



*Estudio Erika Suberviola
Fotografía: ©Amador Toril
Estilismo: Cristina Rodríguez Goitia*

¿Para qué aplicar el Feng Shui en las cocinas?

La cocina es una de las estancias de la casa más demandadas para ello. Las razones las explican con todo lujo de detalles las dos expertas a las que hemos consultado: Erika Suberviola y Astrid Izquierdo. Y cuando llegues al final de este reportaje, seguro que sabrás mucho más de esta disciplina, que sigue siendo una gran desconocida.

La palabra Feng Shui es muy conocida por todo el mundo, pero ¿realmente se sabe lo que significa y lo que aporta a las viviendas? La respuesta es que, en general, *“se desconoce la profundidad de esta ciencia, hay mucha confusión. Sin embargo, cada vez más personas quieren implementarla en sus hogares”*, comenta **Astrid Izquierdo**, experta en Feng Shui y CEO de Sincronía Integral. El cambio de mentalidad, dice, se ha ido abriendo a lo largo de los 15 años que lleva trabajando en ello y, sobre todo, desde la pandemia, *“la necesidad se ha disparado, porque muchas personas se dieron cuenta de la importancia de vivir y trabajar en un hogar con buena energía”*, reconoce.

Al Feng Shui se le conoce también como ‘el arte de la ubicación o la medicina del hábitat’ porque mejora el bienestar de las personas que lo habitan. Para Izquierdo, el objetivo es *“buscar la mejor ubicación, sinónimo de mayor vitalidad y energía, para que puedas realizar cualquier tarea dentro de tu hogar de forma cómoda y relajada”*. Si lo aplicamos a las cocinas, este arte las convierte en espacios que invitan a estar más tiempo en ellas y a cocinar más, aumentando la creatividad, el estado de ánimo y las ganas de alimentarse mejor, además de incitar a comer más despacio y tener una mejor digestión. *“En origen, la cocina era el corazón de la casa, el área de estar alrededor del fuego, el gran dinamizador, y a día de hoy esa esencia/energía de calidez y comunicación dentro de una vivienda sigue latente”*, explica **Erika Suberviola**, interiorista y consultora e instructora de Feng Shui.

Reforzar el bienestar a través de las energías

Con relación a la aplicación del Feng Shui, la interiorista vasca nos hace una clara diferenciación. Por un lado, sirve para crear armonía y, obviamente, *“me baso en esta disciplina para diseñar espacios armónicos sea cual sea la corriente estilística que el cliente quiera para su proyecto”*. Y por otro lado están las consultorías Feng Shui, que consisten en un estudio energético de la vivienda o negocio. *“De cómo tu casa o negocio es una extensión de ti mismo y dependiendo de cómo se encuentre (por la forma que tenga, ubicación o diseño) nos va a reforzar o debilitar en algunos aspectos de nuestra vida”*, explica Suberviola. Pero sucede que ella, por deformación profesional, confiesa, cuando tiene un proyecto de interiorismo al uso entre manos, *“no puedo no dejar de estudiarlo con ‘ojos Feng Shui’, y propongo ideas que, en base a ello, sé que le van a venir bien a esa persona. Además, dependiendo de cómo sea (si más escéptica o no), le doy la información más explícita o ‘terrenal’ o me extendo más si veo que a la persona le gusta que le hable de energías y de cómo es su casa y qué particularidades tiene”*.

