



道在人間 靈修、輔導、文化中心
The Tao in the World Limited

一語道破	四年努力不白費 因有你們齊同行	陳國權
拾穗隨筆	好土	馬奮超
歸根曰靜	上主的全知及全能	張惠芳
輔導解碼	淺談存在心理治療（二）	楊陳玉華
聖像畫員札記	光中行	吳景萍
道在花絮	「第三期息修初階課程」學員分享	



四年努力不白費 因有你們齊同行



陳國權
本中心主任

眨眼間，「道在人間靈修、輔導、文化中心」（以下簡稱「道在」）已開辦了4年，今年2019年，道在踏入服侍的第5個年頭。對於一所初創機構，5年就如同夜間的一更，時間很短，能夠作的貢獻微不足道，不言而喻。但這不要緊，正所謂千里之行，始於足下，更何況道在既蒙上主允許誕生於世上，就必有祂的心意和時代意義。

道在是一個基督教非牟利慈善團體，正式全力投入運作是2014年12月，時正雨傘運動剛結束，整個社會陷入紛亂、對立、撕裂的危機中。過去幾年，自林鄭月娥上台一改前任特首梁振英的敵我對立的思維方式，整體社會氣氛看來稍有好轉。然而，最近一次調

查報告卻指出港人移民的情緒再度高漲，背後原因正反映了社會深層次矛盾與撕裂的情況仍舊非常嚴重，而且連一點化解的跡象也看不見。教會是在社會，因此亦深受社會撕裂及政經動盪等負面因素影響，為求自保，及更有效地見證基督，教會亦無可避免地要作出適應和改變。總言之，教會面對社會危機，便需要為自己尋找新的身份與新的角色，以致能夠帶來廣大信徒在靈性上、牧養上，以及福傳上有新的意義和新的希望。事實上，教會的出路，就是她的自我更新和創造的能力，只要教會能夠保持著不斷的更新和不斷的創造的態度，她的靈性就不會死亡、她的見證就不會無力。

道在的信念

道在這4年間正致力於推動教會靈性的更新，正如我們的口號說的一樣：「開墾心靈好土，重見人性光輝。」道在相信教會靈性不死，是因為我們遇見了許多重視自己屬靈生命、積極追求靈性光輝的基督徒。當中包括了牧師和傳道、長執和領袖、專業和退休人士；基督新教徒和天主教徒，他們定期退修、安靜和獨處，以及接受靈修導師的指引，排除障礙，深化神人、人我關係。教會靈性復甦運動已經開始，並在個別信徒及不同基督徒團體中間受到關注和擁護。道在可以為這個靈性復甦現象證成：過去4年來道在學習、參加活動的教牧和信徒，正正是一群從不間斷地追求靈命成長、期望自己愛神愛人的心胸能夠不斷地擴闊的基督徒。

回歸基督教靈修傳統

上文指出，教會的出路、教會靈性不死，都要借助於教會的自我更新和創造的能力，道在相信，教會自我更新和創造的能力直接來自我們對傳統的重視和尊敬。道在接連古今，引導生命回歸基督教靈修傳統，特別是沙漠教父及東方教父傳統，擷取當中的屬靈智慧，以接引當今教會和社會的需要。道在不是走復古主義之路，而是相信，我們永遠都要向前人學習，永遠都要聽取歷史的教訓，事實上，惟有承先，才有啓後；有了繼往，才有開來。傳統的智慧始終是我們更新靈命寶貴的養分和資源。當然，傳統始終是傳統，我們不能照單全收，也不能生搬硬套，而是必須經過再創造，經過現代的詮釋，才能對現代社會產生積極的作用。

改變永遠從自己開始

一切外在改變，源於自我的改變，這是修齊治平（修身、齊家、治國、平天下）之大義。意思是從自身作起點，然後不斷向外伸展，走向世界。誠然，環境、制度之改變固然重要，但真正的問題是人的問題，而人的問題是心的問題。今天香港家庭、社會、



乃至教會內部嚴重撕裂、對抗、不和，要成功修補關係，建立互信，單靠立法，改變制度肯定是不足夠的，我們更要改變人心，也就是要求自己先改變，如此，社會乃至世界才有實質的改變。成功畢竟要看我們的心改變了沒有。

先正己，後正人；先治癒自己，後治癒別人；先救己，後救人，此乃古聖教父待人處事的生活態度和智慧，道在對此深信不疑。因此，道在是專治人心、改變人心，讓人不再自私、自我，而多關心、多愛護。

