

異象：幫助人心靈及情緒得醫治，助你活出豐盛生命，與人連繫，建立關愛互助的群體。

各位拉法的學員及支持者

轉眼間 2016 年又過去了，回顧去年所經歷的，確實是艱難和辛苦的一年，也讓我們反思這九年服侍的路：有很多學員對我們服侍的感激：他們生命的成長和明顯的改變；這一切都是給我們很大的鼓勵以及繼續服侍的動力之一。然而，在作為服侍情緒困擾者的路程上也有很多不為人明白的困難和辛苦，為此我們也作一系列的調整去強化過去容易被曲解的部分：



1. 怕感到情緒波動的學員

拉法第一階段的課程讓學員接觸自己內心的感受和學習不同的處理情緒技巧。但有些學員不意識自己內心的情緒，在課堂上分享內容時而被引發抗拒的情緒後，感到辛苦，沒有求助，而放棄學習如何處理這些負面情緒，亦不尋求本機構的支援和提供的免費危機輔導，帶著對課程質疑，甚至怪責的態度而離開，我們心感無奈而難過。

2017 年拉法將會為有興趣參加課程的朋友制作課程短片介紹，讓他們更加了解課程內容以醫治的過程及所面對的情緒反應。

2. 義工的迷惘和不滿

拉法相信上帝的醫治需要一個團體的力量，在資源有限的情況下，往往義工的支持和參與讓未有人手的事工可以發展下去，不過有時同工亦未有空間參與及支援，可能令有些義工感到迷惘或混亂，也會對拉法有負面的聲音。2017 年拉法將設立清晰的義工指引，希望他們有正確的期望和學習表達自己的需要，並且透過義工獎勵計劃，鼓勵他們將從神領受的祝福分享給其他有需要的人。

3. 外間對心靈醫治不理解的攻擊

A. 誤以為靈恩方式的醫治

香港有些教會人士誤會拉法課程教導的體驗耶穌練習是靈恩。拉法教導體驗耶穌練習與靈恩聚會所使用的內在醫治是有分別的：拉法相信「在過往的痛苦中，神是一直與我們同在的，只是我們未必為意這個事實，現在我們一起去發現在過往痛苦中神與我們同在的真理。這個歷程有別於靈恩所指的內在醫治，後者是聖靈這刻直接的啓示或彰顯，而拉法則強調『神的同在』是神已經給我們的應許，如同『救恩』一樣，已經為我們預備；只要我們隨時接受，就會得到。因此，藉著神同在的應許，我們可以隨時隨地接受神的醫治。」

[1]

急切禱告：張逸萍網上對拉法攻擊及坊間錯誤的謠言

B. 誤以為偏離聖經的教導以學術文章指控

2016 年四月開始有一位張逸萍博士寫下八篇文章指控對拉法基金會的課程及退修營是偏離聖經的教導，其實張博士的文章對行內人來說，並不值得回應，可以一笑置之，所以我們也只是在拉法家訊清晰表明拉法醫治的理念及所用的心理學技巧。但是，仍有一些對心靈醫治不清楚的人，在網上看了她的文章引起擔心而勸勉別人不要上拉法的課程！去年有一位在溫哥華上自覺篇的同學，分享報讀拉法課程時，被數個不同的教會朋友勸籲千萬不可上拉法課程，否則會被挖，然後就會出問題。這位同學最終堅持上課，最後感恩上課後得到幫助，並且對自己的情緒認識多了！希望她的見證，能幫助更多讀者，對拉法活動多點了解。張博士本人沒有正統的心理學訓練，並且她對拉法的醫治課程不熟悉，但是她卻對拉法的醫治有嚴重的指控：被存在主義影響、內在醫治、新紀元冥想、佛教的冥想等，令讀者感到不安，為了安全著想，不會參加任何拉法的活動。張博士對拉法作出的毫無根據的不實指控並且誤導人 [2]，最後經過數個月的禱告，拉法決定作適當的回應：會在網上對張博士的八篇文章作出澄清 [3]，避免令更多人的誤解，阻礙神的事工，以下是簡略的重點澄清：

(1) 拉法的醫治沒有採用內在醫治的技巧。(2) 拉法的練習沒有採用新紀元技術或冥想。(3) 拉法的退修營絕對沒有使用「正念」或「佛教的冥想」。(4) 拉法的醫治從來沒有採用過「原始狂叫療法」(Primal Scream Therapy)。(5) 拉法醫治理念是根據聖經的教導，並沒有受存在主義影響。(6) 拉法沒有採用「真我假我」理論。最後，(7) 拉法不認同張博士認為情緒只需要被拯救和不斷地悔改，不需要接納和醫治。

從張博士的文章，可以看到有一種的特色：將二種不同的東西的相似點相拼，便認為這兩種東西成為相等。這種研究方法不夠嚴謹，並且十分危險，容易誤導讀者。未能客觀意識自己對心理學研究的缺乏，在未經証實的情況下，公開論斷別人，這種的行為與誹謗無異。張博士掛上一個維持基督的真理的旗號，卻不意識自己的論斷手法和內容均偏離聖經的教導，反而破壞了神的事工，令需要的人失去可以得著醫治的機會！

C. 對拉法醫治一知半解的人透過 Facebook 對拉法加以中傷

其中香港的一位姊妹 Jance，她本人並沒有參加過拉法的課程或活動，但可能過去自己有過不愉快的心理醫治經驗，又或者對 CP (臨床心理學家) 可能不滿，就開了一個 Facebook 名為 “Notseecp” 的 Blog (4/2016)。一方面在不理解拉法醫治的模式下，又她對朋友 Vivian 曾接受拉法的治療一知半解下就主觀斷定治療無效，寫下八篇對拉法醫治錯誤指控的文章：錯誤解讀拉法的教導是逼人去挑起負面的情緒、課程費用昂貴、及質疑拉法的籌款目的等。其中反映她對心理學家及拉法太多的不理解及錯誤的解讀，詳情請看回應文章。[4]

其實 Vivian 從以前難於讓人明白她的表達到現在表達能力高了很多，她有著很明顯的進步和突破。可惜 Jance 沒有洞察到這一點，且不幸在去年因病逝世，再沒有機會與她交流澄清，我們感到十分遺憾！

可是這個 Jance Blog 對拉法的中傷與張逸萍的文章，會繼續影響其他人尋求醫治的路，讓人感到混淆甚至無所適從。

也可能是她透過電郵廣傳張逸萍及 Jance 誤導的文章給香港各教會 [5]，以及拉法在海外服侍的教會，增添其他人對拉法的誤解。求主憐憫！

D. 醫治歷程中爆發隱藏的痛苦情緒的義工捏造事實

在醫治的歷程，學員會開始更加真實，同時也更意識內在隱藏的情緒，包括明顯地更加對情緒的敏感度、更容易表達不滿的情緒和更真實表達內在不被接納的部份等。因此，表面上學員的表現可能更加情緒化，疑似退步了，甚至遇上有些不容易表達不滿情緒的學員，會將她 / 他們隱藏的情緒發洩在幫助他們的團隊身上。拉法醫治的團隊包括：我本人與組長們都一一經歷過這種的傷害，令醫治團體感到十分受傷和有挫敗感。

有一個明顯的例子：

今年十一月的時候，拉法 Facebook 內有位自稱 Ivy ma 留言 (拉法 Facebook: 23/11/2016) 誣衊拉法的課程「屈(掘)」組員情緒，而且更訛稱自己的妹妹因上完拉法課程而情緒處理不到而跳樓自殺身亡。又說：在拉法做義工，會做到有跳樓自殺的想法。這恐怖的謠言震動拉法上下，所有學員組長都感到震撼，外界也十分關注此事。

及後我們經過努力調查後，原來 Ivy Ma 是義工 Candy Law 虛構出來，而在 Facebook 上所說的完全是捏造，沒有學員因讀過課程而被勾發情緒而做出自殺的行為。其後 Candy 再假借 Ivy Ma 名義寫一封道歉信，試圖將責任推卸給 Ivy Ma。不久繼續又以手機 WhatsApp 發出駭人的信息「要拉法基金會血債血償」給她認識的朋友、拉法學員及義工，存心威脅以及中傷拉法的名聲。

經過多方的周旋也找到證據，最後 Candy 承認蓄意捏造以上所有謠言來中傷拉法事工。拉法基金會為了保護神的事工的名聲，停止了 Candy 在拉法的義工服務，亦需要 Candy 稍後向拉法基金會正式道歉，希望幫助她學習承擔責任，面對自己的錯誤。

4. 同工的流失對事工帶來考驗

拉法同工如何面對情緒困擾的學員及義工需要有一定情緒穩定的能力，以及也需要具備電腦、文書、統籌等獨立應變處理的能力，殊不簡單。然而，拉法經濟的限制，同工的薪酬有限，所以聘請到適合的同工，十分困難；加上同工們的工作量一點也不輕，令同工們倍感吃力！而去年年中又受到被攻擊，不同的香港同工因種種原因：結婚移民到英國、找到一份離家不遠又較舒適的工作、家庭需要照顧小孩等等

一相繼離去，令事奉百上加斤。溫哥華的同工也經歷人事的變動，感謝主興起不同城市的義工幫忙，承擔各城市及統籌北美的事工！可見，拉法要維持一隊持久的團隊，有賴神大大的保守，並且須要上下一心，彼此清楚事奉的方向以及義工們的扶持，減輕同工們的工作壓力。禱告神預備一位香港義務行政總監或副總幹事幫助，讓同工們得到支援，減少她/他們的辛勞，並且幫忙機構設立有系統化的運作程序。

5. 總結：

心靈醫治的事工所面臨的挑戰，比一般的事工更加困難。面對一般人對情緒的不明白、缺乏教會的支持、容易受到外界的質疑甚至攻擊、學員情緒激動的傷害，這條路真是舉步維艱！所以很多人很怕面對情緒困擾的人，儘量避免與他們接觸，怕與他們糾纏不清。但這卻是我們服侍的對象，他們也是神所心愛的兒女，我們極需要你們的支持，堅持貫徹神所賜給我們的異像！

