



Le **Guide ultime de l'Amour**

Par Ines LUMA - Experte en Fengshui

HARMONISER SON COUPLE AVEC LA
MÉTHODE FENGSHUI

FENG SHUI & Harmonie du Couple

Retrouver l'équilibre sans tout quitter

« L'harmonie de votre espace reflète l'harmonie de votre cœur. »

Guide pratique en 21 jours
*Pour les femmes qui veulent
transformer leur relation*

FENG SHUI & Harmonie du Couple

Retrouver l'équilibre sans tout quitter

« L'harmonie de votre espace reflète l'harmonie de votre cœur. »

Guide pratique en 21 jours
*Pour les femmes qui veulent
transformer leur relation*

Partie 1 — Intro

Vous n'êtes pas seule

Tu aimes ton mari.
Tu n'as pas envie de divorcer.
Et pourtant... tu es épuisée.

Tu as l'impression de tout porter : l'organisation, la charge mentale, les émotions, les enfants, parfois même les finances. Tu te surprends à penser :

« S'il pouvait juste *changer*... tout irait mieux. »

Mais il ne change pas. Ou pas assez vite. Alors tu alternes entre colère, tristesse, résignation, et tu te demandes :

« Est-ce que je dois vraiment vivre comme ça jusqu'à la fin ? »

Ce guide ne te dira pas de divorcer, ni de te sacrifier en silence.
Il te propose une troisième voie : **reprendre ton pouvoir en changeant l'énergie de ton espace et la dynamique de ton couple, sans quitter ton conjoint.**

Le Feng Shui : votre allié silencieux

Le Feng Shui est l'art d'harmoniser l'énergie de ton environnement pour soutenir ta vie : ta santé, ton couple, ta prospérité, ta joie.

Dans une relation de couple :

- Ta maison reflète ce que vous vivez.
- Les blocages dans l'espace montrent les blocages entre vous.
- En harmonisant l'extérieur, tu soutiens un changement intérieur – chez toi, et dans la dynamique du couple.

Le Feng Shui ne remplace ni la communication, ni la thérapie, ni un travail sur soi. Mais il agit comme un levier puissant pour :
alléger la tension,

- apaiser les conflits,
- recréer un espace pour l'amour et le respect.

À retenir

Tu ne peux pas changer ton mari de force.
Mais tu peux changer deux choses : ton énergie et l'énergie de ton espace. C'est de là que commence ce protocole.

⚠ Important

Si tu es dans une relation violente (physique, psychologique, financière, sexuelle), le Feng Shui ne suffit pas.
Ta priorité est ta sécurité. Dans ce cas, rapproche-toi d'un professionnel, d'une association ou d'un service d'aide adapté.

Ce guide vous propose un protocole concret de 21 jours, alliant sagesse du Feng Shui et compréhension des dynamiques de couple, pour redevenir actrice de votre vie amoureuse.

Partie 2 — Le Feng Shui appliqué au couple

Les 5 Éléments : miroir de votre relation

En Feng Shui, tout dans l'univers est composé de cinq éléments fondamentaux. Chacun porte une énergie spécifique qui trouve son écho dans la dynamique de votre couple :

Élément	Énergie	Dans le couple
Feu	Passion, chaleur	Désir, romance, intimité physique
Terre	Stabilité, ancrage	Sécurité émotionnelle, confiance mutuelle
Métal	Structure, clarté	Communication claire, limites saines
Eau	Fluidité, profondeur	Intimité émotionnelle, adaptabilité
Bois	Croissance, vitalité	Projets communs, évolution ensemble

Conseil pratique : Observez votre intérieur. Quel élément domine ? Lequel est absent ? Un déséquilibre dans votre espace peut révéler un déséquilibre dans votre relation.

Le secteur Sud-Ouest : le cœur de votre couple

Selon la Bagua — la carte énergétique du Feng Shui — le **secteur Sud-Ouest** gouverne l'amour, le mariage et les relations de couple. C'est ici que l'énergie de votre union prend racine.

Comment identifier ce secteur ?

- Placez-vous au centre de votre logement
- Utilisez une boussole pour repérer le Sud-Ouest (entre 202,5° et 247,5°)
- Identifiez quelle pièce ou partie de pièce correspond à ce secteur

Comment l'activer positivement ?

L'élément Terre gouverne le Sud-Ouest. Privilégiez :

- **Couleurs :** tons terreux (beige, ocre, terracotta), rose doux, pêche
- **Formes :** carrées, rectangulaires basses
- **Matériaux :** céramique, poterie, cristaux naturels
- **Symboles :** images de couples heureux, objets par paires, pivoines

Remède n°1 : Le duo Quartz rose & Lumière douce

Placez deux quartz roses (symbole d'amour inconditionnel) dans le secteur Sud-Ouest de votre chambre. Ajoutez une lampe à lumière chaude et tamisée que vous allumerez chaque soir pendant 30 minutes. Le quartz rose purifie les énergies émotionnelles tandis que la lumière douce nourrit l'élément Feu qui soutient la Terre.

