

Wu Xing

IL MANUALE DEL FENG SHUI

Come far fluire l'energia
negli ambienti in cui viviamo





IL MANUALE DEL FENG SHUI

Come far fluire l'energia
negli ambienti in cui viviamo

Wu Xing

Illustrazioni di Meilo So



I membri del Wu Xing sono:
Joanne O'Brian, Martin Palmer, Zhao Xiaomin
Consulente: Eva Wong

 EDIZIONI
IL PUNTO
D'INCONTRO

Sommario

Introduzione	6
Prima parte: gli strumenti del feng shui	9
I principi del feng shui	10
I cinque elementi	20
La bussola Pa Tzu	24
Le soluzioni del feng shui: come proteggere un luogo	28
Seconda parte: come migliorare il vostro feng shui	35
Come usare la seconda parte	36
Fuori casa	38
Montagne, colline e fiumi	40
Il feng shui nei paesaggi rurali	45
Gli schemi stradali	49
Attorno alla casa	55
La casa in relazione agli altri edifici	56
Gli appezzamenti di terra	60
I giardini	64
La forma della casa	68
La porta d'ingresso	73
Dentro casa	78
Come analizzare la planimetria della casa	80
L'ingresso e le scale	82
Il soggiorno	84
La cucina	90
La camera da letto	96
La stanza da bagno	102
La sala da pranzo	104
Sul luogo di lavoro	107
Come analizzare la planimetria dell'ufficio	108
Il luogo in cui stabilire un'attività	110
L'ingresso del luogo di lavoro	118
Ingressi, corridoi e porte	120
Progetto del luogo di lavoro	122
Bibliografia e letture consigliate	126
Indice analitico	126

I principi del feng shui

Il Tao

La base del feng shui è agire in accordo all'armonia naturale o all'ordine dell'universo, il Tao. Spesso, il termine Tao viene tradotto con Via o Sentiero, un sentiero che saggi e immortali hanno seguito per secoli. Ma il Tao possiede anche un significato più profondo, la fonte primaria di ogni forma di vita (*vedi sotto*). Il Tao è l'origine di tutte le cose che esistevano prima della creazione. Anche se la sua natura ultima è al di là della forma e del linguaggio, il Tao è espresso in modo visibile negli schemi naturali e nel rapporto di dipendenza reciproca che lega tutti gli esseri viventi. Il feng shui è un modo per esprimere la nostra relazione con il Tao, una guida per vivere in armonia con questa energia primordiale. Attraverso il feng shui, la nostra relazione con l'ambiente che ci circonda non è più di controllo o di dominio, ma una relazione paritaria.

Lo schema dei cambiamenti stagionali nel

territorio e nelle nostre emozioni riflette il movimento del Tao. Così come un giorno sereno può rannuvolarsi o una tempesta può trasformarsi in una giornata serena, gli aspetti positivi e negativi vanno e vengono: nulla è creato o esiste isolato dal resto. La vita fiorisce per poi appassire per tornare nel Tao, ed è proprio nel processo di decadimento che trova spazio una nuova vita. Il feng shui offre la possibilità di leggere questo processo di cambiamento, di identificare particolari aree di energia vitalizzante e altre di energia distruttiva, bilanciando attivamente gli elementi e correggendone le debolezze.

Il Cielo, la Terra e l'Umanità

La triade composta da Cielo, Terra e Umanità è la classica espressione del Tao e viene spesso rappresentata nelle pitture paesaggistiche cinesi. Picchi di montagne torreggianti, spesso avvolti da nuvole, raggiungono il

*Il Tao fa nascere l'Uno
l'Uno fa nascere il Due
Il Due fa nascere il Tre
il Tre fa nascere ogni essere vivente.*

*Tutte le cose sono contenute nello yin e portano
lo yang:*

*E sono tenute insieme nel Ch'i dell'energia
brulicante.*

(Capitolo 42, *The Illustrated Tao Te Ching*, Man –
Ho Kwok, Martin Palmer and Jay Ramsay)

*L'umanità è istruita dalla Terra
la Terra è istruita dal Cielo
e il Cielo è guidato dal Tao*

*e il Tao segue quanto è
assolutamente naturale.*

(Capitolo 25, *The Illustrated Tao Te Ching*, Man –
Ho Kwok, Martin Palmer and Jay Ramsay)

cielo simboleggiando l'unione tra cielo e terra. Ripidi pendii sono equilibrati da un paesaggio più gentile e più verde in cui acqua e terra si incontrano, segno dell'energia della terra che fiorisce. Sparse lungo il paesaggio tracce di presenza umana, gente che pesca, che cura i campi o che viaggia lungo i sentieri di montagna. Le case e i templi si uniscono armoniosamente con il paesaggio – protetti dalle sue forme completano l'equilibrio tra cielo, terra e umanità.