道在強調實踐和操練

道在重實踐、操練、修行，但不是以遺世索居模式進行，而是不離人倫日用，緊貼生活而進行，故可稱之為「人間修道」或「修道在人間」。今時今日社會重權利輕義務、濫用自由而不強調責任，因此，紀律生活、操練靈性，以行動表達信仰無疑就是對縱情的生活和放任主義的抗衡與抑制。

然而，紀律生活、操練靈性本身都不是目的，而是手段或方法而已，所以不能錯認，也不要本末倒置。如此一來，我們掏空自己的心，是要讓聖靈在這裡結出屬靈的果子；我們打掃心房，清理這裡雜物，目的是重新把心擦亮，使光明重現。事實上，沒有人單為操練而操練、單為實踐而實踐，我們操練、我們實踐，是為了成長，加倍的愛神愛人。

今天世界紛亂、社會撕裂、價值顛倒、靈性枯萎，人類正面臨大危機，教會是世上的光、地上的鹽，因此，照亮人心、修和關係，實乃她當有的義。總而言之，關心人類的未來、成長信徒的靈命，教會責無旁貸。道在過去四年，我們嘗試在這方面盡上一點責任和一分力；我們知道四年的努力微不足道，但卻不會白費，因有你們與我們一齊同行，就足以產生協同效應的作用來。盼望有更多的基督徒來參與和支持，道就能住在人間。



福音書記載，耶穌講了一個比喻，後來又對門徒說：「你們不明白這個比喻麼，這樣怎能明白一切的比喻呢？」這個堪稱解開比喻之鑰匙的比喻，就是撒種的比喻。

耕種的人不會在不適合種植的地上撒種，偶然意外掉落了，也不會指望有任何收成。然而，比喻中那位撒種的，偏偏把種子撒向路旁，撒向淺土石頭地，撒向荊棘。如此令人詫異的意境，有觸動你的好奇心嗎？（這比喻本身就是一顆種子啊！）

路旁、淺土石頭地與及荊棘，原本都不是種植作物的地方。對這個世代的人來說，路旁好比繁忙的心，每日拼命爭取成功和地位，爭分奪秒，從不花時間在沒有實用價值的事情上。淺土石頭地好比人心充滿傷痕、憤怒、遺憾和嫉妒等沉重而複雜的情感，它頑固與凌亂的狀態排斥著生命的美善。荊棘好比計較的心，籌謀最少的付出、最大的回報、更多的優惠、更好的機會，利益考量比其它都優先。

根本沒有好土，就是現實中每一個人的內心寫照。那麼，好土在那裏呢？

好土

馬奮超
本中心特約靈修導師

大概廿年前，我曾經擁有一個天台，我請了園藝公司在上面設計了一個花園。他們調配了最適合的泥土，然後種上松栢、龍船花、牡丹、含笑，還有其它我忘記了品名的花草。不久之後，我種花的熱情漸漸被忙碌的工作蠶蝕，我也甚少走上天台。花園開始雜草叢生，花季無花，連耐旱的松栢最後也枯萎了。

兩個月前，朋友送我一盆手掌大小的虎尾蘭。我原本把它放在辦公室靠窗的文件櫃上，後來移到書桌上的電腦前面，只要我坐在桌前，無論是工作、閱讀或休息，它都在我視線範圍之內。每逢週一我會把它拿去澆水，我看到它可愛的葉尖漸漸伸長，還有新葉開始在泥土中冒出。

松栢、龍船花、牡丹和含笑，最終在專業調理的泥圃中死去。小小的虎尾蘭，來到辦公桌上的小盆裏抽芽發長。它們的分別，不在於當初落戶的地土，而在於另一意義層次的「好土」。

天國，是「神在我內，我在神內」的覺醒。種子，是覺醒的契機。好土，就是一份對「神在我內，我在神內」的渴慕；有渴慕才會歡迎覺醒的契機，懷抱覺醒就不再迷失。不止息的渴慕將要變化人生，正如耶穌的預告：結實有一百倍的，有六十倍的，有三十倍的。





上主的全知及全能

張惠芳

本中心特約靈修導師及輔導員

去年十一月觀賞了一位姊妹的靈修畫展，看見她一幅大畫布安放在房間的中央，畫中有一嬰孩在胚胎中而被上主的手所包圍保護。她分享這幅畫取材自詩篇139篇，這喚起我對詩篇139篇的一些反思。

