

## 2022 內在關係生命自覺 初階至四階 課程 公開接受報名

自疫情以來，我們的生活產生了很多變化，無論是你願意的、不願意的...

人與人的距離驟然變得遙遠。

原本可能我們以為會有更多時間照顧自己、關懷自己，

然而，卻在這段時間變得更忙、更亂...

### 學習內在關係生命自覺 (Inner Relationship Focusing)

#### 你能從中獲得什麼?

- 在不斷變化挑戰的環境中找到新的路向
- 認識如何透過身體的智慧，回應內在的需要及外在的變化
  - 安全地陪伴自我真實的感受與需要
    - 有能力作出創意的決定
    - 與己與人有更和諧的關係

### 初階至四階重點

[初階] 掌握內在關係生命自覺的基本步驟，認識甚麼是意感，如何透過身體的智慧進入自覺歷程

[二階] 掌握如何臨在、在邊際中探索，作自覺者的六點建議

[三階] 掌握如何自我帶領做生命自覺，學習作同行者給予提示，學習陪伴多種不同暗在出現時的回應方法

[四階] 掌握如何安全地連接放逐或過度進入的感受，為生命向前走出新的一步

### 導師及日期

[初階] 2022 年 5 月 28、6 月 11 及 18 日(星期六)

導師：陳映清、張家興、李玉貞

[二階] 2022 年 8 月 13 及 27 日(星期六)

導師：陳映清、麥冠南

[三階] 2022 年 10 月 8 及 22 日(星期六)

導師：陳映清、王梓庄

[四階] 2022 年 12 月 10 及 17 日(星期六)

導師：陳映清、張家興、李玉貞

## 上課時間

上午 9 時半至下午 5 時半(初階)

上午 9 時至下午 6 時(二階至四階)

上課地點：Zoom 或旺角廣華街 48 號廣發商業中心 1002-3 室 / 重塑人際關係  
及個人成長中心

\* 初階將會網上透過 Zoom 會議室進行，二階至四階則視乎疫情狀況提供面授

## 收費詳情

方法一：

初階至四階：\$ 8200，早鳥優惠 \$ 8000 (7/5/2022 或之前報名和付費)

二人同行價：\$ 8100，早鳥優惠 \$ 7900 (7/5/2022 或之前報名和付費)

\*二人同行價只適用於方法一

方法二：

初階及二階：\$ 4700，早鳥優惠 \$ 4400 (7/5/2022 或之前報名和付費)

方法三：

三階至四階：\$ 4400，早鳥優惠 \$ 4,100 (18/6/2022 或之前報名和付費)

\* 三階至四階只供完成初階及二階人士報讀。如在其他地方上過，可聯絡李小姐了解報名事宜

經濟上遇到困難者，可來信申請減費。

報名 請上網填報名表 <https://forms.gle/KtunzwJKanrL89DS9>

付款 (請於報名後三天之內付款)

1) 透過支票(抬頭寫：天行家人心靈互動協會有限公司) 寄：九龍

旺角廣華街 48 號廣發商業中心 10 樓 1002 室。支票背面寫上你的名字，  
信封面註明-生命自覺 R; 或

2) 直接存款入中國銀行戶口 (012 - 586 - 20019097)，然後電郵

reconstruct2001@gmail.com 或 whatsapp 至 90280879 傳來入數紙。



退學：開課前十日或以上可以退學，學費在減除\$300 手續費後，餘數可以在一年之內用作報讀下一次同類課程；不設退款。

查詢電話 / whatsapp：9028 0879 李小姐