

NOS LIEUX SONT VIVANTS

Clés pratiques pour vivre en harmonie avec son chez-soi



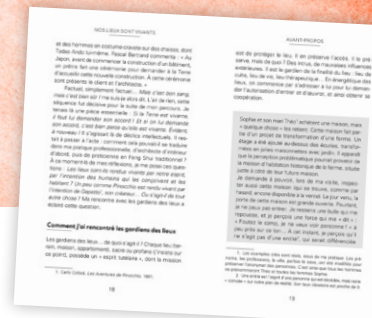
Prix : 19,95€ TTC France

Faites de votre maison une alliée...

Trouver des ressources dans son « chez soi », créer son espace pour s'y sentir bien, y puiser l'inspiration pour avancer sur son chemin de vie... Voilà quelques thèmes abordés dans ce livre, bien au-delà de la « déco », du Feng Shui ou du bien-être. Il s'agit de revenir aux fondamentaux de l'art d'Habiter pleinement chez soi. Dans cet ouvrage pratique, Isabelle Sengel, architecte d'intérieur et praticienne en Feng Shui et BaZi, vous invite à porter un regard neuf sur votre lieu de vie et à transformer votre relation avec votre habitat. Vous y apprendrez à vivre en osmose avec vos lieux, pour libérer pleinement leur potentiel... et le vôtre !

Découvrez comment dialoguer avec le gardien des lieux à travers les nombreuses clés et fiches pratiques. Apprenez à accueillir et dynamiser les énergies chez vous.

Auteure : Isabelle Sengel
Parution : 05/03/2025



Biographie de l'auteure **ISABELLE SENDEL**

Isabelle Sengel est diplômée d'une grande école de commerce (EM Lyon), et titulaire d'un DEA de Gestion socio-économique (Université Lyon 2). Elle commence sa carrière comme chercheuse en management, dans un institut spécialisé dans l'optimisation des coûts cachés des dysfonctionnements des organisations. Elle œuvre ensuite pendant 11 ans comme consultante chef de projet en organisation, management et accompagnement du changement. Naturellement et viscéralement sensible à l'impact des lieux, et ce dès l'enfance, elle reprend des études d'architecture intérieure (sur 5 ans) puis est reconnue compétente par le Conseil Français des Architectes d'Intérieur. Elle se forme ensuite au Feng Shui Traditionnel et aux BaZi, auprès d'une enseignante renommée. Elle se forme également à des aspects connexes, autour du bien-être et de la santé dans l'habitat : géobiologie, conception bioclimatique, qualité de l'air intérieur, pollution électromagnétique... Autour de la pensée chinoise, elle apprend et pratique le Yi Jing, le Tai Chi Chuan et le Qi Gong. Elle a également appris les Tracés Régulateurs (géométrie sacrée) auprès de Raymond Montery. Elle nourrit ses réflexions par des échanges féconds avec Audrey Chapot, anthropologue et tradipraticienne, Elle exerce au sein de sa propre structure, créée en 2008. Elle transmet depuis 15 ans le Feng Shui Traditionnel et les BaZi.

Blog : www.isabelle-sengel.com/blog/

@isabellesengel @isabelle.sengel.16 @Isabelle SENDEL @isabelle.sengel

Attachée de presse freelance
Martine Seigneur

Contact / Mail
T.06 60 51 61 72 • martine@seigneur.org

Nous suivre
sur Instagram

@lelotusetlephant
www.lelotusetlephant.com

Avant-propos

D'architecte d'intérieur à architecte de notre intériorité

Mon père¹ était professeur de géographie humaine (qui s'appelait alors « géographie urbaine »), amoureux de montagne, il a le premier aiguisé mon regard sur la Terre et sur ses liens avec l'humain. J'ai eu un parcours de bonne élève : classe prépa, grande école de management, DEA de gestion socio-économique, débouchant sur un poste de consultante en organisation et conduite du changement.

