



拉法基金會
RAPHHA Foundation

通訊

2010年3月 (第一期)

電話：2600 4288
傳真：3520 4747
電郵：info@raphahk.org
網址：www.raphahk.org
門市：香港銅鑼灣紀利佐治街一號
金百利中心十七樓1703室
辦公室：香港灣仔譚臣道 5-11號
信邦商業大廈 7樓A室

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。

親愛的弟兄姊妹：

多謝你們的支持和代禱，拉法基金會能繼續服侍教會去幫助有情緒困擾的弟兄姊妹，不只在香港，更有機會去到四川、澳門及溫哥華服侍當地的需要。回望2009年，實在是非常感恩！雖然有金融海嘯的危機，卻給予我們更多機會去服侍情緒受影響的弟兄姊妹，盼望此危機也成為他們生命的轉機，更明白自己的情緒問題，學習更倚靠神的幫助去克服心中的惶恐和憂慮。2009年，我們從一個250呎的房間搬去1000呎的地方，擁有自己聚會的地點，舉行祈禱會、講座及小組，使我們的事工更容易發展，人手也增至兩個半同工，從一個混亂的組織漸漸踏上軌道，同工人手及行政架構也開始穩定下來，這都是我們心中充滿感恩的見證，神的恩典和信實由起初到現在，是充充足足的！

去年暑假，我們嘗試開辦<Level I情緒四重奏>青年版，共有二十多位同學參加，看到他們的真情流露，分享他們內心的心聲，實在非常感動！有一位家長於會後分享，表達說雖然他當晚尚未吃晚飯，但仍然十分值得，因為平日聽他的兒子表達，不以為然，不認為是甚麼問題，但當他聽到二十多個聲音重覆表達相同的信息，他感到很震撼和有新的啟示。我們的一群組長及義工在整個過程中看到，平時很cool的年青人，可以打開心門分享，整個地板鋪滿了抹完淚水的紙巾，聖靈的工作在他們心裏自由的運作，實在感到非常雀躍！由於很多家庭在今年農曆年假期外遊，所以農曆年Level I青年版被迫取消，希望暑期能夠再次舉辦，邀請父母一起參加，讓兩代有彼此溝通的機會，並盼望這課程能夠在香港及溫哥華舉行。同時我們也計劃出版青少年漫畫，請為青少年的事工禱告，求神藉這本漫畫及課程將福音帶到他們當中。

我們盼望今年可以出版<Level I情緒四重奏>的簡易版，也希望藉著此書，可以將<Level I情緒四重奏>課程介紹給非信徒群體，他們認識神及經歷神的醫治，請為此福音事工代禱。



回顧2009年 創造2010年

是次通訊與大家報告2009年的事工及分享2010年的事工計劃，以下是先簡介我們的需要：

1. 人力資源：去年12月27日祈禱會的信息是「安息」，也很感受到這也是神對我說的話，過去兩年以來，我除了帶領不同的聚會和訓練，幫助弟兄姊妹在情緒的有所學習外，在行政工作上的責任也是非常繁重，令我感到目前兩個半同工是未能承擔目前的事工需要，並且預計未來的事工仍然不斷地積極地發展，故增聘人手協助拓展是我們積極考慮的方向，也是跨出信心的一步，相信神必供應我們的需要，新的同工已於今年2月22日開始工作，請繼續支持以及為我們每個月7.5萬元的開支代禱。
2. 財務預算：感謝有數位義工積極的參與，2008年度的財政報告已完成，也開始整理2009年的會計報告，從簡略的計算中，按上年度的收入將不足夠應付今年預計的88.8萬元支出，希望繼續為此代禱。
3. 小組地方：在過往與教會合作的經驗中，發現課程中的小組，在房間使用上會令教會帶來不便，一方面因為一星期內太多個晚上均有小組，另一方面，有時小組完結的時間亦有所延遲。Level III課程將會有12次的小組

時間，橫跨六個月，也是佔用了教會很多時間。基金在考慮解決方案，除了盡量安排小組於基金舉行外，也盼望可以在九龍區(油尖旺)找到一個小組房間，以便安排小組的使用。請為尋求地方禱告，也請轉達我們的需要給合適的弟兄姊妹。

4. 網上報名：目前網頁管理是由一位義工負責，由於資料太多，並且更新頻密，因此，需要增加義工的援助，幫助更新網頁的資料。另外，也急需資料管理、網上資料庫設計、網上購物及課程報名的功能，請為此代禱，需要更多IT義工的支援。

