



拉法基金會



電話：2600 4288
 傳真：3520 4747
 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 紀利在治街
 一號 金百利中心十七樓
 1703室

2011年3月 (第3期)

基金宣言

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。

總幹事的話 親愛的弟兄姊妹：



抱著感恩的心和拉法一起踏入第四年，回想過去一年的喜與樂，實在讓我們都上了成長的一課。

2010年對拉法來說是繁忙的一年，我們除了繼續舉辦整全心靈醫治的課程包括 Level 1、Level 2、Level 3A、Level 1 暑期的密集課程外，同時也錄製了修正和更新後的 Level 3A 的課程 DVD，並錄製了 2011

Level 1 的更新加長版，從過往的經驗中發現有些學員在開始進入和接觸自己的痛苦情緒時，便會感到困難，他們的防衛機制也令他們較難做上堂的練習，於是在更新的課程中加插了一些新練習，幫助學員更容易接觸自己內在痛苦的情緒，我們發現新課程材料的效果，令讓更多的學員能經歷神的醫治。

除了更新 level 1 的課程外，也在 <生命更新醫治> 這本書中作出重新的修訂和更改，感謝很多牧者和神學院老師的回應和分享，幫助我們能夠在體驗主耶穌同在的練習上，對神的醫治的概念更加清晰化，也讓我們清楚自己的定位，從而可以澄清一些教會對我們的誤解，認為我們是靈恩派的醫治模式，感謝主在這過程給與我們的幫助。

有些弟兄姊妹分享 <情緒四重奏> 一書的內容較為艱深，由於理論的層面較多，所以著手撰寫 <情緒四重奏> 的簡易版。感謝很多弟兄姊妹的幫助和支持，終於可以完稿，今年的4月將會印刷完畢，讓弟兄姊妹去使用。希望這本簡易版可以讓更多的學員能進一步掌握其中的理論與方法，我們亦希望藉著這本書去接觸更多未信主的朋友，因為本書將會在非基督教的書店中出售，更希望能藉課程讓他們認識這位醫治我們的主。

神將我們對中國的情由四川傳到永州和長沙，舉辦了兩次情緒四重奏的密集課程，當中非常感恩，在許多的弟兄姊妹和教牧同工的分手中，看到他們生命的改變，大大的鼓舞了我們，願意神繼續在中國不同的地區去使用我們，在每次的短宣團隊過程中，不單能夠幫助中國的學員，同時亦能讓香港的團隊深被祝福，讓他們學習將課程的理論實踐出來，從而讓大家可以更加開放自己坦承地相處，以致整個團隊可以更深體驗主內的合一，豐富彼此的生命，感謝神醫治服侍的與被服侍的。

神繼續為我們在溫哥華的事工賜給我們莫大的恩典，我們有機會舉行第一次的 Level 1 教牧密集課程，亦有機會和 19 位當地的牧者，有 4 天的時間彼此學習和分享，實在地感受他們在牧會過程中的困難和傷害。溫哥華是一個很小的群體，牧者們很難有機會去開放及分享一些內心的需要和掙扎。在課程的小組當中，非常感恩，牧者們十分踴躍地去分享他們過去的經歷，彼此得著支持和鼓勵，亦在程當中經歷神的醫治。能夠服侍這群牧者，我們感到十分榮幸，教牧們對我們課程的正面回響，亦讓我們能在溫哥華繼續開辦課程，目前已經開展了 Level 1 及 Level 3A 1 的課程，弟兄姊妹在課程中流了好多的眼淚，經歷了神的醫治，我們實在為他們感謝神。隨著溫哥華的事工漸漸穩定，我們深被鼓勵在溫哥華成立拉法基金的辦事處，容讓我們可以繼續發展北美的事工實在看到神為我們去開路，也讓我們有更多的機會去服侍有需要的信徒。

很高興去年八月能夠在溫哥華舉辦青少年與家長的密集課程，第一次用英文去涵授這課程的材料，從而我們看到有約 20 位的青少年經過這 4 日的密集課程，主動打開他們的內心，能夠正視他們心裏過去的傷痛。最感到開心的，是當青少年完成這個課程之後，有機會讓他們向家長分享內心世界，家長們學習聆聽他們，然後彼此回應，最後每個家庭，在組長的帶領下能互訴心聲，讓青少年可以對著父母講出他們心底最難表達的感受，同時亦幫助父母去明白和感受、回應，當我看到這一幕一幕感人的圖畫，青少年和父母在關係上得著改變、突破，彼此增進了認識和了解，能夠看見他們關係的重建，讓我們每一個參與的人得到很大的鼓舞。