Yin e Yang

Yin e yang sono forze naturali presenti in tutte le forme di vita, nascono e muoiono, si espandono e si ritirano continuamente. Yin e yang sono in costante stato di movimento, ed è proprio questa dinamica situazione da loro creata a dare vita ai mutevoli schemi dell'esi-

stenza. La loro interazione è chiaramente visibile nel ciclo delle stagioni: nel calore dell'estate lo yang raggiunge il suo picco, mentre lo yin è al suo punto più debole. Quando le nevi dell'autunno appaiono, lo yin inizia la sua espansione, mentre lo yang inizia a ritirarsi; a metà dell'inverno lo yang si è quasi completamente ritirato, mentre lo yin è potente, ma appena aumenta il calore della primavera lo yang ricomincia ancora una volta ad avere la meglio.

Si dice che lo yin e lo yang siano stati creati all'inizio del tempo, quando tutto era vago e privo di forma. Innanzitutto l'universo venne creato dal suo vuoto e, a sua volta, l'univer-



Sopra, il noto simbolo di yin e yang rappresenta gli schemi perennemente mutevoli della vita.

L'unione tra cielo, terra e umanità è rappresentata da questo classico paesaggio cinese: le montagne tendono verso l'alto, mentre l'attività umana fiorisce ai loro piedi.



so creò le forze chiare e leggere che, sollevate verso l'alto, diventavano cielo, mentre le forze pesanti si solidificavano a formare la terra.

Secondo gli scritti di Huai Nan Tzu (circa 120 a.C.):

“Le essenze combinate del cielo e della terra diventarono yin e yang; le essenze concentrate dello yin e dello yang diventarono le quattro stagioni e le essenze sparse delle quattro stagioni diventarono le miriadi di creature del mondo. Dopo un lungo periodo, le forze calde dello yang accumulato produssero il fuoco e l'essenza della forza del fuoco diventò il sole; le forze fredde dello yin accumulato diventarono acqua e l'essenza della forza dell'acqua diventò la luna. L'essenza della forza in eccesso del sole e della luna diventò le stelle e i pianeti. Il cielo accolse il sole, la luna e le stelle, mentre la terra accolse l'acqua e la terra”.

(Huai Nan Tzu, citato in *Sources of Chinese Tradition*, volume primo, curato da Theodore de Bary).

Yin e yang vengono comunemente descritti come forze opposte e dinamiche: lo yang è maschile e lo yin è femminile, lo yang è caldo e lo yin è freddo, lo yang è la rabbia e lo yin è il ritiro, lo yang è l'attività e lo yin è il riposo, lo yang è tagliente e lo yin è morbido.

Comunque, nel feng shui yin e yang as-

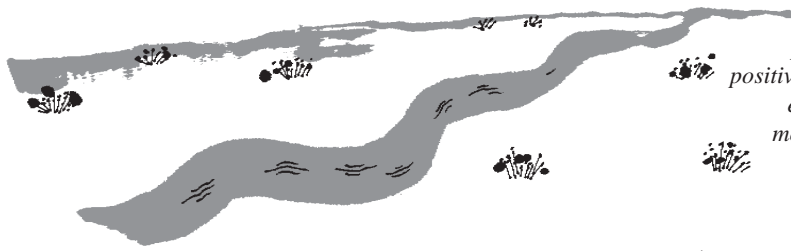
sumono una dimensione ulteriore e differente. Nel feng shui, il paesaggio si divide in terra e acqua: la terra è ferma e yin, mentre l'acqua è attiva e yang, per questo motivo il luogo ideale comprende sia colline che fiumi. Queste due categorie della montagna yin e dell'acqua yang sono ulteriormente suddivise a seconda della natura della montagna (ripida o dolcemente ondulata) o della natura dell'acqua (mossa o stagnante).