我們相信這個異象，是神給與我們，所以如沒有你的支持和代禱，我們是不足夠的，懇請你成為我們的伙伴，與我們一起經歷神的恩典！

葛琳卡 謹上
拉法基金會義務總幹事

2009年 事工報告

I. 已舉辦之<整全心靈醫治系列>課程及參加人數：

- 香港
 - Level I: 成人(合辦教會)
 - 2009/01 旺角浸信會
 - 2009/01 基督教香港信義會元朗生命堂
 - 2009/02 中國神學研究院
 - 2009/04 「新造的人」
 - 2009/06 基督教香港信義會元朗生命堂、基督教香港信義會元光堂
 - 2009/06 基督徒福音堂(協辦)
 - 2009/09 基督教會活石堂
 - 2009/09 宣道會屯門堂
 - Level I: 青少年
 - 2009/07 基督福音堂(主愛堂)「青少年密集課程」
 - Level I: 教牧同工
 - 2009/08 「教牧同工密集課程」
 - 2009/11 「輕輕鬆鬆情緒四重奏活學活用」
 - Level II
 - 2009/09 基督教會鵬山堂
 - Level IIIA
 - 2009/03 旺角浸信會
- Level I 課程參加人數：455人
Level II 課程參加人數：47人
Level IIIA 課程參加人數：143人
課程資助的人數及費用：213人 (HK\$ 61,470)



- 澳門
 - Level I:
 - 2009/01 基督教宣道會澳門聯會
 - 四川
 - Level I:
 - 2009/04 「四川災後心靈重建課程」
 - 2009/08 「四川災後心靈重建課程」
 - 溫哥華
 - Level I:
 - 2009/03 加拿大福音證主協會
 - 2009/09 溫哥華本立比頌恩堂
 - 2009/11 溫哥華列治文救世軍教會
- 課程參加人數：132人
課程資助的人數及費用：102人 (HK\$53,655)



II. 支援不同教會分享情緒的講座

- 3月5日 旺角浸信會「夫婦關係為何從享受變忍受」
- 3月7日 荃灣浸信會「逆境中的健康情緒」
- 3月8日 上水平安福音堂「世紀金融海嘯專題講座」
- 3月18日 威爾斯親王醫院心靈關顧服務「逆境中的健康情緒」
- 3月19日 Treasury Markets Association:
 - The Art of Facing Changes 「逆境中的情緒管理」
- 4月26日 中國基督教播道會總會教育部兒童組「童心童情」
- 4月26日 信義會鑽石堂「走出困擾，活出美好」
- 4月27日 靈根自植國際網絡「恩典的呼喚－助人者的心靈健康與靈性」
- 5月16日 信義會元朗生命堂「富貴隨心」
- 6月2日 香港華人基督會「認識你情緒的運作」
- 6月3日 Gospel Sharing Group 「逆境中的情緒管理」
- 6月6日 荃灣靈糧堂「夫婦關係為何從享受變忍受」
- 6月9日 香港華人基督會「找出你情緒的組合模式」
- 6月14日 旺角浸信會天恩福音堂「家庭與情緒管理講座」
- 6月16日 香港華人基督會「與主同行----痛苦的情緒」
- 6月20日 信義宗聯會婦女部「迎接人生下半場：心理篇」
- 7月27日 台灣宇宙光「恩典的呼喚」
- 8月2日 台灣宇宙光「同行生命中的憂愁哀樂互動講座」
- 8月22日 宣道會屯門堂「心靈健康之情緒篇」
- 8月23日 華人基督會「信徒成長－有關心理及情緒健康的題目」
- 9月6日 播道會茵怡堂「家庭中的人際－與情緒共舞」
- 11月8日 中國基督教播道會順安堂「心理及情緒的健康」
- 11月21日 宣道會葵芳堂「情緒：青少年篇」
- 11月22日 澳門聯會「家庭中的人際－與情緒共舞」
- 12月13日 將軍澳圖書館「如何與壓力成為朋友」

III. 整全心靈醫治年會

基金於2009年9-10月年會舉辦整全心靈醫治年會，提供交流平台讓不同的心靈醫治者：基督徒專業輔導/心理治療/祈禱醫治/屬靈操練/彼此配搭服侍。今年的主題是「突破心靈上的張力和轄制－從焦慮到接納 從接納到醫治」我們共舉辦了三個免費講座：

1. 從靈修神學、屬靈爭戰及臨床心理學探討沉溺行為背後的心靈空虛
2. 從神學、禱告、家庭治療及心理動力學探討互累關係背後的心靈掙扎
3. 探討教會如何幫助人走出沉溺心靈的空虛和恐懼參加的人次為1100人

十一個工作坊：

1. 如何幫助孩子面對焦慮的情緒
2. 從冥想操練中面對焦慮不安的情緒
3. 走出心慌慌的恐懼
4. 走出互累困局，迎接新的我
5. 揭開賭博/購物迷戀的控制
6. 從人性的焦慮了解內心世界的動力
7. 逃避高招：沉醉網上虛擬世界
8. 從完形治療法認識焦慮
9. 性的引誘和困惑
10. 創傷後形影不離的焦慮
11. 不斷重複思想行為背後的迷思與出路

參加的人次為610人(未計義工)、約700人(連義工)



