



# Massage Chi Nei Tsang® 5 Organes – 2<sup>ème</sup> Cerveau



Un massage pour reconnecter, nettoyer et guérir notre Deuxième Cerveau

Le Chi Nei Tsang, également connu sous le nom de massage taoïste du ventre, se combine bien avec d'autres formes de guérison et de travail corporel, mais vous n'avez pas besoin d'être un thérapeute pour commencer votre formation !

## 01 Que signifie le nom Chi Nei Tsang ?

« Chi Nei Tsang » signifie

Chi	Énergie
Nei	Interne
Tsang	Organes

Soit : « Massage énergétique des organes internes vitaux ».



## 02 Histoire du massage Chi Nei Tsang (CNT)

Le Chi Nei Tsang a été transmis au cours de milliers d'années d'expérience. Cet art du massage a évolué à une époque où il y avait peu de médecins et où les gens devaient savoir se guérir eux-mêmes. Dérivé de la médecine traditionnelle chinoise, il a été développé par le maître taoïste Mantak Chia qui l'a intégré et intégré dans ses 9 Formules énergétiques d'Alchimie interne.

## 03 Le CNT fait partie d'une Université d'Énergie appelée « Universal Healing Tao Switzerland »

Le Chi Nei Tsang est donc inséparable des pratiques énergétiques au sein de l'Universal Healing Tao. Nous sommes des êtres énergétiques, que cela nous plaise ou non, et chaque cellule de notre corps a besoin d'énergie.

## 04 Qu'est-ce que le massage des organes internes Chi Nei Tsang?

Les sages taoïstes ont observé que les humains développent souvent des blocages d'énergie dans et autour de leurs organes internes qui entraînent des nœuds et des enchevêtrements dans l'abdomen. Avec cette constriction du flux de chi, des maux physiques peuvent se matérialiser. Le Chi Nei Tsang, ou CNT, est une ancienne forme de massage qui détoxifie et redynamise toute la zone abdominale inférieure. De plus, ce massage présente sa propre compréhension et approche de la guérison car il mélange les massages chinois, thaïlandais et les techniques de méditation ce qui le rend vraiment différent de toute autre modalité de guérison.

Le Chi Nei Tsang est donc plein de nouvelles idées et d'anciennes méthodes de guérison. Il transmet également des pratiques d'auto-guérison et des moyens d'éviter d'absorber les énergies négatives et malades des autres.



## 05 Pourquoi est-ce un massage si puissant ?

Notre zone abdominale inférieure est le siège de toute l'obscurité et de l'inconscience et présente donc le plus grand potentiel de guérison, de purification et de croissance personnelle et spirituelle. Le Chi Nei Tsang est un merveilleux moyen de se reconnecter avec son ventre et de réduire notre stress physique, mental et émotionnel.

A la fois doux et profond, il soulage et rouvre la zone du nombril - notre centre, notre origine, notre première cellule, où tout a commencé et où, au fil des mois et des années, tant de tensions se sont accumulées. Lorsque cet important centre d'énergie est ouvert, le chi (ou énergie vitale) peut circuler librement dans le reste du corps et le pouls de nos organes est réactivé.

Parce que le CNT fait partie d'un système de pratique énergétique, c'est un flux bidirectionnel - l'un soutient l'autre et vice versa. Ainsi, les pratiques taoïstes telles que le Qi Gong ou le Tai Chi sont également soutenues par le Chi Nei Tsang : en libérant l'abdomen de ses tensions, le massage facilite la localisation et la sensation de notre centre, appelé Tan Tien (ou Hara en japonais). Situé sous notre nombril, le Tan Tien est notre centre de gravité : c'est à partir de là que les pratiquants d'arts martiaux initient leurs mouvements. C'est aussi là que l'énergie d'origine est stockée et que vous pouvez vous reconnecter et retrouver ce sentiment d'être un et connecté : « C'est comme rentrer à la maison », dit un étudiant, les mains posées sur son Tan Tien.

## 06 Pourquoi est-il utile dans le Massage CNT de passer par une séquence de 5 Séances et comment les 5 Séances se déroulent-elles les unes après les autres ?

Pour un nettoyage complet, il est recommandé de faire cinq séances consécutives, cinq comme nos cinq principaux organes vitaux. Le système des 5 organes fonctionne normalement en équipe - ce que l'un fait affecte l'autre - dans le bon comme dans le mauvais. Comme la région abdominale est également responsable d'une digestion, d'une absorption et d'une élimination en douceur, il est extrêmement important que les 5 organes travaillent tous à leur apogée pour garantir un travail d'équipe intérieur harmonieux.

