiteľných** informácií a rád.

**Cieľom materiálu**, ktorý práve čítate, je pokúsiť sa **zmeniť váš pohľad** na vašu schopnosť ovplyvniť svoj život. Upriamiť vašu pozornosť na to, čo **môžete urobiť**, ak si želáte zmenu. Nech sa táto zmena týka akejkoľvek oblasti vášho života.

Či tomu **veríte** alebo nie, učenie Feng Shui je overené tisíckami rokov. Nie náhodou ho niektoré národy využívajú až dodnes. V prírode je základ nášho bytia a modernou technikou nevyriešite všetko.

Prostredníctvom tejto publikácie vám chceme odovzdať **cenné a dôležité myšlienky**, ktoré vás povedú cestou k **pozitívnej zmene**. Ak ste sa rozhodli konať, očista je tá prvá a najlepšia voľba. Pretože ak túžite po zmene, treba jej vytvoriť najprv miesto. Pomocou očisty vytvoríte miesto na materiálnej aj duchovnej úrovni.

Ak nechcete, aby vás minulosť ťahala za nohu stále späť, treba sa zbaviť všetkého, čo s ňou súvisí. Ak sa chcete **cítiť lepšie a zdravšie**, treba si vytvoriť lepšie a zdravšie prostredie.

Ako pomocou očisty pritiahnete do svojho života lásku, šťastie, zdravie a bohatstvo sa dozviete v nasledujúcich stranách.

Želáme vám príjemné čítanie.

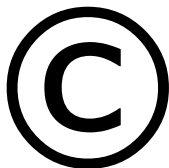
*Daniela a Zuzana*

*Pokiaľ pri čítaní tohto e-Booku narazíte na niečo, čo Vám nebude jasné, alebo sa budete chcieť na niečo spýtať, neváhajte nám napísať. Aj keď otázky mať nebudete, budeme veľmi radi, keď nám dáte vedieť ako vám darí meniť svoj domov a spolu s ním aj svoj život.*

*Napíšte nám na mail: [info@fengshuibyvanie.sk](mailto:info@fengshuibyvanie.sk)*

**Upozornenie pre čítajúcich a užívateľov tejto knihy!**

Všetky práva vyhradené. Žiadna časť tejto elektronickej knihy nesmie byť reprodukováná a šírená bez predchádzajúceho písomného súhlasu autora. Neoprávnené použitie tejto knihy môže byť trestne stíhané.





## OČISTA DOMU, BYTU a KANCELÁRIE

≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈

Potrebujete zmenu vo svojom živote? Ste nespokojní so svojím životom? Urobte očistu svojho domu, bytu či kancelárie! Ozdravte svoj domov a život pomocou feng shui.



Očista priestoru kde bývate, je ako keď sa osprchujete po ťažkom dni. Vnesie do priestoru novú, čistú a sviežu energiu. Pretože až keď „odsuniete“ staré veci, **urobíte priestor pre nové veci, nové príležitosti či nové vzťahy.** Čistý domov okamžite zmení svoju atmosféru a váš pocit z neho. Spolu s nečistotou na vašom nábytku a prebytočnými vecami v ňom, sa zbavíte nepríjemných spomienok a negatívnej energie stagnujúcej vo vašom príbytku.

Verte, **vráti sa vitalita a energia nielen do vášho bytu, ale aj do vášho života.**

## V HARMÓNII S PRÍRODOU



Feng shui v preklade znamená **vietor a voda**. Toto učenie spočíva v predstave, že sme spojení so všetkým okolo nás, vo vesmíre aj v prírode.

Toto staroveké učenie využíva prírodné sily tak, aby pracovali pre nás. Život v harmónii s prírodou a jej silami je oveľa ľahší a prináša pozitívny vplyv na životy ľudí v mnohých smeroch.



Harmónia, ktorá začína vo vašom domove sa prenesie aj do vášho života. Feng shui vám môže pomôcť zlepšiť partnerský život, budovanie kariéry, zdravie, medziľudské vzťahy, financie. Spravte zmenu vo svojom domove a tešte sa z pozitívnych zmien, ktoré budú prichádzať do vášho života. Objavte, aké je ľahké privítať šťastie spôsobom overeným po tisíce rokov.

Majte stále na pamäti, že energia vo vašej domácnosti ovplyvňuje vašu pohodu.

## OČISTA PODĽA FENG SHUI



**Očista** je podstatou Feng shui. Tradičné „veľké upratovanie“ pred Vianocami či Veľkou nocou má svoje opodstatnenie. Zbavujeme sa nepotrebných vecí a nánosov nečistôt nahromadených počas celého roka. Tým sa zbavujeme aj negatívnej energie, ktorá sa v byte či dome nahromadila počas roka. Vznikla stresom, ktorý sme zažili či s problémami, ktoré sme riešili. Avšak iba 2x za rok to nestačí na to, aby sme stále žili v harmónii a pokoji.

**Negatívna energia nahromadená v priestore nás vyčerpáva** a môže nám spôsobiť veľa ťažkostí.

**Pamätajte si:** neporiadok je najväčší nepriateľ šťastia, úspechu a všetkého pozitívneho.

Chaos a neporiadok spomaľuje tok energie a vytvára priestor pre hromadenie zlej energie s negatívnym vplyvom na náš život. Čistý domov okamžite mení atmosféru a pocit z neho. Vráti sa nám vitalita a energia. V takomto domove sa ľahšie relaxuje a uchováva dobré zdravie.

## RÔZNE DRUHY ENERGIÍ



Okolo seba máme rôzne druhy energií. Môžeme ich jednoducho rozdeliť podľa toho, ako na nás pôsobia.

**Pozitívna energia** pôsobí na naše telo a psychiku priaznivo a liečebne. Preto ju berieme ako samozrejmosť.

**Negatívna energia** nám spôsobuje rôzne problémy. Pokiaľ sú naše telo a psychika vo vzájomnej harmónii, dokážeme sa s negatívnou energiou vysporiadať. Problém nastáva pri oslabení psychiky a organizmu. Pravidelnou očistou priestoru a aj mysle sa dokážeme ubrániť negatívnym účinkom tejto energie na našom tele a zdraví.