上主是全知和全能

詩篇139篇描述上主的全能和全知，人不可逃避上主，因為上主認識人多過人認識自己。詩人大衛求上主對付仇敵，最後是詩人祈求上主鑒察自己的心思意念，讓上主帶領前路。

上主是創造者，祂知道詩人的生命各層面，包括他外在生活和內在的心思意念，人無法完全認識自己，但上主深深認識人。仿如每個人在母腹中未成形時，上主已知道每個人的存在。人沒有任何方法可以逃避上主，上主所以有全知、全能和無處不在的能力，因為上主是創造者，祂統管萬有，創造了一切宇宙萬物。詩篇139篇13至16節「我的肺腑是祢所造的，

我在母腹中，你已覆庇我。我要稱謝你，因我受造奇妙可畏，你的作為奇妙，這是我心深知道的。我在暗中受造，在地的深處被塑造；那時，我的形體並不向你隱藏。我未成形的體質，你的眼早已看見了；你所定的日子，我尚未度一日，都在你的冊子寫上了。」第13節詩人大衛說唯有上主創造了他的腰子（中文聖經譯作「肺腑」）。「腰子」也就是「腎臟」，是代表人情緒和意志的中心。上主要是創造了他的腎臟，那麼上主對詩人的掌管是達到他生命最深的地方。¹要是我們讀一讀聖經的舊譯本，就如拉丁譯本，我們看到這些譯本假定大衛是說「你已覆庇我」。另一方面，這動詞可以譯作「塑造」，因此，很多人用了塑造的意思——就是用肌肉、血管和骨骼去塑造。詩人所說的是胚胎，當大衛在母胎中還未出生之前，他便在神的掌管中，這種掌管不是隱隱約約的，而是甚至在那時候神已對他有極深入的認識。要是我們採取這解釋，神就是把詩人身體的各部集合起來，就像造一

般，使他完全受祂的掌管；若我們採用另一解釋，神就是在詩人的母胎中覆庇他，在人眼中詩人是隱藏的，但在神的眼中卻不然，詩人大衛在未出生的階段，他已在神的手中。²這體現上主的權能與偉大，相比我們為人真是極之渺小與卑微，但祂愛護及顧念人，在母腹中人未成形祂已垂顧，好像畫展中的嬰孩在胚胎中躺臥在上主的手中，得到周全的保護，充滿着上主的愛與平安。

上主早已預備

當發現自己的一生是上主的悉心安排和預備，教人不能不心悅誠服。有一位姊妹因小時候三歲遷居到屋邨，她對三歲以前居住過的唐樓已全無印象，她一直想重回住過的地方，但可惜沒有機會。她完成神學課程，在一間教會事奉了半年後，終於有一次機會發現了事奉的教會就在她三歲前往的地方附近。恰巧她每次去完教會等車回家時，可望着對面她年幼時曾

居住的地方，現在是地盤，正建造新的樓宇，她感到是上主的美好安排和預備她可重回舊地，她也深深相信是上主給她一份禮物，讓她肯定上主是一直引導她走上事奉的道路，她也知道上主會繼續帶領她的前路。她心存喜悅、感恩與讚美，感謝上主的恩惠和慈愛時常覆庇及看顧她。上主的作為真是叫她驚嘆與欽崇，超越人的一切所求和所想。正如以賽亞書55章8至9節上主說：「我的意念非同你們的意念，我的道路非同你們的道路。天怎樣高過地，照樣，我的道路高過你們的道路，我的意念高過你們的意念。」

結語

詩篇139篇展現上主的全能和全知，祂看顧人的一生，人在母腹未成形體已受到上主的保護，這是上主的恩典，讓我們在生命中經歷上主的引導，領略上主的慈愛與看顧。

¹ 楊格愛德華（Edward J. Young）著，中天譯，《詩篇一三九篇—神全知的研究》（香港：福音閱覽室，不詳），頁48。

² 同上，頁49。



淺談存在心理治療（二）

楊陳玉華
本中心特約輔導員

輔導員是以存在者的身分關心另一個存在者的處境，並且一起思考存在的問題。關於存在的思考只屬於哲學家的專利嗎？絕對不是。每個存在於這個世界的人，都會發問、反思和面對自己的存在。所有人都有能力作這種思考嗎？是，只要懂得問為甚麼要遇到存在的處境。發問後會找到答案嗎？會，只要有這渴望，就會找到應對方法。

