

Le Vastu et la psycho-décoration, l'harmonie au cœur des murs. Montre-moi ton espace de soins, je te dirai quel thérapeute tu es...

Notre espace de travail - tout comme notre habitation - nous ressemble tel un double de soi projeté à l'extérieur. Si chaque thérapeute arbore un style personnel dans son approche du patient, l'atmosphère qu'il a créée dans son cabinet de soins laisse une empreinte, elle aussi, sur le patient.

Tel cabinet minimaliste dans les blancs purs et inondé de clarté ; tel autre intimiste dans les bois blonds et éclairage feutré... « Montre-moi ton espace de soins et je te dirai quel thérapeute tu es » pourrait être le credo de la psycho-décoration.

De la déco à la psycho-décoration

La maison passionne sous tous ses angles. De plus en plus de disciplines ancestrales sont remises au goût du jour et d'autres, inspirées de la modernité, s'inventent pour la déshabiller sous tous ses angles : la géobiologie occidentale, le Feng Shui traditionnel chinois, le *home staging* ou divers types de *coachings* de la maison. Car le dedans et le dehors dialoguent. Le plus ancien connu à ce jour, le Vastu, fait enfin jour en Occident !

Depuis quelques années, **des psychologues se penchent sur ce phénomène sociétal** et considèrent désormais la maison tel un objet d'analyse à part entière. **L'habitat se décode, se déshabille et s'interprète à la lumière de la psychanalyse, de psychothérapies systémiques ou transgénérationnelles.**

La psychologie moderne revisite sous son éclairage scientifique notre rapport à l'espace que les médecines traditionnelles et les philosophies

orientales racontent depuis des millénaires dans leur langue imagée, sous forme de légendes cosmologiques.

En un clin d'œil, l'aménagement d'un cabinet de soins raconte les goûts et les valeurs du thérapeute au travers des tableaux qui ornent les murs et que la psycho-décoration se prête à décoder. Miroir de soi, chez soi : l'espace matériel et l'espace psychique se répondent mutuellement.

Vous avez dit Vastu ?

Si 'Vastu Shastra' résonne encore étrangement à vos oreilles, ne vous étonnez pas : cet art que pratiquent les sages indiens depuis des milliers d'années commence à peine à se faire connaître en Occident.

Le Vastu est l'ancêtre direct du Feng Shui, issu des Vedas, et aménage les principes de la Nature dans les habitations afin d'y créer un environnement en harmonie avec l'univers. L'auteure, première experte francophone, nous livre son 2^{ème} ouvrage sur le sujet « **Vastu, la psycho-décoration inspirée de l'Inde** » aux Ed. Souffle d'Or.

L'habitat sur le divan

Notre habitation est pareille au vêtement : un second corps superposé au nôtre. Comme *l'habit*, elle en dit long sur son propriétaire...

Notre psyché dialogue dans un va-et-vient

constant avec les couleurs, les textures, les images qu'elle a projetées sur les murs : nos aménagements reflètent nos états psychiques sous forme décorative. Dans ce mouvement de projection, l'ambiance de la maison est le **miroir psycho-décoratif de son propriétaire**. Mais en retour, une fois installée dans notre espace de vie, **notre décoration « introjette » ses messages symboliques dans la psyché des patients**. Les tableaux et les couleurs, une fois fixés sur nos murs, nous influencent à leur tour...

Lorsque Vastu et psycho-décoration se rencontrent, la décoration autrefois essentiellement intuitive s'enrichit d'une **dimension consciente où chaque paramètre décoratif est étudié aussi bien dans sa correspondance esthétique que psychologique**. Les parquets en bois véritable apaiseraient les sens tandis que le métal créeraient de la distance émotionnelle ; les tapis et matières moelleuses ouvriraient la dimension du cœur tandis que la pierre renforcerait le sens des réalités...

Les 3 forces de vie

En Vastu, la vie est traversée par trois forces qui animent tour à tour la matière : positive, négative et dynamisante (comme les protons, neutrons et électrons de l'atome). Ces forces appelées **Sattva, Rajas et Tamas** imprègnent tous les objets de la maison, révélant chacune une facette particulière de la trinité divine : Vishnu, Brahmâ et Shiva. Elles interagissent avec nos émotions et leur équilibre subtil dans le mariage des couleurs, la disposition du mobilier ou les thèmes des tableaux composent une atmosphère sur mesure entre nos murs...

