10 trucs pour... UN INTÉRIEUR FENG SHUI

Ancestral et millénaire en Chine, le feng shui s'installe dans nos intérieurs. Science et art visant à créer une harmonie au sein des espaces de vie, il participe à un meilleur épanouissement et à la réalisation des projets. Voici quelques clés pour se sentir bien, chez (et en) soi. Rencontre avec Bruno Lecourt, expert.

1 LES PRINCIPES

Le chi (prononcez « tchi »), énergie vitale, est fondamental en feng shui puisque sans lui, il n'y a pas de vie. Il va s'agir de faire circuler cette énergie pour que votre intérieur soit bénéfique et connecté. Ensuite, les cinq éléments : le feu, la terre, le métal, l'eau et le bois seront à prendre en compte. Enfin, le yin (calme) et le yang (mouvement), deux forces contraires mais complémentaires dans une même unité, invitent à un équilibre des contraires.

2 L'ORIENTATION

Elle est déterminante en feng shui et se fonde sur l'année de naissance. Pour les femmes, additionnez les deux derniers chiffres de votre année de naissance, ajoutez-les entre eux, puis ajoutez 5. Ainsi, 1975 = 7 + 5= 12, 1 + 2 = 3, 3 + 5 = 8. Si vous obtenez 1, 3, 4 ou 9, vous appartenez au groupe de l'est ; les autres (2, 6, 7, 8) au groupe de l'ouest.

3 COMPROMIS

Pas de panique si vous vivez en couple et que vous n'êtes pas du même groupe. L'orientation peut être compensée par des meubles savamment placés et bien orientés.

4 DANS L'ENTRÉE

C'est par là que le chi entre. Elle est donc à soigner : il faut la désencombrer, éviter les meubles qui alourdissent, créer une ambiance agréable avec des éclairages appropriés. Évitez donc les poubelles devant la porte ou la caisse du chat. Vous devez circuler ! Bannissez le sombre qui nuit à la légèreté recherchée.

5 DANS LA CHAMBRE

C'est LE lieu yin, où l'on se ressource, d'où l'intérêt de s'y sentir sereine. Elle doit être, si possible, éloignée de l'entrée et du salon. Épurée, elle devrait ne comporter qu'un lit et deux tables de nuit. Mieux vaut éviter le métal (tout ce qui est fils électriques, télé... pour les ondes), favoriser les couleurs qui facilitent le sommeil (le bleu) et choisir des matériaux bio. À vous de créer un sentiment de sécurité.

6 DANS LA CUISINE

Espace nourricier, la cuisine doit être fonctionnelle, ergonomique, ordonnée et hygiénique. On choisit des matières faciles d'entretien et résistantes. Mieux vaut des couleurs qui stimulent l'appétit : rouge, orange, jaune ou vert. Fuyez le blanc, gris ou noir, qui coupent la faim.

7 DANS LE SALON

Cette pièce doit être accueillante et rayonnante. On évite le canapé dos à la porte d'entrée et on le place plutôt contre un mur. On opte pour des matériaux chaleureux (bois...), on désencombre. Côté couleurs, des couleurs chaudes (des bruns, tabac... ou feu, comme le rouge ou l'orange) si votre pièce est froide ; des couleurs plus pâles pour tempérer une pièce chaude.

8 RANGEZ

Il y a une véritable vertu curative du rangement ! Pour les vêtements, faites le tri au minimum deux à trois fois par an ; pour la maison, idem. Vivre dans un espace désencombré participe à votre bien-être : vous vous videz la tête et vous vous ouvrez à vivre d'autres choses !

9 ÉQUILIBREZ

L'art du feng shui repose également sur l'équilibre du yin et du yang : il faut donc équilibrer les ambiances, entre lumière et ombre (trop de lumière énerve), entre l'angulaire et l'arrondi, entre le statique (tous les éléments liés à la terre, comme la pierre, le marbre...) et le fluide (liés à l'eau et au bois, comme le lin, la laine, le tissu...).

10 PRIORISEZ

Le feng shui s'attache avant tout aux pièces où l'on passe beaucoup de temps. À vous de jouer... ou de déménager !

Notre expert

Bruno Lecourt
Expert en feng shui et auteur du *Grand livre du feng shui*, éditions Leduc.s

© DR SHUTTERSTOCK