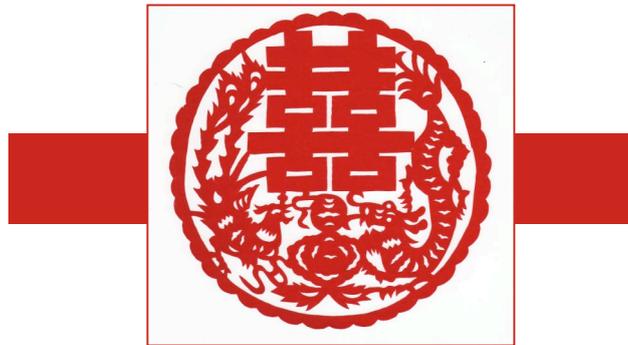


Nathalie BODIN  
[www.fengshuifacile.canalblog.com](http://www.fengshuifacile.canalblog.com)

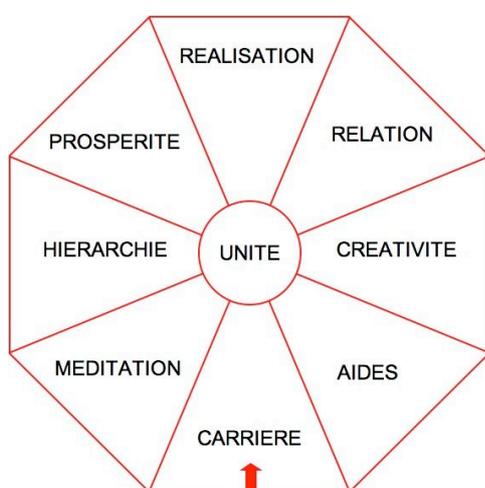
# Feng Shui à Faire



Interdit à la Vente  
[www.fengshuifacile.canalblog.com](http://www.fengshuifacile.canalblog.com)  
Edité en Octobre 2009



Si vous vous intéressez au Feng Shui, vous avez sûrement croisé au cours de vos lectures, le fameux Pakua ou Bagua. Le Pakua est une figure géométrique octogonale, dont chaque angle rejoint le centre pour former 8 secteurs. Superposé sur le plan de votre maison, il divise en différentes zones votre habitat, et chacune correspond à une caractéristique de la vie : les projets, la santé, etc... C'est un moyen très utile pour regarder autrement votre vie, votre chez vous.



Seulement voilà, face à cet outil vous vous demandez certainement par où commencer. Et ces paroles se bousculent dans votre tête : « rien ne va dans ma vie, tout semble partir dans tous les sens, il faut que je m'occupe de toutes les zones en même temps... il paraît que je dois mettre mon canapé devant la porte si je veux réussir mon entretien d'embauche... et ma chambre n'est pas dans le bon secteur, dois-je dormir dans la cuisine ? ». Bref, le désarroi s'empare de vous et un nouvel

obstacle apparaît dans votre quotidien déjà si calme!

Tout d'abord, respirez un grand coup et détendez vous.

Le Feng Shui est avant tout un art de vivre, une autre façon d'appréhender le quotidien. Il ne s'agit aucunement de compétition et face aux urgences, la panique ne fait qu'amplifier les problèmes. Alors, je le répète : calme et détente. Et surtout, pas de précipitation. Laissons de côté le Pakua...pour le moment.

Pratiquer le Feng Shui ne consiste pas seulement en l'aménagement de votre intérieur. Il est un moyen de mettre votre vie au clair, de faire le point dans vos projets et par conséquent de rendre votre quotidien agréable. Il doit vous inspirer joie et bonheur (et non panique à bord !).

Alors traitons les priorités et commençons par clarifier la situation.

Eclaircir sa vie consiste à mettre de l'ordre. Cela permet de découvrir (ou retrouver) ses objectifs. Et comment mettre de l'ordre si ce n'est en mettant à jour ses propres affaires.

Choisissez le moment où vous vous sentirez prêt et commencez par ceci :

- ✓ Réglez les factures en retard,
- ✓ Répondez aux courriers qui attendent depuis plusieurs semaines, classez les relevés bancaires qui traînent sur la table,
- ✓ Archivez les documents qui doivent impérativement être gardé, quant aux autres ... à la poubelle, sans hésitation.

Triez, classez, jetez et je vous garantis un vrai grand soulagement pour une bonne partie de votre cerveau.

