



LE GUIDE FENG SHUI ILLUSTRÉ

EN FINIR AVEC LA FATIGUE INVISIBLE

TRANSFORMEZ VOTRE MAISON EN
SOURCE DE VITALITÉ EN 30 JOURS
SANS RITUEL NI ACHAT

Ines LUMA- Experte Fengshui

TABLE DES MATIERES

3	Avant de commencer
4	Roadmap - Ton voyage vers la vitalité
5	Quick win, Les gestes fondamentaux du Fengshui
6	Chapitre 1 - L'entrée, là où tout commence
9	Chapitre 2 - La chambre
17	Chapitre 3 - Le salon
21	Chapitre 4 - La cuisine
25	Chapitre 5 - L'espace de travail
29	Chapitre 6 - Ton plan doux sur 30 jours
31	Et après...

Mention légale & cadre de la pratique

Ce guide présente une pratique traditionnelle d'aménagement de l'habitat, le Feng Shui selon la méthode de Lillian Too. Il a une vocation culturelle, symbolique et de bien-être. Il ne constitue ni un avis médical, ni un diagnostic, ni un traitement. Il ne se substitue à aucune consultation auprès d'un professionnel de santé (médecin, psychologue, psychothérapeute, etc.). Si vous traversez une période de fatigue persistante, de troubles du sommeil, de souffrance psychique ou de difficultés relationnelles importantes, je vous invite à consulter un professionnel qualifié. Les témoignages cités sont des retours personnels et n'engagent pas un résultat reproductible.

Inès LUMA n'est pas médecin et ne propose aucun acte médical.

AVANT DE COMMENCER

Tu te lèves fatiguée. Tu fais des efforts. Tu organises, tu gères, tu anticipes. Et pourtant, quelque chose en toi ne se recharge pas vraiment.

Peut-être que tu te dis que c'est normal. Que c'est le rythme de la vie. Que c'est toi qui manques de volonté pour te reposer, pour mieux dormir, pour souffler davantage.

Ce guide repose sur une hypothèse différente : et si une partie de ta fatigue venait de l'endroit même où tu vis ?

Le Feng Shui que je pratique est un outil de diagnostic de l'espace. Il ne demande ni rituel du matin, ni liste de choses à faire, ni objets à acheter. Il regarde ton espace de vie et identifie ce qui, là, en ce moment, fuit ton énergie sans que tu t'en rendes compte.

Les 5 erreurs de ce guide sont les plus fréquentes. Je les retrouve dans presque toutes les maisons que j'accompagne, chez des femmes qui font tout bien, et qui ne comprennent pas pourquoi elles restent épuisées.

La bonne nouvelle : elles se corrigent souvent en quelques gestes. Sans travaux. Sans budget. Sans rien ajouter à ton quotidien déjà bien rempli.

Prends ce guide à ton rythme. Une erreur par semaine suffit.

Ton énergie n'a pas besoin d'un grand chambardement, elle a besoin que tu libères ce qui la bloque.

Je suis là pour t'accompagner, pas te charger davantage.

TON VOYAGE VERS LA VITALITÉ, EN 6 ÉTAPES

ÉTAPE 1, L'ENTRÉE
LE PREMIER SOUFFLE DE
TA MAISON

ÉTAPE 2, LA CHAMBRE
RETROUVER UN SOMMEIL
VRAIMENT RÉPARATEUR

ÉTAPE 3, LE SALON
FAIRE CIRCULER L'ÉNERGIE
QUI RESSOURCE

ÉTAPE 4, LA CUISINE
NOURRIR SANS S'ÉPUISER

ÉTAPE 5, L'ESPACE DE TRAVAIL
PRODUIRE SANS SE VIDER

ÉTAPE 6, TON PLAN 30 JOURS
UNE CORRECTION PAR
SEMAINE, À TON RYTHME

QUICK WIN

LE GESTE FONDAMENTAL DU FENG SHUI

Geste : Le fil rouge autour des tuyaux d'évacuation

Les tuyaux d'évacuation (sous l'évier, derrière les toilettes, dans la salle de bain) sont des points de fuite d'énergie. L'eau qui s'écoule emporte avec elle une partie du Chi de ta maison.

Le remède : enroule un fil rouge autour de chaque tuyau d'évacuation visible. Le rouge est la couleur du Chi actif en Feng Shui, il "retient" l'énergie et neutralise la fuite. Trois tours de fil suffisent. Aucun achat spécial requis.

À PROPOS DE MOI...

J'ai un parcours d'ingénieure. J'aime ce qui est précis, mesurable, concret. Pendant longtemps, j'aurais été la première à lever les yeux au ciel devant quelqu'un qui parle d'énergie et de secteurs de vie. Et puis ma propre maison m'a appris quelque chose que ni ma formation ni ma logique n'avaient pu m'expliquer.

C'était une période difficile, un logement qui ne me convenait pas, une fatigue que je n'arrivais pas à nommer, quelque chose qui résistait sans que je sache où chercher. J'ai commencé à explorer le Feng Shui presque malgré moi. Et j'ai vu des choses bouger. Pas de manière floue. De manière concrète, dans des domaines précis de ma vie.

Ce qui m'a convaincue définitivement, c'est la méthode des Étoiles Volantes, le Feng Shui traditionnel tel qu'il est enseigné dans la lignée de Lillian Too. Une approche rigoureuse, basée sur l'orientation magnétique, les cycles du temps, et la carte unique de chaque logement. Pas une décoration intuitive. Une lecture de l'énergie d'un espace, avec des règles, des calculs, une précision que mon cerveau d'ingénieure pouvait enfin respecter.

Je me suis formée et certifiée dans cette méthode. Puis j'ai commencé à accompagner des femmes autour de moi.

Ce que j'ai découvert dans ce travail m'a profondément surprise.

01 CHAPITRE 1

L'ENTRÉE, LÀ OÙ TOUT COMMENCE

LA BOUCHE DU CHI

L'entrée est la première chose que ton espace te dit chaque jour. En Feng Shui, on l'appelle la 'bouche du Chi' : c'est par là que l'énergie vitale entre dans ta maison, et donc dans ta vie quotidienne, tes projets, tes relations, ta santé.

La plupart des gens sous-estiment l'importance de cette zone. Pourtant, l'état de ton entrée conditionne la qualité de tout ce qui circule ensuite dans l'espace. Une entrée encombrée, sombre ou étriquée est comme un nœud dans un tuyau : l'eau passe quand même, mais avec beaucoup moins de force.

Ce qui bloque l'énergie sans qu'on le remarque

Les trois erreurs les plus fréquentes dans une entrée : une porte qui ne s'ouvre pas complètement parce qu'il y a quelque chose derrière (un meuble, des manteaux empilés, des cartons), un couloir sombre sans lumière naturelle ni artificielle, et un mur ou un meuble massif placé directement face à la porte. L'énergie a besoin d'espace pour circuler. Elle suit le même chemin que toi lorsque tu rentres chez toi. Si tu dois contourner des obstacles, tasser les épaules, regarder où tu mets les pieds, l'énergie fait exactement pareil. Et elle perd de sa vitalité à chaque obstacle.

Une porte qui s'ouvre à moitié est particulièrement significative. En Feng Shui, la taille de l'ouverture détermine la quantité d'énergie qui peut entrer. Une porte bloquée à 60% laisse entrer 60% de l'énergie disponible. La correction est immédiate : dégage ce qui empêche la porte de s'ouvrir en grand.

