



日營系列：聖經默想——親親主耶穌·擁抱生命

- ✦ 目的：耶穌成為我們的一分子，體驗人類日常生活愛與被愛、需要、喜怒哀懼等經驗，讓我們默想祂的故事，經驗祂的明白，聆聽祂的話語，得著自由活出真我。
- ✦ 形式：聖經默想、信息；個人安靜獨處及小組靈修指導。
- ✦ 地點：梅窩衛理園（大嶼山銀礦灣東灣頭路 27 號）
- ✦ 時間：上午十時正至下午五時正（參閱下表所列日期）
- ✦ 名額：每次 10 人。
- ✦ 收費：\$270（\$250 本會會友優惠價）

主題	內容	舉行日期
歸回上主的愛情	在默想中聆聽上主情深的話語，讓祂吸引我們重投祂愛的懷裏。	1 月 15 日（禮拜六）
耶穌說：「你們來看」	默想門徒初遇耶穌的故事，並回應耶穌的邀請「你們來看！」。	2 月 12 日（禮拜六）
耶穌伸手摸他	默想耶穌伸手摸癩瘋患者的故事，從中體會耶穌憐憫的觸摸，經驗心靈的潔淨和自由。	3 月 19 日（禮拜六）
耶穌與小信的彼得	默想耶穌與彼得的故事，在自身的處境中體驗「我們是蒙恩小信者」這福氣	4 月 09 日（禮拜六）
耶穌是馬大？ 還是馬利亞？	默想耶穌與馬大、馬利亞的故事，讓耶穌的提醒幫助我們的心靈作生命的重整。	5 月 14 日（禮拜六）
耶穌義怒與憐憫	潔淨聖殿能掃除聖殿內市集的歪風嗎？在這事件中，讓主給我們處身這世代的啟迪。	6 月 11 日（禮拜六）
以愛擁抱他者	默想耶穌被愛與愛的經驗，細味自己的經歷，體驗上帝以愛擁抱他者的邀請。	7 月 09 日（禮拜六）
歡慶生命的喜樂	默想耶穌在婚宴中的盡興，細味自己生活中喜樂的體驗，與上帝一同歡慶生命。	8 月 13 日（禮拜六）
坦誠面對需要	耶穌需要幫助嗎？反思自己表達需要的模式，深深體驗我們都是「貧窮」人。	9 月 10 日（禮拜六）
恐懼，你不可怕	感到害怕、恐懼、戰慄，是「神聖」的，因為耶穌也會害怕。與耶穌細味自身的恐懼，在恐懼中遇見上帝愛的恩典。	10 月 15 日（禮拜六）
為悲傷哭泣	與耶穌重新體驗我們的悲傷，讓上帝滋養的關懷，親密地與我們同在。	11 月 12 日（禮拜六）
聆聽憤怒的呼喊	「生氣必須用在有建設性的地方，而不是一味否定」。默想、反思自己處理憤怒的模式，從而經歷上帝轉化內裡一肚氣的恩典。	12 月 17 日（禮拜六）



報名須知：

- ◇ 報名方法：請登入以下網址 <https://forms.gle/WpkGaasNH6CKC2Bu8> 或掃描 QRcode
- ◇ 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。

歡迎團體或小組自訂日期邀約主領上述靈修活動，唯人數須在 6 至 10 人。

我的心默默無聲，專等候上帝，
我的救恩從祂而來。 詩 62:2

