

Feng Shui

Le grand coup de balai !

Printanier

En Feng Shui, comme dans un grand nombre de cultures et de traditions, le printemps est la période du renouvellement, le moment idéal pour remplacer le vieux par le neuf et poser un regard nouveau sur son environnement. C'est pour cela que cette saison est associée aux "grands nettoyages de printemps", pour célébrer le retour des beaux jours et faire place au soleil dans notre maison et en nous-même. C'est donc le meilleur moment de se débarrasser d'un problème qui touche chacun de nous et dont le Feng Shui se préoccupe beaucoup : le fouillis !

Créer un espace sacré

Voilà un vaste sujet, une véritable boîte de Pandore ! L'accumulation d'objets dans notre espace vital est l'un des obstacles majeurs au mouvement harmonieux du Qi (énergie). Il est bon de réfléchir à cette citation de Karen Kingston, la spécialiste indéniable de ce problème : "Si vous vous débarrassez de tout ce qui est inutile, il ne vous restera qu'un espace sacré... Si vous vivez entouré de fouillis, c'est comme traîner derrière vous, partout où vous allez, un boulet au bout d'une chaîne. Ce n'est pas étonnant que vous soyez si fatigué !".

Se débarrasser des objets inutiles

Le fouillis, ce n'est pas : "Tout ce que l'on aime vraiment, qui est utile et qui est à sa place". Le fouillis, c'est : "Tout ce dont on ne se sert pas aujourd'hui, et dont on ne s'est pas servi depuis un certain temps ; c'est ce qui n'est pas à sa place, les choses qui ne sont pas finies ou qui attendent depuis trop longtemps d'être réparées ; tout ce que l'on garde au cas où...". Et ce n'est pas tout ! Le fouillis, c'est aussi ces cadeaux que l'on n'aime pas mais que l'on garde par devoir ou par politesse, ces vêtements qui ne quittent pas l'armoire où on les cache, tous ces objets inutiles qui encombreront les placards et les tiroirs, même si on ne les voit pas !

Surmonter ses barrières psychologiques

Facile à dire, me répondez-vous, mais il est bien difficile de se défaire de ce qu'on a accumulé. C'est vrai, parce que le fouillis est le symptôme d'un malaise psychologique, l'arme qu'on croit capable de protéger contre l'insécurité envers l'avenir. Si l'on ne peut pas se débarrasser d'objets dont on ne veut plus, c'est que l'on ne fait pas confiance à l'Univers, que l'on a peur de la pénurie. On projette ainsi dans l'avenir une situation de manque et de besoin, une



vulnérabilité que l'on essaye de protéger par l'accumulation d'objets de toute sorte. Alors que faire ?

Les p'tits trucs à faire

D'abord, s'avouer que l'on a un problème. Faites le tour de votre maison et jetez à chaque endroit un coup d'œil honnête. Prenez le temps de vous poser ces questions : "Cet objet, est-ce que je l'aime vraiment ? Est-ce que j'en ai besoin ? quel effet a-t-il sur mon énergie ? Si la réponse est négative, il est temps de vous en défaire. C'est un processus ardu, qui parfois entraîne des réactions émotionnelles puissantes. N'oubliez pas que tout a un côté positif, ce que vous rejetez profitera sans doute à quelqu'un d'autre : on peut donner, vendre ou recycler, transformant ainsi une énergie négative en énergie positive ! Le soulagement éprouvé après s'être débarrassé de fouillis vaut largement l'effort, croyez-moi ! Votre nouvel espace, libre de tout encombrement, ce boulet que vous traîniez, vous permettra de mieux respirer et grandir. L'Univers généreux le remplira de nouvelles opportunités, et le vieux aura ainsi fait place au neuf.

Joyeux renouveau à tous !

— Frédérique Cooke

CONSULTATIONS FENG SHUI

Si vous aussi souhaitez profiter des consultations, contactez-nous en nous communiquant votre date de naissance pour faciliter l'interprétation.

Pour en savoir plus, consulter le carnet d'adresses P. 60.