

卓越生命雙週刊

Excel Your Life Newsletter: June 10 2008

讓你提升你自己的生命而發行的電郵週刊...

Content:

- I. From the eDesk of Keith To
- II. Bi-Weekly Cut & Paste: 買個奇蹟
- III. Keith's Point of View: **AIDS Part 3 – 不想的奧秘**
- IV. You Can Attend: 第八屆註冊催眠治療師課程
- V. My Thinking Tips: **Top 5 Ways to Become More Self-Aware**
- VI. Subscribe to our "Quote for Your Soul" Service
- VII. My Free Resources for You: **Ideas & Thoughts of Keith To**
- VIII. Recent Posting of "Ideas & Thoughts of Keith To"
- IX. Tell a Friend

I. From the eDesk of Keith To

Hi and welcome again.

1. [2008 年度催眠治療師課程準備開課了](#)：極多朋友查詢的**催眠治療師課程**將於本月 21 日正式開課，本課程或許是小弟最認真的課程了，八年來小弟不斷強化課程，卻從未想高加價；八年前已經是超值，八年後的今天，這個價格實在是有點過份。

我和聖雅各福群會對這個課程帶著同一個目的－推廣催眠治療。

本課程分為兩個部份－**基礎催眠證書**及**註冊催眠治療師**，首部份為 30 小時，次部分則超過 70 小時。

首部份的**基礎催眠證書班**，我認為是適合每一位希望助人助己的朋友的，學費是『可恥』的\$1,900，我希望每一位朋友也能輕易報讀。

有興趣的朋友，可致電 2835-4394 (Richard Fung) 查詢，或瀏覽www.HypnotherapistTraining.com。

2. 今期**Weekly Cut & Past**又來了一篇很『假』的文章，既然很假，那你又為何刊登出來？因為我寧願相信奇蹟，然後採取行動，也不願什麼也不去做！

Keith To

Explore. Exceed & Excel

www.keithto.com

II. Bi-Weekly Cut & Paste: 買個奇蹟

你想過了嗎?

文/不詳

茱莉亞伸直身子,好把襁褓中的弟弟麥可看清楚點。

他躺在嬰兒床裡，她聞的到身邊桌上的藥味。

爸媽告訴她，麥可病的很重。

她並不清楚麥可到底有什麼問題，只知道他似乎不太高興。

他老是哭，現在也是。

她輕聲細語：〔麥可，別哭了。〕麥可奇蹟似地不哭了，盯著他姊姊看，眼中泛著淚光。

她牽起他的小手，看著他肥肥的手指，滿是汗水的手指求救般地抓住她的一根指頭。

茉莉亞安慰地緊握了一下。

這時，她聽到父母在隔壁房裡說話。

茉莉亞雖然只有六歲，但她知道，當大人壓低聲音說話時，就是在討論重大的事情。

六歲的茉莉亞很好奇，她親了親弟弟，踮起腳尖走到門邊去。

她父親說：「開刀太貴了，我們付不起。
我最近連帳單都付不出來。」

她母親回答：「現在只能靠奇蹟來救麥可了。」

茉莉亞疑惑著：「奇蹟是什麼？他們怎麼不去弄一個來？」她跑進房間，從存錢筒裡拿出一塊錢，她要去買個奇蹟給弟弟！

茉莉亞跑到對街的超市，收銀台前的隊伍排得很長，茉莉亞插隊進去，但大家並不介意，有些人甚至還覺得好笑。

第一個和這個臉色紅咚咚的小女孩說話的人，是收銀台前的收銀員。

他臉上掛著燦爛的笑容問道：「小妹妹，我可以為妳服務嗎？」

她說：「謝謝，我要買個奇蹟。」

收銀員說：「對不起，要什麼？」

「嗯，我弟弟麥可真的病的很重，我要買個奇蹟。」

收銀員一頭霧水。

他對小孩沒什麼經驗，於是說：「誰來幫助這小孩？我們沒賣什麼奇蹟啊。」

一個穿著體面的男士問：「妳弟弟需要什麼樣的奇蹟？」包括茉莉亞在內，大家都轉過身來看他。「我不知道，爸媽說麥可

病的很重。它需要動手術。]

