



綠色覺者

療癒師煉金術課程

2022年9月—2023年5月

課程內容

2022年9月—2023年5月

- 1 第一階：身體與大地
- 2 第二階：情緒流動
- 3 第三階：行動實踐

此課程共3個階段
以9個月的時間
帶領大家走上
療癒師的煉金術之道

療癒師煉金術

【煉金術】

把一般金屬變成黃金的技術。這種技術需要投入用心去鍛煉，要經過轉化的過程。

相信你早已聽過顯化的方程式“BE - DO - HAVE”，誰要夢想成真，首先就要締造散放自己想得到的事物那種感覺，日後發生的一切，全是我們的頻率吸引回來的。

身為療癒師、生命工作者，或者只是個想生活過得去的人，我們想做事處處無“往而不利，首先就要搞清楚自己的本質 — 即是明白自己是誰、有什麼潛質、生下來有什麼獨特的天賦；我們真正了解自己、聆聽內在的心聲，才自然知道自己需要做些什麼、變成什麼。

坊間的大師班教人怎樣成為療癒師、怎樣包裝推銷自己做身心靈導師，這個課程令人回到自己生命的本質。

周兆祥博士 (祥哥)

祥哥以40多年本地身心靈教學經驗，加上以往在大學設計課程的專業，理論實踐結合。不單傳授他開創的整全生命療癒體系（Holistic Life Healing），讓更多人接力傳揚；同時，更以「個人本質」出發去讓學員融入自己本身的潛力和藝技，發展屬於自己的志業。



周可凡

可凡過去多年跟隨世界級大師深造，有十多年豐富的療癒、教學經驗，加上她劇場、編舞的訓練，善於設計體驗方法，讓虛無飄渺的靈性道理落地，變為身體記憶。



適合人士

收到 calling (靈魂的呼喚)
此時此刻要出現

照顧他人，
但也很需要被支持

渴望與大自然
有更深層健康的關係

心底知道要行的路，
但需要點協助活出生命本質

學了很多身心靈療癒課程，
需要整合下來

發現原來無需單打獨鬥，
想得到羣體的支持





課程日期

1 第一階：身體與大地

全班大會：9月12日、10月15日
11月12日
小組共修：9月24日、10月29日

2 第二階：情緒流動

全班大會：11月13日、12月10日
1月7日
小組共修：11月26日、12月17日
1月21日

3 第三階：行動實踐

全班大會：2月4日、4月1-2日、
5月6日
小組共修：2月18日、4月22日



退修營：11月11-12日



實習期：3月份

9 個月的旅程
分為3個階段
每個階段包括：



單對單 / 小組諮詢 (0.5 - 3小時)
每個單元中，安排所有同學都有機會
直接和祥哥、可凡單獨或多人互動，
檢討學習進程，解決遇到的困難和疑問。

全班大會 (3-5 次 全日課)

課程的主幹就是每月全日的聚會。
由祥哥和可凡主持，每次的主題會對應
課程的單元和當時大家的需要。
課程地點除了在尖沙咀綠野林之外，
也會去不同大自然課室。



全日課時間：10:00-18:00



小組共修 (2-6小時)

增強深化同學互動，每個月由
小組自訂方式共修、因應單元
中該月題材，小組緊密連繫，
互助互勉用心實踐課上學到的
各種工具。



觀課 (2-6小時)

為了訓練覺者的觀察力和體驗，每個單
元同學都會有機會旁聽或協助祥哥與可
凡的教學或療癒課。每節觀課前後都有
介紹和檢討，讓學員更深層了解教學背
後的構想、設計、細節準備，從導師、
療癒師、教練等角度研討提供服務的
知識、技藝、心得。



* 有機會因應情況而更改日期

1

第一階：身體與大地

我們來這個地球，有一個肉身。只要我們用心聆聽，她有很多智慧和信息給我們。

我們集體的大身體，就是大地媽媽。當我們打開感官，大地也有很多說話和智慧。

在自己身體，在地球上覺得放鬆和安全；找到「回家」的感覺，這就是療癒的基礎。

內容：

- 體驗深度放鬆和入靜
- 學習身體與意像的語言
- 滋養與大地媽媽的關係
- 培養感知自己身體及內在，發展跟自己獨一無二溝通方式
- 練習身體全然的「在」 (Presence)，從而散發信任感與安全感給自己和他人