Le

Le miroir face à la porte est une autre erreur classique. Un miroir qui reflète directement la porte renvoie l'énergie vers l'extérieur avant même qu'elle puisse entrer. Si tu as un miroir dans ton entrée, vérifie qu'il ne se trouve pas dans l'axe direct de la porte.

01

EXEMPLE DE L'ENTRÉE D'UN APPARTEMENT



AVANT

Le sol encombré de chaussures éparpillées bloque littéralement le premier pas dans ta maison. L'énergie ne peut pas circuler librement, elle accroche, elle hésite, elle stagne dès le seuil. La porte bois brut, sans lumière ni couleur, ne donne pas envie d'entrer. Les manteaux et sacs accrochés à même le mur sans structure créent une accumulation visuelle et énergétique dès l'arrivée. Ce couloir dit : ici, on dépose tout.

APRÈS

Même couloir, même surface. Zéro travaux.

Les chaussures ont disparu du sol, un seul meuble bas suffit à les ranger hors de vue. Un pothos retombant apporte de l'énergie vivante et Yang dans un espace qui en manquait. La porte peinte en vert céladon transforme l'intention de l'entrée : elle invite, elle apaise, elle annonce un espace pensé. Une suspension dorée éclaire le couloir et active l'énergie du plafond. Un tableau crée un point focal qui guide le regard vers l'intérieur plutôt que vers le sol.

Ce couloir dit maintenant : ici, on respire.



1

Le coin le plus précieux de ta maison

Il y a un endroit dans chaque pièce où l'énergie favorable aime se poser naturellement avant de se répandre dans le reste de l'espace. C'est le coin situé en diagonale face à la porte d'entrée de la pièce, ou de la maison entière.

Ce coin est ce que les praticiens de Feng Shui appellent le 'point d'accumulation du Chi propice'. L'énergie qui entre par la porte suit naturellement une trajectoire diagonale et cherche ce coin pour s'y installer. Si ce coin est vide, rangé et vivant, l'énergie s'y dépose avec douceur et rayonne ensuite dans tout l'espace.

Si ce coin est encombré de cartons, de meubles de stockage, ou pire encore, d'une armoire fermée, cette réserve d'énergie ne se constitue jamais. L'énergie cherche cet endroit, ne le trouve pas disponible, et repart.

La correction est simple : garde ce coin libre et rangé. Éclaire-le si possible, une petite lampe suffit. Pose-y quelque chose de vivant : une plante à feuilles rondes, un vase de fleurs fraîches. Un seul objet intentionnel dans ce coin suffit à l'activer.

Ce que tu ne dois pas y mettre : des placards de rangement, des armoires, des cartons en transit, du matériel de sport. Ces objets 'ferment' le coin et empêchent l'énergie de s'y installer.



Ce coin, encombré de matériel, de guitares et de sacs, est le coin diagonal face à la porte d'entrée du salon. C'est exactement là que l'énergie favorable cherche à se poser. Occupé, chargé, sans vie végétale, il ne peut pas jouer son rôle. L'énergie entre, ne trouve pas où s'installer, et repart.

♦ À retenir

L'entrée est la bouche du Chi : c'est par là que l'énergie vitale entre dans ta maison, et dans ta vie. Une porte qui ne s'ouvre pas en grand, un couloir sombre, un miroir face à la porte : chacun de ces éléments réduit la quantité d'énergie disponible avant même qu'elle ait pu entrer. Le coin diagonal face à la porte est l'endroit le plus précieux de ta pièce principale, il doit rester libre, éclairé, vivant.

© Mini-exercice

Ouvre ta porte d'entrée complètement. Regarde ce qui te fait face. Est-ce que ça t'élève ou t'alourdit ? Retire un objet. Pose quelque chose de vivant dans le coin diagonal opposé à la porte. Ce geste prend dix minutes, et c'est souvent la correction la plus perceptible de tout ce guide.

02 CHAPITRE 2

LA CHAMBRE, L'ART DE VRAIMENT RÉCUPÉRER

RÉCUPÉRATION PROFONDE

Tu dors suffisamment. Et pourtant, tu te réveilles fatiguée. Avec cette sensation étrange d'avoir travaillé pendant ton sommeil plutôt que de t'être reposée.

En Feng Shui, la chambre n'est pas juste un endroit pour dormir, c'est l'espace de régénération profonde. Le lieu où le corps se répare, où l'esprit se dépose, où l'énergie se reconstruit pour la journée suivante. Si quelque chose dans cet espace perturbe la circulation de l'énergie, ton corps travaille pendant la nuit au lieu de se recharger.

Ce chapitre te donne trois niveaux de correction : l'orientation de ton lit selon ton profil énergétique personnel, sa position dans la pièce, et ce qu'on fait, ou ne fait pas, de l'espace autour et dessous.

Ton chiffre Kua, trouver ta direction santé personnelle

En Feng Shui, chaque personne possède un 'chiffre Kua', un profil énergétique personnel calculé à partir de l'année de naissance. Ce chiffre révèle quatre directions favorables et quatre directions défavorables pour chaque individu.

La direction 'Santé' (appelée aussi direction 'Corps') est celle vers laquelle orienter la tête du lit pour permettre au corps de recevoir, pendant le sommeil, l'énergie qui lui est naturellement favorable.

Dormir orientée dans sa direction Santé favorise une récupération profonde, un sommeil plus réparateur, et une vitalité plus stable au réveil.

Formule pour une femme : additionne les deux derniers chiffres de ton année de naissance jusqu'à obtenir un seul chiffre, puis ajoute 5. Si le résultat dépasse 9, additionne à nouveau les chiffres.

Formule pour un homme : additionne les deux derniers chiffres de ton année de naissance jusqu'à obtenir un seul chiffre, puis soustrais de 10. Si le résultat est 0, le chiffre Kua est 9.

Exemple (femme, née en 1985) : $8 + 5 = 13 \rightarrow 1 + 3 = 4 \rightarrow 4 + 5 = 9$. Chiffre Kua : 9.
Direction Santé : Est.

Exemple (femme, née en 1990) : $9 + 0 = 9 \rightarrow 9 + 5 = 14 \rightarrow 1 + 4 = 5$. Chiffre Kua : 5.
Direction Santé : Ouest.

Tableau, Direction santé par chiffre Kua

Chiffre Kua	Direction Santé (tête du lit)
1	Est
2	Ouest
3	Nord
4	Sud
6	Nord-Ouest
7	Nord-Est
8	Sud-Ouest
9	Est

Important : si vous dormez à deux avec des chiffres Kua différents, orientez le lit selon la direction Santé de la personne qui met le plus de temps à s'endormir ou qui souffre le plus de fatigue.

Le vide sous le lit, pourquoi ça change tout

L'espace sous le lit fait partie intégrante de ta zone de sommeil. En Feng Shui, l'énergie doit pouvoir circuler librement autour du corps pendant la nuit, pas seulement au-dessus et sur les côtés, mais également en dessous.

Stocker des affaires sous le lit crée une couche d'énergie stagnante juste sous toi pendant toutes tes heures de repos. Valises pleines de vieux souvenirs, cartons de déménagement non déballés, vêtements hors-saison, chaussures, livres, objets sans place ailleurs, tout cela forme une accumulation d'énergie dense et immobile que ton corps traversait chaque nuit.

Ce n'est pas anodin. Ton corps et ton champ énergétique sont perméables pendant le sommeil, c'est précisément ce qui permet la régénération. Mais cette perméabilité signifie aussi que ce qui se trouve juste sous toi a une influence réelle sur la qualité de ta récupération.

