

XIN PING



2-3 MARS 2018

INTRODUKTION

I

THERAPI FÖR KROPP OCH SJÄL

FYSIOLOGISK ENERGI PSYKOLOGI

MED HJÄRTAT I CENTRUM

Välkommen till 2 dagars introduktion

Xin Ping Terapi

Under dessa två dagar kommer du få en mycket bra och en omvälvande inblick i en av de mest sofistikerade terapisystem i världen, antingen för eget bruk eller som professionell behandlare. Du kommer även att lära dig en hel del om hur ta hand om dig själv. Xin Ping betyder fridfullt sinne, det ultimata tillståndet för kroppens egna läkande mekanismer att arbeta fritt och få igång helande dessutom är detta tillstånd den gyllene vägen till klarsynthet. Under dessa dagar görs en del praktiska övningar och demonstrationer.

Xin Ping lär oss hur vår kropp styr våra känslor, hur våra känslor styr kroppen, hur våra tankar styr kroppsfunctioner och känslor.

Det intima sambandet mellan kropp och själ där hjärtat är i centrum är grunden för essensen i traditionell kinesisk medicin och Qi Gong.

Xin Ping är ett mycket bra och användbart komplement till annan terapeutisk verksamhet, För alla patienter som har kroppsliga eller psykosomatiska besvär, är Xin Ping en terapi som verkligen ger autentisk frigörelse av orsaken.

Dessutom är metoden mycket bra för terapeuten själv, eftersom man kan snabbt försätta sig i ett högre mentalt och kroppsligt tillstånd och ta hand om sitt eget bagage.

Denna introduktion är inledningen till en yrkesutbildning som är planerad under 2018 men inte på något sätt bindande för fortsatta studier.

Pris för dessa två dagar är:2500.- + moms

Arrangeras av Naturmedicinska akademien i Glimåkra, www.naturhalsan.se
info@naturhalsan.se / tel. 044 43 399

Lärare: Miguel Rodriguez Wadman som är utbildad i homeopati, akupunktur, även psykoterapiutbildad inom psykosyntes, psykodynamisk psykoterapi och klinisk hypnos, utbildad i Kina till lärare i Xin Ping ,Silva Ultramind instruktör, mindfulness instruktör.

Miguel har undervisat i mer än 30 år i traditionell Kinesisk medicin och personlig utveckling och är nu den första läraren i Xin Ping utanför Kina

www.self-improvement.se / miguel@self-improvement.se tel. 070 777 67 40.

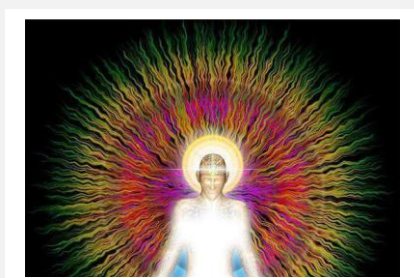


Introduktions program Xin Ping 2-3 Mars 2018

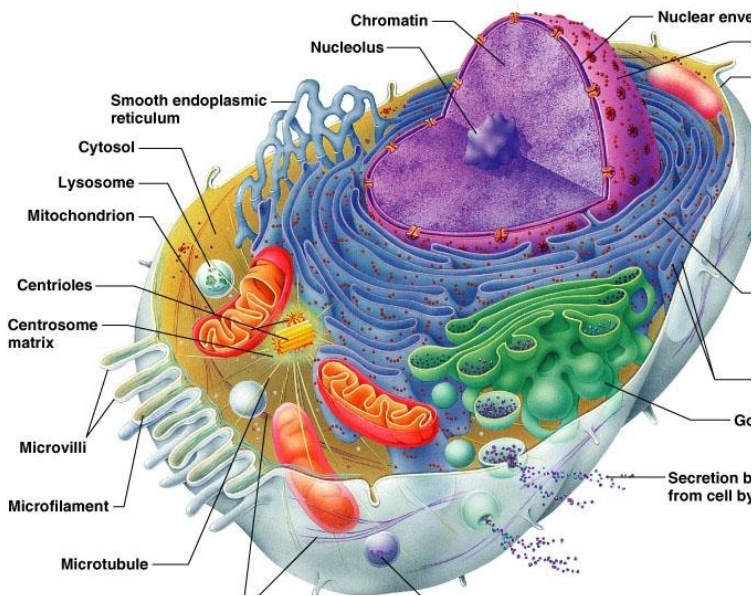
- 1. Introduktion till energi psykologi, emotionell fysiologi, tankefältets terapi**
 - a. Relationen mellan, tankar / känslor och organiska funktioner.
 - b. övning för känna sambandet psyke – fysiologiska förändringar i realtid.
- 2. Överföring och motöverföring** ett psykologiskt viktigt fenomen, sker det via allas vårt gemensamma modersmål kroppsspråket, eller sker det även via energetiska banor.
 - a. Omedveten användning av detta fenomen, den omogne terapeuten
 - b. Medveten användning av detta fenomen, den skicklige terapeuten
 - c. Omedveten användning av detta fenomen den mäterlige terapeuten
- 3. Några egna erfarenheter** som kom att betyda mycket.
 - a. Patient med kronisk smärta.
 - b. Lek och allvar med den rysk Kirlian teknik.