Vous aviez encombré votre esprit autant que votre bureau (ou le buffet de la cuisine). Chaque jour, vous passiez devant en vous disant «demain je m'y met » et la culpabilité qui finissait par s'emparer de vous ne vous lâchait plus de la journée, de la semaine, du mois !

N'oubliez surtout pas de faire la même chose dans votre boîte email: faites de la place à la nouveauté.

Cette première grande étape est importante et je vous le dis «que de soulagement une fois réalisée, c'est promis ! ». Vous allez gagner de la place sur votre bureau mais aussi dans votre tête. Deux espaces se libèrent pour vous rendre plus léger, vous commencez à retrouver vos esprits (et vos objectifs) !





L'étape précédente a permis de libérer votre esprit des contraintes matérielles auxquelles vous ne pouvez échapper et qu'il faut absolument régler afin d'avoir une vision plus claire de votre vie. Mais surtout, cet acte a permis de faire le tri dans votre tête autant que dans vos tiroirs. Il n'y a rien d'aussi efficace que les gestes du quotidien pour vous aider à vous y retrouver !

Maintenant que tout est rangé et trié, vous pouvez faire une évaluation de votre maison... de votre vie. Cet état des lieux consiste à se questionner sur vos difficultés du moment. La méthode que je vous conseille est de lister par écrit ce qui semble ne pas aller dans votre vie. Cette liste peut être écrite en plusieurs temps (sur 2 jours par exemple). Quand la relecture est effectuée le lendemain (ou le surlendemain), il est plus facile de voir s'il manque quelque chose d'important. Une fois les différents points critiques mis à jour, établir une stratégie. C'est à dire, avec l'aide de cette liste, désignez les difficultés à résoudre en priorité, soit en les numérotant, soit en les inscrivant par ordre d'importance. Surtout soyez sincère avec vous même, n'hésitez pas à aller au bout de votre questionnement et prenez tout le temps nécessaire à l'élaboration de cette liste.

« Ça y est c'est fait ... on peut commencer ! ». Non, pas tout à fait, il y a encore une chose qu'il ne faut pas négliger surtout si vous n'êtes pas l'unique occupant de la maison : prévenir les habitants du lieu de votre souhait de faire intervenir le Feng Shui dans votre vie. Une explication simple du genre « j'aimerais essayer cette méthode, est-ce que tout le monde est d'accord pour que nous n'ayons plus de problèmes en famille, au travail ou à l'école ? ». Des réponses favorables abondent toujours. Car en changeant votre vie, vous allez aussi modifier celle de vos proches. D'avoir leur accord avant de procéder aux modifications apportera une dynamique supplémentaire. Alors que si vous agissez seul(e) pour tous... vous vous retrouverez seul(e) contre tous !

Gardez à porter de main la liste que vous avez soigneusement élaborée.

A présent, il est temps de travailler sur le plan de votre maison. C'est l'outil de base. Dessinez à main levée les différentes pièces de votre habitation en essayant de respecter les proportions. Notez les différentes pièces (chambre principale pour celle des parents, cuisine,

salle de bain, buanderie...). Pour une maison sur plusieurs niveaux, dessinez les différents étages sur des feuilles séparées.

Nous arrivons maintenant au fameux PAKUA ou BAGUA. A quoi sert-il d'ailleurs ?

Le Pakua représente symboliquement « la maison idéale » divisée selon les secteurs de notre vie. La superposition du Pakua sur le plan de l'habitation permet de voir où ces zones « de vie » se positionnent chez vous. La flèche rouge doit être positionnée sur l'entrée principale de l'habitation.

Voici la description de chaque zones :

Prospérité	Symbolise la richesse matérielle et spirituelle, l'abondance des biens et la réussite.
Créativité	Représente l'intuition, la part féminine de chacun, l'aspect créatif de l'individu et aussi les enfants.
Méditation	Correspond à la connaissance et à la recherche intérieure.
Relations	C'est le rapport à autrui en général, la communication et la relation dans le couple.
Réalisation	Cette zone évoque les aspirations et projets professionnels et personnels, et la renommée qui en émane.
Aides	Représente les amis bienveillants et les guides, qu'ils soient spirituels et intellectuels.
Hiérarchie	Elle peut être familiale (père, grand père, fils et petit fils) et professionnelle, tel que son assistant ou le directeur de son entreprise.
Carrière	C'est par cette zone qu'arrive l'énergie vitale de la maison, les opportunités dans sa vie personnelle et professionnelle en dépende.
Unité	C'est une zone où se retrouvent tous les aspects de la vie et plus particulièrement l'énergie vitale qui apporte une bonne santé.

