



LES BASES

du FENG SHUI



SOMMAIRE

Présentation	p3
Harmonie et équilibre	p4
L'énergie : le chi	p5
Les 5 éléments	p7
Les cycles	p8
Les formes et les couleurs	p9
Comment utiliser le feng shui	p11
Bonus	p14
Me contacter	p16



PRESENTATION



Bonjour !

Merci d'avoir téléchargé ce guide sur les bases du feng shui !

Je suis Laura Heslop, décoratrice d'intérieur et fondatrice de CoLauraMa. J'ai 2 spécialisations :

- **L'écoresponsabilité** : j'ai à cœur d'utiliser les matériaux les plus sains possibles pour notre planète, mais aussi pour votre santé.

- **Le bien-être** : nos intérieurs sont de véritables cocons qui nous aident dans notre vie quotidienne.

Le feng shui, en particulier, favorise votre bien-être, votre santé et votre prospérité.

Voici une introduction à cet art, bonne lecture !

Laura Heslop



HARMONIE ET EQUILIBRE

Le feng shui est un art ancestral chinois, qui tourne autour d'un grand principe : l'équilibre et l'harmonie autour de nous.

Cet équilibre est symbolisé par le Yin Yang : ces 2 formes sont opposées, mais se complètent. L'une ne va pas sans l'autre.



La partie noire, Yin, représente la nuit, les énergies féminines.

La partie blanche, Yang, représente la journée, les énergies masculines.

Dans nos maisons, nous avons également cette répartition :

les pièces Yin, plutôt dédiées au repos et au lâcher prise : la chambre, la salle de bain.

Les pièces Yang, dédiées aux moments actifs de la journée : la cuisine, la salle à manger, le bureau.

L'ÉNERGIE : LE CHI

En feng shui, tout ce qui nous entoure est énergie, et cette énergie circule.

Cette énergie (qui ressemble à un courant d'air, si vous avez besoin de la matérialiser), entre par la porte, circule dans la maison par ondulations, de pièce en pièce, et s'échappe vers les fenêtres.

Ce flux d'énergie, est appelé le "chi".

Une bonne circulation d'énergie est synonyme de positif : une pensée, une attitude, un sentiment positif, qui aura un impact sur notre vie (santé, vie professionnelle, vie familiale).

il n'y a pas que le feng shui qui travaille avec le chi : on y retrouve aussi certaines médecines chinoises, comme l'acupuncture, ou du sport, comme le Qi Gong.



Le chi n'aime pas ce qui n'est pas "naturel" : les grandes lignes droites, les angles droits saillants, les formes pointues...

Egalement les coins mal ou trop éclairés, ou les zones trop désordonnées.

Pour favoriser cette bonne circulation :

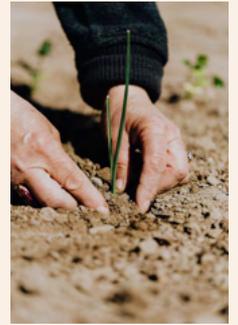
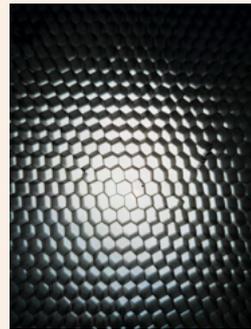
- pas de miroir en face de la porte d'entrée (le chi rentrerait par la porte et ressortirait aussitôt, en "rebondissant" contre le miroir)
- pas de fenêtre en face de la baie vitrée (le chi partirait tout de suite, sans avoir le temps de faire le tour de votre logement)
- avoir un espace rangé, avec le moins de désordre possible (pour que le chi circule librement)
- privilégier les arrondis (meubler rond ou avec des angles arrondis)



LES 5 ELEMENTS

En feng shui, on retrouve 5 éléments issus de la nature :

- le feu
- le bois
- l'eau
- le métal
- la terre



Pour suivre cette quête d'harmonie, ces 5 éléments doivent se retrouver dans chaque pièce de la maison, de manière équilibrée.

Mais dans la nature, certains de ces éléments se nourrissent et se soutiennent (l'eau permet au bois - à l'arbre - de pousser), quand d'autres se détruisent (le feu détruit le bois).

Il y a donc des cycles constructeurs, et des cycles destructeurs.

