

Le feng shui vous apprend à agencer votre intérieur pour créer un cadre de vie harmonieux. Deux spécialistes vous livrent les secrets de cet art millénaire chinois.



Alexandra Virag et Bruno Colet, fondateurs de l'Académie de feng shui.

Notre vie quotidienne a connu bien des bouleversements durant les trente dernières années. Si le stress touche tous les foyers, l'aspiration au bien-être est plus forte et le besoin d'équilibre plus pressant que jamais. Ce désir d'harmonie nous conduit à revoir notre conception de l'habitat. Associant esthétique et équilibre, le feng shui est un allié de choix dans cette reconquête de l'harmonie. Praticué depuis plusieurs milliers d'années en Chine, le feng shui, mot qui signifie

« vent » et « eau » en chinois, associe les deux énergies primordiales dont notre monde est tissé : le yang venant du ciel (le vent) et le yin né de la terre (l'eau). A l'intersection de ces deux courants d'énergie, ou « chi », se tient la maison, dont les fondations sont creusées dans le sol, tandis que son sommet s'élançe vers le ciel. Quoi de plus naturel que de construire des habitations à notre image ? Notre corps est protégé à l'arrière par la colonne vertébrale et les muscles dorsaux, mais il est ouvert sur le monde grâce à

nos cinq sens. A son image, la maison idéale doit à la fois former un cocon protecteur et s'intégrer parfaitement dans son environnement. Pour cela, le feng shui prend en compte tous les aspects de l'habitat : son orientation ; la distribution des pièces ; la mariage des couleurs ; la bonne circulation de l'énergie dans l'espace. Cette discipline ancestrale et très subtile fait appel à la géométrie, aux mathématiques et à l'astrologie. Mais elle obéit aussi aux règles du bon sens, ce qui lui permet de s'adapter à nos habitudes occidentales !

Comment aménager la maison idéale

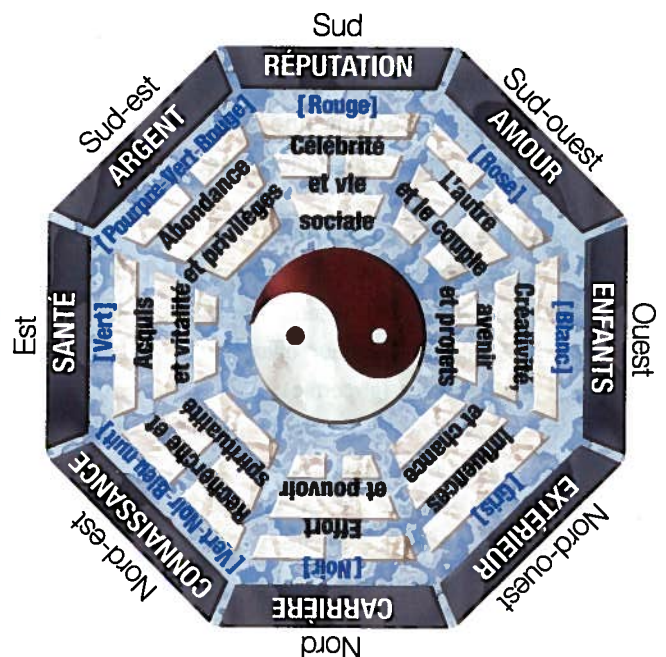
LE FENG SHUI

1 Le « chi » doit circuler de manière harmonieuse, ni trop vite (yang) ni trop lentement (yin). Il est accéléré par les couloirs, les pièces en enfilade et les fenêtres. En revanche, il est ralenti par les voilages, les tapis, les paravents et les plantes vertes.