Sattva, pureté et plénitude

Du sol au plafond, circulent 3 forces associées à la qualité vibratoire – le Prâna – qui abonde dans un cabinet. Idéalement, la pièce de soin « respire » : aérée sur un jardin ou offrant un air purifié par des plantes aromatiques et détoxifiantes, elle neutralise les polluants issus des ordinateurs, imprimantes, matières plastiques ou peintures dont est faite la décoration de grande distribution. Ainsi purifié, l'air ambiant devient « sattvique », appelant à lui l'inspiration et la créativité. Ne sont-elles pas toutes deux sources de guérison ?

Des murs clairs, une déco légère et dégagée ouvrent l'esprit. La fluidité vitale d'un espace désencombré est synonyme de respiration, de vie. Les plantes vertes (sans pointes agressives), les huiles essentielles naturelles (par diffuseur à microdispersion), les matières naturelles, la pierre et le bois contribuent à créer un socle de quiétude.

Attention à ne pas créer un espace excessivement Sattva, minimaliste, vide, froid fait de distance émotionnelle envers le patient. De trop hauts plafonds, des monochromes de blanc immaculé et des tableaux abstraits risqueraient de créer un tel climat psychique peu propice à l'ouverture du cœur.



Photos : © Alexandra Viragh

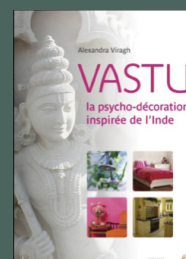
Rajas, la chaleur humaine

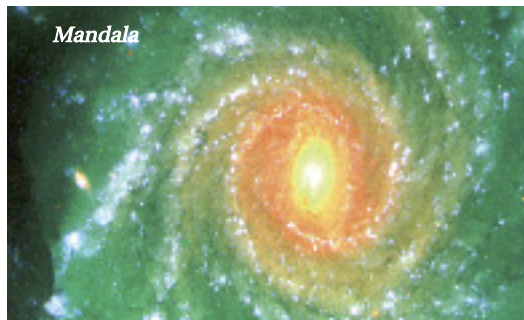
Dans les soins ostéopathiques, le corps du patient est exposé dans toutes ses fragilités : douleurs physiques, blessures psychiques, fatigue qu'il vient déposer aux pieds du thérapeute. Il se livre, se confie et les espaces décorés dans un esprit « rajasique » améliorent la qualité du partage : couleurs chaudes mais douces, matières texturées, images figuratives : des paysages, des représentations de vie et de guérison et non des affiches d'anatomie, de squelettes trop techniques et évoquant plutôt la mort que la guérison !



Bibliographie de l'auteur :

'Vastu, la psycho-décoration inspirée de l'Inde', Ed. Souffle d'Or, déc. 2012
 'Espaces d'Harmonie pour les enfants : l'univers de la psycho-décoration' avec M. Voulzy, Ed. Dangles, 2011
 'Feng Shui Force d'Harmonie', Ed. Open Way – best-seller 6^{ème} édition 2006.





Mandala



Mandala moines bouddhistes

Réchauffer la pièce en coupant les tons pastel d'un peu de jaune ou de beige sable ; privilégier des serviettes dans des tons chair, épaisses, proches du corps et de la douceur maternelles.

Sans tomber dans une décoration chargée faite de bibelots, remplir l'espace de symboles conscientisés, emprunts d'humanité rapproche patient et thérapeute (mains ouvertes, zoom sur la texture de la peau, corps allongé de profil sur une plage apaisante...).

Tamas, la sensorialité harmonieuse

Enfin, la 3^{ème} force, Tamas, est celle de la Terre et de l'enracinement. Elle est celle de nos instincts en harmonie : notre corps en accord avec la Nature, remis dans sa fluidité naturelle. Les matières épaisses et brutes, non travaillées (pierres naturelle, osier, bambou, parquet de vraies planches de bois, cisale) renforcent l'union de la chair avec les éléments. Les formes rondes, courbes prolongent le corps, accueillent, apaisent et intériorisent.