穿著體面的男士彎下身，示意要她走近一點。

他問：「妳有多少錢？」

茉莉亞說：「一塊錢。」

他拿起一塊錢，道：「我想，現在一個奇蹟大約就是這個價錢。我們去看妳弟弟。也許我有你需要的那奇蹟。」

幾個月後，茉莉亞看著站在嬰兒床上的弟弟。

她的父母正和那位穿著體面的男士交談，原來他是位知名的神經外科權威。

茉莉亞的媽媽說：「大夫，我們還是不知道手術費是誰付的，你說是位匿名的善心人士，他一定花了一筆不少的錢。」

醫生心想：「沒有，只花了一塊錢和一個小女孩的信心。」

信心是最好的良藥！

III. Keith's Point of View: AIDS Part 3 - 不想的奧秘

我所想的AIDS，不是指愛滋病，而是**Advance Intelligence Deficiency Syndrome**，即**高等智慧爭缺乏症候群**。

人作為萬物之靈，高等智慧生物也，但若缺乏的正是高等智慧，不可悲乎？

此症之病徵為何？**不想也**。

此症之起因為何？**不想也**。

為何不想？生物學家告訴我們，皆因節省能源。可能你不知道，用腦耗費的能源跟體力勞動相若，不作體力勞動，難於生存，然而不作腦力勞動，與生存沒有直接關係，可省則省好了。

既然別人已是這樣說，既然傳統也是這樣說，想來為何？

長期不作體力勞動，肌肉自然萎縮；長期不作腦力勞動，大腦自然萎縮，屆時想去想也沒法做到，這也是為什麼這麼多人，常說想不出辦法，想不出創意來！

解救藥物？想想答案吧！

Keith To © 2008

Explore. Exceed & Excel

Ideas & Thoughts of Keith To: www.keithto.ws

IV. You Can Attend: 國際認可－第八屆註冊催眠治療師課程

堅持每年只收生一次，課程不濫辦!

堅持必須達到標準才能畢業，證書不濫發!

堅持學員必能學懂催眠，課程內容不濫竽充數!

一個真正國際認可的催眠治療師課程，修畢整個課程(七個單元)後，你即具備資格申請成為：

- (1) 美國 American Board of Hypnotherapy 註冊催眠治療師
- (2) 加拿大 The Professional Board of Hypnotherapy, Canada 註冊催眠治療師
- (3) 英國 General Hypnotherapy Standards Council (GHSC) 認可 Hypnotherapy Practitioner 資格
- (4) 澳洲 Australian Hypnotherapists' Association Associate Member 資格

我們的催眠治療師課程，以**更廣闊的角度**來運用催眠技術，讓你可以**更具彈性地協助**他人解除痛苦；催眠治療可能只能用於治療場合中，但催眠及其原理卻能運用於日常生活中各個範疇

內，導師本身多年來亦把催眠原理應用於銷售及管理上，襄助自己及別人的事業發展。

課程特色

你為什麼選擇本課程？請參考下列 15 要點

1. **課程長度**：一整年的時間，給你充足時間融會貫通，但如果你只希望以最短時間取得證書，不管學到什麼，本課程絕不適合閣下；
2. **聚焦技術**：我們將詳細講解催眠技術背後的理論原則之外，課程更聚焦催眠技術的傳授，令你能全面掌握技術，不致成為只有證書但「不懂催眠」的催眠治療師；
3. **講授、示範、實習、回答模式**：整個課程共 12 套主要催眠技術，均依照先講授、再示範、隨即實習、實習後回答同學疑問的模式進行，讓你能完全學懂；
4. **理解為本**：你絕不會被要求強記範本，導師著眼你的理解，催眠並非背誦範本即能達成效果，你將懂得隨機應變，因應客戶需要，即時調整方法；
5. **輕鬆有趣**：課程導師向以幽默有趣的講授技巧稱著，你可以在輕鬆的環境下從容地學習；
6. **單元結構**：整個課程分成 7 個明確單元，每個單元針對不同情況及技術，使你更具信心領悟整個課程的知識；
7. **討論社群**：你可以參與專為應屆及各屆畢業生而設的電郵討論社群，互相學習；
8. **持續支援**：你可以課餘時通過電郵直接向導師發問，並由導師直接解答；
9. **實習回饋**：每個單元均有超過 3 組的實習機會，每節實習時，導師及助教均從旁仔細觀察協助，實習後即時不點名地指出同學們的「對錯優劣」，讓你獲得寶貴的回饋；

卓越生命雙週刊

10. **實習小組**：課程期間，導師將安排數次實習小組，讓你在指導下實習你所學到的技術，實習小組完全免費；
11. **國際認可**：本課程經由美國 American Board of Hypnotherapy、加拿大 Professional Board of Hypnotherapy、英國 General Hypnotherapy Standards Council (GHSC)、澳洲 Australian Hypnotherapists' Association 的 Associate Member 資格核實認可；
12. **歡迎發問**：導師歡迎並鼓勵同學發問，有問必答，絕對不會讓同學帶著半點猶豫下課；
13. **終身學習**：畢業後，你可於未來免費重讀課程任何一節或整個課程，本課程每年不斷更新，你亦可不斷學習；
14. **超低學費**：同類課程中，本課程歷史最為悠久，內容最為豐富，但收費卻最為低廉，比同類課程低廉超過一倍，歡迎比較。我們舉辦課程的目的，首重推廣催眠治療學的正确理念，並非以盈利為本；
15. **回饋社會**：作為社會服務機構，本課程除卻所有開支，盈餘會作為聖雅各福群會服務社群的經費，用於支援社會上有需要的人士，如高齡及智障人士。

