

本會衛理園「屬靈導引事工」ZOOM 靈修課程

主題：「播種祈禱的種子」工作坊

目的：這個日常生活中退修的模式，認識傳統生活中靈修培養的途徑，尋索新的靈修方法；幫助大家進深與上帝、與自己和與別人的關係；並藉屬靈交談，加深彼此對靈修生活的了解和實踐；即使生活繁忙者，也能參與。

形式：信息，學習不同默想方法，藉小組聆聽深化實踐經驗。

日期：(A 組) 3 月 18、25 及 4 月 1、8、15、22 日（星期三）

(B 組) 3 月 22、29 及 4 月 5、12、19、26 日（主日）

(C 組) 3 月 26 及 4 月 2、9、16、23、30 日（星期四）

時間：(A 及 C 組) 7:30pm – 9:30pm；(B 組) 3-5pm；

地點：ZOOM 網上平台

名額：每組 6 人

費用：\$530

參加者要求：

除每週 2 小時聚會外，參加者必須承諾每日會抽出三段時間來祈禱：

早禱	2 分鐘	• 求上帝賜予當天我所需的特別恩典。
聖經默想	20-30 分鐘	• 應用提供的靈修指引作較長的聖經默想祈禱。
晚禱	5-10 分鐘	• 意識省察祈禱（回味當天生活中主的恩典）。

屬靈導師：柯秉蕙宣教師

報名辦法：請登入 <https://forms.gle/gfHfFx2i9kANFdhq8> 或掃描



如有查詢，請電 29842608，或電郵 orpw@methodist.org.hk 聯絡柯秉蕙姑娘。