

ExMatrix 電子報 (2010 年 5 月號)



意覺思維 [前世催眠體驗工作坊]會訊 (5 月號)

2010 年 5 月

最新消息!!!

免費支援服務 - 為會考生打氣

今年是最後一屆中學會考，香港青年動力協會最近的調查顯示，"末代考生"一名令應屆考生添上壓力，作為家長的想幫一把，亦好像心有餘而力不足...[詳細內容](#)

暑期課程及活動詳情將於六月份刊出

事實上對老師學生以至家長來說，暑假正是一個充電及放鬆的好時機，在這悠長假期中，旅遊玩樂確是賞心樂事，可以令人暫時忘卻煩惱，惟一套令人可持續保持心境平和的技術，可令自我放鬆更持久有效，藉著這個機會，我們在六月份會預告將舉辦的暑期活動，這些活動更會跳出課堂式的局限，滲入更多戶外活動的元素及趣味性，務求令身心得以好好舒緩，有興趣的朋友，請留意我們六月份的電子報。

近期課程及會員優惠

5 月：Mind Tech 1「科學靜坐法」證書課程

日期：2010 年 5 月 20 及 5 月 27 日(星期四)

時間：7:30 p.m. 至 9:30 p.m.

地點：中環砵甸乍街 6-8 號立輝大廈 1503 室

費用：HK\$600

報名：請致電 6201 6636 或電郵至 info@hkhypnosis.com 留位...

[詳細內容](#)

筆跡閱人心 - 5 月 10 日開班

筆跡顯出每個人的獨特性格，正如我們常提到身心是互動，簽

ExMatrix 意覺思維

Ex~穿越

Matrix~思維的矩陣

只有穿越思維的矩陣，我們更能看到事實物的真相。

訂閱《ExMatrix》電子報

請輸入你的名字及電郵地址:

名稱:

電郵:



訂閱



取消訂閱

溫馨提示

筆跡閱人心

5 月 10 日開課

Mind Tech 課程

5 月 20 日開課。

MY OH MIND

6 月 7 日舉行

網站連結

[催眠治療](#)

[前世催眠](#)

[Mind Tech](#)

[My OH Mind](#)

[網誌\[1\]](#)

[網誌\[2\]](#)

名展現你的個性，調整你的簽名可能令人對你另眼相看，改變筆跡著意去改善人生。在四堂共 8 小時課程中，分析自己的筆跡，同時...[詳細內容](#)

6 月: My OH Mind 深層自我溝通

OH Card 是一種「自由聯想卡」及「潛意識投射卡」的系統。在藉團體遊戲的方式，分享彼此的想像和感觸。

你能夠於 8 小時內學會以 OH 咭作潛意識探索，了解自己人格特質和情緒傾向，從而提升自己的直覺能力、覺察能力和洞悉能力。

你更會學懂：

分享彼此的想像和感觸

掌握潛在心境、人格特質及行為表現

協調內心矛盾和心理情境

個人及社交問題剖析

刺激創造力和幻想力，激發創意思維

豐富表達的詞彙，促進溝通

啟發直覺能力、覺察能力和洞悉能力

刺激想像及增加自我覺知

開展傾聽和反應能力

逆向思維訓練...[詳細內容](#)

網誌文章摘錄

Mind Tech - 自我身心修復

教授陶博士設計的 Mind Tech 課程已有一段日子，學員對 Mind Tech 所帶給他們的寧靜及放鬆效果均嘖嘖稱奇，原因是他們未學 Mind Tech 之前，對靜坐的理解，仍舊是屈膝盤腿、一坐就至少一小時的自我修煉，又或者誤解科學靜坐是一種禪修。或者「心水清」的朋友都從我們的網站及課程介紹之中，認識到科學靜坐的好處：「Mind Tech 是通過人在 Alpha 狀態時，更能增進身心健康、更能活躍想像，與及更能接受暗示這個現象，而設計而成的一套改進自己及他人的完整，而且簡單易學易用，但卻極具效果的心智方法。」 很多人都不能靜下來，因為...[詳細內容](#)

如何以自然方式處理壓力和焦慮(轉載)

http://www.naturalnews.com/028625_anxiety_stress.html

星期四 · 2010 年 4 月 22 日 : Fleur Hupston (NaturalNews)

壓力是處理潛在危險情況下的身體反應：提高腎上腺素水平，增強警覺性。然而，長時間的壓力和焦慮有損身心健康。認識壓力和焦慮 及如何以自然方式處理它，可以幫助消除一些對身體有害的影響...[詳細內容](#)

週年有感

老套的說一句:時光飛逝！

遷進中環的辦公室快要一年了，回顧這些日子雖是感慨良多，但我感恩：為能夠實踐自己的理想感恩、為大家對我的信任與支持感恩、為老天對我的眷顧感恩... 要感恩的實在太多了！自知自己不是熱衷交際的人，沒有甚麼人脈網絡，加上社會大眾對催眠治療仍然存在不少誤解，靠自己由零開始令人感到吃力，但小弟仍然會本著「努力是不會白費」的宗旨，認真和用心地去處理每一個個案、辦好每一個課程。工作上的滿足是大家在過程之中能夠有新體會及思維，繼而想通改變。

信譽，源自你的信任與支持，衷心感謝你的轉介，它印證了你對我們的認同！[詳細內容](#)