

循道衛理聯合教會 衛理國屬靈導引事工
2019 年靈修操練——耶穌說：「復活在我，生命也在我」

日營系列

- ✓ 形式：福音默觀、信息；個人安靜獨處及小組靈修指導。
- ✓ 時間：上午十時正至下午五時正（參閱下表所列日期）
- ✓ 收費：\$230（\$210 本會會友優惠價）



I. 聖經默想——「主啊！憐憫我，轉化我生命」

✦ 目的：藉默想進入耶穌的故事，第一身體會祂憐憫的心意及能力，近前來，經歷祂轉化生命的愛，讓我們生命更自由、更豐富。

主題	內容	舉行日期
耶穌呼叫： 「拉撒路，出來」	默想拉撒路的復活，經歷內心的「死亡」被耶穌呼叫「出來」。	1月12日（禮拜六）或 1月25日（禮拜五）
是我！更新的我！	默想「生來瞎眼的」故事，經歷耶穌生命轉化的恩典，讓心眼看見上帝的作為。	2月16日（禮拜六）或 2月22日（禮拜五）
五餅二魚的真實	默想五餅二魚的神蹟，體會在耶穌手裡，雖少仍是豐富這事實。	3月15日（禮拜五）或 3月16日（禮拜六）
「父啊！赦免他們」	在十架下，親身聆聽耶穌說：「父啊！赦免他們。」體會祂愛到底的愛。	4月26日（禮拜五）或 4月27日（禮拜六）
絕望中的盼望	默想「拿因城寡婦的獨子起死回生」的經歷，體會人生黑暗中與主相遇的喜悅。	5月09日（禮拜四）或 5月11日（禮拜六）
主總不放棄你	默想耶穌尋羊的比喻，體會主對你說：「無論你躲在那裡，我總不放棄你。」	6月14日（禮拜五）或 6月22日（禮拜六）
主的怒目使你得安慰	默想手萎縮者的故事，體會人會利用別人的脆弱，耶穌卻願意同站，以怒目成為安慰。	7月20日（禮拜六）或 7月26日（禮拜五）
癱子的同行者	默想醫治癱子的故事，體會發生的事情對癱子、抬癱子者、擠不進去者在說甚麼；耶穌在說：「我有赦罪的權柄及心意。」	8月16日（禮拜五）或 8月17日（禮拜六）
得著憐憫的堅持	默想耶利哥瞎子對耶穌的呼喊，體會只要你渴求，沒有外在人事物可阻擋耶穌的憐憫。	9月20日（禮拜五）或 9月21日（禮拜六）
耶穌看著內心的美	拿但業對自己看不上眼，耶穌卻看見他內心的美，你渴望有這心懷嗎？	10月24日（禮拜四）或 10月26日（禮拜六）
麥子與雜草共存？	細聽雜草的比喻，體會在愛的生命陶造歷程，主耶穌留下雜草的奧妙。	11月21日（禮拜四）或 11月23日（禮拜六）
勞累中的看見	整夜勞累的彼得，硬著頭皮依從耶穌的指引，卻更看見耶穌的真實。	12月13日（禮拜五）或 12月14日（禮拜六）

II. 「與耶穌成為同行知己」——全職事奉者、教牧同工退修

✦ 目的：第一身進入耶穌與跟從者的故事，藉默觀更認識祂，藉結連更愛祂；在親密關係裡，藉辨識祂在事奉歷程的同行和引領，更緊緊跟從祂。

主 題	內 容	舉 行 日 期
馬利亞的願意	默想馬利亞說「我願意」的內心歷程，在自身的掙扎中體會父上帝的大能恩典。	1 月 21 日（禮拜一）
蒙呼召的罪人	雖然我們像利未仍有軟弱、不捨，只是，耶穌仍呼召我們，給我們力量跟從祂。	2 月 27 日（禮拜三）
愛到底的愛	經驗耶穌觸碰自己不光彩之處，被愛到底的愛轉化，成為愛流通管子。	3 月 11 日（禮拜一）
天使說：「你為甚麼哭？」	省悟不再在「墳墓」找活著的耶穌，聆聽復活主呼叫自己的名字。	4 月 15 日（禮拜一）
主啊，我要能看見	安靜中聆聽自己內心，向耶穌表白心中渴望看見的。	5 月 27 日（禮拜一）
耶穌說：「你們來看」	耶穌渴望你與祂同住，在安靜中聆聽祂「come & see」的邀請。	6 月 24 日（禮拜一）
耶穌說： 「起來、拿起、走吧」	默想畢士大池邊的病者，反思我內心有沒有盲點讓自己躺著不動。	7 月 08 日（禮拜一）
上好的福分	耶穌為你預留了上好的福分，你知道是甚麼嗎？	8 月 12 日（禮拜一）
愛你的鄰舍	從祭司、利未人、撒馬利亞人對受傷者的回應，反思甚麼是愛鄰舍的阻力及動力。	9 月 16 日（禮拜一）
你還缺少一件	默想少年官的尋道，細味耶穌邀請我放下的是甚麼？	10 月 21 日（禮拜一）
耶穌與多疑的多馬	耶穌為多疑的多馬再走一趟，細味耶穌愛多疑的你多深。	11 月 11 日（禮拜一）
海灘上耶穌與彼得	彼得雖然三次跌倒，但仍是耶穌所深愛、欣賞，並委以重任；軟弱沒有阻隔耶穌的愛。	12 月 09 日（禮拜一）

報名須知：

- ✦ 各項靈修活動名額：每次 10 人。
- ✦ 活動舉行地點：大嶼山梅窩衛理園
- ✦ 報名方法：請於本會網址 <http://mrc.methodist.org.hk/sdm/sd-activities-app.pdf> 下載報名表格，填妥連同營費寄回大嶼山梅窩衛理園（大嶼山銀礦灣東灣頭路 27 號）。
- ✦ 如有查詢，請致電 29842608（直線）／25272026，或電郵 orpw@methodist.org.hk 聯絡屬靈導師柯秉蕙姑娘。
- ✦ 活動詳情，可瀏覽以下網址 <http://mrc.methodist.org.hk/sdm/>

歡迎團體或小組另訂日期邀約主領上述靈修活動，唯人數須在 6 至 10 人。