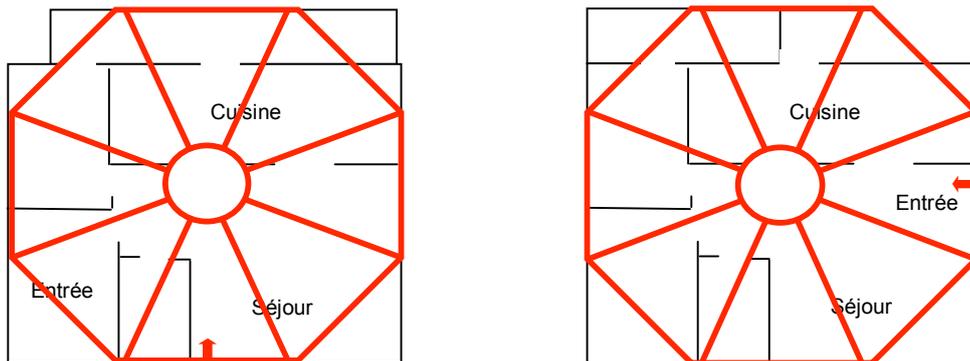
Reprenez votre liste et lisez la première de vos priorités. Il s'agit de définir à quelle zone correspond votre première priorité.

Pour une recherche d'emploi, de formations ou d'études, c'est la zone Projets. Pour la réussite aux examens, aux entretiens d'embauche et la vente de la maison, c'est le secteur Prospérité. Pour les problèmes de santé c'est le centre du Pakua (Unité), il en va de même pour l'harmonie familiale. Pour les tensions dans un couple ou une vie sociale réduite à néant, il s'agit de la zone Relations. Et dans tous les cas, il ne faut pas négliger le secteur de la Carrière. Les exemples

seraient trop nombreux à énumérer, faites confiance à votre intuition (zone Créativité) et lâchez prise (zone Méditation).

Vous pouvez poser le Pakua sur votre dessin ou le dessiner directement sur le plan.

Vous trouverez en dernière page le Pakua que j'ai mis à votre disposition. La flèche rouge indique l'entrée principale de l'habitation et cela vous donne le sens pour orienter celui-ci.



Exemples de superposition de plan et Pakua

En pratique : Vous avez réalisé le plan de votre maison sur une feuille A4 (par exemple) et imprimez le Pa Kua à la même dimension.

Il vous faut déterminer à présent le centre de votre habitation et pour cela il suffit de tracer 2 diagonales opposées sur votre plan. Prenez le PaKua et positionnez le centre de celui-ci sur le centre de votre plan. Pour orienter correctement votre PaKua, tournez le sur lui-même jusqu'à ce que la zone "carrière" (flèche rouge) se trouve sur votre entrée principale.

Comme vous avez déterminé à quel secteur correspond votre première problématique. Regardez sur votre plan où se trouve la zone du «problème n°1» de votre liste. La pièce qui est sur ce secteur doit impérativement subir quelques modifications, on appelle ça : **appliquer des remèdes !**





La liste de vos préoccupations a été établie et le secteur "concerné" de la maison a été déterminé, il vous reste à appliquer les remèdes, c'est à dire, remettre en circulation l'énergie qui a été bloquée dans votre habitation.

Voici, mon premier conseil : commencez par vous occuper de la pièce concernée et seulement de celle là. Il sera bien temps d'entamer les investigations dans les autres parties de la maison un autre jour. Pourquoi ? Parce que vous avez établi une priorité dans les problèmes à résoudre. Et en général quand le premier se débloque, la suite se libère. Mais surtout, ne vous mettez pas la pression en voulant absolument tout reprendre de A à Z, le Feng Shui se pratique dans le calme. Ne commencez que le jour où vous vous sentirez prêt, vous en apprécierez d'autant plus les effets.

Alors on se relaxe et on observe : la pièce mise en cause dans votre problématique doit être regardée d'un oeil neuf. Ce n'est pas toujours facile car vous êtes émotionnellement impliqués dans votre habitation. Prenez du recul et observez comme un visiteur venant de l'extérieur.

