

# FORMATION CHI NEI TSANG INTUITIF

## PROGRAMME MODULE 1

Week end 19-20 octobre 2024

par Elisabeth van Seters



Le Chi Nei Tsang signifie en chinois : « **transformation de l'énergie des organes internes** ». C'est un **massage viscéral issu de la Médecine Traditionnelle Chinoise**, élaboré dans les monastères taoïstes, il y a 2500 ans. Il est basé sur un **toucher d'écoute, de massage, d'acupression et de techniques énergétiques**.

**Ce n'est pas un massage bien-être car il vise avant tout à désamorcer les tensions viscérales et à relancer les différents circuits (intestinal, lymphatique, sanguin, énergétique) ce qui peut occasionner une libération émotionnelle.**

En médecine chinoise, on considère que **l'état mental et émotionnel est directement relié au bon fonctionnement des organes internes. Si un organe est lésé énergétiquement, il générera un type d'émotion** (ex : Rate/pancréas = inquiétude, Poumon = tristesse, Foie = colère, etc...). De la même manière, **le trop plein d'un type d'émotion lésera l'organe qui lui est affilié.**

C'est l'approche taoïste de notre **ventre** en tant que **2ième cerveau émotionnel**.

**Le Chi Nei Tsang Intuitif** telle que je l'ai élaboré **se mène comme une enquête adaptée pour chaque personne et non comme une routine technique.**

Le premier niveau de pratique consiste à déceler ce qui bloque, autrement dit la zone ou le point qui ne circule pas.

Dans tout le ventre, les organes internes (intestins, estomac, reins, poumons, cœur, foie, rate, pancréas, utérus, vessie,...).

L'objectif premier est de rechercher la tension et de trouver le bon geste, la bonne posture qui permettra de la dissoudre dans le respect du rythme de la personne...et de soi-même. Tout cela afin de rétablir une circulation d'énergie optimale.

L'approche intuitive manuelle est un toucher provenant du cœur, un toucher d'écoute, de non-jugement, d'accueil dont la clé se situe dans la connexion à l'autre.

**Une connexion profonde d'empathie.**

**Savoir se connecter à l'autre, sans s'oublier soi-même...**

## JOUR 1

9h

### I. LA CONNEXION : L'ESSENCE D'UN BON TOUCHER

- 1) Qu'est-ce qu'une bonne connexion ?
- 2) A quoi voit-on que nous sommes bien connectés à l'autre ?
- 3) Ce qui améliore la connexion à l'autre
- 4) Les pièges à éviter
- 5) Comment éviter de faire l'éponge émotionnelle ?

### II. COURS D'AUTOMASSAGE DU VENTRE

→ **s'ancrer, se recentrer, ouvrir ses perceptions.**

**12h-13h45 PAUSE REPAS**

### III. LE CHI NEI TSANG INTUITIF

- 1) L'approche : qu'est-ce qu'on cherche ?
- 2 ) EXERCICES PRATIQUES en binôme
  - Bien se connecter au ventre de quelqu'un d'autre
  - Identifier les points de blocages/tensions
  - **Technique puissante pour débloquer une tension**
  - Pratique pour se nettoyer après soin
- 3) L'importance de la respiration

### IV. Comment accueillir une émotion

Débrief journée – fin 16h45

## JOUR 2

9h

### **I. Bases Anatomie/physio du système digestif**

### **II. COMMENT ÉVITER DE BLESSER ?**

### **III. 2 TECHNIQUES DE BASE (pratique)**

- Détox nombril
- Détox Gros Intestin

12h00- 13h45 PAUSE REPAS

IV. AUTOMASSAGE – perception sensible des organes (localisation/état )

V. S'OUVRIR AU MASSAGE INTUITIF en binôme

Expérimentation

- Perception sensible des organes chez l'autre
- chercher les zones de blocages/tensions, chercher comment les désamorcer

VI. Questions/débrief/partage

FIN – 16h45 thé

### INFOS PRATIQUES

Horaires : 9h30-12h30  
14h00-17h00

Entre 4 et 6 participants pour assurer la qualité de la formation

Tarif : 350€ le week end  
10% de réduction si vous amenez un autre membre

Lieu : 165 rue Gustave Jay – centre yoga  
82000 Montauban

Contact réservation : Elisabeth van Seters 06 64 36 02 27  
[elisabeth@ducoeuracorps.fr](mailto:elisabeth@ducoeuracorps.fr)



**Elisabeth VAN SETERS**

Praticienne et formatrice de Chi Nei Tsang Intuitif depuis 2010

Formée au Chi Nei Tsang en 2010 par Gilles Marin et Saumya Comers, **mon interprétation du Chi Nei Tsang a toujours été personnelle et en permanente évolution.**

Grâce à la pratique de la **méditation** quelques années auparavant cette formation, j'ai développé des perceptions énergétiques et c'est de cette façon que j'ai commencé à expérimenter mes capacités dans le soin.

J'ai par la suite décidé d'approfondir l'approche de la **Médecine Traditionnelle Chinoise** en me formant au massage **Tuina** à l'Institut Chuzhen à Paris.

Parallèlement, je me suis formée et suis devenue praticienne à Paris pendant plusieurs années de la **PNV®**, une méthode de rééducation du système nerveux ( <https://www.visionpnv.com/> ).

Une expérience professionnelle très formatrice pour moi.

Ce qui m'a amenée tout naturellement au bout de 15 ans de pratique de soin à fonder ma propre « branche », dans un esprit contributif, que j'ai baptisé le Chi Nei Tsang Intuitif.

Mon chemin, bien que profondément nourri par l'approche taoïste, a été aussi enrichi par mon expérience personnelle de la **Gestalt thérapie** ainsi que de la **Communication Non Violente**.

L'approche asiatique des émotions est différente de l'approche occidentale, c'est pourquoi j'ai décidé d'assumer pleinement cet aspect qui pour moi est essentiel.

**NB : je ne suis pas une instructrice certifiée de Mantak Chia, si c'est ce que vous cherchez je vous invite à vous rapprocher de l'entre d'entre eux.**

### Ma philosophie : artisan du soin

**« A travers le ventre d'une personne, je cherche d'abord à m'accorder à son corps et à son esprit, comme un musicien le ferait avec un noble instrument.**

Je travaille à établir une relation de confort mutuel et de confiance dans le contact corporel, ce qui initie un **travail dans la profondeur** et sera déterminant pour le bon déroulement du processus de soin.

La séance se déroule alors comme un **concerto dont la partition est propre à chaque personne.**

**Mon toucher, mes appuis, mes mouvements de mains et parfois même mes mots, s'adaptent toujours précisément à ce que j'entends du souffle, du corps, des émotions et de l'esprit de la personne.**

J'aborde mes séances moins comme une thérapeute que comme un **artisan du soin cherchant toujours à affiner mon geste, mon écoute et ma posture au service de plus d'harmonie au sein du corps et de l'âme** de celui ou celle qui vient me consulter. »

**Un jour, quelqu'un va te  
serrer si fort que tous tes  
morceaux brisés vont se  
recoller ensemble.**

