

（普通话）视觉心像 | 压力、改变与修复 | 课程 | 2025-26

2025 年 10 月 21 日-2026 年 5 月 19 日 | 每星期二 | 北京时间晚上 8:00-9:30/

美国东岸时间上午 8:00-9:30

课程费用：1350 美元/9450 人民币

请通过 SOI（中国大陆）报名课程并支付学费。

视觉心像（Imagery）是视觉心像学院的核心教导。您是否了解自己的梦境与想象力所蕴含的力量？这种力量足以改变您的人生乃至周遭世界。而这正是 Sapphire® Imagery 课程将为您揭示的内容。这门视觉心像基础课程是一项为期六年的系列课程的组成部分，面向所有希望通过梦境图像探索潜意识、开启内在旅程的学员，无论其基础如何。本学年，我们将延续“压力、改变与修复”这一主题。我们将共同探索如何驾驭内在力量，走出过去被压抑的情绪与伤痛，勇敢面向未来。Sapphire® Imagery 将释放您的生命活力，让您成为本就拥有强大创造力的自己。

在这门核心年度课程中，您将学习 Sapphire® Imagery 的基础内容。由视觉心像学院教师 Lucia Dang 授课的这套六年制系列课程，本年度的核心目标围绕“压力、改变与修复”这一主题展开。无论您是初探梦境的新手，还是经验丰富的梦行者，都能加入其中，体验那些将伴随您一生的心智状态。

通过一系列具有启示性的简短练习，您将经历多种不同的存在状态，这些体验将教会您如何毫无压力地面对变革，以及如何在需要时扭转局面。课程结束时，您将掌握一种内在的“力量语言”，凭借这种语言，您能够以勇气与沉稳面对人生中遇到的任何困境。

您将开启或继续深入学习 Sapphire® Imagery 的基础技能并加以精进。每节课上，您都会收到由视觉心像学院创始人凯瑟琳·仙伯格编写的练习，Lucia Dang 老师将引导您完成这些练习。课程中会询问您的体验，并根据您在心像

中呈现的“梦境需求”（necessity of the dream），为您提供个性化指导。这些练习影响力强、过程简便、效果显著且易于操作。它们可能美好、有趣、令人惊喜、震撼、愉悦且富有启示——每位学员的体验都是独一无二的。借助

Saphire® Imagery，您将发现一个自己从未知晓的内在自我。

视觉心像练习（Imagery Exercises）是由引导者向梦行者发出的简短引导指令。这些指令会带领梦行者进入“清醒的图像”（waking images），这种图像往往与最强烈的夜间梦境一样，感受真切、画面清晰。当清醒的图像逐渐展开时，它们兼具诊断与转化的双重作用：帮助您描绘并构建属于自己的内在图景，发掘自身的丰富内涵、力量与美好；引导您提炼内心领悟的智慧，并将其在日常生活中付诸实践。

课程报名咨询：

dangwenchao@hotmail.com

或 WeChat: luciasaifie

上课日期：

第一学期：2025年10月21日、28日、11月4日、11日、18日、25日；12月2日、9日

第二学期：2026年1月13日、20日、27日；2月3日、10日；3月3日、10日、17日、24日、31日；5月5日、12日、19日

视觉心像学院香港/台湾/中国大陆 2025-26 日历

2025年10月20日 – 2026年5月28日

第一学期

2025年10月20日 – 2025年12月11日

第二学期

2026年1月12日 – 2026年5月28日

假期-没有课程

2025年12月12日-2026年1月11日

2026年2月13日-25日

2026年4月1日-5月3日

请注意视觉心像学院香港/台湾/中国大陆日历与视觉心像学院传统日历有些许不同，包含了额外的春节假期。