2016年拉法的收生受到外間的謠言所影響，收生率極之不理想，有些課程要取消。拉法基金會的運作，主要是以課程/退修營的費用和拉法的產品，如：書籍光碟等收入來維持。目前香港拉法基金會每個月的收入，未能支付同工的薪酬及日常支出，入不敷支。所以十分需要您們的代禱與金錢上的奉獻！

葛琳卡
拉法基金會義務總幹事
2017年2月



[1] 葛琳卡：生命更新的醫治；二版，基道出版社 2008 P.24

- [2] (1) 張博士認為拉法教導體驗耶穌練習與內在醫治的說法相似，並且以為拉法教導的「體驗耶穌同在」練習指是看見耶穌，鼓吹靈異的「看見」，再被她聯想成變為觀想、邪術，甚至用邪術召喚耶穌！詳細的內容請參看《回應張逸萍錯誤指控的文章：聖經中的「醫治」是什麼意思？》
- (2) 張博士錯誤地認為拉法的練習提到「身體」與用「呼吸」，就被一步一步被她錯誤地聯想推斷拉法就是採用其新紀元技術、冥想、催眠與氣功。詳細的內容請參看《回應張逸萍錯誤指控的文章：引進新紀元技術》《回應張逸萍錯誤指控的文章：自覺（Focusing）乃後現代式冥想》
- (3) 張博士只是看到拉法課程中的一張投影片介紹「靜觀」，她就認為相等於教學員做了靜觀，而拉法所教的練習是：「安靜觀察」，純粹是「安靜觀察自己身體狀況和呼吸」而被張博士扭曲為「靜觀」，再推斷為「正念」。詳細的內容請參看《回應張逸萍錯誤指控的文章：引進新紀元技術》
- (4) 張博士認為拉法強調情緒，所以錯誤地聯想拉法所用的「吶喊」就等於「原始狂叫療法」（Primal Scream Therapy）。詳細的內容請參看《回應張逸萍錯誤指控的文章：吶喊（原始狂叫）不是拉法（醫治）》
- (5) 張博士錯誤地認為拉法使用「空凳」的技巧相等於認同或接受「格式塔療法」理論，受存在主義影響。詳細的內容請參看《回應張逸萍錯誤指控的文章：格式塔治療法》
- (6) 張博士對弱的我和壞的我的概念完全不了解，強行推斷拉法使用人格支離破碎的教導及「真我假我」理論。詳細的內容請參看《回應張逸萍錯誤指控的文章：格式塔治療法》
- (7) 張博士對二十一世紀最新的情緒研究不瞭解：情緒是主導人的思想和行為，所以如果情緒能夠被明白、被接納、被表達及被轉化，不正確의思想和行為被就會從內心自然改變。詳細的內容請參看《回應張逸萍錯誤指控的文章：心理劇煽動往日仇恨》

- [3] 葛琳卡，《回應張逸萍以上八篇文章》
葛琳卡，《回應張逸萍錯誤指控的文章：引進新紀元技術》
葛琳卡，《回應張逸萍錯誤指控的文章：格式塔治療法》
葛琳卡，《回應張逸萍錯誤指控的文章：聖經中的「醫治」是什麼意思？》
葛琳卡，《回應張逸萍錯誤指控的文章：自覺（Focusing）乃後現代式冥想》
葛琳卡，《回應張逸萍錯誤指控的文章：吶喊（原始狂叫）不是拉法（醫治）》
葛琳卡，《回應張逸萍錯誤指控的文章：心理劇煽動往日仇恨》

[4] 葛琳卡，《回應 Notseeep 對拉法錯誤的指控的八篇文章》

[5] 張逸萍否認她廣傳電郵給香港教會，張逸萍與 Jance 關係密切，張逸萍與 Jance 合撰一篇見證，於 Jance 死後刊登

拉法基金會十週年－活動巡禮

拉法基金會蒙主的恩典帶領，於 2017 年順利走過十個年頭，為慶祝拉法基金會成立十週年，我們於本年度預備了豐富的活動為大家呈獻，期望能與祢分享我們的歡欣與快樂！



《心靈醫治敬拜晚會》

日期：4月22日
晚上 7:00 - 9:30
地點：荃灣路德會聖十架堂

拉法基金會《十週年感恩祭》

日期：5月20日
晚上 7:00 - 10:00
地點：基督教恩霖堂 (長沙灣堂)
對象：歷年來所有的拉法學員及各界朋友
節目包括：學員感恩見證分享、拉法趣劇、拉法微電影首播等等，萬勿錯過

招募 拉法基金會義工隊

我們每年應邀舉行情緒健康講座，每年 9 - 12 月我們都會舉辦大型年會活動包括大型講座、工作坊及佈道會本地退修營及海外短宣均需要同行者義工，其中都需要大量義工協助各式各樣的崗位，包括 (活動統籌、書攤物資搬運、聚會招待大使、攝影、攝錄、平面設計、詩歌敬拜、樂手、文書工作) 等等。

2017 義工登記

備註：義工須同時填妥申請表及義工守則，親身交回辦公室或 FAX: 3520 4747、電郵: event.raphahk@gmail.com

7月26日 - 8月3日舉辦馬來西亞短宣，我們將會招募組長、同行者、義工同行，詳情請留意我們的電郵及 FACEBOOK 宣傳。

11月馬來西亞怡保短宣見證

Carmen Chan

這四天馬來西亞之旅帶給我很多難忘的體驗，亦十分感謝神，我在參與當中獲得很大的醫治。這是我第二次參加《拉法基金會》的馬來西亞短宣，亦是第一次來到怡寶。其實旅程之中我也感到甚為吃力，除了每天也是很長時間之外，作為同行者需要入組與組員一起上課。聽他們分享的時候，亦都被勾發起自己內在的情緒記憶以及創傷片段，從而也會使自己的情緒被受波動。

還有，這次來馬來西亞有一個十分特別的發現，原來當我活在一個說華語的社羣的時候，會被勾起我在母腹中的創傷。還記得當 Dr Kot 以華語與組員們活動的時候，他們你一句我一句地來來往往，心中突然間浮現了一個畫面，就是當我還是一只胚胎捲曲在母腹中的時候，聽到外祖父母以外省語言在互相吵架，才發現原來我母腹中是經歷了這樣的一個情況！那種內心感到很鬱悶以及全身癱瘓的狀況，原來跟我所在母腹中經歷的一模一樣！

這種癱瘓的不適感，也令我認為我未能夠於旅程中作一個稱職的領隊，這種力有不逮的感覺讓我感到有點內疚。這種內疚感我已經於最後一晚團隊開會時表達了，亦獲得隊員們的明白和接納，而且 Dr Kot 也再三提醒我不要再怪責自己。不過吊詭的是，被勾起的痛苦反而是醫治的黃金機會，從馬來西亞回港之後我也透過輔導處理了這些被引發的情緒而得到舒緩以及醫治，所以也就是說，神的恩典也是滿有驚喜的。

2016 年事工報告

I. 整全心靈醫治課程

月份	課程	香港、馬來西亞及澳門課程 / 地點	加拿大密集課程 / 地點	美國三藩市密集課程 / 地點
1-4月	101	循道衛理觀塘社會服務處、灣仔辦公室、香港癌症基金會、馬來西亞春雨教會、馬來西亞怡保華人基督教衛理公會、拉法馬來西亞辦公室、澳門中國信徒佈道會	愛民頓恩福浸信會, 多倫多頌主播道會	
	111	循道衛理觀塘社會服務處、灣仔辦公室、馬來西亞怡保華人基督教衛理公會	溫哥華辦公室, 多倫多頌主播道會	
	L2	灣仔辦公室		
	301	灣仔辦公室		
	302	灣仔辦公室		基督教會中心堂, 灣區華人聖經教會, Sunnyvale
	303	馬來西亞春雨教會		
	311 323		愛民頓恩福浸信會 溫哥華辦公室	
5-8月	101	灣仔辦公室、澳門中國信徒佈道會	溫哥華辦公室, 恩福浸信會, 多倫多頌主播道會	
	111	灣仔辦公室	多倫多頌主播道會	
	112	灣仔辦公室		
	301		愛民頓恩福浸信會	
	303	灣仔辦公室		Danville, Sunnyvale
	321	馬來西亞八打靈喜信堂		
	322 331	澳門中國信徒佈道會	溫哥華辦公室	
9-12月	101	灣仔辦公室、拉法馬來西亞辦公室	溫哥華辦公室, 愛民頓恩福浸信會, 多倫多頌主播道會	灣區華人聖經教會, Sunnyvale
	111	灣仔辦公室、馬來西亞怡保華人基督教衛理公會、拉法馬來西亞辦公室	多倫多頌主播道會	
	114	灣仔辦公室		
	301	澳門中國信徒佈道會	多倫多頌主播道會	
	303	灣仔辦公室		灣區華人聖經教會
	311	灣仔辦公室		Danville, Sunnyvale
	312	灣仔辦公室		

課程小結 * 優惠人士: 教牧 / 全職神學生 / 長者 / 重讀 / 合辦會堂

課程	香港					加拿大愛民頓					加拿大多倫多					加拿大溫哥華				
	開辦次數	總參加人次	個別申請	* 優惠人士	資助額 HKD	開辦次數	總參加人次	個別申請	* 優惠人士	資助額 CAD	開辦次數	總參加人次	個別申請	* 優惠人士	資助額 CAD	開辦次數	總參加人次	個別申請	* 優惠人士	資助額 CAD
101	13	119	6	11	7,930	3	31		4	496	3	33	1	29	848	5	52	2	4	410
111	4	35	2	8	4,610						3	19		13	426	1	9		1	60
112	1	37	7	2	11,520															
114	1	8	2	1	5,650															
L2	1	9		8	980															
201																				
301	3	39	3	2	5,040	1	7		1	100	1	8		7	252					
302	2	27		2	4,000															
303	1	18	1		1,100															
311						1	7		1	150										
312																				
321																2	15		3	84
322																1	8		3	108
					40,830					746					1,526					662
課程	美國三藩市					澳門					馬來西亞									
	開辦次數	總參加人次	個別申請	* 優惠人士	資助額 USD	開辦次數	總參加人次	個別申請	* 優惠人士	資助額 MOP	開辦次數	總參加人次	個別申請	* 優惠人士	資助額 MYR					
101	2	26	1	6	200	3	28	2		1,803	9	111	26	4	8,808					
111						1	7	2		986	3	24	4		1,086					
112																				
114																				
L2																				
201	3	24	1	1	118															
301	3	25				1	8													
302	2	16																		
303											1	6	1		250					
311																				
312																				
321											1	23	7	5	3,964					
322						1	8													
					318					2,789					14,108					

