



Avant-propos

5

## › INTRODUCTION

**Habitat et harmonie**

7

**Qu'est-ce que le Feng Shui ?**

8

Un savoir très ancien

9

Un succès mondial

11

Comment l'habitat influe-t-il  
sur le bien-être ?

12

Que voulez-vous changer ?

13

*Test : Comment allez-vous ?*

14

## › THÉORIE

**Sagesse et outils  
du Feng Shui**

21

**Le « Chi » ou énergie vitale**

22

L'énergie doit circuler

23

*Les questions les plus fréquentes*

24

Le mauvais Chi ou Shar Chi

26

Tout est lié

27

Le Yin et le Yang ou la vie en équilibre

30

Les cinq phases de transformation

32

L'important est de suivre son intuition

40

**Les neuf domaines du Pa Kua**

42

Les neuf secteurs du Pa Kua

46

*Les questions les plus fréquentes*

52

**La maison idéale à l'endroit idéal**

56

Le jardin

61

*Info : Les plantes, sources de Chi*

62

Du mauvais Chi autour de chez vous ?

63

**La base de la « vie intérieure »**

64

## › PRATIQUE

**Les accessoires  
qui renforcent le Chi**

71

**Les accessoires porteurs  
d'équilibre**

72

**Maison et jardin  
point par point**

87

**De l'extérieur à l'intérieur**

88

Les bases d'un jardin harmonieux

88

*Les questions les plus fréquentes*

89



Inviter les bons esprits 92

Renforcer les secteurs absents  
du Pa Kua 92

Bienvenue! 94

**Une maison où l'on se sent bien 98**

La chambre à coucher,  
un lieu de repos 98

La cuisine, un espace qui « nourrit » 102

Le coin repas, un endroit interdit  
au stress 105

La chambre d'enfant, un espace  
de liberté 106

Le salon, un point de rencontre 109

Le bureau, un espace de créativité 112

Une pièce réservée aux invités ? 114

Une pièce à soi 115

Les sanitaires, des pièces à problème 116

Les escaliers, conducteurs de Chi 117

Les débarras, des zones  
d'encombrement 118

La cave, « royaume des ombres » 118

*Les questions les plus fréquentes* 119

## › ANNEXES

Index 122

**L'essentiel en un clin d'œil 126**