IV. 課程提供免費的危機輔導

整全心靈醫治課程為有需要的學員提供免費的危機輔導，幫助學員如何處理困擾的情緒，並且給予建議及作出適當的轉介服務！2009年共提供了154小時的危機輔導。

V. 資助有需要的弟兄姊妹尋求專業的輔導

基金過往資助了一位合資格的姊妹，完成輔導的歷程，幫助她的家庭重整，發掘她的興趣，重回校園裝備自己；同時也為一些未合資格的弟兄姊妹作出轉介和幫助，幫助他們過渡困難的時刻。

VI. 公開的講座及訓練課程：

1. 1月 同行者培訓
2. 11月 黃倩儀心理學博士「靈性與心理治療」講座

VII. 支援機構－分享聚會

- 6月24日 國際百夫長事工(城市榮恩教會)-百夫長事工小組
- 7月31日 A博士社會服務團(新界北區太大會堂)-四川聚會

VIII. 祈禱會

每個月的最後一個星期是基金的祈禱會，平均出席人數是15-20人，特別為有需要的肢體禱告。

IX. DVD/CD 製作

將Level I, II, IIIA課程及年會的講座、工作坊製作成 DVD/CD 產品，方便弟兄姊妹可以自行學習。

X. 出版與研究：

情緒四重奏簡體字版已經出版，也於全國書店發售。課程前與後問卷的分析初步的資料已於2009年12月在香港明愛舉辦的「社區精神健康－實踐與展望」分享講座：「整合信仰與情緒小組治療的實踐」，在溫哥華及四川的密集課程中參加的學員整體上對情緒的認知有明顯的進步，並且抑鬱的情緒徵狀也有顯著的減少，盼望將來有更多的分析的資料，使我們能更清晰理解課程可以帶來的幫助。



二十四小時改變生命

溫哥華教牧同工 譚秀芬姑娘

情緒是可怕的，是令人困擾及壞大事的，這是一般人對情緒的評價，我卻因一課程所學，令我經歷那二十四小時改變的奇妙。

2009年9月，我參加了一情緒課程，是拉法基金會與本立比頌恩堂(溫哥華教會)合辦的<Level I 情緒四重奏課程>。我是單親事工的工作者，常接觸很多有情緒的人，起初以為上課只是一般的學習，給自己多一點的進修機會，怎料上課期間有一件令我情緒很困擾之事情發生，很傷心，很害怕，如果據理力爭又怕事情弄大，息事寧人這種委屈又令自己徹夜難眠，淚留滿面問神怎辦，深夜時分，電話可向誰打啊！猛然想起當天授課的葛琳卡博士曾說：『處理情緒並不可怕，情緒出時，企定面對它，你已成功了一半』。唯有拿起上課用的書本再查看……

我不斷問神：為什麼有這麼痛？為什麼有這麼強烈的情緒？同時亦翻看書本問神：這是什麼情緒？內裏的原始性情緒是什麼？……適應性，非適應性情緒，防衛性情緒，手段性的情緒……我是傷心還是憤怒，我歸什麼？我歸誰？……慢慢地開始意識到自己心中的自卑，對權威的害怕和遇到不公平時也不敢表達，課程教導我們知道感受後，需依靠神克

服內心的恐懼和擔憂，聆聽聖靈的引導。原來「接納」是可以幫助入睡的。事後我竟能平心靜氣向對方要求，卻出奇地全達目的，沒有因情緒而壞了大事，這次經歷對我很寶貴，就如宣傳單張上寫著的「二十四小時改變生命的課程」，感謝神讓我經歷祂的奇妙！

一些熟識而陳舊的感受，必然的困擾原來是能協商解決的。不敢表達情緒的我只用眼淚來蓋過憤怒，現在我卻學懂了情緒並沒有好壞之分，例如憤怒是內在哀傷的情緒，它是一個信號，表達裏面出了亂子，還記得課堂教導說「改變是從接納開始的」我要改變情緒是先要接納自己的情緒，神也不是先接納了我嗎？

這些經歷和認識都是從<情緒四重奏>課程所學的一點皮毛，我等待四月葛琳卡博士重臨溫哥華，讓我在Level II及Level III課程裏能學習更多，之前我曾參加很多認識情緒的課程，但這是一個活的，有神醫治的學習，其中小組更是幫助我們認識及經歷自己的情緒，教導我們怎開放自己給神，得力在乎平靜安穩，處理好自己之情緒我們就能聽到神的教導，了解自己的傲慢，接納神之主權並與神同行，生命將再一次輕省和美麗！

耶和華拉法

香港組員 Sara Lam
香港Level I — Level IIIA課程組員

耶穌在畢士大池遇上一個癱了三十八年的人，祂問了一句：“你要痊癒麼？”

請留心癱子的反應及回答：“先生，當池水攪動時沒有人搬我下去啊...”他似是回答了，卻沒有回答主的提問：“你要痊癒麼？”他沒意識到他在主裡面真的有一日。沒錯，人是到主面前求，卻是失去盼望？