2010 年的年會，我們嘗試去整合心靈創傷對大腦及心理的影響，希望能讓更多人去正視他們過去的創傷，藉此機會希望能夠更深的體驗到神醫治的能力，幫助人們走出心靈的陰霾，活出豐盛的生命。

非常感恩的是得到去許多講員的支持和分享，令到弟兄姊妹得到許多的幫助，也希望透過年會的分享，漸漸整理出一套從神學看心靈醫治，神學與心理學的結合。除了年會及工作坊以外，我們更增添了研討會，透過教牧同工、神學院老師、心理學家和輔導員一些分享及整合，盼望能夠在這議題上能更邁進一步，我們亦會將講員預備和分享的寶貴資料結集成書，希望能夠在學術上建立一個平台，讓不同的牧者和輔導員對心靈醫治能有更深入的研究和探討，藉此透過年會的書籍和 DVD，幫助更多人受惠。



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
 評估：陳秀芬醫生、賈敏敬博士、黃麗彰小姐、葛琳卡博士 義務總幹事：葛琳卡博士 司庫：曾寶儀小姐

續. 總幹事的話

拉法基金很想讓「神是我們心靈醫治的主」這個信息讓更多未信的朋友能認識這位上帝，所以我們藉著與第一城浸信會舉辦第一次佈道會的機會，邀請許多曾經在心靈創傷中經歷神醫治的朋友分享見證，內容非常感動。雖然只有7位朋友決志接受主，但我們為著神給我們這個機會去服侍祂，讓更多心靈受創傷的人去認識神，實在讓我們感到鼓舞，我們亦盼望將來繼續在佈道的事工當中，成為教會的伙伴，攜手將福音透過神的醫治傳給有需要的人。

2010年拉法基金面對很大的挑戰，因為在繁重的事工當中，內部同工團隊未能穩定的建立，當中經歷了許多困難與誤解。這過程讓我去反思，如何能藉著聖經的真理去帶領和建立同工的團隊，因著同工的分享，認為我對學員和義工的關心比同工更多，這令我理解其中重要的問題是因工作地點的不同、缺乏時間與同工去溝通和缺乏彼此認識及建立關係，更讓我去反思應用甚麼的方式去帶領團隊的工作？所以，在未來新的一年，將與同工開會的時間，改變成為分享禱告，讓聖經的真理更深扎他們的內心，同時分享我心中理想的機構模式、如何在工作上活出聖經裏的教導、在愛中彼此建立、用愛心說誠實話、彼此守望，希望讓每位同工都能經歷神在軟弱的人身上顯得更剛強。這一點讓我感到非常興奮，好像開始摸索到方向，可以在事奉中實踐我們的信念，覺得神讓我們學習了寶貴的一課。希望將來我們的團隊能夠合一和發揮神賜與我們的恩賜，在當中互補不足，實踐「不再是我，乃是基督在我裏面活著」，這就是神藉著拉法基金給與我們學習寶貴功課，令我們充滿感恩的心。

隨函附上2010年事工報告及2011年事工的計劃，以下是簡略分享我們的需要：

- 1) 人力資源：經過一年的嘗試，目前事工開始穩定發展，需要五個同工負責課程、講座、退修會、年會、佈道會、影音事工及會計。這也是我們跨出信心的一步，相信神必供應我們的需要，請繼續支持與為我們每個月7.5萬元的開支代禱。
- 2) 財務預算：感謝神會計同工已整理了大部分2009和2010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88.8萬支出，希望繼續為此代禱。地方使用：目前基金的同工辦公地方非常狹窄，同時二個小組進行也感到被打擾，整座大廈將進行裝修工程，盼望完成工程後，可以藉著樓價升值。
- 3) 新網頁制作：目前網頁更新是由一位美國的IT義工負責，由於資料太多，並且頻密更新，義工未能長期負責。因此，我們急需要重新制作網頁，可以日後同工自行更新，目前有一位義工幫忙，但由於未能夠自寫web-program，因此，目前急需要增加義工的外援，完成設計網上資料庫、網上購物及網上報名課程。
- 4) 資料統合：基金需要透過Access寫一套program統合學員及課程資料，也需要管理書本、DVD及CD的數目，請為我們需要尋求合適義工及智慧

我們相信這個異象，是神給與我們，所以沒有你們的支持及代禱，我們是不足夠的，懇請你們成為我們的伙伴，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

