

## 午間講座 (與塔冷通心靈書舍合辦)

上課時間：下午 2:30-4:30 上課地點：油麻地窩打老道 20 號金輝大廈1樓6室

### 一. 平心與偏情

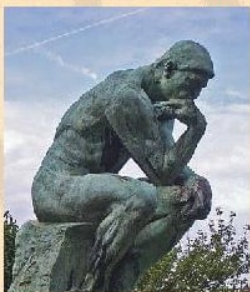
靈性操練的首個進程是潔淨(Purification)，即認識自己內心不同的偏情。食、性、物、怒、愁、氣、榮和傲是人與生俱來的慾念，它們本身沒有好與壞，但罪將慾念偏離了正向的發展，使之成為偏情。講座旨在講解如何藉著「慾念省察」這禱告操練去達至「但求平心」，即能夠放下內心對世物、他人及自己過份的依戀，自由地選擇過討主喜悅的生活。

「你要切切保守你的心，因為一生的果效，是由心發出。」

日期：25/3

講員：袁嘉文博士

費用：自由奉獻



### 二. 歸心祈禱

這一種近年愈來愈多基督徒學習的極單純的心禱方法，源自十四世紀的靈修經典《不知之雲》。到了二十世紀中期，得到熙篤會的修士重新演繹及推廣，叫這種古老的祈禱方法能以一個新的名字在近代繼續傳承下去。這次講座由熙篤會聖母神樂院的李達修神父主講，向大家分享他操練歸心祈禱的寶貴心得。

「...祈禱的開始，不怎麼靠思考，而是靠回歸內心，藉此尋找自己最深的中心，喚醒我們存有的深度境界；我們的存有靠上主的臨在，祂是我們存在的根、生命的源。」

日期：29/4

講員：李達修神父

費用：自由奉獻



### 三. 唯愛默觀與默觀基督

默觀基督是從唯愛默觀(Affective Devotion)發展出來的一種靈性操練方法。它的重點是將自己投入在四福音的耶穌生平故事裏，運用上主在創造我們時所賜予的感觀和構思力，在默想中與耶穌相遇。從相遇中的不同細節裏生發情感，叫我們深愛基督，矢志不移的跟隨祂。大家可以在這次講座中，學習到更能去親愛耶穌基督的方法。

「如今常存的有信、有望、有愛，其中最大的是愛。」

日期：16/9

講員：袁嘉文博士

費用：自由奉獻

## 靈修寶庫 (晚間課程)

上課時間：晚上 7:30-9:30 上課地點：靈閣文化社

### 一. 沙漠教父

從主後三世紀開始，信徒渴望靈性成長會離開世俗進入沙漠曠野，在寂靜中尋找上帝。今天或許我們未能完全學效沙漠教父般離羣獨處，但從他們所累積的屬靈經驗而發展出來的默觀禱告傳統，指引我們進入心靈的沙漠去發現上主真實的同在。這課程旨在幫助有心追求靈性成長的基督徒認識及重拾這個極寶貴的屬靈傳統。而已經走在這條路上的信徒，也可以進深學習，對付在安靜默觀時的雜念。

日期：7, 14, 21, 28/2

導師：袁嘉文博士

費用：\$500

上課地點：臺灣青山道188號百真行南樓4樓基督教福音會臺灣堂



### 二. 奧古斯丁《懺悔錄》

《懺悔錄》為基督教靈修操練奠下了堅實的神學基礎，成為基督教靈修學必讀的經典。本課程旨在認識奧古斯丁的心智論與默觀禱告的關係，並每一個靈修操練在人的心靈世界如何運作。

日期：4, 11, 18, 25/7

導師：袁嘉文博士

費用：\$500



### 三. 大德蘭《靈心城堡》

大德蘭在她生命末期寫下的這本願峰之作內，把人的心靈形容為一座城堡，完全由鑽石或非常明亮的水晶所造，其中共有七層住所，而上主就居住在第七層的中心處。她誠邀我們進去，與主聯合。在本課程中，我們將會跟隨她給予的寶貴引導，一層一層的進入心靈的世界，藉此認識默觀禱告的七個階段。

日期：10, 17, 24/10

導師：袁嘉文博士

費用：\$500

## 天主教與基督教對話課程

導師：區建銘博士

上課時間：晚上 7:30-9:30

上課地點：靈閣文化社

今年是宗教改革五百週年，實在是增進基督教和天主教彼此對話、追求共融的良機。本課程藉著幾個主題，詳細介紹天主教有關培育靈性的一些重要教理，讓基督徒明白彼此之間共同與差異。在課程中，更有機會與嘉賓神父作寶貴的對話交流。

### 課程一. 我信聖而公之教會及聖徒相通：同根分枝及敬禮聖賢

日期：20, 27/4, 4, 11/5

### 課程二. 我信罪得赦免：七件聖事

日期：5, 12, 19, 26/9

### 課程三. 我信肉身復活和永生：天堂、煉獄、地獄與審判

日期：7, 14, 21, 28/11

每一個課程費用：\$500

參加兩個課程費用：\$800

參加三個課程費用：\$1,200

## 節期講座與退修

預苦期和將臨期是基督教會兩個重要節期。本社會在這兩個節期內分別舉行靜修營，目的是讓我們預備心靈明白及進入上主的愛，被祂的愛洗禮，生命得著更新和再次有力的起航。

### 一. 預苦期靈性操練課程及退修

日期：2/3 (課堂), 4-5/3 (退修)

地點：粉嶺寶血醫院

費用：\$600

### 二. 將臨期靈性操練課程及退修

日期：23, 30/11 (課堂), 2-3/12 (退修)

地點：長洲聖公會靜修院

費用：\$700