後來，主吩咐他起來，他便能健全地回去。

「耶和華拉法」是神帶有恩慈權柄的名字屬性。作為一個醫治者，祂擁有醫者的仁心及智慧，用奇妙的方式來施行醫治及拯救！

就讓這個故事來邀請大家和我進入這個奇妙的旅程吧……

我在家庭、教會、工作中的際遇都未如理想，而且對我造成最大傷害的是教會，生命似是傷痕纍纍，對神、對人、對己都感到害怕，當時只知道：活著便是羞恥！

在母會十多年的歲月裡，我原本以為教會是一個充滿愛的地方，因為我坦白表達想過一個更合神心意的生活，於是在牧者前承認軟弱，需要他們祈禱，表達心靈內的掙扎及不開心中後，但換來的是被隔離、被放逐……這使我明白到：我的不可愛的一面是永遠不會被接納，反而被嫌棄。在我最需要支援的時候，我不敢找支援，總是自己一個人捱過，在人面前則要裝扮成一個討好的歡樂小姐，結果患上憂鬱症，實在無力量去裝扮了，乾脆就沈溺於網上世界，甚至暴食卻又不假外求！

2007年7月收到拉法基金會傳來的電郵，當時的我已停止了參加教會崇拜，終日沈溺於網上世界，卻一點都不開心，心底深處其實渴望能回到天父那裡，因此7月尾便參與第一次祈禱會了。在祈禱會上我感受到神的觸摸，我被神溫柔地擁抱著，那份溫馨，好久沒有體會過了。葛琳卡博士是一位睿智慈祥的女士，令我印象深刻的是，她每次帶默想時，坦率在大家面前流淚，大家都接納並放膽地表達，不加批判，這份屬天的觸摸，吸引我繼續去祈禱會，更漸漸脫離了網上沈溺。

在他們的鼓勵下，這數年間，我參加了<整全心靈醫治系列課程>，雖然進行了數個循環單元的課程及小組，但沒有大進步，因為我很怕觸摸自己最痛的地方，回憶卻成了沈重的負擔。雖是這樣，感謝天父的慈愛，在我不太抱痊癒希望卻仍願意繼續嘗試的情況下，祂原來一直為我的經歷及做功課時的體驗存起，由上年至今我的人生有著劇變，當中過程十分勞碌辛酸，當時我正參加 Level II，祂為我預備了小組，有組長和而一群十分成熟的組員，當我最難過時，他們一起來支援我步向醫治的階段。

在小組分享中我明白到學習饒恕便是唯一出路，面對母會的傷害，一提起便恨意上升了！情緒長期受壓及懷恨，結果導致兩邊卵巢位置出現了頗大的水瘤，感謝主恩慈的提醒。有時我會上母會網址聽道，知道天父都更新了牧者們的心。神藉教會講道來提醒我，並讓我意識到：要得到

醫治，便要在祂裡面支取力量去學習饒恕。

有一天，我去另一家教會參加崇拜，途中，突然腦海浮現出了一個患了血漏十二年的婦女觸摸耶穌基督的衣襟子的片段，當時回想到：我生命中受傷，不斷流血，也和她一樣試過不少方法，結果每況愈下，就算求醫都是姑且一試，信心亦是不足！我在主面前哭求：神啊，求祢醫我，求祢救我！祂停下來轉頭看著我，給我站起來的力量。

於是，我願意把對母會的恨意交給主，宣告願意饒恕。

心靈從未試過如此的輕省。

神讓我看見：我在母會裡，其實也有一些開心的片段，並不全然是苦的。後來才發現，憎恨會令人盲目，仇敵的工作--欺哄是十分厲害呢！真要靠著主才行！

雖然我的生命歷程有過高高低低，偶爾還會倒退，我卻知道，「耶和華拉法」，這位慈愛的主永遠在我身邊。

後記：在最近一次照超聲波時，醫生謂只看到一個水瘤，另外一個則消失了。

「喜樂的心乃是良藥，憂傷的靈使骨枯乾。」(箴言 17:22)

請代禱

感謝主讓我們成立短短兩年間，賜給我們一班忠心服侍的組長及義工們，彼此的配搭使課程、講座等都順利完成！過往曾與多間教會合辦課程，看到一個又一個學員願意走到上帝面前，真是滿心歡喜！考慮日後事工發展，我們正在籌劃同行者訓練課程，求神為我們預備課程材料，盼望快正式成為 Level IV 的課程；並希望能尋找更多修讀/正在修讀碩士輔導課程的弟兄姊妹成為小組組長，幫助更多有需要的學員；除此之外，最重要的是求神引領我們繼續與不同教會有關緊密聯繫，獲轉介一些在心靈上痛苦掙扎的人得到徹底的醫治。





