

本會衛理園

「屬靈導引事工」與堂會合辦靈修課程

與香港堂信徒培訓部合辦

主題：依納爵靈修——默觀生命

目的：依納爵靈修重視信仰經驗及默觀耶穌基督，進深與上帝的關係。這課程，讓弟兄姊妹認識依納爵靈修的基本信念，初嚐默觀屬靈操練，體會這操練如何增進生命成長。

形式：工作坊，結合實踐與理論，並提供每天練習指引。

退修日營，配合工作坊，藉小組靈修指導，深化經驗，深度與耶穌同行。

內容：工作坊分題

- (一) 默觀主愛——藉默觀，體會從知識到經驗上帝無條件的愛。
- (二) 默觀生活中主愛同行——認識依納爵靈修基本信念，經驗道性肉身的耶穌在日常生活中同行。
- (三) 默觀內在生命——認識《神操》第一週的核心；在生命的黑暗處體會主愛與光的臨在。
- (四) 默觀耶穌基督(上)——默觀福音故事，體會耶穌是活於今天的主。
- (五) 默觀耶穌基督(下)——認識《神操》第二週的基礎重點：認識、深愛、跟隨耶穌更深。

退修日營主題 —— 風浪中與耶穌同行

工作坊	退修日營
日期： 2月22日至3月22日（逢星期四）共五次	4月7日（星期六）
時間： 7:30pm - 9:30pm	10:00am - 5:00pm
地點： 香港堂	衛理園
費用： \$440（包括五次工作坊及材料）	\$200（包括日營營費及午餐）

備註：(一)參加者可只報讀五次工作坊，唯參加日營者至少須出席四次工作坊。

(二)日營名額為10人

(三)香港堂弟兄姊妹有八折優惠（即工作坊\$350；日營\$160）。

與安素堂合辦

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：3月6、13、20、27日 及 4月3、10日（星期二）

時間：7:30pm – 9:30pm

地點：安素堂

名額：24人（包括小組組長）

費用：\$530（安素堂弟兄姊妹有八折優惠，即 \$420）

參加者要求：

除了每週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	5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	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：<http://mrc.methodist.org.hk/sdm/靈修課程報名表.pdf> 下載報名表格；或
聯絡香港堂馮麥衛華會吏、安素堂許咏華宣教師。

如有查詢，請電 29842608 / 25272026，或電郵 orpw@methodist.org.hk 聯絡柯秉蕙姑娘。