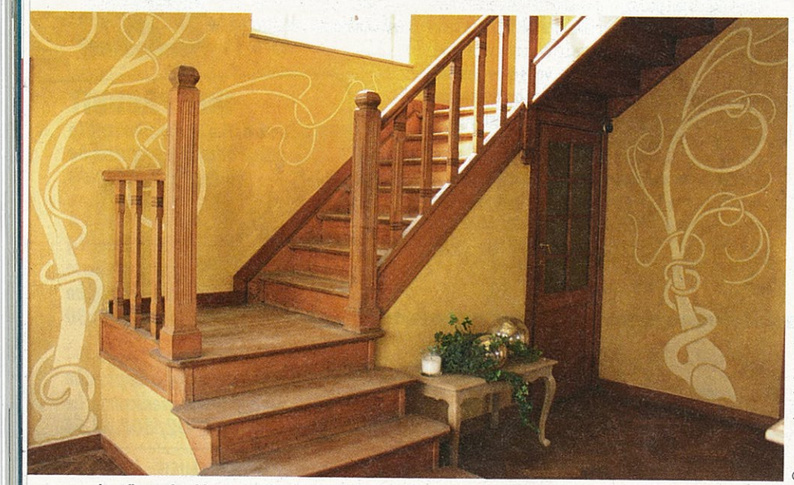
La Psycho-décoration®
Pour un aménagement conscient

La maison est le miroir de qui nous sommes. Si nous nous projetons sur la couleur des murs et les objets, ils influent à leur tour sur notre psyché, dans un va-et-vient constant. La psycho-décoration rend ce dialogue conscient et met à profit la décoration pour créer un environnement porteur de bien-être.



© www.maisondecharmehuy.be

Les fleurs Art Nouveau posent dans la psyché des habitants l'idée de croissance, de vie.

Sans la maison, l'homme serait un être dispersé. Elle maintient l'homme à travers les orages du ciel et les orages de la vie. Elle est corps et âme», écrivait le philosophe Gaston Bachelard [1]. Dans ce lien intime qui s'instaure, la maison cocon reflète subtilement l'univers psychique, émotionnel de ses habitants.

Depuis plus d'une quinzaine d'années, Alexandra Viragh se passionne pour ce lien plein de sens qui unit l'être et son habitation. Pionnière, elle a lancé le Feng-Shui Occidental dans les pays francophones et s'est spécialisée en architecture sacrée indienne. Dans la foulée, elle est devenue le premier auteur francophone expert en Vastu Shastra [2]. Nourrie de toutes ces années de recherches et d'expertises, Alexandra Viragh a ouvert ces approches orientales à une nouvelle dimension, en créant le concept de *psycho-décoration*, en résonance avec les attentes du monde occidental. L'art d'aménager l'espace devient ainsi un outil de connaissance de soi. Une voie d'évolution.

> *« La maison-cocon reflète subtilement l'univers psychique, émotionnel de ses habitants.*

[1] *La poétique de l'espace*, PUF, 2001.

[2] Yoga de l'habitation, veillant à un aménagement raisonné et harmonieux de la maison, porteur de sérénité.

L'habitat sur le divan

Regardons nos murs… Que peuvent bien dire de nous ce tableau abstrait aux éclaboussures rouge sang, ce mur peint en noir, cette photo d'iceberg, ou encore cet intérieur zen, absolument nu ?… « *Notre habitation est pareille au vêtement : un second corps superposé au nôtre. Comme l'habit, elle en dit long sur son propriétaire* », explique Alexandra Viragh, qui sortira en octobre un nouvel ouvrage consacré à la psycho-décoration (Voir *Aller plus loin*). Si notre maison abrite notre corps, elle accueille aussi notre personnalité, nos besoins affectifs, notre vie psychique. « Plus qu'une simple coque protectrice, notre demeure héberge notre âme », précise Alexandra Viragh, qui revendique un intérêt profond pour l'approche psychanalytique de l'habitat, qu'elle a explorée via des auteurs tels que Patrick Estrade (La maison sur le divan) ou Alberto Eiguer (L'inconscient de la maison). Qui a dit que la décoration était superficielle ?!

Dialogue symbolique

Le poète Alphonse de Lamartine s'interrogeait : « *Objets inanimés, avez-vous donc une âme ?* ». À tout le moins, ils révèlent la nôtre. Comme nos émotions sont volatiles, nos humeurs fugitives, la décoration intérieure a pour effet de les incarner, de les cristalliser entre nos murs. « *La matière relaie notre psyché et catalyse nos émotions dans un va-et-vient perpétuel : de l'intérieur vers l'extérieur et réciproquement* », fait remarquer Alexandra Viragh. La psycho-décoration met en lumière ce double mouvement de projection et d'introjection. Par le phénomène de projection, nous avons tendance à extérioriser dans notre environnement le climat psychique qui nous habite ; nous ne choisirons sans doute pas le même tableau en période de deuil ou après la naissance d'un enfant… Via l'introjection, les objets, les couleurs, les images, les symboles qui habitent notre maison *chuchotent* à notre esprit leurs messages subliminaux. La décoration influe donc aussi sur notre psyché, fonctionnant souvent comme un disque rayé autour de nos schémas récurrents.