En fonction de la partie de la maison qui est impliquée, voici pièce par pièce, les solutions à apporter :

1. S'il s'agit de la **chambre principale** (c'est à dire celle des parents), vérifiez que n'y soit pas entreposé les éléments suivants : Les livres et les ordinateurs (ce n'est pas un bureau), le linge à repasser (ce n'est pas la buanderie), les jouets du petit dernier (ce n'est pas SA chambre), les sacs de voyage et le matériel de camping (ce n'est pas un grenier), bref tout ce qui n'a pas lieu de figurer dans une chambre à coucher.

Dans le cas d'un Studio, il est impératif de faire en sorte que la vision que l'on a une fois allongé n'aille pas se perdre sur la vaisselle sale ou sur le linge à laver. Un minimum d'ordre et de tri, peut faire gagner de la place et vous laissez un champ visuel plus harmonieux.

Certaines personnes mettent dans leur chambre un Autel ou des représentations spirituelles, je reprendrai une phrase d'un moine bouddhiste « pourquoi les divinités devraient elles assister aux joutes amoureuses des hommes ? ». Donc, par respect envers sa foi et sa religion, il est préférable d'établir un autel dans un lieu plus approprié. Et pour les personnes célibataires, à moins qu'elles ne souhaitent une

vie monastique, il serait mieux d'ôter tous symboles qui les amèneraient à continuer une vie solitaire et ceux-ci en font partis.

Ensuite, explorez les abords de la tête de lit. Il devrait y avoir simplement une table de chevet avec une lampe, un réveil (mécanique ou à pile) et le livre qui est en cours de lecture. C'est tout. Éloignez de la tête (minimum 2 mètres de distance) le téléphone portable ou fixe, la chaîne Hi Fi et la télé. Les ondes électromagnétiques qui émanent des appareils électriques perturbent le sommeil et provoquent, sur le long terme, des problèmes de santé. Evitez aussi de faire passer un fil électrique sous votre lit car l'électricité y circule toujours même quand les interrupteurs sont en position OFF.

En résumé, retrouvez l'usage de votre chambre conjugale, ce doit être un lieu de repos et d'intimité (ajouter des voilages aux fenêtres s'ils n'y sont pas) où la quiétude doit régner (maintenez la porte de ce lieu fermée aussi souvent que possible).



Les images qui sont dans votre chambre représentent **votre vision du couple** dans votre famille. Y a-t-il des photos de vous seul ou uniquement celles des enfants ? le tableau qui est au-dessus de la tête de lit vous inspire t-il solitude et tristesse ? Symboliquement, l'harmonie du couple doit être représentée en priorité dans cet espace. C'est d'autant plus important si la problématique à résoudre concerne votre vie conjugale. Retirez les photos de famille et les représentations solitaires ainsi que des photos trop anciennes (+ de 4 ans). Les images représentant le couple, soit par le nombre des sujets (2 animaux identiques par exemple) soit par les couleurs (tendres et pastels comme aux murs et sur les draps aussi), favorisent l'humeur tendre du couple et les rencontres amoureuses pour les personnes seules. Évitez les représentations aquatiques (dauphins, mer, coquillages, fontaine) qui elles accentuent les romances aux détriments des relations stables. Dans le cas où la problématique ne concerne pas le couple ou les relations, le fait de rendre à cette chambre sa véritable fonction va donner un nouvel élan vital, l'énergie est renouvelée et une qualité vie va s'installer par un meilleur sommeil et une quiétude retrouvée.

2. Si la zone qui est à travailler ce trouve être la **cuisine**, effectuez le même relevé que pour la chambre. Contrôlez que les outils et le matériel de peinture une fois utilisés réintègrent bien le garage ou la cave, que les placards contiennent uniquement des ustensiles employés très régulièrement (les « foire à tout » peuvent vous aider à

vous débarrasser du matériel qui n'est plus utilisé), et que la lumière soit suffisante pour éclairer le plan de travail et la table à manger. Les couteaux et objets tranchants doivent être rangés après usage dans un tiroir car en plus d'empêcher que les enfants viennent les toucher, cela évite de « couper » l'énergie. En maintenant la cuisine propre, vous évitez aussi les stagnations énergétiques. Vous préparez votre nourriture dans cet espace et l'alimentation est un apport énergétique important. Le calme d'un repas permet une meilleure digestion et donc une meilleure récupération. Dans le cas où la problématique concerne la santé, vous sentirez rapidement la différence. Pour les problèmes financiers, vérifiez bien que les robinets ne fuient pas car cela symbolise une perte non contrôlée.