LES 3 REGLES FENG SHUI POUR HARMONISER VOTRE HABITATION

2 Maintenez le **yin** et le **yang** en équilibre dans chaque pièce. Sont considérés comme yin les étoffes, les tapis, les coussins, les matières telles que l'éponge, le bois clair et le plastique, ainsi que les formes arrondies et certaines couleurs : bleu, vert, violet, marron, gris et noir. Sont yang les matériaux comme le verre, le métal, le bois dur et la pierre, ainsi que les formes géométriques et d'autres couleurs : jaune, orange, rouge, rose et blanc.

3 Le feng shui repose sur un symbole octogonal, le **Ba-ga**, qui divise chaque pièce en huit zones cardinales à partir de la porte d'entrée. Chaque zone a une valeur symbolique correspondant à un secteur de votre vie : santé, amour, abondance, aide extérieure, enfants, études, carrière et renommée. Munie du **Ba-ga** (ci-contre), placez-vous devant la porte d'entrée, la zone carrière dirigée vers l'arrière. Faites coïncider le centre de l'octogone avec celui de la pièce : le mur face à la porte contient, au centre, la réputation ; dans le coin en face à droite se trouve la zone amour ; derrière vous à gauche, la connaissance.



L'art d'être bien chez soi

LE SEJOUR

Cette pièce rassemble tous les aspects de la vie sociale: c'est un lieu d'échanges avec le monde extérieur, un espace de repas et de fêtes. Selon l'atmosphère souhaitée, vous lui donnerez une note plutôt yin (lecture, télévision) ou plutôt yang (réceptions, soirées entre amis). Des représentations de l'abondance donnent un sentiment de plénitude: coupe de fruits dans la zone santé de la salle à manger, photos d'amis dans celle de l'aide extérieure, par exemple.

LES BONS REFLEXES DECO

A faire

- Posez quelques surfaces de couleur (bouquets, tableaux, coussins) qui animent la pièce et stimulent les échanges.
- Privilégiez les sources lumineuses indirectes et un éclairage orienté vers le haut, qui tamisent la lumière et procurent un sentiment de détente.
- Dans les séjours à l'ambiance trop yang (carrelage, stores, portes-fenêtres), placez un tapis. Il freinera la circulation de l'énergie en l'« absorbant ».

A éviter

- Le brun et le gris unis (à la mode cette année), car ils s'opposent à la circulation de l'énergie en l'attirant vers le bas.
- De grandes baies vitrées dépourvues de voilages épuisent nerveusement. L'absence de protection nous expose à des courants de « chi » trop intenses.
- Une décoration hétéroclite crée une sensation de désordre incompatible avec notre harmonie et notre équilibre.

Une fontaine installée dans la zone abondance symbolise l'argent qui coule dans votre vie. Les jets d'eau sont d'ailleurs connus pour leurs effets apaisants sur les émotions.

Les tableaux agissent directement sur votre esprit. Entourez-vous de représentations de la vie et de la sérénité.



L'éclairage orienté vers le haut donne une sensation de légèreté et crée une atmosphère à la fois intime et chaleureuse.

Canapés et fauteuils nécessitent une « carapace » protectrice. Ils doivent de préférence être adossés à un mur et offrir une vue sur la porte d'entrée.

La table basse, en bois plutôt qu'en verre, favorise une circulation harmonieuse du « chi » le long de ses bords arrondis.



Les couleurs ont un rôle important à jouer: si vous aimez recevoir, le jaune stimule les échanges, tandis que l'orange apporte du mouvement, des changements. Le bleu incite à la méditation. La couleur lavande est synonyme de douceur et de détente.

Bricolez FENG SHUI

Construisez votre propre fontaine à l'aide d'une large coupe en céramique. Placez une pompe à l'intérieur et stabilisez-la au moyen de gros galets. Versez un litre d'eau minérale et décorez avec quelques plantes. Votre fontaine est prête!