Intention à poser : « Notre amour se renouvelle chaque jour dans la douceur. »

Remède n°2 : L'autel du couple

Créez un petit espace sacré dans le Sud-Ouest avec : une photo de vous deux à un moment heureux, deux bougies assorties, un petit vase avec des fleurs fraîches (pivoines ou roses de préférence). Renouvelez les fleurs chaque semaine pour maintenir l'énergie vivante.

Ce rituel ancre symboliquement votre engagement et rappelle à l'univers votre intention de cultiver votre union.

La carte astrale de votre logement : comprendre les influences invisibles.

Le système des Étoiles Volantes (*Xuan Kong Fei Xing*) est une branche avancée du Feng Shui qui analyse les influences énergétiques temporelles.

Certaines « étoiles » peuvent affecter négativement le secteur du couple.

L'étoile 2 : la maladie et les conflits

Quand l'étoile 2 (étoile de la maladie) se trouve dans le secteur Sud-Ouest, elle peut générer des tensions, de la fatigue relationnelle et des malentendus chroniques.

Pour la neutraliser:



Remède contre l'étoile 2

Placez un objet en métal lourd dans le secteur affecté : une Wulu (calebasse chinoise) en laiton est traditionnellement recommandée. Le Métal affaiblit l'énergie Terre négative de l'étoile 2.

Alternative : six pièces chinoises reliées par un fil rouge, ou un carillon métallique à 6 branches.

Important : Évitez le Feu (bougies, rouge vif) dans ce secteur tant que l'étoile 2 y réside, car le Feu nourrit la Terre et renforcerait l'énergie négative.

L'analyse des étoiles volantes nécessite une étude approfondie du plan de votre logement et de sa carte astrale.

Demandez votre consultation : hello@inesfengshui.com

Partie 3 — La dynamique du couple à 4 dimensions

Un couple épanoui n'est pas qu'une histoire d'amour. C'est une danse à quatre dimensions, où chaque partenaire joue tour à tour plusieurs rôles essentiels. Quand l'une de ces dimensions s'étiole, l'ensemble vacille. Le Feng Shui peut vous aider à rééquilibrer chacune d'elles.

1. L'Amant(e) — Raviver la flamme

Cette dimension englobe le désir, l'attraction physique, la sensualité partagée. Quand l'épuisement s'installe, c'est souvent la première à souffrir.

Actions Feng Shui:

- Introduisez des touches de rouge ou de rose dans la chambre (coussins, bougeoir)
- Retirez tout ce qui rappelle le travail ou les enfants de l'espace conjugal
- Retirer le miroir qui reflète directement le lit (évite les interférences énergétiques)
- Optez pour une literie en matières naturelles (soie, coton égyptien)

Exercice : Chaque soir cette semaine, allumez une bougie rouge/lampe douce pendant 10 minutes avant le coucher, sans écran, en respirant ensemble.

Puis, posez la main sur votre cœur et dites intérieurement :

« Je redeviens une femme à part entière, pas seulement une mère ou une épouse. »

2. Le/La Meilleur(e) Ami(e) — Cultiver la complicité

C'est le rire partagé, les conversations profondes, cette sensation que l'autre vous « comprend » vraiment.

Quand cette dimension manque :

- vous ne parlez plus vraiment,
- chaque conversation tourne autour des enfants, des problèmes, des tâches,
- tu ne te sens plus écoutée, ni comprise.

Actions Feng Shui:

- Créez un coin conversation chaleureux : deux fauteuils face à face, pas de télévision visible
- Ajoutez de l'élément Bois (plantes vertes, objets en bois) pour favoriser l'échange
- Évitez les meubles aux angles trop pointus qui créent des « flèches empoisonnées »
- Favorisez un éclairage modulable pour créer une ambiance intime

Exercice : Identifiez un espace dans votre maison qui pourrait devenir votre « nid de conversation ». Aménagez-le ensemble ce week-end. **Puis**, pendant une semaine, proposez un moment de 10 à 15 minutes dans ce coin, sans téléphone :

- pas pour régler des comptes,
- pas pour faire la liste des problèmes,
- juste pour parler de ta journée, de la sienne, de ce que vous aimez, de vos souvenirs ou projets.

3. Le/La Colocataire — Respecter les espaces

Vivre ensemble signifie aussi partager un territoire. Quand les frontières sont floues, les tensions s'accumulent.

Quand cette dimension est blessée :

- tu as l'impression de tout faire à la maison,
- tu te sens envahie, jamais tranquille,
- tu n'as plus de vrai espace « à toi ».

Actions Feng Shui:

- Définissez clairement les espaces personnels de chacun (même symboliquement)
- Séparer visuellement les zones de repos et de travail
- Désencombrez régulièrement : le désordre physique crée du désordre émotionnel

Exercice : Faites le tri ensemble d'une pièce cette semaine. Gardez ce qui vous élève, donnez ce qui ne vous sert plus.