亞隆的四大終極關懷

美國史丹福大學精神病學榮譽教授歐文•亞隆（Irvin D. Yalom）有系統地把存在主義應用在心理輔導上，他採用了德裔美籍神學家田立克（Paul Tillich）終極關懷一詞，但所指涉的內容有所不同。田立克的終極關懷對象是存在根源及意義。而亞隆在談到動力取向的存在心理治療時，指出這種治療是把焦點放在基於個體存在而面臨存在的既定事實所造成的衝突，他稱為存在的動力衝突。既定事實就是指四大終極關懷，包括：死亡、自由、孤獨及無意義。通過孤獨、安靜、時間及脫離日常分散我們注意力的生活，或處於臨界的處境，人就會對自己在世上的處境、存在、界限和可能性作深度的反思。

亞隆解釋四大終極關懷帶來的衝突包括：第一、無法逃避的死亡與延續生命的衝突；第二、在虛無、無架構和無設計的宇宙中作出選擇與行動，與渴望設計與架構的衝突；第三、人孤單地進入存在，最後孤單地離開，與希望接觸、保護和成為整體一部分的衝突；第四、人是尋求意義的生物，卻被拋進無意義的

宇宙的衝突。人覺察以上種種衝突後，就會產生恐懼和焦慮，生命中呈現痛苦，繼而產生防衛機轉，形成了精神病理。

亞隆的輔導技巧

亞隆說存在取向治療不是唯一的典範，而是與其他典範一樣，要面對存在者面對不確定性的處境。存在取向治療著眼於受輔者的當前情況，而不是他如何形成這種情況。所以不會如佛洛伊德著力於追溯受輔者的歷史，反而把焦點放在未來。

亞隆說覺察死亡的人可以是垂死者，或者是通過活動、重大事件或別人的死亡經歷面臨死亡的日常心理治療的病人，而亞隆常把兩者放在一個團體治療中，互動地學習。他們因為覺察死亡而焦慮，輔導員帶領他們找出如何珍惜和真誠地活在當下，和減輕死亡帶來的焦慮和恐懼。例如：增強生命的滿足感和意義及採用死亡減敏感法。

自由是包括責任、意志（願望和決定）和行動，亞隆認為承擔責任是改變的先決條件。受輔者要明白自己有份創造自己的不幸，是自己拒絕改變，而不是無法改變。亞隆提議對不肯作選擇的受輔者，與其問他們「為甚麼？」更好的是問「為甚麼不？」亞隆認為團體治療的經驗是社交生活和生活經驗的縮影，在團體中學習承擔責任，就能明白和發展自己的能力，在現實生活中承擔責任。責任要有行為，而意志就是負責推動行為。

孤獨是一種人與世界分離的狀態。人無法從別人獲得解決孤獨的方法。輔導員要幫助受輔者面對孤獨，承認孤獨是存在的一部分，也是人際關係或親密關係的一部分。而團體治療可以減少孤獨的焦慮。進行24小時獨處的練習，也能讓受輔者發現自己的資源和勇氣。受輔者在接受輔導的過程中增加了力量後再面對存在的孤獨。

亞隆提議輔導員要用一種不受文化影響的觀點看意義，他認為意義是相對的。處理受輔者因找不到生活意義而產生焦慮時，輔導員要幫助受輔者把焦點放在超越追逐物質生活的事情上，例如：探討富有創造力的興趣。最重要是先了解和進入他們的生活，再幫助他們把注意力轉離自己，放眼四周，並且自願參與在各項活動中。他反對權威式地為受輔者提供意義，受輔者應該有個人的自主性。

結語

存在取向治療的進路讓輔導員更仔細和深層地明白受輔者作為存在者的困擾和處境，為輔導員提供了實用的治療技巧。亞隆尤其推介團體治療的有效性，補足了輔導員和一對一輔導形式的限制。下期繼續探討這種治療方法的局限性及在本土應用時的情況。

參考書目：

歐文•亞隆。《存在心理治療》上下冊。台北：張老師文化事業股份有限公司，2003。



光 中 行

吳景萍

天主教傳道員及聖像畫員

感謝主和陳國權牧師這一年裡，讓我在這園地跟各位分享。還記得去年的聖誕節，因嚴重藥物過敏入院，皮膚脫落，局部失去視力和聽力……各種後遺症至今仍有待康復。在信仰分享中，曾有主內的弟兄姊妹問道，健全的人生活在此世已很苦，為何我甘願選擇在痛苦中修行？

還記得我入院時，正值流感肆虐。固定床位不足，有幾天我需要在病房外公眾走廊的一張病床上接受治療。由於視力微弱，不安中只見到面前一道發光的窄門，不知何時才能進去。在默禱中，心內出現了幾道問題：身體的痛苦我可以選擇捨掉嗎？耶穌是通往天國的大門，就是生命、真理和道路，為何我看到的是狹小的門呢？

