

從完美主義的舞台走下來……

邁向心靈的自由！ 退修工作坊

完美主義是一種傾向、氣質、性情和思想觀念，它幾乎滲透我們生活每一環節。在大部份人身上或多或少都可以找到一些影兒，只是很多人不覺察罷了。

時刻在掌握之中，要求嚴格，鞭策自己更努力，對自己的評價及罪疚感等等……這一切把完美主義者推向舞台的中央，賣命演出，痛苦沒完沒了。

上帝想我們享有自由的生命，不是為自我完美而活，乃忠誠信實地作合乎上帝心意的事，也學習接納人生在地上種種的不完美。本課程著重聖言及靜觀禱告，破解完美主義的迷思和捆綁，讓我們活得輕省一點，得著主的平安喜樂，踏實地追求完全，愛神和愛人。

「我一生一世必有恩惠慈愛隨著我……」詩篇 23:6

日期：2017年2月4日、18日、3月4日、18日（隔週六，共4次）

時間：上午 10:00 – 下午 4:30

地點：道風山基督教叢林尊道廳

費用：港幣 2,000 元（2016年12月14日前報名九折優惠）

名額：25 人

導師：何林月滿博士 BATSEL, MCS, MCE, Dip MFT, D. Min.

道風山基督教叢林特約靈修導師

中國神學研究院婦女生命更新證書課程靈修講師

婚姻、家庭及個人心理治療師

「從完美主義的舞台走下來……邁向心靈的自由！」退修工作坊 報名表格

姓名：_____ 性別：_____ 職業：_____

所屬教會：_____ 電話：_____

電郵：_____ 同意收取叢林活動消息

郵寄地址：_____

表格倘不敷應用，請自行影印。

填妥報名表後請連同劃線支票（抬頭：道風山基督教叢林有限公司），寄回新界沙田道風山路 33 號，道風山基督教叢林靈修部。所有報名以收妥表格及繳費後開出之收據為準，叢林保留最終決定權。

*本機構恪守《2012年個人資料(私隱)(修訂)條例》，以上所提供的個人資料，只會用於報名及與閣下保持聯繫。我們將不會以任何形式出售、租借及轉讓閣下的資料予任何人士或組織。

聯絡我們

☎
(852) 2694-4038

☎
(852) 2386-6129

🌐
www.tfsc.org

✉
contact@tfsc.org