Puis le naturel est revenu au galop et a fait « dérailler » ce parcours, pour mieux me réaligner : je suis devenue architecte d'intérieur et praticienne dans les arts chinois en lien avec l'Espace (le Feng Shui traditionnel chinois et autres techniques) et le Temps (les BaZi ou « Quatre piliers de la destinée »).

Les lieux sont vivants, voilà une certitude qui me porte depuis ma plus tendre enfance ! Petite fille, j'habitais

1. Pierre Bruyelle, 1930-2002 – <https://www.persee.fr/authority/396184>

NOS LIEUX SONT VIVANTS

dans un lotissement en construction, dans le Nord de la France. Des maisons neuves, toutes identiques, remplaçaient de vieilles « bicoques » (probablement insalubres !) démolies au fur et à mesure. Je m'échappais volontiers et j'allais jouer dans ces chantiers lorsqu'ils étaient désertés. Les maisons neuves m'intéressaient bien moins que ces vieilles maisons en démolition, j'y glanais des petits carreaux de mosaïque qui étaient autant de trésors à mes yeux. Les maisons neuves n'avaient rien à raconter, alors que les vieilles maisons... Je discutais avec elles, et les écoutais me raconter leur histoire. *Tu te rends compte ? Je les ai abrités, épaulés, soutenus, et regarde quel sort ils me réservent ! Quelle injustice, quelle ingratitude !* Voilà ce qu'elles me disaient, en substance. Et puis, en grandissant, je suis devenue « raisonnable ». Pourtant, mes songes étaient peuplés de maisons. Les maisons de mes grands-parents. Les maisons de mon enfance.

Il est des lieux qui nous marquent plus que d'autres. Ils peuplent notre mémoire, nos souvenirs, nos rêves donc. Il est des lieux que l'on retrouve, des années après les avoir quittés, comme une vieille et chère amie : avec joie et gratitude. J'ai aussi été frappée par l'histoire de ma marraine Luce. Avec Jules, mon grand-oncle charismatique, elle vécut une belle histoire d'amour. Elle vivait dans un appartement qu'ils louaient à Paris, et dans lequel elle était restée après le décès de Jules. Un jour, le propriétaire voulut récupérer l'appartement et résilia le bail. Luce dut déménager. Ce fut un crève-cœur pour elle de quitter ce lieu où s'antraient tant de bons souvenirs. Un cancer se développa chez elle dans les mois qui suivirent. Je reste persuadée que c'est le choc émotionnel, l'arrachement, qui déclencha cette maladie.

AVANT-PROPOS

À ce stade, cela ne prouve pas que « les lieux sont vivants ». Cela dit plutôt à quel point le lien entre le lieu et son habitant est puissant, charnel, émotionnel, bien au-delà d'un simple rapport fonctionnel. Des années plus tard, probablement en lien avec cette prise de conscience, je commençais des études d'architecture intérieure. Hélas, la psychologie ou l'énergétique des lieux ne faisaient pas partie du programme, et c'est bien dommage. Deux déclics se produisirent cependant au cours de ces années.

Que veut être le bâtiment ?

Mon *premier déclic* fut provoqué par la lecture de conférences de Louis I. Kahn¹. Selon son approche du projet d'architecture, il se posait la question : « Que veut être le bâtiment ? ». Cette phrase-là fut comme la clé qui me rebranchait à ma certitude d'enfant : *oui, les lieux sentent, veulent exister, ils aspirent à certaines choses et rechignent à d'autres. Et s'ils veulent tout cela, c'est bien parce qu'ils sont vivants. Évident !*

Mon *second déclic* eut lieu lors d'un cours, le directeur de l'école, Pascal Bertrand, nous montra une photo prise par lui lors d'une année qu'il avait passée au Japon, auprès de Tadao Ando² : on y voyait un prêtre shintoïste, et des hommes en costume-cravate sur des chaises, dont

1. Louis Isadore Kahn (1901-1974), architecte américain d'origine estonienne, considéré comme l'un des plus grands architectes du xx^e siècle. Voir le recueil *Silence et lumière*, Éditions du Linteau, 1996.

