

new Witch

TRIMESTRIEL
PRINTEMPS
2021

#4

NOUVEAU

Réveillez la sorcière qui est en vous

☺☺☺
Bain de forêt
Quand les arbres
nous soignent
☺☺☺

Hommes-femmes
La fin des clivages

☺☺☺
Les pouvoirs cachés
de nos cheveux
☺☺☺

☺☺☺
TANTRA
Le 7^e ciel
spirituel
☺☺☺

Yoga
KUNDALINI
Puissance et énergie

L 13357 - 4 - F: 6,45 € - RD



BurdaBleu

DÉCO ✎

Mettez de la magie
dans votre intérieur



Home sweat home. Reflet de notre personnalité et de notre moi profond, notre intérieur révèle tout sur nous, nos forces et nos failles. **Caroline Watelet**, décoratrice holistique, lit dans une habitation comme d'autres liraient dans un jeu de tarot ou dans les lignes de la main. « Une maison nous parle de ceux qui y vivent et peut révéler les sources de stress, les peurs, les dysfonctionnements », explique la jeune femme, qui parle même de thérapie par la déco. Car, au-delà de l'effet immédiat qu'un intérieur nous procure, son aménagement peut avoir des vertus fantastiques. Choix des couleurs, des matériaux et orientation des meubles peuvent régir les ondes qui y circulent, influencer sur nos comportements, voire transcender nos actions. « Par le réaménagement, la décoration, l'observation du logement ou du bureau, je donne la possibilité de faire bouger des choses, d'évoluer », raconte **Caroline**, qui accompagne les personnes la sollicitant vers un véritable travail d'introspection et les pousse ainsi à savoir qui elles souhaitent devenir. La jeune femme nous livre ses secrets pour un cocon parfait, pièce par pièce.

QUELQUES
AMÉNAGEMENTS
SUFFISENT
POUR QU'UNE MAISON
RESPIRE LE BONHEUR...
ABRACADABRA !

Texte **Lise Lafaurie**



Une chambre zen pour des nuits envoûtantes

La chambre est notre lieu de lâcher-prise et de ressourcement. Nous y passons en moyenne un tiers de notre vie, que nous consacrons au repos. Le sommeil se doit d'y être réparateur afin que nous puissions vivre pleinement le reste de la journée. L'énergie qui y règne est résolument yin.

Tout ce qui n'invite pas au relâchement est à éloigner de la chambre à coucher. « On évitera d'y installer un bureau, une salle de jeux pour enfants ou encore un vélo d'appartement », détaille **Caroline**. De même, on s'abstiendra de poser des miroirs, vecteurs d'énergie yang, sur les portes ou face au lit. Celui-ci est le point d'orgue de la pièce, son choix et son emplacement ne seront donc pas laissés au hasard. « L'orientation du lit doit nous permettre de voir la porte et les fenêtres quand on y est allongé, afin de s'y sentir en sécurité », insiste la décoratrice.

•• Une maison nous parle de ceux qui y vivent et peut révéler les sources de stress, les peurs, les dysfonctionnements ••

On évitera en revanche de le positionner dans leurs axes, pour ne pas l'exposer à la circulation du chi (voir encadré), ce qui pourrait perturber la relaxation.

De la même façon, poutres ou plafond en pente sont considérés en feng shui comme des flèches empoisonnées, sous lesquelles il est déconseillé de dormir, au risque d'altérer le sommeil. Le lit doit être adossé au mur, avec une solide tête de lit symbolisant la protection. On évitera de fixer, juste au-dessus, étagères ou grands tableaux, qui pourraient nous menacer inconsciemment. Côté matériaux, l'idéal est un cadre en bois, naturel et isolant, plutôt qu'en métal – conducteur de pollution électromagnétique. Enfin, l'éclairage doit être doux, propice à l'endormissement, et les tons pastel pour respecter le yin.