II. 整全心靈醫治退修

香港				
退修營題目	開辦次數	參加人次	資助人數	資助金額 HK\$
Level 1 醫治篇	2	27		
Level 1 自覺篇	4	67		
Level 2 「突破與神阻隔的心靈」	1	9		
「喚醒冰封的心連繫愛」	1	11		
「與上帝同行心貼心」	1	15	1	1,458
「喚醒冰封的心連繫愛」心理劇	1	20		
「尋找得不到的愛」心理劇	1	21		
「同行心貼心」心理劇	1	10	1	1,440
總數 (HKD)	12	180	2	2,898
加拿大 愛民頓				
退修營題目	開辦次數	參加人次	資助人數	資助金額 CAD\$
Level 1 自覺篇	1	9		
「燃點愛的連繫 -- 重拾生命的失落」	1	7		
「喚醒冰封的心連繫愛」心理劇	1	8	2	320
「燃點愛的連繫 -- 重拾生命的失落」心理劇	1	6	1	124
總數	4	30	3	444
加拿大 溫哥華				
退修營題目	開辦次數	參加人次	資助人數	資助金額 CAD\$
Level 1 自覺篇	1	6		
「燃點愛的連繫 -- 重拾生命的失落」	1	8		
「尋找得不到的愛」心理劇	1	24		320
「燃點愛的連繫 -- 重拾生命的失落」心理劇	1	25		290
總數	4	63	0	610

2016 年事工報告

III. 支持不同教會 / 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	講員
11月5日	加拿大多倫多	頌主播道會	如何勝過憂鬱與焦慮	葛琳卡博士
11月5日	加拿大多倫多	頌主播道會	如何瞭解兒女的情緒	葛琳卡博士
11月2日	加拿大多倫多	多倫多華人基督教會(愛正堂)	迎接人生下半場	葛琳卡博士
10月1日	香港	遠東廣播	良友電台空中輔導夫妻營	葛琳卡博士
			第一講:情緒你我他	
			第一講:家庭中的怒氣	
			第一講:夫妻之你恩我愛	
9月11日	香港	九龍城福音堂(得寶堂)	心靈醫治	葛琳卡博士
7月10日	泰國	國際真愛家庭協會	把難處變為生命的祝福 - 經歷上帝的祝福(主日崇拜)	葛琳卡博士
7月10日	泰國	國際真愛家庭協會	情緒你、我、他	葛琳卡博士
7月10日	泰國	國際真愛家庭協會	情緒管理對家庭與人際關係的重要	葛琳卡博士
7月9日	泰國	國際真愛家庭協會	情緒管理與壓力舒緩	葛琳卡博士
7月9日	泰國	國際真愛家庭協會	情緒四重奏 - 喜怒哀樂	葛琳卡博士
5月22日	香港	滿恩谷浸信會	愛的聆聽	葛琳卡博士
5月22日	法國巴黎	生命之光福音中心	愛·看不見?觸不及? (心靈醫治佈道會)	葛琳卡博士
5月21日	法國巴黎	基督國度巴黎沙仑玫瑰(93區)	講座一:心靈醫治(主內) 講座二:情緒的穩定	葛琳卡博士
5月21日	法國巴黎	生命之光福音中心	講座一:情緒管理對個人·家庭·兒童成長的重要 講座二:團隊建立	葛琳卡博士
5月13日	法國巴黎	禱告復興中心	如何處理情緒受傷建立健康的人際關係	葛琳卡博士
5月4日	香港	明光社「生命及倫理研究中心」	生命倫理:情緒中的穩定	葛琳卡博士
4月24日	澳門	頌主堂	焦慮人生遇上主	鄺傳道
4月24日	澳門	金巴崙長老會澳門堂	愛兒心聲 講座 + 親子 工作坊	葛琳卡博士
				高妙燕女士
4月24日	澳門	頌主堂	焦慮人生遇上主	葛琳卡博士
4月22日	香港	明光社	如何與逆境中的青少年同行講座	葛琳卡博士
4月22日	香港	迦南道真堂 / 中國信徒佈道會有限公司	亂世見彩虹 - 亂世點減壓	葛琳卡博士
4月7日	溫哥華	拉法溫哥華辦公室	自覺 Focusing 體驗會	葛琳卡博士
3月27日	多倫多	頌主播道會	活出復活的生命	葛琳卡博士
3月26日	多倫多	頌主播道會	家庭中的怒氣	葛琳卡博士
3月26日	加拿大士嘉堡	士嘉堡華人浸信會	與情緒共舞 - 基督徒如何處理情緒 講座	葛琳卡博士
3月6日	馬來西亞	怡保華人基督教衛理公會	主日崇拜 - 情緒健康	葛琳卡博士
3月5日	馬來西亞	怡保華人基督教衛理公會	心靈創傷需得醫治嗎?創傷如何影響人的大腦及其EQ?	葛琳卡博士
3月4日	馬來西亞	士毛月信義會生命堂	情緒四重奏 - 講座會 主題:「走出心靈創傷的陰霾」	葛琳卡博士
3月2日	馬來西亞	禧福訓練學院	性格與情緒	葛琳卡博士
2月28日	馬來西亞	吉隆坡士毛月神召會	主日證道:「難處成為生命的祝福 - 經歷上帝的醫治」	葛琳卡博士
2月27日	馬來西亞	以馬內利神召會	情緒四重奏講座會:情緒管理 - 對家庭 / 人際關係的重要	葛琳卡博士
2月21日	澳門	澳門浸信宣道會頌愛堂(場地)	反轉你人生 講座	葛琳卡博士
1月24日	澳門	金巴崙長老會澳門堂	情緒四重奏講座助人篇 同行·心貼心	葛琳卡博士
1月22日	香港	香港癌症基金會	『打造健康情緒』認識正向情緒講座	葛琳卡博士
1月19日	香港	明光社訓練中心	電影小組 2016: 玩轉腦朋友	葛琳卡博士

IV. 2016 年整全心靈醫治年會 (9月 - 12月): 《風浪中的窩貼心 風雨同行 知你心》

教牧同工培訓	參加人次
從自覺與心同行	10
大型講座	參加人次
講座一:何謂貼心同行?	165
講座二:同行中情緒的波動	210
講座三:與你同行心貼心(實踐篇)	98

工作坊	參加人次
從自覺與心相遇	365
同行心貼心	
與青少年同行	
與上帝貼心	
舞台劇心暖心	
想愛又怕愛、想貼又怕貼、想撇又怕撇	
佈道會	參加人次
《愛 - 貼您心》心靈醫治佈道會 主領:葛琳卡博士 講員:鄺景運傳道 見證嘉賓:《玻璃天使》鄧嘉玲(Kelly)	83



V. 免費「危機輔導」時數 (小時)

本會每次的課程，均為參加者提供一次免費的危機輔助，目的是回應學員在課程期間的需要除了在小組的學習外，

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水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。

2016 年 香港 接受基金資助的共 3 人，資助金額共 HK\$7,560

VII. 祈禱會

2016 年舉行一次祈禱會，日期為 7 月 23 日

內容包括敬拜、分享、禱告支持、操練聆聽上帝聲音等。

VIII. 短宣

分別於 2 月、4 月、8 月及 11 月前往 馬來西亞怡保華人基督教衛理公會、吉隆坡甲洞春雨復興教會、八打靈神召會喜信堂；同行者共 7 人。

2016 年本會義務組長提供危機輔導

地區	小時
香港	94
美加	400
馬來西亞	106
澳門	47
中國	24
總時數	641



心靈醫治舞佈道會

I. 2016 年二月 澳門心靈醫治佈道會 -- 反轉人生 -- 當你遇上 Mr.Heart



澳門心理劇佈道會後感

Zoey Ng

他說：「你若留心聽從耶和華 - 你神的話，行我眼中看為正的事，側耳聽我的誠令，遵守我一切的律例，我就不將所加於埃及人的疾病加在你身上，因為我是醫治你的耶和華。」（出埃及記十五 26） - - 這可能就是「耶和華拉法」的由來。



在 2016 年 2 月，我有幸參與拉法基金會的澳門心理劇佈道會。

前年底，引發將退修營中的一個心理學技「心理劇搬上舞台」的遐想。原本只是想「柴娃娃」一齊玩，後來認真地想，這是否神給我們在這十四個月裡，一點也不易過，時間也特別地長。由 jam 劇開始，、投射、情緒記憶、爭拗、互片、轉換崗位、到經歷神的醫治及重整，都是極奇痛苦的歷程。嘔心瀝血出了劇本以後，以身體演繹，將台詞諗了一次、十次、二十次、一百次之後，當中的痛苦經歷可以 externalize，不單單停留在以前的痛苦經歷裡，而是轉化成「承認」和「接納」的層面，接納自己的黑暗面，真正接納神所接納的自己。後期更加有一種「脫去舊人」- 脫去以前的歷史的感覺，以往

人身後的耶穌。每場之後，都有各方好評，但主仍然教導：在事奉上保持忠誠最好的方法，就是享受自身的角色，而不只是期望事奉的果效或它所可能帶來的好處（ Andrew Chai, 2016 ）。曲終人但主說，作我的工，絕不枉然。

^[1] 心理劇 (Psychodrama) 乃一種動態的方法，幫助病人由自發的戲劇、角色扮演及自我演繹中，於他們的生命裡進行深索及尋找洞見，經常用於心理治療，為奧裔美國精神科醫生 Dr. Jacob L.

