

LE POINT DU BONHEUR DANS VOTRE CŒUR



Il existe un organe dans le corps dont on parle rarement, mais que l'on pourrait qualifier de « Point du Bonheur ».

Il se trouve dans le haut de la poitrine et se nomme le THYMUS.

Il est facile à trouver : posez deux doigts sur la fosse qui se trouve en bas du cou, juste au-dessus du sternum.

C'est l'emplacement approximatif du Thymus. Le thymus est appelé « le point du bonheur » car il neutralise l'énergie négative et renforce le système immunitaire et la santé dans son ensemble.

La glande (le Thymus) conserve l'énergie de votre corps. A l'inverse quand vous êtes stressé, elle conduit à une réduction du Chi. Par conséquent, quand notre corps souffre d'un déséquilibre énergétique, elle peut y remédier en servant de pont.

Tapoter légèrement caresser et masser ce point sont des méthodes très efficaces pour augmenter nos vibrations énergétiques.

Vous pouvez aussi stimuler votre thymus avec le poing, à la manière de Tarzan (ne frappez pas votre poitrine).

Quelle que soit la manière que vous choisissiez, faites-le pendant 20 fois ou 30 et respirez profondément.

Bien sûr, vous pouvez accompagner cette stimulation de paroles positives : « Merci pour ma Santé parfaite » ou « Merci pour ma Prospérité ».

Vous saurez que ce « point du bonheur » est activé quand vous sentirez des frissons dans votre corps, accompagnés d'une sensation de joie et de bonheur.

Cela peut prendre du temps. Si vous vous entraînez chaque jour, vous ressentirez l'efficacité de cette stimulation.

Si vous êtes fréquemment sujet aux crises de panique, à l'anxiété et au stress, faire cet exercice plusieurs fois par jour vous permettra de retrouver un équilibre dans votre vie.