

*Un Qi harmonieux est un Qi qui circule librement.*



# Le Feng Shui :

## un art de vivre en harmonie avec l'environnement

par Bruno Lecourt,  
expert en harmonisation d'espaces

*Art ancestral chinois, apparu durant le Néolithique et dédié à l'Empereur, le Feng Shui (littéralement "vent" et "eau") permet d'harmoniser les flux du souffle vital environnemental, la force naturelle appelée Qi (prononcer "tchi" qui relie tout ce qui compose l'Univers. Un Qi harmonieux est un Qi qui circule librement.*

Loin des clichés qui l'associent à une décoration zen, aux fontaines et autres bibelots asiatiques, le Feng Shui est une véritable "médecine" de l'habitat qui s'appuie sur le principe de complémentarité du yin/yang et sur la théorie des 5 éléments (Feu, Terre, Métal, Eau et Bois).

On le compare souvent à l'acupuncture qui facilite une meilleure circulation énergétique à l'intérieur du corps grâce à l'action exercée sur des points précis au travers des méridiens.

Le Feng Shui cherche à **mettre en valeur les effets bénéfiques du souffle énergétique et à en éloigner les aspects néfastes. Concrètement, un bon Feng Shui est censé amener le bien-être : la prospérité et la santé.**

Certaines villes asiatiques telle que Hong Kong ont bâti leur réussite grâce à cette science très efficace qui séduit de plus en plus d'occidentaux tant professionnels que particuliers.

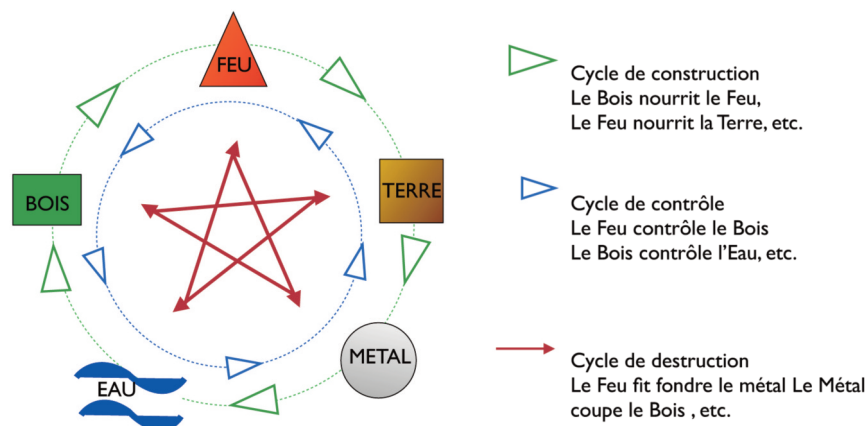
## Optimiser sa cuisine

Au même titre que la salle de bain, la fonction de la cuisine s'est transformée. Avec le déclin de la salle à manger, elle est devenue **un lieu polyvalent et convivial** où la famille et les amis se réunissent pour manger, échanger ou travailler. C'est **le centre des activités domestiques.**

Il est normal alors que le Feng Shui mette un point d'honneur à ce que rien ne vienne perturber la bonne qualité de l'ambiance énergétique de cette **pièce "nourricière"** puisque c'est ici que l'on y prépare les aliments et que l'on y mange : **le Feng Shui l'associe naturellement à la santé.**

On se sentira heureux de cuisiner dans un espace agréable et harmonieux. Les repas préparés avec soin et amour garantiront une bonne santé à l'ensemble de la famille.

L'harmonie de la cuisine ne dépend pas de sa surface, car une petite cuisine fera aussi bien l'affaire qu'une grande si elle est bien organisée et optimisée..



*Interaction des 5 éléments entre eux. Chaque élément nourrit celui qui lui succède (cycle de production) et il est tempéré par celui qui le précède (cycle de contrôle). Le cycle de destruction est plutôt utilisé en médecine traditionnelle chinoise. L'utilisation de ces cycles permettent d'harmoniser les flux d'énergie dans l'habitat.*

Veiller à la présence de lumière, d'aération ou de ventilation, au bon placement de la cuisinière par rapport aux points d'eau, à l'équilibre **yin yang** des matériaux, au bon positionnement du mobilier et des ouvertures entre elles, au respect de certaines règles fondamentales du Feng Shui permettent d'obtenir une bonne circulation énergétique.

## Avant toute chose, du bons sens...

Veillez à l'hygiène et aux odeurs. Les hottes et la vmc sont utiles mais pensez surtout à ouvrir les fenêtres cela suffit à recharger la pièce en **ions négatifs.** De nos jours il existe de nombreux système de **rangements fonctionnels,** profitez-en. Le désordre génère un

mauvais Feng Shui. Dégagez les coins et les recoins de la pièce. Allez à l'essentiel, ne vous embarrassez pas des détails.

Videz le frigidaire de ses produits périmés, jetez la vaisselle ébréchée ou les ustensiles cassés, donnez le service de votre grand mère que vous conservez par culpabilité et vous n'utilisez jamais, réparez les gongs de portes qui grincent, vérifiez le bon fonctionnement des évacuations et des robinets qui coulent...tout cela participera à réduire le Qi qui stagne.

## Les plantes dépolluantes

Certaines plantes sont nécessaires pour assainir cet espace surtout lorsqu'il manque d'aération.