La correction idéale : le vide complet sous le lit, pour permettre une circulation fluide de l'air et de l'énergie. Si ton espace ne le permet pas, limite le stockage à des linges de maison, draps, couvertures, oreillers de rechange. Du textile neutre, sans charge émotionnelle, qui ne bloque pas l'énergie de la même façon que des objets personnels.

Ce qui ne devrait jamais se trouver sous le lit : des objets appartenant à des personnes parties ou décédées, des dossiers et papiers de travail, des objets associés à des conflits ou des périodes difficiles, et tout ce qui est en 'attente' ou non résolu.

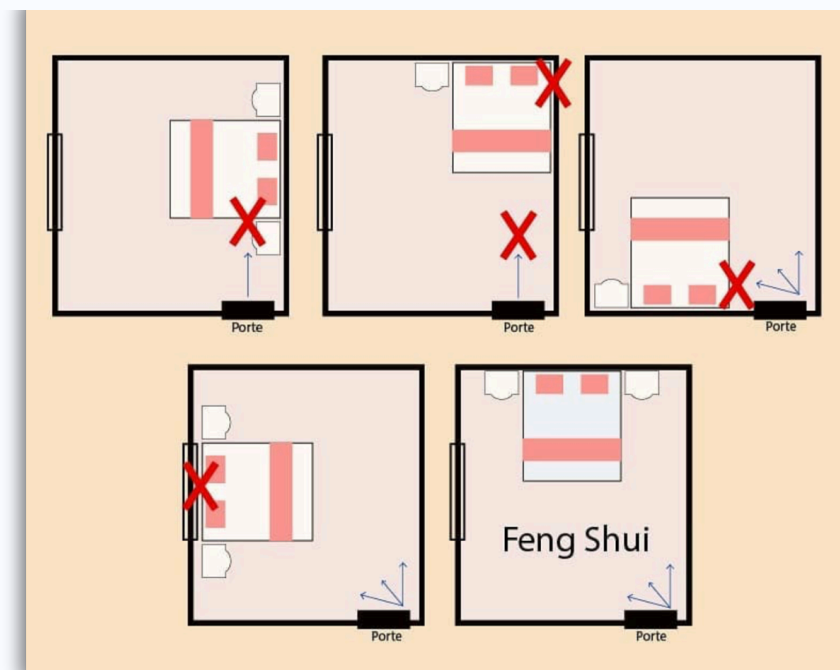
La position du lit dans la chambre

L'orientation selon le chiffre Kua est une première couche de correction. La deuxième, tout aussi importante, concerne la position physique du lit dans la pièce. Même avec la bonne orientation cardinale, un lit mal positionné perturbe le sentiment de sécurité pendant le sommeil.

Le principe fondamental en Feng Shui est ce qu'on appelle la 'position de commandement' : voir la porte de la chambre depuis son lit, sans se trouver dans son axe direct. Cette position offre au corps inconscient un sentiment de contrôle et de protection. Il n'a pas besoin de rester en vigilance. Il peut enfin se détendre complètement.

Quand le lit est placé dans l'axe direct de la porte, c'est-à-dire que tes pieds ou ta tête pointent directement vers la porte, l'énergie qui entre dans la pièce te traverse directement. C'est une configuration trop intense pour un espace de repos.

Trois positions sont à éviter absolument. Le lit face à la porte (axe direct) : l'énergie entre et te frappe sans médiation. Le lit sous une fenêtre : il n'y a pas de soutien solide derrière la tête, l'énergie extérieure pénètre au-dessus de toi pendant la nuit, et le corps reste en état de légère vigilance. Le lit adossé à une cloison mitoyenne avec des toilettes : l'énergie descendante et humide de l'eau affecte la qualité de la récupération.



- ✗ Jamais face à la porte, l'axe direct crée une énergie trop intense pour le repos
- ✗ Jamais sous une fenêtre, énergie instable au-dessus du corps pendant la nuit
- ✗ Jamais adossé à une cloison mitoyenne avec des toilettes, énergie descendante

- ✓ Mur solide derrière la tête, sécurité et soutien énergétique
- ✓ Vue dégagée sur la porte sans être dans son axe direct
- ✓ Vide complet sous le lit, circulation libre du Chi pendant la nuit

Le dressing ouvert et la pollution visuelle

Un dressing ouvert dans la chambre, ou pire, une penderie dont les portes ne ferment pas complètement, laisse visible en permanence une accumulation de vêtements, d'objets et d'affaires personnelles. En Feng Shui, tout ce qui est visible depuis le lit pendant le sommeil fait partie de l'espace énergétique de ta nuit. Le cerveau enregistre le désordre même les yeux fermés.

La même logique s'applique aux ensembles de petites commodes. Plusieurs petits meubles regroupés créent ce qu'on appelle de la pollution visuelle, une multiplication de surfaces, de tiroirs, de poignées, d'objets posés dessus. L'énergie accroche sur chaque meuble plutôt que de circuler fluidement.

La solution en Feng Shui est systématiquement la même : préférer une grande armoire sur toute la hauteur, portes pleines, qui contient tout sans rien montrer. L'espace visuel libéré, même si le volume de rangement est identique, change immédiatement la qualité énergétique de la pièce. Complète avec une ou deux étagères décoratives épurées plutôt qu'une accumulation de petits meubles de surface.

Les flèches de Sha, quand la chambre attaque au lieu de protéger

Le lit à baldaquin est souvent perçu comme un symbole de luxe et de cocon. En Feng Shui, il est problématique.



Les montants verticaux et la structure rigide qui encadre le dormeur créent ce qu'on appelle des "flèches de Sha", des lignes d'énergie tranchantes et directionnelles qui pointent vers le corps pendant le sommeil. Le résultat : un sommeil qui ne régénère pas vraiment, une fatigue de fond inexplicquée, parfois des douleurs au réveil sans cause physique identifiée.

Le remède pour un lit à baldaquin est simple : habille complètement la structure d'un tissu souple et fluide. Le tissu enroulé autour des montants et formant un dais au-dessus du lit transforme les lignes tranchantes en une enveloppe douce et arrondie. L'énergie n'accroche plus, elle glisse. Privilégie un tissu léger, de couleur claire, sans motifs agressifs.

Le même problème se pose avec les poutres apparentes au plafond, surtout lorsqu'elles passent au-dessus du lit. Une poutre qui traverse dans le sens de la longueur divise symboliquement l'espace du dormeur, ou du couple. Une poutre au-dessus de la tête crée une pression énergétique descendante constante pendant toute la nuit.

Le remède traditionnel pour les poutres est d'accrocher des miroirs mosaïques sur la face inférieure de chaque poutre, en les faisant se refléter d'une poutre à l'autre. Ce jeu de reflets brise l'effet tranchant de la ligne et simule visuellement une continuité du plafond, la poutre cesse d'exister comme obstacle énergétique. Si les miroirs mosaïques ne conviennent pas à ton intérieur, des guirlandes lumineuses douces enroulées autour des poutres produisent un effet similaire en adoucissant la ligne.

Dans tous les cas, si tu ne peux ni habiller la structure ni poser de miroirs, déplace le lit hors de l'axe direct de la poutre, même de quelques dizaines de centimètres suffit à sortir du couloir d'énergie descendante.

Ici, on a simplement tendu deux cables pour soutenir un magnifique tissu blanc qui protège ma cliente des arêtes des poutres apparentes.