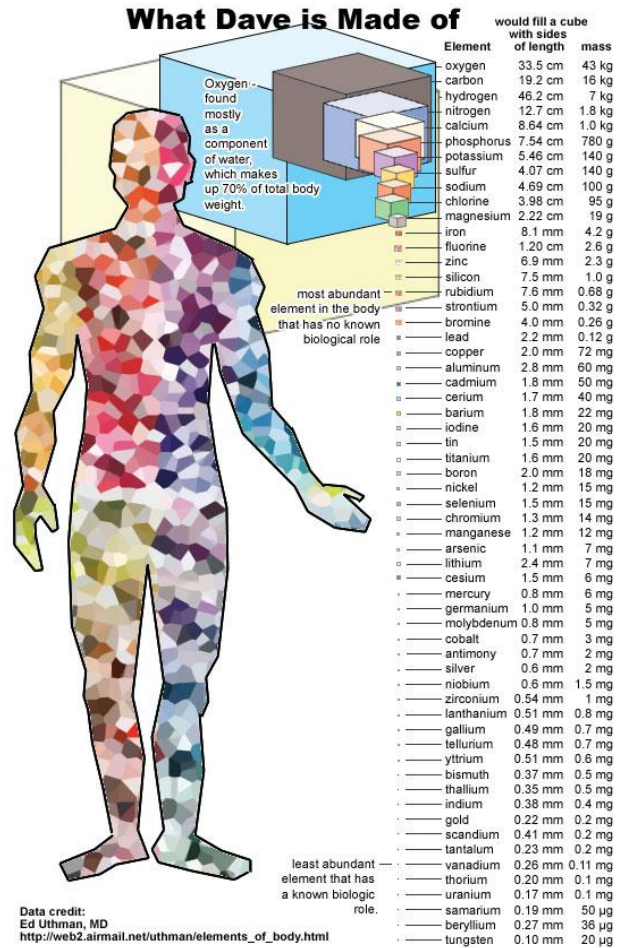
- 4. Kroppens aura** några olika subjektiva och objektiva perspektiv.
- 5. Placebo effekten** "jag behagar" tidernas bästa medicin!
 - a. Det kärleksfulla ögonen, empati, självläkning.
- 6. Xin Ping, Qi Gong, Meditation, healing och många fler,** är att betrakta som icke verbal terapi som modifierar kroppens kommunikations system både in och ut som förstärks av terapeutens attityd och överföring i fältet.



7. En kort reflexion över....livet...

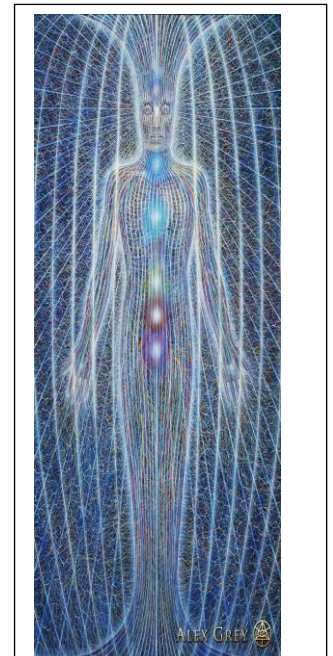
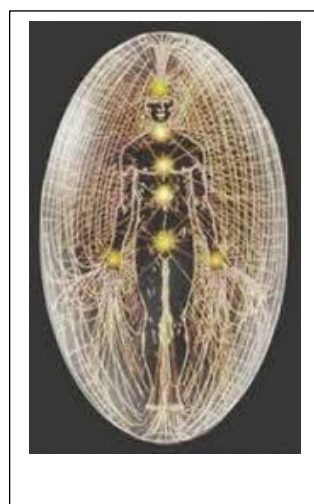
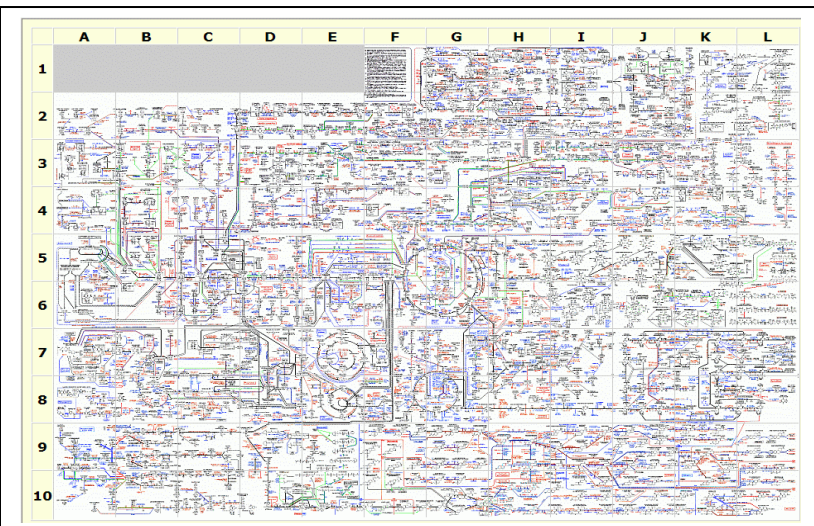
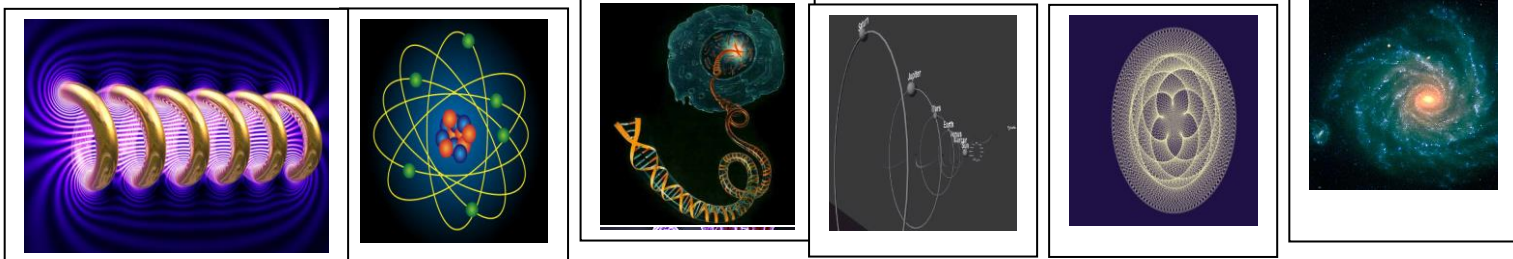


