

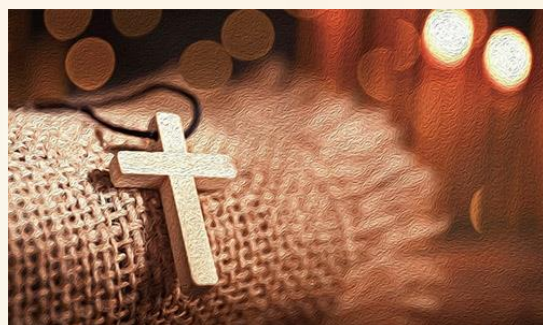
2024 年靈修操練——「更認識祢、更愛祢、更緊緊跟隨祢」

靈修營



1. 「往內深處·與主相遇」靈修

- ✦ 內容：藉不同祈禱默想方法，默想經文和信息，在個人安靜獨處及小組靈修指導中，認識個人內在生命，經歷主的陶造和更新。
- ✦ 時間：兩日一夜營會，首日下午八時正至翌日下午五時正（參閱下表所列日期）
- ✦ 收費：\$540（\$490 本會會友優惠價）
（註：若升級至單人房，需繳付單人房附加費 100 元；數量亦有限，先到先得）



主題	內容	舉行日期
繪畫人生	一年之首，藉繪畫凝視內在生命，在上帝裡認識真實的自己，並聆聽祂今年對你生命的邀請。	1 月 14-15 日 (主日至禮拜一)
我實在「信」甚麼？	伴著成長的信念、價值觀、人的評語，隱藏地影響著我們，成為與上帝親密的障礙。安靜默想，認識內裡的「隱藏者」，經驗轉化的恩典。	2 月 18-19 日 (主日至禮拜一)
父親的等候——歸家 (大齋期退修)	在安靜中，細察有否不自覺遠離父，並回望一直等候著自己的祂，深嚐不離不棄的父子情。	3 月 22-23 日 (禮拜五至六)
我的歷史、祢的救恩	藉默想，細味自己生命故事，細察主奇妙的恩典及生命的呼召。	4 月 26-27 日 (禮拜五至六)
讓生命發聲	默想十二門徒的生命，聆聽上主對你召命的微聲。	5 月 19-20 (主日至禮拜一)
寬恕的自由	體會主愛觸碰受傷關係裡內心恐懼、憤怒、傷痛等情感，被祂明白、接納，並陪伴走過寬恕歷程，飽嚐自由的喜樂。	7 月 14-15 日 (主日至禮拜一)
祈禱玩樂於色彩中 (Pray & Play)	藉藝術祈禱，讓我們每一個都擁有那喜樂、富創意的氣質，活現在我們眼前。	8 月 23-24 日 (禮拜五至六)
與愛到底的主相遇	安靜細察內心隱藏不健康的主形象，從而經歷醫治、轉化，與愛到底的主相遇同行。	10 月 18-19 日 (禮拜五至六)
「將臨期」退修—— 等待與自由	藉歡慶恩典，默想牧羊人黑夜見榮光、馬利亞帶著盼望順服上帝的故事，體驗等待與自由的奇妙。	12 月 01-02 日 (主日至禮拜一)

新修訂

II. 「道——在我生命」(四日三夜) 個別指導靜修營 《為參加者安排單人住宿房間；整個營期內需要守安靜》

- ✦ 內容：默觀耶穌道成肉身的故事，專注聆聽祂的話，與祂建立更親密的關係；提供祈禱引導及三次個別靈修指導。
- ✦ 日期：6月20-23日(禮拜四至主日) 或 9月08-11日(主日至禮拜三)
- ✦ 時間：首天下午八時正開始 至 第四天下午五時正止
- ✦ 收費：\$1900 (\$1750 本會會友優惠價)【入住單人房】
- ✦ 導師：本會屬靈導師團隊



III. 《心靈深度航》姊妹退修營 2024 (詳情稍後公)

- ✦ 日期：12月13-15日(禮拜五至日)
- ✦ 時間：首天下午三時 至 第三天下午一時卅十分
- ✦ 收費：\$1450 (\$1305 本會會友優惠價)
(註：若提升至單人房\$1,650，本會會友優惠價\$1,485，數量有限，先到先得)
- ✦ 屬靈導師：黃惠嫦牧師、柯秉蕙宣教師、麥錦清宣教師、譚嘉茵宣教師



(註：靈修營 I 及 II 參加者，歡迎提前於首日 2:30p.m. 入營安靜，預備心靈；若享用首晚 6:00pm 晚餐，須於報名時註明及繳付晚餐費\$61。)

報名須知：

- ✦ 各項靈修活動名額：每次 10 人。(姊妹退修營除外)
- ✦ 活動舉行地點：大嶼山梅窩衛理園
- ✦ 報名方法：請登入以下網址 <https://forms.gle/R5DuHaEvk9iUzMBHA> 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。
- ✦ 活動詳情，可瀏覽以下網址 <http://mrc.methodist.org.hk/sdm/>



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 8 至 10

我就是葡萄樹，你們是枝子。
常在我裏面的，我也常在他裏面
這人就多結果子。 約 15a