拉法基金會 慈善義賣 義工及義賣捐贈大招募

親愛的您：
主內平安！

拉法基金會，自2007年成立，我們致力幫助處於心靈極度困苦中及因經濟資源有限，未能尋求專業輔導的弟兄姊妹。成立至今並沒有獲得任何機構或教會的資助，所有資金均來自弟兄姊妹及有心人士的奉獻。感謝主，基金事工日漸發展和擴大，由整全心靈醫治課程、資助肢體接受專業輔導、每年舉辦年會和工作坊、佈道會等事工.....我們正面臨龐大的經濟需要。

有見及此，本會將於2011年起進行慈善義賣。我們誠意邀請您加入拉法基金會義工行列，成為是次義賣義工及義賣捐贈各項物品，同心與心靈困苦的弟兄姊妹同行！

誠邀參加，如有興趣請即致電 2600 4288 聯絡本會。

誠邀捐贈：

- 大量全新物品，如家居用品、電器用品、精品禮物、玩具文具，等等作義賣籌款

是次募捐所籌得的善款將用作支付本會龐大的發展及營運費用，使更多有需要的人可以享用本會所提供之服務。如欲報名，電郵至 media@raphahk.org 或與致電 2600 4288 本會梁先生聯絡！

我們非常感激您的參與！願主耶穌的愛常與您和您一家同在！有關本會詳情歡迎瀏覽「拉法基金會」的網站 www.raphahk.org 如有任何查詢，歡迎致電 2600 4288 與本會聯絡，謝謝。



鋼琴老師愛心捐獻義賣價 \$ 8000
Model: Challen London 1804

2010年拉法事工報告

已舉辦的整全心靈醫治系列的課程

整全心靈醫治年會

香港:

Level I: 成人弟兄姊妹
2010/01 拉法基金會
2010/01 基督教宣道會元基堂
2010/01 宣道會屯門堂
2010/01 基督教宣道會恩惠堂
2010/05 基督教宣道會青衣堂
2010/05 拉法基金會
2010/07 拉法基金會(成人及家長)
2010/09 土瓜灣浸信會
2010/09 屯門身心美服務中心

Level I: 教牧同工

2010/11 教牧同工密集課程

Level II

2010/09 宣道會元基堂
2010/10 拉法基金會

Level IIIA

2010/02 信義會元光堂
2010/02 中華基督教會鰂魚涌堂
2010/05 拉法基金會

香港Level I課程參加人數: 398人
香港Level II課程參加人數: 62人
香港Level IIIA課程參加人數: 72人
課程資助的人數及費用: 215人 (港幣 HK\$ 64,500)

澳門:

Level I:
2010/01 澳門宣道會感恩堂

Level I課程參加人數: 17人
課程資助的人數及費用: 8人 (港幣 HK\$2,000)

中國:

Level I:
2010/06 湖南永州參加人數: 63人
2010/12 湖南長沙參加人數: 30人
課程資助的人數及費用: 93人 (港幣 HK\$55,170)

溫哥華:

Level I:
2010/02 基督教門諾弟兄會頌愛堂
2010/03 溫哥華信義會新生堂
2010/08 溫哥華華人播道會(青少年及家長)
2010/08 列治文華人播道會
2010/10 西區浸信會
Level I課程參加人數: 156人
課程資助的人數及費用: 56人 (港幣 HK\$29,456)

支援不同教會分享情緒的講座:

3月14日 宣道會青霖堂「好樹不能結壞果子-有品孩子育成術」
9月28日 循道衛理聯合教會「教牧同工的情緒管理」
9月30日 基督教主恩會「事奉人員如何在沉重壓力中得釋放」
10月13日 九龍灣宣道會信愛堂「希望就在明天-每當傷痛時」
10月17日 宣道會友愛堂「情緒的理解」
11月21日 宣道會調景嶺新堂「成長系列:自我認識」
12月27日 宣道會杏花村堂「心靈健康之情緒篇」及「信徒成長-整全健康人生」

DVD/CD 製作:

Level II 更新加長版及 Level IIIA 第4及6講的課程DVD完成製作, 另外2010年會的講座、工作坊、研討會將製作成DVD/CD產品, 方便弟兄姊妹可以自行學習。2010年12月的佈道會也會製作成DVD, 讓更多的人可以受惠。

出版與研究:

