



愛你一輩子守護團

www.20187.org.tw

愛講堂公告

2023《愛講堂》第十二講：寧靜多一點



2023/5/21(日)9:30-12:00 (9:00報到)

寧靜多一點

讓你 身健康 心寧靜 人平安



王崑仰

生命中寧靜的曲線圖



張美惠

菜圃裡的寧靜與不寧靜



林義峰

在靜定中學習與成長



魏劭蓉

四寶媽的人間修練

愛講堂NO.12

活動地點：李科永紀念圖書館 B2會議廳

臺北市士林區中正路15號

合辦單位：社團法人愛你一輩子教育關懷協會

臺北市立圖書館李科永紀念圖書館

承辦單位：鵝媽媽直屬團、107期同學會

活動聯絡：(02)2835-0510 吳小姐

注意事項：參與室內活動建議配戴口罩



- 日期：2023/5/21(日)
- 時間：AM9:30~12:00 (9:00報到)
- 對象：愛團志工、一般民眾
- 主講人：王崑仰、張美惠、林義峰、魏劭蓉
- 報名方式：線上報名bit.ly/33fsIBB
- 地點：李科永圖書館 B2會議廳

(福林路100巷對面 / 台北市士林區中正路15號)

- 費用:免費參加
- 注意事項:室內活動建議配戴口罩
- 聯絡人:(02)2835-0510 秘書吳小姐



愛, 可以融化冷漠、傳遞溫度！
愛, 就在每個生命故事中！

若把生命經驗比喻為一座島,
那麼島上有山峰、山谷、河流與盆地...

山峰處是成功,
山谷裡是挫折,
河流彎是創造,
盆地上是現實。

愛講堂第十二講四位講師,
分享他們有如島嶼的生命故事,
有時高低跌宕,
有時綠意勃發,
有時靜定修心,
有時動中尋謐。

面對外在感官與內在雜念干擾,
邀請您細細聆聽,

與主講人走入寧靜裡的哲學之道。



愛，可以融化冷漠、傳遞溫度！
愛，就在每個生命故事中！