聖像畫中復明的保祿（編按：即保羅），讓我在回首身心靈的康復路上，不斷紀念聖言中受苦中的耶穌。默觀中讓我學習十架上基督的視野，求主作我的主。醫治憐憫之時，還給我學會陪伴病患者，從聆聽中尋找主的臨在。此外，我明白到人需要全然配合主，放下人性的自我。正如聖德蘭亞維拉般追求「真謙遜」：因為真的謙遜不會使靈魂焦慮不安或紊亂的，也不會使靈魂黑暗，或帶給他乾枯。倒不如說，

真正的謙遜會令人更安慰，並以完全相反的方式在靈魂內起了作用——寧靜、溫和以及充滿光明。這樣，我們與主相似的天主性才能在光明中安然成長。只有主才能選擇並戰勝痛苦死亡而復活。主為誰選擇了痛苦中以身作則，陪伴我們走過困厄？

二月二日是教會紀念獻耶穌於聖殿的日子。天主是耀世真光，並顯示給正義忠誠的西默盎和亞納（編按：即西面和亞拿）；為此，我們手持蠟燭，就像前往聖殿迎接基督的童女，求主降福，祝福並光照我們踏上成聖之道，讓我們成為聖像畫前的燈芯，為讓更多失去生活重心的人，在主的光照下，越過窄門遇見祂。在上主廣施仁慈的雙目中，甘願信靠祂，重新緊握生命的錨，勇毅地在生活中實踐祂手中的聖言。時刻心中默唸祂親授的禱詞，恆常操練達致身心靜定，敏於在主內學習面對，及強化天主性不足的我。「主啊！現在可照你的話，放你的僕人平安去吧！因為我親眼看見了，你在萬民前準備好的救援：為作啟示異邦的光明，你百姓以色列的榮耀。」（路加福音2：29-32）好使更多人在我們身上，看到一點點為顯揚主的喜樂真光，繼續在困苦黑暗中獲得平安與痊癒。



「第三期息修初階課程」學員分享

第三期息修初階課程已於去年12月中圓滿結束，其間學員參與「一日息」週末息修營，由陳國權牧師及本中心特約靈修導師帶領。當天以早禱及道在「十步清明」開始，早午各有坐息及行息的操練—誦念耶穌禱文，離營前有分享交流的機會。以下是部分學員的分享。

感謝讚美天父，正教會先賢聖人留下息修和耶穌禱文的寶藏，陳牧師用心的教導，導師同學們的陪伴，讓我現在隨時隨地可以感受到天主的同在，也定時定刻學習專注和溫柔地醒覺耶穌基督住在我當中，生活充滿愛和恩典。

~ Vivian

起初學習息修時，覺得很容易安靜下來。每次安靜後，天父似乎就有一段經文放在我內心，我也因此充滿力量和喜樂完成每日的息修。

後來陳牧師教導我們在息修時要不斷放下，無論是成功、失敗、擔心，甚至心中所浮現的經文時，就令我的學習有難度！我慢慢順服，跟隨陳牧師的教導，學習放下。

出聲背誦耶穌禱文，成為了生命的力量！當我心中淨現了很多的煩惱和掛心時，便以耶穌禱文來禱告，心中就充滿平靜與安穩！

~ 黃勤明

營營加役役 難得偷閒山上一日息！
坐息又數息 覺察到心靈煩擾不息！
獨步且默觀 賞花草樹木述主信息！
勞苦擔重擔 到我這裡來得享安息！
坐息復數息 漸覺心靈回歸得安息！
小組內分享 感謝讚頌主恩不止息！
祈待下一次 再來山上與主一日息！

~ Grace Mok



(一) 息修的尋著

弓箭手的意象：耶穌禱文，七字真言，直呼聖名，哀求悔罪。
無間背誦：走路也背誦，對抗罪惡與誘惑。

未能專注時：堅持天天端坐，養成習慣，學習順服。

一日息營會中：最後一次「坐息」，留下眼淚，得釋放。

(二) 息修的設問

我與神疏離已久（重新到教會才約一年），平日息修唸禱文時，如念口實，未能口誦心和。

若果，重燃對耶穌渴慕之心（即與神的關係怎樣），是息修的先決條件。息修就猶如一面鏡子，觀照出我的屬靈境況？！

~ Captain (羅華)



嬰孩時已受洗禮，青少年時期亦有乖乖隨父母返教會；然而信仰從未在身上扎根。雙親返回天家，便是自己離開天父之時。

直至花甲之年的今天，才重尋信仰，驀然回首，不無感慨。

我深信「耶穌禱文」能助我繫於上主，永不分離！

~ Joseph Wong

I lived my Christian faith in community rather than in Church in most of my life time. Since a few years ago I found myself losing all hope in humanity and endured big sufferings which I could hardly stand.