Dans un cabinet où les formes moelleuses du corps rencontrent le mobilier, il s'agit d'éviter les formes géométriques, design et rectilignes qui – trop paternelles et masculines (voir 'Espaces d'Harmonie pour les enfants : l'univers de la psycho-décoration' par l'auteure) – distancient patient et thérapeute. Loin du toucher, du corps à corps sensoriel, subtil nécessaire au soin.

Réchauffer l'espace, amortir les pas, intimiser le coin de déshabillage, tapis épais sous les pieds et siège aux formes courbes, maternelles.

Le Mandala, le cœur de l'espace

L'Inde ancienne fut le berceau de l'humanité et de

nos langues européennes, consigna en 1500 ans avant J.C. dans les Vedas ses règles en matière d'architecture sacrée. L'Inde fit naître très tôt une tradition issue de l'observation de la Nature et de la relation que l'homme entretient avec les énergies cosmiques qui inspira, plus tard, le Feng Shui. C'est du centre, du silence que la parole créatrice commence. Le Vastu provient du *Sanatana Dharma*, littéralement les 'lois éternelles de la Nature'. La Nature n'est cependant pas qu'un objet extérieur ; elle traverse notre propre identité intérieure. Ainsi, les formes qu'arborent les fleurs mais aussi les galaxies ou les atomes suivent-elles un modèle identique que les Indiens appellent '**Mandala**'. Leur dessin harmonieux inspire les plans des temples, des palais ou des habitations Vastu.

Au cœur de cette équation que la Nature répète de l'infiniment grand à l'infiniment petit, des galaxies aux systèmes solaires, d'une cellule à un atome, le Vastu a placé un espace vide. Vide créateur et poumons de notre corps, dans une pièce c'est le centre où devrait circuler librement l'air, la lumière, les occupants, le Prâna.

Dégager le centre d'un cabinet devient aussi vital qu'aérer une pièce : il permet la vie de naître, l'inspiration de surgir, la force vitale de circuler. Le regard déambule, libre. L'horizon de la pièce est à l'intérieur : elle y dépose le calme, l'écoute du patient. Il convient de dégager tout meuble encombrant du centre de l'espace de soins : décaler, glisser de côté un bureau, la table de soins et y laisser respirer le flux vital de la pièce : le Prâna. Juste à l'image des poumons qui abreuvant le corps non seulement d'oxygène, mais aussi d'inspiration, de renouveau. Le centre du Mandala de chaque pièce contient la source de la paix.

Contempler le corps, cette merveille de la Nature, nous rappelle que la Vie y a inscrit ses lois faites d'harmonie, de l'infiniment grand à l'infiniment petit. Partout, la beauté éveille notre regard au centre : pupille de nos yeux, paume d'une main, cœur d'une oreille, nez du visage, noyau d'une cellule, proton d'un atome, centre de la toile d'une araignée... innombrables répliques du Mandala latent de la Nature.

Chercher la beauté, l'équilibre ou l'harmonie nous emmène au-delà de la simple projection contradictoire, paradoxale de nos fantasmes décoratifs. Le Vastu réconcilie la décoration projective et l'introspection.

Décorer est un art conscient, spirituel que tous nous devrions traiter en y introduisant, intact, notre sens de l'émerveillement.

Pour en savoir plus, demandez notre dossier d'extraits de « Vastu, la psycho-décoration inspirée de l'Inde » via notre site www.psychodecoration.com.

Questions au Directeur de la **CAPSAND, Dominique CHARDON**

1 – Pourquoi avoir créé la CAPSAND ?

Depuis 2006 les patients nous demandaient l'adresse des praticiens qualifiés possédant des compétences complémentaires et exerçant dans l'esprit de la santé durable.

Il nous était très difficile, voire impossible d'apporter une réponse précise.

Face à cette situation, nous avons donc, avec le concours de la Chambre Nationale des Ostéopathes et de l'Association Française de Chiropractie, créé la CAPSAND, association qui poursuit la mission d'intérêt général qui est de réunir les praticiens œuvrant dans l'esprit de la santé durable afin de promouvoir et organiser la prévention santé, la sécurité du patient et des praticiens et l'efficacité des soins.

