

A bright, modern living room with large windows, a curved white sofa, and several indoor plants. The room is filled with natural light, creating a warm and inviting atmosphere. The sofa is adorned with several cushions, and there are various plants, including a large green plant in the foreground and a smaller one on the table. The overall aesthetic is clean and contemporary.

Un Foyer Vivant avec des plantes

**Quelle plante dans quelle pièce, et ce
qu'elle vous apporte.**

Par Ines LUMA - Experte Fenghui



hello@inesfengshui.com

@Inesfengshui



Un Foyer Vivant avec des plantes

Quelle plante dans quelle pièce, et ce qu'elle vous apporte.

Les plantes en Feng Shui ne sont pas de la décoration. Ce sont des activateurs d'énergie vivante — elles transforment l'énergie stagnante en énergie circulante, exactement là où tu en as besoin.

3 règles universelles avant tout :



✓ **FEUILLES LARGES ET RONDES** : énergie douce, diffuse, régénérante



✗ **FEUILLES POINTUES OU ÉPINEUSES** : flèches de Sha, tension inconsciente



✗ **PLANTE MOURANTE OU MALADE** : énergie déclinante — remplacer immédiatement

Une seule plante saine, bien placée, suffit à changer l'atmosphère d'une pièce.



hello@inesfengshui.com

@Inesfengshui



FICHE 1

L'entrée – la plante qui accueille l'énergie

L'entrée est la bouche du Chi. Si elle est vide ou sombre, l'énergie entre au ralenti – et tout ce qui circule dans ta maison suit.

Le besoin : Activer le Chi dès l'arrivée

Plantes recommandées :

POTHOS DORÉ (YANG) : Symbole d'abondance. Feuilles rondes, coin diagonal face à la porte.

LAURIER PALME (YANG) : Feuilles larges persistantes. Active le Chi même dans une entrée sombre.

BAMBOU (YANG) : Vitalité et résilience. Sur le côté, jamais dans l'axe direct de la porte.



OÙ PLACER : Coin diagonal face à la porte – le point d'accumulation du Chi favorable.

À NE JAMAIS METTRE ICI : Cactus, plantes sèches, plantes épineuses

Une entrée vivante = un Chi qui entre pleinement dans ta maison et dans ta vie.

FICHE 2

La chambre — les plantes qui respectent ton sommeil

La chambre est Yin. Les plantes Yang trop actives maintiennent ton cerveau en éveil — elles perturbent la récupération nocturne sans que tu le saches.

Le besoin : Plantes Yin, petites, discrètes

Plantes recommandées :

JASMINN ÉTOILÉ (YIN) : Symbole de paix. Énergie douce, parfum apaisant léger.

FOUGÈRE NID D'OISEAU (YIN) : Feuilles larges et douces. Énergie régénératrice. Sur une étagère.

LAVANDE (YIN/YANG) : Apaise le système nerveux. Favorise l'endormissement.



OÙ PLACER : Sur une étagère ou le rebord de fenêtre. Loin du lit, pas face à toi.

À NE JAMAIS METTRE ICI : Grandes plantes Yang, aquarium, plantes épineuses, fleurs sèches

Une chambre sans surcharge végétale Yang = un cerveau qui peut enfin s'éteindre.

FICHE 3

Le salon – les plantes qui font circuler l'énergie

Le salon accumule l'énergie stagnante dans ses coins. Une plante bien placée suffit à relancer tout le mouvement.

Le besoin : Activer les coins et fluidifier la circulation

Plantes recommandées :

POTHOS (YANG) : Feuilles rondes retombantes. Idéal dans un coin sombre pour l'activer.

PHILODENDRON : Grandes feuilles douces. Énergie vivante et équilibrée. Coin diagonal. (YANG)

HORTENSIA (YANG) : Symbole d'harmonie familiale. Sépare le coin salon du coin repas.



OÙ PLACER : Coin sombre ou peu fréquenté – et coin diagonal face à l'entrée du salon.

À NE JAMAIS METTRE ICI : Cactus, plantes épineuses face aux sièges, fleurs sèches

Un salon où le Chi circule librement = une pièce qui ressourçe vraiment, pas qui pèse.



FICHE 4

La cuisine – les plantes qui nourrissent l'abondance

La cuisine est l'estomac de la maison. Les plantes Yang et aromatiques activent l'énergie nourricière et l'abondance du foyer.

Le besoin : Herbes aromatiques Yang

Plantes recommandées :



BASILIC (YANG) : Symbole de prospérité. Énergie Yang active et purifiante.

MENTHE (YANG) : Vivace et généreuse. Active l'énergie d'abondance.

ROMARIN (YANG) : Symbole de force et de clarté. Près de la fenêtre.

OÙ PLACER : Rebord de fenêtre ensoleillé ou plan de travail dégagé.

À NE JAMAIS METTRE ICI : Photos de famille, plantes mourantes, plantes épineuses

Cuisiner entourée d'énergie vivante change la qualité de l'aliment préparé – et de l'énergie absorbée.

FICHE 5

Le bureau – les plantes qui ancrent la concentration

Le bureau est Yang et intense. La plante y joue un rôle d'ancrage et de régulation – elle évite la sur-activation mentale.