**Povrchová negatívna energia** sa doslova nalepí na povrch nášho tela. Získame ju pri bežnom stretávaní sa s ľuďmi. Rovnako ju môžeme nevedomky odovzdať niekomu inému. Prejaviť sa môže bolesťou hlavy, krku, kĺbov, nôh či iným oslabením časti tela. Problém je v tom, že si ju prinesieme domov a čiastočne sa jej zbavujeme dotýkaním sa vlastného nábytku, ostatných členov rodiny alebo domácich miláčikov (pes, mačka,..).

Preto je vhodné si po príchode domov dôkladne umyť ruky, vymeniť šaty za domáci odev, či prípadne sa osprchovať. Pri sprchovaní si môžete



predstaviť, ako sa z vás negatívna energia vodou zmýva. V prírode sa môžete negatívnej energie zbaviť napr. dotýkaním stromov, nakoľko stromy dokážu negatívnu energiu zužitkovať.

**Vnútornej negatívnej energie** sa dá zbaviť ťažšie. Nalepí sa na oslabený orgán a obmedzuje ho pri plnení jeho funkcie. Výsledky lekárskeho vyšetrenia môžu byť v norme a nemusia ukazovať na chorobu, ale napriek tomu sa necítíme dobre. Pravidelná očista nám môže pomôcť udržať dobré zdravie alebo prispieť k jeho zlepšeniu.

## INÉ ZDROJE NEGATÍVNEJ ENERGIE



Negatívna energia nevzniká len pôsobením neporiadku v domácnosti, ale môžu ju vytvoriť aj predmety okolo nás. Napríklad **ostré vyčnievajúce rohy, šikmé stropy, trámy, stĺpy, stromy brániace vstupu energie do domu, praskliny v stenách, dlhé chodby.**

Každý roh, ktorý má 90 ° a ostrejší vytvára negatívnu energiu. Tieto rohy vysielajú do okolia tzv. jedovaté šípy, ktoré narušia naše energetické pole. Ak sedíme, alebo spíme na mieste kam mieri ostrý roh, môže nám poškodiť zdravie či narušiť životnú rovnováhu. **Pomôcť si môžete posunutím nábytku**, kúpou nábytku s oblými rohmi. Ak nie je možné posunúť nábytok, môžete zamedziť šíreniu negatívnej energie tak, že **pred roh postavíte vyššiu kvetinu** alebo iný dekoračný predmet. Ďalšia možnosť je **zavesenie zvonkohry či kryštálu**. Ostré rohy stola môžete **prekryť obrusom**.

**Trámy a šikmé stropy** neprirodzene deformujú energiu priestoru a narúšajú vašu energiu. Najväčší problém je ak sú nad posteľou alebo jedálenským stolom. Nad posteľou môže spôsobiť oslabenie alebo chorobu tej časti tela, kadiaľ trám

prechádza. Ak vedie stredom postele, môže spôsobiť nehody partnerov.



Trám nad jedálenským stolom rozdeľuje ľudí, ktorí sa za ním zdržujú. Hrozia hádky. Najjednoduchšie riešenie je opäť **presun nábytku**. Ďalšie riešenie je **falošný strop**. Ak nie je možné žiadne z týchto riešení, zaveste tam osemhranné zrkadlo alebo bambusovú flautu. Nad jedálenský stôl môžete **zavesiť kryštál** guľovitého tvaru.

# KAPITOLA

2



## OČISTITE MYSEĽ AJ SPOMIENKY



Odstraňovanie zbytočností nemusí byť ľahké. Niektoré predmety nám pripomínajú krásne chvíle a nechceme sa ich vzdať. Sú však aj také, s ktorými máme spojené nepríjemné spomienky a vzbudzujú v nás sklúčené pocity. Také predmety sú **nositeľmi negatívnej energie**. Môže to byť prstienok, obraz, skriňa či stolík, ktorý sme kúpili s bývalým manželom, či zdedili po príbuznom, s ktorým sme nemali dobrý vzťah. Aj keď sú to neživé predmety, dokážu nám živo pripomínať udalosti a vracajú nepríjemné spomienky, o ktoré nestojíme. Treba sa ich zbaviť a naladiť sa aj na vnútorný proces očisty. Rozlúčiť sa so smutnými udalosťami či krivdami je nevyhnutné, ak chcete ísť životom ďalej v šťastí a harmónii a vytvoriť si **priestor pre nové pozitívne zmeny**.

**Vyradiť by ste mali aj predmety**, ktoré sú v dobrom stave, ale už o dané veci nemáte záujem. Môžete sa s nimi podeliť s ostatnými. Venujte ich na charitu a sledujte, ako sa vám **život naplní novou energiou**.

## ZAMYSLITE SA NAD ĽUDMI VO SVOJOM OKOLÍ

≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈

Rovnako ako môžete odstrániť zbytočnosti zo svojho životného priestoru a mysle, môžete svoj svet očistiť aj od zbytočných známych. Skutočne sa nepotrebuje rozčuľovať kvôli ľuďom, ktorí vás sústavne zhadzujú, znechucujú a deprimujú tým, že reagujú negatívne na to, čo robíte, hovoríte a pre čo sa rozhodujete. Naopak spriaznené skupiny ľudí, ktorými sa obklopite, vám dodajú životnú energiu. **Obklopte sa ľuďmi, ktorí vo vás vyvolávajú dobré pocity**, pripomínajú vám úspechy z minulosti, vedia vás rozosmiať a dodávajú vám pocit, že dokážete všetko na svete. Neexistuje negatívnejšia energia, než prichádzajúca od negatívnych kritických ľudí. Nemilosrdne sa ich zbavte!



### VÁŠ DOM JE AKO ŠPONGIA

≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈

Niekedy sa najmä pri sťahovaní do staršieho domu či bytu stáva, že sa necítite dobre, zle spíte,

ste nervózní a podráždění. Může to být způsobené přítomností negativní energie, která odčerpává tu naši. Táto energia väčšinou ostáva po niekom, kto tam žil pred nami.