- Phase 1 À la fois douce et profonde, elle part du nombril – notre centre, notre origine, notre première cellule, où tout a commencé et où, au fil des mois et des années, les tensions se sont accumulées. Lorsque cet important centre d'énergie est ouvert, le chi (ou énergie vitale) peut à nouveau circuler librement dans le reste du corps et le pouls de nos organes est réactivé. Les premières techniques s'appliquent au centre du corps, le nombril. Dans cette région, les émotions négatives, le stress, la tension et la maladie s'accumulent et deviennent congestionnés. Lorsque cela se produit, toutes les fonctions vitales stagnent. L'utilisation des techniques de Chi Nei Tsang dans et autour du nombril donne des résultats rapides et permanents. En se concentrant sur le centre abdominal, Chi Nei Tsang agit là où les forces universelles, cosmiques et terrestres sont combinées et stockées.
- Phase 2 Vient ensuite la phase de nettoyage ou de désintoxication des organes. Nous commençons par détoxifier la peau, et bougeons couche par couche vers l'intestin, l'intestin grêle et le gros intestin, soulageant les tensions et activant également le flux d'énergie et de sang par une action de pompage.
- Phase 3 Nous passons ensuite au Réchauffeur du Milieu, dégageant le foie, la vésicule biliaire, le pancréas, l'estomac et la rate
- Phase 4 Viennent ensuite le cœur et les poumons, ainsi que le diaphragme
- Phase 5 Nous terminons par les reins, les glandes surrénales et le muscle psoas pour soulager les douleurs lombaires. Pour celles et ceux qui sont intéressés par une séance supplémentaire, il existe également des techniques pour traiter l'utérus, les ovaires ou la prostate
- Résultats Les résultats auxquels on peut s'attendre sont entre autres :  
Une meilleure digestion et un meilleur transit avec le soulagement de la constipation, de la diarrhée, des ballonnements, du reflux acide ou des crampes  
pour les femmes, une diminution des symptômes prémenstruels et gynécologiques.  
Un ventre léger et détendu  
Une nouvelle vitalité et un état de santé plus élevé.

## 07 Le corps ne peut pas mentir– en particulier le ventre et ses organes ne mentent jamais

Le ventre ne ment jamais. Quand quelque chose ne va pas, il nous le fait savoir : une boule dans l'estomac lorsque nous sommes stressés ou anxieux ou que nous avons du mal à digérer un événement, des ballonnements lorsque quelque chose nous « gonfle », des gargouillis lorsque nous sommes agités. Quand tout va bien, il nous donne aussi des confirmations, nous le savons « dans ses tripes » et quand nous sommes amoureux, nous sentons des papillons.

## 08 Les émotions humaines sont responsables d'une grande partie de la toxification de notre corps, de nos douleurs et souffrances

Selon de nombreuses études scientifiques, les émotions sont maintenant reconnues comme l'une des principales causes de toxicité dans notre corps. On dit que c'est à l'origine de la plupart des maladies, sinon de toutes. C'est pour cette raison que les pratiques taoïstes se concentrent principalement sur les 5 organes vitaux car contrairement à l'occident l'orient a découvert que la racine de nos émotions était connectée à nos 5 organes majeurs. C'est pour la même raison que le massage Chi Nei Tsang est accompagné et soutenu par des outils d'auto-guérison et que pendant les séances, le praticien recommande des exercices d'automassage, de respiration ou de méditation énergétique dans le but et la concentration d'améliorer le potentiel et les capacités de chaque organe à fonctionner à son apogée - donc de réduire le stress émotionnel et les niveaux intérieurs de toxines.

Par exemple, les Six Sons de Guérison soutiennent les effets du massage et évitent de répéter les mêmes symptômes – ou d'en créer de nouveaux – grâce à une transformation profonde. C'est une technique très pragmatique, simple mais extrêmement puissante qui implique le son et le mouvement pour détoxifier et remettre les organes dans un état d'équilibre émotionnel. La vibration du son peut transformer une émotion négative en une émotion positive ou une vertu. Par exemple, la tristesse peut se transformer en courage (poumon), la colère en générosité (foie) et la peur en sérénité (rein). Vous pourrez libérer votre ventre de tout le stress qui s'y est accumulé. Cette simple méditation énergétique peut être facilement intégrée dans notre mode de vie occidental et un sentiment d'harmonie profonde. Pratiquée avant d'aller au lit, elle permet de trouver un sommeil réparateur.

Ces Six Sons de Guérison servent en outre d'outil de recyclage et nous apprenons de cette façon à ne pas verser nos émotions sur les autres, ce qui pourrait être comparé à vider nos déchets sur la tête des passants et à les laisser ensuite faire le recyclage. Mais lorsque nous commencerons à composter nos propres ordures, nous verrons également des améliorations dans nos relations étroites vers plus d'amour, de compréhension et de joie.

## 09 La science soutient le massage Chi Nei Tsang

En médecine traditionnelle chinoise (MTC), le cerveau a un rôle secondaire : les fonctions psychologiques et émotionnelles dépendent des organes. La tradition chinoise distingue cinq entités viscérales et psychiques. Par exemple, l'âme Hun appartient au foie, il dirige ses rêves et l'émotion est la colère Zhe appartient au rein, elle régit la volonté et l'émotion est la peur.

En MTC le déséquilibre d'un organe peut donc être un trouble mental ou émotionnel est inversement. « Notre intestin est comme un visage. Il est la tête, il est heureux... il d'humeurs », explique Emeran Mayer, professeur de médecine, directeur du Center Stress Neurobiology de l'Université de Californie à Los Angeles.