“

療癒的基礎：
深度連結身體及大地

”





2 第二階：情緒流動

作為療癒師，我們很自然地吸收他人的情緒，或感受到集體場域的痛。

我們很需要釋放及轉化這些能量。

更甚，如果我們不處理自己過去的創傷，我們很易吸引某一些人，例如會觸動我們、或投射特定期望在我們身上的人。

我們如何設立療癒師的界線，與自己、他人及集體社群建立更好的關係？

內容：

- 深深接受自己整體，包括情緒、悲傷、憤怒、恐懼，及它們帶來的智慧
- 了解自我和集體的界限，尋找健康的平衡
- 學習穩固場域 (Hold Space) 的能力，去面對自己、他人或集體的極端情緒
- 認出情緒崩潰的習性和觸發點，從而使之化解
- 回歸自己在不同角色間及天地間的角色地位

“

如何保持躺開的心，
但又不致被世界的傷痛覆沒？

”



“

不去療癒自己的療癒師，
只會引來麻煩...

”



③ 第三階：行動實踐

內容：

- 找出自己最深處的梦想和獨特的天賦
- 探索抗拒夢想成真的能量
- 設計個人項目考驗自己的識見才華
- 深入鑽研自己的本事，發展出獨特的個人風格和表達方式
- 體驗與全組分享的喜悅樂趣

當我們的修習已經紮根，我們天生對集體意識的關顧會自然而健康地展現出來。

令天賦充份發揮顯露，需要投入、耐性、結構、回饋；課程最後部分集中處理個人的抗拒心理，衝破舒適圈，趁機在指導陪伴下發展一個計劃項目。本課程安排3個選擇：

(a) 教學

不少同學帶藝上山，早已學了上手種種身心靈工作技藝；這課程讓他們善用學識與人分享。過去有學員在慈善團體 Club O 主持了活動（1.5小時），也有和同學一起做開放日演出。學員需自行做推廣、招生、教學。大家也有機會教班、觀課，得到導師和同學回饋。

(b) 服務

目前本地社會環境令大家活在壓力中，極需情緒及靈性支援；課程學員可與其他同學合力設計一個服務項目，回饋社會，其間得以連絡各方組織、合作對象，體驗互動，評估成果。

(c) 藝術表達

學員也可以選擇投入鑽研自己醉心的藝術表達方式，例如有人畫一套塔羅牌，有人開設自己的 podcast 或影視頻道。可凡和祥哥在戲劇、繪畫、音樂、拍片、廣播、出版、攝影、寫作等範疇經驗豐富，處處能夠助大家一把，造詣登上新境界。

課程收穫



療癒自己

解鎖累積的保護機制
重拾與生俱來的力量
建立穩定的基礎
讓自己乘風破浪



感受羣體的力量

讓生命影響生命
既被看見、也躺開聆聽
跟共同理念的人
一起面對世代的挑戰



活現最燦爛的自己

充分發揮自己的天賦
創造療癒的當下和未來
為身邊人帶來安穩和療癒



豐盛投資

8月15日或之前: \$22,888

費用: \$25,888

綠野林會員: \$24,888

分期付款:

第一期 - 報名後 3天內: \$6,666

第二期 - 10月15日前: \$5,555

第三期 - 11月15日前: \$5,555

第四期 - 12月15日前: \$5,555

第五期 - 1月15日前: \$4,557

(總數 \$27,888)

- 學費不設退款。
- 可在綠野林或網站報名時使用信用卡。
- 不可與其他優惠共用。



上課地點: 大埔山水間聖所、
粉嶺綠田園、尖沙咀綠野林、
其他實習及體驗的場地



查詢及報名

電話: 3428-2416

Whatsapp: 5406-2182

@greenwoodshk

event.greenwoods@gmail.com



九龍尖沙咀金巴利道 25 號
長利商業大廈 11樓 1103 室

開放和熱線時間:

星期一至六, 中午12時至下午7時