The Jesus Prayer is powerful particularly in our divisive globalised world with rising extremism. It enlightens my inner self through confession to God from the bottom of my heart and brings me to a transcendent level which I have not experienced in traditional church activities.

In addition, it is simple, flexible and holistic in healing our souls and sins by God's grace. The Jesus Prayer is suitable to all walks of life. If people nowadays focus on inner changes, the society will have more peace, humanity and love.

Glory be to the Holy Father, to the Holy Son and to the Holy Spirit.

~ Monita Wong



從前就略聽聞關於「耶穌禱文」的靈修傳統，但實際具體操練，就是因為參加了息修課程開始。陳牧師深入淺出的講解及示範，從歷史、教會傳統、教父語錄，讓我們能體會此靈修傳統的豐富。操練息修，為我帶來寧靜的力量，內心的強壯。盼望日後繼續操練。

~ 鄧秋婷



感謝道在開設「息修初階」課程，讓我在追尋與主建立更深關係的路，找到這一道門徑，得睹屬靈先賢的教導，並有實踐的機會！

~ 蔡明輝



參加了息修課程，每天更有紀律地操練「耶穌禱文」，使我可以安息在主耶穌懷裡，不受自己的情緒控制。在零碎時間如購物排隊時，也可透過唸誦「耶穌禱文」打發時間，每當替別人代禱，不知怎樣祈禱時，「耶穌禱文」也成為很好的禱詞，因為它包羅萬有。有一次在工作上遇上麻煩，不知怎樣做，透過唸誦「耶穌禱文」也令我心神安定下來，從而有智慧處理問題。此課程真的令我獲益良多。

~ 小敏



過往的靈修經驗裡，總期望有.....的得著，祇有三分鐘熱度的我，很快就放棄了。

今次參加息修初階課程，學習安靜、專注，清走內心的雜念，呼求耶穌基督憐憫，並需要每天定時、定點地操練，我不知道可維持多久？！

時間一瞬間過去了，感謝上主的帶領，竟能持續已兩個多日（其中有幾天未能進行）。誠然，在息修操練的過程，我像一個在學走路的孩童，行行跌跌，甚至倒下，但我堅信上主仍然牽引我的手，繼續前行.....

~ Angel





道在人間 靈修、輔導、文化中心

The Tao in the World Limited

九龍彌敦道574-576號和富商業大廈21樓

誠意向您推介——「道在有心人」每月捐獻行動

道在人間靈修、輔導、文化中心（以下簡稱「道在」）是一個基督教非牟利慈善團體，其名稱的靈感是來自約翰福音1章1、14節：「太初有道，道與上帝同在，道就是上帝。道成了肉身，住在我們中間，充充滿滿的有恩典有真理。」

「道在」創辦的目的，是透過開設多元化的事工及活動，推動本地靈修、輔導及文化更新。其服務的宗旨，是以至誠與謙遜，接待主內弟兄姊妹。

過去兩年「道在」服侍教牧和弟兄姊妹的人數不斷增加，這表示「道在」推動的事工獲得了肯定，與此同時也意味着「道在」對教會、信徒及社會會有更大、更多的承擔。

在可見的將來，我們更需要您的支持，尤其在經費上。因此，我們誠意邀請您成為我們「道在有心人」每月捐獻行動的一員，為「道在」整體事工的發展注入動力與資源。

課程及活動報名表

報名須知

1. 填妥報名表，以支票抬頭「道在人間有限公司」或 “The Tao in the World Ltd ” 或
2. 將款項直接存入交通銀行帳戶：027-543-9-311698-9，或恆生銀行帳戶383-893104-883
3. 然後把銀行入數紙或支票連同報名表一併寄回：
九龍彌敦道574-576號和富商業大廈21樓「道在人間靈修、輔導、文化中心」收
4. 報名表可於本中心網頁下載：www.taoinworld.org；報名表不敷可自行影印。
5. 報名一經接納，繳費概不退還。