Môže to byť aj dôsledkom silných negatívnych emócií, myšlienok, udalostí a stresu, ktoré ste zažili vo svojom priestore. **Váš dom je ako špongia. Všetko, čo sa v ňom deje, vstrebáva sa do stien, nábytku, kobercov a pod.** Najčastejšie sa tieto negatívne energie hromadia v rohoch, zastrčených a neuprataných miestach. Všade tam, kde energia neprúdi a stagnuje. Preto je potrebné túto energiu rozprúdiť.

Najlepšie sa jej zbavíme, keď pootvárame všetky okná, dvere, skrine, krabice, mikrovlnku, ... Všetky miesta, na ktoré si spomeniete, kde by mohla byť uzavretá. Otvorené okná vpustia do priestoru čerstvý vzduch, ktorý energiu rozhýbe.



Tak ako príroda na jar je zaplavená prílevom novej energie a znovuzrozením, tak aj váš domov dostane dávku **sviežosti a čerstvej energie**.

## **NALAĎTE SVOJU MYSEĽ NA OČISTU PRIESTORU**

≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈

Skôr než začnete so samotnou očistou priestoru, **sústred'te svoju myseľ na svoj cieľ, ktorý chcete očistou dosiahnuť**. Majte skutočne jasno v tom, čo vám má očista priniesť. Je lepšie si stanoviť cieľ všeobecnejšie (napr. zdravie pre celú rodinu a nie len pre jedného konkrétneho člena). Na potvrdenie si môžete svoj cieľ napísať na list čistého papiera, ktorý si odložíte. Počas očisty majte stále na mysli výsledok, ktorý od očisty očakávate.

# KAPITOLA

3

## AKO ZAČAŤ OČISTU PRIESTORU?

≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈

**Základom je odstrániť neporiadok v byte a zbaviť sa starých nepotrebných vecí.**

Dôkladne upratovanie je výborný spôsob, ako sa zbavíte starej atmosféry z predchádzajúcich období. Každý deň, týždeň, mesiac a aj roky nosíme do svojich obydlí nové a nové veci. Ale priznajte si, kedy ste niečo naposledy vyniesli preč? Teda ak nepočítate smetný kôš.

**Predstavte si:** keby bol váš dom ako vaše telo a vy by ste každý deň, týždeň či rok len jedli a jedli a nevyprázdňovali sa. Akoby ste sa cítili? Asi dosť preplnene a vôbec nie príjemne. Takto sa cíti aj váš byt – preplnený. A tak **ako aj telu doprajeme aspoň niekoľkokrát za rok očistu, tak ju doprajme aj nášmu bytu.**

Každý z nás využíva svoj vlastný systém pri upratovaní. **Najdôležitejšie je zbaviť sa zbytočností,** ktoré sa po určitom čase nahromadili. Napríklad: staré obnosené topánky, šaty, staré noviny, časopisy a pod. **Nepotrebné veci predstavujú mŕtvu energiu, ktorá bráni príchodu novej.** Staré veci zaberajú miesto

novým. Pozor však na túto vec: pri vyhadzovaní vecí berte ohľad na svojich najbližších, vrátane malých detí. Nevyhadzujte bez ich vedomia predmety, ktoré majú pre nich význam. **To, čo je pre jedného člena rodiny bezcenné, môže byť pre druhého pokladom a krásnou spomienkou.**

## AKO POSTUPOVAŤ?

≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈

Každú miestnosť začnite upratovať **od najvzdialenejšieho miesta od dverí** a postupne upratujte smerom von z miestnosti. Je to preto, aby ste negatívnu energiu vyhnali von z miestnosti a nie ju „zatlačili“ do vnútra.



Hlavnými oblasťami, na ktoré doporučujeme sa pri očistení domácnosti zamerať (a udržiavať ich neustále čisté) sú nasledovné: **vchod, spálňa a kuchyňa.**

V každej miestnosti si všímajte všetko: podlahy, steny, strop. To čo je v skriniach, na nich alebo pod nimi či za nimi. Veci, ktoré sú poškodené, popraskané, nefunkčné. Nezabudnite aj na také detaily, ako je umyť špinavé topánky v predsieni, očistiť špinavé zrkadlá a umývadlá.

Všímajte si aj kvetiny. Či sú svieže alebo „melú z posledného“. Sušené a umelé kvety nie sú príliš vhodné, pretože sú nositeľmi mŕtvej stagnujúcej energie. Najvhodnejšie sú živé kvety a rastliny, ktoré dodávajú priestoru živú energiu. Mnohé z nich plnia nielen okrasnú funkciu, ale dokážu pohlcovať aj jedovaté výpary a čistiť vzduch. Ale o tom neskôr. Všetky rastliny vo vašom byte však musia byť zdravé a čisté. Bez prachu na listoch a bez parazitov. Verte, úžasnú silu má aj malý živý kvietok vo vázičke na stole v obývačke či v predsieni.



## VCHOD DO DOMU JE ZAČIATOK CESTY OČISTY

≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈

Očistu začnite pred vchodom do domu a v **predsieni**. Predsieň je prvá miestnosť, keď prichádzate domov a zároveň posledná, keď odchádzate. Hlavný vchod do bytu



a následne predsieň je **cesta, po ktorej k nám prichádza nová energia.**

Veci v predsieni sú často v neustálom pohybe. Vyzývame sa tu - obúvame, odkladáme topánky a kabáty, kľúče, dáždníky a kabelky.

Vchodom prijímame 70-90 % prírodnej energie, ale dôležité pre nás je, aká bude daná energia. Pamätajte, aká energia vstúpi dvermi do vášho domova, taká sa ním bude šíriť aj do ďalších miestností. Preto by mal byť vstup do domu či bytu čo najharmonickjší, čistý a vždy uprataný. Vchod a predsieň by mali svojou čistotou a priechodnosťou „pozývať“ novú energiu do vášho príbytku. Odzrkadľujú vašu túžbu privítať nové skúsenosti a príležitosti.

