

# Spas et piscines

## à la lumière des 5 éléments Feng Shui

par Bruno Lecourt, expert en harmonisation d'espaces privés et professionnels chez Areaki

*La révolution du wellness est déjà en marche : le sauna, le hammam, le spa complètent désormais les salles de bain traditionnelles ou joutent la piscine. La balnéothérapie ou l'hydrothérapie autrefois l'apanage des centres de bien-être débarquent dans nos foyers.*



**C**'est dans ce nouvel espace propice à la détente du corps et de l'esprit, qu'exultent les vertus relaxantes de l'eau, l'un des 5 éléments majeurs de l'énergétique chinoise.

Pour la réussite de votre installation qui combine l'eau avec l'air et la chaleur, aucun détail ne doit être laissé de côté. Petit tour d'horizon pour réaliser une bulle idéale de ressourcement.

### ***Bienvenue dans votre espace de détente !***

Vous rêvez d'installer un spa, un hammam, un sauna ou une piscine chez vous, attention, quelques précautions « énergétiques » sont nécessaires.

**A l'intérieur de l'habitation**, le Feng Shui privilégie les secteurs cardinaux Est et Sud-Est car ils supportent l'énergie de l'eau.

Une surface à l'écart des pièces à vivre est préférable, l'idéal étant une extension de l'habitation. Si les installations se situent près de votre chambre, pas de panique ! Il suffit de rééquilibrer les

effets nuisibles de l'eau qui, associée à la chaleur, crée de la condensation : veillez principalement à l'étanchéité de l'espace grâce à la ventilation naturelle ou la vmc : l'air ambiant doit rester sec. Soignez l'isolation thermique (les températures d'un sauna montent jusqu'à 90°, celles d'un hammam de 50° à 70°). Pour la piscine intérieure, il existe différents moyens pour garder l'air sec grâce à la modulation d'air neuf, ou grâce à un déshumidificateur thermodynamique, par exemple.

Enfin, traitez l'acoustique : le bruit des moteurs du jacuzzi par exemple ou les clapotis de l'eau peuvent être gênants. Un jeu de lumière et un revêtement de sol différent ritualisera le passage entre les deux zones en créant un tampon ; un cloisonnement transparent marquera subtilement l'accès à cet espace particulier où tout est luxe, calme et volupté...

**A l'extérieur**, imaginez un chemin de pas japonais serpentant au milieu de la végétation jusqu'à la piscine qui sera positionnée et proportionnée en fonction de l'ensoleillement, de la forme du

terrain et de la taille de la maison : ces trois règles pleines de bon sens permettent d'éviter toutes sortes de désagréments constatés chez nos clients.

***L'Eau élément prédominant dans cet espace doit être compensée par les autres éléments.***

Indispensable à la vie, l'eau amène la prospérité lorsqu'elle ne stagne pas et qu'elle est propre. Pour tirer parti de son formidable pouvoir relaxant, et pour éviter qu'elle ne se disperse, elle doit être canalisée (Ce sont les berges qui contiennent le fleuve).

Aussi loin que l'on remonte dans le temps, que ce soit en Asie avec les bains japonais (les onsen), en Occident avec les thermes antiques ou aujourd'hui les saunas finlandais, le bois et la terre ont toujours été les matériaux de prédilection employés et pas seulement à cause de la résistance et de la qualité d'adaptation qu'ils offrent à l'élément aquatique...



## Formes douces, arrondies et matériaux naturels

Si les piscines les plus vendues sont de forme rectangulaire, les fabricants vous proposent, de nos jours, une gamme très étendue de modèles afin de valoriser l'énergétique de votre terrasse ou de votre jardin, selon leur configuration : de la micro piscine avec son système de nage à contre-courant, à la piscine d'eau naturelle en passant par la piscine couloir pour les sportifs, la piscine perchée sur un toit terrasse, ou la piscine haricot...

Optez pour les formes arrondies a plusieurs avantages : un plafond en forme de voûte facilite l'écoulement de l'eau condensée vers le bas et la courbe, plus féminine que l'angle droit inspire la relaxation et la méditation.

A l'opposé, les angles saillants constituent un réel danger et il est préférable de bannir les angles rentrants qui favorisent la stagnation des moisissures. Pour limiter les effets de corrosion due à l'eau, choisissez des matériaux nobles et authentiques, résistants et inoxydables. Equipez-vous de systèmes de désinfection, prenez des joints imputrescibles (normes européennes EN 385)...

**C'est grâce à l'éclairage indirect**, aux effets visuels, mais également aux couleurs mates, plus douces que les matériaux sont transcendés : dans une ambiance intimiste le retour sur soi-même est facilité.

**Enfin, une fois que le cadre est posé, il ne reste plus qu'à vous y installer pour y stimuler les 5 sens.**

La chromothérapie (le bienfait de la couleur sur notre santé est reconnu, comme certains bleus ou vert), la musique relaxante (il est possible d'équiper votre sauna d'une radio ou d'un MP3) ou la qualité du silence grâce à l'isolation phonique, l'aromathérapie (les huiles essentielles, les sels parfumés ou les onguents citronés...), tout est réuni pour faire un beau voyage...

**La Terre** « canalise » l'eau ; elle est contenue dans les carrelages (la faïence, le gré cérame ici imperméable, le marbre, le granit, la pierre reconstituée, la pierre de lave, les galets, les couleurs terreuses (Sienna, argile, caramel blond, etc.), et la forme équilibrante du carré.

**Le Bois** qui apporte sa note chaleureuse au contact des pieds ou des mains est indispensable pour « absorber » le trop-plein d'eau. Attendez-vous à ce qu'il vieillisse ! Il faudra le traiter contre l'humidité et l'enduire d'un vernis anti-uv pour qu'il soit plus résistant.

**Le Feu** est présent dans la lumière naturelle ou artificielle, tantôt yin lorsque l'éclairage est dirigé vers le bas ou qu'il est tamisé, tantôt yang, vers le haut ; le Feu investit principalement la zone du sauna mais également les chaufferies. Son positionnement géographique est stratégique par rapport aux autres éléments.

Les formes circulaires et la robinetterie renvoient quant à elles, au **Métal**.

### Des installations écologiques au service du Feng Shui

Intégrer un spa ou une piscine dans l'espace naturel de votre jardin ne relève pas seulement d'un souci esthétique mais aussi de la recherche d'un équilibre énergétique qui peut être conjugué avec le respect de l'environnement.

Les fabricants respectueux de la norme HQE (haute qualité environnementale) vous conseilleront des bois provenant de forêts durablement gérées.

De même, la qualité de l'eau sera améliorée et la durée de vie de l'installation optimisée avec un adoucisseur.

Un plan d'eau biologique peut être pompé pour alimenter une piscine attenante ; grâce au procédé d'électrolyse de sel, le chlore naturel actif produit détruit les bactéries en respectant l'écologie. Des économies seront réalisées à l'aide d'une citerne de rétention des eaux pluviales (volume de 1 à 30m<sup>3</sup>) et du recyclage des eaux usées. Autant de procédés qui feront de votre havre de paix un lieu en connexion avec l'harmonie naturelle.