



電話：26004288
電郵：info@raphahk.org
網址：http://www.raphahk.org
辦公室：香港灣仔譚臣道5-11號信邦商業大廈7/F A室
門市：香港銅鑼灣紀利佐治街一號金百利中心十二樓1203室

通訊

2015年5月(第六期)

生命的活力在於定睛看上帝的作為

2014年是忙碌的一年，2013衝突的年會喚起了教會正視這個議題，也增多了拉法被邀請主領情緒及衝突講座及工作坊。2014整年在不同國家及社區共主領了共70個講座、退修營及崇拜信息。我們盼望帶出對衝突正確觀念：衝突是必然的，生活的一部份，不能避免。因此，我們必須裝備如何處理衝突，衝突的最大的問題不是因為有不能化解的衝突，而是因為有不肯面對衝突的人。面對衝突最困難的部份是處理衝突背後的情緒，2015年初在溫哥華為一間因衝突而弟兄姊妹被嚴重傷害的教會，開設衝突的退修營，實踐如何處理衝突，在小組中他們彼此真誠分享，組長幫助他們表達背後隱藏的真正感受，在吶喊中向神釋放痛苦，經歷上帝的醫治，充滿感恩！（詳情參看退修營分享）這正是拉法的異像：盼望拉法的情緒課程及退修營能夠祝福正在傷痛及需要支援的群體：提昇對情緒的正確理解、學習表達真實的情緒、減少因誤解而導致衝突、勇敢展開衝突背後的真正感受和需要，經歷上帝的醫治！

2014的整全心靈醫治年會帶出人與自己、人、及神失聯的問題，時值香港社會出現佔中的問題，正正反映出人與人及群體與群體失聯的問題，雖然「失聯」這個議題對很多人是新的名詞，其概念並不陌生，只是沒有從這個角度去探討，意識失聯背後的痛苦和掙扎，透過失聯自我測驗量表，幫助大眾明白不同程度失聯者內心的狀況，以至減少誤解及傷害，更加意識對方的需要，盼望正在籌備失聯成長手冊可以幫助更多教會及社會正視及關注這個問題！

2014香港拉法的同工團隊雖然在年初經歷人手短缺，漸漸上帝差派更多的同工加入，令團隊更加強壯和穩定。目前最停滯的部份是未能售出辦公室，極需要你的代禱，盼望早日更換一個二千呎的地方，讓更多學員可以受益！

2014加拿大拉法發展中心正面對新的改變，一位幫助拉法多年的核心義工Jenny離開，一時之間義工人手不足，課程的發展也放緩了，感謝主，在迷茫之際有義工Lucia暫代協助支援，直至九月正式僱用一位部份時間同工Jennifer，也正式設有拉法電話號碼，並且2015年初也暫時租用一個地方開辦課程，感謝神，看到溫哥華的事工要進入另一個新

的階段，更加規律及系統化。

感謝神，愛民頓(Edmonton)的課程也開始上軌道，一群受益的學員，建立一個義工團隊，一起策劃愛民頓的課程、退修營及講座，正因溫哥華的人手變化，無力支援愛民頓的課程，也促使愛民頓的同學自己組織起來，以至課程可以繼續延續。2014年尾總統籌的義工Janet需要休息，感謝主帶領另一位義工Elsa願意委身接棒，亦非常感恩地介紹一位義工幫助設計Assess Database，盼望將不同國家的學員資料系統化，這已是我們期待很久，上帝應允了我們的禱告！

感謝主，看到加拿大的事工逐漸成熟後，神又開啟三藩市的門，由2014到今年一月至今已經第三次到訪，感謝義工的轉介，開展在不同教會主領講座，得到好的回響，盼望今年五月可以在三藩市開辦課程，讓美國的華人同得上帝的醫治！

2014失聯心理劇退修營的總結分享中，同學的建議將心理劇搬上舞台，讓更多人認識上帝的醫治及醫治可以如何發生，這促動多年前的異像，制作福音性心靈醫治電影，將上帝醫治人心靈痛苦的歷程，傳遞出去！要舉辦舞台劇實在是信心的踏出，回應上帝的感動，這是一個非專業、非業餘，上帝的自家制作，學習完全倚靠上帝的引領和指導，

就是我們最大的導演，雖然我們並沒有做舞台劇的經驗，也沒有編劇，每一個演員也不是演別人的故事，而是自己真人的故事，所有的台詞是以集體創作形式分享各自的經歷，願意最終將上帝醫治的恩典流露無遺，將榮耀歸給耶和華拉法！（詳情參看舞台劇花絮）

今年拉法將進入第八年，經過過去七年信心的學習，整個香港及加拿大拉法的團隊踏入更成熟的階段，無論如何讓上帝的醫治更深入學員的生命、課程的編排及事工的運作、義工的參與合作、發展創新的嘗試等等，感謝所有參與拉法的同學及義工，過去你們的回應、建議、參與成是我們的寶貴資產，固我們的基礎及經驗，今天的拉法是你們留下的痕跡點點滴滴而組成！耶穌風浪中的同在。

葛琳卡博士
拉法基金會義務總幹事



2014 年事工報告

I. 整全心靈醫治課程

2014 年，是我們精彩的一年。
2013 年不同的義工及同工離任，新同工未上任時，但我們仍努力的完成了 Level 3A 課程 (更新版)，課程由原來的 7 講 12 次小組，擴張至 10 講 20 次小組，因現場教授，人數亦增至 125 人；蒙主憐憫，讓我們有可用的場地、拍攝人手、足夠的組長，願意承擔的學員義工.....，長達 8 個月，差不多每個星期要花上 3 小時以上的課程，能順利完成，實在看到學員、組長、同工的委身；為著弟兄姊妹的成長，所動用的資源，實在可觀！求天父報答當中不能計算的，並賜福使用我們，活出豐盛與自由！
奇妙的是，天父知道我們的能力，除了相應的資源減少了，合作的機構，也相應減少，我們只能開設有限的 Level 1「情緒四重奏」及 Level 2「曠野之旅」課程；感謝天父的預備，有組長願意回應，服侍到遍遠地區的肢體，這些我們一直掛念祈的，感謝天父。
感謝天父的呼召，Pauline、阮太 的加入，分擔了我們行政的工作；助理課程主任 Abby 的到任，細心的回應學員的查詢，實習生 Charis 協助，讓積壓的工作可以及時整理。雖然，大部份同事都是部份時間，但卻讓隊工多了一份同心堅持、互補合作、與並肩同

「整全心靈醫治系列」

月份	香港及澳門課程	地點	加拿大密集課程	城市	地點
1-4 月	Level 1	循道衛理觀塘社會服務處 MCS、灣仔辦公室	Level 1	愛民頓	恩福浸信會、愛城宣道會城南堂
	Level 3A	復興教會、灣仔辦公室		溫哥華	列治文華人門諾弟兄會真理堂、伯大尼浸信會
	Level 3B1	澳門中國信徒佈道會	Level 3B1	愛民頓	愛城福音堂、愛城宣道會城南堂
	Level 3B	灣仔辦公室			
5-8 月	Level 1	循道衛理觀塘社會服務處 MCS、基督教香港信義會元朗生命堂、元朗靈糧堂、澳門中國信徒佈道會、灣仔辦公室	Level 1	愛民頓	恩福浸信會
	Level 3A	灣仔辦公室		溫哥華	自立中華基督教會、學員家庭
	Level 3A2	灣仔辦公室	Level 3B1	愛民頓	愛城華人基督教福音堂
	Level 3B2	澳門中國信徒佈道會		溫哥華	自立中華基督教會
9-12 月	Level 1	循道衛理觀塘社會服務處 MCS、鰂魚涌浸信會、灣仔辦公室	Level 3B2	愛民頓	愛城華人基督教福音堂
			Level 1	溫哥華	本立比頌恩堂
			Level 2	溫哥華	本立比頌恩堂
			Level 3A1	溫哥華	學員家庭
	Level 2	灣仔辦公室	Level 3A2	溫哥華	自立中華基督教會
			Level 3B2	溫哥華	學員家庭

課程小結

課程	香港					加拿大愛民頓				加拿大溫哥華			
	開辦次數	總參加人次	資助人數 個別申請	* 優惠人士	資助總額 HK\$	開辦次數	總參加人次	資助人數	資助總額 CAD\$	開辦次數	總參加人次	資助人數	資助總額 CAD\$
Level 1	15	180	9	31	14,970	5	56	3	249	6	45	3	144
Level 2	2	23	1	2	1,120	2	16	0	0	1	14		
Level 3A	3	118	4	32	24,780								
Level 3A1						1	7	1	112	2	20		
Level 3A2	1	7	0	5	2600	2	16	2	202	1	8		
Level 3B	1	8	1	7	5740								
Level 3B1						3	38	0	0	1	6		
Level 3B2						1	13	0	0				

課程	馬來西亞					澳門				
	開辦次數	總參加人次	資助人數 個別申請	* 優惠人士	資助總額 HK\$	開辦次數	總參加人次	資助人數 個別申請	* 優惠人士	資助總額 HK\$
Level 1	1	58	1	12	1880	1	10	0	1	180
Level 3B1	1	11	0	0	3940	1	18	1	0	1,024
						1	15	1	0	1,024

* 優惠人士：教牧 / 全職神學生 / 長者 / 重讀 / 合辦堂會

行的氛圍！
海外方面，我們可以在馬來西亞、澳門，得到當地堂會及教會領袖愛心的接待與協助，可以跟進去年的學員，開辦進深 level 3 課程，這些不是必然的事！在馬來西亞，因 Level 1 參加比預期多，感激組長的勞苦，願意同時帶 2 組，滿足需求，還是同行者忠誠的協助，成為短宣的支援。
2015 年，我們將開辦繼續開辦 Level 1、2、3B 課程。眼見香港人生活愈來愈忙碌，被忽略內心世界愈來愈多，相反，需要自我認知內在情緒愈來愈大；要花時間參與一個較長的課程，爭取空間一身心靈的空間，進深的認識自己，認識神，花心思跟自己、跟神、跟人相處，似乎是非很奢侈的事.....然而，這卻是不可或缺的事情！
我們仍然需要有心志的輔導員，願意教學相長的與學員同行。
我們仍然需要能同心及長期合作的機構 / 堂會，一同開辦課程，讓更多人受惠。
我們仍然需要穩定而充足的收入，讓硬件 (場地、課程器材)、軟件 (穩定的同工、義工) 來繼續推展這個工作。

續 .2014 年事工報告

II. 整全心靈醫治退修營

香港退修營	開辦 次數	總參加 人數	加拿大退修營	開辦 次數	總參加 人數
Level 1 課程	2	129	Level 1 課程 (愛)	1	38
Level 1 課程教牧	1	11	突破生命命中重複又重複 - 心理劇 (愛)	1	
Level 2 課程	1	26	Level 1 課程 (愛)	1	28
Level 3A 課程	1	63	突破生命中反反覆覆的失聯 - 心理劇 (愛)	1	
「從情緒角度處理衝突」- 教牧	1	6	Level 1 課程 (溫)	1	19
你衝我突 - 處理衝突	1	31	「你衝我突 - 處理衝突退修會 (溫)	1	14
你衝我突 - 心理劇	1	39	Level 1 課程 (溫)	1	6
實踐『連繫』導向的牧養	1	26	突破生命中重複又重複 - 心理劇退修會 (溫)	1	22
突破生命中反反覆覆的失聯	1	24	* 愛=愛民頓, 溫=溫哥華		
突破生命中反反覆覆的失聯心理劇	1	53			