## **Vchod do domu sú akoby vaše ústa. Mali by byť vždy usmiate, veselé a príjemné.**

A nie ovisnuté, s popraskanými perami (múrmí), či špinavými zubami (s predsieňou plnou špiny).

Čo je podľa vás krajšie? Čo by ste urobili na mieste príjemnej energie?



Keď idete okolo radu ľudí (to znamená domov) a jeden z nich sa usmieva, kam by ste zamierili?

Pohľad na váš vchod do domu by vás mal pri návrate domov ukládať, uvoľniť a rozveseliť. Mal by byť taký, aby ste pri prvom otvorení dverí si povedali „Fajn byť zase doma“ a nie „Och, aký neporiadok, špina a tma“.

Pokiaľ je váš predný vchod otrhaný, zarastený a zle osvetlený, môžete sa cítiť zmätený/á, unavený a plný obáv. Opýtajte sa sami seba- lákajú vaše predné dvere a predsieň vitalitu? Alebo vaše dvere vŕzgajú a preto sa cítite nervózne a frustrovaný? Pozrite sa na váš vstup do domu/ bytu novými očami a rozlúštite, aké správy dostáva váš mozog vždy, keď prídete domov.

Potom, čo vstúpíte do vnútra, zamyslite sa, čo v danom okamihu vidíte. Pokiaľ vidíte hneď do kuchyne, môžete sa v živote cítiť nespokojní so svojou hmotnosťou. Ak po vstupe do predsieni máte oproti hneď holú stenu, môžete sa v živote cítiť, akoby ste neustále narážali hlavou proti múru. Alebo ak nemôžete cez predsieň prejsť kvôli zavádzajúcim topánkam, kabátom či inému neporiadku, potom sa pravdepodobne cítite frustrovaní, stagnujúci a s nedostatok energie.

## VSTUPNÉ DVERE

≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈



Vstupné dvere majú váš domov ochraňovať. Preto by mali byť **masívne.**

Nie je vhodné, aby boli napr. sklenené (keď už chcete sklo, tak aspoň matné alebo prekryté závesom alebo žalúziami).

Používanie (otváranie) vchodových dverí znamená, že dom sa pravidelne osviežuje energiou - a to

znamená viac peňazí. Predné dvere sa nachádzajú v časti domu, ktorá zodpovedá bohatstvu, obchodu a kariérnym príležitostiam.

Tým, že budete udržiavať vaše vchodové dvere pekné a čisté, budete vytvárať viac prospešnej energie pre váš domov a bohatstvo pre vás a vašu rodinu.

### **Aké by vstupné dvere a vchod mali byť:**



- Krásne a čisté
- Uistite sa, že pred nimi nie je neporiadok a rôzne prekážky
- Sú dostatočne osvetlené
- Sú ľahko identifikovateľné (nájditeľné)
- Sú v perfektnom stave

### **Aké by vstupné dvere a vchod nemali byť:**



- Zbavte sa neporiadku a iné prekážok
- Odstráňte vyschnuté a uschýnajúce rastliny
- Opravte nestabilnú alebo kývajúcu sa dlažbu pred vstupnými dverami
- Odstráňte nečistoty a smeti.

**Vchodové dvere sú dvere k bohatstvu.** Aby táto veta platila, treba predné dvere naozaj čo najčastejšie používať (nechodiť domov bočnými či

zadnými dverami) a dvere musíte neustále udržiavať čisté a v dobrom funkčnom stave. Škrípanie pántov a olúpaný náter dverí nepozýva bohatstvo vstúpiť do domu, ale práveže znižuje hladinu energie celého domu.

Pre maximalizovanie energie prinášajúcej bohatstvo do vášho domu, **namaľujte vaše vchodové dvere priaznivou farbou.**

A akú farbu dverí si zvolíte? Zvoľte si takú farbu dverí, ktorá zodpovedá svetovej strane a **živlu prislúchajúcemu danej svetovej strane**, na ktorej sa dvere nachádzajú.

A ešte lepšie je zvoliť si farbu, ktorá **daný živel (kde sa nachádzajú vaše dvere) podporuje.**

Ktorý živel (prvok) podporuje tvorbu ktorého živlu, nájdete na nasledujúcom obrázku:



Obr.: Farby podľa živlov



**Severná orientácia dverí** je vodný prvok, preto svoje vstupné dvere namaľujte farbou prvku **voda**: tmavomodrá, čierna alebo farbami prvku **kov**: biela, šedá farba, ktoré produkujú prvok voda.

Hovoríte si, že čierne dvere si neviete predstaviť? Pozrite sa ako zaujímavo vyzerajú vstupné dvere na dome anglického premiéra (viď obr.)



## Severovýchodná a Juhozápadná orientácia

**dverí** je prvok zeme, preto svoje vstupné dvere namaľujte farbou prvku **zeme**: hnedá, okrová alebo farbami prvku

**ohneň**: farba červená, fialová, oranžová, ružová, ktoré podporujú prvok zeme.



## Východná a Juhovýchodná orientácia dverí

je prvok dreva, preto svoje vstupné dvere namaľujte farbou prvku **drevo**:

bledozelená, tmavozelená alebo farbou prvku **voda**: čierna farba, modrá alebo fialová, ktoré podporujú prvok dreva.



## **Západná a Severozápadná orientácia dverí**

je prvok kovu, preto svoje vstupné dvere namaľujte farbou **kovu**: biela, zlatá, šedá alebo farbou **zeme**: tmavošedá, béžová, žltá, fialová alebo terakotová, ktoré podporujú prvok kov. **NIKDY** nenamaľujte tieto dvere červenou farbou!



## **Južná orientácia dverí**

je prvok oheň, preto svoje vstupné dvere namaľujte farbou **ohňa**: oranžová, červená alebo farbou prvku **drevo**: zelená a hnedá farba, ktoré podporujú prvok oheň.

**Na bočné strany pred vchodové dvere** je dobré umiestniť vysoké črepníkové rastliny alebo kríky.



Tieto budú do domu „lákať“ energiu čchi a budú vytvárať viac bohatstva a energie pre váš domov (viď obr.).