Un processus créatif

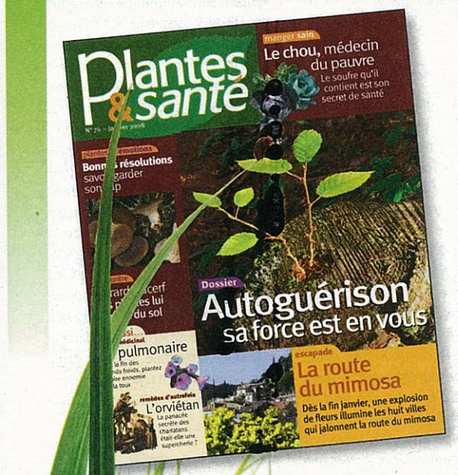
L'idée centrale de la psycho-décoration est de « *regarder les symboliques qui nous entourent* », partage Alexandra Viragh. On peut ainsi décoder ce que nous avons projeté entre nos murs. « *C'est fou ce qu'une image, un objet dispensent comme informations quand on prend le temps de les regarder ! Cela permet à la personne de dialoguer avec son monde intime. Le but n'est donc pas de créer un environnement parfait, mais d'élargir la conscience.* » D'aller à la rencontre de soi-même et de chercher une harmonie… intérieure ! Lors d'une expertise en psycho-décoration, Alexandra Viragh, en se promenant à travers la maison avec ses habitants, ouvre la porte aux prises de conscience (souvent instantanées chez la personne concernée) et le travail intérieur amorcé se poursuit bien au-delà, menant parfois à des changements de vie. C'est un laboratoire vivant, un processus évolutif. Côté décoration, Alexandra Viragh peut proposer des alternatives harmonieuses, mais sans rien imposer. Là, est la clé de la psycho-décoration : c'est une voie de responsabilisation (on évite ainsi le côté « baguette magique », attendu par certaines personnes en faisant appel au Feng-Shui). On est dans une démarche créative : chacun, pour réinventer son espace de vie, est invité à mettre la main à la pâte afin de créer des solutions décoratives personnalisées, simples et accessibles (comme faire un passe-partout de couleur pour un pêle-mêle de photos noir et blanc, qui insufflait un côté figé à la pièce).

« *C'est un travail en profondeur qui est initié, mais c'est très ludique* », conclut Alexandra Viragh. ●

Carine Anselme

Aller plus loin

Alexandra Viragh, *créatrice d'harmonies, expertises, ateliers créatifs, formations : www.psychodecoration.com -* ***À lire :*** **Vastu Shastra, la psycho-décoration inspirée de l'Inde**, Le Souffle d'Or *(sortie en octobre 2012) ;* *Espaces d'harmonie pour les enfants,* **L'univers de la psycho-décoration**, *co-écrit avec Mirella Voulzy,* Dangles *(2011). Notez qu'Alexandra Viragh a ouvert une maison d'hôtes de charme, en plein cœur de Huy, représentative de la psycho-décoration (elle accueillera d'ailleurs des stages) : www.maisondecharmehuy.be*



La nature vous veut du bien
découvrez Plantes & Santé

un mensuel 100 % pratique qui vous permettra :

- **de découvrir** quelles plantes employer pour traiter chaque affection (quantités quotidiennes, durée des traitements et contre-indications),
- **d'apprendre** quelle est précisément leur action,
- **de vous procurer** les traitements que nous vous conseillons,
- **de fabriquer vous-même** vos remèdes, vos produits de soins ou de beauté grâce à nos conseils,
- **d'envisager de manière différente votre alimentation** et découvrir comment faire de vos menus de saison un délicieux traitement.

OFFRE SPÉCIALE DÉCOUVERTE

BULLETIN À RETOURNER À : *BIO INFO*, 1a rue de Libersart, 1457 Walhain St-Paul (Belgique)

Je profite de l'offre spéciale Découverte. Je m'abonne pour 6 mois (6 numéros) au prix de 14,90 € au lieu de 23 €.

NOM : .....
Prénom : .....
Adresse : .....
.....
Code postal : .....
Ville : .....
Localité : .....
Pays : .....
Tél. : .....

Je préfère régler par :

☐ Virement au n° de compte TRIODOS 523-0801948-27 de **Éditions Changer d'R**
IBAN : BE48-5230-8019-4827 ◆ Code BIC : TRIOBEBB

☐ Par chèque ci-joint

☐ En espèces

BINF

oct 2012