Le bureau en chambre, deux énergies incompatibles

La chambre est un espace Yin, doux, calme, tourné vers le repos et la régénération. Le bureau est un espace Yang, actif, mental, orienté vers la production et la résolution de problèmes. Ces deux qualités d'énergie sont naturellement opposées.

Travailler dans sa chambre, c'est demander au même espace d'être à la fois un lieu de performance et un lieu de récupération. Le cerveau finit par ne plus savoir lequel des deux modes adopter lorsqu'il se retrouve dans cet endroit. Et il choisit souvent... le travail. Ou il reste dans un entre-deux inconfortable qui ne permet ni la concentration efficace ni le repos profond.

Si tu as un bureau dans ta chambre et que tu ne peux pas le déplacer, la solution n'est pas de tout chambouler, c'est de créer une séparation symbolique mais réelle entre les deux zones. Un rideau léger, une grande plante, un paravent simple : ces éléments créent une frontière visuelle et énergétique que le cerveau reconnaît.

Geste complémentaire : couvrir le bureau le soir avant de te coucher, avec un tissu, une veste, n'importe quoi qui cache l'espace de travail. Ce geste signale à ton cerveau : ici, c'est fini pour aujourd'hui. Il est étonnamment efficace.



Voici les photos d'une de mes clientes, qui m'a contacté pour un problème de fatigue chronique.

La première photo montre un bureau d'angle imposant installé dans le coin gauche de la chambre, deux écrans, des câbles, des dossiers empilés, une chaise ergonomique qui occupe presque autant d'espace que le lit lui-même. Le bureau appartient à son mari. Elle, elle n'y touche jamais. Mais elle dort à côté chaque nuit.



La deuxième photo révèle autre chose : une étagère à structure métallique ouverte chargée de livres, d'objets décoratifs, d'une petite plante, d'une lanterne, de boîtes, une dizaine de surfaces différentes qui s'accumulent dans le même angle de vue depuis le lit. À droite du lit, une commode ancienne encombrée d'un miroir octogone, de plantes volumineuses devant la fenêtre, et d'objets sans ordre apparent. Le regard ne trouve nulle part où se poser. Tout bouge, tout sollicite, tout "parle" en même temps.

Ce que ma cliente vivait chaque nuit sans le savoir : son cerveau ne se déconnectait jamais vraiment. L'énergie Yang du bureau, active, mentale, orientée vers la production, maintenait l'espace en état de veille. La pollution visuelle des étagères et de la commode créait une stimulation visuelle inconsciente, même les yeux fermés. Son corps était allongé, mais son espace lui disait : ici, on travaille.

Les remèdes mis en place, sans déménager le bureau

Le bureau ne pouvait pas être déplacé, contrainte réelle, appartement parisien. Nous avons donc travaillé sur la séparation et la réduction.

Un grand rideau de lin naturel, fixé au plafond, a été posé entre le bureau et le lit. Il ne cache pas tout, mais il crée une frontière visuelle et énergétique claire. Le cerveau de Sarah enregistre maintenant deux espaces distincts dans la même pièce.

Chaque soir, son mari pose un tissu épais sur les deux écrans et range les dossiers dans un tiroir avant que Sarah ne se couche. Ce geste de cinq minutes, symboliquement puissant, signale à l'espace que la journée de travail est terminée.

L'étagère métallique ouverte a été remplacée par une armoire fermée, portes pleines, qui contient exactement le même volume d'affaires. La surface visible est passée de dix objets à zéro. La commode a été vidée des objets inutiles, le miroir repositionné pour ne plus refléter le lit, les grandes plantes déplacées dans le salon. Trois semaines après, Sarah m'envoie un message : "Je ne sais pas ce qui s'est passé, mais je dors comme je n'ai pas dormi depuis des années." Rien n'avait changé dans sa vie. Seulement dans son espace.



Ici, un rideau qui sépare le bureau du lit.

Ce qu'on ne fait pas dans une chambre, les règles fondamentales

Certaines erreurs semblent anodines mais ont un impact direct sur la vitalité. Ne jamais manger dans la chambre, l'énergie de la nourriture est Yang et active, elle s'oppose à la qualité Yin nécessaire au repos. Ne jamais laisser des plantes luxuriantes et grandes dans la chambre, leur énergie de croissance Yang est trop stimulante pour un espace de régénération. Une petite plante discrète peut convenir, une forêt tropicale dans la chambre non.

Évite les aquariums en chambre, l'eau en mouvement génère une énergie active qui perturbe le sommeil. Évite les fontaines d'intérieur pour la même raison. Ne stocke jamais de photos de personnes décédées dans la chambre, et évite les images de personnages seuls, mélancoliques ou en mouvement sur les murs face au lit, elles influencent subtilement l'inconscient pendant le sommeil. Préfère des images paisibles, des paysages stables, des représentations de couples ou de scènes harmonieuses.

Enfin, retire ou éteins tous les appareils en veille la nuit, les petites lumières LED des écrans, chargeurs et box créent une stimulation lumineuse et électromagnétique constante. Le corps ne peut pas entrer en récupération profonde dans un espace qui "vibre" encore au niveau électronique.

♦ À retenir

La chambre est un espace Yin, elle doit être dédiée au repos, pas au travail, pas au stockage, pas au désordre visuel. Trois erreurs épuisent silencieusement : un lit mal orienté ou dans l'axe direct de la porte, du stockage sous le lit, et un bureau ou un dressing ouvert visible depuis le lit. Chacune de ces erreurs maintient ton cerveau en état de vigilance pendant la nuit au lieu de le laisser se régénérer.

© Mini-exercice

Ce soir, avant de te coucher : retire trois objets stockés sous ton lit. Si tu as un bureau dans ta chambre, couvre-le avec un tissu. Note la qualité de ton sommeil les deux prochaines nuits.

03 CHAPITRE 3

LE SALON, FAIRE CIRCULER L'ÉNERGIE QUI RESSOURCE

ÉNERGIE EN MOUVEMENT

Le salon est censé être l'espace où tu souffles. Où tu déposes la fatigue de la journée. Où tu retrouves les gens que tu aimes. Et pourtant, dans beaucoup de maisons, le salon produit l'effet inverse : on s'y assoit, et on se sent encore plus lourde.

En Feng Shui, le salon fonctionne bien quand l'énergie peut y circuler librement, ni trop vite (ce qui crée de l'agitation), ni bloquée (ce qui crée de la stagnation). L'image d'une rivière douce est juste : un courant régulier, sinueux, sans turbulences ni marécages.

Le Chi suit ton chemin

L'énergie circule dans ton salon exactement comme toi : elle suit les mêmes chemins, contourne les mêmes obstacles, se heurte aux mêmes coins de meubles. Il n'y a pas de mystère là-dedans, c'est une logique purement spatiale.

Si tu dois te glisser de côté entre le canapé et la table basse, si tu trébuches sur un coin de tapis, si le chemin de l'entrée vers le canapé est un slalom entre plusieurs obstacles, l'énergie fait pareil. Elle accroche, elle ralentit, elle stagne.

La conséquence directe : même assise dans ton canapé, tu ne te ressources pas vraiment. Il y a une sorte de légère friction permanente dans l'atmosphère de la pièce. Une densité subtile qu'on n'arrive pas à nommer mais qui pèse.

Le test simple et révélateur : ferme les yeux, puis marche dans ton salon de l'entrée jusqu'à ta place habituelle. Est-ce que le chemin est naturellement fluide ? Est-ce que tu peux te déplacer sans hésiter, sans contourner, sans te cogner ? Si non, c'est exactement là que l'énergie accroche.

