

共修靜觀 互持互勉  
畢業生聚會及活動  
二零二一年七月

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 7 月 9 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：盧希皿 Herman

報名：[herman.lo@polyu.edu.hk](mailto:herman.lo@polyu.edu.hk)

（如在 7 月 7 日中午前仍未到聚會的連結 link，請再次與 Herman 聯絡

**日期：2021 年 7 月 23 日（星期五）**

時間：晚上七時半至九時半

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  
霆靜觀研究與培訓中心

導師：黃婷 Emma

報名：[ewmindfulness@gmail.com](mailto:ewmindfulness@gmail.com)