Uistite sa, že predné vchodové dvere a zadné dvere na vašom dome nie sú v jednej priamej línii. Ak áno, tak energia, ktorá vojde dnu vyletí rovno zadnými dvermi von. A to isté sa pravdepodobne deje aj s vašimi peniazmi: rýchlo prídu, ale aj rýchlo odídu. Takúto energiu je preto potrebné spomaliť, aby sa vo vašom dome chvíľu „zdržala“. Na spomalenie toku energie je vhodné umiestniť na ceste medzi týmito dvoma dverami niečo guľaté, napr. okrúhly stolík alebo okrúhly kvetináč.

## ROHOŽKA



≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈

Rohožku by sme mali udržiavať neustále čistú a „pozývajúcu“ nás dnu. Červená farba symbolizuje životnú energiu, preto sa vo feng shui častokrát doporučuje. Avšak dôležitejšie pred farbou je to, aby bola rohožka vždy čistá.

### **Spred hlavného vchodu a z predsieni odstráňte:**

Smetný kôš, popraskané a poškodené veci a veci, ktoré tam nepatria (bicykle, skateboardy, staré topánky, záhradné náradie,...). Došlú poštu a účtenky nenechávajte na veľkej kope na poličke v predsieni. Budú sa vám kopiť úradné listy a účty. Radšej ich odložte do malej zásuvky alebo dajte do inej miestnosti.

V predsieni skladujte len sezónne oblečenie, ktoré aktuálne používate. Kabáty, bundy či mikiny, ktoré potrebujete mať sezónne po ruke pri odchode z domu, uložte do skrine v predsieni.

**Nezabudnite: vaše dvere a vstup do domu sú vašou bránou k bohatstvu.**

# KAPITOLA

4

## POKRAČOVANIE CESTY OČISTY - SPÁLŇA

≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈

**Spálňu** feng shui považuje za jednu z najdôležitejších miestností v dome. Okrem iného aj preto, že v nej strávime väčšinu času (i keď



počas spánku). Spálňa by mala byť miestom nášho oddychu, relaxu a **partnerskej harmónie**. Mali by sme v nej nájsť osvieženie nášho tela i mysle. Feng shui spálňa by mala byť útulná, komfortná, intímna, pokojná, zmyselná a hlboko upokojujúca. Nemala by slúžiť ako skladisko, pracovňa či telocvičňa. Preto ak chcete zlepšiť váš partnerský vzťah alebo si nájsť nového partnera (v prípade, že ho aktuálne nemáte), očistu spálne začnite s tým, že z nej odstránite všetky veci, ktoré do nej nepatria. Odstráňte cvičebné stroje či krabice so šanónmi plnými pracovných dokladov. Pokiaľ máte v izbe televízor, lepšie je ho odstrániť. Ale pokiaľ sa radi vo dvojici túlite pri pozeraní romantických

filmov, tak dilemu s televízorom vyriešte tak, že ho dáte do zatvárateľnej skrinky.

Zo spálne ďalej odstráňte všetok neporiadok spod postele, spoza skrine. Očistite poličky, lampy, záclony i matrace. Vytriedte staré oblečenie v skriniach. V spálni by nemali byť kvetiny (príliš veľa aktívnej energie) a ani voda alebo obrázky s vodným motívom (príliš veľa emocionálnej energie).

Pokiaľ nemáte aktuálne partnera a chceli by ste si ho nájsť, tak mu urobte aj miesto vo vašej skrini v spálni a aj miesto vo vašej posteli. Ako? Nechajte zopár políc v skrini prázdnych (alebo jednu polovicu políc), ustelte aj druhú polovicu postele a dajte tam napr. pekný vankúšik. Izbu presvetlite, aby mal do nej prístup „nový svieži vánok“.

Urobte tieto úpravy tak, že keď by sa váš nový partner mal nastahovať k vám hoci aj zajtra, aby sa mal kde zložiť. Pripravte mu miesto vo svojom živote i vo svojom dome.

Ak chcete, aby sa váš existujúci vzťah stal **viac**



**romantický** alebo chcete prilákať nový vzťah, tak odstráňte zo spálne obrázky, na ktorých je len jedna osoba.

Namiesto toho podporíte partnerstvo tým, že zavesíte alebo **umiestnite objekty dvojíc** (zaľúbené dvojice, dva obrázky, dve dekorácie,...). Takisto aj nočný stolík by mal byť na každej strane postele a na každom stolíku by mala byť stolná lampa.

Zo spálne **odstráňte aj fotky detí**. Dajte ich do inej miestnosti. Možno sa čudujete, prečo. I keď svoje deti máte najradšej na celom svete, ich fotky v spálni nemajú čo robiť. Spálňa nie je detská izba. Spálňa má byť útočiskom vás a vášho partnera. A ak sa chcete cítiť nielen ako matka, ale aj ako žena a partnerka, tak to urobte. Urobte si zo spálne oázu partnerstva (nie materstva). Určite sa aj pri sexe budete po takýchto úpravách cítiť viac ako žena a muž, než ako matka a otec vašich detí 😊



# KAPITOLA

5

## TRETIE DÔLEŽITÉ MIESTO OČISTY - KUCHYŇA



Kuchyňa je z pohľadu Feng shui takisto veľmi dôležitým priestorom vášho domova. Pripravujete tu jedlá, ktoré nám dávajú energiu a výživu.

Kuchyňa je prevažne reprezentovaná elementom ohňa. Preto kuchyňa je silným **indikátorom vašej prosperity a finančných zdrojov**. Potraviny symbolizujú bohatstvo a zdravie, takže venujte svoju pozornosť do tejto miestnosti, kde jedlo pripravujeme a varíme. Udržujte svoj sporák veľmi čistý a používajte na ňom všetky horáky. **Symbolizujú hojnosť vo vašom živote.**

Ideálna kuchyňa by mala byť svetlá, vzdušná a hlavne **čistá**. Preto je veľmi dôležité robiť aj v **kuchyni pravidelnú očistu**. Vitálna energia potom prejde aj do potravín, ktoré v kuchyni pripravíte.