心靈醫治舞台劇X佈道會
與心相遇 人生不再一樣
透過真實感人的故事 勇敢面對真正的自己
見證上帝醫治的盼望 為你的人生帶來新的轉機

特別邀請：楊偉忠牧師 (澳門聖保羅醫院院長)
演出者：拉法基金會劇隊
導演：吳漢康先生
監製：葛琳卡博士

反轉你人生 -- 當你遇上 Mr.Heart

澳門培正中學 8樓禮堂
(澳門高士德大馬路7號)
2016年2月20日(六)
午場 2:30pm 晚場 7:30pm
票價：MOP \$100 \$50

演後座談講座反轉你人生 - 2016年2月21日 下午2:30-5:30 澳門培正禮堂禮堂

代售地點：澳門中區德輔道中(廣星洋科巷2D地下)
香港新區德輔道中(九龍觀塘翠屏道3號一樓禮堂)
電話查詢：澳門86312836 3306；香港(852)2600 4288
信用卡網上門券訂購：<http://goo.gl/forms/2E4WpTtLA> (只收港幣)

查詢：拉法基金會 網址：<http://www.raphahk.org/>



風浪中的高貼心
風雨同行 知你心

《愛-貼您心》心靈醫治佈道會

日期：12月10日(六) 晚上7:30-9:30(16GC03)
地點：基督教家庭服務中心 (九龍觀塘翠屏道3號一樓禮堂)
費用：全免 (持門票者優先入座)
請於網上登記索取電子門票：
<https://goo.gl/forms/QFTUJHJK50Y3Jgs2>

見證：曾經歷過同心同行讓在心靈痛苦中走出來的朋友及面對社會的動盪，人心惶惶，我們看很多人的心靈孤單、不被明白、活在恐懼焦慮和不安中，找不到支持和愛的關係。通過學習如何與人同行，體貼別人的心，讓可以在風浪中安然度過！此佈道會中透過詩歌、見證及分享，帶您進入在風雨兩同行知你心！

特別嘉賓：張佩儀小姐 (澳門培正中學)
特別嘉賓：張佩儀小姐 (澳門培正中學)
特別嘉賓：張佩儀小姐 (澳門培正中學)

主辦：拉法基金會 協辦：拉法基金會
www.raphahk.org
查詢電話：2600 4288 網址：<http://raphahk.org/chinese/Heart-Healing2016.php>

決志者

劉冠良

決志信主的一刻是我生命中最為感動的時刻，是主令我明白自己是一個不完美的人，然而我接納自己是一個罪人，就是因為我知道我並不是一個完美的人，所以我相信主，因為我知道我需要主。

我希望自己可以在日後的生命裡，幫助更多無助的人，所以我會選擇去做義工，並透過自己的生命幫助別人去認識主，並了解他的旨意，永遠相信主。我知道這絕對不是一件容易的事情，而且了解到自己的能力不大，而且做事很容易放棄，但我希望主可以幫助我，幫助我面對所有的難題，以後我會努力嘗試做好自己的本份。

在日後，我會多嘗試了解別人的痛苦，並去嘗試了解別人的角度，去真心的原諒別人，那就是真心的原諒自己，我愛主。



佈道會見證分享組長

Carmen Chui

原先無打算參加這次佈道會的見證分享，但當我靜心下來時，主就感動我，使我無法壓止那份感動！主更給了我兩個字，就是「恢復」！在見證分享中，分享了主怎樣恢復我與上帝的關係，恢復我的自我價值觀，恢復我同人之間的關係，是何等的寶貴。

那天再次走上台，重溫一年前上演心理劇舞台的感覺，與一起大半年每星期採排的同伴，並肩作戰，互相支持，彼此打氣，很是窩心，大家似乎有一份說不出的默契！當佈道會中，有人決志，有人因為神的作為感動流淚，沒有什麼比使我心感恩惠。願神的旨繼續行在當中，使祂的名得著榮耀，阿們！





我們在一切患難中、他就安慰我們、叫我們能用神所賜的安慰、去安慰那遭各樣患難的人。
(林後一4)

風浪中的窩貼心 風雨同行知你心

整全心靈醫治年會2016

主辦：RPH 聖保羅堂 協辦：福音證主協會 宣道出版社 China Alliance Press Me 生命線 基督教宣道會調景嶺新堂 報名/查詢熱線：2600 4288 或網頁 www.raphahk.org

在 10 至 12 月份仍有一系列的精彩的講座、工作坊、退修會，以至 12 月份的佈道會，讓你在這年會中與上帝貼心，心靈中得著滋潤加力的祝福。2016 年大會邀請了非常資深的講員：許德謙博士、蕭智剛博士、劉文亮博士、吳潤康先生、葛琳卡博士。以《風浪中的窩貼心 - 風雨同行知你心》為主題，在風浪的衝突中，有同行的人來明白你心，溫暖你心，讓心中能得力量去面對風浪，衝過風浪，在越過風浪後，得著美好的人生。



拉法年會見證：《「我」其實是一對清心的眼》

Carmen Chan

自從 2014 年恆常參加拉法活動以來，我也一直對年會內容沒有太大的興趣。直至去年，作為籌委會委員及分享見證的關係，參加了年會講座和擔當數次工作坊的統籌。藉着參與這次年會的機會，我對自己加深了自我認識之餘，亦透過工作坊的內容給予我對個人成長方面有新的啟發。

透過自己作為一個情緒困擾受助者的身份，上台分享怎樣被身邊的人同行以及接納的經歷，我對自己真實的一面，包括自己的限制以及軟弱的接納程度提高了。我更有勇氣去表達自己的需要和真正的感受，更能夠尊重自己，也讓別人可以更深入地了解我，與我連繫。我原來是可以與身邊的人建立更真摯和深厚的關係！這對我個人成長來說是一個大踏步。我還發現，原來在台上分享真實的自己，繼而經歷被上台台下的觀眾接納和鼓勵的醫治效果是非常之大的！當我真實地表達了自己的軟弱和內心的恐懼等等，所能夠產生與別人的共鳴，就是人與人之間真正連繫的開始！

此外，藉着為數次工作坊當統籌，也令我對自己的認識加深了不少。原來從平常的工作環境踏出去，也能夠把一些自以為是毫不相干的統籌工作技巧帶到別處去應用。當然，我對很多處理行政上的細節其實是一竊不通，但是藉着與其他義工一起合作，我也領會到團隊運作的重要性，我們不需要每人也懂得做所有的東西，但是我們在主內互相效力，工作便順利完成了。

值得一提的是，許德謙博士所主持的工作坊《想愛又怕愛、想貼又怕貼、想撇又怕撇》很能夠啟發我如何看待真正的自己。許博士以心理動力學的角度，剖析「本我」原來好像一對清心的眼，它擁帶着憐憫 (compassion)、好奇心 (curiosity)、和清澈澄明 (clarity) 的本質。這對眼活在主耶穌的愛裏，每天也觀察着我們在生活中所扮演不同的角色，以及這些角色所附帶着的情緒變化。原來真正的我就是活在聖靈裏的一對清心的眼！以我作為一個時常感到焦慮的人，我領悟到焦慮不是「我」的本質和身份。雖然焦慮是屬於一種很尖銳的感覺，帶來很多身體上的不舒服，思緒上的凌亂，很容易令我想逃跑，可是這些感覺不是「我」。每當緊張的情緒來臨的時候，我亦不需要慣性地墮入這情緒的漩渦之中。我是有自處以及選擇的空間和權利的。有了這個覺悟，我更能夠與自己的情緒相處。

2017 年年會預告整全心靈醫治年會

第一天：講座：體驗二代閉塞之謎
工作坊

1. 從心理動力學探討閉塞之謎
2. 從藝術治療體驗閉塞之謎
3. 從角色對調體驗二代間的閉塞

第二天：講座：接納二代閉塞之謎
工作坊

1. 從心理動力學探討如何化解閉塞
2. 從藝術治療體驗閉塞之出路
3. 從角色對調與閉塞對話

退修營：化解人際間閉塞之謎

表達藝術治療工作坊

表達藝術治療工作坊導師：

Ash Ng

感恩葛琳卡博士在十年前建立拉法基金會，帶進一條探索心靈醫治的途徑。今日拉法仍然努力不懈地探索更多有效的途徑去幫助有需要的肢體。表達藝術治療正是另一條路徑去認識自我，接觸心靈，讓傷痛者得到醫治、啟迪和改變。

我們都擁有天賦的創造力，這股能力特別在藝術領域中呈現。不論是音樂、戲劇、繪畫雕塑、舞蹈形體或創意寫作，都充滿奇妙的想像空間，藉創意具體地演繹。藝術創作的過程，不但產生傑出的藝術品，更能開啟人與自己、與人、與社群之間的連結和溝通，帶來美好的生活。我們關注身心社靈的健康，透過藝術創作去接觸情感是表達藝術治療的基礎信念。我見證到在活動室內學員自由地舞動身體，繪畫意象，用聲音展示情感，在音樂旋律下自由地創作，由外在的活動慢慢進入內心，尋找隱蔽的自我，並將當下的發現，以富藝術性的表達形式呈現出來。這個徊轉的過程為學員打開一個出口，去重訪久違的心靈，經歷更新和轉化。有學員分享：「我終於感覺到與心靈連結的幸福，原來是這樣的真實。」另一位學員說：「在這裡沒有指定目標，不必應酬他人，更不需掩飾，隨著個人的狀態進行，沒有任何包袱和纏累，可以真實地面對自己。」的確，當我們真實地接觸到心靈的需要，生命就活化起來。願神繼續使用拉法的團隊去祝福更多人。



拉法表達藝術治療工作坊合照

讀藝術治療工作坊學員心聲：

Josephine Fung

我非常享受每一節的藝術治療課程，在過程中，我可以在導師的引導下放下防衛，可以很自由的用肢體或其他媒體去表達自己，我玩得很開心，也感受到其他組員的支持及連繫。回復童真的感覺是難得的！每一次的小組都給我正能量，做一些我平時不會做的，在小組內的一些突破給我向前行的力量。很感謝導師 Ash 及 Venus 的用心引導，感受到他們對每一個生命的愛、尊重及接納，我的總結是：有 fun, 有 joy, 好 Enjoy, 我好想 change!