報讀課程及活動

息修入門簡介會

□2019年3月23日（六）

每月息修聚會

2019年□3月8日；□4月12日；
□5月10日；□6月14日；□7月12日；
□8月9日；□10月11日；□11月8日；
□12月13日

一日息（息修營）

□2019年5月18日（六）

第四期息修初階課程

□2019年3月19日至5月7日〔共8堂，逢星期二〕

ST013《沙漠教父語錄》中的靈命塑造與自我實現

□2019年3月21日至5月16日〔共8堂，逢星期四〕

「感恩、說恩、謝恩」5周年感恩崇拜

□2019年2月23日（六）

靈修系列講座：默觀禱告與基督徒靈修之突破

2019年□4月27日

□5月4日、□11日、□18日（逢星期六）

請用中文正楷填寫

姓名：（中文）_____（英文）_____

性別：□男 □女 職業_____

聯絡電話（日間／手機）：_____

電郵地址：_____

聯絡地址：_____

所屬教會：_____

應付款項：_____

報名日期：_____

查詢：6702 8654

網頁：www.taoinworld.org Facebook 網頁：www.facebook.com/taoinworld 電郵：thetaoinworld@gmail.com

本中心地址：九龍彌敦道574-576號和富商業大廈21樓（油麻地地鐵站A2出口）





道在人間靈修輔導文化中心2019年2-6月課程與活動

「息修」是一種回到當下的清明自在的基督徒靜坐方法。它借助坐姿、呼吸，及呼求耶穌基督神聖的名號，把心中的雜念、憂慮、不安、壓力一一驅散，以達致心如止水，止水如鏡般的心靈境界而覺知上帝的臨在。

息修入門簡介會

這是一項**費用全免**的簡介活動，讓出席者初步認識息修對現代基督徒靈修之意義與價值。內容包括：

1. 息修是甚麼？
2. 息修的好處和效果
3. 息修的修習法
4. 息修課程與活動

歡迎致電6702 8654 報名。

日期：2019年3月23日（六）**時間：**3:30-5:30 pm

地點：本中心—九龍彌敦道574-576號和富商業大廈21樓〔油麻地地鐵站A2出口〕

導師：陳國權牧師

每月息修聚會

息修聚會是一個團體修習《耶穌禱文》的時段，內容遵從一定的步驟與形式進行。聚會逢每月第二個星期五晚上7:30-9:00假本中心舉行。**不設收費、自由奉獻**。歡迎致電6702 8654報名。

日期：2019年3月8日；4月12日；5月10日；6月14日；7月12日；8月9日；9月暫停一次；10月11日；11月8日；12月13日

時間：7:30-9:00 pm

地點：本中心—九龍彌敦道574-576號和富商業大廈21樓〔油麻地地鐵站A2出口〕

導師：陳國權牧師、許子韻女士、張惠芳博士

一日息〈息修營〉

「一日息」顧名思義就是用整天的時間來進行息修—誦念《耶穌禱文》，以提升我們對聖靈臨在於內的覺知能力，並獲得永恆的歡愉與滿足。息修營適合任何信徒，從初學者到有經驗的息修者皆可得益。內容包括：息修講座；操練「坐息」、「行息」，及安靜、獨處。

日期：2019年5月18日（六）

時間：9:30 am – 5:00 pm

地點：道風山信義宗神學院

費用：\$360（包午膳、道風山往大圍交通）

導師：陳國權牧師、許子韻女士、張惠芳博士

第四期息修初階課程

本課程理論與實踐並重，主要是介紹息修的基本要義及操練的方法。課程須時16小時，共8堂，當中包括授課、小組會談、團體操練。課程以外，另設學員每天操練時間、每月一次息修聚會，以及一個息修營會。

日期：2019年3月19日至5月7日〔共8堂，逢星期二〕；另必須出席5月18日（六）「一日息」息修營。

時間：7:30 pm–9:30 pm

地點：本中心—九龍彌敦道574-576號和富商業大廈21樓〔油麻地地鐵站A2出口〕

費用：\$1200〔包「一日息」〈息修營〉費用〕
名額：20人（額滿即止）

導師：陳國權牧師、許子韻女士、張惠芳博士

課程

ST013《沙漠教父語錄》中的靈命塑造與自我實現

沙漠教父不惜放棄家園、割捨所有，遁跡荒漠，目的只有一個：就是要徹底與世界分開，不容自己隨波逐流，認同世俗的信仰和價值，惟依靠聖靈的引導，自我約束，以攀登達致一個超凡脫俗，獨立自主於現世架構組織以外的靈性高度。本課程透過研讀沙漠教父/母的語錄與故事，為沙漠靈修傳統中的靈命塑造與基督徒理想人格之實現作深入解讀和應用。凡有志提升自己的靈性者，不容錯過。

