

SMOVEY ÜBUNG für die Aktivierung der Thymusdrüse



Übung lautet - DAS INNERE KIND = Thymusdrüse

Beide Smovey auf die Brust legen, dabei zeigen die Griffe nach oben zum Gesicht, tief einatmen durch die Nase und durch den Mund ausatmen, nun den Oberkörper nach links und rechts drehen, dabei darauf achten das unser Becken stabil bleibt. Nicht vergessen, immer lächeln dabei 😊😊😊.

Die Thymusdrüse ist bei der Geburt das größte Organ des Lymphsystems, diese wird jedoch im Laufe unseres Lebens immer kleiner und gehört daher immer wieder aktiviert.

Die Thymusdrüse ist das Gehirn unseres Immunsystems.

Ein gestärkter Thymus trägt zur Entspannung und Lebensfreude bei. Wird er angeregt, schüttet er vermehrt T-Zellen aus. Diese stärken Ihre Abwehrkräfte. Es werden weitere chemische Botenstoffe ausgesandt, die ebenfalls Ihre Abwehrkräfte stärken und Ihr Lebensgefühl erhöhen. So tragen Sie selbst, mit dieser Übung, zu mehr Gelassenheit, Optimismus und Lebensfreude bei.

Tatsächlich heißt das griechische Wort „thymos“ nichts anderes als „Lebensenergie“.

Die Lebensenergie ist eine feinstoffliche Energie, die unsere Muskeln und Organe durchfließt und alle lebenden Zellen und Gewebe durchdringt.

Die Thymusdrüse überwacht und reguliert den Energiestrom im gesamten Energiehaushalt des Körpers und korrigiert eventuelle Störungen unmittelbar, so dass das Gleichgewicht und die Harmonie der Lebensenergie sofort wiederhergestellt werden

Weiterhin ist sie als Bindeglied zwischen Geist und Körper das erste Organ, das durch seelische Haltungen und Belastungen beeinflusst wird

Durch die Vibrationen welche hier spürbar werden aktivieren wir perfekt die Thymusdrüse!!!!