08年到探訪四川時，留下最深刻印象是到處都是頹垣敗瓦，從亂石的廢墟中，迴響著人心靈的破碎，每一個人的心靈都在不斷的餘震，當人面對生命的無奈，就是尋找神的開始，因不都盡是心理輔導可以解決，神醫治的能力是極其重要的。在那行程裡，有機會與廣元教會的弟兄姊妹一同分享，教導他們如何在地震的恐懼中經歷耶穌的同在和醫治。因此拉法基金會領受異象，為四川信徒提供結合信仰的心靈重建計劃-為期三天半「災後情緒處理培訓課程」。

這個課程會為中國不同地區教會的教牧同工及會友提供心理及靈命的三階段培訓課程，幫助弟兄姊妹處理個人情緒、更新靈命和建立與神更親密的關係，以致他們可以將安慰及福音分享給身邊有需要的人，並且培訓合適的組長，將來可以繼續服侍弟兄姊妹。

第一階段已在08年8月和09年4月及8月到四川彭州及南充災區教會舉辦了三次密集培訓課程，約有二百多人參加，其中一半是非信徒，甚至是第一次到教會，在這幾天課程中，約30多位非信徒的學員被感動而決志信主，也有一些被感動但未作決定的朋友，這經歷給我們很大鼓舞，因可幫助未信主的朋友經歷神的愛和接受救恩，成為傳福音很大的平台。盼望把這課程延伸至中國內地其他城市！

深觸中國心

經過三天學習<Level I 情緒四重奏>課程裏，得到了豐富的收獲，因此感謝葛琳卡博士和她的團隊讓我非常感動；第二，感謝我的組員們，是他們幫助我在葛博士的指導下，讓我打開心結，尋回自己 and 可以向過去的我，真正說聲“再見”；第三，今次我是第一次到教會，以前對基督教說不上了解，但是同學的分享使我感受到幫助人的快樂就是發自內心的，而且，在最後一天的見證分享會唱詩歌時，禁不住流出眼淚來；以前的我，雖然唱歌時有很感動的經驗，但今次給我是很特別、很深刻的感動，使我難以忘懷，感謝黃牧師和這幾天服侍我們的弟兄姊妹。於是，我在會內決定作出一個行動，毫不猶疑地舉起手來表示，決志成為一個基督徒，付上自己的一切，用盡自己的力量去幫助、關愛及引導身邊的人，而且我要全力將所學的知識去幫助孩子們和身邊的朋友。

四川的一位弟兄

2009年8月<四川災後心靈重建課程>學員

神讓我這次與拉法基金會到四川，為災區的弟兄姊妹重建心靈的工作。許多人的生命進到我的生命中，透過我們一起經歷過的幾天，看到神改變人生命的奇妙工作。一些心靈膽小，自覺沒用的姊妹，最後起來禱告，求主剛強她們。還有一對夫婦看到自己兒子陷入困境，夫妻不合一，把小兒子放到遙遠的外地，經過大家的分享禱告，夫婦終於在神大愛的感召下，表示以後要多依靠主，彼此要多溝通禱告，儘快把兒子接回身邊，一家人在主的愛裏生活。看到憂傷的靈被神的靈釋放時，我們也一同歡喜快樂，生命也再一次得到造就和昇華，但還有多少的心靈在等待神大愛的應到呢？

林芳姊妹

2009年8月探訪四川災區

去年報讀了拉法基金會所舉辦<整全心靈醫治系列>課程，內容非常豐富和實用！令我最大得益的是：我明白、接納和實踐了自己與別人的各種情緒，有勇氣做回真正的自己，身心靈也健壯了！今年八月，神藉拉法基金會往四川開辦這課程，招募義工，也賜我獲肢體贊助的機會，讓我學以致用。

在短宣中，身為輔導員之組長，是負責教導學員如何實踐 Level I 課程的理論。當學員在情緒出現波動或問題時，須陪伴、關懷與他建立關係。在一次與組內的同行者探訪時，正向一位情緒受困擾之學員表達同理心，適逢葛博士來探組，事後被她肯定、欣賞並鼓勵我放膽去關心人。於我而言，來自權威者的肯定，確是意外的「收穫」，令我雀躍和驚喜，也掃除多年來的自我質疑。我生性恐懼，要面對權威和陌生的組員，尤其要在他們面前表達自己的需要或情緒時，令我感到「威脅」和不安。感謝神透過聖靈的提醒和鼓勵，於是我決定勇敢地面對這恐懼，感謝神的愛維繫著我們，透過真情對話，讓我們成為真正同心的同行者。回顧整個服侍中，我們二人皆被神使用，自己也蒙福，真感恩！

組內的五位未信主者中，其中一位組員的遭遇觸動了我的心，便主動關心和她代禱，求神的愛和平安臨到她。因深知她的問題複雜，身為同行者的我不救世主，盼望外表冷酷和硬朗者願意開聲向父神禱告。那時，我倆的心被主的愛連在一起，深深感受到主平安的應許已與她同在！

在短宣的過程身心疲倦中，我們學習緊緊地倚靠神，專心聆聽祂和組員的聲音，經歷神的恩典、憐憫，祂使許多組員感受到基督的愛和看見各人生命有改變，這經歷對自我接納大有裨益！