III. 支援不同教會 / 機構分享情緒或心理健康等講座

日期	地區	教會 / 機構	講座題目
1 月 5 日	澳門	澳門中國信徒佈道會	停不了的憤怒
1 月 20 日	香港	南區教牧同工團	教牧的情緒管理
1 月 25 日	香港	石蔭宣道浸信會	夫婦之您恩我愛
2 月 22 日	香港	石蔭宣道浸信會	愛您一生一世
2 月 23 日	香港	荃灣神召會梨木樹堂	「讓心靈起飛」主日講道
3 月 6 日	香港	香港浸信會聯會	衝突中成長
3 月 10-11 日	溫哥華	拉法基金會	從情緒角度處理衝突
3 月 11 日	溫哥華	本拿比自立中華基督教會	放下包袱, 輕鬆上路
3 月 12 日	溫哥華	溫哥華基督教閩南堂	情緒管理與壓力舒緩
3 月 15 日	愛民頓	愛民頓恩福家庭中心及華人社區服務中心	父母的情緒健康如何影響子女
3 月 16 日	愛民頓	愛民頓恩福浸信會	讓心靈起飛
4 月 12 日	澳門	澳門中國信徒佈道會	情緒四重奏
4 月 13 日	澳門	澳門浸宣頌愛堂	「愛的聆聽」主日講道
4 月 13 日	澳門	澳門浸宣頌愛堂	親子工作坊「愛聆聽、明心聲」實踐篇
4 月 14 日	香港	豐收慈善基金、 基督教關懷無家者協會	衝突的風格與靈命成長
4 月 26 日	香港	石蔭宣道浸信會	夫婦之您恩我愛
4 月 26 日	香港	鰂魚涌浸信會	夫婦關係如何影響孩子情緒、行為及成長
4 月 28 日	香港	豐收慈善基金、 基督教關懷無家者協會	如何拆解衝突
4 月 30 日	吉隆坡	甲洞春雨復興教會 (神召會)	創傷與 EQ: 心靈創傷需得醫治嗎?
4 月 30 日	吉隆坡	甲洞春雨復興教會 (神召會)	牧者、領袖健康情緒的保養
5 月 1 日	吉隆坡	八打靈神召會喜信堂	情緒四重奏三講
5 月 2 日	檳城	檳城北賴浸信會	從聖經看心靈醫治 (華語)
5 月 3 日	檳城	檳城北賴浸信會	情緒四重奏 (華語)
5 月 4 日	檳城	檳城北賴浸信會	「活出愛 (華語及英語)」主日講道
5 月 6 日	香港	荃灣真道堂	團隊的建立 (一)
5 月 9 日	香港	十字架山浸信會	情緒與成長講座
5 月 9 日	香港	中國信徒佈道會、基督教播道會迦南道真堂	「怒火終消」福音午餐會
5 月 10 日	香港	鰂魚涌浸信會	衝突講座
5 月 18 日	香港	荃灣真道堂	團隊的建立 (二)
5 月 18 日	香港	基督教會以琳堂	「成為情緒的主人」主日講道
6 月 5 日	加拿大	溫哥華素里華人浸信會	精彩婚姻下半場 - 丈夫篇
6 月 11 日	溫哥華	溫哥華西北溫國語頌恩堂	父母與青少年子女關係
6 月 14 日	愛民頓	愛民頓生命更新浸信教會	情緒管理與壓力舒緩
6 月 15 日	愛民頓	愛民頓生命更新浸信教會	為家庭愛的關係立界線
7 月 6 日	香港	中國基督徒會主恩堂	青少年的迷思、沉溺與同行
7 月 10 日	香港	紅土區教牧團契祈禱會	教牧同工如何面對團隊衝突
7 月 13 日	香港	金巴崙長老會耀道堂	「愛您一生一世」主日講道
7 月 13 日	香港	金巴崙長老會耀道堂	如何愛您一生一世
7 月 20 日	香港	宣道會調景嶺新堂	「全人身、心、靈的成長」主日講道
8 月 3 日	吉隆坡	八打靈神召會喜信堂	「把難處變為生命的祝福」主日講道
8 月 4 日	馬六甲	伯特利神召會	認識 EQ 與快樂人生

續 .2014 年事工報告

日期	地區	教會 / 機構	講座題目
8月6日	香港	宣道會希伯崙堂	從聖經看衝突的處理（一）
8月10日	香港	宣道會希伯崙堂	如何藉聖經作內在生命醫治
8月13日	香港	宣道會希伯崙堂	從聖經看衝突的處理（二）
8月15日	香港	中國基督教播道會尖福堂	團契分享「心靈健康此中尋」
8月20日	香港	宣道會希伯崙堂	從聖經看衝突的處理（三）
8月27日	香港	宣道會希伯崙堂	從聖經看衝突的處理（四）
9月13日	香港	中華傳道會中心堂	如何化解侍奉中的人際衝突
9月15日	香港	幹事團契協會	愛。溶化衝突
9月25日	香港	循道衛理聯合會觀塘堂	「患難中的天使」福音午餐會
10月12日	澳門	浸信宣道會頌愛堂	從生命破碎的路—活出滿足的人生
10月17日	溫哥華	素里華人浸信會	愛情日添, 婚姻永固 - 妻子篇
10月18日	溫哥華	素里華人浸信會	「從饒恕得釋放」主日講座
10月18日	溫哥華	慈恩紀念華人協和聯合教會	從情緒角度處理衝突
10月18日	溫哥華	使命宣道會	如何從情緒角度管教孩子 -- 改善親子關係並增進孩子 EQ
10月23日	愛民頓	城南宣道會國語堂	愛的失聯（華語）
10月27日	愛民頓	城南宣道會	愛的失聯
10月28日	愛民頓	城西宣道會	把難處變為生命的祝福
10月31日	三藩市	灣區華人聖經教會	夾心人的苦與樂
11月1日	三藩市	樂道基督浸信會	「處理衝突」工作坊
11月2日	三藩市	灣區華人聖經教會	Caring for My Emotional Health
11月2日	三藩市	灣區華人聖經教會	Optimizing Your Brain
11月2日	三藩市	灣區華人聖經教會	「如何保養心靈健康」主
11月2日	三藩市	灣區華人聖經教會	面對人生黃金年華
11月18日	香港	星期二查經班	職場壓力煲
12月7日	澳門	白鴿巢浸信會	情緒管理與壓力舒緩
12月7日	澳門	白鴿巢浸信會	主日講道「把難處變為生命的祝福 - 經歷上帝的醫治」
12月14日	香港	崇真會深水埗堂	「做個身心健康的爸媽」
12月19日	香港	迦密愛禮信中學 / 播道會信泉堂	「家庭中親子相處的正能量」
12月21日	香港	崇真會深水埗堂	「孩子成長中的創傷」
12月31日	溫哥華	三橋基督徒工商團契	「情緒管理」

IV. 2014 年整全心靈醫治年會（9 月 -12 月）：《結束不斷的失聯 — 「連繫」 導向的人生》

教牧同工及領袖執事座談會	參加人數
「教會失聯的現象嗎？如何走向「連繫」導向的牧養？」	60 人
「實踐「連繫」導向的牧養」教牧同工培訓	47 人
講座	參加人次
一、不斷失聯的人生—探討失聯的現象	388 人
二、失聯的人生百態—揭示失聯的真相	296 人
三、反反覆覆的失聯—走出失聯的掙扎	200 人
四、不再失聯的人生—擁抱失聯的痛苦是次講座	200 人

工作坊	參加人數
一、不知不覺地失聯	200 人
二、失聯中的沈溺	160 人
三、愛的失聯	200 人
四、與上帝失聯	160 人
五、失聯互助社	130 人
六、失聯的教會	70 人
七、失聯的教會	90 人
八、永遠的失聯—死亡	70 人
佈道會	參加人數
《不能中斷的愛》	375 人

V. 課程提供免費的危機輔導

本會每次的課程，均為參加者提供一次免費的危機輔導，目的是回應學員在課程期間的需要；除了在小組的學習外，可以得到個人的適切指導、幫助及支援。

2014 年，在香港，本會義務組長共提供了 80 小時的危機輔導、而加拿大溫哥華的免費輔導共 80 小時。

VI. 資助有需要的弟兄姊妹尋求專業輔導

現今香港患情緒病的人數不斷增加，心靈助醫計劃旨在資助受情緒困擾的低收入或失業人士接受為期一年的心靈治療。

2014 年接受基金資助的共 4 人，資助金額共 5 千元

VII. 以色列之旅

2 月 4-13 日以色列聖地靈命深度行，共有 33 名參加者。

VII. 拉法情軒。獻情予你 - 心靈醫治祈禱會

4 月 5 日、5 月 16 日、10 月 4 日及 12 月 27 日，平均出席人數約為 30 人。

內容包括小組分享及禱告支持，操練聆聽上帝聲音及問題解答，繼續成長學習，將其所學繼續在生活中實踐。

IX. 短宣

7 月 26 日至 8 月 5 日 馬來西亞，參與同行者 4 名及組長 4 名，共有 8 名參加者。

X. 周年感恩聚餐暨年度頒發證書典禮

8 月 24 日舉行七周年感恩聚餐暨 2014 年頒發證書典禮，共有 60 名參加者。

2014 年佈道會 “不能中斷的愛”

2014 年 11 月 29 日星期六拉法基金會假借尖沙咀潮人生命堂舉辦“不能中斷的愛”佈道會。是次佈道會由梁燕城博士證道並呼召，邀請了在兩岸三地都有相當知名度的基督徒藝人蔡少芬小姐作見證嘉賓。



一開場由拉法義務總幹事葛琳卡博士帶領著四位學員一起唱詩敬拜，這四位學員分別是 Jacky、Edward、Betsy、Jo。這四位學員分別分享了四個不同的成長故事和在其中如何遇見神，歌聲和見證完美融合和會眾一起敬拜神。學員 Jacky 分享的是成長中的寄人籬下造成了自己容易自卑覺得自己沒有用的性格，在拉法上了情緒課程又進行了心理治療都得到了不少幫助，但當中最特別是神不斷和他有對話，神看他是有用的，這給他很多感動也是他能夠改變的動力。Edward 分享的是中年失業的迷茫，對自己自信心造成極大打擊，很長一段時間都不能夠面對，覺得很羞恥沒有人可以

依靠但一個人又支撐得很辛苦，學習在困境中真實地面對自己與神相遇。Betsy 分享的是原生家庭帶給他的壓力，家本來應該是一個舒服保護放鬆的地方卻成了一個讓他逃離的地方覺得自己沒有家，上拉法課程讓他明白了自己很多，也很感恩神讓他在拉法退修營中感受到神的愛和接納。現在身為輔導員 Jo 的分享感人淚下，以下是他自己的原稿分享“感情被背叛，身邊家人朋友，不能理解和承載，更被指責。那種孤單無助，讓我走向自殺之



路。當我想結束自己的時候，我聽到神向我講‘我會帶你走過去’。我深受觸動，在我一無所有之中，神仍不離不棄陪我走下去。神眷顧我安排我接受個人輔導，在拉法治情緒的小組中，打開心裡的傷口被組員接納，而且我聽了大腦治療 (NEP) 更能打開內心的恐懼。神更安排我能就讀輔導課程，和在拉法基金會當上組長，讓我可以和組長們當中得到體諒和接納。期間我經歷到事奉上的低谷，就是一名 client 竟然聲稱因為我而自殺，這種打擊猶如給我一個莫大的罪名，我問神為何我幫人竟然被冤枉，而身邊的同工竟然說我太上心了，我感到不被明白，非常無助之際，神對我說：上心是因為我緊張她，因為是一條生命，而我也需要被緊張，被人看重的，神告訴我他緊張我也會將一些上身，他明白我，一切有他承擔，這一刻我一切的枷鎖都卸下，全然交給我信任的主。感謝神的愛，看顧我，陪伴我同行成長之路！”。

學員敬拜後，蔡少芬小姐也分享了感人見證——整个人生經歷，童年、從業、教會在他生命的重要影響，婚戀育兒經歷神奇妙保守等等。筆者印象最深刻的是他分享到有一次自己在外國坐著等電車的時候當時覺得自己是一無是處簡直是垃圾自己都不想要自己但就在那時聽到神很清楚對他說“你不要，給我！”，那一刻他非常感動連我自己都不要自己但神要我！

最後，梁博士證道神對我們不能中斷的愛並呼召。是次佈道會共約 400 人出席。



預告

澳門佈道會：愛，看不見？觸不及？
暫定日期：July 18 7:30pm 澳門門浸信

拉法首次將心理劇搬上舞台：釋痛一心靈手術室

舞台劇日期：
2015 年 10 月 9-11 日

葛琳卡

這是拉法大大踏出信心的一步，從來未曾參與舞台劇，學習回應上帝給我們的感動，將上帝如何醫治人的心靈歷程擺上舞台，讓更多人認識耶和華拉法是醫治的神，我們是非專業、非業餘的自家制作，我們並沒有導演編劇，所有故事情節由學員真人真事拼合，一切由心而發，這個歷程對我們是非常陌生及困難，然而上帝的引導及帶領，也真是往往令我們驚喜，也希望你參與這個歷程，與我們共渡這旅程，我們以下不同崗位的義工，就算你認為沒有以下的能力，只要有心就可以成為我們的幫助：

攝影 / 攝錄，舞臺聲效控制人員、舞臺燈光控制人員、舞臺 layout 指導、道具設計及制作、音樂 CD 制作及監制、連絡贊助商、宣傳文字工作、宣傳及訪問的安排、舞臺雜務人員大量 (搬移道具，協助出場次序，預備衣飾等)、聯絡人員 (電話)、場務 (runner)、飯盒茶水、書攤及招待、物流、安排運送物品 < 道具，服飾 > 等 ...