Ad esempio, nelle montagne le cime appuntite sono yin, ma le cime piatte sono yang e i precipizi scoscesi sono yin, mentre i fianchi ondulati delle montagne sono yang. Gli aspetti yang sono più produttivi e dinamici, mentre quelli yin possono essere pericolosi o distruttivi. Le acque stagnanti raccolgono energia e sono yang, ma l'acqua che scorre in fretta disperde l'energia ed è yin; i fiumi che seguono un corso irregolare e con brusche curve sono yin, mentre i fiumi che scorrono dolcemente sono yang e producono energia positiva. Quando l'acqua sgorga dalla terra è yin, ma è yang quando viene riassorbita dalla terra per nutrire i corsi sotterranei. Nulla è completamente yin o yang, visto che queste due forze interagiscono continuamente; quindi c'è sempre un elemento di yin nello yang e un elemento di yang nello yin.

Questa relazione dinamica è fondamentale nel feng shui e, se volete sistemare al meglio l'ambiente che vi circonda, è necessario comprendere lo yin e lo yang.

Il punto in cui rocce scoscese incontrano acque turbolente è assolutamente yin. L'energia in questo punto è distruttiva ed è sconsigliabile come luogo in cui vivere.





Il flusso di questo fiume è placido e produce energia yang positiva, però la terra che lo circonda è relativamente piatta e priva di movimento ed è quindi potenziale fonte di energia yin negativa.

Ch'i

“Li e Ch'i attraversano il cielo e la terra. Li è il Tao che organizza le forme dall'alto, la radice da cui sono prodotte tutte le cose. Ch'i è lo strumento che compone le forme dal basso, la materia grezza di cui le cose sono fatte”.

(The Collected Works of Chu Hsi da Science and Civilisation in China, volume secondo, traduzione di J. Needham).

Ch'i è il respiro che dà vita, l'energia che modella e anima ogni forma vivente. È qualcosa che si muove e che cambia continuamente – i luoghi in cui si raccoglie producono energia positiva e quelli in cui si disperde attirano energia negativa. Il Ch'i può essere incanalato e raccolto in un punto particolare aumentando la fortuna di un certo luogo, ma se non ha abbastanza spazio per muoversi sarà un Ch'i intrappolato. In uno spazio aperto, dove nulla può trattenerlo, il Ch'i scorre lungo il terreno per poi evaporare rapidamente. Per essere più precisi, il flusso del Ch'i può essere bloccato da un mobile o può scappare velocemente attraverso una porta aperta. In molti casi, il flusso del Ch'i può essere regolato e controllato per prevenire le forze negative che risucchiano l'energia vitale.

Oltre al Ch'i che si muove lungo la terra e i fiumi e al Ch'i che si accumula e si disperde in certi punti del terreno, esiste anche un Ch'i del cielo. È questo Ch'i che governa il ciclo delle

stagioni, ed è strettamente identificato con lo yin e lo yang. Il Ch'i celeste è diviso in 24 fasi che segnano gli schemi climatici e agricoli dell'anno. La prima fase è Li Ch'un – l'inizio della primavera – un periodo in cui lo yin declina e lo yang aumenta. La metà dell'anno è segnata dal Ta Shu – il Grande Caldo – quando lo yang si trova al suo picco. L'anno termina con Ta Han – il Grande Freddo – quando lo yin è alla sua massima potenza.

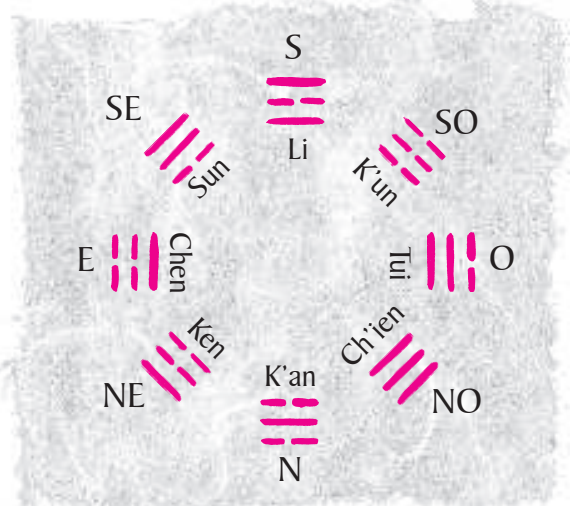
Sha: i respiri che prendono la vita

Il Ch'i che fluisce attraverso e sopra il terreno è soggetto a indebolimento e a decadimento. Quando esso è disperso o bloccato, la sua energia positiva viene risucchiata e lascia il posto ai respiri che prendono la vita, detti Sha. Lo Sha produce energia negativa o distruttiva (ad esempio l'accumulo di rifiuti è fonte di Sha, come lo sono le acque stagnanti, o la vegetazione marcescente). Lo Sha può essere anche percepito nelle folate di vento gelido che sbucano improvvisamente negli spazi tra un edificio e l'altro, oppure tra le due forche dei lampi dei violenti temporali. Lo Sha può viaggiare in linea retta attraverso i cavi di alta tensione, le strade dritte o i binari ferroviari, oppure può partire da un angolo acuto di un edificio o di una roccia. In molti casi è possibile intraprendere un'azione correttiva per rimuovere, bloccare o deviare la fonte dello Sha e in questo modo permettere al Ch'i di ristabilirsi.

