

以下共修聚會是為**靜觀課程畢業生**而設，內容包括靜觀練習、分享、祝福，所有修習的指示非常簡單，亦沒有設講解和探詢的環節，**因此不適合非畢業生參加**。如希望家人或朋友瞭解靜觀，可以向他們介紹 <http://mindfulness.hk/cn/newest> 網站上為初學者而設的課程或工作坊。

日期：2021 年 2 月 20 號 (星期六)

時間：上午 10 時至到 11 時半

導師：陳慕寧女士

報名：

<https://cloud.itsc.cuhk.edu.hk/mycuform/view.php?id=951498>

日期：2021 年 2 月 26 日 (星期五)

時間：晚上 7 時 30 分至 9 時 30

導師：胡美心 Doris

報名：

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfOp5HSX-3g5rg3BWaiM4kceNt553WI\\_wikvfXJ-5QjNxxvQZA/viewform?usp=sf\\_link](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfOp5HSX-3g5rg3BWaiM4kceNt553WI_wikvfXJ-5QjNxxvQZA/viewform?usp=sf_link)

出席連結：導師會於共修前一日寄出 ZOOM 會議連結到你的電郵信箱

[靜觀課程畢業生通訊](#) by Mindfulness HK

Central Hong Kong, Hong Kong

*Delivered by*

*TinyLetter*