淑芬傳道

將心理劇擺上舞台 真的不只是一套劇那麼簡單，因為我們是將自己的醫治過程演出來，那些片段是有血有肉，每次的排練都是一次醫治的歷程，是叫我們能成長得醫治，這樣做不是為自己，為的是我們想藉此榮耀神在我們身上的作為，以至我們願意獻上我們的時間和心力，我們需要你的支持，為我們祈禱，為我們奉獻金錢。

感恩經過三個月來的排練，我們漸上軌道，求神繼續加力，叫我們能支持到演出為止，同時我們初步也定下場地，也實地考察過，希望能在神的時間表裡適時落實演出地點。

我們在期待站上舞台，也希望你看我們的消息，也期待入場觀看。

續：拉法首次將心理劇搬上舞台：釋痛一心靈手術室

籌備花絮

大家在退修營中以心理劇所得的醫治很受用，所以大家就抱著將我們被神醫治的經歷搬到舞台上，希望藉此將受傷的羊可以帶到神的面前被醫治。

因為今年剛好是羊年，所以在拍攝的過程中大家也模仿羊的姿態在地上走動、“咩咩”地嚷著，在旁看來真難想像，但我們一班參演者就憑著一顆單純的心，沒有舞台經驗但抱著用與嘗試的心態，開放自己努力的嘗試，大家一起“jam”戲，無需太慎重的思考，只要聖靈感動，個人就提出意見，互相給意見，大家在乎一起創造的過程。劇本方面，我麼從零開始，但每一幕都是由各參演者真情演出內心的情緒，而幕後工作人員一一記錄下來，不知不覺我們現在已排練了6幕場景，這真是不可思議！

過程上，記得第一次排練中參演者表達自己的情緒後，部分反映很難接受，感到有點抗拒在不熟悉的人前表達，但我們經過4次的排練後，我們看到神醫治讓我們越來越清楚自己的防衛機制、痛苦源頭，令到參演者自然而然地很真實、表達出來，讓人感到既震撼又感動，真的很希望可以早點公演。

講到公演日期與場地，真是讓大家費盡腦汁。政府場地要抽籤決定，2月份的公佈中落空了，幸而幕後的義工同時申請了私人場地，兩手準備，所以上次開會後就能從容訂場地了，而大家的排練5月份也會增至每星期一次，而臨近9月會需要一星期2-3次，各人決定前都靜下來，讓神為我們準備日後的時間安排，這不是容易的決定，但神給我們這個難得的心理劇舞台機會服侍，能服侍神也可以服侍他人，更可以醫治自己，實屬難得，所以大家都願意委身接受這次別開生面的挑戰。

舞台經驗我們一點都沒有，但神派導演 Ash 來幫忙我們，他簡直就是天使一樣，他分享他的舞台經驗和給了很多寶貴的意見，他與 Dr Kot 彼此交流，劇中的框架慢慢的顯現出來。而且以輕鬆遊戲的形式訓練台前後的義工，這些活動都是富有趣味性和很具體掌握到作為演員注意的地方，如：眼神、身體等演繹，我們感到獲益良多。

參與這個心理舞台劇，我們有時會感覺好像“摸著石頭過河”不知前面怎樣，但回看神時刻保守著，我們就大膽地拖住他的手，打開心接受神的帶領，與一班義工們同行，接收這好得無比的禮物！

義工 JB

我雖然在幕後幫手，看到演員投入排練的過程，也很多感動，也為他們能跨越情緒的限制高興。

我覺得情緒是會傳遞的，我期望這套舞台能讓更多人接收得到，經歷傷痛之後有醫治力量的出路。而我能夠在幕後工作上幫忙也是榮幸。

其實幕後工作有好多範疇及好多項目須要跟進，其實我並沒有籌備舞台劇經驗，真係好需要有經驗的人員去提點及無經驗的人愛心協助，例如幫手控制聲音效果，視覺光暗效果，設計道具，又或者文書上工作，聯絡各方面的人事，詢問資料等等...

大風

幕後開會時互動中產生火花，組員真誠的回應讓我看見自己很急、會一刀切、別人會感受到辛苦和很扯.....

感謝神，在拉法的開放、安全中讓我看見自己成長的方向！！

Carmen Chan

我覺得心理劇舞台劇對我醫治路上的幫助很大。劇本是我們每個演員之真人故事，能夠把自己的故事拿出來公演是需要莫大的勇氣和信心！每次jam劇和排演時，也要面對自己的痛苦，心情起伏後也難免有時感到疲累透支。感謝神，因為我在這條路上絕不孤單，而是有我們心理劇團隊一家人在一起，當中有阿媽、姑姐、一大班兄弟姊妹，還有導演 Ash，互相同行支持。而傷痛的盡頭就是經歷情緒的轉化，困擾過後原來世界是有愛和盼望。當一個無感覺的機械人活化成為一磚有 feeling 的山水豆腐時，便領略到上帝的醫治就是如此奧妙。

黃國齊

我是做攝影和錄影的，當中看見每位演員真實地表達內在真實情緒，震撼，有些跟自己共有共鳴，自己也得了醫治。由零開始，由葛博士引導下，大家一起構思劇情內容，看見一位演員出了情緒，另一位又跟著被引發出情緒，之後接著又一位，自自然然地出了劇情，精彩！



2014 年年會花絮

《結束不斷的失聯—「連繫」導向的人生》

主題訊息：

從飛機的失去聯繫帶來生命的反思：人在痛苦中會選擇失聯，當人與人的連繫帶來痛苦，失聯是可以提供一個短暫的空間讓自己可以從痛苦中復原，但是當失聯成為一種長期的心理狀態，人就處於長期心靈孤單的狀況，與人與神斷了連繫，容易導致透過外物：藥物、金錢、成功、物質或甚至人成為填補心靈空虛的工具，陷入沈溺的行為；當人不想再意識自己的痛苦，甚至也與自己失聯。盼望藉著今年年會的主題提高對失聯現象的意識，增進人與人、神及自己連繫，實踐「連繫」導向的人生。本次年會包括兩天教牧同工培訓、教牧研討會及三日兩夜教牧退修營、四個大型講座、八個工作坊、一個佈道會及三日兩夜「突破生命中反反覆覆的失聯」退修營。



對年會的回應

學員劉軍：在“與上帝失聯”工作坊中，劉文亮博士帶領我們在其中體會，在繁忙中靜一靜與上帝聯繫，在舒服放鬆中與神連結感受自己和神的聯繫，印象深刻。之後也很希望自已可以常常這樣做。在“永遠的失聯——死亡”工作坊中，梁思源先生說到有些人在面對死亡時會否認會失聯，比如不斷對親人說“你不會死的”，“你一定會好起來的”等等，使得走的人走得不得安息，生的人也不能釋懷，這個時候輔導工作可以起到幫助人真實面對死亡，使得死的人走得

安息，生的人也可以把握機會說出自己想說話就兩方面都釋然了，我很感動梁先生把這樣一個過程和我們分享。

學員 Melanie Tsang: 我去了三個工作坊分別是“不知不覺地失聯”，“與上帝失聯”，“永遠的失聯——死亡”，都有得著。其中覺得葛博士的“不知不覺地失聯”對我很有用，特別是最後的解答問題環節解決了我的疑問，很喜歡。而“永遠的失聯——死亡”最讓我動容，梁先生講得很全面很深

還有很多回應，不能一一輯錄。
本次年會累計出席人次 2724。

講座後感 (黎慧思)

失聯一詞 —DISCONNECTING 由英文直譯而來講座，靈感來自馬航事件，開始引申各種各樣的失聯情況！

我想以前沒有會想過：自己會同自己失聯？家人、團契成員、教會兄弟姊妹每日及每週見面，沒可能會失聯的？！自己已信主多年，日日靈修，決志了又怎會與神失聯？

以上的問題，在年會中13位講員從神學、心理學、情緒、靈修神學、生死教育等，從不同角度告訴我們以上的不可能是會發生的，另年會舉行期間，社會正值佔中事件而引發的市民和政府失聯，講員為回應信徒和公眾人士的訴求，竟然臨時在11月7日的年會中用了好大的部份教導予會者怎樣面對社會的撕裂情況和應該有的態度！

年會再次坐無虛席！失聯一詞也成為茶餘飯後的

話題，甚至笑聲不絕。大會創意地設計了失聯問卷，工作坊分組時埋頭做問卷，你幾多分？我幾多分？聲音不斷，沒人會因為自己和同重視的人不再失聯；另外，年會更打破了機構和機構之間有嫌隙 (GAP) 的失聯，只要是對某方面有見識的學者，大會也一視同仁，2間機構的學者，創辦人也是講員。(吳思源先生及劉文亮先生) 以身作則地率先打破失聯！

在現今仍然衝突、撕裂的社會，請自問你愛香港嗎？你想香港好嗎？你愛你自己和家人嗎？你愛神嗎？神真的愛我嗎？要不失聯，唯有進行連結 (RE-CONNECTING)——這也是 (第四講的總結) 的結論。

年會也提供了：拉法課程 / 退修營就是教會們其中一個好重要的連結的方法，感受到自己真實的活著、存在！

2014 年會產品介紹



與上帝失聯

劉文亮博士
\$ 138



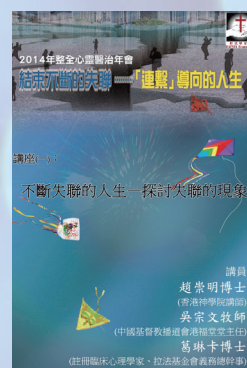
失聯互助社

梁林天慧博士
\$ 138



失聯的人生百態——揭示失聯的真相

吳宗文牧師 / 趙崇明博士 / 葛琳卡博士
\$ 138



不斷失聯的人生——探討失聯的現象

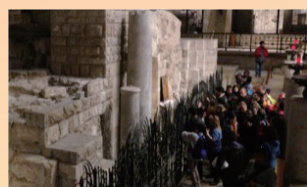
吳宗文牧師、趙崇明博士、葛琳卡博士
\$ 138



12 天以色列聖地靈命深度行

今次的旅程看到同學們與上帝相遇，非常感動，有點似上完三階段的課程去到使命山接受上帝的呼召，當中有好幾位的同學，回應上帝的呼召，願意委身去幫助有情緒困難的朋友，旅程中深深感受耶穌十字架犧牲的愛，在苦路上更深體會耶穌的痛苦，在客西馬尼園上經歷耶穌的掙扎，在主墓堂見證耶穌死的痕跡！

沿著加利利海走過耶穌生平的足跡，體會祂無處藏身的漂泊，走遍各城各鄉的辛勞，為要更多的人得福音，更體會祂慈愛的心腸，加利利船上與主的相遇，接受主的呼召去醫治更多受傷的心靈；願祢的名榮耀四方！



第二天報喜堂((天使報喜給馬利亞))



第四天但城城門回



第七天 聖殿山



第七天聖墓堂
((耶穌屍體安放的石頭))



第三天 加利利海



第五天 古示((耶穌趕污鬼入豬群及醫好被鬼附的人))



第五天約旦河受洗地



第八天彼得不認主堂。當
晚耶穌被吊在這黑洞中



第三天 大使命山



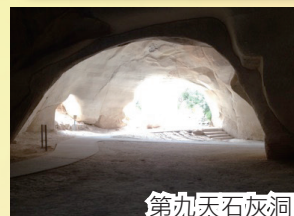
第六天 客西馬尼園的三千多
年的橄欖樹陪伴耶穌的禱告



第九天伯示麥古墓



第三天 聖彼得魚午餐



第九天石灰洞



第三天 彼得授職堂
((耶穌問彼得你愛我嗎?))



