

# La révolution des « nouveaux seniors »

## Et les Quantiques olfactifs !

**En Europe, la moitié de la population aura plus de 50 ans d'ici trois ans. En Belgique, les plus de 65 ans représentent 19 % de la population, en France une personne sur quatre. En Belgique, le nombre de centenaires a triplé au cours de ces trente dernières années, la France compte 26 000 centenaires, les prévisions annoncent 200 000 d'ici 2060.**

Notre espérance de vie a augmenté de 5 ans dans les 20 dernières années. Au lieu de « célébrer » notre durée de vie, nos institutions la considèrent comme une bombe à retardement! Le défi est de savoir comment nous allons vivre ces années supplémentaires? Aurons-nous des années pleines de vie, ou de la vie pleine d'années?

Nous devons penser à une nouvelle conception de société dans laquelle les personnes âgées formeront une partie importante de la population. Mais le stigmate de vieillir persiste et les stéréotypes restent profondément enracinés et réducteurs autour du vieillissement. Alors... créativons sur un nouveau concept!

### Le meilleur âge de la vie

Vieillir c'est mûrir, de l'acquisition de la connaissance et du savoir-faire à l'expérience jusqu'à la sagesse. Respirer pendant 2 à 3 minutes le Quantique olfactif **GRANDIR** nous accompagne favorablement pour prendre de la hauteur face au présent et à toutes nos expériences du passé. Il facilite le discernement et éveille la sagesse!

Depuis notre naissance, nous nous transformons tout au long de notre vie, et dans certaines civilisations fortes de spiritualité, l'après-60 ans était considéré comme étant « le meilleur âge de la vie ».

**Pour atteindre la qualité et la santé de cet âge de vie, l'objectif est de se transformer en mettant en priorité 4 plans principaux: le plan physique, le plan de l'intellect, le plan social et le plan spirituel.**

### Le plan physique

Selon la vie que nous avons menée, les mauvaises habitudes, le manque de repos et de détente, les stress, les émotions, les



toxines alimentaires et la pollution environnementale finissent par laisser des empreintes sur notre mental et notre corps.

Néanmoins, la nature a une puissance de régénération souvent insoupçonnée, à condition d'en prendre les moyens.

La pratique d'exercice physique doit être quotidienne, adaptée à vos capacités naturelles, sans jamais forcer. Des marches en pleine nature, avec un bon Prana qui soutient notre énergie de fond, apaise l'activité mentale et procure de la sérénité. D'autres activités physiques vécues harmonieusement et plaisantes, suivies d'étirements ou de Hatha yoga seront favorables à maintenir la souplesse de votre corps toute votre vie.

Modifier notre hygiène de vie, plus saine, se reposer davantage, écouter son corps et changer ses mauvaises habitudes alimentaires vont participer à la prévention des inconforts et des problèmes de santé à venir. Les Quantiques olfactifs **SE LIBÉRER** nous accompagnent dans cette transformation importante de notre style de vie et **RENAISSANCE** pour l'éveil de nos ressources intérieures. À respirer quelques minutes plusieurs fois par jour.

### Le plan de l'intellect

Une étude américaine avait observé 2 groupes d'hommes de 70 ans, équivalents au niveau santé, social et économique: le premier groupe continuait à vivre selon leurs mêmes habitudes et le second groupe devait s'inscrire à l'université dans une discipline qui les intéressait. Résultats après trois ans, le second groupe avait des signes significatifs de ralentissement du vieillissement par rapport au premier groupe, selon des critères physiques, psychologiques et de santé.

La nature de la vie est pour l'évolution, aussi, apprendre toute sa vie, à son rythme, en changeant ses habitudes et innover, éveille de nouveaux circuits neurologiques qui soutiennent la jeunesse de notre cerveau.

Les Quantiques olfactifs **RESSENTIR** et **VIE INTELLECTUELLE** entretiennent favorablement notre activité intellectuelle et aident à recentrer notre esprit avec attention; à respirer quelques minutes selon notre besoin.

### Le plan social

De nombreuses études menées depuis les trente dernières années sur l'observation du comportement des personnes âgées révèlent pour un tiers une baisse d'estime de soi par la perte des rôles sociaux. Mais en contrepartie, l'acceptation de soi augmente avec l'âge, car le processus de comparaison sociale est moins important que lors de la vie active. Avoir une activité sociale est une source de bien-être, contribuant à tisser des liens tout en se rendant utile pour les autres, comme s'occuper de ses petits-enfants anime l'enfant qui est en vous en agissant comme cure de jouvence, en prenant ses précautions pour qu'elle ne soit pas épuisante. Enfin, en faisant plus de place aux activités qui vous font le plus plaisir, n'oublions pas que le bonheur est la clé de la santé et de la longévité. Le Quantique olfactif **ÉVOLUER** est idéal pour assurer ce changement de vie, et peut aussi être associé à **DÉCISION**, à respirer quelques minutes plusieurs fois par jour.

### Le plan spirituel

Dans certaines traditions, la priorité de l'après-60 ans est la vie spirituelle! C'est le moment clé de notre existence où toutes les questions existentielles doivent être résolues. Des pratiques de développement de soi peuvent être intégrées dans votre nouvelle routine de vie. Le but est de développer le plein potentiel de notre conscience par l'expérience d'unité avec notre Soi ou Être. C'est

par la pratique de la méditation que notre cerveau développe cette capacité à fonctionner de manière globale, comme le démontrent les EEG\*, par la manifestation de toutes les gammes d'ondes en cohérence totale. C'est la potion magique de la longévité associée à la plénitude. Le Quantique olfactif **MÉDITÉ** favorise notre apprentissage ou notre aptitude à nous ouvrir au silence apaisant et plénifiant de notre Être. À respirer avant la pratique.

La vie est quantique, c'est-à-dire faite de possibilités et non d'idées fixes et rigides, cultivons la souplesse, la créativité, l'amour et le bonheur. L'Homme mûre est l'homme expérimenté, connaisseur, averti et sage, il a le rôle magnifique de transmettre son savoir et sa bienveillance!

Je vous souhaite une longue vie dans l'épanouissement de la totalité de la vie.

\*Electroencéphalogramme

Les formations sur les Quantiques olfactifs en Belgique sont enseignées par Hilda Vaelen, contact: [hilda.vaelen@skynet.be](mailto:hilda.vaelen@skynet.be) Durée de la formation: deux jours.



**Christian Eloy**  
Laboratoire Herbes et Traditions

## Les Quantiques Olfactifs

25 ans d'expertise  
Fruit des recherches



### L'INTENTION QUI ACCOMPAGNE L'OLFACTION :

#### RESSENTIR

« Je gagne un esprit stable, fort et à l'écoute »  
« J'éveille ma sensibilité créatrice »  
« Je me mets en harmonie avec le Féminin en moi »

#### RENAISSANCE

« Je renais de mes cendres »  
« Je me tourne vers l'avenir »  
« Je me régénère et m'accomplis »

#### SE LIBÉRER

« Je suis au service de l'humanité tout en préservant mon indépendance »  
« Je m'en réfère d'abord à moi-même tout en étant dans l'écoute et la compréhension des autres »  
« Je libère ma créativité originale et tant mieux si je suis différent(e) des autres »

