

# 三日扶陽辟穀斷食修煉

主辦單位：



天地交泰，花草共榮，萬事萬物源生於道。啟動生命活化細胞密碼，密入道行。

獨創扶陽為基礎的辟穀飲食，在斷食中啟動自體治療能力，必先以扶陽為基礎。透過啟動奇經八脈、活絡氣血，在體內轉動純陽之內丹動力系統，以運行活化細胞之動能。

在斷食中斷捨離親情、愛情、糾纏不清的情節，使腦內重組、價值觀重建。在斷食中扶陽、細胞淨化中密入天地人一脈相承、開啟天地教誨之智慧、領悟萬物生靈和諧共榮的美好生活。

## 【課程內容】：

以飯水分離為基礎、提昇陽氣韻、活化細胞  
以鬆筋脈動瑜伽操啟動體內動力、活化氣血  
在斷食中溶解照見身心慣性與宿疾、打開捆綁的自我設限與價值觀重組

## 【課程資訊】：

時間：2018年3月30日上午9:30至4月1日下午5:00

地點：長洲救世軍白普理營

人數：限額30人(15人開課)

課程費用：每人3200港幣

早鳥價：每人2980港幣(2月11日前報名)

報名方式：填寫電子表格 <https://goo.gl/forms/Wfr9jGkJLAvfmgAQ2>  
及繳費

報名期間：即日起至2018年2月28日止(如額滿將提前結束報名)



## 【導師簡介】：

陳昭川 | 瑜伽修煉密行者、八正文化出版社社長。從瑜伽中研習中醫黃帝內經談的八脈十二內經進而了解生命本質，多年來持續致力於研究人體自體治療療法。

仲美藍 | 瑜伽修煉密行者、八正文化出版社總編輯。擅長透過輕鬆、自然的引導，讓學習者的身心更為自在與健康。

李炎芳(三文魚) | 養生呼吸導師、社區呼吸關注組發起人。



# 參加者回饋分享

斷食不是為了斷食，爬山也不是為了爬山，一次次的參與，一次次的體悟，一次次的釋放心中許多的無明恐懼，所有的一切都溶解在大自然的懷抱裡。不再急於衝向山頂，而是配合呼吸緩緩地欣賞著周遭的一草一木，懷著感恩的心漫步於山林中。懷念大雪山的扁柏、檜木林步道，懷念稍來山的親和力。

-第10屆中部提陽斷食心得

老師逐步引導下，我們更開始提陽修煉。很幸運，持續兩年來的三天七天修煉營都有參與其中。老師經驗深厚，他用心設計開發身心潛能的各種歷程中，見到大家儘是開心輕鬆快活自在笑臉，營內當然不乏觸動心靈的淚水！老師細膩入微的關愛下，學員們都很願意向深藏的積壓重擔說「您就出來吧」！斷食，換來的却是身心靈豐厚的饗餐！

- 李炎芳 (三文魚) 分享

我感覺斷食的細胞活化和修復力量是很強大的。可以把我長期積壓的身心問題都化解，更把身體莫名的症狀輕易消除去。斷食更令我變得充滿活力和信心，大家都看到我的前後對比，感恩很多飯友的陪伴和支持幫助！斷食看起來總有很多未知之數，但告訴您：這裡面充滿愛心和電力，足以令人有所改變，您會跟我一樣更加喜歡自己！

-Kitty Kwok 分享

報名  
查詢

網上報名: [bit.ly/marfasting](http://bit.ly/marfasting)

Whatsapp: 91595139 三文魚 或 5313 2773