情緒四重奏簡易版已經出版, 也於香港書店發售。
希望透過年會的教牧同工、神學院老師、心理學家和輔導員分享, 漸漸整理出一套從神學看心靈醫治, 神學與心理學的結合, 亦會將講員預備和分享的寶貴資料結集成書, 希望能夠在學術上建立一個平台, 讓不同的牧者和輔導員對心靈醫治能有更深入的研究和探討。

基金於2010年9-11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「走出心靈創傷的陰霾-經歷生命更新的醫治」我們共舉辦了三個免費講座:

從大腦神經學、心理學及神學的角度去探討過去創傷對現今的影響, 心靈創傷是否需要被醫治?
從大腦神經學演繹心靈醫治的效果、從心理學上去探討心靈醫治的元素、從神學上又如何回應對心靈醫治的關注?
從心理學的角度探討心靈醫治的歷程、從神學上又如何回應心靈醫治的規範?

參加的人次為1800人

八個工作坊:

心靈創傷與大腦構造的影響
心靈創傷與屬靈爭戰
心靈創傷對孩子構成的學習障礙
與神對話-展開心靈的創傷
與神相遇-心靈創傷與EQ
舞動治療-向神展開內心的創傷
敬拜讚美-心靈的療傷
沙畫-拓展處理創傷的心靈空間

參加的人次為約480人

二個研討會:

心靈牧養研討會
從神學反思心靈醫治的關注及規範
從分享過往對信徒心靈牧養的經驗, 回應心靈醫治的關注及規範

信仰與心理輔導研討會
從心理學回應心靈醫治的關注及規範

參加的人次為約80人

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! 2010年共提供了204小時的危機輔導。

義工培訓小組:

基金分別舉辦了司儀培訓班及敬拜義工培訓班, 為立志事奉的義工提供了專業而專門的培訓, 參加人數達174人。

資助有需要的弟兄姊妹尋求專業的輔導:

基金再資助了另一位合資格的姊妹, 完成輔導的歷程, 幫助她重整她的經濟問題, 也讓她改善抑鬱的情緒, 重新找回自信, 也可以開始回復她的工作; 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。

公開的講座及訓練課程:

1月16日 高妙燕腦神經心理學家「拓展大腦潛能」講座
3月20日 廖炳堂博士「屬靈經驗和分辨」講座
6月1日 李耀全牧師「正向心理學與心靈牧養」講座

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10-15人, 幫助參加者操練聆聽神的聲音, 使他們感到重新得力, 也特別為有需要的肢體及拉法基金的事工禱告。

與神對話退修會:

6月份舉辦了一個兩日一夜與神對話退修會, 題目為探討我的身份, 共有33人參加。

支援機構-分享聚會:

3月16日 瑪加烈醫院「情緒四重奏-同行生命中的憂怒哀樂」
4月2日 基督教大溫哥華華人教牧同工團契「負面感覺與燃盡感覺:自我質疑與自我膨脹」
4月6日 明光社「沉溺問題的心靈成因」
4月17日 溫哥華中信中心「與情緒共舞-憂怒哀樂的人際間」

2011年拉法事工計劃

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

香港及澳門

成人弟兄姊妹

Level 1已於一月份，在沙田、將軍澳、屯門及灣仔舉辦；而四至五月課程，將於天水圍、屯門、土瓜灣、灣仔及澳門舉辦，我們更盼望在九月份可以在九龍、大埔等地區開辦課程。

Level II 的課程將會每年於九月舉辦。

Level III B的課程於二月開辦，III B1 於四月開辦，並且已開放讓Level 1的學員參加，因為III A 和III B的課程是隔年開，明年將舉辦III A而2012年則舉辦III B課程，這個改變是方便更多的學員可以順利完成整理課程。

青少年和家長

青少年密集和家長/成人密集課程將於暑假舉辦，這次課程是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，讓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。現盼望尋找合辦的教會或學校，請代禱。

教牧同工

Level 2教牧同工密集課程將於5月8-10日三日兩夜，在沙田突破青年村舉行，請為有足夠組長參與代禱。

溫哥華

Level III A 1的課程已於一月順利完成，另將會在4月舉辦Level III A2課程，level 1 及Level III A1教牧同工密集課程也將會在4月舉行，盼望將繼續舉辦 Level I、Level III A2及 Level III B1課程

國內培訓

基金也在聯絡長沙ICC 及其他地方教會，盼望再度舉辦Level II情緒課程。

短宣服侍

基金將會與差會合作5月前往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，並且仍商討英國的課程，請繼續代禱。