La règle d'or : le Chi doit circuler lentement et de façon sinueuse, pas en ligne droite directe. Un couloir parfaitement dégagé en ligne droite entre la porte et le fond de la pièce fait circuler l'énergie trop vite, elle traverse sans se déposer. C'est pour cela qu'on place des meubles en quinconce, qu'on dispose des plantes dans les angles : pour ralentir et faire serpenter doucement le mouvement.

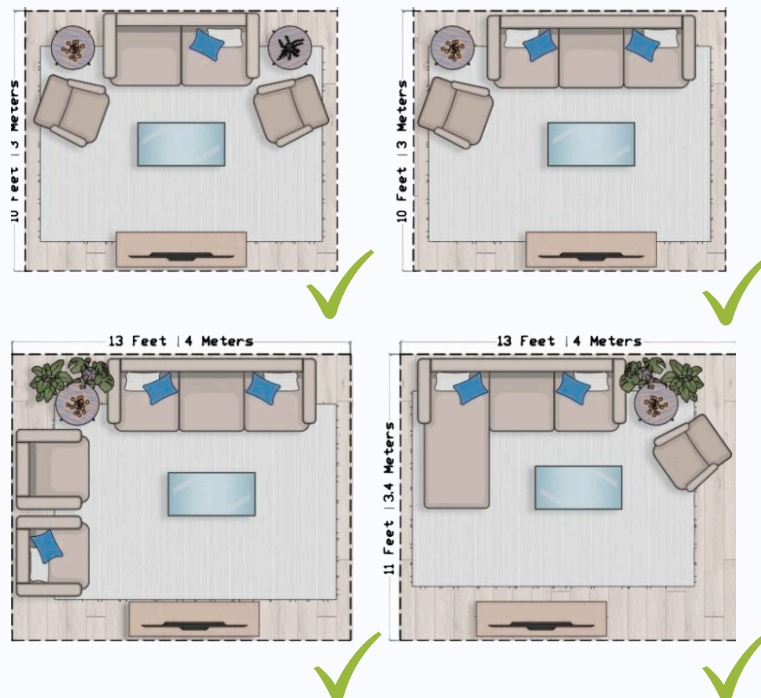
LE CANAPÉ

À faire :

- Dos au mur solide, face à la porte d'entrée (sans être dans l'axe direct)
- Position qui permet de voir qui entre sans tourner la tête
- Disposer les sièges en demi-cercle ou en L ouvert pour favoriser la conversation
- Petite table ronde au centre du groupe de sièges

À ne pas faire :

- Dos à la porte, crée une insécurité inconsciente permanente
- Canapés exactement face à face (face à 180°), énergie conflictuelle
- Canapé flottant au milieu de la pièce sans rien derrière
- Canapé qui bloque le passage entre la porte et le reste de la pièce



LE MIROIR

À faire :

- Miroir sur le côté de la pièce, face à quelque chose de beau (fenêtre, plante, tableau)
- Miroir pour agrandir visuellement une petite pièce

À ne pas faire :

- Miroir face à la porte d'entrée du salon, renvoie le Chi vers l'extérieur
- Miroir qui reflète directement le canapé principal (trouble le repos)
- Miroir qui reflète une image chargée, sombre ou conflictuelle

LA TÉLÉVISION ET L'ÉLECTRONIQUE

À faire :

- TV orientée vers l'ouest ou nord-ouest selon les principes classiques
- Câbles rangés et dissimulés, meubles TV fermés avec rangements intégrés

À ne pas faire :

- Accumulation d'appareils électroniques visibles sans rangement

LES MEUBLES EN GÉNÉRAL

À faire :

- Formes rondes ou ovales, table basse ronde en priorité
- Matières naturelles : bois, lin, osier, cuir
- Meubles de rangement fermés (portes pleines), pas de surcharge visuelle
- Hauteur modérée, laisser le regard circuler librement
- Meubles le long des murs, pas dans les angles ni au milieu du chemin

À ne pas faire :

- Meubles aux angles pointus et tranchants, flèches de Sha vers les personnes assises
- Meubles qui bloquent les fenêtres ou les portes
- Trop de meubles, le Chi doit pouvoir circuler
- Meubles qui créent des couloirs trop étroits entre eux (moins de 80 cm de passage)
- Tables basses rectangulaires aux coins acérés devant le canapé

LES PLANTES

À faire :

- Plantes à feuilles larges et rondes dans les coins
- Une plante pour séparer le coin salon du coin repas si nécessaire
- Fleurs fraîches changées régulièrement

À ne pas faire :

- Cactus et plantes épineuses, flèches de Sha en direction des personnes
- Fleurs séchées, énergie stagnante et passée
- Plantes mourantes ou malades laissées en place

LA LUMIÈRE

À faire :

- Plusieurs sources de lumière douce réparties dans la pièce (lampes d'ambiance, appliques, lampadaires)
- Lumière naturelle maximisée, ne pas bloquer les fenêtres
- Lumière vive dans le coin diagonal face à l'entrée

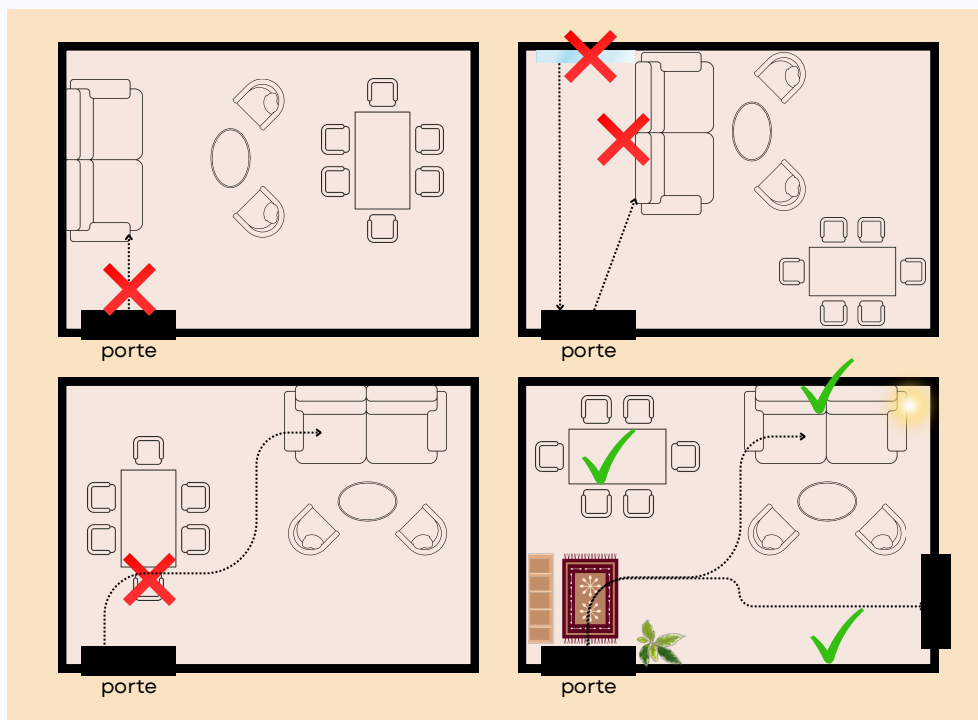
À ne pas faire :

- Une seule source de lumière au plafond au centre, crée des zones d'ombre dans les coins
- Pièce mal éclairée, énergie Yin trop forte, Chi stagnant
- Lumières trop directes et agressives

Les coins morts, l'énergie qui stagne

Dans chaque pièce, l'énergie stagne dans les coins sombres et peu fréquentés. Tu l'as peut-être remarqué : il y fait plus froid, la poussière s'accumule plus vite. Ce n'est pas une coïncidence, c'est l'énergie stagnante qui se manifeste physiquement.

