

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4月9（星期五）**

**時間：晚上 7:30 至 9:30（網上共修）**

舉辦機構：循導衛理楊震社會服務處 臨床心理服務

導師：梁雅麗

報名：<https://forms.gle/Q3VQoq859vhPNqxYA>

備註：

本處在活動前 3 天寄出 Zoom 登入連結

已報名者，請盡量出席，避免浪費行政資源

**日期：2021年4月17日（星期六）**

**時間：下午 3 時至 4 時 30 分**

導師：Molly & Eric

地點：香港中環德輔道中 121 號遠東發展大廈 17 樓 1701 室（香港中文大學敬靈靜觀研究與培訓中心）

名額：13 人

報名：<https://cloud.itsc.cuhk.edu.hk/mycuform/view.php?id=1003681>

---

備註：

名額有限，先報名先得

報名者必須為：已完成 8 星期 MBCT/MBSR 課程或其他靜觀課程畢業生/醫學生

日期：2021 年 4 月 23 日（星期五）

時間：晚上 7 時 30 分至 9 時 30

導師：胡美心 Doris (Tel/WhatsApp: 6764 5211)

地點：香港中環德輔道中 121 號遠東發展大廈 17 樓 1701 室（香港中文大學敬靈靜觀研究與培訓中心）

名額：13 人

報名：

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSf0p5HSX-3g5rg3BWaiM4kceNt553WI\\_wikvfXJ-5QjNxvQZA/viewform?usp=sf\\_link](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSf0p5HSX-3g5rg3BWaiM4kceNt553WI_wikvfXJ-5QjNxvQZA/viewform?usp=sf_link)

備註：

導師會於共修一星期前寄出電郵確認

因應社交距離措施，中心限定實體參加為 13 人；已報名人士如未能出席，請盡早通知導師；靜心作決，靜心出席

*真正的發現之旅不在於尋找新景觀，而在於擁有新的眼光*

*The real voyage of discovery consists not in seeking new landscapes but in having new eyes By Marcel Proust*

---

[靜觀課程畢業生通訊](#) by Mindfulness HK

Central Hong Kong, Hong Kong

Sent to [doriswoo123@gmail.com](mailto:doriswoo123@gmail.com) — [Unsubscribe](#)

*Delivered by*

***TinyLetter***

---