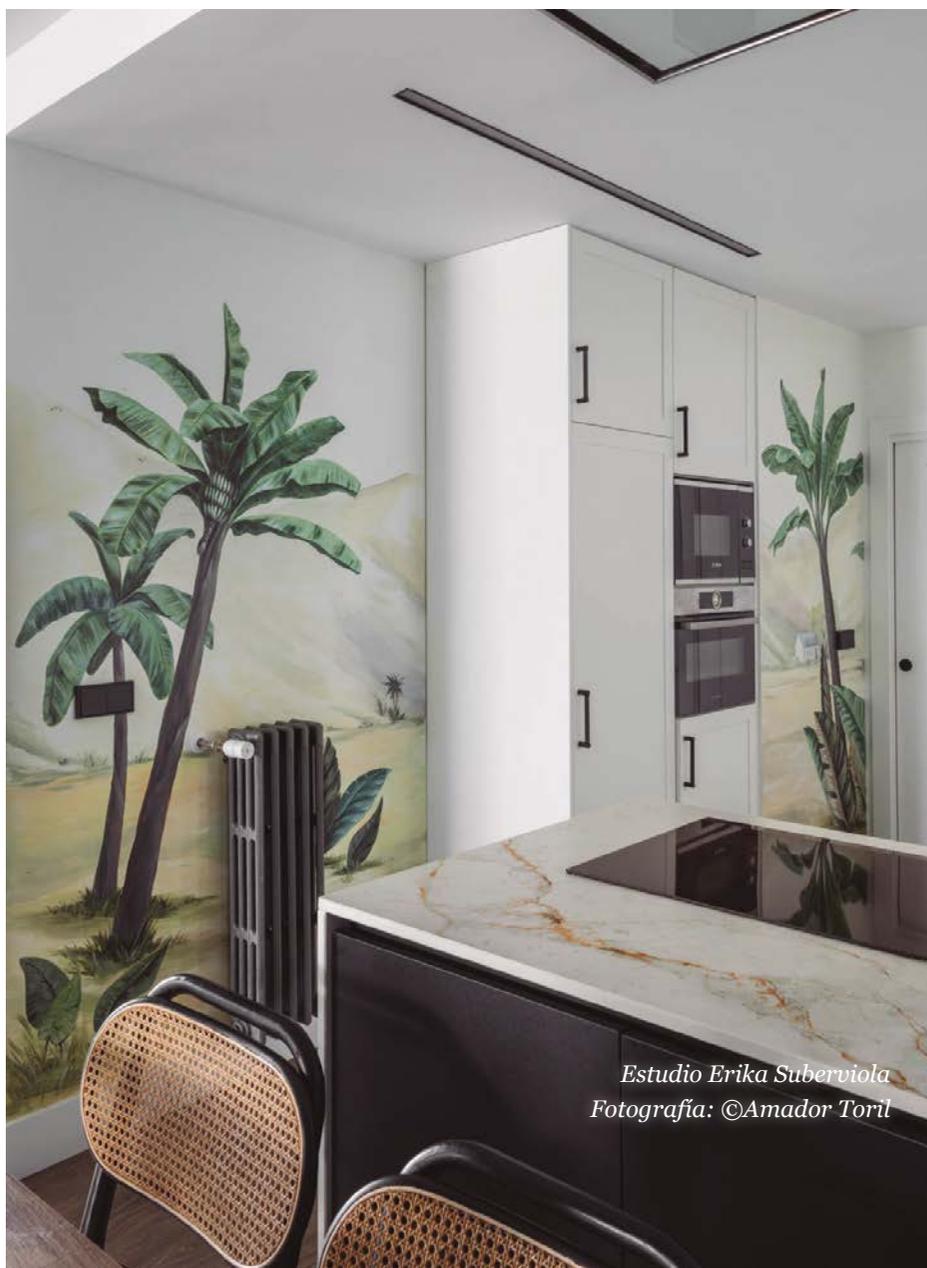
También reconoce que la cocina es una de las estancias de la casa más demandadas para aplicar el Feng Shui, y los clientes suelen centrar sus peticiones en el aprovechamiento y almacenamiento de los espacios.

Los 5 elementos naturales para armonizar la cocina

Astrid Izquierdo también es autora de ‘El pequeño libro del Feng Shui’ y uno de sus capítulos, precisamente, está dedicado a esta estancia de la casa bajo el epígrafe ‘La cocina y el poder de la alquimia’, porque la alquimia tiene el poder de la transformación, tan importante en este espacio, *“ya que es aquí donde, a través de la energía del fuego, se transforman los alimentos en platos deliciosos y nutritivos”*, explica.

Y es el fuego uno de los cinco elementos que se encuentran en la naturaleza y que se integra en la cocina para crear ese espacio armónico mediante su funcionalidad a través de los propios fogones y en todos los aparatos electrónicos. Aparte están los otros elementos que describe a continuación la

El Feng Shui es una técnica que consiste en reorganizar los espacios a través de los colores, las formas y el simbolismo de los objetos



Estudio Erika Suberviola
Fotografía: ©Amador Toril

fundadora del *Estudio Erika Suberviola Interiorismo & Feng Shui*, ubicado en Bilbao:

- **Tierra:** se encuentra en el suelo, de ahí que se recomienda poner una alfombra, ahora tan de moda en las cocinas. También se encuentra este elemento en utensilios de barro, cerámica, loza, etc.
- **Metal:** está en el color blanco del acabado de los muebles (ya que es uno de los más demandados en las cocinas) o en el acabado metálico de piezas como puede ser el fregadero, por ejemplo.
- **Agua:** se implementa a través de la propia agua que sale del grifo o en la que hay en las instalaciones para el lavavajillas o la lavadora.
- **Madera:** a través de la disposición de plantas como, por ejemplo, perejil o romero, que dan cobertura para utilizarse también en los platos.