表達藝術治療學員分享：

VIVIAN LAI (黎慧思)

表達藝術治療課堂形式，動態，開心，人也輕鬆釋放，組員之間是彼此接納及互動，課程會有用畫再加野表達，這比我感覺，我看到自己是不完美，但從其他人的接納及建議，令我有新的角度去看自己，原本不完美，自己認為不好的，但在人地的眼中原來是可愛及 OK! (並非譴責或批評)，我們也變了小孩子，聖經話：(我們要變做小孩子才可進天國 (太 18:3) 好多活動也赤腳進行，也配合拉法 FOCUSING 全人掃描，全身的感受 (身體、情緒、觸感)。



課程導師是舞台劇導師，在其中一堂 DRAMA 堂中，以簡單兩句對白，(我要、我唔比) 已經可表達出對方的需要及渴求，甚至強求 令我感到十分震撼，媲美拉法心理劇場面。前年，外間一致叫好的拉法心理舞台劇 2015。可惜認識及鍾意心理劇的人並唔多！(這個課堂更加入當日我們演員綵排時的熱身運動)，比前年未能接觸舞台劇的學員，也有份參與一 D 野！我們全組人，上至導師，下至組員，也接納任何人，大家也能打成一片，我在課堂中，我發現學員們才能之高是令我嘩然！好多人有藝術天份！我記得 DR KOT 講過左腦，右腦的概念，(其他輔導課程，個人成長科也有提過)。是否是時候開發你的另一面的腦葉，去把你在拉法其他 COURSE 或喜愛視覺藝術的人去嘗試比機會自己，開心，興奮，去做小朋友，放下防衛，(在課堂中根本沒得出防衛機制)！謝謝！不要埋沒你我才能，天份那怕你是病人，毫不起眼的學員！若要有缺點就是價錢貴左 D，希望可以減價比更多人去參與！這世上總有人會接納你，最大接納你的是做藝術，創造的神！

香港學員：

陳嘉敏



香港課程見證

組長見證分享

Carman Chiu

不知不覺在拉法帶組已有兩年了，在組長的群體中，我是年資最淺！但在這日子中，見證著組員的成長及突破，感到莫大的滿足感，作為一個同行者，當看到他們生命中所遇到的掙扎及痛苦，令我回想昔日自己在醫治過程中是如何的行過，如經上寫著「與哀哭的人同哭」，盼望自己能守護著他們渡過。同時為著我們這群能有勇氣去面對自己過去生命中的傷痕而感到驕傲，我們都是生命的戰士，見證著主的大能，終有日能破繭而出，變成一隻美麗的蝴蝶！



醫治之路——復和的恩典之路

學員：李文欣

耶和華是醫治我的神，是祂引領我踏上醫治之路，路程漫漫，但感謝祂與我同行，陪我走過其中一站：拉法基金會。神讓我.....對己有更深入的發現。神透過不同向度的課程和營會主題，讓我更明瞭自我觀和內在需要：自覺無價值，卻渴望被重視。過去為「重要感」而賣命；唸書時為表現自己而奮鬥就業時變成工作狂；戀愛時怕自己不重要，而陷入極度焦慮中；且發現在信仰上的努力也是為了證明自己的價值，以為要做得夠好，才獲得神的垂青。但原來在神接納的愛裡就能自覺重要。經歷彼此接納。每當面對自己的扭曲，都感到羞恥和難過，但得到組長組員誠懇的接納；她們專注的眼神、緊緊的擁抱、欣賞和同理之言都使我感到溫暖。坦然面對祂自己。神讓我發現「恐懼」成為我和祂之間的阻隔，恐懼裡藏著對祂的憤怒，但因怕神不接納，往往以過度的內疚來防衛，不去接觸和表達這深層感受。於是組長鼓勵我向神直言。我終對神說：「祢為何容讓我經歷羞恥？.....最傷害我的是祢！」神竟接納我的憤怒，還讓我體會祂的心情：當祂看見我受辱，原是忍受著的。這是神引領我踏上與己、與人、與神復和的恩典之路！我喜見自己與神建立真實的關係。



學員：

Janice Kan

很感恩讓我有機會參與到拉法的課程，接觸接法課程只有短短的一年時間，藉著退修營，讓我心裡得著很大的釋放，原來我心底一直壓抑多年的負面情緒，透過吶喊和自覺練習，把情緒打開及釋放出來，然後把我帶到耶穌面對，去經歷祂的光和安慰在自覺課程中，更讓我對自己有更深的感受，受著母親的影響，我是活在一個被批評環



境中長大，一直覺得自己有很多的缺欠，總不如別人也不懂得拒絕別人，甚至沒有自己底線，為的是渴望得到別人認同和接納，但換來的是心身破碎，滿是傷痕。頭腦上知道主耶穌是愛我，但總和祂有很大距離，不能真正感受到祂的愛，後來透過組長的幫助和帶領，讓我嘗試去接納和承認自己一些軟弱，不再和自己對立的時候，心裡有著莫大的釋放，最後經歷神的接納、安慰和醫治，使我能重新得力，感謝主讓用重新的眼光看自己，因著耶穌的一份愛，使我由一個破碎的人能得完全。在此感謝各組長，葛琳卡博士的辛勞及用心付出，見證著每一位同學生命改變，願神保守及祝福拉法的事工。

Level 3 學員：

CW

認識拉法源於兒子學校的社工。孩子的行為問題其實反映了親子相處的困難、父母不協調以至天天帶給兒童不適當的對話與經歷甚或創傷後遺感覺與情緒，影響至深。參加拉法基金會課程 1-3 及退修營是自我發現的開始，還須以理性 / 悟性提醒 / 鞭策自我，與弟兄姊妹一同扶持成長，才能從過往的情感傷痕中活過來，有健康的心理素質，與其他受傷的孩子與成人相處，碰撞就減少了，人也活得輕鬆自在，感謝天父，因為祂是耶和華拉法。

學員：

Alice Tsang

我因為工作上的問題在 2007 開始有嚴重和深層的焦慮驚恐。這些無法理解又揮之不去的巨大焦慮驚恐甚至對我的日常生活帶來很大的影響。經過數年不斷呼求神，神帶領我在 2011 參加葛博士在我教會主講的拉法初階課程。其後，神更不斷藉著拉法的三個階段的課程、退修營、2015 年的心理舞台劇和其他各項義工活動的參與（短宣和年會），組長組員義工相處上的互動，多方面幫助我認識明白自己情緒和思想行為模式及背後的成因我更了解和意識，這些情緒思想行為，如何成為我與神與人關係的障礙。我也在拉法課程中學習到如何更好的處理自己情緒和一些更合宜的表達方式，更有機會可以在拉法小組和義工參與上嘗試實踐所學。雖然今天我仍未完全走出焦慮和驚恐的問題，但看到自己向前邁進不少，有了很大的成長和更新，亦大大減少了以前和神之間的疏離感，覺得自己現在和神的關係更真摯和親近，亦更能感受和相信神同在，神愛我和接納我。感謝神不離棄我這個小信的人，更藉拉法修補我生命過去的重大創傷和讓我更清楚認識祂。也衷心多謝拉法，葛博士和各位組長對情緒困擾肢體所獻出的大量愛心、耐心和時間！

馬來西亞組員 自覺篇

譚永安

我上了醫治遍我學會怎樣出用身體的反應的能力，對自己說出一些信息而這信息告訴自己我的感應在體會下，為何會有如此的感受，我覺得很累因為我有很多事情我覺得都要處理的，而我都不理會讓自己變得更加不快樂這課程讓我將不想的事情說出來也許讓我想起以往我跟家人的感覺，自己身體的反應給我一點信息將來於身體的信息說出來在深呼吸在回到身體的反應會覺得減少或消失很有幫助可能我想的東西都不會正真的準確的，但是將身體的反應說出來和為甚麼有這個反應我很自然的說出感受和和一些信息都不會去思考說什麼了讓人覺得輕鬆很。每次都練習體驗身體的反應如果感覺跟痛苦的回憶我就用體驗耶穌或鐘擺的方法出消除痛苦的感覺還我從這醫治遍就能夠看到自己和耶穌關係和覺得不很會恐懼或孤獨寂寞的感覺容易睡覺這是我學到的東西真的對於我有幫助，謝謝 Jo 以及葛博士的課程一生的學習



義務北美學員見證

北美營運總監

Lucia Chan

我是全職工程師 / 項目主管，亦是義務北美營運總監！自從 2009 年葛博士初次在溫哥華舉辦拉法活動，至今已完成所有課程並積極參與義工團隊，及繼續參新的課程和退修營。

其實在我接觸拉法之前，我已經對心理健康及輔導資訊都很有興趣。所以我由 2008 年從美國三藩市移民至溫哥華後，參加了不同機構的心理健康講座，更接受了中僑基金會的“中文心理熱線”培訓，及完成了中信中心的“助人自助輔導課程”。

我對拉法異象很有負擔，因為自己得益良多，願意成為合作夥伴，由 2014 年開始作為北美營運總監。統籌北美事工非常繁瑣及耗時，這包括：計劃全年的課程及退修營，安排葛博士及組長團隊飛到其他城市的行程及住宿，安排葛博士跟課程學員的視像會議，聯絡營地及安排退修營，聘請同工，準備財務報告，管理各城市的收入和支出，處理費用報銷及學員資助文件，辦理非牟利機構手續，翻譯課程和退修營的工作紙，與香港拉法事工協調，評閱文件及改善運作程序，處理辦公室及行政事務，產品銷售，事工推廣。

幸好半職同工 Easter 跟我的工作關係非常合拍！在行政和帳目簿記上都幫輕了很多。現在每一個城市都有一個綜合學員名單，在計劃課程時可以一目了然。

在這 8 年內，拉法在 4 個北美城市參加的總人數有差不多 800 個學員。全靠我們所建立及造就的義工團隊，所以我是極力推薦去設立義工獎勵計劃的！我現在經常聯繫的大概有 20 位義工們，藉著每個城市有不同的架構和聯絡人：

1. 溫哥華 - 除了同工 Easter 外，我們還有一些偶然可以幫忙的義工，例如去聯絡課程學員，存款，年終簿記，更改文件，電郵發件等；所以非常缺少義工！

2. 美國三藩市 - 2015 年開始舉辦課程及退修營；因著灣區面積很廣，我們的義工團隊主要分為 4 個地區 - 東灣的 Alameda, Castro Valley & Danville，及南灣的 Sunnyvale 課程聯絡人。此外，還有禱告團隊聯絡人和產品銷售聯絡人（將要離任）；San Francisco & San Mateo 也有些課程 / 講座需要義工去協助，及推廣事工和安排退修營。