台灣

基金盼望能夠在台灣舉辦Level I的課程，請代禱尋找合適的教會及組長。

支援不同的教會分享情緒的講座

基金會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2日至1月23日 香港基督教宣道會北角堂 「基督徒與情緒管理主日學」

1月17日 香港華人基督教聯會 「牧會壓力與情緒更新」

2月24日 香港基督教女青年會 「香港基督教女青年會退修日」

2月25日 Island Evangelical Community Church 「Connection with God」

3月7日 全球基督徒婦女網絡香港分會 「新世代基督徒女性情歸何處」

3月8日 宣道會區聯教牧長執培訓部 「讓心靈起飛」

5月8日 情緒管理MOTHER DAY

5月30日及6月13日 中國宣道神學院 「性格與靈修」課程第8及第9堂

7月份 明光社 「生命及倫理對談」

整全心靈醫治年會

基金繼續於9-11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。

佈道會

基金將會6月舉辦「從苦難到仁愛」佈道會，誠邀了講員梁燕城博士，現正尋找合辦教會，希望將神醫治的福音介紹給有需要的人。另外，也計劃暑假有青年佈道會及年尾再舉辦另一個成人佈道會。

課程提供免費的危機輔導

基金繼續為整全心靈醫治課程中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。

心靈助醫計劃及資助有需要的弟兄姊妹尋求專業的輔導

基金已通過開啓心靈助醫計劃，初期階段會資助十位合資格的學員，補足與教會合作資助計劃的不足，讓更多的人可以受惠，同時也積極將這計劃介紹給更多有需要的教會。

公開的講座及訓練課程：

基金會繼續舉辦公開講座及訓練課程。

『拉法情軒』校友會及祈禱會

基金現成立校友會，名為『拉法情軒』，將定期聚會並與祈禱會相結合，於每月最後的週日下午舉行，聚會名稱為『獻情予祢』，內容豐富，包括小組分享(如何實踐課程理論)、敬拜、對聆聽上帝聲音的操練、祈禱及茶點分享等。

與神對話退修會

基金將會5月7-8日兩日一夜，在沙田突破青年村舉行與神對話安靜退修活動，是次主題為『心靈喚醒』。

DVD/CD 製作

Level III B 課程DVD 及2010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普通話版已經拍攝，但尚未剪輯，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。

出版與研究

基金已尋找翻譯的義工，盼望將來可以計劃出版情緒四重奏及Level II和Level III的英文版，發展英語事工，幫助更多有需要的人。

同工分享

題目：在拉法中跟上帝“講數”

—Unknown Leung

當我在12月1日第1天來到拉法，第一次遇見同工們，初步認識後，感覺奇怪，在我眼中他們毫無喜悅、高興。辦公室感覺更是死氣沉沉，後來得知多位前輩做了幾個月便速離職，當時已覺心中不妙，最後更心灰意冷於聖誕節晚上正式離職。

在離職的前幾天，我獨自向上帝禱求，向祂提出3大條件，承諾如祂滿足我這3個願望，我便確信祂是要我來事奉。事實上現在回想起來，當時的祈禱是對上帝極度缺乏信心，皆因祈禱當中我竟向上帝“講條件”，感覺就好像是交易一樣，互惠互利，我給祂提出三個條件，心想祂滿足的話便相信這工作是上帝賜下的，我竟向祂求證據，這根本是不順服的表現。第一個條件是要求每個星期六和日不用上班。而第二個條件則是要求我的一個朋友阿威前來拉法任職。第三個條件則是盡可能可以準時下班。但我最後也決定離開拉法，因為自己禱告完畢也覺得也是不可能的條件，最後一笑置之便踏上回家的路去，正如上文提及，不久我便離開拉法。

離職後2星期，卻從同工口中得知拉法的工作出現變動，這變動竟滿足了我的第1個條件（即六，日不用上班），這時候我才想起我離職前那個“講數”的禱告，那時起便開始學習主耶穌母親馬利亞一樣，將這件事藏在心內反覆思量，卻思不出什麼東西來。