« Nos deux cerveaux, l'un dans nos têtes et dans nos tripes qui doivent coopérer. S'il y a du chaos dans notre ventre et de la misère dans notre tête. » La citation est de Michael Gershon, professeur au Département d'anatomie et de biologie cellulaire, Université Columbia, New York et auteur du livre « The Second Brain ». Les chercheurs confirment maintenant : notre ventre est notre « second cerveau », il contient même plus de neurones que notre premier cerveau (plus de 200 millions de neurones dans l'ENS, système nerveux entérique). « Le processus de digestion est si complexe que vous avez besoin d'un système nerveux très important pour contrôler et fonctionner », explique Michael Gershon. La science occidentale reconnaît également aujourd'hui que notre estomac a un impact fondamental sur nos humeurs : « Lorsque j'ai écrit mon livre « Le deuxième cerveau » il y a 14 ans, je n'avais aucune idée de l'importance de la sérotonine dans le système digestif. Mais maintenant, nous savons que 95% de la sérotonine est produite dans l'intestin! Dans le système nerveux central, ce neurotransmetteur est impliqué dans la régulation de l'humeur, de l'appétit, du sommeil etc... » (Michael Gershon).

## 10 Avantages, résultats et évolution personnelle pour les personnes recevant le massage ?

Comme autrefois, le Chi Nei Tsang permet aux individus de prendre pleinement en charge leur santé et leur bien-être. En recevant ce massage puissant sur une certaine période de plusieurs semaines, les personnes ont la possibilité d'explorer dans un environnement sûr le fonctionnement de leurs 5 organes et leur importance réelle pour leur santé et leur bien-être en général. Elles découvriront par exemple des techniques de guérison telles que l'automassage du ventre pour relâcher les tensions et faciliter la digestion.

Le Chi Nei Tsang est donc plus qu'un simple massage. Accompagné de ces outils, il nous reconnecte à notre propre pouvoir de guérison : après tout, il n'y a pas de meilleur guérisseur que nous-mêmes. Pratiquer le Chi Nei Tsang, c'est prendre en charge notre santé. Devenir responsable. Et créer notre réalité.

Les avantages globaux sont mieux exprimés sous la forme d'un état de santé en 4 dimensions où vous ressentez un soulagement et une amélioration dans vos 4 dimensions :

Physique	Amélioration de la digestion, meilleur transit avec le soulagement de la constipation, de la diarrhée, des ballonnements, des brûlures d'estomac ou des crampes, pour les femmes, une diminution des symptômes prémenstruels et gynécologiques. Un ventre léger et détendu. Augmentation de l'énergie et de la vitalité, boost d'énergie Relaxation profonde, respiration améliorée
Mentale	Facilite la concentration qui nous permet de voir plus clairement et de nous reconnecter avec notre intuition : ne disons-nous pas : nous savons « dans nos tripes » quand quelque chose va bien ou pas ?
Emotionnelle	Équilibre et harmonie, soulagement de la toxicité émotionnelle
Spirituelle	Connexion, alignement, centrage

### 11 Qu'est-ce qu'un.e stagiaire CNT 1 - 1<sup>er</sup> cycle apprend et quels sont les bénéfices pour il.elle?

Tout d'abord, un stagiaire CNT 1er cycle bénéficie de la même manière que toute personne recevant les 5 séances de massage complètes mais à un niveau encore plus profond,

En apprenant une cinquantaine de techniques applicables au nombril, aux organes, vous serez en mesure de faciliter la libération profonde, l'élimination des blocages, l'élimination des toxines, de la chaleur excessive et des émotions négatives de la région abdominale de la personne.

Participer à la formation du 1er cycle vous permet d'entrer dans un programme menant à la certification avec la soumission d'études de cas pratiques.

### 12 Avantages et résultats pour l'évolution personnelle des personnes qui deviennent praticien.ne.s du CNT

Après maintenant une quinzaine d'année de pratique exclusive du Chi Nei Tsang en cabinet, de formations et de certifications praticiens en Suisse et en Europe, d'assistance de Maître Mantak Chia et de suivi de son développement des techniques Chi Nei Tsang, je peux voir le résultats : à quel point les thérapeutes formés peuvent éviter un burn-out et être beaucoup plus au service des gens en les aidant à prendre soin de leur propre santé au quotidien.

Les pratiquants de Chi Nei Tsang n'ont pas à s'inquiéter de ne pas avoir assez de travail : avec la vitesse croissante de la vie, le stress et les fast-foods, tout le monde a des problèmes de digestion, d'absorption et d'élimination ainsi que d'autogestion de leurs émotions.

### 13 Mots personnels finaux pour le Chi Nei Tsang Massage

Le Chi Nei Tsang est une merveilleuse technique de massage et va beaucoup plus loin en tant qu'outil profond pour l'auto transformation. Il change la vie !

Veetao Hogan

Professeur Senior de Chi Nei Tsang