

Mettez du Feng Shui dans votre maison

Le mouvement Feng Shui (ou Feng Chouei) veut dire « art de vivre en harmonie ». Les Chinois ont développé cette « science » il y a plusieurs millénaires (3 ou 4 millénaires selon les sources). Un courant d'énergie universelle (le Ch'i) traverse notre corps et notre environnement, tous nos lieux de vie, nos objets, etc. Cette énergie doit circuler de manière harmonieuse, elle ne doit pas stagner ni être entravée par quoi que ce soit. Par exemple, un simple meuble mal placé, une porte d'entrée mal située, un couloir trop encombré, etc. suffisent à gêner la circulation du Ch'i. Par conséquent, la façon dont est agencé notre espace influe en bien ou en mal sur notre vie. Il suffit alors de modifier certains éléments, d'en supprimer ou d'en ajouter d'autres pour retrouver la santé, le bonheur, etc., bref le bien-être en général. De nombreux livres sur le Feng Shui existent sans toutefois tous avoir les mêmes théories. En effet, différentes façons de penser le Feng Shui se côtoient, mais toutes sont basées sur l'idée d'appivoiser à notre bénéfice la circulation de l'énergie. En Chine, pas une construction, ni un aménagement, ni un jardin, ne se créent sans appliquer les principes du Feng Shui. Mais chez nous, comme cela n'est pas encore le cas, nous devons composer avec l'existant. Néanmoins, il est possible d'adapter au mieux son cadre de vie en essayant de respecter un certain nombre de principes simples. En voici un échantillon :

- votre maison doit toujours être propre et bien rangée
- évitez l'accumulation ; au moins une fois par an, faites le tri, jetez et donnez
- aérez votre maison chaque jour
- votre jardin ne doit pas ressembler à une jungle mais doit être bien entretenu
- évitez les meubles d'angle
- dans votre cuisine, ne disposez jamais l'évier et la cuisinière côte à côte
- évitez la couleur rouge et les miroirs dans les chambres
- privilégiez un éclairage naturel dans toutes vos pièces. Si l'une d'elles ne dispose pas de fenêtre, utilisez des ampoules « lumière naturelle »
- n'hésitez pas à mettre une ou deux plantes vertes dans la salle de bains : elles absorberont l'humidité
- pour travailler mieux, choisissez un grand bureau (aux coins arrondis) et surtout assurez-vous qu'il soit toujours bien rangé

Il existe une abondance de préceptes, commencez par changer de petites choses et n'hésitez pas à approfondir le sujet. Vous verrez que vous vous prendrez au jeu.

Au sujet de l'auteur

Co-auteurs : BRUNET Isabelle (spécialiste en développement personnel) et GAWELIK Katy (Docteur en droit, spécialiste en bien-être et en épanouissement personnel) N'hésitez pas à visiter le site : <http://abondancedition.populus.ch/>. Pour être tenu au courant des nouveautés, n'attendez plus, inscrivez-vous à la Newsletter.

Source: <http://www.webmaster-gratuit.com>