

# 彰化縣教師輔導諮商支持服務方案

## ~一場與頌鉢共振的療癒旅程~

在這三小時的頌鉢療癒體驗中，我們將以鉢聲引導身心歸於平靜，從頌鉢的文化緣起、療癒原理到實作技巧，帶你認識聲音如何與能量共振，溫柔調理情緒與身體。

- 【歸零重啟】頌鉢靜心之道

在鉢音的引導中沉澱思緒，釋放日積月累的壓力。讓意識回到當下，以聽覺深層感受聲波共振所帶來的溫柔療癒。

- 【文化緣起】聲音與療癒的古老智慧

探索頌鉢的文化源流與哲思脈絡，結合醫學與科學角度，理解聲音療癒的身心作用與實證基礎。

- 【療癒技巧】頌鉢操作與日常運用

學習基礎頌鉢的敲擊方式與操作流程，理解聲波如何在日常中幫助放鬆、平衡能量與提升覺察。

- 【共振實修】團體鉢療能場體驗

透過團體共振實作，親身感受能量場的流動與調頻，體驗聲音如何跨越語言，引領身心靜定。

如果您也渴望片刻的靜心，或想親身感受聲音的療癒力，誠摯邀請您加入這場聲波旅程，與我們一起聆聽、重啟、回到自己。

### 講師：宸甄老師

- 空瑪那國際瑜珈頌鉢學院 創辦人
- 台灣頂尖頌鉢研究者與老鉢收藏家
- 台灣國際瑜珈協會 理事長
- 印度國際瑜珈節 受邀唯一台灣授課講師
- 「涵碧樓」頌鉢冥想指定講師
- 大陸十萬人療癒音樂會台灣代表講師

日期：114年9月12日（五）

時間：09:00-12:00

地點：彰師大綜合中心三樓

參加對象：彰化縣高級中等以下學校專任及代理教師

主辦單位：國立彰化師範大學社區心理諮商及潛能發展中心

聯絡方式：(04) 7289258

Email：human@gm.ncue.edu.tw

報名網址