Trois activateurs simples suffisent : une lampe d'ambiance, une plante à feuilles larges, ou une enceinte discrète. Un seul suffit à relancer la circulation. Une fois par saison, déplace chaque meuble de 30 cm, nettoie les coins dégagés, puis remets en place. Ce geste simple reconfigure toute la circulation énergétique de la pièce.



- ✗ Jamais face à la porte, l'axe direct crée une énergie trop intense pour le repos
- ✗ Jamais adossé au vide, énergie instable
- ✗ Jamais de miroir en face de la porte, énergie ressort directement
- ✓ Mur solide derrière l'assise, sécurité et soutien énergétique
- ✓ Vue dégagée sur la porte sans être dans son axe direct
- ✓ Circulation libre du Chi dans le salon

♦ À retenir

L'énergie circule dans ton salon exactement comme toi, elle suit les mêmes chemins, contourne les mêmes obstacles. Un canapé dos à la porte, des meubles aux angles tranchants, un coin diagonal encombré, un miroir face à l'entrée : autant d'éléments qui créent une friction invisible dans la pièce où tu es censée souffler. La disposition en L ou en demi-cercle, une table basse ronde, une lampe dans le coin sombre, trois corrections suffisent à changer l'atmosphère.

© Mini-exercice

Marche dans ton salon les yeux mi-clos, de l'entrée jusqu'à ta place habituelle. Est-ce que le chemin est fluide ? Repère le premier obstacle. Supprime-le ou déplace-le. Puis active le coin le plus sombre de la pièce avec une lampe ou une plante à feuilles rondes.

04 CHAPITRE 4

LA CUISINE, FEU, EAU, ET HARMONIE

L'ÉNERGIE NOURRICIÈRE

La cuisine est l'espace de l'énergie nourricière.

En Feng Shui, c'est là que se joue une grande partie de la vitalité familiale. Ce qu'on prépare dans cet espace, la façon dont on y circule, l'énergie qu'on y porte, tout cela influence directement la qualité de l'alimentation et, par extension, la santé et l'énergie de toute la famille.

Deux éléments puissants se retrouvent en permanence dans la cuisine : le feu (les plaques de cuisson, le four) et l'eau (l'évier, le lave-vaisselle, le réfrigérateur). Dans le cycle des cinq éléments du Feng Shui, le feu et l'eau sont des éléments antagonistes. Leur confrontation directe crée une instabilité énergétique constante, subtile, mais réelle.

Quand le feu et l'eau se regardent

Lorsque les plaques de cuisson et l'évier se trouvent directement face à face, ou pire, côte à côte sans rien entre eux, ces deux éléments entrent en conflit permanent. L'énergie du feu et l'énergie de l'eau se 'détruisent' mutuellement dans le cycle des éléments, créant une tension invisible mais persistante dans l'espace de cuisine.

Les signes que quelque chose ne va pas : une fatigue inhabituellement intense après avoir préparé un repas pourtant simple, des tensions ou des discussions qui démarrent facilement pendant ou après les repas, une sensation de ne jamais vraiment décompresser dans la cuisine même quand elle est rangée.

La correction, si tu ne peux pas déplacer les éléments : introduire un médiateur en bois entre les deux. Le bois est l'élément qui, dans le cycle des cinq éléments, 'nourrit' le feu et 'absorbe' l'eau, il joue naturellement un rôle de médiateur entre les deux. Une simple planche à découper en bois posée entre les plaques et l'évier suffit. Une plante en pot. Un égouttoir en bois. Le matériau compte, évite le plastique et le métal dans ce rôle.

Le four ou le micro-ondes ne doit jamais être posé sur le réfrigérateur, c'est une superposition directe du feu sur l'eau, particulièrement néfaste. Le réfrigérateur ne doit pas non plus être adossé au mur mitoyen d'une salle de bain ou de toilettes.

Cuisiner avec le dos protégé

En Feng Shui, la position debout en train de cuisiner suit les mêmes principes que la position assise au bureau ou allongée dans le lit : le dos doit être protégé, et il est préférable de pouvoir percevoir ce qui se passe dans l'espace autour de soi.

Cuisiner dos à une porte ouverte ou à une pièce active crée une vulnérabilité énergétique permanente. Le corps, même inconsciemment, maintient une légère vigilance : qu'est-ce qui pourrait arriver par derrière ? Cette micro-tension est imperceptible à l'échelle d'un repas.

Mais sur des années de cuisine quotidienne, elle s'accumule et contribue à une fatigue de fond.

Si ta configuration de cuisine ne permet pas de repositionner les plaques pour qu'elles fassent face à la pièce ou à la porte, la solution classique en Feng Shui est d'accrocher un petit miroir au-dessus des plaques, face à toi en train de cuisiner. Ce miroir te permet de voir ce qui se passe derrière toi. Le cerveau et le corps enregistrent cette information : le dos est 'couvert'. La vigilance involontaire s'apaise.

Ordre, lumière et plantes, les trois corrections les plus puissantes

Au-delà des principes des éléments, la cuisine est l'espace qui accumule le plus facilement le désordre visible : plans de travail qui disparaissent sous les appareils, tiroirs qui débordent, surfaces perpétuellement encombrées.

En Feng Shui, le désordre visible est de l'énergie stagnante rendue visible. Chaque objet inutile sur un plan de travail est une 'intention non terminée' dans l'espace. Chaque tiroir qui déborde est une accumulation de décisions non prises. Et cela se ressent, dans l'atmosphère de la pièce, mais aussi dans l'état d'esprit de ceux qui la fréquentent.

La lumière est le deuxième levier majeur. Une cuisine bien éclairée, notamment au-dessus des plaques de cuisson, active l'énergie Yang de l'espace. Une cuisine sombre est une cuisine Yin, elle favorise la stagnation. Le rouge est à éviter comme couleur dominante en cuisine, la pièce est déjà fortement Yang par nature (feu de cuisson, chaleur, activité) et le rouge amplifie encore cet excès d'énergie feu. Il peut être utilisé par touches légères seulement. Les crédences en inox brillant ou les surfaces très réfléchissantes sont à limiter pour la même raison, elles accélèrent la circulation de l'énergie et amplifient l'élément feu.

Les couleurs favorables sont le blanc cassé (pureté, clarté), le jaune et les tons de brun chaud (convivialité, terre), le vert clair et le bois naturel (médiateur entre feu et eau, élément bois). Les matières recommandées sont la pierre, le bois et le lin pour les textiles, des matières naturelles qui ancrent et apaisent. La cuisine doit être bien éclairée dans tous ses coins, un coin sombre en cuisine est un coin d'énergie stagnante qui affecte la qualité de la nourriture préparée.

Les plantes, enfin, apportent une énergie vivante et Yang dans la cuisine. Les herbes aromatiques en pot sont particulièrement bénéfiques : basilic, menthe, romarin. Elles sont à la fois décoratives, utiles, et énergétiquement actives. Choisir des plantes à feuilles larges et rondes plutôt que des plantes épineuses ou à feuilles pointues.