COMMENT AMENAGER VOTRE ENTREE

L'entrée idéale est spacieuse, claire et aérée. Source d'énergie pour le reste de la maison, c'est aussi la première image que vous offrez aux autres. Sombre, encombrée et en désordre (chaussures entassées, manteaux empilés) ou lumineuse, colorée et magnifiée par

une décoration accueillante? Placez votre entrée sous le signe du feu et de la vitalité, en choisissant des tons brique, rouge, bordeaux, orange et ocre. S'il ne vous est pas possible de repeindre, suspendez des voilages colorés à la fenêtre, utilisez une ampoule teintée ou installez un

abat-jour de couleur chaude. Dans une armoire, rangez parapluies, manteaux et chaussures qui ont tendance à s'accumuler. Pensez aussi à placer un bouquet de fleurs dans votre entrée: c'est une excellente façon de souhaiter la bienvenue aux visiteurs... et à vous-même!

A faire

- Au début d'une relation amoureuse, choisissez une literie ferme mais confortable, apte à recevoir de nouvelles énergies.
- Drapez vos tentures et déposez quelques coussins de couleur tendre sur le couvre-lit afin de créer une impression de douceur et intimité.
- En cas de poutres apparentes ou de chambre mansardée, préférez un lit à baldaquin qui forme un cocon protecteur.

A éviter

- Les miroirs, qui perturbent la circulation de l'énergie.
- Les matelas séparés : symboliquement, ils divisent le couple.
- Aquarium, bassin, tableau... évitez tout ce qui évoque l'eau. Mais un verre ou une bouteille ne crée aucun désagrément.

Nous passons près du tiers de notre vie dans cette pièce dédiée au sommeil et à l'amour. Adoptez des matières douces : coussins et étoffes molleuses sur le lit, meubles d'osier et bois blond, tapis et voilages brassés aux fenêtres. La pièce ne doit pas contenir trop de métal ou de carrelage. Un mobilier aux formes courbes relaxera les plus stressées. Comme les des tableaux évoquant l'amour (colombes, photos de mariage, bouquets de fleurs) et l'harmonie (soleil couchant, paysage vallonné, mer).

Les objets décoratifs privilégient les thèmes de l'amour et de la détente. Les photos du couple ont leur place ici, tandis que celles des enfants sont réservées au séjour et à leur chambre.