2. Tadao Ando (né en 1941 à Osaka) est un des architectes contemporains les plus célèbres. Pascal Bertrand a en particulier tiré

NOS LIEUX SONT VIVANTS

Tadao Ando lui-même. Pascal Bertrand commenta : « Au Japon, avant de commencer la construction d'un bâtiment, un prêtre fait une cérémonie pour demander à la Terre d'accueillir cette nouvelle construction. À cette cérémonie sont présents le client et l'architecte. »

Factuel, simplement factuel... *Mais c'est bon sang, mais c'est bien sûr !* me suis-je alors dit. L'air de rien, cette séquence fut décisive pour la suite de mon parcours. Je tenais là une pièce essentielle : *si la Terre est vivante, il faut lui demander son accord ! Et si on lui demande son accord, c'est bien parce qu'elle est vivante. Évident, à nouveau !* Il s'agissait là de déclics intellectuels. Il restait à passer à l'acte : comment cela pouvait-il se traduire dans ma pratique professionnelle, d'architecte d'intérieur d'abord, puis de praticienne en Feng Shui traditionnel ? À ce moment de mes réflexions, je me posai ces questions : *Les lieux sont-ils rendus vivants par notre esprit, par l'intention des humains qui les conçoivent et les habitent ? Un peu comme Pinocchio est rendu vivant par l'intention de Gepetto¹, son créateur... Ou s'agit-il de tout autre chose ?* Ma rencontre avec les gardiens des lieux a éclairé cette question.

Comment j'ai rencontré les gardiens des lieux

Les gardiens des lieux... de quoi s'agit-il ? Chaque lieu (terrain, maison, appartement), sacré ou profane (j'insiste sur ce point), possède un « esprit tutélaire », dont la mission

de son expérience un livre : *Tadao Ando et la maison Koshino*, Éditions Mardaga, 1990.

1. Carlo Collodi, *Les Aventures de Pinocchio*, 1881.

AVANT-PROPOS

est de protéger le lieu. Il en préserve l'accès. Il le préserve, mais de quoi ? Des intrus, de mauvaises influences extérieures. Il est le gardien de la finalité du lieu : lieu de culte, lieu de vie, lieu thérapeutique... En énergétique des lieux, on commence par s'adresser à lui pour lui demander l'autorisation d'entrer et d'œuvrer, et ainsi obtenir sa coopération.

Sophie et son mari Théo¹ achètent une maison, mais « quelque chose » les retient. Cette maison fait partie d'un projet de transformation d'une ferme. Un étage a été ajouté au-dessus des écuries, transformées en jolies maisonnettes avec jardin. Il apparaît que la perception problématique pourrait provenir de la maison d'habitation historique de la ferme, située juste à côté de leur future maison.

Je demande à pouvoir, lors de ma visite, inspecter aussi cette maison (qui se trouve, comme par hasard, encore disponible à la vente). Le jour venu, la porte de cette maison est grande ouverte. Pourtant, je ne peux pas entrer. Je ressens une bulle qui me repousse, et je perçois une force qui me « dit » : « Foutez le camp, je ne veux voir personne ! » À peu près sur ce ton... À cet instant, je perçois qu'il ne s'agit pas d'une entité², qui serait différenciée

1. Les exemples cités sont réels, issus de ma pratique. Les prénoms, les professions, la ville, parfois le sexe, ont été modifiés pour préserver l'anonymat des personnes. C'est ainsi que tous les hommes se prénommeront Théo et toutes les femmes Sophie.

2. Une entité est l'esprit d'une personne qui est décédée, mais reste « coincée » sur notre plan de réalité. Son taux vibratoire est proche de 0.

NOS LIEUX SONT VIVANTS

du lieu, mais d'un esprit qui EST le lieu. J'allume un des bâtons d'encens que j'avais apportés sans trop savoir pourquoi, et je m'adresse par la pensée à la voix que j'ai entendue : « Regarde qui je suis. Si tu es OK pour que j'entre, laisse-moi faire. Si tu n'es pas OK, je partirai. » Je me sens alors scannée des pieds à la tête. Quelques minutes plus tard, je sens la bulle invisible disparaître, s'affaler littéralement. L'Esprit du Lieu, le gardien, a validé mes intentions, mon énergie, ce que je suis. Il me laisse entrer. Nous visitons le lieu, certains endroits sont « chargés ». On ne se sent franchement pas bien dans cette maison.