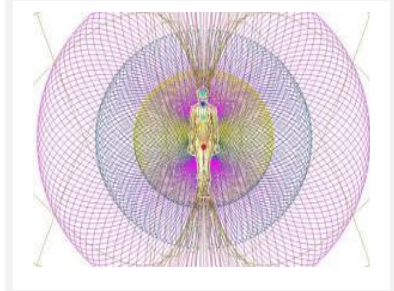
What Dave is Made of



En människa som väger ca 70 kg har:

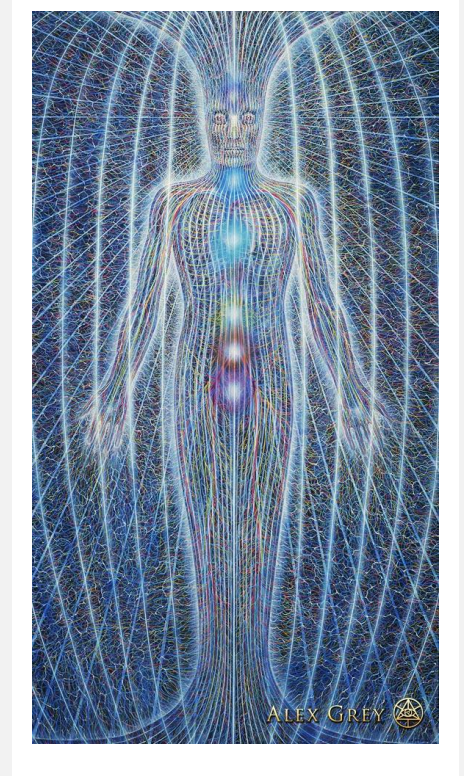
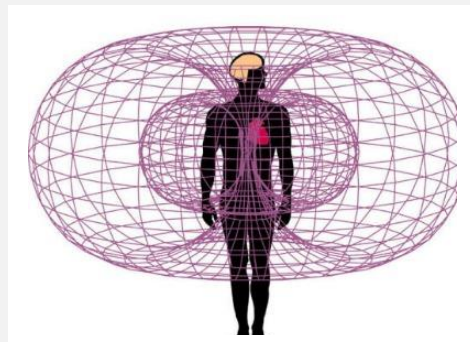
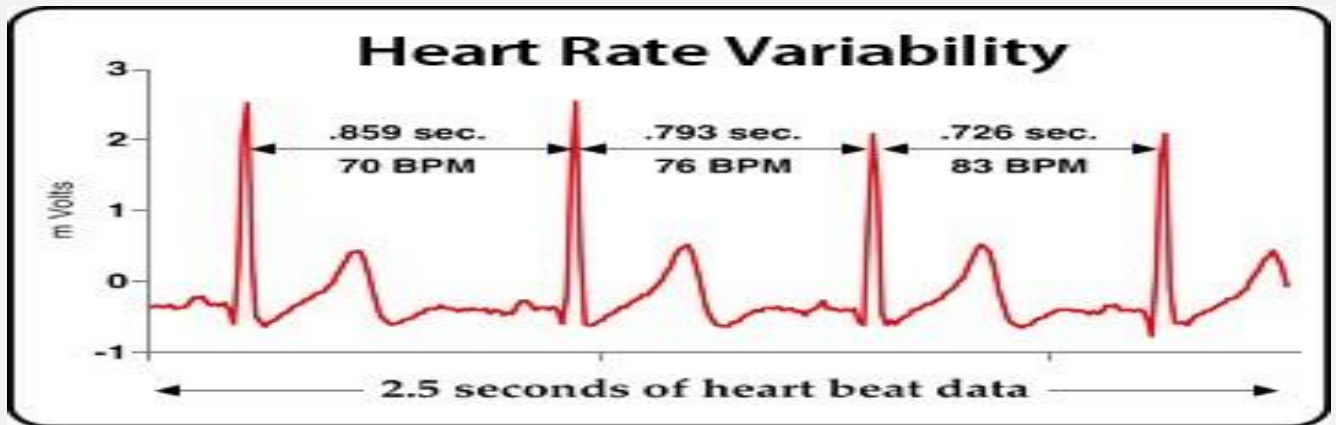
ca 70 biljoner celler + ca 100 biljoner bakterier + ca 100 biljoner virus
 varje cell består av ca 100 biljoner atomer
 (100 000 000 000 000)