I trigrammi

Le continue interazioni e tensioni tra yin e yang creano lo schema del movimento e del cambiamento nell'universo – uno schema regolato dal Tao. Questo ciclo eterno si riflette negli otto trigrammi dell'I Ching. Ogni trigramma è composto da tre linee, che possono essere spezzate (linea yin) o intere (linea yang). Un trigramma ha solo linee yin, un altro ha solo linee yang; i rimanenti sono composti da un insieme di linee yin e yang. I trigrammi sono sistemati in cerchio per rappresentare il movimento graduale dall'assoluto yin all'assoluto yang e da questo di nuovo all'assoluto yin in un cerchio continuo (vedi figura a destra).

Guardando la bussola principale Pa Tzu a pagina 24 vedrete gli otto trigrammi posizionati nella loro formazione circolare – ogni trigramma relaziona con un elemento e una direzione particolari. L'ordine seguito dai trigrammi è conosciuto come la sequenza del Cielo Posteriore ed è questo l'ordine usato nelle bussole tradizionali feng shui per mostrare l'equilibrio e il movimento delle linee dello yin e dello yang sul terreno. Esiste un'altra se-



La linea superiore dei trigrammi è nella parte esterna e la linea inferiore è nella parte interna. In cima a questa sequenza troviamo il sud, perché le bussole cinesi sono orientate sull'asse sud-nord.

quenza conosciuta come Cielo Anteriore che segue un ordine diverso e rappresenta il ciclo annuale dello yin e dello yang attraverso le stagioni; questa sequenza è un riflesso delle forze cosmiche dello yin e dello yang. I trigrammi hanno associazioni universali e alcuni dei loro fenomeni e attributi naturali sono rappresentati qui di seguito.

Le associazioni dei trigrammi

Trigrammi	Direzioni	Fenomeni Naturali	Attributi	Membri della Famiglia
Li	sud	fuoco	aderenza, dipendenza	la figlia di mezzo
K'un	sud-ovest	terra	ricettività, resa	la madre
Tui	ovest	lago	gioia, serenità	la figlia più giovane
Ch'ien	nord-ovest	paradiso	creatività, forza	il padre
K'an	nord	acqua	pericolo, acqua che scorre	il figlio di mezzo
Ken	nord-est	montagna	immobilità, prontezza	il figlio minore
Chen	est	tuono	insorgere del movimento	il figlio maggiore
Sun	sud-est	vento	penetrazione, gentilezza	la figlia maggiore

I cinque elementi

Per descrivere il processo del cambiamento, le arti cinesi tradizionali usano i cinque elementi: legno, fuoco, terra, metallo e acqua. Essi esistono in parti più o meno grandi in tutte le sostanze e la loro interazione illustra l'eterno ciclo di nascita e morte all'interno dell'universo. Secondo il Libro della Storia, il *Shu Ching*, il cielo decretò l'ordine dell'universo e il primo piano fu quello di dividere tutti i fenomeni in cinque elementi:

“La natura dell'acqua è inzuppare e scendere; quella del fuoco ardere e ascendere; quella del legno curvarsi ed essere dritto; quella del metallo obbedire e cambiare; mentre la virtù della terra si manifesta nel piantare i semi e nel raccogliere. Ciò che inzuppa e scende diventa salato; ciò che arde e ascende diventa amaro; ciò che è curvo e dritto diventa acido; ciò che ubbidisce e cambia diventa aspro; e ciò che viene dal piantare i semi e dal raccogliere diventa dolce”.

