

本會信徒培訓部主辦

最後的「信」

靈命培育系列

生活在繁囂變幻世界，什麼是屬靈？屬靈操練是否必然「離地」？經過每天營役生活，除了喧鬧紛擾的聲音，留下來還有什麼？還能聽到內心的呼喊嗎？在令人疲倦的日子真的渴望一起與主同行。誠邀參加最後的「信」屬靈操練初探系列，由劉麗詩牧師、杜敏玲牧師、李少媚牧師、郭康琪女士及黃苑翹女士主領——

1. 屬靈操練 5 分鐘

由宣教同工透過短片帶領屬靈操練，如：呼吸練習、靈閱及大自然默想等。短片於 2021 年 5 月 16 日至 6 月 30 日期間逢禮拜一中午發放，參加者可自行選擇合適時間進行操練。

2. 屬靈操練工作坊

A · 主 題：燥動中回歸心靈

內 容：歸心祈禱及安靜操練（mindfulness）

日期時間：5 月 22 日（禮拜六）下午 8:30 至 9:45

形 式：Zoom 網上聚會

截止日期：5 月 15 日

B · 主 題：迷茫中默觀基督

內 容：默觀的學習及操練

日期時間：6 月 12 日（禮拜六）下午 8:30 至 9:45

形 式：Zoom 網上聚會

截止日期：6 月 5 日

3. 靜修之旅

主 題：在帳棚裏

內 容：個人安靜、歸心祈禱、泰澤式祈禱、個別屬靈指導

日期時間：6 月 30 日（禮拜三）下午 8 時至 7 月 1 日（禮拜四）下午 5 時

地 點：本會衛理園

費 用：\$400（全日制學生優惠收費每位\$300）

名 額：13 人

截止日期：6 月 12 日

報 名：請登入 <https://reurl.cc/ZQ6Y93> 或掃描二維碼

查 詢：請致電 3725 4530 聯絡信徒培訓部同工



欲了解最後的「信」的設計及安排，歡迎登入 <http://methodist.org.hk/spiritual>