8. Hjärtat är kejsaren!

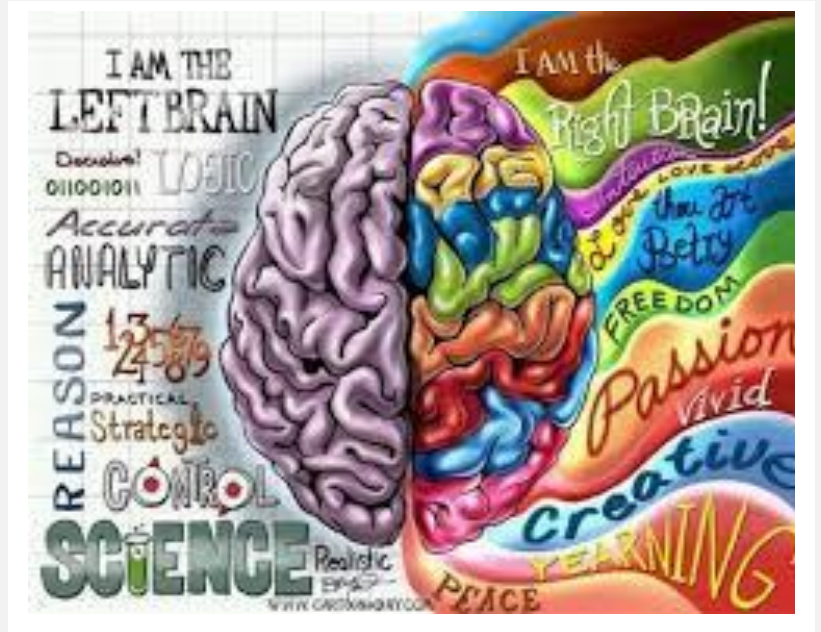
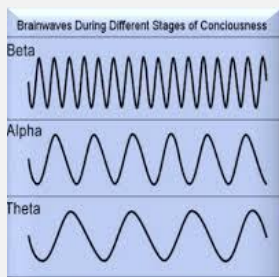
- a. Hjärtats roll i den Kinesiska medicinen.
- b. Hur kan man förstå hjärtats betydelse
- c. Modern forskning , Oxytocin , pulsvåg.



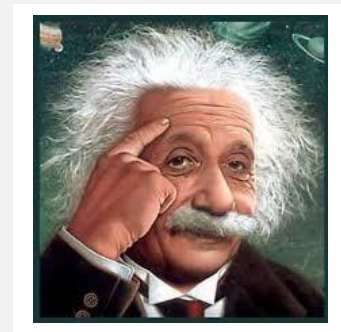
- e. övning med hjärtat för att lösa något viktigt problem.

9. Alfa ett naturligt tillstånd!

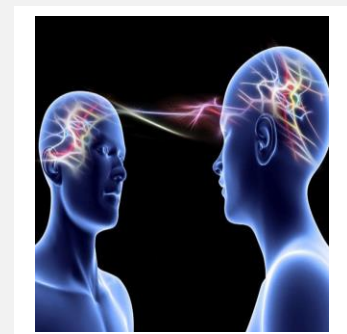
- a. Alfa aktivitet i hjärnan
- b. Vad händer när man är i alfa fysiskt och psykiskt.
- c. Övriga effekter av alfa healing, telepati, klärvoajans psykometri.

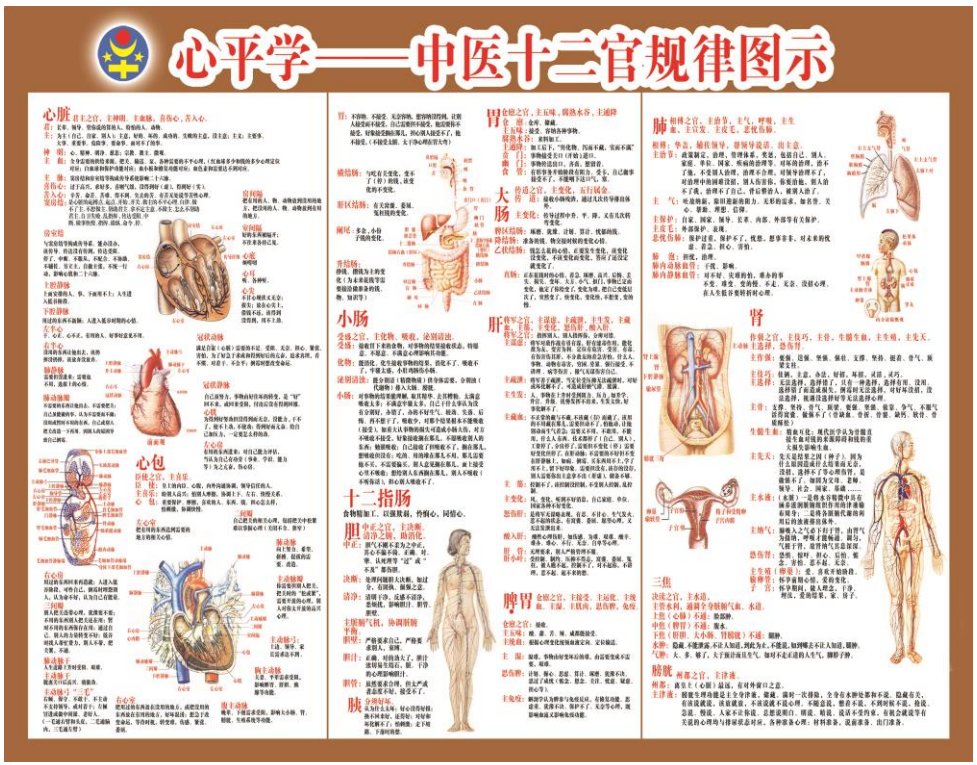


- d. Stress ett vår tids största hot mot hälsan. Det onaturliga blir normaltillstånd
- e. Inflammations processer och metaboliskt syndrom.
- f. Alfa och genialitet.