3. 多倫多 - 2016 年開始舉辦課程，由頌主播道會的行政助理們幫助所有安排。由 2017 年一月初剛建立新的義工團隊，包括總聯絡人，課程聯絡人，事工推廣聯絡人，產品銷售聯絡人，電腦技術支援等。所以需要更多造就和支持他們。

4. 愛民頓 - 開始了好幾年，現在的義工團隊有國語課程聯絡人，粵語課程及產品銷售聯絡人，退修營聯絡人，處理財政及文件負責人，存款人，電郵發件負責人等。團隊在分工合作上，需要更加協調和合一。

其實參與事奉的過程中一定有苦與甜的，但這也是促使生命改變和成長的最有效方法！我相信是神呼召我來服侍這些情緒困擾者，同時學習人際關係之道。每天要處理的事情很多，因為要求高，需要效率快，所以我亦需要不斷提升自己的潛能去應付挑戰！

我深知道服侍對象是受傷的群體，所以對他們需要有足夠的耐性和同情心，但他們的優柔寡斷狀態，令行政安排上非常艱難和加添不少壓力，有時更會令我感到厭煩！也許這是反映他們的不安全、擔心、緊張吧！

自己都是未受過專業輔導訓練，所以處理事宜時，也有機會觸發一些情緒。但是，當我看到學員在課程或退修營後的生命成長和明顯改變；這便加添我事奉的動力。我更感謝葛博士及組長們的愛心，不弛勞苦及廢寢忘餐

地幫助那些情緒困擾的學員。

拉法課程讓我了解到自己是個極“弱的我”，與人相處時，很怕破壞關係，所以不懂得設立界線。神亦藉著拉法事奉，要我學習跟極“壞的我”相處和緊密合作，並表達自己的需要。每星期跟葛博士對話好幾次，除了跟進不同事項，藉著互相磨合去更加了解對方的處事模式和個性。拉法要我們真實地面對自己，有時無意間會觸發到對方的傷口，或投射過去的傷害到對方。但神不斷給我們機會從錯誤中去學習改善，讓我們彼此在愛中包容和接納缺點。每當我們有意見分歧或誤解時，我們都會“激烈討論”，但處理衝突後，讓我們的親密關係更深化，雖然過程十分痛苦！最終能建立友誼和感受到了不棄的愛。幸好她每次來北



溫哥華同工

Easter

大家好！我是 Easter，上年十月開始成為溫哥華拉法的同工，在之前我也是拉法學員，差不多已經完成所有 Level 3 課程。起初因為未習慣及人手短缺感到有一定的壓力，幸好有 Lucia 的耐心提點，讓我較快可以適應拉法的運作，與她能夠合作順利。我喜歡這份事工讓我接觸到不同的拉法學員，並且讓我親身經歷到神的作為。



有好幾次當我們擔心課程及退修營在截止日期前幾天也沒有收到足夠人數報名正在焦急之際，神又會很奇妙地引導學員參與，讓課程及退修營能夠如常舉行，令學員能夠經歷祂的醫治。我十分感恩主帶領我成為拉法的同工，能夠讓我親身體驗到神對拉法事工的大大祝福，並且要我在拉法的服侍裏繼續成長！這幾年透過拉法的幫助，我學習如何看待自己和與他人相處方面取得了一些進步。我過去非常獨立，自以為是一個優點，很多事情都是寧願自己處理，不會需要其他人的幫助。參加拉法後，我才意識到我實際上很害怕與人建立親密的關係，我不太相信別人，甚至是我至親密的朋友。

Level 3 課程透過工作紙和小組討論，我開始習慣越來越多分享自己的過去和感受，我們談論了我們的成長，家人，信仰等等，我漸漸了解到今天我對別人及天父的不信任，是因為我對父母失望的投射，特別是我的父親。

我之前並沒有意識到我父親的 OCD 已經對我影響深遠，原來他的羞恥已成為我的羞恥，我的防衛機制根本不想接受他有這個精神病。透過課程和退修營，幫助我識別及表達我對父親隱藏的情緒，其中在一次自覺的練習過程中，我的右手不自覺地開始發抖，及後我的整個身體也跟著有很大的搖晃，需要組長 Selina 引導我認知及釋放這些對父親的憤怒及悲傷。

拉法對我真的很大幫助，因為在這次回港探望我父母的時候，當父親的 OCD 令他說出一些傷害性的說話，或做出一些傷害性的行為，我的憤怒不再像以前不由自主地爆發，我能夠很快控制到我的情緒，是因為我慢慢能夠接納我父親這個精神病。現在我仍然在學習如何修復我與父母的關係，表達我對他們的關心，嘗試更多的信任我的朋友。天父透過拉法讓我生命獲得醫治，所以當他們招聘一位擁有行政經驗的同工，主讓我在祈禱裡知道這是祂的帶領，要我在拉法的服侍裏繼續成長。在結束前，我要感謝我的小組成員特別是我的組長 Selina 在這幾年的支持和鼓勵，有您們的同行是我的福氣！

北美學員見證

「突破轄制，擁抱豐盛生命」加拿大學員分享：Janet Ng

在過往三年，我有機會完成了拉法舉辦的三個階段的課程及多次的退修營。得着很以下分享幾項特別的得著，把讚美和榮耀歸於天父。

1. 認識真我：

原來我不真正認識自己，從小以為少說話就是乖孩子，也不敢表達自己的內心世界。不經不覺累積了很多怨恨，恐懼、自悲、過度憂慮，怕被拒絕，甚至落入抑鬱境界。成長過程中還一直被外在的人、物件或自己所謂的能力控制。有人會認為拉法挑起學員的積怨，但我相反會感謝神差派拉法作為一個流通的管子，讓我認知自己的負面情緒，慢慢開放自己被神醫治，面對真的我。

2. 認罪悔改：

通過拉法課程，深深發覺到我的「恐懼」、「埋怨」、「自以為是」一直轄制著自己，亦是種種的罪難阻自己直達到主的跟前。也察覺到自己沒有真正把主權交給天父，有真正順從聖靈，而是用自己的方法去過活。但神是信實，一直等我回轉，我求神饒恕我的過犯，教我寬恕得罪我的人，更勇敢地向自己得罪過的人去認錯求寬恕。感謝神讓拉法藉著祂的話語，靠著聖靈的大能，加上心理學的輔導，使我及其他學員得到莫大的幫助、支持和正面的改變。當我懂得開放自己，讓聖靈進入我的內心，我真實地感受到天父的雙手擁抱著我，叫我不再懼怕，因祂與我同在。你們所受的，不是奴僕的心，仍舊害怕；所受的，乃是兒子的心，因此我們呼叫：「阿爸！父！」（羅馬書 8:15）

3. 神的愛被彰顯：

無論在課程或營會，我深深感受到葛博士及一班組長對我們無私的愛。好多時候他們用額外的時間幫助我們，去了解我們的轄制，一起吶喊，學習自覺篇，不批評地聆聽我們的故事，藉著心理劇，讓我們深層的鬱結得以釋放。

感謝神讓拉法作為一個平台，給我們一個安全的環境去表達情緒，更讓我們經歷上帝的愛與同在，學習愛自己，更以祂的愛去愛別人。

耶和華啊你已經鑒察我認識我我坐下我起來你都曉得；你從遠處知道我的意念。（詩篇 139:1, 2）

4. 屬靈生命成長 - 全是恩典：

神給我尊貴的名份、價值，不再追求別人的肯定為目標

不再依靠關係或環境來滿足自己或所期望的安全感，這是神藉著拉法給我一個非常寶貴的屬靈功課。

我之前並沒有意識到我父親的 OCD 已經對我影響深遠，原來他的羞恥已成為我的羞恥，我的防衛機制根本不想接受他有這個精神病。透過課程和退修營，幫助我識別及表達我對父親隱藏的情緒，其中在一次自覺的練習過程中，我的右手不自覺地開始發抖，及後我的整個身體也跟著有很大的搖晃，需要組長 Selina 引導我認知及釋放這些對父親的憤怒及悲傷。

拉法對我真的很大幫助，因為在這次回港探望我父母的時候，當父親的 OCD 令他說出一些傷害性的說話，或做出一些傷害性的行為，我的憤怒不再像以前不由自主地爆發，我能夠很快控制到我的情緒，是因為我慢慢能夠接納我父親這個精神病。

現在我仍然在學習如何修復我與父母的關係，表達我對他們的關心，嘗試更多的信任我的朋友。天父透過拉法讓我生命獲得醫治，所以當他們招聘一位擁有行政經驗的同工，主讓我在祈禱裡知道這是祂的帶領，要我在拉法的服侍裏繼續成長。在結束前，我要感謝我的小組成員特別是我的組長 Selina 在這幾年的支持和鼓勵，有您們的同行是我的福氣！

溫哥華學員

Lily Tse

回想最初接觸拉法的課程是 2009 年，課程中勾起很多成長中的不愉快經歷，牽動了我的情緒，令我放棄了繼續學習。至 2015 年，神再次帶我到拉法的營會，藉著吶喊和 focusing 釋放自己的情緒，組長鼓勵我繼續參加課程，課程中組員們都坦誠分享，我亦逐步開放自己，明白到成長中的經歷令自己內心充滿著恐懼，不敢表達自己真正的感受，以致承受了很大壓力，其後在另一次營會中，藉著演出心理劇，我因代入了角色，將我真實的情緒發洩了出來，人變得輕鬆了，感謝神藉這經歷醫治了我，令我能更坦誠面對自己的傷痛和向神傾心吐意的呼求，也感謝拉法的各位導師愛心的服侍，我會繼續努力學習認識自己及勇敢表達自己真正的感受。

溫哥華學員

Cenny Lau

我是拉法學 Cenny Lau，在過去二十六年我曾有三次嚴重抑屈，一次比一次嚴重。最後一次在二〇〇六年，差點兒自殺，感謝神，值著教會姊妹的關心和食藥得到醫治得到療愈。到二〇〇九年第一次參加拉法課程 level 1，