4. Le/La Collaborateur(trice) — Œuvrer ensemble

Gérer un foyer, élever des enfants, construire des projets : le couple est aussi une équipe.

Quand cette dimension n'est pas équilibrée :

- tu portes la charge mentale seule,
- tu gères les papiers, les rendez-vous, l'organisation,
- tu lui en veux parce qu'il « ne voit rien ».

Actions Feng Shui:

- Créez un espace commun dédié à l'organisation familiale (tableau, planning visible)
- Placez-le dans un secteur bien éclairé, propice à l'élément Métal (clarté, structure)
- Évitez que cet espace soit dans la chambre (garde la chambre sacrée)

Exercice : Tenez une « réunion de couple » hebdomadaire de 20 minutes dans cet espace, pour coordonner la semaine à venir sans jugement. Si aucun de vous deux n'êtes d'accord sur la tâche, **déléguée-là**. N'hésitez pas à investir pour vous soulager et sauver votre couple (robot aspirateur, femme de ménage, sèche-linge, etc).

Partie 4 — Le Protocole des 21 Jours

Vingt-et-un jours : c'est le temps qu'il faut au cerveau pour ancrer une nouvelle habitude. Ce protocole vous guide pas à pas vers la transformation de votre espace — et de votre relation.

Semaine 1 : Purifier & Observer (Jours 1-7)

Étape 1. **Diagnostic (Jours 1-2)** — Identifiez le secteur Sud-Ouest de votre maison. Photographiez-le. Notez vos premières impressions : encombré ? Lumineux ? Quelle émotion vous inspire-t-il ?

Étape 2. **Grande purification (Jours 3-4)** — Désencombrez le secteur Sud-Ouest. Nettoyez en profondeur. Ouvrez les fenêtres pour renouveler l'énergie.

Étape 3. **Rituel de purification (Jours 5-7)** — Chaque matin, aérez le secteur 10 minutes. Faites brûler de la sauge ou du palo santo une fois pour purifier l'espace.

Semaine 2 : Activer & Harmoniser (Jours 8-14)

Étape 4. **Mise en place des remèdes (Jours 8-10)** — Installez le quartz rose et la lampe douce dans le Sud-Ouest. Créez votre autel du couple avec intention.

Étape 5. **Équilibrage des éléments (Jours 11-12)** — Parcourez chaque pièce et identifiez les déséquilibres. Ajoutez ou retirez des éléments selon les besoins.

Étape 6. **Aménagement des 4 dimensions (Jours 13-14)** — Travaillez sur un espace lié à chaque dimension du couple (chambre, coin conversation, espaces personnels, zone organisation).

Semaine 3 : Ancrer & Célébrer (Jours 15-21)

Étape 7. **Rituels quotidiens (Jours 15-20)** — Instaurez les micro-rituels quotidiens (voir encadré ci-dessous). Observez les changements dans vos interactions.

Étape 8. **Célébration (Jour 21)** — Prenez un moment ensemble pour reconnaître le chemin parcouru. Allumez vos bougies, posez une intention pour les 21 prochains jours.

★ Rituels quotidiens à intégrer

- ◆ **Matin** : Aérer le secteur Sud-Ouest pendant 5-10 minutes
- ◆ **Midi** : Prendre 3 respirations profondes en visualisant votre couple épanoui
- ◆ **Soir** : Allumer la lampe ou une bougie dans le Sud-Ouest pendant 20-30 minutes
- ◆ **Coucher** : Poser une intention positive pour votre relation avant de dormir

Partie 5 — Redevenir actrice de votre vie

Vous avez entre les mains un outil puissant. Non pas une baguette magique qui transformera instantanément votre relation, mais une clé : celle qui ouvre la porte d'une nouvelle conscience de votre espace et de son influence sur votre vie amoureuse.

Le Feng Shui nous enseigne que **l'harmonie extérieure crée l'harmonie intérieure**. Mais l'inverse est tout aussi vrai. En prenant soin de votre espace, vous prenez soin de vous. En créant de la beauté autour de vous, vous nourrissez votre estime de vous-même. En posant des intentions claires dans votre environnement, vous reprenez le pouvoir sur votre vie.

Vous n'avez pas besoin de changer votre mari pour transformer votre couple. Vous avez besoin de changer l'énergie dans laquelle vous vivez ensemble.

—

Si, en lisant ce guide, tu sens :

- que tu as besoin d'être soutenue pour aller plus loin,
- que tu aimerais une analyse plus précise de ton logement,
- ou un accompagnement pour sortir de l'épuisement...

alors sache que tu as le droit de **demander de l'aide**.

Tu n'es pas "trop exigeante".

Tu es une femme qui a compris qu'elle ne veut plus se perdre dans son couple. Et rien que ça, c'est déjà un immense premier pas.

 *L'harmonie est un jardin qui se cultive chaque jour.*
Commencez maintenant.

— Avec bienveillance —