- g. Vikten av att patienten är i alfa under behandlingen.
- h. Emotionell resonans mellan patient och terapeut.
- i. Alfa övning för att hämta information för att lösa en knepig livs situation





Karta över kroppens olika organ med deras psykologiska samband. Starka negativa upplevelser, negativa tankar, trauma, stress, etc. skapar störningar i organen och väpnader



9. Xin Ping historik

- Wang Zong Ping bakgrund, Qi Gong mästare och TCM utövare författare till ett 20 tal böcker.
- Principerna för Xin Ping.
- Stor stress eller traumatiska händelser.
- Blockering av livsflödet Qi
- Västerländska motsvarigheter, dr. Hamers new german medicine.
- Emotioner är kroppsbundna

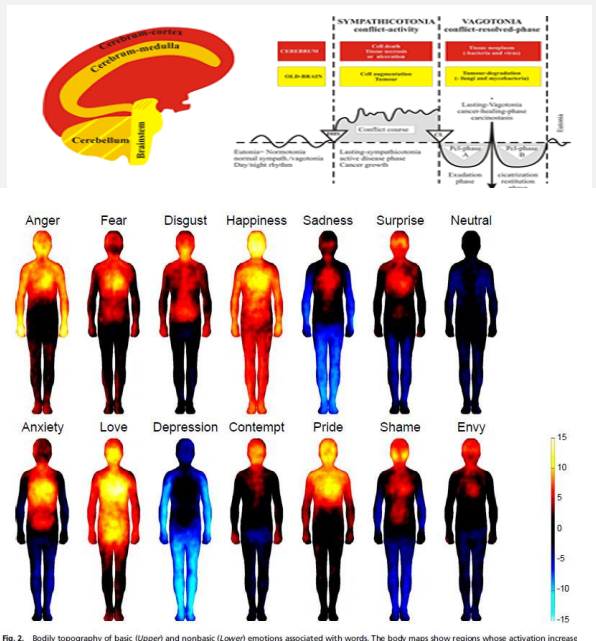
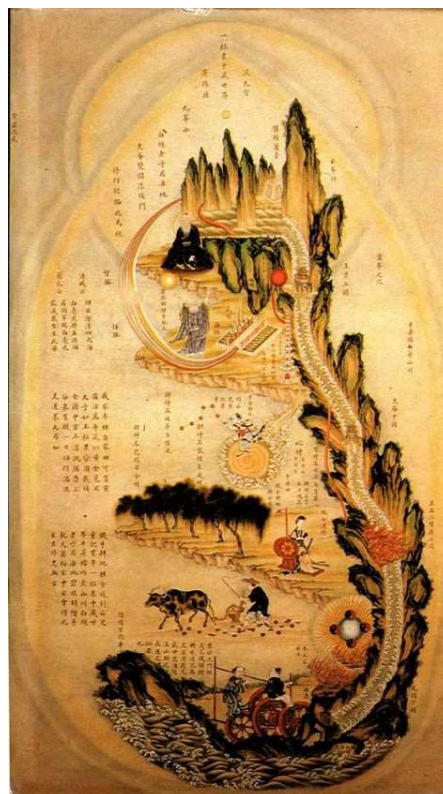
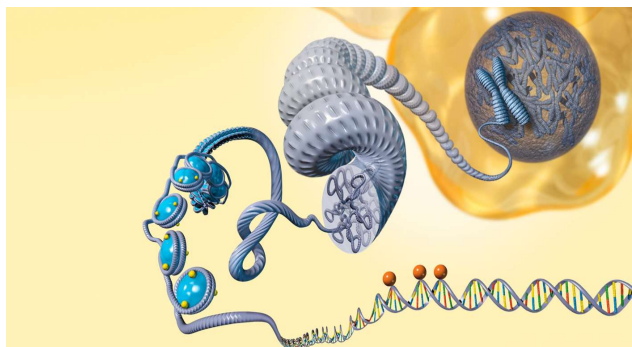
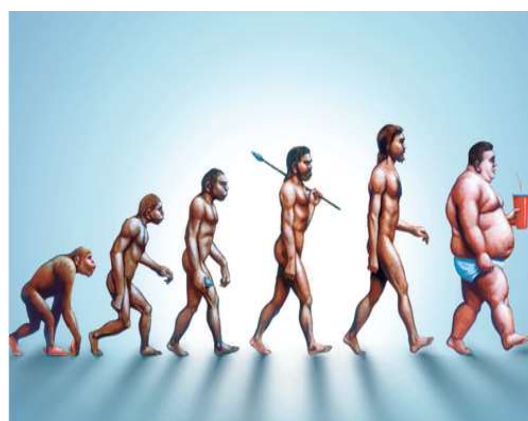
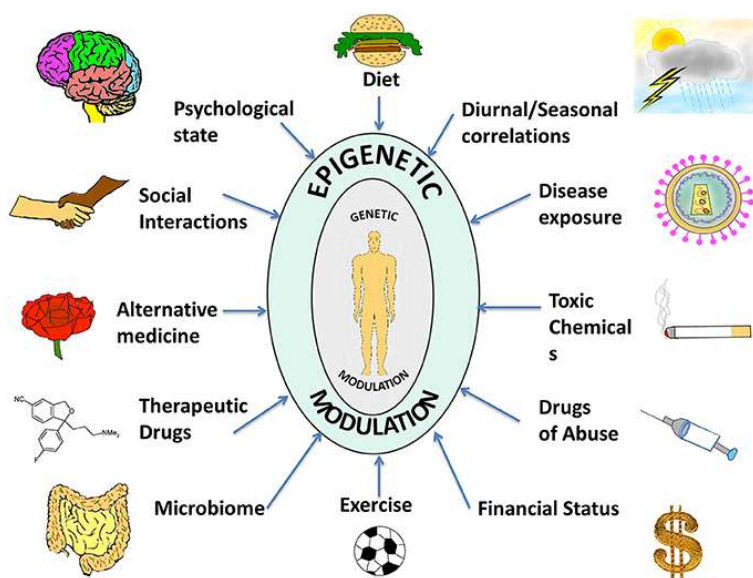
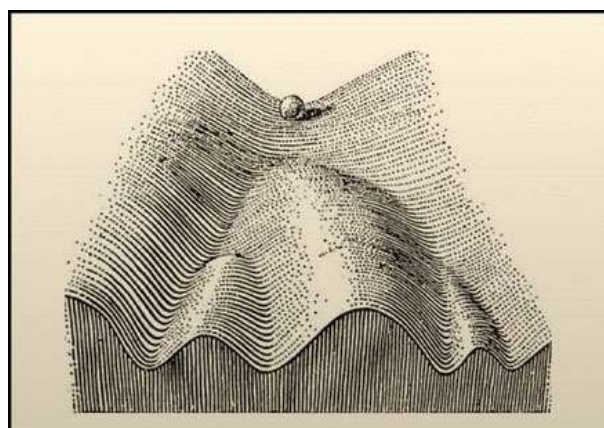


Fig. 2. Body topography of basic (Upper) and nonbasic (Lower) emotions associated with words. The body maps show regions whose activation increase (warm colors) or decreased (cool colors) when feeling each emotion. ($P < 0.05$ FDR corrected, $n = 194$). The color bar indicates the statistic range.