Je reprends le TGV à la fin de la journée. Dans le train, je sens qu'une présence cherche à entrer en contact. Ce n'est vraiment pas le moment... qu'en penseraient les autres voyageurs ? Je lui donne rendez-vous chez moi après mon arrivée. À l'heure dite, ponctuel, le gardien arrive. Il cherche à m'expliquer pourquoi il ne veut plus voir personne... Il *m'envoie* des images. Des enfants ont été torturés dans ces murs à une période récente. Il ne veut pas que cela se reproduise ! Effectivement, il ne veut plus voir personne...

J'ai eu plusieurs fois l'occasion d'expérimenter à quel point la coopération du gardien est précieuse, indispensable. Rien dans un lieu ne peut être fait sans son accord. Et il ne donnera son accord qu'à ce qu'il considère comme juste. On ne peut pas le manipuler ni le forcer. Ce qui m'a « bluffée », c'est que chaque fois que j'ai parlé à un client

AVANT-PROPOS

ou un partenaire du gardien du lieu, cela lui a permis un déclic quasi immédiat. Comme si le simple fait de concevoir leur existence et de chercher à entrer en contact suffisait !

C'est l'histoire de Sophie, ma coiffeuse, qui projette de vendre son salon de coiffure et n'y arrive pas. Jusqu'au jour où nous en discutons. Je lui parle du gardien du lieu. Le soir même, au moment où elle ferme la porte de son local, le gardien *débarque* et lui dit ce qui l'inquiète. Elle en tient compte, le salon est alors vendu rapidement.

Serait-il possible de faire équipe avec un lieu ?

S'ils sont vivants, les lieux peuvent chercher à communiquer. Comment les entendre, échanger avec eux ? On peut apprendre à leur parler, certes. Comment entendre leur réponse ? Comment décoder ce qui se passe dans un lieu ? C'est là que nos techniques de thérapeutes des lieux prennent leur place. Les lieux communiquent au travers de désordres : murs qui fissurent, tuyaux qui se bouchent ou au contraire fuient... À nous de *brancher le décodeur*. Pas toujours simple !

C'est l'histoire de Sophie, ma professeure de yoga. À l'issue d'un stage d'été, par un beau début de soirée annonciateur – hélas – de canicules, nous discutons sur le pas de la porte. De l'eau nous tombe

NOS LIEUX SONT VIVANTS

sur la tête, en goutte-à-goutte. Nous levons les yeux, l'eau vient de la gouttière. Comment est-ce possible, alors qu'il n'a pas plu une goutte depuis une semaine ? Quand je viens me réinscrire à la rentrée, Sophie est au téléphone. Elle me dit « Excuse-moi, j'ai une fuite qui vient de se produire, je suis en train de m'occuper de ça ! » J'attends qu'elle ait terminé. Quand elle raccroche, je lui dis : « C'est bizarre, tu as souvent des soucis avec l'eau... »

Je réfléchis tout haut. L'eau, dans la théorie chinoise des cinq éléments, correspond à la parole, à l'échange. D'expérience, la répétition est toujours signifiante. Il est aussi signifiant que ces soucis se déclenchent à chaque fois quand je suis présente, moi qui fais métier de donner la parole aux lieux... Je lui délivre ce que « j'entends ». Le surlendemain, Sophie vient me dire « C'est fou, plein de choses ont bougé depuis notre discussion ! » La fuite ne s'est pas arrêtée toute seule, certes, mais bien des choses se sont remises en mouvement alors qu'elles étaient bloquées. Sans lien apparent avec des problèmes de canalisations ! Ce que son local disait à Sophie ? Simplement : « Considère-moi comme ton allié ! »

Les déclics sont parfois instantanés : avant notre discussion, les personnes considèrent le lieu comme de la matière inerte (un peu agissante quand même, sinon on n'en parlerait même pas !). Après notre discussion, les choses bougent de façon parfois impressionnante, du jour au lendemain !