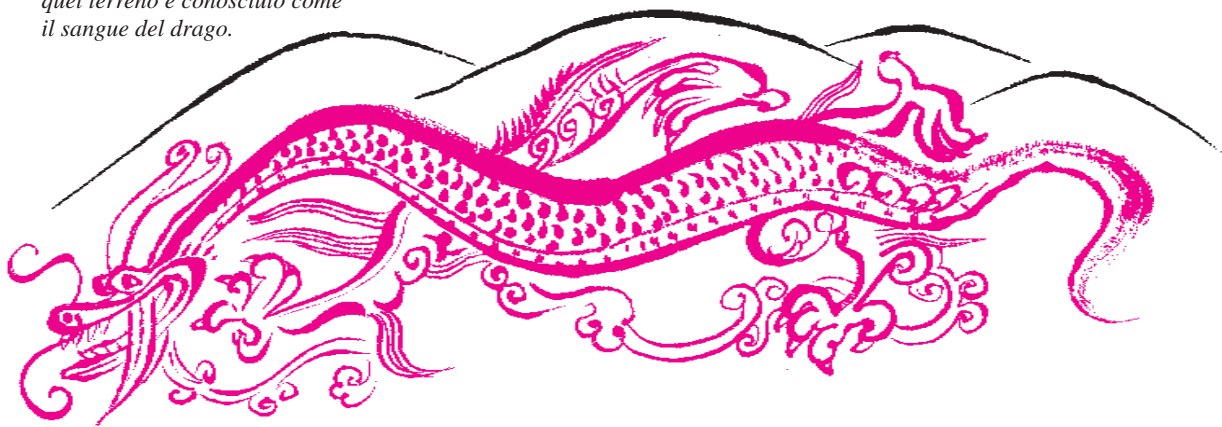
(The Great Plan, da The Chinese Classics, volume terzo, tradotto da James Legge).

Il drago si identifica nella forma del terreno e il Ch'i che fluisce sopra e attraverso quel terreno è conosciuto come il sangue del drago.

Gli elementi esistono in un ciclo continuo di creazione e distruzione: alcuni creano, nutrono e rafforzano, altri indeboliscono, dissipano e distruggono. Questo è comunque un processo necessario, perché ogni interazione dà vita a un nuovo elemento. Anche il flusso e l'opposizione tra yin e yang sono visti nel loro movimento: ad esempio, quando l'elemento acqua è stagnante, è yin, quando l'acqua è pulita e fluisce delicatamente è yang, mentre quando è turbolenta e pericolosa torna ad essere yin. L'effetto dell'interazione tra gli elementi e il modo in cui possono essere interpretati è trattato in modo più approfondito da pag. 20 a pag. 23.

Il drago

Nella pratica del feng shui, le forme del terreno, il flusso dei fiumi e gli schemi creati dalla luce e dal vento sono associati a una moltitudine di forme animali. Questi animali conferiscono al terreno una qualità, che può essere dinamica, energetica o pericolosa. Tra tutti gli animali, la forma del terreno più importante è il drago, identificabile praticamente in ogni figura topografica. Viene visto nelle forme li-



neari, negli avvallamenti, nella sommità delle colline, nei declivi; colline e valli sono le vene del drago e la fonte del suo respiro. Il *Ch'i* che attraversa il terreno è conosciuto come il sangue del drago.

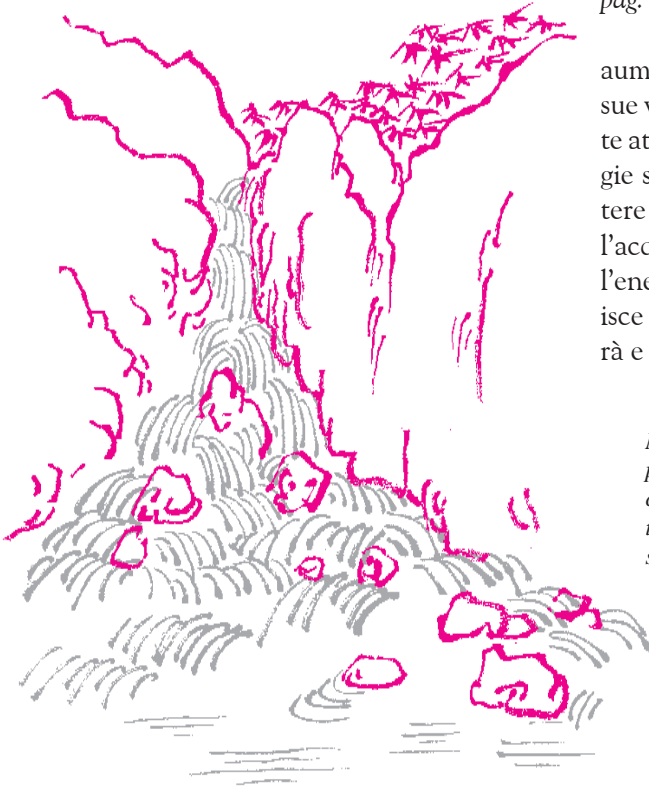
Il drago è visibile anche nello schema dei corsi d'acqua e, in questo caso, è conosciuto come il Drago d'Acqua: i fiumi sono i condotti del drago attraverso cui viene incanalato il *Ch'i* (vedi pag. 41).