10. lite om epigenetik en helt ny vetenskap



- a. Hur mycket kan vi påverka.....?
- b. Konstitution och livstil.
- c. Xin Ping



11. Att Arbeta med Xin Ping.

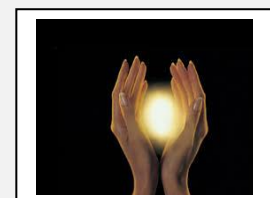


Tillbaka till den ursprungliga människan genom att finna vägen hem!

Xin Ping betyder fridfullt sinne ett speciellt tillstånd som liknar en lätt trans eller meditativt tillstånd som leder till att hjärtat återtar sin position som Kejsare och överhuvud för alla mentala och fysiologiska processer. Xin Ping tillståndet skapar de nödvändiga förutsättningarna för kroppens auto reglering eller självläkning, det är som att nollställa, omstarta systemet.

Den gyllene vägen till självförverkligande! Att praktisera Xin Ping leder till klarseende.

- a. reglering av Qi med qi bollen
- b. övning med bollen.
- c. dåtid -nutid- framtid speglas i varandra.
- d. olika dimensioner (fysisk- mental – spirituell)
- e. hur Xin ping Behandlingen går till.
- f. lokalisation av problem och dess psykologiska ursprung.
- g. behandling vanligt problem så som, hinder, blockeringar, negativa mönster, självkänsla, traumatiska upplevelser, smärta, olika sjukdomar.
- h. övningar för patienten.
- i. övningar för terapeuten.
- j. Xin Ping i kombination med andra terapier.



Utbildning 2018

body - mind - sprit - terapeut

Xin Ping

Xin Ping terapeut utbildningen är en fantastisk vidareutbildning för personer som redan har en terapi utbildning inom skolmedicin eller alternativ medicin.

Denna utbildning är unik, i Xin Ping strävar man till transformation av fröet till lidandet något som deltagarna ofta kommer att få se och uppleva.

Användnings områdena för Xin Ping terapi är verkligen många, begränsningarna är få och beskrivs bäst på introduktions helg 2-3 mars

Denna utbildning är starkt omvälvande, dels för alla helt nya möjligheter öppnar sig samt att deltagarna själva, tillämpar all kunskap på sig själva och på så sätt får uppleva sin egen förändring till det bättre.

Utbildningen är på deltid och kan kombineras med arbete och startar 2018

Undervisningen är mycket praktisk och upplagd enligt följande: Introduktion på 2 dagar samt 6 st. 3 dagars helg seminarier. Undervisningen är på svenska och varvar teori med praktik.

Mellan seminarierna bedrivs vissa litteratur studier, samt praktik med alla olika tekniker. Dagliga Qi Gong och Xin Ping övningar för optimal hälsa. Daglig egenvård med Xin Ping för att uppleva sin egen transformation. Dagboks skrivande över sin egen process. Dokumentation av minst 20 patient fall med skiftande problematik. Utbildningen är öppen för alla som har grundläggande terapeutisk utbildning. På utbildningen tillämpas tystnadsplikt. Utbildningen är inte lämplig för personer med psykiatriska diagnoser. Akademien har rätt att utesluta deltagare som uppvisar dålig etik, missbrukar sina kunskaper eller på olika sätt stör andra deltagare eller undervisningen.

Anmälan skall göras skriftligen, skriv lite om dig själv, samtidigt med anmälan accepteras reglerna runt studierna. Anmälan och betalning är bindande.

Kurs datum på Naturmedicinska akademien: 2-3 mars, 6,7,8 april, 2,3,4 juni, 17,18,19 augusti, 14,15,16 september, 12,13,14 oktober, 9,10,11 november. Eventuellt kan någon extra seminarie tillkomma vid behov.

Pris: 37.000:- inklusive moms.

Plats: Naturmedicinska Akademien Glimåkra info@naturhalsan.se / tel. 044 43 399

Lärare: Miguel Rodriguez Wadman / miguel@self-improvement.se Tel. 070 777 67 40





Xin Ping av Miguel Rodriguez Wadman

Att lindra eller bota genom ett fridfullt sinne.

Om man passar på när man är i Kina och har nyfikenheten och tiden för upptäcktsfärder, som går lite utanför det vanliga TCM som möter oss på sjukhusen och universiteten, kan vi komma i kontakt med en stor mängd av olika behandlingstekniker, terapier och healing metoder.

I Kina har dessa olika läkekonster i allmänhet en gemensam grund, filosofi och det mångtusenåriga medicinska tänket. För att förstå lite bättre skulle jag vilja påminna om att ursprunget är en schamanistisk kultur med rötter i stenåldern, som för ca 5000 år sedan tog formen av Taoistisk esoterik.

Detta är en av mänsklighetens värdefullaste skatter! En skatt som vi ärvt och som lever vidare i akupunkturen, örtmedicinen, feng shui, astrologin och inte minst i alla de hundratals varianterna av Qi Gong. Denna kulturskatt innehåller väldigt mycket, som fortfarande inte har förståtts eller kunnat tolkas.