在五天的短宣中，各隊員皆盡心竭力將所學的用以服侍每一位學員，亦看見神使用我們。神透過葛博士在乘車往機場的三小時車程中，鼓勵我們對今次的短宣作出坦誠的分享和提出寶貴的意見；除欣賞我們辛勤和忠心外，更盼望我們不單付出，也能對自己的情緒有所認識和學習。另一方面，也衷心欣賞有如此寶貴的學習與服侍，不單經歷隊員們彼此接納、鼓勵和督責，也透過學習、教導與實踐，使我明白生命需要更新、認識神的大能、人的軟弱和枯乾心靈的需要。

翠流院牧

2009年8月探訪四川災區

代禱及呼籲：

內地近年天災連連，到處無家可歸，並看到人臉上的憂愁和淚痕，但你又可否看到他們破碎的心靈呢？拉法基金會正計劃未來的日子有充足的資源及於國內尋找合適的教會一起合作開辦不同地方開辦情緒課程，使信與未信的人藉着課程得到從神而來的醫治。請大家繼續為求神為我們預備豐富的供應，讓我們看到祢的心意，按時候結果子。

將於國內寶安、湖南進行 <Level 1 情緒四重奏密集課程>，需要更多組長、同行者、帶領詩歌敬拜、行政義工同心服侍及幫助我們籌募所需的費用，請參閱本期<通訊>之回應表，希望你能參與及在禱告中支持我們！

中國心聲



2008年的汶川地震，讓災難中的國人將心理健康迅速提到日程上來；天災雖然無法逃避卻也終會過去；而源自於人本身的禍患——各種心理問題的出現，不僅引發了各種各樣的心身性疾病，也導致了各種社會不和諧音符的出現。這些很大程度上來自物質繁榮背後的信仰缺失以及心靈荒漠化。因此，中國大陸地區呼喚有更多的心理支援和心靈建設者們的協助。

誠然，中國大陸地區也有層出不窮的心理課程，然而當我在一次偶然的機會中瞭解到拉法基金會的情緒進階課程是建立在純正的信仰基礎之上，引導人從真正認識和接納自我開始，通過面授課程和小組討論，由淺入深、循序漸進的進行自我認知和情緒管理，並帶領人們在自我成長之後，更可以學會如何獲得“同理心”，並達到“與他人同行”。

我是一個“80後”（注：出生於1980年後的稱為“80後”）的中國女孩，作為一名普通的實習心理師，對心靈關懷和在內成長始終懷抱著積極和熱情。我全心的期待著葛琳卡博士能夠協同拉法基金會事工團隊中眾位資深心理治療專家，從香港帶著他們的三階段情緒課程來到中國大陸，讓更多的人能從中獲益——讓陰霾從人們臉上掃去，由內而外綻放出和平與幸福之花！

北京的一位姊妹 卓雅

她透過購買<情緒四重奏>書本而認識拉法基金會，是次代表分享內地人心靈上的需要



2010年事工計劃

I. 整全心靈醫治課程

將繼續在不同地區舉辦課程幫助有需要的教會和弟兄姊妹：

1. 香港及澳門：

• 成人弟兄姊妹

Level I 已於每年1月、5月及9月舉辦，一月已於屯門、元朗、香港區及澳門舉辦，更盼望5月可以在九龍區、青衣、大埔及其他新界等地區開辦。Level II 的課程將會每年於9月舉辦。
Level IIIA 的課程將會由6次小組改為12次小組及6次講座，這是總結往年的經驗，盼望較多的次數可以幫助弟兄姊妹進深理解和認識自己，這課程已於2月舉辦。由於有些弟兄姊妹未能委身太長時間的課程，也會將Level IIIA 課程分為Level IIIA1及Level IIIA2，Level IIIA1將會於四月再次舉行，方便更多學員參加。

****計劃9月份開辦的<Level I情緒四重奏>課程將在一個地點舉行，參加人數預計300人，盼望能接觸未信的朋友，所以講座地點選擇一個較公開的地方（例如社區中心），更能與不同地區的教會合作，並在該教會中舉行小組，接觸更多未信的朋友參加，讓他們有機會聽聞福音並相信神。**

• 青少年和家長

青少年密集和家長/成人密集課程將於暑假與禮贊會大埔金福堂舉辦，總結去年的經驗，這次課程是嶄新的設計，讓家長及青少年可以同步學習，並於課程完畢後有群體及個別家庭對話和回應的空間，盼望父母及青少年能夠更加明白彼此的內心世界，增加溝通的語言和機會。

• 教牧同工

教牧同工密集課程將會於6月13-16日舉辦，請代禱需要足夠組長參與。

2. 溫哥華

Level I 已於2月6日與門諾弟兄會頌愛堂用DVD形式合辦
Level IIIA 1的課程於4月10-25日舉行，會有4次講座及6次小組
教牧同工密集課程於在 3月29日及4月19-22日舉行