課堂中值著畫畫認識自己不同的情緒，在過去經歷的事件中體驗神，明白到我憂慮的情緒是源於自己的成長過程，亦正嚴重的影響到現在的我。

Focusing 更對我有很大幫助，原來有時候身體的痛症如頭痛、肩膀痛等都是來自情緒的反應，當我明白到自己憂慮的情緒時，我能夠接納自己的情緒，痛症便開始減少，甚至消失，這給我一種很奇妙的感覺，這課程教懂我如何誠實面對自己的內心世界，要處理自己的情緒而不是逃避，我開始逐步認識真正的自己，面對自己深層的內心是絕對不容易，過程中有痛苦，有眼淚。雖然我未能做得很好，但最少我知道我朝着這方向要繼續認識自己，盼望將來可活出一個真正的我！

三藩市學員

Katherine

這課程我期待已久，足足等了兩年多。雖然第一次參加小組，但對拉法基金一點都不陌生。兩年前我回港時，在基道書樓買了情緒四重奏、曠野之旅、生命更新的醫治，知道這課程只限於香港，所以禱告求主讓拉法基金在灣區開課程。兩年後，終於夢想成真，在 Alameda 參加自覺篇小組，得著很大：第一課讓我不再去阻擋自己內在的感受，接納自己情緒，最重要的是讓我找到自我調節資源 (slide 26)，找到安全地帶。從中也知道「弱」的我 (slide 50)，和我的自我防衛模式 (slide 53)。

三藩市學員

Edna

箴言 17 章 3 節：鼎為煉銀，爐為煉金；惟有耶和華熬煉人心。從 2015 的拉法課程中，使我過去好多創傷都漂浮出來了！雖然，開始時好辛苦！但當每一課程完了，又輕鬆一點！

感恩神的帶領，使我有機會上拉法課程、從而慢慢得醫治！令我漸漸更親近神！人生就是金句那樣！耶和華神在熬煉我的心。



2017 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	課程	香港、馬來西亞及澳門 課程 / 地點	加拿大密集 課程 / 地點	美國三藩市密集 課程 / 地點
1-4 月	101	灣仔辦公室	恩福浸信會, 溫哥華辦公室, 頌主播道會	Alameda, CA
	111	灣仔辦公室		Sunnyvale, CA
	112	灣仔辦公室		
	114	新蒲崗勤達中心		
	201	灣仔辦公室, 念恩堂, 以琳堂		
	302		頌主播道會	Alameda, CA
	311	灣仔辦公室		Alameda, CA
	312	灣仔辦公室		
	323	澳門中國信徒佈道會		Sunnyvale, CA;
5-8 月	101	灣仔辦公室, 八打靈神召會		Milpitas, CA
	101	灣仔辦公室		
	111	灣仔辦公室	溫哥華辦公室	
	112	灣仔辦公室	溫哥華辦公室	
	114	新蒲崗勤達中心		
	201	灣仔辦公室		
	303		溫哥華辦公室	
	311	灣仔辦公室		
	312	灣仔辦公室		
	321	灣仔辦公室		Danville, CA;
	322	灣仔辦公室		
9-12 月	101	灣仔辦公室	頌主播道會, 溫	Alameda, CA
	111	灣仔辦公室	頌主播道會	
	112	灣仔辦公室	溫哥華辦公室	
	114	新蒲崗勤達中心		
	202	灣仔辦公室		
	301		頌主播道會	
	303		頌主播道會	
	312			Alameda, CA
	323	灣仔辦公室		
	331	灣仔辦公室	溫哥華辦公室	

II. 整全心靈醫治退修營

香港	1 月	「與父愛連結」心理劇退修營
		「連繫生命的復甦—自覺篇」退修營
		「與神同邁進 2017」退修營
	8 月	「與自己和好」退修營
		「與自己和好」心理劇退修營
		「喚醒與神阻隔的心靈 -- 醫治篇」退修營
11 月	「化解人際關係閉塞之迷」退修營	
	「化解人際關係閉塞之迷」心理劇退修營	
	「連繫生命的復甦—自覺篇」退修營	
澳門	5 月	「與父愛連結」心理劇退修營
		「連繫生命的復甦—自覺篇」退修營
加拿大溫哥華	3 月	「與上帝同行心貼心」退修營
		「同行心貼心」心理劇退修營
加拿大愛民頓	4 月	「與父愛連結」心理劇退修營
		「連繫生命的復甦—自覺篇」退修營
美國三藩市	10 月	「與父愛連結」心理劇退修營
		「連繫生命的復甦—自覺篇」退修營



2017 年事工展望

III. 支持不同教會 / 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	講員
1 月 22 日	香港	深水埗崇真堂	做個身心健康的爸媽	葛琳卡博士
3 月 22 日	三藩市	Crosspoint Church	如何從情緒角度管教孩子 - 改善親子關係並增進孩子 EQ(粵語)	葛琳卡博士
3 月 22 日	三藩市	角聲護家中心	如何從情緒角度管教孩子 - 改善親子關係並增進孩子 EQ(國語)	葛琳卡博士
3 月 22 日	三藩市	Crosspoint Church	原身家庭如何影響個人的情緒與行為	葛琳卡博士
3 月 23 日	三藩市	角聲護家中心	性格與情緒 (國語)	葛琳卡博士
3 月 31 日	多倫多	華人基督教會	情緒管理與壓力舒緩	葛琳卡博士
4 月 1 日	多倫多	士嘉堡華人浸信會	了解孩子的情緒	葛琳卡博士
4 月 1 日	多倫多	頌主播道會	一起來聊抑鬱症	葛琳卡博士
4 月 5 日	多倫多	頤康中心	如何處理負面情緒	葛琳卡博士
7 月 23 日	香港	中華完備救恩會大埔堂	愛與恕	葛琳卡博士

IV. 心靈醫治講座

日期	主題
6 月 4 日	父親節講座《聽聽爸爸心底話》

V. 心靈醫治敬拜晚會

日期	主題
1 月 21 日	潔淨我心
4 月 22 日	待定
7 月	待定
12 月	待定

VI. 短宣

日期	地點
5 月	巴黎短宣
7 月	馬來西亞短宣

詳情請留意本會網站：<http://www.raphahk.org>

講員：
葛琳卡博士

臨床心理學博士及靈修神學碩士
美國加州婚姻及家庭治療師
加拿大卑詩省註冊心理學家
香港心理學會註冊心理學家

了解孩子的情緒

講座內容涵蓋：

- 原始性情緒與輔助性情緒
- 管制與管教
- 父母如何面對及克服自己對失敗的恐懼
- 情緒四重奏·生命中的喜怒哀樂

時間：四月一日（星期六）晚六点至九点
地點：士嘉堡華人浸信會 (Room 170)
3223 Kennedy Road, Scarborough, ON
電話：416-297-8011
語言：國語

Rapha Foundation
拉法基金會

情緒管理系列工作坊

拉法基金會 主辦

如何從情緒角度管教孩子
- 改善親子關係並增進孩子EQ

日期：2017年3月22日(星期三)
時間：早上10:00-12:00
地點：角聲護家中心
39155 Liberty St, D450, Fremont
語言：國語主講

原身家庭如何影響個人的情緒與行為
- 以職場和婚姻家庭為例

日期：2017年3月22日(星期三)
時間：晚上7:30-9:30
地點：匯點教會
658 Gibraltar Ct, Milpitas
語言：粵語主講

日期：2017年3月23日(星期四)
時間：早上9:30-11:30
地點：匯點教會
658 Gibraltar Ct, Milpitas
語言：粵語主講

講員：葛琳卡博士

查詢：510-586-8198

費用全免 自由奉獻
無須報名 歡迎赴會

於美國修畢臨床心理學博士學位，是美國加州的註冊婚姻及家庭治療師，加拿大卑詩省/香港註冊心理學家，以兒童、青少年及成人為主要服務對象，範疇涉及抑鬱、焦慮、分離、婚姻衝突、家庭問題及信仰問題困擾等。葛博士又完成了專業證書課程 (EMDR)，在處理心理創傷、恐懼、性侵犯及焦慮等個案上更見效果。葛琳卡博士致力舉辦不同的專業心理治療講座，培訓更多專業心理輔導她撰寫了三本有關情緒的書籍，亦為「拉法基金會」的創辦人兼義務導師，致力服務有情緒困擾的朋友，提供專業輔導/治療的資助及情緒課程。

感恩及代禱事項

I. 香港課程及事工感恩事項：

1. 感恩 2016 年拉法加入了表達藝術治療新課程，能為拉法課程增添更多新元素，學員能以不同的藝術表達，透過小組彼此互動、角色扮演、繪畫等等.....讓學員們心靈能得著釋放和更多幫助，感謝藝術治療導師 Ash Ng(吳潤康)在 2017 年再為拉法開辦藝術治療課程，學員們也回應這課程是很值得推介給大家的。
2. 感謝主在資源有限，收生未如理想的情況下，祝福 2017 年 1-3 月有些課程能開班，感謝這些日子一同付出的同工、組長、義工和一直支持拉法的學員們，我們需要你們的參與，繼續代禱支持，相信神是信實的，祂必有預備和供應。
3. 感恩 2016 年事工部同事因為結婚並移民，因此事工部同工產生空缺，最後，神為拉法預備了合適的同工，幫助我們順利過渡年會各個大型講座、工作坊及佈道會活動。
4. 感謝主 2016 年年尾又為我們帶來了充滿熱誠的同工 Patrick，為我們籌備十週年活動。

代禱事項：

1. 2016 年香港課程，因著外間對拉法不正確的謠言，今年收生情況是未如理想，有些課程因收生不足而需要取消，但開辦課程，仍然是本會的重點工作，在資源有限人手不足的情況下，實在需要主呼召有心有力有能的人投身拉法事工服侍，也求主為我們預備場地、合辦會，組長、義工及參加的學員。求神在新一年祝福拉法，使課程能按著祂的心意繼續發展，能讓更多心靈有需要得醫治的人得著更多的幫助，求主祝福拉法的事工，渴望每一個願成長的生命能更得著突破。
2. 求主繼續紀念 2017 年的課程，求主帶領課程重組後的「自覺篇」、「醫治篇」、「表達篇」及「201」、「301」、「302」、「303」、「311」、「312」、「321」、「322」、「323」、「331」已推出，求主繼續帶領新課程的預備和推出。
3. 求主繼續紀念同工們的身心靈健康，在家庭與工作的壓力下能得著平靜安穩，並在事奉中與主同心同工，能平衡工作、家庭、教會等等的需要。求主加同工們有充足的智慧和心力、能力跟進各項瑣務。亦請紀念組長們的辛勞，願組長們在工作中和這事奉中靠主得力。
4. 為本會製作「十週年特刊」禱告，當中需要邀請相關機構伙伴為拉法致辭或祝福，也需要不同地區的拉法學員為拉法課程或退修營，短宣旅程撰寫感恩見證，期望將主耶穌十字架醫治的大能透過眾人的生命，將福音廣傳，生命影響生命！