De kanske viktigaste principerna är intentionen, Qi och dess transformation. Ett alkemiskt budskap från mänsklighetens förfäder. Ett budskap om lindring och bot, men även ett esoteriskt budskap om människans livshållning och den rätta vägen till sig själv. Det är som att dessa principer formulerade av upplysta personer från en mycket avlägsen tid i historien, lagts i en gryta och varje kultur, generation, eller person som eldar under denna gryta, destillerar fram ett elixir som ser olika ut, smakar olika och används på olika sätt.

Låt mig ta ett exempel, sist vi var i Kina lärde vi oss energetisk kiropraktik, alltså att rätta till fel i ryggen med bara energetiskt, holistiskt tänk. Just det, inga manipulationer. Ett slags tankefältets terapi, helt baserad på TCM principer. I motsats till detta har man i väst filtrerat informationen om TCM, genom redan befintlig västerländsk kunskap, med resultatet att man i stort bara funnit att akupunktur är smärtlindrande!

Detta säger en hel del om förutsättningarna för att tolka information, nämligen att om man utgår från redan etablerade principer, eller övertygelser, uppstår tunnelseende, eller total blindhet.

För att kunna destillera fram något i denna gryta, krävs att alla sinnen är vidöppna och att den som gör det är något av en alkemist. Alla som under en tid av sitt liv ägnat sig åt någon av de orientaliska metoderna så som Yoga, meditation, Qi Gong, Tai Qi etc., har säkert lagt märke till att förutom effekter på hälsan, kommer även vår tolkning av livet förändras. Det är som om man genom dessa aktiviteter kommer i kontakt med en högre intelligens, en mer livsbejakande hållning, fredligare attityder, större medvetenhet och mer insiktsfullt perspektiv. Det är alltså en stor skillnad i hur man tolkar informationen. Om man tolkar utifrån den traditionella kinesiska medicinen, om man utgår från neurofysiologi, eller om man utgår från ett transcendentalt tillstånd. Detta är en mycket viktig princip. Vill man starkt förenkla skulle man kunna säga att skillnaden är vilken hjärnhalva som processar materialet. Min uppfattning är att man måste lära sig att kombinera objektiv kunskapsinläring och analys, med mer subjektiva metoder. Vi borde lägga ner lika mycket tid på båda dessa principer. Det är den rätta vägen för att själv kunna destillera fram något ur denna gryta.

Xin Ping är just ett av dessa destillat, eller tolkningar som blivit en fristående terapi okänd utanför Kina. Jag har fått äran och missionen att sprida den utanför Kina.

Xin Ping är ett destillat som tagit fram den absolut mest grundläggande essensen. Jag ser det som frukten av många generationers Qi Gong mästares och andra djupingars hängivenhet i att försöka förstå budskapet och kärnan i denna mångtusenåriga tradition. Xin Ping består av två tecken Xin som är hjärtat och Ping som är frid, stillhet. På engelska skulle det kunna bli: Peaceful mind. Ett fysiskt och mentalt tillstånd obeskrivligt med ord, men som liknar en total, djup avslappning, eller lättare trans. I detta tillstånd balanserar hjärtat, alla energier och ger det rätta utrymmet för Qi att transformera. Detta är i princip en alkemisk process, om

de rätta omständigheterna skapas. Kroppens läkande krafter får fritt spelrum. Vi har lärt oss att hjärtat är Kejsaren och i Xin Ping tas detta till en ny dimension.

Principen om att hjärtat har en mycket stor betydelse för hur vi tänker och mår, har även observerats naturvetenskapligt. Det som mest närmar sig Xin Ping är studierna vid Institute of HeartMath i USA, där man funnit att hjärtat har en egen intelligens. Där har man kommit fram till att när hjärtat är i koherens, det vill säga när avståndet i tiden mellan hjärtslagen är i harmoni, uppstår en serie mycket bra effekter, (inte hastigheten på pulsen utan avståndet mellan slagen). För att uppnå detta speciella transliknande tillstånd används i huvudsak andningen och positiva visualiseringar. Principer som är väl kända inom Qi Gong. Googla på det och du kan ta del mer av fascinerande västerländsk forskning när den går utanför boxen. Besök även Institute of Noetic Sciences.

För mig blev det en direkt uppenbarelse när jag började förstå principerna för Xin Ping. Jag kom att förstå vad hjärtats intelligens verkligen har för roll i vår kropp och i psyket. Kortfattat är det så att allt som händer oss som skapar någon form av stress, eller stark emotionell upplevelse, lagras i kroppen som ett frö. Detta frö vaknar till och vi får symtom både fysiskt och emotionellt. Orsaken är att de ständigt arbetande krafterna för helande i vår kropp regleras av hjärtat och vid stark stress, rädsla eller andra starka känslor, kan medföra att hjärtat förlorar sin roll. Om man då inte tar hand om det som har skett ganska omedelbart, sker i stället för läkning en skada i våra energetiska strukturer. Detta ger ett avtryck som sedan ligger kvar och bildar ett frö. När sedan fröet aktiveras och symtom uppstår, finns ingen likhet mellan symtomen och själva orsaken, ungefär som att observera ett ekollon och försöka föreställa sig hur den fullvuxna eken kommer att se ut.

I Xin Ping lär man sig hur man finner dessa frön och att upplösa dem. Till det används den magiska delen medicinen, samt ett instrument som förekommer i olika Qi Gong stilar, nämligen Qi-bollen, som utövaren skapar av ren Qi mellan händerna. Den används för att terapeuten och patienten skall hamna i Xin Ping tillståndet, vilket ger oss tillträde till helt andra dimensioner, liknande det som sker i alfa tillstånd. Dessa transcendentala tillstånd används för att hitta fröet, eller orsaken till patientens problem och att skapa läkning.