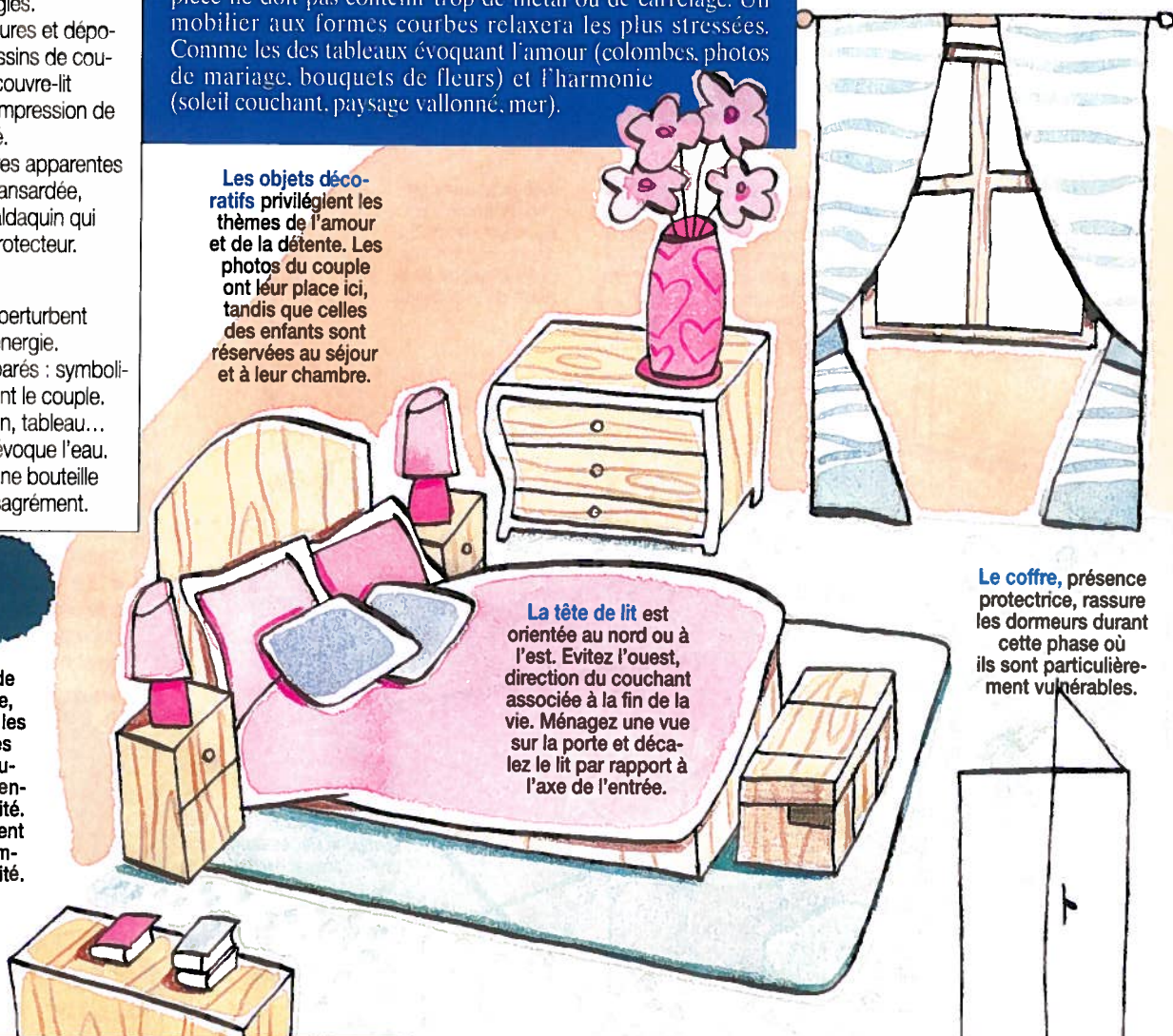
La tête de lit est orientée au nord ou à l'est. Évitez l'ouest, direction du couchant associée à la fin de la vie. Ménagez une vue sur la porte et décalez le lit par rapport à l'axe de l'entrée.

Le coffre, présence protectrice, rassure les dormeurs durant cette phase où ils sont particulièrement vulnérables.

La commode, à gauche du lit, représente votre intuition et votre sens artistique. Un meuble plus bas, situé à droite du lit, symbolise votre côté rationnel, actif. Derrière le lit, le mur offre une protection au dormeur. Devant, préservez un espace bien dégagé.



Les couleurs comme la terre de Siègne ou le rose, (pour les murs ou les draps), associées à de délicats bleu-vert, invitent à la tendresse et à l'intimité. Ils vous enveloppent d'une profonde impression de sécurité.



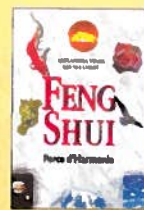
5 idées qui changent tout



Un lustre ou une simple coupe remplie de billes de cristal diffracte la lumière et anime les recoins sombres d'une pièce. Quelques détails suffisent à créer un espace accueillant : un voilage déployé au-dessus de votre lit, des murs aux tons chauds ou une fenêtre à croisillons. Enfin un carillon, placé dans votre entrée, émet de bonnes vibrations.

A lire

- « **Feng shui, force d'harmonie** », Alexandra Virag et Bruno Colet, éditions Trajectoire, 140 F. Une vraie bible !
- « **Le Feng shui sans peine** », Killian Too, Guy Trédaniel éditeur, 140F. Clair et complet.



Pour en savoir plus : conférence sur le feng shui, le 19 janvier à 19 h, l'Orangerie, 17, cité Joly, 75011 Paris. Rés. : 01 44 49 01 22.