Il drago è quindi più che una metafora per montagne e fiumi – è realmente una presenza animata recante in sé un'energia che dà la vita. Le vene del drago possono essere regali o normali – dai potenti e maestosi picchi, dalle catene di montagne e di vaste valli alle piccole formazioni di basse colline ondulate.

La presenza del drago può essere pericolosa se le creste dei monti si interrompono improvvisamente e scendono a picco, perché il *Ch'i* non può essere assorbito delicatamente dalla terra. La forma del drago dovrebbe innalzarsi dalle vene inferiori sparse qua e là, fino ai picchi più alti che si stirano per creare una lunga spina dorsale e poi disperdersi lentamente ancora una volta nelle cime più basse. Esistono molte variazioni della forma del drago; alcune trattengono l'energia dinamica per secoli, offrendo (alla forma) la capacità di sostenere un uso ripetuto, mentre altre non riescono a rigenerarsi dopo essere state usate per costruire. Alcune forme di drago sono fonti di energia profonde e concentrate; altre sono meno intense e la loro energia è diffusa. (A pag. 40 esempi di forme animali dinamiche).

Spesso, il potere di una montagna viene aumentato dall'acqua che scorre attraverso le sue vene. Quando l'acqua fluisce regolarmente attraverso una montagna dinamica, le energie si riuniscono per generare un grande potere – la montagna concentra l'energia dell'acqua e allo stesso tempo l'acqua diffonde l'energia della montagna – ma l'acqua che fluisce da un sito troppo velocemente indebolirà e spazzerà via l'energia della montagna.

*Mentre scorre rapidamente verso il mare, l'acqua porta con sé l'energia del drago. Il *Ch'i* che era concentrato nella forma del drago su questa montagna cambia di colpo mentre scorre vorticosamente giù dai ripidi declivi.*



Il vento

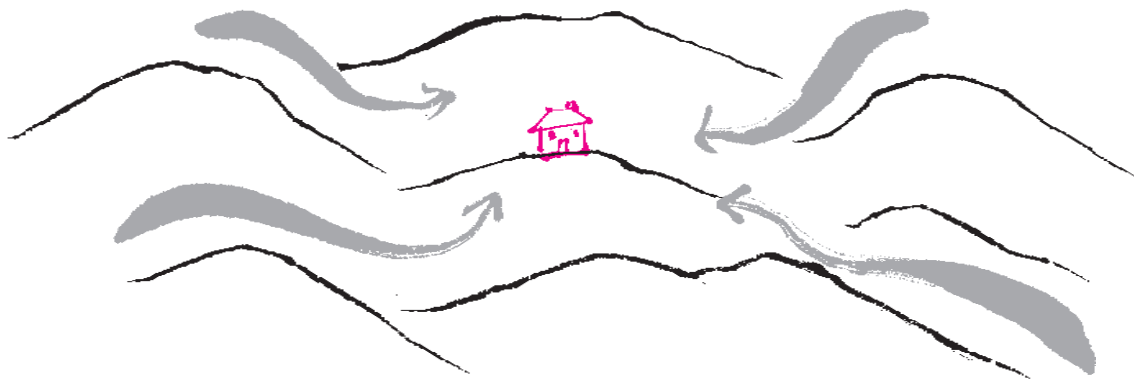
Il vento è un altro portatore di energia. I venti gelidi e taglienti che si infilano nelle aperture, che soffiano sulle cime o che corrono lungo le pianure, portano un'energia distruttiva, mentre le brezze dolci animano e diffondono il *Ch'i*. Il vento che soffia attraverso le cime di una montagna viaggia spesso come una freccia che trapassa gole e valli, ma se le vene del drago nella montagna sono equilibrate possono controllare il vento e incanalarlo verso il suo obiettivo.

I luoghi che si trovano su pianure o su colline aperte hanno bisogno di proteggersi con vegetazione o con edifici, per controllare l'impatto del flusso del vento e per schermarsi. D'altro canto, un luogo che si trovi completamente all'ombra o troppo raccolto può diventare una fonte di Sha, perché non ha il movimento che attiva il *Ch'i*. Bisogna stabilire un equilibrio per rendere il luogo non vulnerabile alle avverse condizioni meteorologiche, pur lasciandolo abbastanza aperto da beneficiare della luce e del calore naturale.