Tu sú niektoré dôležité veci, ktoré by ste o kuchyni a jej očiste mali mať na pamäti:

**Čo áno:**



- Uistite sa , že vaša kuchyňa je čistá, dostatočne presvetlená a vyvetraná
- Všetky povrchy udržiajte čisté a bez neporiadku
- V skrinkách udržiajte poriadok a prehľadnosť
- Varte na plynovom sporáku (element ohňa), aktivuje hojnosť
- Vhodné sú tu črepníkové a sušené bylinky, kvety a ovocie
- Smetný kôš by mal byť na neviditeľnom mieste (napr. v skrinke)
- Varte na všetkých horákoch
- Sporák udržiajte čistý



**Čo nie:**



- Skrinky by nemali mať ostré hrany
- Odstráňte fotografie s priateľmi alebo členmi rodiny
- Vymeňte alebo minimalizujte žiarivkové osvetlenie
- Vyhodďte alebo opravte rozbitý a poškodený riad

## **PRI OČISTE NEZABUDNITE**

≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈

Dôkladne si prezrite svoju **knižnicu**. Vytriedte a usporiadajte knihy, ktoré tam máte. Knihy, ktoré už nechcete, darujte.

Skontrolujte **špajzu a zásoby potravín** po dobe spotreby. Pokiaľ potrebujete zlepšiť finančnú situáciu, vytriedte si **staré účty a doklady**.

**Okná a dvere** sú vstupnou bránou do vášho domova. Čisté okná a rámy vám



privedú do domu viac pozitívnej energie. Pri ich čistení do vody pridajte trochu octu a dôkladne vyutierajte. Pri očistení vyprášte alebo vytepujte aj koberce a pohovky. Záclony a závesy vyperte.

Takéto veľké upratovanie nemusíte stihnúť za jeden víkend. Radšej si **očistu rozdeľte po jednotlivých miestnostiach v dome.** Zapojte celú rodinu, aby pre vás očista nebola stresom.



Keď ukončíte upratovanie = očistu priestoru, sadnite si a v pokoji popremýšľajte, či ste urobili všetko potrebné alebo či sa potrebujete ešte k niektorému miestu vrátiť. Pretože niekedy je nevyhnutné čistiť priestor po častiach. Ak momentálne nemáte dosť síl alebo času na pokračovanie, napíšte si, čo všetko ešte chcete upratať a v duchu si stanovte nový termín. Nepreťažujte sa. Keď sa cítite vyčerpaní, tak zabúdate na pravú podstatu čistenia.

**Čistenie priestoru má priniesť pozitívnu energiu. Takže ak ste unavení, čistenie odložte na inokedy.**

# KAPITOLA

6

## ČO POUŽIŤ NA OČISTU PRIESTORU?

### MORSKÁ SOĽ

≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈

Morská soľ je ten najlepší **energetický čistič**. Je ako **špongia, ktorá do seba vsiakne všetku negatívnu energiu z okolitého priestoru**. Nasypete ju do nádob. Ale nepoužívajte kuchynské nádoby, v ktorých pripravujete jedlo. Použite napr.



jednorazové misky alebo hocijaké krabičky, ktoré potom aj so soľou vyhodíte. Ideálne je dať do každej izby do každého rohu jednu plnú misku. Do misky môžete nasypať aj 1 kg soli. Na soľ nezabudnite! Lebo tým, že soľ funguje ako špongia, keď je už plná, tak púšťa negatívnu energiu späť do priestoru.

Pri radikálnej očiste ako je napr. sťahovanie, môžete posoliť podlahy v celom byte. Soľ je dobré nechať na mieste aspoň 24 hodín (maximálne 1 týždeň). Následne soľ pozametajte, povysávajte a vyhodte mimo priestor vášho bytu/domu a aj pozemku. Naozaj ju **celú vyhodte!!** V prípade, že ste soľ povysávali, tak vyhodte celý sáčok. Nenechávajte ho vo vysávači. Nepoužívajte takúto soľ na varenie, či na posypanie chodníka v zime! **Soľ je plná všetkého, čoho sa chcete zbaviť**, tak si ju nebudete dávať do jedla alebo sypať pred vlastný dom.

Takýmto spôsobom je vhodné očistiť aj **postel'**. Umiestnite misku so soľou pod postel'. V každom matraci sa nachádza množstvo rôznych emócií a zážitkov, ktorých sa zbavujeme počas spánku. Soľ pod detskou postieľkou vymeníme raz za 3-4 týždne, pod posteľou dospelého človeka cca raz za týždeň.

So soľou môžete pravidelne vytierať aj **podlahu**. Stačí pridať do vedra vody za hrst' soli.

Ak je niekto z vašej rodiny chorý, tak položte hrst' soli v pohári vody pri posteli chorého na niekoľko dní.

**Kúpeľ so slanou vodou** je veľmi účinný spôsob, ako môžete odstrániť negatívnu energiu a vyčistiť

svoju auru. Môžete to robiť príležitostne alebo aj denne. Rozdiel pocítite od prvého dňa. Pričom budete ponorený/á do solného kúpeľa, predstavujte si, že všetky negatívne energie sa odplavia z vášho tela preč.

## **OCTOVÁ VODA**

≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈

Do vedra s vodou pridajte trochu octu a poriadne ňou očistite vstupné dvere (aj s kľúčkami a zárubňami) a takisto aj ostatné dvere v domácnosti a rámy na oknách.

## **VONNÉ OLEJE**

≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈

Pridajte zopár kvapiek vášho obľúbeného vonného oleja (napr. z ruže) do vedra s vodou a pri upratovaní ňou vyutierajte skrinky zvnútra aj zvonku. Avšak vonné olejčeky určené do aromalampy nefungujú ako čistič. Vonným olejom priestor „nabíjajú“, ale ten musí byť najprv očistený. Takže priestor najprv očistite morskou soľou a až potom prevoňajte vonnými olejmi.