第六天苦傷道



第十天 死海

以色列之旅學員感恩見證分享

梁頌偉

早年拉法推出以色列之旅，我已有點想去，直至這次旅程，特別強烈想和組員們一同參加，很想親眼看見和踏足主所揀選的地方，可是我沒有金錢，加上當時仍未找到工作，我祈禱：「主啊，如果你想我去以色列，你就幫我預備一切所需（工作和金錢）。」

我求主給我在截止報名前，能找到一份工作，距離截止愈近，我的心就愈焦急。我腦海浮現一首詩歌「我心想往錫安，神的城坐落那裡...」，我感到上帝叫我去以色列。在這一星期內，接到見工電話、面試、簽約、返工，感謝主，我真的找到工作了！

主說：「我會『跌』錢給你的，我的錢很多，團費算不得甚麼。」又用經文說，列王記上 10:21「所羅門王一切的飲器都是金子的。黎巴嫩林宮裏的一切器皿都是精金的。所羅門年間，銀子算不了甚麼。」出埃及記 14:13「摩西對百姓說：『不要懼怕，只管站住！看耶和華今天向你們所要施行的救恩。』」

接著，上帝透過一位牧師的見證，堅固了我的信心。隨後神蹟逐一的發生。首先，收到一個短訊，會退回我每個月捐出的 \$200，共約 \$3000。但其實根本未能負擔團費，但我有信心，主會『跌』錢給我，我一定可以去到以色列的。距離出發只有十五天的日子，主感動人主動來幫助我，結果，在知悉我這狀況的幾位朋友分別主動提議借錢給我，除了足夠團費，也預備了旅行的花費，更為我預備了一部的相機。

在旅程途中，突然自我孤立起來，我否定了自己可以進入群體，晚上獨自在房，當時我沒有處理，我就是在這裡為以色列祈禱，也不願意為自己好好的禱告，我拒絕上帝，因為我覺得無人愛我，我也不愛我自己。

有一晚，主說以賽亞書 49:16「看哪，我將你銘刻在我掌上；你的牆垣常在我眼前。」那一刻我很感動，但我仍然把主推開，選擇不相信主愛我。到了第二日，一場屬靈爭戰，我感到很辛苦，內心被壓制，我立即奉主的名捆綁吩咐撒旦離開，之後身體立時得到釋放，輕鬆了，當下我感動到與外

我是懷心靈得醫治去參加這個旅程，在行程中總覺得神沒有醫治我，每一次的默想都聽不到神的聲音，Dr. Kot 說我心裏很多哀傷，我要把這哀傷哭出來，但眼淚總是在心裏流，在機場離別時團友也鼓勵我哭出來，連我的同行者也說你想哭便哭吧，但.....當我回到家中的第三個晚上半夜約 2:00am，我正常的醒過來（其實我超過半年每晚都是這時候醒的）腦海一直在想東想西，約 3:00am 過後，我想到很多不平的事發生在我身上，我的手痛（已超過半年）、公司的人不人道、上司怎樣的壓迫我、最近與我妹妹的爭論、兒時母親怎樣無知的傷害我的手、意外地失去半連耳朵的聽力等，

界重拾聯繫，拆掉了和人之間的阻隔。我需要一個願意更新改變的心，縱使改變現狀是很危險，但我會決心、堅持、存盼望！

透過組員的提醒，我在哭牆認罪悔改，求主赦免我的不信，不信祂愛我和祂的話。到了我禁食祈禱，主叫我用詩篇 51 篇作悔改的禱文，也給了經文安慰我，雅歌 8:6「求你將我放在心上如印記，帶在你臂上如戳記.....」我再次感到主的靈同在和充滿。在我進到客西馬利園的教堂裡，一步一步的向內走進，我看到十字架，那一刻我流眼淚了，閉上眼睛，我看見主怎樣在十字架上為我死，主真的很愛我。

同行的組員告訴我，她看見了一個異象，在一個牆身鋪滿白色洗手間，有一個全身赤裸的肥胖的人坐在長椅上，主跟她說這個人就是我四、五歲時性侵犯我的那個人，喚起我要處理這件事，當晚我找了 Dr. Kot，她以情緒輔導角度去幫助我，當時我沒有感覺，沒有情緒，她先和我一起祈禱，祈求主讓我那些被侵犯的感覺浮現，我的手開始震了，很驚，我吶喊，把這些恐懼喘出來，先處理了表面的恐懼和傷心，再進一步處理我深層忿怒的情緒，在 Dr. Kot 指導下，我不斷的鬧他們（Empty Chair 方法），忿怒得大力打張床和枕頭，將內心一直被封鎖的感受和情緒宣洩出來，我得到很大的釋放，願一切頌讚榮耀歸給主，阿門。



Annie Chan

我竟可以哭出來，一邊喊一邊哭超過一小時之多，同樣第二天的晚上我同樣在半夜醒過來，再一次把這哀傷哭出來，但其妙的是我還能為我去世的父親（19 年前）哭出對他的思念（當時我沒有哭過）及對他的愛，其實回想過來神的醫治有他的時間性，他知道我需要很長的時間把傷哭出來，如我在以色列機場哭，相信很快已被人關起來，或感到環境不安全，很快已止住了，在家裏是最安全，可以痛快的哭而之後我的手已沒有這麼痛，因為在哭的過程，我感受到我的手有奇妙的感覺出來，感謝主！

無名氏

今次以色列一遊，踏足了許多聖經所記載的景點。旅程其中一天早上，我們冒著大風登上山往希律王的堡壘遺址。當我在寒風中登山時，我默想到耶穌基督被賣受審時也被人脫去衣服，整夜不能睡覺，然後被鞭打，被迫帶上荊棘冠冕，最後被釘在十字架上。在寒冷的天氣中，我終於能體會多一些耶穌為我們所受的皮肉之苦是何等的大。

所經歷的心靈的痛楚更不在話下。這些體驗令我日後領聖餐時，更加明白耶穌的身體如何為我們擘開、祂的寶血如何為我們所流。我們實在是主用重價把我們救贖的！



馬來西亞短宣

Rapha Crisis Rescue Team Go Go Go 衝呀!!!!!!!!!!!!

葛琳卡

今次馬來西亞的短宣團隊好有趣，有幾位拉法「高班生」，已經在拉法上完3階段同學一齊在當中做「同行者」，負責做書攤同埋行政。佢地三個就好好笑，因為佢地會互相投射啦，成為一家人既。一個做左阿爸，一個做左細佬，一個做左家姐，一個做左阿媽。佢地大家就彼此相愛，時不時就會開會，將心裏面既野，坦白地互相交流。我見到佢地能夠有獨立的能力，能夠處理自己的情緒，曉得同明白大彼此的投射，然後大家仍然可以用一個又愛又恨的心態，去繼續彼此服侍，其實這是一個奇蹟。因為以前的短宣團隊，有衝突時，我們都必需介入，但今次佢地三個就OK。另一位同學雖然係Level 1，都能夠參與投入，一齊去學習。

今次我們看到上帝在馬來西亞繼續為我們開門。今次我地有機會去到新山和星加坡，講道及講座分享。感恩都有好的回應。所以希望我們會有機會在新山和星加坡開課程。

今次在春雨教會開Level 1課程，組長都好辛勞啦，因為back to back一個人要帶兩組，由早坐到晚在間房裏，都唔駛出黎喇。我又睇到有些組員逃跑及睡覺。所以就會周圍去尋找同鼓勵佢地，帶住組員一齊去喊，喊過後好奇蹟地睇到組員很大進步，其中一個組員在二週前自殺，剛入院，還食緊好多精神科的藥物，Level 1的第一日，昏昏欲睡，完全唔知道自己做緊乜，上唔到堂，同埋佢有厭食症既。她在第一晚開始感受到喊的幫助，甚至喊到暈了，大家都好驚嚇，其實因為她有厭食症，沒吃東西，於是就給予她食物，她的體力就慢慢復返。這樣我們係睇到經過第一晚喊，在第二日午她出現的時候，係看她的分別，她的樣子真是不一樣，整個人精神好多了，有能力了。與她談話中知道她面對改善的狀況，其實都好驚啊！會不會接受唔到改變後的她？這樣我就鼓勵她如何去處理原生家庭，她的故事好悲慘，

其實今次呢，我既馬來西亞trip係好特別的。為什麼我會來馬來西亞呢？就係因為呢我上年發了好多次既夢，連環一次又一次發夢，夢見檳城George Town，同埋馬來西亞既人，請我食肉骨茶。所以，我就有機會呢join到這個短宣了。來到這裏，其實是一個很特別的體驗，對我黎講是一個很大既醫治，亦都看到其他人的轉變，亦都真係看到神在當中很大很大的祝福。同埋我地中間係有耶穌，同埋我地同行者，同埋全部人一齊行既，一段醫治的路。是一個非常之奇妙同好深刻印象既一條醫治既路。在我本身黎講，我幾個禮拜前又作了一個夢，就係我夢見穿著睡衣洗完頭的Dr.Kot在一間類似宿舍的地方，擺了雙手在我forehead處說明要做治療。Dr.Kot擺了雙手在我forehead，說是要幫我通電和醫治，這樣就打開了我forehead的穴位，叫做Extra Energy Centre。這樣自此之後，我整個人就像通了電的，非常之神奇。結果今次真係來到一模一樣的教會宿舍住宿，一樣既燈光，一樣既情況，和Dr.Kot都係着住一樣既睡衣，大家一齊活在我夢境中的情景出席debriefing！我又再一次經歷完夢的奇妙感受！神真係透過夢境跟我說話！

這樣就看到其實來到這裏真是很開心的，因為經歷到在小組做同行者呢，有好大好大既得著啦。這樣呢，又陪住阿Jo（組長）一齊啦，真係睇到和學到好多野既。同埋呢，亦都真係睇到阿Jo呢，她係好能够touch到其他人的心既。呢一樣係我好欣賞她既。我亦都同佢講過我有幾咁支持佢同喜歡佢，亦都好多謝佢對我的照顧，係非常之感動既。亦都

叫她晚上繼續喊，第二晚她做得很好，第三日，整個人漂亮了，精神又好多了，真係好奇妙。另外有一個家庭，媽媽帶住兩個女兒，其實三個人都極度壓抑情緒，感謝神，上完課程之後，大家都學習多了表達，亦都鼓勵爸爸從遠處來參加Level 1總結，聽到學員分享及有機會一家四口分享，鼓勵爸爸能夠多一些聆聽女兒，亦幫助他們兩個打開一個分享的渠道，希望爸爸下次能夠參加我地Level 1的課程。

在吉隆坡八打靈神召會喜信堂的Level 3A課程的同學們有好大的突破。我覺得最有恩典的是，第一次看見到組長Jo在帶組的過程當中坦瘼，然而原來她組員中有四個也坦瘼了，就好似係四塊石，要Jo去開他們的心去意識自己，整個過程真係好奇蹟地，最後從她組員的分享中，看到上帝如何能夠好奇蹟地幫他從情緒當中，在吶喊當中，搵到他心裏的一塊石，這塊石原來是聯繫着不知是他的祖母或婆婆，從未處理到的哀傷，終於在第二次的喊當中，能夠將這塊石完全釋放出來，這是個好大的改變同埋釋放，我們都覺得好感恩，縱然是坦瘼的組長，對住些坦瘼的組員，但是上帝與聖靈的工作實在超乎人的能力。整個短宣不是靠我們，而是聖靈在當中的帶領，醫治和去幫助及使用我們每一個人去Reach out不同的人，這樣見證大上帝的榮耀在當中。我們今次都好感受到馬來西亞人的熱情款待，我們受到非常之好的照顧，食到好多不同種類美味的食物，相信我們都有少少增磅了。