Un salon chaleureux pour une douce alchimie

Le salon est la pièce centrale. À la fois lieu de vie, de retrouvailles et d'échanges, il doit être accueillant et chaleureux. Le yin et le yang y alternent de façon équilibrée, selon les activités qui s'y déroulent et les moments de la journée. Les meubles phares sont le canapé et les fauteuils. Ils doivent inviter les personnes qui pénètrent dans la pièce à s'y installer, et former un arc de cercle pour favoriser l'échange. « Ici, le confort l'emporte sur la déco », précise Caroline,



pour qui l'énergie créée dans le salon se diffuse ensuite dans le reste de la maison. On préférera par exemple un bon Chesterfield moelleux et enveloppant à un fauteuil design

LE CHI EXPLIQUÉ Dans la philosophie taoïste, le chi – ou qi – est un principe fondamental qui anime l'Univers et la vie. Plus simplement, le chi représente l'énergie vitale qui circule et pénètre partout. Dans une maison, il est nourri par l'atmosphère qui y règne, les éléments qui s'y trouvent, les matériaux et couleurs utilisés. Il ne doit pas être bridé par un mauvais agencement des meubles ou stagner à cause d'un désordre important, d'un surplus d'humidité ou d'une accumulation de petits objets. « Le chi traverse notre corps, nos pensées et nos émotions, il est donc primordial de veiller à ce qu'il soit sain et qu'il circule librement », explique Caroline.



Selon la philosophie chinoise, le yin et le yang sont deux principes opposés et complémentaires qui forgent tout ce qui existe dans l'Univers.

Le yin : énergie de la nuit, féminine, aide à la détente et à la relaxation.

Le yang : énergie du jour, masculine, représente l'action, le dynamisme, la rapidité.

à l'assise dure et sans accoudoirs. Les photos et tableaux exposés aux murs seront autant que possible joyeux et apaisants - tels que des portraits de famille ou des paysages de nature - car ils renverront ces messages à notre inconscient. Les plantes vertes sont les bienvenues, de préférence celles aux feuilles arrondies et souples, qui pourront être placées judicieusement dans les coins ou les angles de la pièce pour les adoucir. On évitera en revanche les cactus et les yuccas aux feuilles pointues et coupantes, desquelles émanent une énergie agressive. Enfin, le salon doit ressourcer en énergie, le chi doit pouvoir y circuler librement, sans se heurter à des obstacles : on limite donc le nombre de meubles et l'accumulation de bibelots.

Une salle de bains apaisante pour une pure détente

Lieu de purification, de soins et de relaxation, la salle de bains est une pièce à choyer particulièrement. Naturellement yin, elle est chargée en humidité, ce qui rend son énergie lourde et stagnante. Le chi doit être redynamisé pour que l'atmosphère y soit saine et que l'énergie y circule aisément. Pour cela, un système de ventilation efficace est souhaitable, auquel peuvent être ajoutées des plantes telles que le bambou ou le philodendron, qui ont tendance à absorber l'humidité ambiante. Une attention particulière sera portée à la plomberie et à la robinetterie : toute fuite ou tout écoulement d'eau - susceptibles d'alourdir l'énergie circulante - devront être traqués et réparés. « L'eau étant l'élément dominant





LES 5 ÉLÉMENTS CHEZ SOI
Le bois, le métal, l'eau, le feu et la terre représentent les cinq éléments fondamentaux qui interagissent sur Terre dans un cycle perpétuel. Dans un logement comme dans la nature, ils doivent être équilibrés pour coopérer harmonieusement.

LE BOIS

Les plantes, le mobilier en bois, le lin, le coton, le coco.

Couleurs : beige, marron, vert.

LE MÉTAL

Les objets et le mobilier en métal, les formes circulaires ou sphériques.

Couleurs : argent, doré, gris.

L'EAU

Les objets contenant de l'eau ou des matériaux fluides.

Couleurs : bleu, noir.

LE FEU

Les objets triangulaires ou pointus, les étoiles, bougies et sources lumineuses.