Está claro que, salvo que se trate de una obra nueva, las cocinas ya están hechas y distribuidas y es entonces cuando el usuario quiere saber si su espacio es susceptible de armonizarse. La respuesta de Suberviola es que *"todo es mejorable y se puede armonizar, dependiendo, en mayor o menor medida, de los cambios que puedas llevar a cabo. A veces se trata de pequeños cambios que no requieren intervención de obra"*. La clave está en que el Feng Shui es una técnica que consiste en reorganizar los espacios a través de los colores, las formas y el simbolismo de los objetos.

La respuesta de los clientes

Y una vez se han hecho estos cambios, hasta el cliente más escéptico al tema de las energías, dice la interiorista vasca, se siente más a gusto en su cocina y no por los cambios estéticamente aparentes. *"Por*

lo general, cuando les hablas más profundamente y aplican esta técnica, entran en un estado de conciencia empezando a analizar en cómo de verdad todo lo que nos rodea nos está influyendo y cómo, a través de esos cambios que han realizado, han obtenido resultados favorables en sus vidas", comenta.

Por su parte, Astrid Izquierdo explica en su libro que una cliente, reconocida perfumista, *"no lo veía claro, pero, siguiendo mis instrucciones, ahora cocina más y mejor"*. Es a quien la experta recomendó colocar un gran espejo en la pared frente a los fogones, que se detalla en el recuadro destacado inferior y, ahora, dice, no se imagina cocinar sin él. Es un ejemplo de forma económica para solucionar el problema de

"El Feng Shui genera curiosidad, y las personas queremos sentirnos a gusto en nuestros hogares. Sin duda, es una gran inversión y, más que leerlo, hay que vivirlo"

Ejemplos de errores habituales

Sobre la implementación de los 5 elementos en la cocina, Astrid Izquierdo recuerda que *"es importante evitar los excesos para conseguir un equilibrio dinámico entre los cinco"*. Como ejemplo cuenta que en sus asesoramientos a veces ha visto cocinas que más que cocinas parecen salas quirúrgicas, generado por un exceso del elemento metal y la ausencia de los otros. *"En esas cocinas hay un gran desequilibrio energético; pocas veces se cocina, no apetece, no hay vida, o lo que es lo mismo, no hay armonía"*, opina.

Otro ejemplo práctico muy común es encontrar los fogones situados de espaldas a la puerta y de cara a una pared. Según el FengShui es una mala ubicación porque, aunque sea inconscientemente, genera tensión. *"Es una posición de vulnerabilidad que provoca en la persona pocas ganas de cocinar o de terminar de cocinar y acabar rápido. A nadie le gusta estar de cara a la pared. Es una posición ciega"*, comenta. Y pone la situación de imaginarse conduciendo sin retrovisor. ¿Pero cómo se puede contrarrestar? Colocando un espejo para que la persona pueda ver lo que pasa detrás de ella mientras cocina, *"y cuanto más grande mejor. A mayor control del espacio, mayor comodidad y bienestar"*.



Estudio Erika Suberviola
Fotografía: ©Natalia Michelena



Estudio Erika Suberviola
Fotografía: ©Erlantz Biderbost



Estudio Erika Suberviola
Fotografía: ©Erlantz Biderbost

una mala ubicación, sin necesidad de hacer grandes obras si no se puede.

La experta catalana también comenta que el Feng Shui es una disciplina que funciona por recomendación, porque un cliente satisfecho explica feliz su experiencia a su familia y amigos y, éstos, tarde o tem-

prano, acaban llamándote *“porque genera curiosidad, y las personas queremos sentirnos a gusto en nuestros hogares. Sin duda, el Feng Shui es una gran inversión y, más que leerlo, hay que vivirlo”*, afirma Izquierdo.

El Feng Shui no se incluye en la formación de interiorismo

A ninguna de las dos expertas le gusta la palabra ‘obligatorio’ cuando se les plantea la cuestión de si esta disciplina debería formar parte, con este carácter, de todos los proyectos de interiorismo. *“Sí que debería ser básico”*, comenta Astrid Izquierdo y, de hecho, explica que cada vez más colabora con interioristas que quieren incorporar el Feng Shui en sus proyectos o porque el cliente lo pide. Por su parte, Erika Suberviola huye de las obligaciones para dar paso a la opción *“de probar las cosas y, así, luego tener tu propia experiencia y dar una opinión personal”*.

La siguiente pregunta, pues, se enfoca hacia la formación de los profesionales del interiorismo, e Izquierdo no tiene conocimiento de que el Feng Shui forme parte de los actuales planes de estos estudios especializados, por lo que *“los estudiantes deben buscarse la vida por su cuenta sobre el tema”*. Suberviola también desconoce si algún centro lo tiene implementado, *“aunque me parecería muy interesante o, al menos, poderlo cursar de manera optativa. A mi me hubiera gustado tener esta asignatura cuando estudié diseño de interiores”*, confiesa. ■



Estudio Erika Suberviola
Fotografía: ©Natalia Michelena