Le besoin : Ancrage et clarté mentale

Plantes recommandées :

GINKGO BILOBA (YIN/YANG) : Symbole de sagesse et de clarté. En bonsaï sur le bureau, côté gauche.

POTHOS (YANG DOUX) : Symbole de croissance des projets. Secteur SE du bureau.

FICUS AUDREY (YANG ÉQUILIBRÉ) : Symbole de stabilité et d'étude. Coin arrière-gauche du bureau.



OÙ PLACER : Côté gauche ou arrière du bureau – jamais entre toi et l'écran.

À NE JAMAIS METTRE ICI : Grandes plantes envahissantes, cactus dirigés vers toi

Un bureau avec une plante vivante = moins de bruit mental, plus d'ancrage dans le moment présent.

FICHE 6

La chambre

Une chambre trop Yang — bureau visible, grandes plantes actives, miroir qui reflète le lit — maintient ton cerveau en état de veille pendant la nuit.

Le besoin : Récupération nocturne

Plantes recommandées :

FOUGÈRE NID D'OISEAU : Énergie Yin douce et régénératrice. Sur une étagère, loin du lit.

LAVANDE : Signal chimique et énergétique d'apaisement. Petite, sur la table de nuit.



OÙ PLACER : Chambre — sur une étagère ou la table de nuit, loin du lit.

À NE JAMAIS METTRE ICI : Grandes plantes Yang, fleurs sèches, cactus

Note la qualité de ton sommeil les deux prochaines nuits après ce changement.

FICHE 7

Je n'arrive pas à décompresser

Un coin diagonal encombré, un salon sans vie végétale, des coins sombres non activés — l'énergie stagne et la tension reste même quand tu t'assois.

Le besoin : Lâcher-prise dans le salon

Plantes recommandées :

POTHOS : Coin diagonal face à l'entrée. Feuilles retombantes et rondes.

**PHILODEN
DRON** : Dans le coin le plus sombre du salon pour le réactiver.



GESTE IMMÉDIAT : Identifie le coin le plus sombre de ton salon.

OÙ PLACER : Salon — coin diagonal et coins sombres.

À NE JAMAIS METTRE ICI : Cactus, plantes épineuses face aux sièges, fleurs sèches

Place-y une plante à feuilles larges dès aujourd'hui et observe l'atmosphère.



FICHE 8



Mes projets n'avancent pas

Un bureau sans vie végétale, sans ancrage, avec trop d'énergie mentale non stabilisée — les projets commencent mais ne se terminent pas.

Le besoin : Ancrage et progression

Plantes recommandées :

GINKGO BILOBA : Symbole de sagesse et de décision. En bonsaï sur le bureau, côté gauche.

BAMBOU : Symbole de progression rapide. Secteur SE du bureau ou de la pièce.



GESTE IMMÉDIAT : Place un pothos ou un bambou dans le coin SE de ton espace de travail.

OÙ PLACER : Bureau — côté gauche ou secteur SE de la pièce.

À NE JAMAIS METTRE ICI : Grandes plantes envahissantes, cactus dirigés vers toi

Observe si quelque chose se débloque dans les 2 semaines qui suivent.



FICHE 9

Je me sens tendue à la maison

Des plantes épineuses dans le salon, des fleurs sèches, une entrée sans vie — l'énergie accroche partout et crée une tension de fond diffuse.

Le besoin : Apaisement de l'atmosphère générale

Plantes recommandées :

CHRYSANTHÈME (YANG) : Symbole de joie et de résolution. Dans l'entrée ou le salon.

LAVANDE : Symbole d'apaisement. Dans la chambre ou le couloir.

HORTENSIA (YANG) : Symbole d'harmonie familiale et de réussite douce. Dans le salon.



OÙ PLACER : Entrée, salon, couloir — partout où tu passes le plus souvent.

À NE JAMAIS METTRE ICI : Cactus et plantes épineuses dans la pièce principale

Retire dès aujourd'hui tous les cactus et plantes épineuses de ta pièce principale.

FICHE 10

Quelle plante pour quel besoin

Retrouve ici en un coup d'œil la plante qui correspond à ton besoin du moment, la pièce où la placer, et le geste à faire aujourd'hui.

Le besoin : Tableau récapitulatif

Plantes recommandées :

- FATIGUE AU RÉVEIL** : Fougère nid d'oiseau — Chambre — Étagère loin du lit
- MANQUE DE SOMMEIL** : Lavande — Chambre — Table de nuit
- DIFFICILE À DÉCOMPRIMER** : Pothos — Salon — Coin diagonal face à l'entrée
- OÙ PLACER** : Entrée sans énergie — Pothos — Coin diagonal, Énergie qui entre pleinement



Ces plantes sont les fondations.

Pour aller plus loin, une consultation Étoiles Volantes révèle les secteurs précis à activer selon ton profil.



hello@inesfengshui.com

@Inesfengshui



Mention légale & cadre de la pratique

Ce guide présente une pratique traditionnelle d'aménagement de l'habitat, le Feng Shui. 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.

