

共修靜觀 互持互勉
畢業生聚會
二零二一年一月

網絡共修 費用全免 歡迎參加
名額有限 請先報名

以下聚會是為靜觀課程畢業生共修而設，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/>"網站上為初學者而設的工作坊。

日期: 2021 年 1 月 8 日 (星期五)
時間: 晚上七時半至九時半
平台: Zoom
導師: Emma 黃婷
報名: ewmindfulness@gmail.com

日期: 2021 年 1 月 22 日 (星期五)
時間: 晚上七時半至九時半
平台: Microsoft Teams
(操作方式與 Zoom 相同, 在電腦上開啟無需下載軟件, 按回覆的連結 link 即可進入網上會議室。手機版則需先行下載 免費 app 及以電郵登記。)
導師: Herman 盧希皿
報名: herman.lo@polyu.edu.hk

導師將於共修兩天前寄出連結到你的電郵信箱。