

Xin Ping, Peaceful Heart – en unik behandlingsform och diplomerad utbildning med hjärtat i centrum



Kalligrafin för Xin Ping består av två tecken: det övre är Xin, hjärta, och det undre är Ping, stillhet, frid. Tillsammans betyder de *fridfullt sinne* eller på engelska *"peaceful heart"* eller *"peaceful mind"*. Ett annat sätt att beskriva Xin Ping är med skålen som symboliserar hjärtat som kan fyllas och tömmas och det magiska spöet står för hjärtats intelligens och förmåga till transformation.



Xin Ping-terapi bygger broar mellan mångtusenårig österländsk och västerländsk medicin. Den grundar sig på teorier från Traditionell Kinesisk Medicin (TCM), Qi Gong, orientalisk psykologi, intuition och intention. Från västerländsk medicin hämtas inspiration inom fysiologi, psykologi och psykoterapi. Xin Ping är en avancerad TCM-utbildning utöver det vanliga.

Som behandlingsform passar Xin Ping för fysiska smärttillstånd, men även för mental och själslig smärta. Inte minst utgör Xin Ping en fantastisk väg till självkännedom och klarseende. Inom orientalisk medicin får själsliga aspekter en framträdande plats i uppkomsten av sjukdomar. Xin Ping utnyttjar det här sambandet mellan kropp och själ för att återskapa balans, ta bort blockeringar och optimera kroppens egen läkning. Detta förutsätter ett medvetet arbete för att uppnå full sinnesfrid, som i sin tur tillåter hjärtats intelligens att agera ostört.

Hjärtats intelligens skiljer sig från det som vanligtvis förknippas med intelligens. Kortfattat är att det energetiska hjärtat härbegeerar människans värdefullaste skatter, dessa mänskliga skatter är våra högre mentala förmågor och egenskaper dessa utgör vår högre intelligens och förmågan till transformation. Dessa skatter kan kultiveras och användas men kan även bli skändade, av svek, brutal uppväxt och en oförstående omvärld, vi kan vara medvetna om dessa skatter och generöst strö dessa omkring oss och skapa en bättre värld, eller inte. I Xin Ping står denna princip i centrum.

Xin Ping är en utbildning för dig som vill vidga dina medicinska perspektiv och uppnå och skapa total frid i sinnet. Som egenvård, såväl för patienter/klienter eller för utövaren själv, är Xin Ping en väg för hälsa, lycka och välgång genom att reducera mentala hinder och låta hjärtats intelligens vara det som styr utan att för den delen göra avkall på våra övriga mentala förmågor.

Metoden bidrar till att återskapa det egna jaget och att utveckla inneboende förmågor. Xin Ping har ett holistiskt perspektiv på människan, där många olika plan speglas i varandra. Alla beståndsdelarna är oskiljaktiga och kroppens fysiologiska funktioner, dess mentala och energetiska processer, själslivet och livsstilen har därför stor betydelse.

Det unika med Xin Ping-metoden är ett tillvägagångssätt som försätter kroppen i ett optimalt tillstånd för självläkning. Vägledningen kommer från en mångtusenårig djup och bred kunskap om människans väsen, samt hjärtats speciella intelligens och intuition. En aspekt är kunskapen om hur kroppen talar till oss, då varje kroppsdel är förknippad med ett specifikt psykologiskt uttryck.

Bilden visar en karta över kroppens organ och vävnader och dess psykologiska samband. Varje organ, vävnad och plats på kroppen har sitt eget själsliga uttryck, och utgör således kroppens eget sätt att kommunicera med medvetandet. Ungefär så här: emotioner skapar fysiologiska processer som skapar känslor som ger upphov till tankar. Tankarna väcker i sin tur känslor som sätter igång olika fysiologiska processer som skapar emotioner. Om vi kan påverka hur vi tänker känner är det fullt möjligt att även förändra fysiologiska negativa tillstånd och sjukdomar. På samma sätt kan vi förändra organens aktivitet kan vi förändra hur vi tänker och känner.



En utbildning i Xin Ping är en gåva till dig själv

Utbildningen passar för dig som vill hjälpa dig själv eller andra att uppnå hälsa och välbefinnande. Den hjälper dig att få ett nytt perspektiv på livet och att nå det svåråtkomliga tillståndet av sinnesfrid. För den som redan har en terapeututbildning inom skolmedicin eller alternativ medicin är den en utmärkt påbyggnad som går att kombinera med de flesta andra terapiformer.

Utbildningen är unik på flera sätt. Vi använder oss av upplevelsebaserat lärande som öppnar för nya perspektiv på hur sjukdom eller fysisk och psykisk obalans uppstår. Därtill tillkommer kunskap om mentala och livsbejakande metoder för att bota eller lindra. Första steget är att häva mentala och fysiska blockeringar för att på så sätt frigöra individen från negativa minnen och livsmönster eller traumatiska händelser. Detta bidrar till en frigörelse av individen och dess inneboende potential som i sin tur leder till läkning eller lindring.



