



香港中文大學敬靈靜觀研究與培訓中心主辦

更深的靜觀:感受調子逐格看 (第1期)

日期 | 網上預備課堂: 12月15日(一)晚上8時30分至9時 (網上會議形式, 必須出席)

八周課堂: 2026年1月3, 10, 17, 24, 31日, 2月7, 14日(六)及2月22日(日)
上午11時至下午1時

上課地點 | 沙田瀝源健康院4樓16號室

授課語言 | 粵語

費用 | 港幣3,200元

(如收生情況未如理想, 本中心有權取消課程並退還按金。)

查詢 | 電郵: cuhkcmrt@cuhk.edu.hk / WhatsApp: 5262-5665 / 電話: 2252-8764

掃 QR Code 報名



香港中文大學
The Chinese University of Hong Kong



香港中文大學醫學院
Faculty of Medicine
The Chinese University of Hong Kong



香港中文大學
賽馬會公共衛生及基層醫療學院
JC School of Public Health and Primary Care
The Chinese University of Hong Kong



Mindfulness
Research
and Training
CUHK Thomas Jing Centre