Arquiteta reforça a necessidade do olhar afetuoso e cuidadoso com o lar

“O lar é extensão da pessoa”, explica a profissional

Durante a pandemia, as pessoas precisaram adaptar a sua rotina com o distanciamento social, por isso, o tempo em casa se tornou maior. Com mais tempo em casa – o espaço físico com paredes e etc. –, o conceito de lar – que denota algo mais afetivo, familiar – tornou-se mais forte e necessário, tendo em vista que em meio a tantas notícias ruins estar em casa, para muitos, é estar seguro como em um templo.

“Antes da pandemia eu via a minha casa como o local que eu precisava trabalhar muito pra deixar bonita. Sempre que uma obra/reforma seria iniciada era um caos. Quando terminava e eu não tinha alcançado aquele ideal estético eu me sentia extremamente frustrada. Depois que a pandemia começou [e ela precisou trabalhar em casa], eu percebi o quanto era mais importante ter um ambiente onde eu me sentisse confortável e em paz. Assim, naturalmente, a minha visão foi se transformando”, revela a **relações-públicas** Gabriele Silva.

Para ela, foi fundamental mudar as suas próprias expectativas e cobranças para se sentir bem e em casa. Abrir a janela e ter de cara a imagem das inúmeras plantas em seu quintal é uma de suas maiores conquistas, ela revela.

“O objetivo é que este ambiente fique o mais natural possível. Aqui temos coqueiro, bananeira, pé de mamão, cacau, abacate, além de mantermos outras plantas como peregun, tapete de Oxalá, espadas de Nkosi e Matamba (divindades cultuadas no candomblé angola). Ter um local no qual eu posso estar em total conexão com a natureza tem sido um diferencial na minha vida. E se a gente melhora, o nosso lar se modifica junto com

a gente”, conclui Gabriele.

Cuidar da casa é um autocuidado

Mesmo sem se conhecerem, o pensamento da Gabriele se adequa muito bem com a ideologia e a forma de como é desenvolvido o trabalho da **arquiteta** Fátima Falcon, terapeuta da casa e especialista em arquitetura sistêmica. Para a profissional, lar é energia e deve sempre estar vibrando de forma positiva. Em seus projetos, o primeiro momento é de uma conversa para chegar ao entendimento do que a pessoa almeja em comparação com o que ela realmente precisa.

“O lar é extensão da pessoa. Então, quando a gente cuida do lar, estamos cuidando de nós mesmos. Lar tem que ser um lugar em que tenha a nossa identidade, a identidade de quem mora ali. Não é só sobre ter por ter, mas ter porque faz sentido. E, assim, quando a gente cuida do lar, a gente está curando nós mesmos. Cada canto da sua casa representa uma área da sua vida. Então a gente não pode deixar aquele cantinho ali desligado”, explica a profissional.

E esse cuidado, dependendo da necessidade de cada um, pode ser feito com pequenas mudanças, sem necessidade de grandes reformas ou compra de novos móveis. “Às vezes não é comprar mais, é tirar. Reformar ou decorar não tem a ver com adquirir mais, pode ser ter somente o que te faz sentido. Eu tenho duas coisas que eu gosto muito. Gosto de pautar o que é realmente essencial e, também, de ressignificar, transformar e dar novos usos nas peças”, conta.

Eleve a energia do seu lar

Em seu perfil no Instragram, o @fatimafalcon.arquitetura, a profissional além de contar o resultado dos seus projetos também dá dicas de como os seguidores podem, sozinhos, melhorar a energia de seus lares com apenas pequenas atitudes. Para isso, Fátima aconselha:

– Faça limpezas físicas e energéticas sempre que possível

– Livre-se do que não é necessário ou não te faz bem

– Escute músicas que elevem a sua vibração

– Permita que a luz do sol entre

– Tenha filtros energéticos e plantas

– Dê novo uso ou conserte o que está quebrado

– Faça orações

– Consuma consciente

– Cultive o autocuidado

Fonte: Agência Educa Mais Brasil

Envie vídeos, fotos e sugestões de pauta para a redação do JFP (JORNAL FOLHA DO PROGRESSO) Telefones: WhatsApp (93) 98404 6835- (93) 98117 7649.

“Informação publicada é informação pública. Porém, para chegar até você, um grupo de pessoas trabalhou para isso. Seja ético. Copiou? Informe a fonte.”
Publicado por Jornal Folha do Progresso, Fone para contato 93 981177649 (Tim) WhatsApp:-93- 984046835 (Claro) -Site: www.folhadoprogresso.com.br e-mail:folhadoprogresso.jornal@gmail.com/ou e-mail: adeciopiran.blog@gmail.com

http://www.folhadoprogresso.com.br/no-dia-nacional-do-livro-veja-a-importancia-da-leitura-em-familia-na-construcao-da-educacao/