3. 國內培訓

正聯絡北京、深圳、湖南、四川等教會，盼望再度舉辦Level I情緒課程。

4. 短宣服侍

計劃將會與差會合作商討前往英國及馬來西亞舉辦密集課程，幫助當地的教牧同工及有需要的弟兄姊妹，請代禱神為此事工開路。

5. 台灣

今年將於11月在台灣舉辦Level I的課程，細節尚在商議中，請代禱尋找合適的教會及組長。

II. 支援不同的教會分享情緒的講座

將繼續支援不同的教會分享情緒的講座，已被邀請的講座如下：

- 1月10日宣道會屯門堂「做情緒的主人」
- 3月14日基督教宣道會青霖堂「情緒與品格教育講座」
- 3月16日瑪葵院牧事工委員會「探病關懷顯愛心」

III. 整全心靈醫治年會

將繼續於9-10月年會舉辦整全心靈醫治年會，題目地點尚在商議中，請代禱。

IV. 課程提供免費的危機輔導

將繼續為整全心靈醫治課程有中需要的學員提供免費的危機輔導，幫助學員如何處理困擾的情緒。

V. 資助有需要的弟兄姊妹尋求專業的輔導

基金已通過資助了一位合資格的姊妹，尚有一位正在接洽中，同時也積極將這計劃介紹給更多有需要的教會。

VI. 公開的講座及訓練課程：

將繼續舉辦公開講座及訓練課程，1-3月的兩個講座：高妙燕女士「拓展大腦潛能」及 廖炳堂博士「屬靈經驗和分辨」已順利舉行，每場超過100人參加。並將於6月1日邀請李耀全牧師主講「從主耶穌基督的事工看全面及全人的心靈關懷」。有些題目仍在商議中。

VII. 支援機構－分享聚會

將繼續與不同的機構合作，支援情緒的需要。

VIII. DVD/CD 製作

Level III 課程DVD 及2009年會的講座、工作坊將製作成DVD/CD 產品，方便弟兄姊妹可以自行學習。
Level I 2010年更新版將會拍攝，但缺乏義工幫助剪輯，因課程內容已有新的更改，希望盡快讓弟兄姊妹使用，請代禱剪輯的工作。基金盼望將過往的學員分享，剪輯一隻介紹基金(粵語及普通話)的DVD，免費派送，仍尋求義工幫助。
基金希望製作幫助弟兄姊妹進入默想及親近神的CD，尚在研討中，請代禱有合適的渠道。

IX. 出版與研究

基金將計劃出版情緒四重奏簡易版，適合更多的人可以得到幫助，甚至可以在非基督教書局也可以購買。Level II 和 Level III 的書本尚需要簡體字版，讓課程可以繼續在國內發展。基金計劃五月推出一個研究實驗的Level I小組，可以收集更多有關課程成效的數據。

近期公開活動，歡迎報名參加

整全心靈醫治系列課程

(本會還會不斷在其他地區開辦，詳情請參閱本會網站)

本課程包括講座及小組及交流。當中學員需要面對個人內在情緒起伏及去的經歷。

(I) Level I 情緒四重奏課程

日期：2010年5月-7月

時間：晚上7時30分-10時

地點：宣道會青衣堂／拉法基金會灣仔辦事處

費用：HK\$600

(II) Level IIIA1 生命更新的醫治

日期：2010年5月-7月

時間：晚上7時30分-10時

地點：拉法基金會灣仔辦事處

費用：HK\$600

(III) Level I 情緒四重奏教牧同工課程

本會將分別於溫哥華及香港，舉辦一連四天《整全心靈醫治課程之 LEVEL I：情緒四重奏》，以幫助牧者們了解自己的情緒反應及運作，經歷上帝的醫治，從而更能適切地接納、表達、轉化及管理自己的情緒，藉此改變與人相處的模式，以便可以重新上路，繼續完成神給他們的呼召和帶領。

日期：2010年4月19 - 22日（星期一至四）

時間：上午9時至下午5時

地點：溫哥華信義會新生堂 (6215 Main St., Vancouver, B.C. V5W 2T9, Canada)

講員：葛琳卡博士

對象：教牧同工

費用：CAN100 (為鼓勵已婚牧者與配偶一同出席，配偶費用全免)

日期：2010年6月13日-16日 (星期日至三)

時間：6月13日 下午3時至6月16日 下午2時

[需於6月7日(星期一)下午2時30分親臨拉法基金會灣仔辦事處進行DVD研習或自行購買
在家中觀看]

地點：突破青年村 (待定)

講員：葛琳卡博士



講座

感謝主！2010年分別於1月和3月的講座均順利舉行，反應熱烈！為了造就更多信徒，本會繼續於6月舉行講座「從主耶穌基督的事工看全面及全人的心靈關懷」，歡迎各位參加！

日期：2010年6月1日(星期二)

