

Comment trouver la sérénité avec les quantiques olfactifs

La nouvelle gamme des quantiques olfactifs à respirer : douze synergies d'huiles essentielles précieuses qui nous accompagnent dans notre vie quotidienne et douze synergies pour notre développement personnel.

Dans cette période où de nombreuses personnes souffrent de façons différentes pour des raisons diverses, respirer un Quantique Olfactif est un magnifique cadeau. C'est un concentré de bienveillance, de consolation, de douceur, d'apaisement, d'aide au lâcher-prise ou à la juste décision, au dynamisme, au courage...

Plus généralement, nous sommes confrontés aux stress de courte durée qui peuvent être négatifs ou positifs lorsqu'ils stimulent nos réactions de survie, et même notre créativité ou notre vigilance.

Cependant, ce que vivent la majorité des personnes avec la pandémie depuis plus d'un an, c'est le stress chronique. Il sollicite au long cours notre cerveau limbique, gérant la mémoire, les émotions, l'inconscient, notre comportement, les systèmes nerveux central et endocrinien et conduit à un épuisement nerveux et immunitaire.

Conseils d'utilisation

Les Quantiques Olfactifs s'utilisent uniquement en les respirant. C'est par le sens de l'odorat que leurs bienfaits seront les plus importants. Ouvrez le flacon et tenez-le à 5 cm du nez. Inspirez et expirez selon votre respiration naturelle pendant 1 à 3 minutes pour un adulte et 30 secondes pour les enfants après 7 ans. Renouvelez cet exercice 2 à 5 fois par jour en cas de besoin. Si vous utilisez plusieurs Quantiques Olfactifs, il est conseillé de les sentir séparément à différents moments de la journée.

La gamme se dénommant **VIE QUOTIDIENNE (VQ)** nous accompagne dans toutes les situations pratiques de notre vie que nous pouvons rencontrer.

La gamme se dénommant **DÉVELOPPEMENT PERSONNEL (DP)** permet de réaliser un travail en profondeur sur un ou plusieurs aspects de notre personnalité.

Ainsi je vous propose les Quantiques Olfactifs qui correspondent le mieux aux différentes difficultés que nous pouvons rencontrer actuellement.

Lors d'un deuil ou si une personne souffre de la solitude quelle que soit son âge, je vous invite à respirer le Quantique Olfactif **CONSOLATIONS (VQ)** qui est le premier geste aimant dont le cœur a besoin. En complément, nous pouvons respirer **AIMER (DP)** qui harmonise et nourrit les sentiments par ses notes olfactives douces et chaleureuses.

Face à l'arrêt de l'activité professionnelle depuis l'année dernière pour certaines corporations, les tempéraments nerveux vivent une grande insécurité et des peurs qui créent une tension importante, continue et affaiblissent l'immunité. Il est conseillé de respirer les Quantiques Olfactifs **NUITS PAISIBLES (VQ)** dont l'odeur va apaiser l'esprit et réduire cette sensation d'inconfort intérieur et le Quantique **DETENTE CORPORELLE (VQ)** qui détend les tensions physiques. Et pour développer votre capacité à mieux gérer le stress, utilisez **MÉDITER (DP)** à respirer pendant quelques minutes pour faciliter l'intériorisation, la réduction des pensées et la pratique de la méditation relaxante.

Toutefois, tout le monde ne réagit pas de la même façon face à

