

Roinan raivaus on fengshuin ensimmäinen askel kohti selkeyttä ja tasapainoa kodissa - ja elämässä ❤️

Monesti kodin ilmapiirin ja energian tasapainottaminen alkaa yhdestä yksinkertaisesta, mutta tehokkaasta teosta: roinan raivaamisesta. Fengshuin perusperiaate on tilan ja energian harmonisointi. Ylimääräinen tavaramäärä voi estää positiivisen energian vapaan liikkumisen.

Kun kodissa on tarpeetonta ja turhaa tavaraa ja jos sitä on liikaa, se luo paitsi visuaalista sekavuutta, myös energistä tukosta. Tavarat, jotka ovat jääneet pölyttymään tai jotka eivät enää palvele arkea, voivat symboloida menneisyyttä, josta on aika päästää irti. Roinan raivaaminen ei siis ole pelkästään siivoamista, vaan myös tilan ja mielen kirkastamista.

Fengshuin näkökulmasta raivaaminen auttaa avaamaan kodin energiavirrat ja luo tilaa uudelle, positiiviselle energialle. Kun kotiin jää vain ne esineet, jotka ovat kauniita, käytännöllisiä tai sinulle tärkeitä, tila alkaa tuntua kevyemmältä ja rauhallisemmalta. Tämä heijastuu myös hyvinvointiisi ja sisäiseen maailmaan: tunnet olosi levollisemmaksi, selkeämmäksi ja energisemmäksi, ajatukset kirkastuvat ja olo muuttuu kevyemmäksi.

Raivaamisen voi aloittaa helposti pienin askelin: yksi kaappi, yksi hylly tai yksi huone kerrallaan. Raivaamisen ei tarvitse olla suuri tai uuvuttava projekti. Päinvastoin, ne pienet askeleet ovat usein kaikkein tehokkaimpia. Jokainen esine kannattaa tarkastella ajatuksella: tuoko tämä minulle iloa tai hyötyä tai hyvää energiaa? Jos vastaus on epäröivä tai kielteinen, se on lempeä merkki siitä, että esine on valmis jatkamaan matkaansa ja on aika päästää siitä irti.

Roinan raivaaminen on lahja itsellesi. Se on tilaa hengittää, tilaa elää ja tilaa kasvaa. Jokainen vapautettu nurkka on kutsu uudelle energialle – ja samalla muistutus siitä, että sinulla on lupa luoda koti, joka tukee hyvinvointiasi ja heijastaa sitä, kuka olet nyt.



Kuusi vinkkiä roinan raivaamiseen fengshuin hengessä:

1. Aloita ulko-ovelta. Eteinen on kodin energiavirran "portti", josta kaikki energia kulkee sisään. Jos tila on ahdas, täynnä tavaraa tai sekava, myös energian virtaus jumittuu heti sisään tulossa. Tee eteisestä mahdollisimman selkeä ja kutsuva, vain välttämättömät tavarat esille ja muu piiloon.
2. Puhdista näkyvä pinta kerrallaan. Valitse yksi pöytä, hylly tai taso, ja keskity vain siihen. Tyhjennä se kokonaan, pyyhi pinta puhtaaksi ja mieti, mitkä esineet ansaitsevat palata siihen. Tämä yksinkertainen teko tuo nopeasti näkyvän muutoksen ja kannustaa jatkamaan.
3. Karsi rikkinäiset ja käyttämättömät tavarat. Fengshuissa rikkinäiset tai käyttämättömät tavarat kantavat mukanaan pysähtynyttä energiaa. Ne vievät tilaa sekä fyysisesti että henkisesti. Kysy itseltäsi rehellisesti: aionko oikeasti käyttää tai korjata tämän lähiaikoina? Jos et, on aika päästää siitä irti.
4. Raivaa tavarat, joihin liittyy raskaita muistoja. Jos jokin esine tuo mieleen menetyksen, riidan tai muun ikävän kokemuksen, se saattaa ylläpitää alitajuisia kuormia. Päästä irti esineistä, jotka eivät enää tue tämän hetken elämääsi tai hyvinvointiasi.
5. Käytä laatikoita ja koreja energiavirran ohjaamiseen. Avoin sekamelska rasittaa mieltä. Suljetut säilytysratkaisut, kuten korit ja laatikot, auttavat luomaan selkeyttä ja parantavat tilan harmoniaa. Pyri siihen, että kaikelle on oma paikkansa ja että tavarat voi helposti palauttaa paikoilleen. Muista kuitenkin, että laatikot ja korit eivät ole piilopaikka sekasotkulle.
6. Pysähdy tunnustelemaan muutosta. Jokaisen raivaussession jälkeen pysähdy hetkeksi hengittämään tilassa. Miltä siellä nyt tuntuu? Usein jo pienikin raivaus tuo tilaan selkeyttä, keveyttä tai rauhaa. Huomioi nämä tuntemukset – ne ovat paras mittari siitä, että olet oikealla tiellä ❤️