地點：待定

講員：李耀全博士

(現時任教於香港中文大學崇基學院神學院，曾任建道神學院教授。李博士是一位專業個人、婚姻與家庭治療師，特別推動婚前婚後之輔導及情緒治療，亦是北角宣道會義務牧師。李牧師寫作甚多，並在過去10年在《時代論壇》擔任〈全心信箱〉專欄作家。)

對象：教牧同工/教會領袖/團契導師/主日學老師/神學生

費用：全免

退修營

日後將定期舉辦「與神對話」退修會，第一次主題是「探討我的身份」，學習找出因過去導致現在生活中的捆綁，並讓神開啟我們屬靈的眼睛和耳朵，經歷的同在和醫治，尋回自我價值，重新出發！

日期：2010年6月30日 — 7月1日 (星期三至四)

時間：6月30日 下午3時至 7月1日 下午4時

[營前操練會及祈禱會：6月27日(日)下午2時於本會灣仔辦事處舉行]

地點：突破青年村

講員：葛琳卡博士

對象：信徒(曾參加Level I課程之學員優先)

費用：2010年4月16日或之前報名，費用為HK\$450；

凡此日期後報名者，費用為HK\$520。

**包括：營費、報名費



祈禱會

於每月最後一個星期日舉行祈禱會，主要為情緒困擾、心靈痛苦者祈禱，還會齊齊學習操練信心的祈禱和聆聽聖靈的引導，歡迎大家一同參與，分享見證神奇妙的作為。

時間：下午2時30分至5時30分

地點：本會辦事處(灣仔譚臣道 5-11號 信邦商業大廈 7樓A室)

整全心靈醫治年會

每年9月至10月，本會也設立不同主題，提供平台讓不同的心靈醫治者（基督徒專業輔導/心理治療/祈禱醫治/屬靈操練）與大家透過講座和工作坊，分享如何面對心靈上的困擾，釋放心靈的苦毒。2010年的年會正在籌備中，記得留意下期通訊啊！一起重整過去及活出豐盛的生命！

**以上活動，歡迎瀏覽本會網站www.raphahk.org索取報名詳情。

2008 奉獻者芳名

**排名不分先後 (如有錯漏，祈為指正)

姓名	金額 (HK\$)
Bates	300.00
Belinda Lo	1,000.00
Chan Yi Lam, Annie	254.00
Choi Mei Keung, Philip	1,500.00
Chong Ping Him, Anson	1,500.00
Desmond Yu	100,000.00
Doh Po Wan	500.00
Freedom Kwan	8,500.00
Fung Siu Ping, Carmen	5,000.00
Hardley Yip	1,000.00
Ho Wai Chun, Hera	1,000.00
Jannet Lo	2,000.00
Lam Yat Ning	500.00
Lau Siu Ping	300.00
Li Xian Ran	1,440.00
Lily Leung	1,000.00
Lydia Kuo	2,500.00
Mak Yim Hing	500.00
Ng Bik Kwan Jennifer	1,200.00
Ng Lai Kwan	1,500.00
Ng Suet Ching	1,000.00
Ng Yuet Li	300.00
Perline Lo	25,000.00
Rockmui Ltd	5,000.00
Sujanme Tam	7,800.00
Tam Wai Man	1,000.00
Teresa Koo	1,000.00
To Suk Wai	500.00
Wan Yuk Chun, Bronya	300.00
Wong Siu On	5,000.00
Yan Shong	200.00

姓名	金額 (HK\$)
游桑	200.00
葛琳卡	81,146.10
江國英	500.00
江智遠	100.00
何少玲	100,000.00
余美麗	5,000.00
李曉雲	1,050.00
張家翠	300.00
陳岱焮	200.00
陳桂瑤	2,000.00
陳婉玲	10,000.00
陳群英	5,000.00
陳慧敏	600.00
麥艷卿	1,500.00
程國維	25,000.00
馮玉蘭	50.00
楊淑莊	500.00
劉清彬	1,000.00
鄭貞潔	500.00
魯潔英	500.00
鍾偉信	100.00
韓燕珍	1,500.00
鄺慕嫻	900.00
關艷美	500.00
吳劍鴻夫婦	1,000.00
九龍城浸信會	5,000.00
宣道會北角堂靈風團契	2,000.00
堂上不記名奉獻	80,162.70
「同行生命憂怒哀樂講座」即場奉獻	11,792.00
2008年會「溶化心靈冰室」即場奉獻	74,726.20

財政報告

07年3月份至08年6月份

收入	(港幣HK\$)
奉獻：個人	232,728
課程報名	116,810
課程相關產品利潤	47,149
其他	2,309
合共	398,996

支出	(港幣HK\$)
購置物業基金	250,000
課程資助	66,000
課程支出	43,925
行政及雜費	14,821
同工薪金	10,316
租金	4,500
合共	389,562

本年度盈餘 / (不敷) **HK\$9,434**

感謝各位愛心支持！