När man arbetar med Xin Ping använder man sig av den kunskap man har sedan tidigare, men den magiska aspekten får mycket utrymme och den utvecklas mycket snabbt eftersom man arbetar i ett slags meditativt tillstånd, eller trans mest hela tiden, vilket också är mycket välgörande för terapeuten.

När man arbetar så händer det att alla tidigare kunskaper uppdateras ungefär som om man installerar ett nyare och kraftfullare operativ system. Vi vet från våra studier i TCM att olika processer i organen påverkar psyket. Psyket påverkar organiska processer, exempelvis överaktiv lever Yang kan leda dels till kroppsliga sensationer och symtom exempelvis huvudvärk, mensstörningar mm, men vi kan även ha psykologiska fenomen som irritation och med tiden utveckla en aggressiv, eller fintlig personlighet. Orsaken till denna leverstörning kan ibland vara mycket uppenbara, fel föda, oförrätter, eller svaghet njure Yin. Det finns även orsaker som inte är lika uppenbara, så som att under fosterstadiet varit utsatt för sin mors rädsla. I ett sådant fall kan vi med akupunktur, örter och Qi gong, balansera upp och få symtomen att försvinna, men fröet är kvar och kan vakna till och skapa andra problem.

Xin Ping är då metoden för att ta fram orsaken, vilket man gör tillsammans med patienten i form av olika tekniker, dels med Qi bollen och dels en guidning från terapeuten, som frigör patienten från det ursprungliga traumat. I arbetet är både terapeut och patient aktiva hela tiden. Sessionen kan vara från några få minuter till 30-40 minuter. Patienten får övningar med sig att utföra hemma, i huvudsak olika meditationer och övningar med Qi bollen.

Ett sätt att beskriva Xin Ping är att kalla det för fysio-emotionell- psykologisk terapi. För det är där man hela tiden är, vilka känslor är det som sätter käppar i vår livsprocess, varför det blev det så, vilka händelser i vårt liv lade grunden för sjukdom, eller olika slags smärta.

Detta tänk finns även här i väst, inte särskilt utbrett, men väl inom psykosomatisk medicin. Andra intressanta medicinska principer från väst som har liknande tänk är den tyska Die Neue Medizin av Dr. Hamer. I detta system utgår man från att starka upplevelser skapar en stress, som ger mikroskador på hjärnan, som i sin tur ger sjukdom, eller symtom i den delen av kroppen som styrs av den delen av hjärnan. Systemet är bra, men saknar terapiform.

Som jag nämnt tidigare bygger Xin Ping på mycket ursprungliga medicinska principer, som i huvudsak används inom medicinsk Qi Gong. Är ni kära läsare intresserade, vill jag på det varmaste rekommendera att ägna 6 månader åt att studera Jerry Allan Johnsons 5 volymer i Chinese Medical Qi Gong Therapy, inte bara läsa utan utföra de många olika övningarna, för det är först då man kan förstå Qi. Den mystiska aspekten i TCM är som poesi, eller konst. Det krävs att våra psykologiska strukturer kan ta till sig det och det är vad Qi Gong är till för i TCM.

När jag först kom i kontakt med Xin Ping, fängslades jag ganska snabbt framför allt av de snabba resultaten. Det som framför allt verkligen imponerat, är att man lyckats pricka in och kartlägga i stort sätt alla kroppens olika vävnader och organ, kopplat ihop dessa med symtomen som uppstår vid specifika psykologiska händelser, eller sinnestillstånd.

Jag skulle vilja dela med mig av en typisk fallbeskrivning. Kvinna som söker för en besvärlig Hallux valgus, en besvärlig åkomma med deformation av stortån, som inte är lättbehandlad. Vi ser att mjältens meridian är engagerad och orsaken visade sig vara en riktigt trasslig relation. Detta var fröet som togs bort och åkomman försvann.

Xin Ping kan ses som en helt fristående terapi, men den är också alldeles utmärkt att använda tillsammans med andra terapier, inte minst akupunktur. Om patienten är fullständigt relaxad kommer akupunktur signalen inte att störas och effekten är starkare och varar längre, om även terapeuten befinner sig i Xin Ping tillstånd, kommer det att ha en direkt helande effekt. Qi bollen är även bra att applicera på nålarna. Exempelen kunde bli många. För en av Xin Pings riktigt stora egenskaper är att det finns ingen gräns. Gränsen, den sätts av utövarens fantasi.

Xin Ping är en av alla dessa terapier som just nu poppar upp i offentligheten i Kina. Tidigare har många verkligt bra metoder varit förbehållna en familj, generation till generation och dom har inte avslöjat hur det fungerar. Det som för bara några decennier sedan skulle vara omöjligt, nämligen att avslöja sina väl bevarade hemligheter till oss i väst, börjar ändras. Vi börjar nu få tillgång till massor av bra och unika metoder.

Xin Ping är sammanställd av Prof. Wang Zong Ping, en livslång utövare av Qi Gong, anedd mästare och författare till ca 15 böcker i Qi Gong. Hans livshistoria som ledde till formuleringar för denna terapi är mycket fascinerande, men i korthet handlar det om att han upptäckte att genom vistas naken i ett fryshus i 15 minus grader kunde han följa sina tankar och känslor och hur dessa var kopplade till de kroppsdelar som kylan angrep. Detta tillsammans med en mycket djup kunskap i de gamla texterna och livslångt utövande av Qi Gong, var vad som behövdes för att Prof. Wang skulle kunna destillera fram ytterligare en terapi ur den med skatter, välfyllda alkemiska TCM grytan.

Miguel Rodriguez Wadman

miguel@self-improvement.se