感恩及代禱事項

5. 為十週年感恩祭禱告，我們誠邀所有拉法舊學員一同出席，共證拉法事工在神的帶領下，經過多少過高低起跌，嘗過多少苦與樂！為當天慶典一切安排禱告，求主感動各位拉法學員，義工一同在神面前邀上感恩的祭！
6. 為到十週年慶典，我們正籌備拍攝一齣微電影，題材是關於情緒病人的內心世界及復康之路。感恩有支持者奉獻拍攝微電影的資金，及介紹有相關經驗的導演給拉法，我們渴望為主呈獻這齣微電影，祝福更多有需要的人。
7. 為本會籌備 2017 年年會事宜禱告，期盼年會主題能回應現今社會的需要和訴求，從情緒的角度解構現代人心中的疑難，再用信仰作為出路，將心靈醫治帶進社群。
8. 求主為拉法預備年會的講員、協辦機構及舉辦大型講座，工作坊及佈道會的場地。此外，每年年會均需要大量義工協助，包括：敬拜隊，搬運物資，擺設書攤及招待的服事。
9. 今年十一月舉辦籌款晚會，需要代禱支持，求神感動不同的學員能夠把生活中所經歷的醫治，透過不同方式去表達所學習情緒的功課，分享給參加的朋友，也求差派合適的義工幫忙策劃及推動，讓更多社會人士認識情緒的重要性！
10. 記念灣仔辦公室地方不敷應用，需物識新的辦公室。

II, 北美課程及事工感恩事項

1. 2016 年於溫哥華 / 愛民頓 / 多倫多 / 三藩市 舉辦的 9 個講座 (大約 215 人)，31 個課程 (280 人) 及退修營 (93 人) 已順利完成。感謝主親自醫治及安慰了他們的傷痛，願更多弟兄姊妹得到祝福，數算主恩！
2. 雖然我們的半職同工 Jodie 工作了短短 6 個月，她已經幫助了很多行政事務。幸好 Easter 姊妹亦於 10 月上任，跟 Jodie 姊妹的離任交接順利，亦能與 Lucia 合作無間。
3. 感謝義工捐贈文件櫃，讓我們可以有一個集中的位置去更有系統地處理文件。
4. 多倫多在 2017 年 1 月初開始建立了一個義工團隊。

北美課程及事工需要

1. 葛博士及組長團隊 - 往返亞洲及北美城市的行程預備和安排；求主保守她們身體及心靈上的需要。
2. 組長的需求 - 北美嚴重缺乏組長，求主預備有心有力的組長，願意委身服侍受傷的羊群加入團隊。記念各組長們在開課時和旅程中有健康和能力。
3. 義工 - 人手非常短缺，沒法滿足及回應每個事工上的需要；例如課程聯絡人，退修營籌委會，財務 / 會計，事工推廣，行政助理，電腦專家，翻譯等。Lucia 義務運營總監在拓展及統籌北美事工及建立義工團隊上需要許多支持。希望神能夠興起更多有同一異象，有心事奉的弟兄姊妹成為團隊的一份子。葛博士在 2016 年 11 月在溫哥華舉行了感謝義工晚餐，並頒發證書，有 20 個義工及組長參加。
4. 學員 - 求主繼續堅定學員的信心，並於日常生活中靈巧地應用拉法所學習的技巧，讓他們得到適切的造就，也與上帝建立更親密的關係；亦期望每位學員能夠得著靈裡的復興，並且願意打開受傷的傷口而得著醫治。
5. 退修營安排 - 籌備工作經常遇到困難，因為很多參加者總是最後一兩星期才提交報名表！令義工在安排房間 / 乘客接送小組等工作，及跟營地確定人數上加添額外的壓力。
6. 課程安排 - 籌備工作遇到困難，求主祝福一切在行政和時間上的安排與預備工作，包括組長及學員。
7. 合作夥伴 - 求主在每一個城市都能興起有當地的義工 / 組長 / 教會，協助推廣課程，以致彼此支援有需要，被情緒困擾的弟兄姊妹。
8. 非牟利機構 - 加拿大稅局會平穩通過拉法基金作慈善機構的稅務申請，讓樂意奉獻支持拉法事工的肢體可以得到退稅的收據。

北美事工發展

1. 葛博士及組長團隊將於 3 月及 10 月在溫哥華 / 愛民頓 / 多倫多 / 三藩市幾個城市舉辦課程 / 講座 / 退修營。求神預備學員的心並繼續作醫治工作，及為團隊預備住宿需要。
2. 溫哥華 - 2017 年將舉辦 10 個課程及幾個公開講座，並在 3 月及 10 月舉辦退修營。溫哥華特別缺乏義工，除了統籌 4 個城市的課程和退修營，Lucia & Easter 還需要處理很多日常事務及與香港拉法聯繫。
3. 多倫多 - 2017 年將舉辦 8 個課程，並在 4 月及 10 月將舉辦幾個公開講座。
4. 愛民頓 - 2017 年將舉辦 2 個課程，並在 4 月將舉辦退修營。
5. 三藩市 - 2017 年將舉辦 10 個課程及幾個公開講座，並在 10 月舉辦退修營。
6. 加拿大稅局會平穩通過拉法基金作慈善機構的稅務申請

III. 馬來西亞感恩事項：

1. 感恩神預備一些被感動的學生，幫忙讓馬來西亞的課程可以舉辦
2. 感恩主也預備一個房間可以讓課程繼續延辦
3. 感恩主讓課程可以得到妥善的安排和順利地進行。
4. 感恩義工團隊中的每一位隊員的熱心與行動，讓每一個課程能夠受益更多的弟兄姊妹。
5. 感恩天父的供應與祝福，讓我們不至缺乏，祂按祂的時候加添與供應給我們。

代禱事項

1. 為義工的身體和家庭的需要禱告求主保守身體及家庭安康
2. 為主看顧馬來西亞的經濟和貨幣不再持續下跌，讓更多有需要的學生可以報讀課程
3. 為馬來西亞這個國家的領袖們禱告，希望國家可以有進步和繁榮。
4. 為馬來西亞的平安與治安代禱，希望國民能夠有平安的日子，遠離一切的災害。
5. 為拉法馬來西亞的義工團隊有身體不適和軟弱的肢體禱告，求神的保守與醫治。

整全心靈醫治系列 課程架構

第一階段：Level 1 - 情緒四重奏

- 101 自覺篇
- 111 醫治篇 * (必須先修讀 101)
- 112 表達篇 * (必須先修讀 101 及 111)
- 102 創傷篇 * (必須先修讀 101 及 111)
- 113 衝突篇 * (必須先修讀 101 及 111)
- 114 表達藝術治療



第二階段：Level 2 - 曠野之旅 * (如要修讀此科，必先修讀 101 及 111)

- 201 信心篇
- 202 等候篇
- 203 疑惑篇
- 204 倚靠篇
- 205 實踐篇 (必先修讀 202 · 203 · 204)
- 206 苦難篇
- 207 奉獻篇 * (必先修讀 205 及 206)

第三階段：Level 3 * (如要修讀此科，必先修讀 101 及 111)

- 301 我是誰 - 我的形象、情緒、性格 (即 3A1)
- 302 我是誰 - 我的性別、身體、身份 (即 3A1)
- 303 我是誰 - 我的愛的語言 (即 3A1)、心、夢、總結 (即 3A2)
- 311 我的屬靈生命 - 回顧我與神的關係、靈界的接觸、屬靈的家 (即 3A2)
- 312 我的屬靈生命 - 天父與我、耶穌與我、聖靈與我、總結 (即 3A2)
- 321 過去的我 - 我的前半生、原生家庭、家庭圖 (即 3B1)
- 322 過去的我 - 母腹的我、嬰孩的我、幼兒的我、孩童的我 (即 3B1) 必須先修讀 321)
- 323 過去的我 - 少年的我 (即 3B1)、青年的我、成年的我、總結 (即 3B2) (必須先修讀 322)
- 331 將來的我 - 壯年的我、老年的我、真正的我、總結 (即 3B2)

2016 年新產品推介



- 和諧家庭系列
- 暴風青少年 (粵語)
- 盡解三代情結 (國語)
- 三代人怎樣從衝突到和諧 (國語)
- 夫妻關係對子女成長的影響 (國語)
- 父母身心健康與子女心理健康 (國語)

歡迎聯絡我們：

www.raphahk.org

Facebook: 拉法基金會

拉法基金會
香港總部辦公室 (負責東南亞及歐州事工)

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

Tel: 852-2600-4288
Whatsapp 852-6731-5014
FAX: 852-3520-4747
info@raphahk.org

巴黎電郵：
parisrapha@gmail.com

馬來西亞吉隆坡
60-18-233-0733
malaysia.rapha@gmail.com

馬來西亞 - 拉法合作夥伴
怡保華人基督教衛理公會
60 05-241 7909
ipohcmc@yahoo.com

澳門 - 拉法合作夥伴
澳門中國信徒佈道會
853-2835 3306
cmmacau@macau.ctm.net

使命宣言
我們被呼召，去尋找受傷的羊，
與他們一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。



拉法拉法加拿大基督教發展中心
Rapha Christian Development
(Canada) Association
溫哥華辦公室 (負責全北美事工)

200-8877 Odlin Cr escent,
Richmond, B.C. V6X 3Z7
Canada
(604) 700-8883
canadarapha1@gmail.com

愛民頓電郵：
rapha.alberta@gmail.com

多倫多電郵：
tr2017rapha@gmail.com

美國三藩市電郵：
sf2016rapha@gmail.com