Carmen Chan

觸動我既係聽到小組組員既故事。亦都感受到做一個馬來西亞華人，離開了中國既故鄉，所背負的文化，家族，同家庭既包袱，係好沉重既。呢一樣係好touch到我，我好feel到佢地當中其實好有歷史背景既影響。能夠聽到佢地既故事，feel到佢地既觸動位，其實對我黎講係一份非常之大既禮物。所以對我黎講，呢個馬來西亞既旅程係非常之感謝神既。

我知道我冇行動既信心係死既，我亦都非常之感受到我背後有一個支持我，非常龐大既支持網絡喇。神還說有啲超自然既野會發生的。我亦都繼續去祈禱啦，求神去繼續被我有勇氣去打開我自己既心啦，去繼續醫治，同埋繼續去用我既恩賜去touch到，同埋去醫治到更加多既人。多謝大家。我都想分享一下我講既Extra Energy Centre啦。它其實係好特別既。因為今次黎到馬來西亞短宣呢，其實對我黎講呢，我係處理到一個非常之深層次既，在母腹中既傷害。同理當中有好深層次，分離既痛啊。係由我在母腹之中入面，經歷到既，係關於我同我婆婆之間既connection。呢一個係非常之奇妙既感覺，係可以同我婆婆之間既關係，心連心敢連繫返，好feel到佢既痛苦，同佢有返對話，同佢建立返一個好深既關係，一個好深層次既安全感。我知道佢好愛錫我，我亦都深深地感受到佢既痛苦，同埋佢非常之愛我。我同我婆婆有返呢個關係呢，對我黎講係一個好大，同我意想不到既禮物黎既。



馬來西亞短宣

This Malaysia mission trip made a huge impact in my life. I was able to make friends with other teammates like Carman, Karen, and others. Through some conflict and discussion with them, I learn how to understand others' feeling, and that I can express my own feelings to them, like anger and other negative feelings I have toward my teammates. But sometimes I really hurt people too. I would put judgement on people and not letting them to have a chance to clarify some situation. This is a result from my parent's influence on me while growing up. My father is someone who often says all his thoughts toward others, and he rarely let others to give a response or clarification. And now I would do the same thing to others. I'm not trying to blame my parents, but I know that who we are today, was a result of how our parents or family have taught us in the past. Although it is not easy to change who we are, but I think what is important is that we have the courage to face our fear and we need to deal with our past hurt experience, those things which hurt us deeply in the past, then we can truly live happily and be real to our self and other people. I have to say, when I get back to Hong Kong, others say I became a different person. I told them "I think so too, I am happier now, because I met some new friends." I used to be a very isolated person, who doesn't like to interact with anyone, I tend to remain silent all the time, and I try to avoid talking to anyone

今年 2015 年 1 月初，在溫哥華第一次參加拉法的退修營後，對拉法的課程很感興趣。之後聽到他們需要義工參加 3 月份馬來西亞短宣，而剛好又配合我回港的日期，於是經過一番掙扎後便決定參加這次 9 天的短宣，亦可以在前半段的短短四天時間，快速地與文化不同的馬來西亞華人一起參加 Level1 課程。

一直以來，由於我的睡眠問題和身體狀況，教會的退修營和短宣，我都不敢參加。這次雖然用了很大的勇氣，逼自己去接受新嘗試，但出發前幾天，便開始非常緊張，我的老朋友，胃痛，肚瀉，輕微感冒症狀等又來找我了。旅程的第一天，一向不懂和別人相處，非常慢熱，又極需要獨處時間的我，心裏既不安又煩躁，雖然我的身體坐在小組討論中，但我欲在魂遊。我問天父：我現在的身體狀況，祢最清楚，我的抑鬱和焦慮已霸占我整個身體和腦袋，我還能做什麼呢？天父說：女兒，妳就安靜的坐着，看我的大能！於是，我就收拾心情，開始專心上課，到第二天，天父就開始表演了。在小組分享中，我除了聽到天父以往在其他學員生命中的作為，還有一個使我驚嘆的現場分享，確實使我感受到神正在與拉法組長們一起並肩，用祂親手去醫治每位受傷的羊。

致於我自己，我嘗試放棄藥物，依靠天父幫助我睡眠。第一晚，我居然可以一覺睡了七個小時，對我來說，實在非

about anything. But for me to have the chance to be in this trip while working together with Dr. Kot, Jo, Sabrina and other teammates in this 9 days trip to Malaysia. I learn how to be a more outgoing person. I am now happy to talk to others about many things, more able to express my true feelings in my heart to others, and most importantly, I can come closer to be my real-self, that I no longer have to wear a mask, to pretend someone who I am not. Instead of trying so hard to make everyone else happy, I am more concerned to my own need, because I want myself to be happy, I want to be someone who I want to be, and not a person who others tell me who I should be. I am no longer my old self, rather I am a new person, a free person, a happier person, and I can smile more now. These are all thanks to God, who is continuing to love me and heal my past hurtful experience. And even though I am always not good enough in other people's eyes. God tells me "You are good enough for me, because I love you." Praise God, amen.



Karen Wu

常感恩。之後幾晚，雖然並不是每晚都可以，但我決定不再害怕失眠，不再罵鏡裡自己的熊貓眼，有時雖然睡三四個小時，但精神也可以。我奇怪自己沒有生病，以往我若睡不好有兩天以上，必定感冒，我驚嘆的發現了心情絕對影响健康，懂得交付的幾小時睡眠，必定比擔憂的十小時睡眠更使人有健康。

在此，我非常多謝幾位隊員對我的包容，領隊的照顧和體貼的問候，組長們不能言盡的辛勞，和 Dr. Kot 對我們每位隊員的關顧和提醒。最後我特別感謝熱情接待我們的馬來西亞教會弟兄姊妹們和牧者們，我並未有來服侍大家，我只是來了與你們一起經歷神的大能，你們給了我一個很好的第一次短宣經驗，我相信往後我會更勇敢地接受新嘗試。謝謝天父！



預告

馬來西亞短宣

日期：29 July-6 August

2014 — 2015 退修營學員感恩見證分享

加拿大學員分享：Brenda

第二次參加這個退修營會，每次都有很大的得着，今次我收到上帝給我非一般的禮物，因為連我自己也不知道可以咁，得架，真搞笑，自己原來真的不了解自己也不明白自己內在心裡和情緒的問題。

首先今次退修營會的題目：從情緒角度處理衝突，我今次是同我們一班團契的弟兄姊妹一同參加，我們一共十四人，去學習點樣處理衝突，也是真真正正我們有一件事我們大家都好想處理要一齊去面對這次衝突，我們需要謙卑學習樣神撫摸醫治我們每個人，包括我們的牧者，感謝神給我們教會很大的恩典，我們每個人都在這次退修營學習了很多從情緒中會演變出來的情緒反應和感受學去點樣接收別人在說話中的情緒反應來明白別人的難處從而得著醫治，壞的我和弱的我，情緒的喜怒哀樂，每個人也學會感受一下對方的情緒，學習聆聽，學習不是指責或批評樣我明白別人困難背後的原因。

我覺得拉法的退修 camp 很好玩！整個 camp 根本就是一個與神一起玩的三日兩夜的尋寶遊戲。之前是無需要作任何準備要處理什麼或吶喊什麼的，只要抱著開放的心交給神作工，由星期五入 camp 開始，便活像海綿般從外界及內在的自己不斷吸收資訊，再把所有訊息以及線索整合起來，心中的怪獸便會慢慢成形。而 camp 裏的小組組員加組長就是我的智囊團，在首席智囊（即組長）的引導之下，把工作紙內的每個謎語逐漸解開，將捆綁我心背後的轄制再背後的轄制再背後的舊有模式再背後的轄制抽出來，令我更加清楚認

我自己今天最大的收穫是我自己也不知道我的童年的傷害令我今天依然做不到一個自由的我。因為我媽的話綑綁了我三分之二的人生和時間，在吶喊中我找着我的背痛很痛苦，我痛了兩年多用了好多方法去醫治，可惜都醫不好，到最後我想不如同這個痛一同走到老到最後一刻，不過，葛博士提過如果你身體上面有痛楚也可以吶喊這個痛的地方，我就試試估不到一吶喊，我可以藉着吶喊找着神的應允在第一晚的時候好番四成，我在第二晚的吶喊也減多四成我真的好開心，上帝的醫治是在我軟弱中我願意放手將主權給上帝掌管我才得醫治，這次的幫助令我有了出路，各位弟兄姊妹上帝真的願意愛你醫治你們不要走寶。在這我衷心的感謝葛博士，Winnie Chak 師母，一班組長和組員，沒有這個學習和體驗我們真的不能去明白，我期待繼續的上 level 2/3 課程讓我的改變成為別人的祝福幫助，上帝的供應永遠是足夠有餘的。阿們！

香港學員分享：Carmen Chan

識我心中的怪獸一直以來是怎樣欺負我的。還有晚上睡覺時所發的夢也是很重要的線索來源，萬萬不可錯過。接著好戲便在後頭，在 Dr Kot 帶領之下的心理劇便是打怪獸時間。心理劇中會有很多同學一起參與角色扮演以及演譯不同的情緒，大家一起經歷情緒的轉化以及神的醫治。當 KO 了怪獸之後還有吶喊時段可以無限復活！到星期日晚便拖著耶穌出 camp！整個過程活像打機一樣那麼好玩！我真的超喜歡神和我玩遊戲！神啊，我可否跟祢永遠玩尋寶？祢的寶藏是最珍貴的，我好感謝祢！

Karen

感恩神讓我看見自己和出現在我眼前安慰我。亦讓我明白放手是可以的，祂必會負全責，保護我陪伴我。亦感恩神讓我可以彼此分享了解大家有一班同路人面對痛苦，一起經歷，明白每個人也有痛苦和傷心，不只是一個是這樣。人在罪的世界裡就是這樣。但我們不要忘記永遠神也在我們身邊不會離棄我們。

榮耀主名

感謝主！過去一直未能從童年被父母三次把我送給人這傷害得釋放，我內心的恐懼一一釋放，並且我能切斷跟他們情感關係，日後不用受這種陰影影響。接著神透過吶喊再幫助我剪斷跟我另朋友和一個已逝親人的情感關係，我感到自己得到很大的釋放，抑壓多年的傷痛，今天神的愛包扎了，我也能感受到神的接納和愛，我相信我真的能從新做人了。



2015 退修營學員感恩見證分享

A Journey to Hope

God is so good. I'm so thankful for Dr. Kot and her ministry. It really is amazing. I've received so much in just the three days I was there. This is the second time I've joined her camp, and I'm so happy to have gotten more inner healing done. There's so much to share, but



I want to share a few highlights from the camp in Hope.