LES CYCLES

Cycles constructeurs :

- le bois alimente le feu
- le feu nourrit la terre
- la terre nourrit le métal (le métal est puisé dans la terre)
- le métal nourrit l'eau (en lui apportant tous ses minéraux et oligo-éléments)
- l'eau permet au bois - à l'arbre - de grandir

Cycles destructeurs :

- le bois détruit la terre (en puisant toutes ses ressources pour permettre à l'arbre de grandir)
- la terre absorbe l'eau
- l'eau éteint le feu
- le feu fait fondre le métal
- le métal coupe le bois (comme la hache coupe l'arbre)



LES FORMES ET LES COULEURS

A chacun de ces éléments est associé :

- une matière (l'élément en lui-même)
- une forme
- une ou plusieurs couleurs
- une dynamique

le bois :

matière : bois, plantes

forme : vertical

couleur : vert

dynamique : croissance

l'eau :

matière : aquarium, fontaine

forme : irrégulière

couleur : bleu, noir

dynamique : transmission

le feu:

matière : bougie, cheminée, radiateur, lampe

forme : triangle

couleur : jaune, orange, rouge

dynamique : expansion, confiance



le métal:

matière : acier, aluminium, cuivre, laiton...

forme : rond

couleur : blanc, gris

dynamique : concentration

la terre :

matière : céramique, porcelaine, pierre, verre

forme : carré

couleur : brun, terracotta, beige

dynamique : stabilisation, ancrage

Exemple :

Si un enfant a besoin de développer sa confiance en soi (= son feu intérieur), on peut ajouter un papier peint triangle au mur.



crédit photo : e papier peint

COMMENT UTILISER LE FENG SHUI

Maintenant que ces bases sont posées, je vous explique comment vous en servir.



Nous venons de voir que tout est une question d'équilibre, et que certains éléments sont compatibles entre eux, tandis que d'autres vont se détruire. Il faut créer le plus possible un cercle constructeur, et éviter le cercle destructeur, ou le déséquilibre.

Quelques exemples pour vous guider :

Une cuisine :

Cette pièce est déjà une pièce Yang, on y est actifs. C'est une pièce feu (avec la présence du four ou des plaques de cuisson), donc on évite tout ce qui rapporte à cet élément (pas de rouge, pas de motif "triangle").

On sait que l'eau éteint le feu, on va donc éviter le noir et le bleu.

Pour nourrir cet élément, l'élément bois est une excellente option ! On opte donc pour du vert, un plan de travail en bois, ou encore des plantes.



Une salle de bain:

Cette pièce est déjà une pièce eau (avec la présence des canalisations d'eau). On évite donc les couleurs noire et bleue.

La terre détruit l'élément eau, on évite donc les bruns et les terracottas, et les éléments en céramique.

Pour nourrir cet élément eau, on y apporte l'élément métal (du blanc, du gris, des pieds de meubles métalliques).



BONUS

J'espère que ces informations sur le feng shui vous auront plu, et vous auront permis d'aborder votre intérieur avec un autre regard, pour développer votre bien-être chez vous.

Bien entendu, ces éléments ne sont que les bases, et vous vous doutez bien que le feng shui est un art beaucoup plus complexe et subtile.

Je peux vous aider à aller plus loin et à harmoniser votre lieu de vie.

Pour vous remercier d'avoir téléchargé ce guide sur les bases du feng shui, je vous propose **5% de remise** sur toutes mes prestations !

Avec le code **FENGSHUI5**, à me communiquer lors d'un devis.

Pour aller plus loin, voici ce que je vous propose :

- **Si vous construisez / rénovez** : un **plan 2D** pour bien penser l'aménagement de son logement, nous vérifierons la **bonne circulation du chi**.
- **Si vous décidez** : une prestation complète avec **moodboard + liste shopping écoresponsable + plan 3D**, pour que vous puissiez vous projeter dans votre nouvel environnement.
- Si vous souhaitez **mieux vous comprendre** grâce à votre logement : un **décryptage d'intérieur**.
- Si vous avez besoin de **conseils** :
 - **un conseil déco** : 2h de conseils sur l'aménagement et la décoration de votre logement.
 - un **coaching couleurs** : 1h30 de coaching pour déterminer quelles couleurs vous conviennent le mieux.

ME CONTACTER

Pour prendre RdV, c'est très simple :

- par mail : laura@colaurama.fr
- par téléphone / SMS : [06 62 61 36 79](tel:0662613679)
- En réservant directement votre appel découverte gratuit de 30 minutes [ici](#)

Nous pouvons aussi nous retrouver :

- sur Instagram
- sur Facebook



A bientôt !

Laura