3. Dans l'ensemble, il faut veiller à ce que chaque pièce soit dégagée de ce qui ne la concerne pas. La **salle de bain** ne doit pas servir à stocker l'outillage ou la cage du hamster. Les jouets de bain sont rangés dans des paniers et les serviettes sont étendues pour séchage, l'aération de cette pièce doit être faite au maximum de ses possibilités (y installer une ventilation électrique en cas d'absence de fenêtre). Évitez d'y mettre un réveil ou une radio : le temps du bain est un moment de détente et de retour sur soi. Comme dans la cuisine, il faut veiller au bon fonctionnement des robinets et au contrôle des sorties d'énergies : perte de l'énergie vitale (santé et finance).

4. Dans le cas où la zone se trouverait être un **placard**, un cagibi ou un **garage** le mot d'ordre est : GRAND NETTOYAGE DE PRINTEMPS. Cela va être le moment, pour vous, de trier ce qui est emmagasiné dans ce local et vous débarrasser (définitivement) de ce qui ne vous sert plus. Je vous donne une piste pour le tri (c'est valable pour le linge, les vêtements, les bijoux, les livres et CD, les outils de jardin et de bricolage, les jouets...) Tout ce qui n'a pas servi depuis au moins 1 an peut disparaître de chez vous. En effet, si l'on considère les saisons et les modes, ce qui ne vous a pas manqué durant cette année, ne vous manquera pas non plus l'année prochaine et c'est valable pour tout, je le répète !



Dernière chose à appliquer pour que l'effet «énergie en stagnation» des placards soit contrecarré : un miroir. Sa fonction est, dans ce cas, d'empêcher que l'énergie vienne s'accumuler dans cet espace peu ventilé. En mettant un miroir sur la façade extérieure de la porte du placard (ou de la porte d'accès au garage) et à la hauteur des principaux habitants (de façon que chacun puisse s'y voir), l'énergie sera redirigée vers l'ensemble de l'habitation. On évite ainsi les

problèmes de marasme énergétique. Entre le nettoyage de printemps et la pose du miroir, l'effet est immédiat. La circulation devient fluide et éclaire notablement la maison. Quant à la problématique liée à la zone, j'ai vu des personnes retrouver du travail dans les 24 heures qui ont suivi le grand nettoyage. Et même si au bout de 2 jours, vous ne voyez pas votre situation s'améliorer, c'est quelle en prend le chemin. Pensez à tout ce temps où l'énergie a été bloquée ...

5. Le point sensible de la maison : les **toilettes**. Si la zone concernée par votre problématique numéro un, se situe en ce lieu, il faudra y appliquer la méthode du miroir impérativement. D'après les chinois, l'énergie se retrouve rapidement évacuée par cet endroit. En posant un miroir sur la porte des toilettes (sur le côté extérieur de la porte et à hauteur de visage) vous renverrez l'énergie dans la maison au lieu de la laisser filer par le trou des... car c'est ainsi que part l'énergie vitale. Si la zone Prospérité est concernée par cet endroit, il doit y avoir d'importants problèmes financiers dans la maison : l'argent entre mais en sort aussitôt. Cela concerne aussi l'état de santé des habitants, par le manque de dynamisme et la fatigue qui s'installe. Lorsque les toilettes se situent au centre de la maison et que l'on ne peut pas les changer de place, ni les condamner pour en utiliser d'autres ailleurs, il faut absolument les rendre le plus neutre possible. L'astuce consiste à poser un miroir sur la porte, côté l'extérieur bien sûr. A l'intérieur utilisez une peinture neutre de type blanc cassé (on évite le rose qui symbolise l'amour que l'on envoie dans le trou des...), pas de photos de vacances (que l'on envoie dans le trou des...) ni de photos de famille, encore moins les représentations de ses rêves et de ses aspirations, le mieux est de ne rien y mettre si ce n'est l'essentiel dans une totale neutralité. Encore un dernier point, maintenez la porte des toilettes fermée ainsi que le couvercle abaissé en permanence. Toutes les modifications précédentes n'auront servi à rien si toute grande ouverte la bouche des canalisations est accessible !

