



會址：屯門井頭上村 131 地段 87A

網址：<http://www.gaiass.org>

電郵：gaiass@yahoo.com.hk

電話：26132773 傳真：26184008

「自然協會」成立於 1993 年，為香港首間提倡情意自然教育與奉行簡樸生活的慈善教育團體。

會員活動 簡樸生活體驗營(兩日一夜)

活動日期：2010 年 10 月 9-10 日(週六、日)

活動地點：大嶼山聖母神樂靜修院

集合及解散時間：(9/10)9:30am-(10/10) 3:00pm

集合地點：1. 中環往坪州碼頭(9:30am) 或
2. 坪州碼頭(10:30am)

內容：樂活功夫、取水、採野菜、撿柴、起灶炊事、
水修行、善用廚餘法、整理環境、生機飲食
及分享晚會

收費：自由捐獻(所有款項捐給鹽寮之友及神樂院)

對象：自然協會會員(6 歲以上兒童必須家長陪同)

特約導師：區紀復先生*(區大哥)

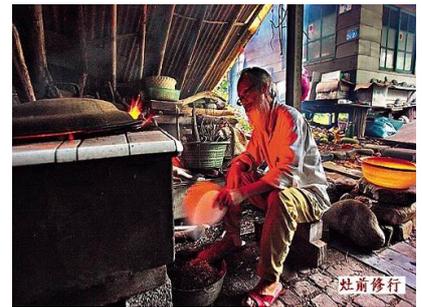
名額：10-20 人

報名：www.gaiass.org 下載活動報名表格，[填妥後傳真 26509698](tel:26509698) / [電郵 gaiass@yahoo.com.hk](mailto:gaiass@yahoo.com.hk)

查詢：2613 2773 自然協會

註備：自備船費和食具及食物(如蔬果、粉麵、米等)

活動日期前七天截止報名，如人數不足 10 人則取消，會另行通知



*特約導師：區紀復先生簡介

台灣花蓮「鹽寮淨土」簡樸、自然、靈修中心的創始人。區先生生活極簡單，電腦、電視、冷氣機、洗衣機、電鍋等都放棄。生活以挑水、撿柴、燒灶、種菜、採野而食為主、甚至到批發市場撿拾蔬果。度出世的生活，卻有著入世的情懷。

區先生認為簡樸、自然、靈修的生活，是對生態的關懷與救贖。也是讓人在靈修中體驗天人關係的密切，在簡樸中與大地自然共融，在坦誠相見中與別人和諧交往，進而達到天地人合一。這樣的生活，需求愈來愈少，不怕任何的失去，充滿著喜樂、平安與自由。

近年，區先生更積極將鹽寮淨土的精神推廣至香港、澳門和中國大陸，繼續為大同世界努力。著有<鹽寮淨土>、<簡樸的海岸>、<體驗貧窮>、<新靈修團體>、<走向阿瑪遜>、<坐灰狗繞美加>、<愈少愈自由>及<大海悟永恆>等書。(摘自<愈少愈自由>)