Requestionner mon métier

Ce livre est aussi né d'une interrogation toute personnelle quant à mon métier d'architecte d'intérieur praticienne en Feng Shui. La plupart de mes clients, c'est assez naturel, voudraient que leur lieu de vie leur apporte toutes sortes d'avantages : être bien chez soi, rester en bonne santé ou la retrouver, rencontrer l'âme sœur et fonder une famille, soutenir la prospérité... En général, lorsqu'on fait appel à un expert en Feng Shui, c'est avec ce type d'objectif en tête.

Pourtant, les lieux pourraient faire tellement plus que ce que nous leur demandons. Car, tout comme un salarié bridé dans ses initiatives finit par pratiquer le *quiet quitting*¹, les lieux finissent par se limiter à nous apporter ce que nous leur demandons. Sans plus. Or, ce que les lieux peuvent nous apporter, c'est bien plus que l'amour, la fortune, la santé... C'est le trésor le plus absolu qui existe : soi.

Ce livre vise à relier l'Homme à ses lieux, à lui montrer qu'un autre lien est possible, souhaitable, et autrement plus fécond.

De multiples questions surgissent alors...

- En quoi les lieux sont-ils nos « maîtres invisibles » ?
- Que peuvent-ils nous apprendre ?
- Comment faire pour capter leur enseignement ?

1. Le *quiet quitting* est la dénomination nouvelle, post-covid, d'un phénomène autrefois nommé « grève du zèle » : les salariés font le strict minimum au travail, que ce soit en temps de travail ou en implication. Mentalement, ils s'échappent, ne prennent plus d'initiatives.

SOMMAIRE

Avant-propos	15
Que veut être le bâtiment ?	17
Comment j'ai rencontré les gardiens des lieux	18
Serait-il possible de faire équipe avec un lieu ?	21
Requestionner mon métier	23
1. La « juste place » de l'homme	25
Un songe	25
L'humain, « superprédateur » sur Terre	29
Lâcher la toute-puissance	33
L'humain doit composer entre Ciel et Terre	34
L'équipe formée par le Ciel et la Terre : la maison	44
L'urbanisation et l'évolution du cadre de vie	46
Considérer la Terre comme vivante	50
2. Rendre nos lieux encore plus vivants	53
Le <i>Qi</i> , principe vital de la pensée chinoise traditionnelle	53
Le <i>Qi</i> , le souffle, l'âme de tout ce qui est manifesté	54
Le <i>Qi du Ciel</i>	59

NOS LIEUX SONT VIVANTS

<i>Le Qi de l'Homme</i>	59
<i>Le Qi de la Terre</i>	61
Attirer et accueillir le <i>Qi</i> chez soi	62
<i>Le Qi vous trouve-t-il facilement ?</i>	62
<i>Une fois qu'il a trouvé votre porte,</i> <i>le Qi a-t-il envie d'entrer ?</i>	65
<i>Le Qi parvient-il à entrer ?</i>	68
<i>Là où va le regard, le Qi va</i>	68
Les qualités du <i>Qi</i> dans notre habitat	69
Équilibrer l'énergie vitale des habitations	71
<i>Les impacts du Qi</i>	78
Dans un lieu <i>Sheng Qi</i>	78
Dans un lieu <i>Sha Qi</i>	78
3. Nos lieux, des alliés	
pour déployer notre potentiel	81
Comment choisissons-nous notre habitat ?	81
<i>Qui choisit qui ?</i>	83
<i>Pourquoi choisissons-nous les lieux</i> <i>que nous choisissons ?</i>	88
Ces lieux qui nous « poussent dans le dos »	88
Ces lieux qui œuvrent « à vent contraire »	89
« Un mal pour un bien, un bien pour un mal »	91
D'abord qualifier et préciser l'obstacle	93
Le lieu est un messageur	95
<i>Le lieu parfait n'existe pas</i>	98
Le « négatif » et le « positif » n'existent pas dans la pensée chinoise	98
Une question d'adéquation entre le lieu et l'humain	100