Ce qu'on expose, et ce qu'on cache

Les couteaux ne doivent jamais être exposés, ni sur un bloc couteaux visible, ni accrochés à une barre magnétique murale. Les lames apparentes créent une énergie tranchante dirigée vers les personnes qui vivent dans la maison. Elles symbolisent les conflits, la rupture des liens familiaux, et peuvent créer un sentiment d'insécurité inconscient. Les ranger dans un tiroir fermé est la seule solution acceptable.

De la même façon, les casseroles et ustensiles lourds suspendus au-dessus des têtes, notamment au-dessus de l'îlot ou de la table, créent une oppression énergétique et un sentiment d'insécurité. Rangez-les dans des placards. La vaisselle ébréchée ou dépareillée doit être éliminée, elle symbolise la pauvreté et un manque d'abondance. Les placards fermés sont préférables aux étagères ouvertes pour tout ce qui n'est pas décoratif.

La poubelle ne doit jamais être visible ni placée près de la nourriture. Elle représente la décomposition et l'énergie déclinante, son énergie contamine symboliquement celle de la nourriture environnante. Si tu ne peux pas la ranger dans un placard, investis dans un modèle fermé, discret et propre.

♦ À retenir

La cuisine est l'estomac de la maison. La règle fondamentale : le feu (plaques, four) et l'eau (évier, frigo) ne doivent pas se confronter directement. Un élément en bois entre les deux suffit à neutraliser le conflit. Cuisiner dos à la porte épuise sans qu'on le sache, un miroir au-dessus des plaques corrige cela. Les couteaux apparents, la vaisselle ébréchée, la poubelle visible et les plans de travail encombrés sont des fuites d'énergie silencieuses.

© Mini-exercice

Regarde sous ton évier : y a-t-il un tuyau d'évacuation visible ? Enroule un fil rouge autour. Puis dégage complètement un plan de travail, zéro objet. Observe si l'atmosphère de la cuisine change.

05 CHAPITRE 5

L'ESPACE DE TRAVAIL, CONCENTRATION SANS ÉPUISEMENT

ÉNERGIE DE CONCENTRATION

Que tu travailles dans un bureau dédié, dans un coin du salon, à la table de la cuisine, ou dans ta chambre, l'espace de travail mérite une attention particulière. C'est là que tu dépenses une énergie mentale intense, souvent pendant plusieurs heures d'affilée.

Si la configuration énergétique de cet espace n'est pas favorable, tu en dépenses davantage encore, sans t'en rendre compte. Tu travailles, mais une partie de ton énergie est mobilisée non pas pour la tâche en cours, mais pour compenser l'inconfort imperceptible de l'espace.

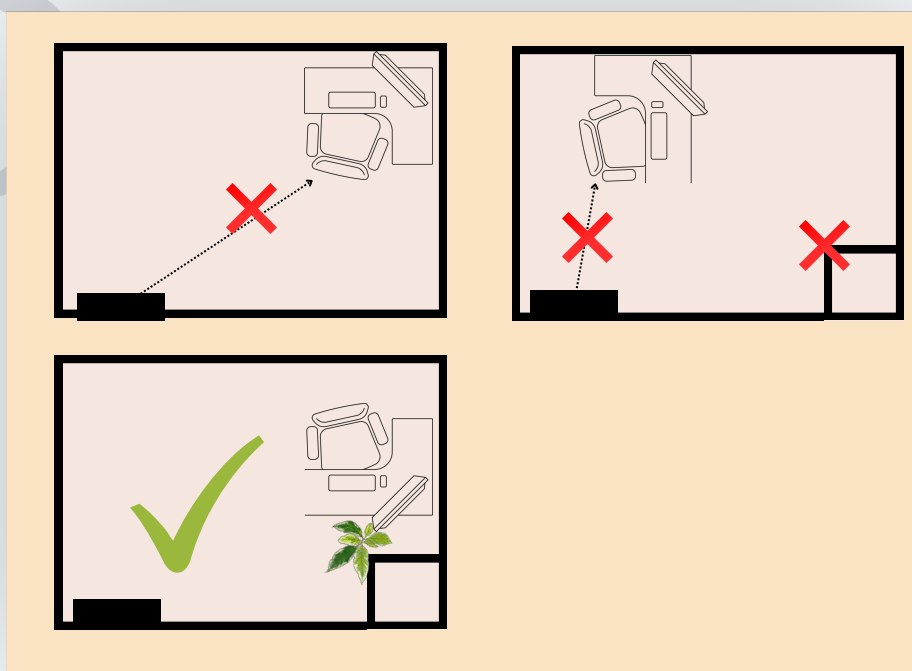
La position de pouvoir, voir sans être vue

En Feng Shui, la position idéale devant un bureau suit une logique identique à celle du lit et des plaques de cuisson : voir ce qui entre dans la pièce, sans être dans l'axe direct de la porte.

Cette configuration, appelée 'position de commandement', permet au corps de s'installer dans un état de sécurité inconsciente. Tu peux voir qui entre, tu as un mur solide derrière toi, rien ne peut te surprendre. Le corps n'a pas besoin de maintenir une vigilance de fond. Toute l'énergie mentale est disponible pour ce que tu fais.

Quand tu es assise dos à la porte, quelque chose dans ton système nerveux reste en alerte légère. Ce n'est pas dramatique à l'échelle d'une heure de travail. Sur des journées entières, semaines après semaines, c'est une dépense énergétique silencieuse et constante qui contribue à la fatigue de fond.

Si tu ne peux pas repositionner ton bureau, la solution du miroir fonctionne ici aussi : place un petit miroir de façon à voir le reflet de la porte depuis ta position de travail. Le cerveau enregistre l'information visuelle et la vigilance s'apaise.



Les Trois Meurtriers et le Duc de Jupiter, deux forces annuelles à respecter au bureau

En Feng Shui des Étoiles Volantes, deux énergies annuelles particulièrement puissantes ont un impact direct sur l'espace de travail et la vitalité : les Trois Meurtriers (San Sha) et le Duc de Jupiter (Tai Sui).

Les Trois Meurtriers, ne jamais leur tourner le dos

En 2026, Année du Cheval de Feu, les Trois Meurtriers occupent le secteur Nord, couvrant les directions de 337,5° à 22,5°.

La règle absolue est la suivante : on ne tourne jamais le dos aux Trois Meurtriers. On peut leur faire face, on ne peut jamais leur tourner le dos. Au bureau, cela signifie concrètement : si ton bureau est orienté vers le sud, tu tournes le dos au nord, c'est une configuration à corriger en 2026. Il suffit de faire pivoter ton siège ou ton bureau pour ne plus avoir le nord dans le dos. Si ce n'est pas possible, le remède est de placer un miroir qui reflète ce qu'il y a derrière vous.

Perturber ce secteur, travaux, rénovations, bruit intense, peut entraîner des obstacles, des pertes financières et des accidents. Il ne faut donc pas non plus faire de travaux dans la partie nord de ton espace de vie ou de travail cette année.

Le Duc de Jupiter (Tai Sui) en 2026, secteur SUD

Le Duc de Jupiter en 2026 se situe dans la direction Sud 2, entre 172,5° et 187,5°. C'est la direction du Cheval, signe animal qui gouverne l'année 2026.

La règle du Duc de Jupiter est l'inverse exacte des Trois Meurtriers : on ne lui fait jamais face. On peut lui tourner le dos, c'est même favorable, car cela signifie qu'il nous soutient dans le dos. Faire face au sud à ton bureau en 2026, c'est affronter directement le Duc de Jupiter, une opposition qui peut générer des blocages professionnels, des conflits ou des obstacles inexplicables dans les projets.

