

2023-2024 屬靈塑造 第一年 (SF1) : 屬靈傳統的操練 課程 簡介

日期	主題	主領	內容簡介
09/09 (週六)	簡介/屬靈傳統	劉秀嫻	「長成耶穌的樣式」是靈命塑造和操練最終的目的，然而耶穌的樣式是豐富而多面性的，此課程從教會傳統的六方面來學習如何效法耶穌。
10/07 (週六) 10/19 (週四)	靜默獨處	葉美珠	操練離開雜聲與人群，選擇創造神聖的空間與時間，聆聽神與自己的心聲。呼吸式禱告或掌心上下。
11/04 (週六) 11/16 (週四)	聖言心禱	葉美珠	認識教會歷史傳統中的靈修操練，操練聖言心禱的四個階段：閱讀，反思，回應及安息。
聖誕降臨期 (ADVENT) 默想 (12/03-12/24/2023)			
01/06 (週六)	操練神同在	陳慧勤	學習培養出隨時隨地轉向專注於神，留意神的同在，把祈禱融入於繁忙的工作及日常生活中
01/18 (週四)	靈程札記	陳慧勤	記錄神在個人日常生活中的同在、感動、引導與邀請，以及自己的回應與成長的足跡。
受難四旬期 (Lent) 默想 (2/14-3/28/2024)			
02/03 (週六) 02/15 (週四)	意識省察	葉美珠	一種學習留意及辨別每日神在我們生命中的作為，也認識及反省自己的內心動態，並期待及相信神會在明天引導生活。
03/02 (週六) 03/14 (週四)	默觀經文	陳慧勤	在聖靈的引導下，運用感官來默想福音書中耶穌的事蹟，在經文中個人的生活與神相連，帶來生命的力量。
04/06 (週六) 04/18 (週四)	歸心祈禱	李碧心	學習單憑信心，向神敞開自己、降服於祂的一種靜默禱告。祈禱者以禱語作神聖記號，表達親近神的意願。
05/04 (週六)	總結	師資們	
年度三天兩夜靜默營 (5/30-6/01/2024)			

備註：

- 課程將在 ZOOM 進行。每月上課兩次，第一次是週六早上 9:00am-12:00pm (美西時間)，第二次是十天後的週四 5:00-7:00pm (美西時間)。
- 聖誕降臨期和受難四旬期默想是自由參加。

★聯繫我們 電郵：sfm@ficfellowship.org