As a weak me, I struggle a lot with telling people how I feel—especially, when it comes down to telling people what it is that I am bothered by. Maybe it is from my projection issues where I was never "right" to my feelings. Eventually, I built up this tremendous fear and anxiety every time confrontation would come up. I did lots of lap

ham with fear, worry and anger. After I finished, I felt a whole lot better. I felt like I was finally able to give words to my anger. For a long time, I was afraid to let people know that I was angry with them. I didn't want them to be angry with me for being angry at them. I had so many hurts and questions boiling inside. I remember, at one point, all I could yell out was "WHY? WHY WHY WHYYYYY!?" As soon as I yelled out all the things I wanted to say, I felt as though my voice came back. It took me a while in the beginning, I couldn't even get the words out. I remember my group leader, Jennifer, would come by several times trying to help me with words. She would say exactly all the things I wanted to say, but I just couldn't say it myself. When I finally did get around to it, I felt like my voice, my authority, my rights came rushing back to me. Right there in that dark room I felt powerful. For once, I felt my own righteous anger. Then I felt like Daddy God wanted to me to declare out loud who I am. So I did. I yelled out "I AM POWERFUL. I AM BEAUTIFUL. I AM WANTED. I AM IMPORTANT. I AM COURAGEOUS. I AM LOVING. etc..." I felt so happy. I felt like all the untrue things people said to me were being erased as I declare Godly truth over myself. I sat there still, asking Holy Spirit if there was more. I was so certain that I would not leave the place until all that I needed to get out was out. He then brought to my mind 'the evil face'. This devil face, I've seen on two of my family members. They would give me "that look" whenever they were angry. I can't even explain that look. It was as if another person had possessed their face in that moment. I could tell that it was not them I was dealing with. Anyway, every time I would see



that face, it would send chills all over my body. That look was so scary, so terrible, so condemning, so full of bitterness and anger. It always frightened me. So I cried. I did more lap ham. Then out of me came this loud roar. I started screaming super loud at the scary face. As I did that, the funniest thing happened. In my mind's eye, the scary face that looked down on me started to shrink. I saw myself screaming

Canada Student Dorothy Tanaka

at it till it became nothing. The next thing you know, I was standing above that face screaming out "I'M NOT AFRAID OF YOU!" The tiny face turn from trying to threaten me to becoming powerless to being afraid of me. It was funny. I remember laughing with Jesus as I was doing it. When that was done, again I sat still. I closed my eyes, and just sat in my chair in His presence. I was waiting for God to highlight to me another issue



that I wasn't aware of. Then, in my quietness, Daddy God spoke to me. He said, "do you want to know what I think of you?" [Now, you have to understand where I'm coming from, this question is a question I've been asking for a long time. Every time I would ask Him, "Daddy, can you tell me what You think of me?" I would not get an answer from Him. All I would get is a smile. At times it would be so frustrating because I would hear others getting a response from God; people would come up to me and share with me all these precious stories and visions of how God answered them. And all I got was a gentle smile. I was pretty jealous.] I said YES of course. He showed me a picture, I saw a little person in cartoon form—which I knew was me. She looked troubled at first, there were all these black scribbles all over her and she did not know how to get rid of them. I saw little me running to her Father, I would come to Him and our conversation would go something like this:

Me: Daddy, why are there scribbles on me? How do I get rid of these scribbles?

God: Baby girl, you have to yell them out.

Me: yell them out...? ...how...

I wouldn't understand, but I would go anyways and I would try my best to yell it out. 'Ahhhhhh' I yelled. Scribbles would come flying out. I would be so surprised and run back to Daddy.

Me: Did you see?! Did you see??? Was it like that?

Daddy would smile at me in excitement. I look at my tummy and saw that there were still some scribbles there. Daddy would say,

God: Baby, don't worry. You can dance it out, jump it off and sing it out!

He would say assuringly. So I would do it. I would dance, I would jump, I would sing until all the scribbles were out. The last scene was of me, completely clean and happy. I would raise my hands and shout out "JESUS!" and Daddy God would lift His hands beside me and shout out same.

Then the picture faded and He said, "this is what I think of you, you are so cute and I am so pleased with you." And I felt the love of a parent overwhelm me. I felt the Father's pleasing heart rest on me. He was pleased with me. He loved my heart for intimacy and trust with Him. I can't emphasize enough how perfect His timing is. How He makes all things new and beautiful in His time. Lean not on your own understanding, but trust Him with all your heart and He will answer your heart's cry. He will bring you healing in His time. We are with Someone who is perfect and trustworthy and will never hurt us. He is infinitely patient, kind, and good.

續 .2015 退修營學員感恩見證分享

教會作為一個醫治群體角色的見證

各位親愛愛的弟兄姊妹，我是高一峯牧師，心理學輔導學師承吳榮恩牧師博士 (Rev. Dr. Ernest Wu)、在香港拿打素醫院受訓及臨床實習，在該院擔任過多年醫院深切治療部心理輔導事工、在溫哥華卑詩省大學醫院臨床進行心理輔導實習，當拉法在溫哥華推展事工的時候，我們教會馬上與拉法合作，借出教會場地配合推展聖工。本人和其他溫哥華的教牧人員，也參加了拉法的教牧課程。

拉法基金異象其中的一個重要的使命就是「在醫治心靈創傷的事奉中與教會合作，加強教會作為一個醫治群體的角色。」

我們的教會是一個在加拿大溫哥華很傳統的華人教會，有英語崇拜及粵語崇拜，人數以參加中文堂為多，崇拜時會用傳統的普天頌讚，但崇拜中也經常有詩歌敬拜小組領詩、青少年樂隊演奏，及讚美操表演。這樣次參與拉法的整全心靈醫治，要勇敢坦誠地去處理教會中發生的一件，嚴重破壞傷害了群體弟兄姊妹間的信任的事件。也有部份教友參加其他的組別，對自己人生中種種原生家庭的過往、目前現實生活的壓抑，都希望能夠得到整全心靈醫治。我們十多個參加者收穫甚豐、一生受用。

我們感激拉法的「從情緒角度處理衝突退修營」，使我們的教會群體，得到了極大的及療治，本教會的見證分享，希望對日後其他參與拉法整全心靈醫治事工的教會，會有幫助。

教會作為一個醫治群體的角色，我們選擇了「從情緒角度處理衝突退修營」，入營前我們認為有七項的預備工作需要留意：

(1) 要看到教會群體需要醫治的問題所在：教會中發生的事件，嚴重破壞傷害了群體弟兄姊妹間的信任；

(2) 要有同一的期望目標：在主的中教會群體得到修補、復和，能重建愛與彼此相愛信任與任事主體的群體；

(3) 要看到入營教會群體之不同需要：若有教會群體組員沒有牽涉在這衝突事件中，也有著自己情緒掙扎問題的教友，可以安排入營的其他組別，以至彼此都能有更大的收穫；

(4) 要在入營前有適當的補課：若有可能，邀請教友事先參加一些拉法的課程，至少教會應先在教會舉辦幾次由拉法主領的講座，使教會、教友更了解支持拉法的事工，而且準備入營的會友，也做好更充分的準備；

(5) 要事先與拉法緊密配合，提供衝突事件由來、現況、影響；也將可以透露參加者的背景告訴拉法，以便作出更適切的輔導；

(6) 教會、參加者都要懇切甚至禁食禱告，預備身心、交託上帝；

(7) 教會在金錢資助、禱告鼓勵會友參加上，都要全力支持。

入營、參加過程中也有很多應留意的地方：

(1) 應該準時參加每一個環節：不要遲來早退，錯失其中任何一個環節，可能造成你得不到整全心靈醫治；

(2) 應該跟從每一個環節的進度：沒有經歷前一個環節，缺乏前一個環節的知識，可能造成你下一個環節無效；

加拿大教牧分享：Rev Everest Kao

(3) 應該全人投入：每一個環節都要盡情、儘快投入，這才叫做經歷體驗，否則對你的幫助不能做到最好；

(4) 在呼喊時、或處理衝突心理劇時，要特別小心：呼喊時要跟從當中每一個步驟的細節，生理上的痛、心裡的傷痛、仇恨阻礙、甚至情緒如潮忽至、心魔出來、忽現邪像，你要舉手求助：當你舉手要求組長或其他接受過專業臨床心理輔導訓練指定導師前來協助你時，你要小心聽從；因為那些指定導師會細心感受你的生理狀況、說話聲調、反應而作出即時適當、一兩句引導性的說話，或將你的情緒再推出一些、或感到危險而叫停、轉換處理另外引伸出來的情緒、或已經到達預定的階段、層面而可以暫時停下。作為旁觀者，此時應該自己處理自己情緒而不去打擾指定導師的工作；也不要自己隨便決定到了「剪斷」某情緒/人/事的時間，以免有未真正清尾、完結的地方。

(5) 虛心受教學習，多作反省祈禱：不要亂笑別人，因為劇中人物的犯錯的模式，可能正正是你所犯的錯誤。

出來營後更加要小心，有四個容易失聯需要處理：這所謂的失聯，是指兩者之間因為不同的經歷感受而容易造成分享感受上的分別距離，而溝通上需要小心的地方：

(1) 與其他沒有參加拉法營/課程教友、團友彼此間的失聯：參加拉法營/課程教友特別的經歷及感受，未參加者未必能夠體會，小心造成不必要的誤解及隔漠，各個分組的組員，也要份外小心，不要因自己組員深刻的分享、了解，而造成與其他組別參加者的分黨結派；

(2) 與現實生活的失聯：參加拉法營/課程教友、團友在退修營/課程時有專業導師，同理心組員的支持、鼓勵，又在特別氣氛環境下容易宣洩情緒感受，但回到現實生活時，有很多壓力、挑戰，和先前的困難要面對，很容易造成脫離現實，沉迷於自己模幻世界中；

(3) 與自我靈性的失聯：將阻礙我們與上帝相交；阻礙我們與弟兄姊妹、家人關係的障礙；負面的情緒、恨仇、傷痛呼喊出來後，要容讓上帝的愛、修補、真理填補空缺是很重要的，這是真正醫治的泉源，若不小心處理，則容易停留在負面當中；記得，當自己處理不了負面的情緒「未真正斷尾」或「新的壓抑」可馬上與拉法情緒專業導師求助，但情緒安定正常後需要牧師的輔導及上帝話語的澆灌，以得到真正的整全心靈醫治；

(4) 與堂會牧師的失聯：堂會牧師牧養宣教工作繁重，未必都能抽空參加拉法退修營/課程，若參加拉法退修營/課程的教友未能安排向堂會牧師分享自己經歷，會造成彼此溝通上出現問題，其實每個牧師在讀神學時心理輔導學是必修課程，信徒靈命的牧養成長，在牧者的引導下，能夠在教會中將神所賜給你的恩賜才能施展出來，與其他會眾彼此配合，榮神益人。

最後的致謝，我們教會出營後，在拉法的即時緊密配合下，馬上小心地、一同合作地處理了、正在處理上述四個容易的失聯。拉法「從情緒角度處理衝突退修營」的確是對我們教會的一個祝福。

續 .2015 學員感恩見證分享

愛的篇章——得回自己的生命

龐春榆

感謝神，今天我很感恩。尋覓了那麼久的愛.....我終於開始學會愛自己了。什麼是愛？上星期六去了一次朋友婚禮教會祝福禮，期間牧師說“我送給你們三個字‘愛敵人’，因為只有你們愛敵人才會體會到愛的圓滿”。無獨有偶，這幾天我剛好在自己過去的經歷裏感受到是“敵人”造就了我的“為人品格”(integrity)。誰沒有被人欺負過呢？被人欺負後，我們會有什麼反應呢？曾經我會在憤怒中想象如何能夠傷害敵人使敵人痛苦因為我自己陷在痛苦中。後來我醒悟過來在面對敵人的加害的時候恰恰是最能定義自己的時候——“我是誰”。我是以惡勝惡還是以善勝惡？如果我是以惡勝惡，不論是勝是負，我都已經失去我自己了——壞人擁有了我。如果我是以善勝惡，不論是勝是負，我都擁有我自己。所以在面對惡人的時候，我找到了我自己。如果不是有他們，我可能還沒有那麼快找到我自己呢。敵人是我們的一面鏡子照出我們為人如何。戲劇化的是上一次我被人出賣時，對方在事成之後還惡狠狠地對我說“I gotcha”(意譯：我扇倒你了！直譯：我得到你了)，當時我很愕然沒有說話(那日是2011年11月11日)，現在如果讓我迴應的話，我會說“No, you didn't get me. It is you that give yourself up to evil and there is nothing to do with me”(你沒有得到我。是你自己把自己交付邪惡和我一點兒關係都沒有)。此時一種關心油然而生“你有沒有看到你這樣走下去會很危險？”，這是對敵人的愛嗎？