## VONNÉ TYČINKY

≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈

sú schopné vypuďiť negatívnu energiu. Najlepší účinok majú tibetské, ale ich vôňa je veľmi silná. Namiesto nich môžete použiť japonské tyčinky, ktoré sú jemnejšie, alebo tyčinky zo šalvie púštnej. Tyčinky môžete len tak zapáliť v byte a raz za čas sa prejsť po miestnosti v smere hodinových ručičiek a odriekať očistné vety. Napríklad: „Očisťujem tento priestor od všetkých cudzích a negatívnych energií“. Potom nechajte tyčinku dohoriť v stojane. Po dohorení miestnosť dôkladne vyvetrajte.

## OČISTA ZVUKOM

≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈

Očiste priestoru pomôže aj zvuk správne umiestnenej zvonkohry či púšťanie relaxačnej a meditačnej hudby napr. aj počas vašej neprítomnosti v byte.



## RYŽA



Ryža čerpá energiu von z domu. Vysypte ju po obvode vášho domu.

## OČISTA DRAHÝMI KAMEŇMI



drahé kamene pri pravidelnom čistení a dobíjaní na slnku očisťujú a harmonizujú priestor, priaznivo pôsobia na nás samých a majú aj preventívnu úlohu. Kamene sa môžu kombinovať napr. umiestniť viac druhov do misky a tak zvyšovať rozsah svojho pôsobenia.

Tým, že drahé kamene plnia aj estetickú funkciu, sú neoceniteľným pomocníkom nielen pri očistení domova, ale celkovo pri pôsobení na **harmóniu nášho domova i na nás samých.**

Nezabudnite ich pravidelne kontrolovať, občas nechať asi 5 min pod studenou vodou vyčistiť od nahromadenej negatívnej energie a nabiť na slnku. Ak začnú praskať či nadobúdať mliečne zafarbenie, vymeňte ich za nové. Tie staré môžete dať napríklad k rastlinám do kvetináča.

Napríklad:

**Kryštál** zavesený v tmavom priestore (chodba) aktivuje stagnujúcu energiu, zlepšuje jej tok.

**Ruženín** pomáha k pokojnému spánku a pozitívne ovplyvňuje činnosť srdca. Pohlcuje elektromagnetický smog.



**Akvamarín** harmonizuje a očisťuje priestor. Spolu s kryštálom a ruženínom ich môžeme umiestniť nad televízor či do okna.

## SVIEČKY

≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈

dodávajú priestoru ohnivú energiu a **zrýchľujú tok energie v priestore**. Keď chcete nájsť nový partnerský vzťah, postavte vedľa seba vždy 2 sviečky. Farba sviečky je takisto dôležitá.

**Biela** sviečka predstavuje čistotu, pravdu, úprimnosť, očistu.

**Žltá** sviečka predstavuje intelekt, predstavivosť, tvorivosť, príťažlivosť, inšpiráciu, silu mysle, koncentráciu, sebaistotu, činy, zmeny.

**Oranžová** sviečka predstavuje povzbudenie, príťažlivosť, prispôsobivosť, zmeny, privolávanie pozitívnych vecí, pozitívny obrat vecí.

**Ružová** sviečka predstavuje lásku, romantiku, náklonnosť, milostný vzťah, spolupatričnosť, liečenie ducha a duchovné prebudenie.

**Červená** sviečka predstavuje fyzickú silu, zdravie, energiu, odvahu, silu vôle, sexuálnu energiu, víťazstvo.

**Modrá** sviečka predstavuje múdrosť, ochranu, harmóniu, trpezlivosť, inšpiráciu, pravdu, pochopenie, šťastie, pokoj, vernosť, pohodu.



**Indigová** sviečka chráni od ohovárania, klamstiev a konkurencie, negatívnej energie, je vhodná na vyrovnanie karmy, neutralizuje čiernu mágiu, pomáha pri meditácii.

**Zelená** sviečka predstavuje hojnosť, plodnosť, šťastie, úspech, regeneráciu, rovnováhu, štedrosť, veľkodušnosť, peniaze, blahobyť.

**Fialová** sviečka predstavuje úspech, idealizmus, múdrosť, nadzmyslové schopnosti, pokrok, pocty, duchovné spojenia, ochranu, predpoveď budúcnosti, odohnanie negatívnych energií.

**Purpurová** sviečka predstavuje liečenie, rýchle zmeny, pôsobí proti negatívnym energiám. Posilňuje a urýchľuje pôsobenie mágie sviečok, preto sa zapáľuje s inými sviečkami.

**Hnedá** sviečka predstavuje rovnováhu, pevnosť rozhodnutí, stabilitu, koncentráciu, intuíciu, lákanie financií, posilňuje živly zeme.

**Zlatá** sviečka predstavuje šťastie, intuíciu, pochopenie, prilákanie vyšších vplyvov, urýchľuje zásah šťasteny, pomoc pri predpovediach budúcnosti, privoláva úspech.

**Sivá** sviečka zahmlieva skutočnosti pred zrakom iných ľudí.

**Strieborná** sviečka predstavuje meditáciu, víťazstvo a odkloní negatívne sily, rozvíja nadmyslové schopnosti.

**Čierna** sviečka spútava negatívne energie, ruší vplyv čiernej mágie, ničí negatívne myšlienkové formy, ochranu, uvoľnenie a posilnenie vôle.

# KAPITOLA

7

## RASTLINY VHODNÉ NA OČISTU



Izbové rastliny majú obrovský vplyv na vnútorné ovzdušie. Veľa druhov môže **filtrovať škodlivé chemikálie zo vzduchu**. Zlúčeniny ako amoniak, formaldehyd, benzén môžu byť uvoľňované zo stavebných materiálov, tkanín, nábytku, farieb, čistiacich prostriedkov a dokonca, aj z osviežovačov vzduchu.