6. Si c'est l'**entrée principale** de la maison qui est concernée par le secteur qui vous préoccupe, il vous faut l'examiner en vous postant sur le seuil comme si vous entriez chez vous. Regardez tous les objets qui sont là, sur les murs et au sol. Mais surtout qu'elle est la première chose que vous voyez en entrant ? Cette première vision que vous avez de votre intérieur a un impact. Inconsciemment cette image est enregistrée et chaque jour que vous franchissez cette porte, vous imprimez cette image. Si elle est positive et qu'elle vous met de bonne humeur ne changez rien. Mais si au contraire, elle met en avant ce que vous n'aimez pas, alors faites quelque chose. Sont-ce les chaussures d'hiver que vous n'avez pas pris soin de ranger pendant l'été, le parapluie cassé qu'il faut changer, les poubelles qu'il faut sortir, la

lettre de rappel des impôts ou la photo de la belle-sœur dont vous ne supportez plus les remarques au téléphone ?

En éliminant les aspects désagréables de cette entrée, vous enlevez les obstacles qui empêchent l'énergie d'entrer calmement dans votre habitation. Retirez les photos de ceux avec qui vous n'avez plus d'atomes crochus ou dont la disparition vous fait de la peine, enlevez les objets cassés et délabrés qui vous donnent l'impression de ne pas avoir le temps de vous occuper de tout et ôtez les sacs poubelle de votre entrée pour ne plus JAMAIS les y installer (promis !). Mettez de la lumière et des couleurs gaies, des images positives et évitez le miroir (ce serait dommage de renvoyer l'énergie qui essaye d'entrer). Ainsi, votre maison attirera une énergie lumineuse et positive qui se déversera dans votre vie.





Avant de mettre en place les précédentes étapes, je conseille de lire ce qui suit :

Votre habitation à au moins un étage :

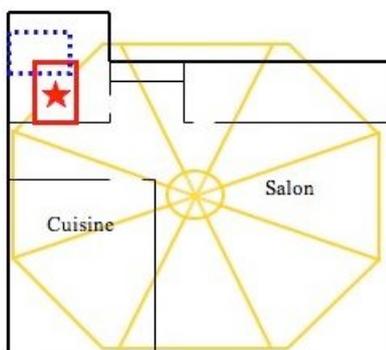
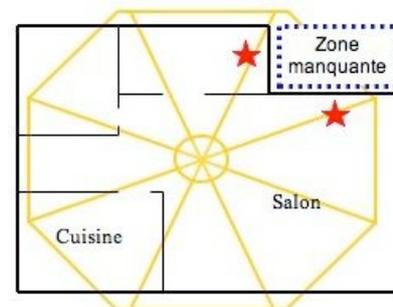
Vous avez une maison (ou un appartement) avec plusieurs étages et vous avez fait un plan pour chaque niveau. On considère que l'entrée principale de la maison est aussi l'entrée principale de l'énergie (le Qi ou Chi). Superposez le Pakua sur chaque étage dans le même sens que celui déterminé au niveau de l'entrée. Le secteur qui vous pose problème devra subir les modifications sur tous les niveaux de la maison (du sous-sol au grenier).

Votre zone du Pakua est hors de l'habitation :

La zone qui provoque vos problèmes ne se trouve pas dans votre maison (cela arrive lorsque les habitations n'ont pas de forme carré ou rectangulaire), il est essentiel de déterminer si ce secteur est manquant ou si une partie de la maison « déborde un peu » du Pakua.

Voici 2 exemples :

Cas n°1 : Ici la zone est « manquante » car elle est proportionnellement inférieure à la taille de la maison. Le miroir (à l'un des deux endroits marqué par ★) est le remède à cette situation. Ainsi placé, il simule la zone manquante.



Cas n°2 : Et ici une partie de la maison est considérée comme « supplémentaire », il vous faut aménager cet espace autrement qu'avec un lit ou un bureau. Ce ne doit pas être un lieu où vous êtes obligés de rester longtemps, il est conseillé d'attribuer cet espace au rangement (bibliothèque, buanderie, placard...). Si cela n'est pas possible mettre le lit ou le bureau le plus près possible à «l'intérieur du Pakua» ou «de la maison» comme sur le dessin ci-dessous.

Et en dernier ressort, si l'aménagement est vraiment impossible à gérer, utiliser le miroir comme dans le cas n°1 afin de simuler la zone.

