



Recherche...

RECHERCHER

A PROPOS

Il y a l'âge que l'on a, celui que l'on pense avoir, celui que l'on imagine que les autres nous donnent (et celui qu'ils nous donnent vraiment!). Bref, il n'y pas que nos hormones qui sont en pagaille, ce sont tous nos repères qui partent en vrille. Quand nous avions 15 ans, on nous prédisait cheveux courts, collants épais et couleurs gris/muraille. Et nous avions de vraies grands-mères (la mienne dormait à côté de ses dents, elle n'avait que 55 ans). "Vieillir" pour notre génération semble surréaliste. Fêter ses 50 ans, ça pouvait arriver à tout le monde sauf à moi. Et, à vous?

LIRE PLUS

Sélectionné par
L'Express Styles

 *Styles*

LES HOMMES AUSSI...

Par défaut | 7 octobre 2016 | par virginie | 4 Commentaires

BERTRAND, 46 ANS.

Bertrand Bimont est un ancien thérapeute en médecine chinoise, ostéopathe et licencié en biologie moléculaire. Il y a quelques années, il crée les **Laboratoires Bimont** pour développer des lignes de compléments alimentaires issus de la **pharmacopée chinoise**. « *La médecine chinoise ne dissocie pas le corps et l'esprit. Chaque organe est associé à une émotion. Elle a une approche plus globale de l'individu le restituant dans tous ses environnements. Elle part du principe que nous ne sommes pas la même personne, énergiquement parlant, au travail, dans sa vie perso... La solution passe par « soigner » autant sur le plan physiologique que sur le plan émotionnel.* » Explique t-il.

Son ingrédient phare : **la poudre de perle**, mythique de la médecine chinoise, aux qualités thérapeutiques et cosmétiques.

Les Laboratoires Bimont l'utilisent également aujourd'hui dans leur gamme cosmétique bio : **Perlanesse**.

Alors, un homme féru de médecine traditionnelle chinoise, qui met de la poudre de perle partout, en costard, sans cravate, avec une bague au pouce (je suis sûre qu'il est tatoué)... j'ai eu très envie de l'entendre s'exprimer sur le vieillissement.

1- Alors, vieillir... ?

Sur le plan physique, en tant que sportif de haut niveau, je me rends bien compte que le temps commence à faire son effet. Aujourd'hui, je dois travailler sur une meilleure gestion de l'effort pour toute activité sportive. Mais, j'ai toujours le mental !

Surtout que je ressens réellement une certaine paix intérieure, une facilité à prendre de la hauteur sur les événements. Et, puis quand je fais un feed-back sur mon parcours, j'éprouve une certaine fierté.

*Enfin, cela a quand même pas mal d'avantages. À 20 ans, j'étais au SMIG. Aujourd'hui, j'ai une bonne situation professionnelle, une vie très agréable. J'ai de l'expérience, plus de culture. En fait, je n'ai **ni regret, ni remord** !*

2 – Une définition du bien vieillir?

Être en accord avec soi-même me semble le plus important.

Une de mes plus grandes libertés est de pouvoir faire ce que j'ai envie de faire. Et, dire ce que j'ai envie de dire.

ABONNEZ-VOUS À CE BLOG
PAR E-MAIL.

Saisissez votre adresse e-mail pour vous abonner à ce blog et recevoir une notification de chaque nouvel article par email.

Adresse e-mail

ABONNEZ-VOUS

INSTAGRAM
@JEUNEVEILLISPAS



L'homme
est une
Femme
(qui vieillit)
comme les
autres

CATÉGORIES

AGITUDE !

IN MATURES

LES HOMMES AUSSI...

LES INVIOCKS.

MOI, NOUS, VOUS.

NON CLASSÉ

Bien vieillir pour moi, c'est m'écouter, me respecter et répondre à mes besoins. Je suis tatoué...

(ha! j'en étais sûre!),

... je porte des bagues, des bracelets... Ca ne correspond pas à mon âge? J'assume ! Justement, vieillir c'est aussi ne plus être victime de la pression sociale. Aucune importance de ne pas toujours « être dans le cadre » du moment que je me sens bien avec les autres.

3- Que pensez-vous de : « Les hommes mûrissent, les femmes vieillissent » ?

Il y a des hommes qui vieillissent et des femmes qui mûrissent. Il y a de très belles femmes à tous les âges.

C'est surtout une question d'élégance.

Alors, oui, peut-être que la beauté se fâne. Quelle soit féminine ou masculine. Mais, pas le charme, ni le charisme. Et, même au contraire, comme le bon vin, avec les années, on gagne en saveur !

Partager :



WordPress:



Soyez le premier à aimer cet article.



Partager



About virginie

QUIN(QUA)ZAINES.

VIR AGE.