Couleurs : jaune, orange, pourpre, rose, rouge.

LA TERRE

Les cristaux, les objets en porcelaine ou en terre cuite, les formes carrées.

Couleurs : beige, marron, ocre, taupe.

de la salle de bains, il est essentiel de rééquilibrer le lieu en privilégiant le bois, pour la vitalité, et la terre, pour l'ancrage », expose Caroline. On optera donc pour des meubles en bois, des éléments en terre cuite, des objets et des linges de couleur beige, ocre ou taupe. Sur le sol et les murs, on privilégiera le blanc, qui évoque la propreté, mais on évitera le bleu et le noir – couleurs d'eau – qui renforceraient la stagnation énergétique. Enfin, un grand miroir est opportun, non déformant pour refléter la meilleure image de nous-mêmes. On veillera en revanche à ne pas en placer deux face à face, pour ne pas créer un puis énergétique.

Un bureau épuré pour être plus efficace

On y cherche l'inspiration et la concentration afin de travailler sérieusement dans une atmosphère studieuse et agréable. « L'idéal est que le bureau soit placé dans une pièce dédiée. Si ce n'est pas possible, on peut le séparer du reste de l'espace par un paravent », conseille la décoratrice. La position qu'occupe le meuble est fondamentale : placé face à un mur et dos à la porte d'entrée – comme nous avons souvent tendance à le faire spontanément –, il risque de créer un sentiment d'insécurité et de brider l'imagination et la réflexion. On l'installera donc plutôt face à la porte – de façon à voir les personnes qui entrent – avec vue sur une fenêtre pour laisser libre cours à nos pensées. Le mobilier sera de préférence léger, fluide et sobre, aux formes arrondies. Les dossiers, documents et autres livres seront quant à eux rangés dans une armoire fermée. Un bureau ordonné et épuré est essentiel pour avoir les idées claires. Enfin, à l'air du 2.0, qui dit bureau dit aussi ordinateur, imprimante, réseau wifi





et autres appareils informatiques chargés en pollutions électromagnétiques. Pour s'en protéger au mieux, on agrémente la pièce de plantes dépolluantes, telles que le bambou, qui recycle les énergies négatives, ou le cactus cierge, qui atténue les effets du wifi. Côté cristaux, la shungite agit comme un bouclier contre les nuisances environnementales et protège des ondes électromagnétiques. ✨

CARNET D'ADRESSES

7Flammes

7flammes.fr

A

Absolution

absolution-cosmetics.com

Atelier Nubio

ateliernubio.fr

Atelier Sabot

Sur smallable.com

C

Caroline Bénézet

carolinebenezet.com

Caroline Watelet

carolinewatelet.com

Centre Élément

lecentre-element.com

Circé Deslandes

circedeslandes.com

Chloé Bloom

Podcast : podcast.chloebloom.com/episodes/faut-il-socceper-ou-changer-son-corps

Cléopâtre

Sur colles-cleopatre.com

Cosmic Dealer

getcosmicdealer.com

E

Élise Tsikis

13, rue du Dragon, 75006 Paris, elisetsikis.com

F

Flos & Luna

flosatluna.fr

Flower School

peonies-studio.com

K

Kalya Jot

Cours en ligne sur girls-do-yoga.com

Katia Sanchez

katiasanchez.com

L

Lebon

lebonandlebon.com

Les Allumettes

les-allumettes.com

Lili Barbery

Lilibarbery.com

Liv & Dom

livanddom.com

M

Ma thérapie

matherapie.com

Maison Fey

maisonfey.com

Maison Paloma

maisonpaloma.com

Mercadier

mercadier.fr

N - O

Nature & Découvertes

natureetdecouvertes.com

Oh la vache !

ohlavache.org

S

Seem Soap

seemsoap.fr

Strawberry

strawberry-underwear.com

Y

Yoga Connect

myyogaconnect.com