講員：陳國權牧師（神學博士，本中心主任）

日期：2019年3月21日至5月16日（共8堂，逢星期四，4月18日暫停上課）

時間：7:30pm–9:30pm

地點：本中心—九龍彌敦道574-576號和富商業大廈21樓〔油麻地地鐵站A2出口〕

費用：\$800（共8堂）2019年2月28日前報名，減100元。

詳情可致電本中心6702 8654查詢。

誠意邀請大家出席道在人間靈修輔導文化中心5周年紀念活動

「感恩、說恩、謝恩」5周年感恩崇拜

日期：2019年2月23日（六）

時間：3:00 pm – 5:00 pm

內容：舞蹈、唱誦、泰澤及現代聖詩、講道、見證、小組獻唱

地點：基督教香港信義會馬氏紀念禮拜堂（太子道108-118號康齡大廈C、G-H座二樓；地鐵太子站C2出口。）

**是次聚會詳情，歡迎致電本中心6702 8654查詢。

靈修系列講座

默觀禱告與基督徒靈修之突破

日期：2019年4月27日、5月4日、11日、18日（逢星期六）

時間：3:00 pm – 5:00 pm

**是次靈修系列講座，不設收費，歡迎自由奉獻。為方便預算座位，請致電本中心6702 8654報名。

第一講 4月27日 默觀—靈修者心靈覺醒與契合之入路

講員：陳國權牧師（道在人間靈修、輔導、文化中心主任）

內容：講員將借助源遠流長的沙漠教父的息修傳統智慧，給默觀的底蘊作深入淺出的解讀；並帶出息修是突破基督徒靈命之有效途徑。

地點：基督教香港信義會信義樓（九龍油麻地窩打老道50A信義樓五樓；城景國際對面）

講員簡介：陳國權牧師曾任信義宗神學院院牧一職，兼教授靈修學及教牧學。現為信義宗神學院榮休教授，及道在人間靈修、輔導、文化中心主任。

第二講 5月4日 從「七禱法」說起

講員：陳贊一博士（中國基督教靈修學院院長）

內容：本講座主要介紹陳贊一牧師編製的「七禱法」。如果你是生活忙碌但又想感覺到上帝與你同在、同工、同行的基督徒，「七禱法」可能對你有幫助。

地點：基督教多加堂（九龍彌敦道574-576號和富商業大20樓；油麻地地鐵站A2出口）

講員簡介：陳贊一牧師早年於香港中文大學獲榮譽文學士、神學碩士、哲學碩士及哲學博士學位。現為中國基督教靈修學院院長。

第三講 5月11日 屬靈的治癒與基督徒默禱

講員：蘇康成先生（普世基督徒默禱團體（香港分會）執委、推廣組長）

內容：講員除介紹本篇會若望邁恩（John Main）的基督徒默禱方法外，還分享上主怎樣透過基督徒默禱治癒他那深層屬靈的創傷，並使他得著屬靈的甦醒。導師亦會帶領10分鐘默禱練習。

地點：基督教多加堂（九龍彌敦道574-576號和富商業大20樓；油麻地地鐵站A2出口）

講員簡介：蘇康成先生是普世基督徒默禱團體（香港分會）執委、推廣組組長，致力於推廣及促進在其他堂區實踐基督徒默禱。蘇先生在天主教聖瑪加利大堂事奉多年，曾任靈修培育組組長，現任善會的靈修導師，幫助會員深化他們的內心信仰生活。

第四講 5月18日 歸心禱告

講員：黃佩芳博士（信義宗神學院助理教授）

內容：本講座介紹歸心禱告與基督教默觀傳統之關係，並認識其為深化信徒靈命之有效途徑。講座有實踐環節，指導與會者如何操練歸心禱告。

地點：基督教多加堂（九龍彌敦道574-576號和富商業大20樓；油麻地地鐵站A2出口）

講員簡介：黃佩芳博士現為信義宗神學院助理教授，專責靈修學課程。自2000年開始，黃博士便專注於基督教靈修學的研習，分別取得靈修指導文憑、基督教靈修學碩士及哲學博士學位；期間也從事牧靈工作與教學。

預告

「道在」即將開辦證書課程及文憑課程，讓追求靈命成長的信徒有系統地認識東方教會靈修傳統，詳程容後公布。

靈修指引與心理輔導

本中心提供以下心靈及心理服務：

1. 靈修指引（Spiritual Direction）
2. 心理、婚姻及家庭輔導

詳情可致電本中心6702 8654查詢