SOMMAIRE

D'où vient la personnalité du lieu ?	100
« <i>Agrafer ensemble Ciel et Terre</i> »	100
<i>Un moment fondateur de fécondation de la Terre</i> <i>par le Ciel</i>	101
<i>L'onde de forme et la résonance du lieu</i>	104
Que se passe-t-il si on blesse la Terre ?	105
La rencontre de deux « entités énergétiques » : le lieu et l'humain	107
Quand on me demande une expertise	108
<i>L'exemple de demande d'un couple</i>	108
<i>Les constats</i>	112
<i>Comment agir à ce stade ?</i>	113
<i>La rencontre entre le lieu et ce couple</i>	116
4. Comment faire alliance avec son lieu de vie	119
Nomade ou sédentaire :	
deux types d'alliance avec les lieux	119
<i>Quand on est un « nomade dans l'âme »</i>	124
S'ancrer quand on est nomade	127
Le nomadisme du monde contemporain	130
<i>Quand on est un « sédentaire dans l'âme »</i>	133
Ancrage et inertie	134
Entre <i>home</i> et <i>house</i>	139
<i>Vivre les espaces</i>	143
<i>Se sentir chez soi</i>	150
<i>La signification symbolique des espaces</i>	152
Qui habite quoi ?	160
<i>Comment s'approprier un territoire</i>	160
<i>Où n'habitez-vous pas ?</i>	162
Chez qui habitez-vous ?	166
<i>Chez des entités ?</i>	166

NOS LIEUX SONT VIVANTS

<i>Chez des mémoires des lieux ?</i>	167
<i>Chez des Étoiles Volantes ?</i>	172
<i>Chez les gardiens des lieux ?</i>	174
<i>Dire à son lieu de vie qu'on l'aime</i>	177
5. Communiquer avec son lieu de vie	181
Comment les lieux communiquent-ils avec nous ?	181
<i>Par des désordres et des dysfonctionnements du bâtiment.</i>	182
<i>Par des synchronicités</i>	183
<i>Par des ressentis physiques</i>	184
<i>Quand faire appel à un « interprète » ?</i>	185
Communiquer avec les Étoiles Volantes	187
Communiquer avec le gardien des lieux	189
<i>Comment savoir où il est ?</i>	189
<i>Comment et quand s'adresser à lui ?</i>	190
<i>Comment « entendre » sa réponse ?</i>	191
Communiquer avec nos « alliés invisibles »	192
<i>Plus jamais seul.</i>	192
<i>Entrer en contact.</i>	194
Respecter le lieu	195
<i>En améliorant la qualité du Qi.</i>	196
<i>En limitant la présence de formes agressives</i>	196
<i>Transformez le lieu, oui, mais ne le dénaturez pas !</i>	197
Faire preuve de gratitude	199
<i>Remercier le lieu quand tout va bien</i>	199
<i>Remercier le lieu quand vous le quittez</i>	200
<i>Remercier les lieux liés à son cheminement personnel.</i>	200

SOMMAIRE

Le gardien nous protège... à nous aussi de le protéger !	201
Conclusion	207
Remerciements	211
CLÉ PRATIQUE 1 : Mesurer le taux vibratoire d'un lieu	213
CLÉ PRATIQUE 2 : Déployer le <i>Sheng Qi</i> , Chasser le <i>Sha Qi</i>	225
CLÉ PRATIQUE 3 : Rendre son lieu plus vivant	229
CLÉ PRATIQUE 4 : Clarifier sa problématique	235
CLÉ PRATIQUE 5 : Comprendre la personnalité des Étoiles Volantes et les cinq éléments de la pensée chinoise	239
CLÉ PRATIQUE 6 : Comment savoir si vous habitez avec une entité ?	247
CLÉ PRATIQUE 7 : Comment habitez-vous chez vous ?	251
CLÉ PRATIQUE 8 : Techniques simples de nettoyage	253
CLÉ PRATIQUE 9 : Communiquer avec le gardien du lieu	257