Tieto škodlivé látky sa negatívne podpisujú na kvalite klímy vášho domova. Vo zvýšenej koncentrácii môžu tieto látky vyvolávať nielen alergické reakcie, ale aj **bolesti hlavy, podráždenie slizníc nosov aj očí, dýchacie problémy, únavu, migrénu**. Niektoré z toxínov majú dokonca karcinogénne účinky

Naučiť sa ako odstrániť nebezpečné chemikálie z vášho domova pomocou izbových rastlín je do značnej miery otázkou, ktoré rastliny aké látky filtrujú a koľko ich budete potrebovať. Posledné výskumy dokazujú, že cennou ochranou pred narastajúcim znečisteným prostredím sa môžu stať práve izbové rastliny. Už jedna izbová rastlina dokáže vyčistiť vzduch na 10 m<sup>2</sup> vašej podlahovej plochy. V kontrolovaných podmienkach, môžu niektoré z uvedených izbových rastlín odstrániť až

80% škodlivých chemikálií z vnútorného ovzdušia do 24 hodín. Všetky izbové rastlinné druhy majú priaznivý vplyv na kvalitu vnútorného ovzdušia, prevedením oxidu uhličitého na kyslík a odstránením stopových organických zlúčenín z ovzdušia.

Rastliny majú schopnosť zmeniť škodlivé zlúčeniny na neškodné zlúčeniny. Vhodným výberom izbových rastlín a kvetov môžeme týmto nepríjemným veciam vo veľkej miere zabrániť. Zároveň nám rastliny vytvoria z domova príjemné miesto pre život a prácu.

### **Mali by sme prírode dovoliť očistiť naše príbytky.**

Kedže je to veľmi cenná téma, venujeme jej zvlášť celý e-book. V tejto časti vám predstavíme najlepších bojovníkov z rastlinného sveta proti škodlivinám vo vašej domácnosti.



## 11 VZDUCH ČISTIACICH RASTLÍN

≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈

### 1. Bamboo Palma (Chamae dorea sefritzii):

Podľa NASA odstraňuje formaldehyd a pôsobí ako prírodný zvlhčovač. Tejto malej palme sa darí v tieni vnútorných priestoroch a často produkuje kvety a drobné plody. Vede v rebríčku najlepších rastlín pre odfiltrovanie benzénu a trichlóretylénu.



Je dobrou voľbou pre umiestnenie okolo nábytku, ktorý by mohol uvoľňovať formaldehyd.



### 2. Svokrin jazyk (Sansevieria trifasciata Laurentii):

Táto rastlina je jednou z najlepších na odfiltrovanie formaldehydu, ktorý je bežný v čistiacich prostriedkoch, toaletnom papieri a produktoch osobnej starostlivosti.

Dajte jeden kvetináč do vašej kúpeľne – majú radi mierne svetlo a vlhké prostredie. A zároveň vám pomôžu odfiltrovať nežiadúce látky v ovzduší.

### 3. Areca Palma:

Jeden z najlepších čističov vzduchu - na všeobecnú čistotu vzduchu. Vhodná do akejkoľvek miestnosti.



### 4. Zelenec chochlatý (Spider Plant, Chlorophytum comosum):

Veľmi dobrý čistič na odstránenie benzénu, oxidu uhoľnatého, formaldehydu, oxidu uhoľnatého a xylénu, rozpúšťadla používaného v koženom, gumovom a polygrafickom priemysle. Zelenec je jedným z troch rastlín, ktoré NASA považuje za najlepšie na odstránenie formaldehydu zo vzduchu.



## 5. Lopatkovec (Peace Lily, *Spathiphyllum*):

Lopatkovec by sa dal nazvať ako rastlina, ktorá "čistí všetko". Je ho dobré umiestniť v kúpeľni alebo pracovni, pretože je známy aj na odstránenie spór plesní. Tiež je známy, že odstraňuje formaldehyd a trichlóretylén. Lopatkovec potrebuje tiež a týždennú zálievku, aby prežil a kvitol.



## 6. Gerbera (*Gerbera jamesonii*):

Tieto nádherné kvety odstraňujú benzén (dodávaný s farbami) a trichlóretylén zo vzduchu a zlepšujú spánok tým, že absorbujú oxid uhličitý a vydávajú cez noc viac kyslíka. Doporučujú sa umiestniť do pracovne alebo spálne, pokiaľ je tam dostatok svetla.

## 7. Aloe (Aloe vera):

Táto nenáročná a slnko milujúca šťavnatá rastlina odstraňuje formaldehyd a benzén, ktorý môže byť vedľajším produktom chemickej báze čistiacich prostriedkov, farieb a ďalšie. Aloe je chytrou voľbou pre slnečné kuchynské okná. Navyše gél vo vnútri rastliny aloe pomáha liečiť rany a popáleniny.



## 8. Dracaena marginata:



Táto rastlina je najlepšia pre odstraňovanie xylénu, trichlóretylénu a formaldehydu, ktoré sa môžu dostať do vzduchu cez laky a benzén.

## 9. Fikus malolistý (*Ficus benjamina*):

Fikus vo vašej obývacej izbe môže pomôcť odfiltrovať škodlivé látky, ktoré zvyčajne obsahujú koberce a nábytok, ako sú formaldehyd, benzén a trichlóretylén. Fikus vyžaduje svetlé a teplé miesto. Nie však priame slnko.



## 10. Azalka (*Rhododendron simsii*)



Prineste túto krásne kvitnúcu rastlinu do svojho domova a zbaví vás formaldehydu zo zdrojov, ako sú preglejky alebo penová izolácia. Azalky majú radi vyrovnanú vlhkosť a nemajú radi priame slnko.

## **11. Brečtan popínavý (Hedera helix)**

Štúdia zistila, že rastlina redukuje poletujúce fekálne-hmotné častice. Bolo tiež preukázané, že dokáže odfiltrovať formaldehyd, ktorý môžeme nájsť v niektorých čistiacich prostriedkoch pre domácnosť. Je preto vhodný napríklad do kuchyne.



## ZÁVER

≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈ ≈

Ak chcete, aby sa váš život posunul ďalej alebo ak cítite, že teraz stagnujete, tak zoberte cez víkend krabice na vyhadzovanie, handru, vedro a rukavice na čistenie a pustite sa do toho!



Verte, že poriadnou očistou svojho domova sa vám začnú diať veci ...

*Veľa šťastia na ďalšej ceste životom vám prajú autorky*

*Ing. Daniela Rau a Bc. Zuzana Zborayová*

[www.fengshui-byvanie.sk](http://www.fengshui-byvanie.sk)