Den japanska traditionen Kintsugi, att laga porslin med guld eller silver, får illustrera en av principerna för transformation i Xin Ping, Peaceful Heart-terapi. Efter lagningen blir porslinet fullkomligt och ännu vackrare.

En röd tråd i utbildningen är principen att läka genom ett fridfullt sinne. En symbol för Xin Ping-metoden är skålen och det magiska spöet. Tillsammans visar de hjärtat som en alkemisk kittel, som härbärgerar allt gott vi har, och som vi kan fylla på eller tömma. Det magiska spöet representerar hjärtats speciella intelligens och kärlekens förmåga att transformera orsakerna till lidandet. Som kursdeltagare kommer du att se och uppleva just detta flera gånger. En annan röd tråd genom utbildningen är att lära och förstå kroppens språk, det vil säga hur kroppen talar till oss genom att varje kroppsdel har samband med ett specifikt psykologiskt fenomen. Den komplexa bilden av människan som fysiskt, psykologiskt, andligt och energetiskt väsen, där olika plan speglas i varandra kräver ett holistiskt perspektiv. Xin Ping-utbildningen ser till *hela* människan och lägger på så sätt grunden för förebyggande åtgärder.

Xin Ping-terapi öppnar för många användningsområden, från behandling av fysiska åkommor och psykiska besvär till existentiell problematik. Andra exempel är coaching i karriär, studier eller relationsproblem. En stor potential ligger i att hitta i negativa programmeringar och transformera dem. I förlängningen handlar det om att återerövra sig själv och bli den man har potentialen att vara.

En av utbildningens starka sidor är de konkreta självhjälpsprogrammen för både klient och utövare. Det bidrar till kontinuitet i behandlingen och till delaktighet i den egna läkningsprocessen. Först då blir det fullt möjligt att ta makten och ansvaret över den egna situationen.

En Xin Ping-utbildning är omvälvande genom att deltagaren tillämpar all kunskap på sig själv, sina egna krämpor eller problem och får därmed uppleva sin egen transformation. Samtidigt öppnas en mängd möjligheter för hur utbildningen kan tillämpas i praktiken.

Praktisk information

Xin Ping-utbildningen bedrivs som deltidstudier och kan kombineras med förvärvsarbete. Vissa teoretiska avsnitt kommer att ges digitalt. Undervisningsspråk är svenska. Utbildningen varvar teori med praktik och är upplagd i tvådagars helgseminarier en gång i månaden under ett helt år. Mellan seminarierna förväntas deltagarna ta del av studiematerial och skaffa praktisk erfarenhet av tekniker och övningar på sig själv eller med egna klienter. Metodens effektivitet upplevs bäst på nära håll genom delaktighet i den egna eller klientens läkningsprocess.

Utbildningen är djupgående och förutsätter hög etik och moral. Den passar särskilt bra för dig som har stark empatisk förmåga och intresse av livet i stort, människan och naturen. Vi välkomnar deltagare som söker djupare kunskap om sig själva eller vill hjälpa andra.

Strikt tystnadsplikt tillämpas. Utbildningen är inte lämplig för personer med psykiatriska diagnoser eller personlighetsstörningar. Vi förbehåller oss rätten att utesluta deltagare som uppvisar bristfällig etik, bryter mot tystnadsplikten, missbrukar sina kunskaper eller på olika sätt stör andra deltagare eller undervisningen.

Anmälan

Är du intresserad rekommenderar vi en kostnadsfri introduktion där du får mer information om utbildningen och får möjlighet att prova på Xin Ping-metoden. Vill du sedan påbörja Xin Ping-utbildningen är anmälan bindande och sker via e-post till miguel@self-improvement.se / jan@neijing.se

Information För mer information och personliga samtal kontakta Miguel på miguel@self-improvement.se eller via telefon 070 777 67 40

Plats Utbildningen är planerad att starta under våren 2022 i Neijing Akademiens lokaler Östertullsgatan 18 Falköping.

Pris 40.000:- inklusive moms.

Utbildningen leds av Miguel Rodríguez Wadman, lärare i Traditionell Kinesisk Medicin, som har flera olika psykoterapiutbildningar i bagaget, och är auktoriserad av professor Wang Zong att leda utbildningar i Xin Ping-terapi.



Jag har varit på ett trettiotal långa studieresor i Kina och i andra länder, och har där mött och lärt mig av framstående lärare inom olika discipliner. Min kommande bok Det dansande hjärtat sammanfattar 40 år av insikter som terapeut, kursledare och lärare då jag i dessa roller har mött människor i livets alla skeenden. Boken handlar om Xin Ping Peaceful-Heart och om människans väg till sinnesfrid, att hitta hem, att behålla eller återfå hälsan och att hitta sitt sanna jag genom att återerövra dig själv.

Xin Ping Peacefull Heart Terapi
C/O Self- Improvement AB
Mandelblomsgatan 10
745 36 Enköping
miguel@self-improvement.se
www.XinPing.se