*Tiroir de rangement de Hofemeir*

# Le Feng-Shui en Cuisine

**Le Rhapis** et **l'Anthurium** absorbent l'ammoniac, **le Gerbera** le formaldéhyde des bois agglomérés ainsi que le benzène et le trichloréthylène dégagés dans les solvants contenus dans les peintures lavables.

Quant au monoxyde de carbone dégagé par une cuisinière à gaz, il sera transformé par un **Chlorophytum**.

**Le Cactus colonnaire** (*cereus peruvianus*) luttera contre les ondes électromagnétiques produites par les appareils électriques.

## Emplacement idéal de la cuisine

**Le bagua est un diagramme à 9 emplacements** que l'on pose sur le plan de la maison et qui détermine les orientations et secteurs correspondants aux différents aspects de la vie : le travail, les relations, les projets, l'aspect financier, etc.

prenez votre petit déjeuner dans cette pièce. Placer une cuisine au centre de la maison, le rendrait trop actif : cela peut générer de l'instabilité dans la famille. De même les évacuations et l'élément eau ne seraient pas à leur place. Selon les principes taoïstes, le centre doit rester calme, il permet la circulation des flux énergétiques.

## Le décroisonnement

Il est nécessaire de bien délimiter la zone de préparation de la cuisine de son coin repas en l'accolant à un mur, ou en la démarquant avec une décoration, des matériaux, une couleur différents ou un revêtement au sol. Faites attention aussi au point de vue depuis ce coin repas.

## Le fameux conflit Eau/Feu...

Les appareils de cuisson et l'évier parce qu'ils appartiennent aux éléments opposés Feu et Eau ne doivent pas être disposés l'un à côté de l'autre. Cela peut amener des dysharmonies familiales et selon certains praticiens Feng Shui qui établissent des corrélations avec la Médecine Traditionnelle chinoise des problèmes de palpitations, d'arythmie ou d'hypertension. Un plan de travail entre les deux est nécessaire. Si ce n'est pas possible, disposez un objet en bois, une plante par exemple : cet élément rééquilibrera le conflit.

Selon la correspondance des 5 éléments avec les points cardinaux, il sera préférable de positionner tout ce qui est relatif à la cuisson au Sud, au Sud-Ouest ou au Nord-Est de la pièce et tout ce qui concerne l'eau plutôt au Nord, au Sud-Est ou à l'Est.

**Il faut surtout veiller à l'équilibre des éléments entre eux.** Une cuisine située au Nord de la maison ne doit pas être obligatoirement bleu foncé, blanche ou grise ainsi que le préconise le Feng Shui occidentalisé. D'autres paramètres entrent en jeu. En Feng Shui, tout est

question d'équilibre subtil. Par exemple, le rouge appartenant à l'élément Feu associée à un jeu de lumière adéquat dynamisera une cuisine trop yin, sombre et déprimante.

## La forme de la cuisine, l'îlot central

Beaucoup de praticiens sont contre le positionnement du foyer sur un îlot central car cela serait source d'instabilité... L'arrière de la cuisinière doit s'appuyer contre un mur. Une manière de canaliser le feu. Le plus important est la situation de la cuisinière et son orientation. Eviter d'avoir le dos tourné à la porte, ce qui est source de stress : un miroir ou une paroi réfléchissante posée derrière la plaque de cuisson ou le plan de travail permettra de voir qui entre dans la pièce. La cuisinière doit être orientée dans une des quatre directions favorables du cuisinier que l'on calcule avec la date de naissance.

Préférez plutôt les angles arrondis ou compenser le mobilier aux arêtes yang et froides (le Qi idéal est sinueux dans le système chinois) par des matériaux plus doux, plus souples, plus chaleureux.









## Matériaux yin yang

Équilibrez les matériaux entre eux pour obtenir l'harmonie et utilisez des matériaux authentiques qui amènent plus de vibrations.

**Exemple de matériaux yin** qui ralentissent la circulation énergétique lorsque l'ambiance générale est trop lisse, trop froide : liège, cisa, jonc de mer et bois.

**Matériaux yang** : marbre, carrelage, surfaces réfléchissantes, ardoise, permettent d'accélérer la circulation du Qi lorsqu'il est trop stagnant.

**L'éclairage naturel** sera complété par de la lumière artificielle (spots intégrés) ce qui est essentiel pour effectuer certaines actions précises et demandant de l'attention (découpage, manipulation de casseroles brûlantes, etc.).

|  |  |   |
|--|--|---|
| <b>SE</b><br>Aspects financiers<br> Bois      | <b>SUD</b><br>Réputation, Image<br> Feu | <b>SO</b><br>Relations, Couple<br> Terre   |
| <b>EST</b><br>Bois<br>Santé, Famille<br> Bois |  | <b>OUEST</b><br>Projets, Enfants<br> Métal |
| <b>NE</b><br>Connaissance<br> Terre           | <b>NORD</b><br>Carrière<br> Eau         | <b>NO</b><br>Aide extérieure<br> Métal     |

Ce diagramme se superpose au plan de l'habitation. A chaque secteur correspond une direction cardinale, une forme, une couleur, un chiffre, une saison, etc. En vert, les deux secteurs théoriquement idéaux pour l'emplacement de la cuisine.

Aucun secteur du bagua en particulier n'est préférable pour positionner une cuisine. Mais si vous avez le choix, lors d'une construction, optez pour les secteurs Est ou Sud-Est parce que **l'élément Bois qui y est associé est compatible avec le Feu et l'Eau.** En outre, les rayons matinaux vous chargeront de bonne humeur si vous