L'energia della forma della terra

Quando un luogo è debole, o vulnerabile, una grande struttura può aiutarlo a proteggersi e a stabilire un certo equilibrio, anche se ovviamente la struttura non avrebbe il tempo di assorbire l'energia primordiale dell'universo, che è una parte indissolubile di molti luoghi. Quando si livellano le montagne, si allagano le valli o si aprono le cave, la fonte profonda di energia che si era accumulata nel corso dei millenni viene spazzata via, distrutta. Allo stesso modo, la costruzione di grandi centrali elettriche o di dighe può disturbare, indebolire e spesso distruggere un luogo dinamico. Quando si verificano disastri naturali, come eruzioni vulcaniche, terremoti o frane, l'energia terrestre è improvvisamente liberata e questo può dare vita a nuovi assetti territoriali. Alcuni di questi assetti possono bloccare il flusso dell'energia, mentre altri possono incanalarla in modo efficace, anche se i nuovi assetti territoriali non hanno comunque avuto il tempo sufficiente per diventare fonti energetiche profonde.

Sebbene questa casa sia isolata, il vento si incanala attraverso le valli in direzione del luogo in cui essa è situata e il suo flusso viene bilanciato dalle colline circostanti che la proteggono.



I quattro guardiani animali

Ogni luogo, urbano o rurale che sia, è circondato da quattro spiriti animali: la Tartaruga Nera, l'Uccello Rosso, il Drago Verde e la Tigre Bianca. In origine, il feng shui nasce per determinare i luoghi adatti alla sepoltura, per offrire agli spiriti degli antenati calma e protezione. Questi quattro animali erano i guardiani che circondavano la tomba e la loro posizione era, e è, determinata dalla posizione della tomba stessa, la quale ha di fronte l'Uccello

Rosso, alle spalle la Tartaruga Nera, alla sua sinistra il Drago Verde e alla sua destra la Tigre