日期：2008 年 6 月 21 日開課，為期一年，共超過 100 小時

地點：聖雅各福群會

報名/查詢：2835-4394 Richard Fung

更多詳情：<http://www.HypnotherapistTraining.com>

V. My Thinking Tips: Top 5 Ways to Become More Self-Aware

by Keith To © 2008

Do you really understand yourself? This is what Self Awareness all about. People of high self awareness knows what they want and what's right for themselves. Here are my top 5 ways to enhance your Self Awareness:

1. **Have Some Time Being Alone.** This makes your attention going inward instead of just focusing outside.

2. **Focus on Now.** There are about 60,000 thoughts each day. Most of them are about either the future or the past. But missing the Now. Furthermore, 90% of our thoughts are just repetitions of those thoughts we had before. Practice asking yourself: What do I feel now? What am I thinking now?

3. **Ask Yourself Questions?** We seldom ask questions as we are educated to answer instead of asking. Ask yourself questions and hear your own answers.

4. **Rethink Your Conclusions.** What are you absolutely sure of? Make a long, long list of everything you are 100% sure. Then ask yourself for any other possibility for each of the items.

5. **Settle Unfinished Business.** Unfinished business blocks our vision towards our true self. List all you should have done but still outstanding, including all your regrets and issues that still make you angry. Finish them, one by one.

#####

This article is written by [Keith To](#), Authorized RCC Instructor of the [Worldwide Association of Business Coaches](#). Keith works with successful people and helps them to achieve even more in their lives, their careers and their businesses.

VI. Free Quote for Your Soul - Kick-start Your Day with a Great Quote

Quote for Your Soul is a great free service from www.keithto.com. The service is absolutely Free. Everyday you receive a great quote of great people from me through email. The quotes are inspiring and energizing.

Subscribe simply by sending a blank email to quote4soul-subscribe@yahogroups.com. You will be glad to do so.

VII. My Free Resources for You:

Ideas & Thoughts of Keith To：如果你有興趣了解我的看法，或想每隔數天就能收到我的有關 NLP，催眠，專業教練，輔引學的文章，不妨到www.keithto.ws一看，你更可發一空白電郵至keithto-subscribe@googlegroups.com，當我加進新文章時，你即可以電郵立即收到。

VIII. Recent Posting of Ideas & Thoughts of Keith To

Rethink Part 2

Rethink就是『再度思考』。

在之前回應二了君時，曾說Rethink有兩個層面，在此加以解釋：

1. 當我們有一個想法時，在決定前請先Rethink：它是真的有理有據，還只是我們心中的意見，未加證實的呢？

2. 當我們面對大眾或傳統的想法時，在贊同之前，也請先 Rethink：它是真的有理有據，還只是大眾心中的意見，未加證實的呢？它會否在前人的時代仍是有理有據，但那些理據還是否現實(現在仍是真實)呢？

不Rethink，我們不是在製造知識，而是為自己加添假設(即NLP所謂的Filters濾網)而矣！

© 2008 by Keith To (Posted on June 9 2008)

Go to www.keithto.ws to see all my other articles!
Or you can send a blank email to keithto-subscribe@googlegroups.com to receive my new articles whenever they are available.

IX. Tell a Friend

Please kindly help us by introducing your friends to our newsletter by a simple 3-steps procedure.

1. Tell your friend about this free newsletter. You can forward this email to them.

2. Ask him/her to register by sending a blank email to excelcentre-subscribe@yahogroups.com.

3. Then, please email me with his/her email address at keithto@keithto.com.

To thank for your help, we have arranged a free gift for you. After you help us to refer a friend to our newsletter, you will get a **Free Ebook, As a Man Thinketh**. This is a fantastic book written by James Allen nearly 100 years ago.

The teachings in this book had influenced so many

contemporary writers like **Norman Vincent Peale, Denis Waitley and Tony Robbins**. It is difficult to find this book in bookshops nowadays, You can get it free by just introducing one friend to our newsletter.

Keith To

Explore, Exceed, & Excel

www.keithto.com

[Please kindly forward this newsletter to your friends and family. They will surely thank you for your support to them.]

[If this newsletter is forwarded to you from your friend, you can subscribe it free by sending a blank email to excelcentre-subscribe@yahogroups.com]