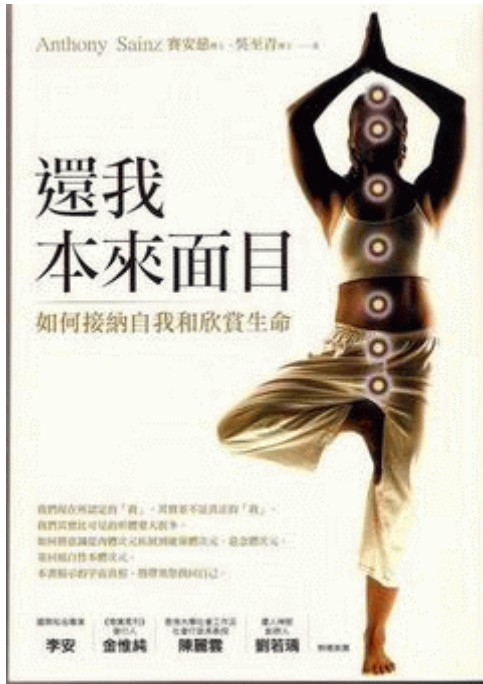


還我本來面目～自我療癒訓練課程



2003 年後半，有機會接受老友至青及安慈的「療癒」幫助，受到很多的慰藉與啟發。當然，我這做電影的累業厚重，想跳出色相界談何容易！深深敬服他二人對性靈及存在本體的究竟追求，更高興他們把這些可愛可貴的經驗及智慧，分析整理出來嘉惠眾生。

——國際知名導演 李安

這是一本需要慢讀、細讀、一讀再讀的書。如果用一種重新認識自己的心境讀，你的人生可能從此不一樣。有幸能讀這本書的人，可能也和我一樣，生生世世與至青、安慈有緣，在「人生藍圖」裡注定有此一遭。這本書是他們「找到自己」的成果，也一定能幫大家一起找到「本來面目」。

——《商業周刊》發行人 金惟純

第一、二天：**多元療癒的基本原則**

第三、四天：**使用振覺呼吸自我療癒**

第五、六天：**進階有意識呼吸及多種自我療癒方法**

講師—生命領航者

「還我本來面目」作者 (商周出版)

賽安慈教授(Anthony Sainz) 身心靈療癒師;美國市立紐約大學社會工作學院 / Hunter College of NYCU 研究部主任、教授~開創全美第一個”心靈與療癒”研究所課程、美國國家研究經費—跨文化精神健康的訓練計畫主持人。

吳至青博士 身心靈療癒師、專業語言治療及訓練師

課程介紹

部別	第一、二天 多元療癒的基本原則	第三、四天 使用有意識呼吸自我療癒
內容 簡介	療癒通用原理、振覺呼吸介紹、呼吸模式分析、人類四次元-1、金三角	人類四次元-2、氣輪、身體圖譜、人格學
	從宇宙本質到人際關係和能量有何關聯? 如何從能量觀點為重複循環的人際關係與生命模式解套?! 一個人的人格特質、生命故事如何反應在呼吸模式?! 為什麼—”有意識的導正我們的呼吸模式	如何有意識地在日常生活中 自我觀照?! 身體是一部”活的” 生命傳記! 我的人生際遇，竟是內在的 「投射作用」?我如何

	<p>”，可以引發潛意識層壓抑的負能量釋放、轉化，實際經驗可能從來都不知道、深藏的秘密與不為人知的”真我”。</p> <p>如何連結自我人生目的、重啟生命熱情、激發行動力？！</p> <p>能量體可以看得到？！摸得到嗎？！</p>	<p>實際地參與編、導、演、劇評？！又如何地將之烙印在身體軀幹，成為細胞記憶，讓我們得以按圖索驥重回</p> <p>“原來的我”！</p>
<p>前兩個階段密集、快速地釋放、整理自我能量，為自我療癒的重要階段，為療癒出生創傷作準備。</p>		

部別	<p>第五、六天 進階有意識呼吸及多種自我療癒方法</p>
內容簡介	<p>水中呼吸、其他呼吸法介紹、認知與重建自我疆界。日常生活中自我療癒法的應用。</p> <p>身心靈整合三部曲的最後一部樂章。藉由水中呼吸進行出生創傷的療癒。六天課程完成並經共修練習一段時日後，即可自行進行各項自我療癒。</p>

參考書目：還我本來面目（請課前預習本書）

【師資培訓課程】振覺呼吸法教練培訓課程

附註：1.本課程結構將依當次實際參與學員組成及整體需求量身調整，為幫助自己有系統、更踏實地自我療癒，**請儘量完整完成**當次六天課程，謝謝！

2.請詳填報名表，幫助老師及主辦單位深入了解您的需求。謝謝！報名表電子檔索取請點擊：

www.wecenterhk.com

主辦單位: PHT Consultant Limited

協辦單位: WE Center (恒 · 慧)

課程時間: 8月1 - 6號 (六天課程費用 HK \$15,000)

注:上過完整六天課程，再複訓的舊生學費半價 HK\$7500。

即日起受理報名，04/30 以前繳費報名享\$1,000 折價優惠，三人以上團報享九折價優惠，五人以上團報享八五折價優惠。

訓練課程地址：待訂

電話報名: 61504166 Anita Chau / 96835180 悟佩 / 94699488 Carmen Ng

e-mail 報名: anita@wecenterhk.com

匯款帳號：中國銀行: 012 - 5511 - 00 - 9663 - 6 戶名: WE CENTER (恒 · 慧)

永隆銀行: 608 - 201 - 3242 - 7 戶名: PHT Consultant Limited

有關課程內容、交通等更進一步的資訊，邀請您點 www.wecenterhk.com 或洽