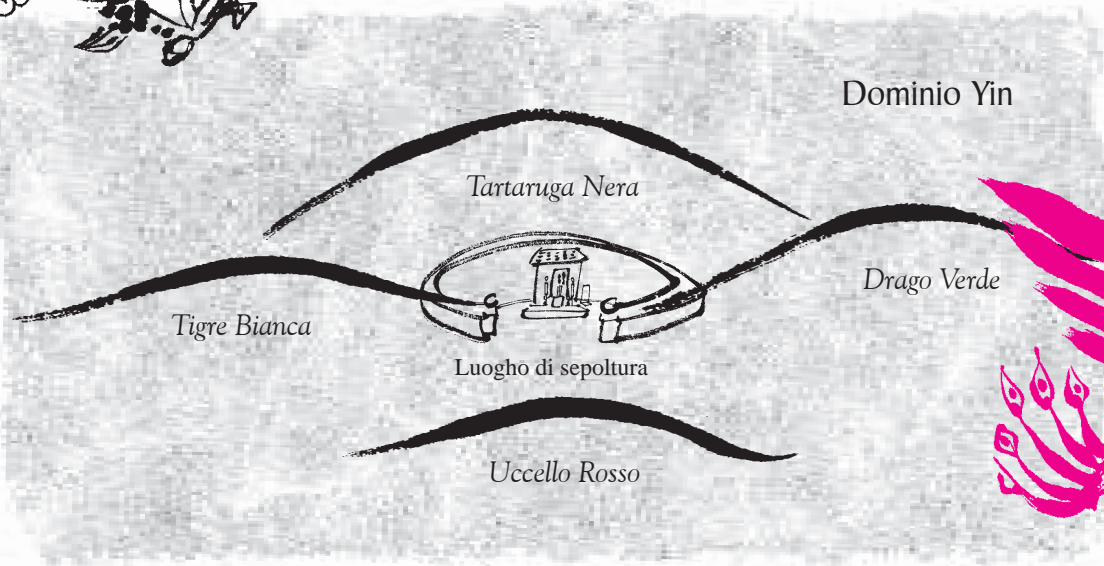


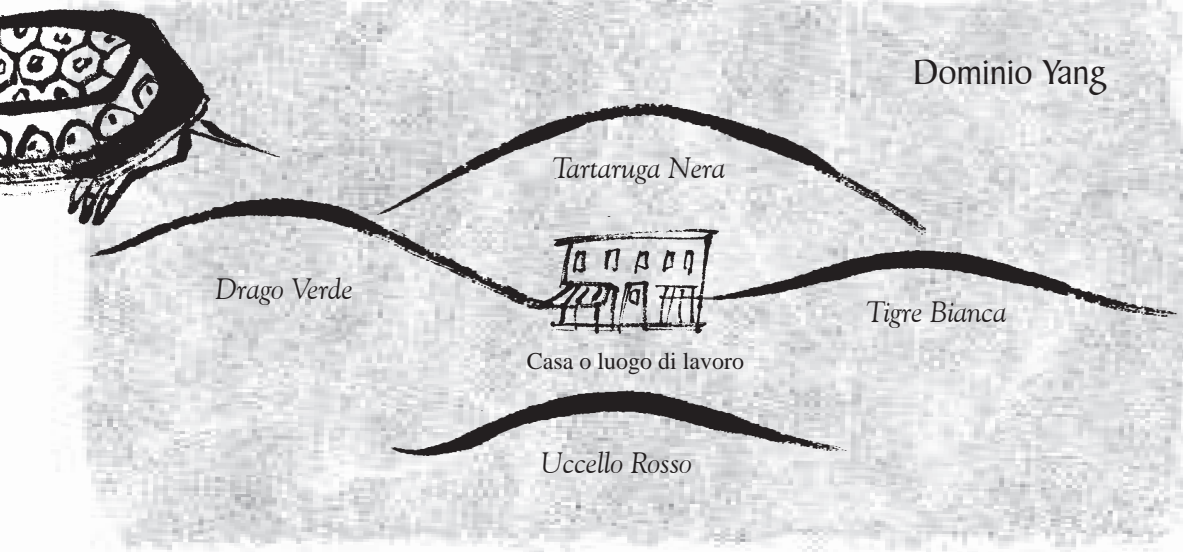
Bianca. Nel feng shui, i luoghi di sepoltura dipendono dallo yin (vedi sotto). Gli spiriti animali che circondano gli edifici residenziali o commerciali seguono una prospettiva diversa, perché gli edifici sono sottoposti al potere dello yang. L'osservatore che legge un posto deve porsi all'esterno della costruzione guardandone la facciata. L'Uccello Rosso si trova di fronte al sito, la Tartaruga Nera alle sue spalle, il Drago Verde alla sua sinistra e la Tigre Bianca alla sua destra (vedi illustrazione rappresentata nella pagina a fianco). Il ruolo dei quattro guardiani animali nella protezione dei siti rurali è spiegato a pag. 40 e compare in tutto il libro in relazione agli esempi di luoghi di buon e cattivo feng shui.



A destra, la formazione animale di dominio yang si applica alle case e ai luoghi di lavoro. Sarà questa la formazione di cui necessiterete quando interpreterete il vostro ambiente di lavoro o di residenza.

Sotto, la formazione animale di dominio yin si applica ai luoghi di sepoltura affinché gli spiriti degli antenati siano protetti e possano riposare in pace.





Usare questo sapere

Ciascuno dei principi delineati in questa sezione ha un ruolo nella formazione della comprensione di un sito. Nella Seconda Parte vengono illustrati numerosi tipi di siti al fine di fornire una guida immediata all'applicazione dei principi, ma le spiegazioni sui principi stessi del feng shui garantiscono una comprensione più profonda di come e perché queste linee guida furono create.

Se si sta effettuando la lettura di una caratteristica specifica, questa caratteristica non può essere presa in considerazione separatamente dall'ambiente che la circonda. Per esempio, il feng shui di una casa è, prima di tutto, determinato dal sito in cui si trova – è su un pendio collinare o in una valle, è soggetta a forze potenti yin o yang, il drago del luogo è potente? Se vivete in un'area urbana, gli edifici spesso prendono il posto delle caratteristiche



naturali, per cui edifici più alti situati alle spalle di una casa, nella posizione della Tartaruga Nera, offrono la protezione che in un'area rurale offrirebbe una collina. Analogamente, un traffico pesante e veloce davanti a casa disperderebbe l'energia come la corrente impetuosa di un fiume rapido disperderebbe il *Ch'i*.

È importante farsi un quadro che prenda in considerazione sia i fattori su larga scala che quelli su piccola scala, perché un elemento di forza in un'area potrebbe contribuire ad annullare un elemento di debolezza in un'altra. È inevitabile che determinate caratteristiche non si possano assolutamente cambiare, ma scoprirete che è sempre possibile usare una varietà di strumenti per creare un sito più equilibrato e armonioso.

