

Chi Nei Tsang pour les *femmes*

Rayonnement intérieur et beauté extérieure

par Sarina Stone



photo: D. R.

Les femmes ne devraient-elles pas se préoccuper particulièrement de leur deuxième cerveau ? Prendre soin de leur système digestif, voilà le secret...



PORTRAIT

Sarina Stone est américaine. Elle s'est formée auprès de Mantak Chia et de Gilles Marin pour le Chi Nei Tsang. Elle s'est spécialisée dans le rééquilibrage hormonal pour les femmes et l'alchimie sexuelle. Elle enseigne également le Qi Gong et la méditation depuis 15 ans.

Depuis la nuit des temps, nous reconnaissons que les femmes sont intuitives. Certaines l'ont tellement incarnée qu'elles ont été considérées comme « magiques ». Ces femmes suivaient ce qu'une expression populaire appelle leurs « tripes ». Mais cette intuition, ou cette perception viscérale, est un don auquel toute femme peut avoir accès. La clé se trouve dans la compréhension de ce que leur cerveau exprime.

Nos deux cerveaux

Aujourd'hui, nous comprenons que le corps a deux cerveaux: cérébral et digestif. Le « cerveau » de notre ventre joue un grand rôle pour notre santé, notre bonheur et notre équilibre émotionnel. Des neurotransmetteurs comme la dopamine, la noradrénaline, l'oxyde nitrique et la sérotonine se trouvent dans nos intestins. Tout comme les neuropeptides qui

sont des molécules utilisées par les neurones pour communiquer les uns avec les autres. Ce sont des « molécules-signal » qui influencent l'activité du cerveau. Elles participent aux fonctions cérébrales comme la régulation de l'alimentation, l'apprentissage et la mémoire...

Le Chi Nei Tsang pour les femmes

Il est essentiel pour les femmes de garder ce second cerveau en bonne santé et fonctionnel à 100 %. Quand c'est le cas, elles sont plus à même d'entendre et de comprendre ses messages, elles ont davantage l'opportunité d'appréhender les situations dans une perspective plus ouverte et équilibrée. Que ce cerveau soit malade, enflammé ou bloqué, et notre perception du monde en sera teintée négativement. Si une femme choisit de se concentrer sur sa santé physique, en détoxifiant et en énergisant son système digestif, elle améliore automatiquement sa santé mentale et augmente ses capacités intuitives. Le Chi Nei Tsang, comme massage abdominal détoxifiant et énergisant, est très efficace. Tout adulte ou adolescent peut apprendre à le faire pour lui-même. Une fois acquis, la plupart des personnes peuvent apprendre à le partager avec un enfant ou un ami. Les amis peuvent le pratiquer les uns avec les autres, les visites médicales deviennent moins fréquentes et la conscience de soi grandit. Les organes reproductifs se trouvant à proximité de leur système digestif, il est d'autant plus important pour les femmes de s'y consacrer. Les gaz toxiques et les maladies logées dans leurs intestins peuvent également être dangereux. Le plus simple

Détoxifier, énergétiser et améliorer sa santé.

consiste donc à apprendre le massage abdominal Chi Nei Tsang quand nous sommes en bonne santé pour prévenir la maladie. Mais le Chi Nei Tsang peut être un outil puissant pour se soigner par soi-même. Il n'est jamais trop tard pour commencer, alors pourquoi attendre? ■

> Stage de Chi Nei Tsang pour les femmes avec Sarina Stone: 31 mars & 1er avril 2012 /
> Coursus de stage de Chi Nei Tsang avec Eric Bah: détoxification de la peau 11 & 12 février / Harmonisation 19 & 20 mai / Réguler 30 juin & 1er juillet 2012.
contact@centre-tao-paris.com