La correction est simple : ne pas s'asseoir face au sud en 2026.

Le désordre qui disperse les projets

Un bureau encombré n'est pas qu'une question d'organisation personnelle. En Feng Shui, chaque document non traité, chaque objet sans place précise, chaque pile de 'à faire plus tard' est une intention en suspens, une charge mentale rendue visible et spatiale.

Le désordre visible mobilise une partie de ton attention et de ton énergie en permanence, même quand tu n'y prêtes pas attention consciemment. Ton cerveau scanne l'environnement en continu. Chaque objet hors de sa place est enregistré comme un signal non résolu. Sur un bureau encombré, c'est un fond de bruit mental constant qui ne s'éteint jamais complètement.

La correction ne passe pas par un grand rangement général, elle passe par la surface visible. Ce qui est sous tes yeux quand tu travailles est ce qui compte le plus. Les tiroirs, les étagères en arrière-plan, le fond du placard : ce n'est pas la priorité. La priorité est le plan de travail devant toi.

Un bureau avec un seul projet visible à la fois, des surfaces dégagées, et les outils du quotidien rangés mais accessibles crée une clarté spatiale qui se traduit directement en clarté mentale. Tes projets avancent mieux. Tes décisions sont plus fluides. Ta fatigue en fin de journée est moins écrasante.



À gauche, un bureau dans le salon. Très sobre, avec l'essentiel dessus, mais un gros caisson pour stocker les dossiers. À droite, une pièce qui sert de bureau, avec un bureau en L, plus facilement positionnable, et personnalisable.

Travailler chez soi, créer une frontière invisible

Le télétravail a brouillé quelque chose de fondamental : les frontières entre les espaces de vie et les espaces de travail. Et cette confusion spatiale est une confusion énergétique réelle. Quand tout se passe au même endroit, le cerveau ne sait plus jamais s'il est en mode travail ou en mode repos. Il reste dans un entre-deux épuisant.

La solution n'est pas de tout réorganiser ni d'avoir un bureau dédié (ce n'est pas toujours possible). C'est de créer des signaux clairs de début et de fin de travail, des rituels de transition que le corps et le cerveau apprennent à reconnaître.

Ces signaux peuvent être physiques et très simples : une lampe qu'on allume uniquement quand on travaille et qu'on éteint en fin de journée. Un objet symbolique, une pierre, un bol, qu'on pose sur le bureau le matin et qu'on range le soir. Une veste ou un gilet 'de travail' qu'on enlève à la fin de la journée. Un rituel de fin de session : fermer tous les onglets, noter les trois choses à faire demain, dire à voix haute 'c'est fini pour aujourd'hui'.

Ces gestes semblent symboliques. Ils le sont, et c'est précisément pour ça qu'ils fonctionnent. Le cerveau apprend à associer ces signaux à un état. La transition devient plus nette. Le repos devient plus profond. Et curieusement, le travail devient aussi plus efficace, parce qu'il est délimité.

♦ À retenir

Dos à la porte, ton système nerveux reste en légère vigilance toute la journée, une dépense énergétique silencieuse et constante. La position de commandement (voir la porte, mur derrière toi) libère cette énergie pour ta concentration. Un bureau encombré maintient un fond de bruit mental permanent. Et en 2026 : ne pas tourner le dos au Nord (Trois Meurtriers), ne pas faire face au Sud (Duc de Jupiter).

© Mini-exercice

Assieds-toi à ton bureau. Vois-tu la porte ? Sinon, place un petit miroir pour la voir en reflet. Puis crée un rituel de fin de journée cette semaine : une lampe qu'on éteint, un bureau qu'on couvre, une phrase qu'on dit. Applique-le chaque soir pendant 7 jours.

06 CHAPITRE 6

TON PLAN DOUX SUR 30 JOURS

Tu n'as pas besoin de tout faire en même temps. Ce plan est conçu pour être intégré progressivement, une correction par semaine, à ton rythme, sans pression.

L'objectif n'est pas la perfection. C'est de sentir la différence. Et cette différence, on la ressent souvent après une seule correction bien faite. La clé est de l'appliquer vraiment, même un seul geste concret, plutôt que de tout lire sans rien toucher

Semaine	Zone	Mini-exercice
Semaine 1	L'entrée	Ouvre ta porte en grand. Regarde ce qui te fait face, est-ce que ça t'élève ou t'alourdit ? Retire un objet. Pose quelque chose de vivant dans le coin diagonal opposé à la porte.
Semaine 1	Le coin favorable	Repère le coin diagonal face à ta porte d'entrée. Libère-le si encombré. Pose-y une plante, une lampe allumée, ou un objet qui te fait du bien.
Semaine 2	La chambre, orientation	Calcule ton chiffre Kua. Identifie ta direction Santé. Prends une boussole et vérifie vers où pointe ta tête de lit. Note l'ajustement possible.
Semaine 2	Sous le lit	Regarde sous ton lit. Retire au moins 3 objets, en priorité ceux qui appartiennent à d'autres personnes ou à une autre période de ta vie.
Semaine 2	Le bureau en chambre	Ce soir, couvre ton bureau avant de dormir, un tissu, une veste, n'importe quoi. Note si quelque chose change dans ton endormissement.
Semaine 3	Le salon	Marche dans ton salon les yeux mi-clos. Repère l'obstacle principal. Supprime-le ou déplace-le. Active le coin le plus sombre avec une lampe ou une plante.
Semaine 3	La cuisine	Vérifie si tes plaques et ton évier se font face. Si oui, pose un élément en bois entre les deux. Dégage un plan de travail complètement.

Semaine	Zone	Mini-exercice
Semaine 4	L'espace de travail	Vérifie ta position au bureau, vois-tu la porte ? As-tu un mur derrière toi ? Dégage ta surface avant de commencer chaque matin.
Semaine 4	Le rituel de fin	Crée un signal de fin de journée (lampe qu'on éteint, bureau qu'on couvre). Applique-le chaque soir cette semaine.
Semaine 4	Bilan	Note 3 changements que tu as remarqués depuis le début, dans ton énergie, ton sommeil, ton rapport à ta maison. Petits ou grands, tous comptent.

ET APRÈS

Ce que tu viens de faire est une première couche de Feng Shui : les corrections universelles, celles qui s'appliquent à toutes les maisons et à toutes les personnes, indépendamment du profil individuel de l'espace.

Il existe une couche plus profonde et plus précise : l'analyse des Étoiles Volantes. C'est une cartographie énergétique personnalisée de ta maison, calculée à partir de son orientation précise, de son année de construction, et de la période dans laquelle tu vis. Cette carte révèle quels secteurs de ta maison activent ta santé, tes projets, tes relations, ta vitalité, et lesquels les freinent.

Cette analyse ne peut pas se faire seule. Elle nécessite l'œil d'une praticienne formée à lire et interpréter les Étoiles Volantes dans le contexte spécifique de ton espace et de ta vie.

Mais les corrections de ce guide créent le terrain, elles préparent ta maison à recevoir une analyse plus fine.

Si tu sens que quelque chose résiste encore, que la fatigue persiste malgré ces ajustements, ou si tu veux simplement aller plus loin, une consultation personnalisée peut faire la différence entre un bien-être général et une transformation profonde.

Je suis là pour ça.

Inès LUMA