我很欣賞英文的直接，直接得意味深長，比如，在面對惡人或危機時，英文會說“Don't lose yourself”(意譯：冷靜一些！直譯：不要失去你自己)，在你需要恢復的時候又會說“Put yourself together”(意譯：振作一些！直譯：把你自己拼貼起來)。有時候把自己拼貼起來特別難，有時候“人的敵人就是自己家裡的人”。

我是怎麼樣把自己拼貼起來的呢？

以下我就簡略地描述一下我的歷程吧。如果讀者覺得太長，一句話總結就是神的恩典太豐富了！可以只記住這句話！中間的經歷實在太豐富了！

我是在2011年7月25日第一次去見葛博士尋求幫助的，那時候我覺得生無可戀，痛苦得食不甘味夜不能寐。很痛苦。又實實在在不明白自己為什麼這麼痛苦，完全不是理智能明白的。我當然是有很多童年創傷，可是我都三十多歲了，那些都過去了，不是嗎？我為什麼會這麼痛苦，享受不了工作，享受不了生活呢？我又受過高等教育又有好的工作，一切不都很好嗎？我不甘心。在外人看來也是不明白的多(或者他們也覺得沒有辦法幫助我)，他們叫我“振作”而我卻不知如何振作.....在百般無奈之下，我找到了臨床心理學家葛琳卡，找到了拉法基金會。心急的讀者可能會說“那麼一切都好起來了，對嗎？”，不是的。願意去找幫助是一個大方向的好轉，但是有一些痛苦還是必須要經過的。我沒有經歷神蹟般地好轉，我經歷的是奇蹟般地被神看顧.....事情都在細節裏，體會神的愛。愛，需要時間。今天是2015年2月18日(大年三十)，離2011年向葛博士求助的時刻已經過去三年半多，今天我平靜快樂，可以回到父母家和他們一起過年——這條路並不容易，前兩年春節我都沒有回家過，因為“人的仇敵就是自己家裡的人”。需要很多時間，需要很多愛，然後生命才能成長。

2011年7月25日之後我崩潰，更深的崩潰，最糟糕的時候吃了六個星期的抗抑鬱處方藥——這種經歷讓我明白病人吃藥的痛苦，很多人是不願意吃藥的。藥是在症狀最嚴重的時候的幫助，但是如果是根本治問題還要從靈性、個人生活等入手。醫治的旅程是個人對神認識的更新，對別人認識的更新，對自己認識的更新。哪裡有一顆神奇的藥丸能做到這些呢？

我的歷程：

2011年7月25日開始在心悅坊見葛博士也第一次開始聽NEP(Neuro Ear Programing 大腦聽力整合程式)；

2011年5月開始在生命福音事工協會學習靈修，上兩年制的“信徒靈命塑造證書課程”；

2011年8月開始在以利亞使團上一年制的“生命重塑證書課程”；

2011年9月開始上拉法基金會“整全心靈醫治課程”需時三年；.....

2014年11月在心悅坊學習操練“生命自覺”(focusing)，是一種臨床心理學上運用的和自己的內心深

處相處的方法，是哲學是態度也是方法。

2015年1月第十二次聽完NEP。

以上我所參加過的課程對我都有幫助：“生命福音事工協會”是專注於推動基督徒靈修的——幫助我更深經歷神的愛；“以利亞使團”比較多地說到黑暗勢力的權勢——屬靈黑暗的確存在，去被祈禱服侍，多一層保護又有什麼不好；拉法基金會的整全心靈醫治課程——是需要時間慢慢等花開的，越心急越有反效果。這些課程和機構，大家都可以在互聯網找到他們的網頁進深瞭解。

我主要想分享一下NEP及Focusing對我的幫助。

在心悅坊的網頁上有對NEP的原理和發展史有詳細描述，我只是從第一身的角度來說一說聽了NEP後對我有什麼幫助。第一次聽NEP前的半年我常常在痛苦中彷彿失去了對生活應有的感受，是一種麻木的感覺——對人沒有感覺，對事情沒有感覺，什麼都沒有興趣，什麼都不喜歡，還有，有時我覺得心裡已經是滂沱大雨但臉上卻是毫無表情眼睛也是干的。2011年8月聽完第一次兩個階段的NEP(60個小時的療程，一個階段是30個小時每天聽兩小時連續15天)，9月起我居然每天在學校早禱會上(那時我在一家基督教學校任教)哭得泣不成聲抽搐得停不下來，第二天還是這樣，.....一個多星期都是這樣，我去問葛博士“為什麼我現在每天哭得都趴下了，完全止不住？而且我甚至不知道自己在哭什麼，只是無時無刻都感覺非常悲傷”，葛博士很冷靜地對我說“NEP幫你開了閘”。當時我感覺糟糕透了，但從科學的角度來說，這卻是好轉的開始。開始了長途歷程，.....2015年1月聽第12次NEP.....我對第11次聽的時候的感受特別深刻，那時我每天一戴上耳機就整個人都像被釘住了一樣內心感受極度的痛苦不能動彈(像癱了一樣一個多小時一動都不動).....我去問葛博士這是怎麼回事，她說“從來沒有人和我說過聽NEP時有這種情況，看來NEP是在觸動你很深的東西”.....我覺得是我自己都忘了的痛苦但仍然存在我肉體裏的，曾經的“僵凍”開始解凍了——感覺很難受很難受，痛苦得幾乎不可忍受。北方的冬天會下雪會結冰，但人們感覺到最冷的時候不是下雪結冰的時候，那最不可忍受的寒冷是春天剛剛來要化雪的時候因為化雪也會帶走熱量，解凍的時候是感覺最冷的但春天已經到了。

是時候說Focusing了，好的，NEP讓我麻木的身體開始有了感覺，那又怎麼樣，出路在哪裡？普遍的觀點都認為“感覺是拖我們後腿的，理智是帶領我們前進的”，有沒有想過感覺和理智可以合二為一成為“感覺到的理智”？“感覺到的理智”Felt Sense! 簡單一句，Focusing是一套練習幫助我們從身體的感受去聆聽內在的智慧找到Felt Sense來幫助個人成長。

“我兒，還有一層，你當受勸誡：著書多，沒有窮盡；讀書多，身體疲倦。這些事都已經聽見了，總意就是：敬畏神，謹守他的誡命，這就是人所當盡的本分”(傳導書12:12-13)。

無論是任何機構的課程還是NEP，使人受益的都是神。記得有一次“看樹”(每聽完一個階段的NEP，就要找一位心理學家看樹，因為每天聽NEP的時候都要求我們用幾分鐘時間畫一棵樹，一個階段完成就積累十幾張畫了，而這些畫是當時潛意識的表達找人解畫是幫助明白我們自己的狀況)，Sabrina(高妙燕女士，解畫的心理學家)對我說“我看到你畫的畫後面一路都有神托住你”，我驚訝地問“你怎麼知道”，她說“你的畫告訴我的”。“我一生一世必有恩惠慈愛隨著我，我且要住在耶和華的殿中直到永遠”，詩篇23篇的應許。

如果我有學到什麼的話，那就是主的偉大是我全人全心都無法體會無法言說的，祂配得我們的敬拜。愿我們都謙卑接受神所賜的豐富。驕傲使人貧乏很貧乏，感謝主我還沒有那麼地驕傲所以我還活著——我感謝主對我不離不棄，如果我有什麼可誇的就是我願意接受神的恩典然後讚美生命！這條被醫治的路會有痛，但是一定會讓人變得更謙卑更真實也更可愛。“人若賺得全世界，賠上自己的生命，有什麼益處呢？人還能拿什麼換生命呢？”(馬太福音16:26)。

在一切之上一定要得回生命，得回生命一定要謙卑，共勉之。

2015 年事工展望

I. 舉辦之「整全心靈醫治系列」：將開辦的課程

月份	香港課程	地點	加拿大密集課程	城市	地點	語言
1 月至 4 月	Level 1	灣仔辦公室	Level 1	溫哥華	素里華人浸信會	粵語
		循道衛理觀塘社會服務處 MCS			西北溫國語頌恩堂	粵語
		復活節密集			列治文	粵語
		澳門中國信徒佈道會 & 百鴿巢浸信會	Level 3A1	愛民頓	恩福浸信會	華語
		馬來西亞春雨復興教會			本那比頌恩	粵語
		馬來西亞八打靈神召會喜信堂			自立中華基督教會	
	Level 2	澳門中信	Level 3B1	哥華	列治文	粵語
	Level 3A1	新年密集課程營			愛民頓	恩福浸信會
		澳門中信				
	3B/3B1/3B2	灣仔辦公室				
5 月至 8 月	Level 1	灣仔辦公室	Level 1	溫哥華	列治文 (6 月)	華語
		循道衛理觀塘社會服務處 MCS		溫哥華	列治文 (7 月)	英語
		香港華人基督會		溫哥華	列治文 (8 月)	粵語
		復活節密集		愛民頓	(5 月)	粵語
		暑期密集	Level 2	溫哥華	列治文 (6 月)	粵語
		教牧密集	Level 3A1	愛民頓	(5 月)	粵語
		澳門中國信徒佈道會	Level 3A2	溫哥華	本拿比 (9 月)	粵語
		澳門百鴿巢浸信會		愛民頓	(9 月)	粵語
		馬來西亞春雨復興教會	Level 3B1	愛民頓	(9 月)	粵語
		馬來西亞八打靈神召會喜信堂	Level 3B2	愛民頓	(5 月)	華語
	Level 3A2	灣仔辦公室 (密集課程)				
	Level 3A1	澳門中國信徒佈道會 (密集)				
9 月至 12 月	Level 1	灣仔辦公室	Level 1	溫哥華	列治文 (9 月)	粵語
		鰂魚涌浸信會		愛民頓	(9 月及 11 月)	粵語
		聖密集	Level 2	愛民頓	(11 月)	粵語及華語
	Level 2	灣仔辦公室		溫哥華	列治文 (11 月)	粵語
			Level 3A1	溫哥華	列治文 (10 月)	粵語
				愛民頓	(11 月)	華語
			Level 3B1	溫哥華	自立中華基督教會 (10 月)	粵語
			Level 3B2	溫哥華	列治文 (9 月)	粵語

II. 整全心靈醫治退修營

月份	香港退修營	加拿大退修營	城市
1 月至 4 月	連繫生命的復甦 -- 預習篇 (退修營)	Level 1-3 「突破生命中反反覆覆的失聯」心理劇	溫哥華
	Level 1 課程退修營	「從情緒角度處理衝突」	
	Level 2 課程退修營		
	連繫生命的復甦 (退修營)		
	連繫生命的復甦 (心理劇退修營)		
5 月至 8 月		連繫生命的復甦	愛民頓
		連繫生命的復甦 (心理劇)	
		連繫生命的復甦	溫哥華
		連繫生命的復甦 (心理劇)	
9 月至 12 月	Level 1 課程退修營	課程 / 主題	愛民頓
	Level 3B 課程退修營		
	《實踐信仰中的真自由》教牧同工退修營		
	《愛裡活出真自由》退修營及《愛裡活出真自由》心理劇退修營		

