

# 爾道自建 -靈修 App

牧養部向大家推薦，建道神學院靈修 App：爾道自建。這適合每天靈修用，內容覆蓋新舊約聖經，建議如下：

1. 選定靈修內容：可按日子、經卷（經卷重溫）進行。
2. 聆聽或閱讀：預 15 分鐘或以上，之後默想。如狀態不佳，請重複再做。
3. 祈禱：以經文最深刻的提醒，作為向神禱告的內容。

靈修乃內心與神溝通的時刻。每個人都可有不同，而這個 app 可以作為開始，建立自己的靈修習慣。

## Download 爾道自建

Goggle Play for Android

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.tonycube.demo>

蘋果機 App Store

<https://apps.apple.com/app/id733674750>