2 – Qu'est-ce qui distingue les services préconisés par la CAPSAND des assurances classiques ?

L'assureur a pour but de vendre des contrats qui sont, pour lui, les plus rentables et très souvent, l'intérêt du souscripteur est accessoire. La CAPSAND se situe à l'opposé de cette démarche en privilégiant l'intérêt de ses membres.

Dans cette démarche objective, des contrats groupes adaptés et négociés aux meilleures conditions ont été mis en place.

3 – Que répondez-vous à l'aspect non lucratif de la CAPSAND ?

La réponse est très simple : nous sommes une association loi 1901, et n'avons aucun lien direct ou indirect avec quelque groupe d'intérêt économique que ce soit.

4 – Quels sont les contrats pilotes qui se démarquent de ceux proposés habituellement aux ostéopathes ?

La CAPSAND a en particulier créé deux contrats groupes (Prévoyance collective et RCPM).

Son contrat Responsabilité Civile Professionnelle Médicale est unique et garantit l'intégralité des actes des Ostéopathes y compris les actes restreints (nourrisson, cervicales, intra-pelviens), les conseils en nutrition, la médecine traditionnelle chinoise, la phyto-aromathérapie, le suivi de sportifs amateurs ou olympiques... et ce, dans toute l'Union Européenne ...

La prévoyance collective qui protège parfaitement bien le praticien et sa famille dans l'exercice de son Art en cas de maladie ou d'accident.

5 – Quels sont les « plus » de la CAPSAND par rapport aux propositions des autres organisations ?

La CAPSAND est unique en France dans sa démarche, ses valeurs... Elle a pour but de participer

à la prévention de la Santé pour tous où la défense de l'intérêt général est notre maître mot.

Pour cela, elle doit proposer aux patients, des praticiens de haut niveau de formation et de compétences.

Dans l'intérêt du patient, elle préconise et valorise la synergie des disciplines de la Santé Durable : Ostéopathes, Chiropraticiens, Médecine énergétique Chinoise, Médecin, masseur-Kinésithérapeutes, Infirmières, Psychomotricienne, Educateur de Santé Durable (naturopathes)... disposant de compétences complémentaires et poursuivant une démarche collective de Santé durable.

6 – Est-ce que la CAPSAND propose d'autres services que des contrats d'assurances ?

Oui. Le contrat collectif d'assurance constitue un des secteurs d'activité de la CAPSAND, mais elle propose et apporte beaucoup d'autres services tels que : l'aide à l'installation des jeunes diplômés, le choix du statut professionnel, l'assistance pour l'URSSAF, le RSI, la CIPAV..., la préparation à la retraite, les aspects sociaux de la vie du praticien, l'information sur les formations continues de qualité, la protection professionnelle des praticiens...

Mais encore, elle gère la Caisse de Solidarité des Praticiens de la Santé Durable – le Club Européen de la Santé Durable et, tout récemment, elle a créé la première Foncière Santé Durable dédiée uniquement aux membres de la CAPSAND...

7 – La retraite des Ostéopathes est une véritable catastrophe et en particulier pour les plus âgés qui ont peu cotisé et ont des retraites très faibles.

Que propose la CAPSAND face à cette problématique ?

Il est évident que pour les Ostéopathes qui ont aujourd'hui plus de 60 ans, il y a peu de solutions. Toutefois, j'attire l'attention de ceux qui ont exercé comme MKDE et qui cotisent ou vont cotiser à la CIPAV, qu'ils nous interrogent au plus vite. Pour ceux qui ont moins de 55 ans, la CAPSAND dispose avec sa foncière indépendante d'un excellent moyen de se constituer une retraite de qualité dans les meilleures conditions. Nous conseillons à tous les praticiens qui ont moins de 55 ans de nous interroger et de nous rejoindre.

8 - Comment être informé(e) des possibilités et des avantages de la CAPSAND ?

Nous organisons des réunions d'information dans tous le Grand Ouest et prochainement, sur tout le territoire Français.

Contactez-nous à CAPSAND - BP 80413 – 49104 Angers Cedex 02 - tél : 02 41 05 18 15 – email : contact@capsand.fr