III. 支援不同教會 / 機構分享情緒或心理健康等講座

日期	地區	教會 / 機構	講座題目
1 月 10 日	美國三藩市	Community Baptist Church	「父母秘笈之了解兒童的情緒及行為」講座
1 月 10 日	美國三藩市	Community Baptist Church	「如何保養心靈健康」講座
1 月 11 日	美國三藩市	灣區華人聖經教會	「面對人生黃金年華」講座
1 月 11 日	美國三藩市	灣區華人聖經教會	「把難處變為生命的祝福 - 經歷上帝的醫治」講座
1 月 13 日	加拿大	Rapha Christian Development Canada Association Centre	Open House and Volunteer Appreciation Night
1 月 14 日	加拿大	三橋基督徒工商團契	「情管理」講座
1 月 14 日	加拿大溫哥華	慈恩紀念華人協和聯合教會	「理解你的情緒及人際關係」講座
1 月 23 日	香港	中國基督教播道會尖福堂	「精彩婚姻下半場 — 丈夫篇」講座
1 月 3 日	加拿大溫哥華	Thrive Church	Understanding Emotions and Relationships
1 月 4 日	加拿大溫哥華	Thrive Church	A Healthier You in 2015 (Sunday Service)
1 月 9 日	美國三藩市	Community Baptist Church	「走出心靈創傷的陰霾」講座
3 月 1 日	香港	啟德平安福音堂	快樂面對——衝突
3 月 7 日	香港	香港崇真會黃埔堂	如何從情緒角度管教孩子 - 改善親子關係並增進孩子 EQ
3 月 8 日	香港	基督教恩霖堂	心靈醫治
3 月 13 日	馬來西亞	新山豐盛堂	心理及情緒的健康
3 月 14 日	馬來西亞	新山豐盛堂	情緒與成長
3 月 15 日	新加坡	恩群福音堂	「把難處變為生命的祝福 - 經歷上帝的醫治」
3 月 21 日	馬來西亞	春雨復興教會	「難處成為生命的祝福 -- 經歷上帝的醫治？」崇拜
3 月 22 日	馬來西亞	八打靈神召會喜信堂中文堂	「全人身、心、靈的成長」崇拜
3 月 29 日	澳門	澳門二龍喉浸信會	情緒管理——對家庭 / 人際關係重要
5 月 2 日	香港	中國基督教播道會恩福堂	基督教性倫理峰會 2015 之性而「忙」返
5 月 12 日	香港	中國基督教播道會尖福堂	哈拿姊妹團契退修會
5 月 16 日	香港	元朗信義會生命幼稚園	懇親佈道會
6 月 13 日	香港	土瓜灣浸信會	主日講座
6 月 14 日	香港	基督教真道堂	「溝通與聆聽」工作坊
6 月 14 日	香港	土瓜灣浸信會	主日講座
6 月 16 日	香港	中國佈道會香港迦南堂	「如何從情緒角度管教孩子 - 改善親子關係並增進孩子 EQ」
6 月 20 日	香港	五旬節聖潔會靈康堂	「溝通聆聽」講座
6 月 26 日	香港	中國基督教播道會尖福堂	「如何愛你一生一世：衝突篇」講座
6 月 28 日	香港	基督教真道堂	「溝通與聆聽」工作坊
8 月 9 日	香港	基督教宣道會宣福堂	情緒健康主日
8 月 16 日	香港	大埔平安福音堂	家長聚會「暴風少年」
10 月 1 日	香港	五旬節聖潔會靈康堂	團隊建立

IV. 支援教牧同工聚會

日期	地區	教會 / 機構	講座題目
3 月 2 日	香港	平安福音堂傳道人團契	教牧成長之「面對衝突」
6 月 23 日	香港	平安福音堂傳道人團契	個人的成長背景與靈命成長的關係

V. 拉法情軒。獻情予你 -- 心靈醫治祈禱會

4 月 25 日	心靈醫治祈禱
6 月 3 日	
8 月	
12 月	

VI. 整全心靈醫治年會

今年將於 9 至 12 月繼續舉辦整全心靈醫治年會，主題為《愛中真自由》，是次年會目的探討自由社會中所追求的自由，是否從外在的社會架構而涵生？外在社會付予的自由又是否真正滿足我們？究竟如何尋找內在的真自由？地點待定，請大家代禱。

VII. 短宣

3 月 15 至 23 日 馬來西亞
7 月 30 日至 8 月 6 日 馬來西亞

VIII. 公開活動

22 月 5-16 日 12 天以色列聖地靈命深度行
8 月 23 日 八周年感恩聚餐暨 2015 年
頒發證書典禮

詳情請留意本會網站：<http://www.raphahk.org>

最新推出



從饒恕得釋放
葛琳卡博士
HK\$78.00



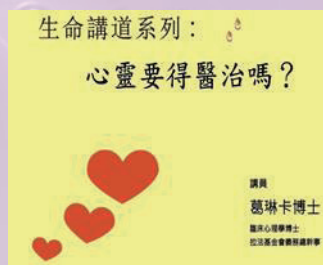
富貴隨心 (2CD)
葛琳卡博士
HK\$98.00



教牧如何處理衝突(上)
及(下)(4CD)
葛琳卡博士
HK\$198.00



靈界—聲影、印象與記憶
(DVD)
李錦彬牧師
HK\$138.00



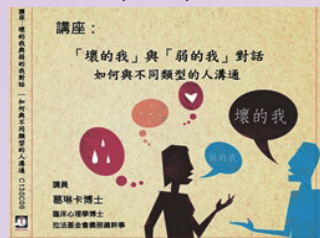
心靈要得醫治嗎?
講葛琳卡博士
HK\$78.00



喚醒與神阻隔的心靈
葛琳卡博士
HK\$78.00



創傷與 EQ
葛琳卡博士
HK\$78.00(華語)



「壞的我」與「弱的我」對話
(2CD)
葛琳卡博士
HK\$118.00



從情緒角度談戀愛與婚姻
葛琳卡博士
零 HK\$78.00



健康家庭 DNA(2CD)
葛琳卡博士
HK\$98.00



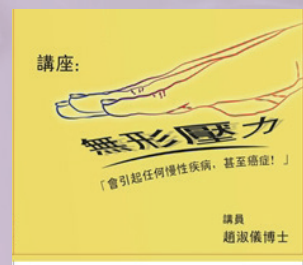
家庭關係中的溝通障礙
葛琳卡博士
HK\$78.00



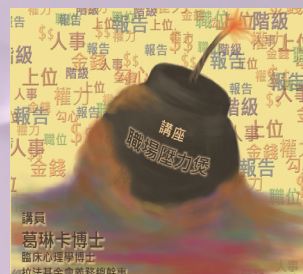
家庭中的危機
信仰中的轉機
實踐中的契機



「藥」動我心弦續家情 (DVD)
香港青少年服務處心絃成長中心
HK\$138.00



無形壓力
趙淑儀博士
HK\$78.00



職場壓力煲
葛琳卡博士
HK\$78.00



把難處變為生命的祝福
葛琳卡博士
HK\$78.00



保護危機中兒童、青少年及家庭的法律 (2CD)
葛琳卡博士
HK\$98.00



情理兼備—健康美滿的親子
溝通模式 (2CD)
葛琳卡博士
HK\$98.00

代禱籌款需要

I. 拉法事工展望

1. 情緒支援訓練中心及心靈療養院。
2. 青少年學校的健康情緒課程 - 製作正確的情緒知識互動模式書本、漫畫、教材，與各學校聯繫及合作。計劃預算 50 萬。
3. 福音性心靈醫治電影 - 以影像媒體帶出神醫治情緒困擾、痛苦掙扎的人之真實見證，使福音傳播果效更大！預算計劃把電影發放到 18 區教會作福音性巡迴播映，所需費用約港幣 100 萬。
4. 即將推出拉法網上短片頻道 - 期望推出短片，與大家分享如何藉救主大能解開現代人情緒的死結，掌握舒緩精神壓力的技巧。願短片接觸更多觀眾，讓更多人明白拉法的理念。計劃預算 50 萬。
5. 出版計劃 - 為了配合中國事工的發展，課本需要印刷簡體字版以至 Level 2 及 Level 3 課程可以進行，請為書本內容信仰的部分可以順利印刷，並且需要大概 32 萬人民幣代禱。
6. 為中國事工的開展，求主開路。

II. 香港課程需要

1. 感謝神 2015 年 1-4 月的課程，均已順利開課。求主憐憫每一個渴望成長突破的生命，能整合所學所發現的，好好與自己與別人相處。
2. 請記念已開始的第二季課程，求帶領學員在學習中能突破自己，生命得以成長。亦請記念組長們的辛勞，在工作與事奉中得力。
3. 求主為我們預備在 2015 年 9 月舉辦的 Level 1 及 Level 3B 課程退修營的營會場地，預備參加的學員，所需要的組長、義工等等祈禱，並在有限的資源下，給同工們有充足的智慧和能力，跟進各項的瑣務。
4. 請記念同工們能有平靜安穩的心，來應付緊湊的工作，能在事奉中與主同工，平衡家庭、教會、進修等需要，在主裡得著身心靈健康。
5. 為課程總結尋找地方祈禱，求主為我們預備一合適的地方，能容納 60-70 人，並且交通便利。
6. 本年將於 9 至 12 月繼續舉辦整全心靈醫治年會，主題為《愛中真自由》，請記念為年會預備合適的講員及場地，讓我們藉適切的題目，回應信徒以至香港社會時代的需要。
7. 本年為澳門能找尋合適場地及分享嘉賓進行佈道會。

III. 北美課程及事工需要

1. 北美課程長期缺乏組長，祈求神為我們預備。我們特別需要會說國語的組長，希望能夠幫助來自台灣和國內的弟兄姊妹。
2. 今年初加拿大溫哥華找到一個辦公室，期望能夠充分利用這個中心開辦更多的課程支援有情緒困擾的弟兄姊妹。也希望能夠善用這地方每月舉辦祈禱會一起為拉法事工代禱。
3. 招募義工應付行政上的需要。
4. 過去一年能有機會在不同的教會舉辦講座，求主來年給我們更多的機會讓我們可以接觸更多的弟兄姊妹。
5. 求神繼續開展在三藩市的事工，讓課程順利開始，求主來年給我們更多的機會讓我們可以接觸不同的教會舉辦講座。

IV. 馬來西亞事工需要

1. 尋求當地有異象的基督徒輔導員成為組長
2. 求主來年給我們更多的機會讓我們可以接觸不同的教會舉辦講座
3. 招募當地義工的支援讓課程繼續順利舉辦
4. 求神繼續保守正在第一及第三階段上課程的學員醫治歷程

V. 行政及辦公室需要

1. 香港灣仔辦公室地方不敷應用需物色新的辦公室、電腦文儀設備極需更新。
2. 尋求繼續參與本會事工的義工、組長及聘請同工。

最新活動

馬來西亞短宣：

日期：7月29日至8月7日 吉隆坡

澳門佈道會：愛，看不見？觸不及？

日期：7月18日 7:30pm 澳門浸信中學

Level 1 及 3B 課程退修營

日期：9月26至28日 烏溪沙青年新村

2015 年整全心靈醫治年會

將於9至12月繼續舉辦整全心靈醫治年會，
主題為《愛中真自由》，計劃舉行以下聚會：

講座：

什麼是真自由？

為何沒有真自由？

愛與自由

愛裡活出真自由

工作坊：

我有真自由嗎？

家的自由

愛中遇上真自由

放手的掙扎

教會自由嗎？

真自由的社會

禱告中得自由

退修營：

《愛裡活出真自由》退修營

《愛裡活出真自由》心理劇退修營

教牧同工座談會：

探討教會如何實踐聖經中的真自由？

教牧同工培訓：

羊圈內外 - 實踐牧養中的真自由

游走、控制與放縱之間 - 如何達致彼此的真自由

教牧退修營：

「實踐信仰中的真自由」教牧退修營 及「實踐信仰中的真自由」教牧心理劇退修營

日期：9月20至22日 烏溪沙青年新村

佈道會：

心靈醫治佈道會《愛到底》

日期：12月11日 7:30 pm

地點：宣道會希伯來堂

講員：陳恩明牧師

顧問：

蕭壽華牧師、蔡元雲醫生、蕭宏展醫生、李耀全博士、
康貴華醫生、鍾志廣牧師、黎嘉讓牧師、張穎思博士（研究顧問）

香港董事：

葛琳卡博士、曾寶儀小姐

加拿大董事：

陳耀棠牧師、劉傑文牧師、張家洲牧師、葛琳卡博士
梁曹娟華女士、黃麗華女士

使命宣言

我們被呼召，去尋找受傷的羊，
與他們——同經歷十字架的醫治大能，
使人們從黑暗中被釋放出來，
活出基督豐盛的生命。

26004288
35204747
info@raphahk.org
http://www.raphahk.org
香港灣仔譚臣道5-11號 信邦商業大廈7/F A室
香港銅鑼灣紀利佐治街一號 金百利中心十二樓 1203室

.....
總辦事處
公關
總辦