後來再持續的祈禱，讓我愈來愈看清楚，答案也是愈來愈明顯，足足1個多月的等候，我便決定鼓起勇氣，再次回到拉法這個家。

今年年初，我正式回到拉法後，發現第2個條件上帝也開始一步一步地為我預備好，根本不用我費心。第2個條件（即聘請阿威）現在看來實在是何等的不合理。我跟好朋友阿威相識多年，感情深厚，在大學時期更是同房，可謂稱兄道弟，加上得知道他待業多時，他的境況實在是讓我擔憂，後來更開始為他尋覓一份合適的工作而禱告。再者清楚他的為人和性格，他是一個善於將複雜的事情簡化及系統化的人，這種能力和優點正正是拉法機構所急需要的，而我朋友也是急需要工作。經過心思熟慮後，決定推薦阿威給拉法。不幸地，阿威當時卻堅持只考慮任職銀行業，其他的暫不考慮。雖然我有點兒失望，但我堅持繼續為軟化阿威剛硬的心而祈禱，最後他卻親自向我說出願意到拉法任職。事實上阿威現在已正式就職於拉法基金會。此時此刻，我跟阿威為此事大大地感謝神。

第3個條件也是無可厚非的，上帝借各位同工的經歷讓我深刻地明白到過份地投入工作不是一件值得高興的事，人必須承認自己是有限制的，故根本無需要去刻意突破自己的限制，上帝沒有這個命令，也沒有任何人頒布這個命令，所以我決定好好珍惜自己的私人時間，去感受除工作以外的東西。

至今，我已在拉法工作超過1個月，在這短短的時間內卻經歷了很多，也存在著很多的問題，特別是跟葛博士在工作上的配合，事實上當我再一次回到拉法時，才認真經歷到工作上的配合是何等的困難，正是這一點讓我感覺到十分迷失，面對著諸多虛無縹緲的工作計劃及活動，我竟然不知道該如何去起步，後來自己在1次籌款義賣的事前準備工作中，了解到原來緊張和急躁是不會對事情有任何幫助，除了讓事情弄得更糟。藉此我學會了當面臨迷失方向時，要暫停片刻，重新對照，找回初衷，將工作完成不致偏離。回想起聖經中的一節金句“所以，我只向著目標直奔，我又像鬥拳的人每一拳都不落空。”哥林多後書9章26節，在這樣的經歷實在很多，更是甜苦交集，最深刻的是令我明白到當中的道理，原來葛博士建立拉法基金會的目的，是為要事奉神，為要幫助到更多有需要的人，讓他們感受到神的愛，反觀自己當初進入這拉法的心態是為了“打份工”，“等出糧”而言。比較之下，實在為自己在拉法的心態感到慚愧，但願自己將來不斷成長，不斷地調整自己心態，定睛上帝，為的是要事奉神，而不是向上司“交差”，更要將拉法當作我一個屬靈的“家”，雖然抱著這種心態工作是辛苦的，更是有承擔的，但我也深信是值得的，皆因我可以討主的喜悅，只是單單這一點，就足以值得繼續做下去。



自加入拉法基金會，面對的挑戰很多，但經歷神的恩典卻是更多。在這裡我學懂的是撒迦利亞書4章6節「不是倚靠勢力，不是倚靠才能，乃是倚靠神的靈方能成事」，願主堅立我們的事工，努力尋找拯救心靈創傷的小羊。---翠翠



大家好！我是詠梅，很高興認識大家！不知不覺已來了半年，希望繼續與大家經歷上帝的愛和醫治---Wing Mui



小弟初到貴境，仍在學習中。看到同工義工們都以血和汗、展開三頭六臂、嘔心瀝血的為神作工，實在有點不能勝任的感覺，還望大家以禱告承托，讓小弟能在神國中出點小力。---威



在拉法工作時，發現人有許多限制，面對困難我們許多時想依靠自己的力量去解決問題，可是我從當中感到神才是我們的主，祂使令欠缺的得以完美。同時我在拉法認識到一班熱心事奉的弟兄姊妹，他們的熱誠和體貼都令我覺得很高心。---Camille



剛接手當會計的工作近個半月，感覺同工們都很新，甚是刺激！感謝神，幸有三位好義工幫助我適應新職位，終於完成過往兩年的財務報告分析並交往會計師樓完成核數。現在正式接手日常會計和協助部份的行政工作，仍在適應中，求神加智慧和力量。拉法是一個靠神、義工和教會合作舉辦心靈醫治課和的機構，故此有很多事只是憑信心而行，求神親自祝福。---Amy



整全心靈醫治系列課程

長沙之旅

從四川南充(2009年四月)，湖南永州(2010年六月)，到湖南長沙(2010年十二月)，已是第三次參加拉法之中國心理培訓事工。頭兩次的隊工配搭，除領隊玉君外，都是全新組合，後兩次則新舊成員參半。換言之，都是拉雜成軍，在毫無充份準備和深切默契下，每次都有出人意表的美滿果效。神清楚讓我看見，在觸動心緒、解開心結、轉化生命上，人的作為，不管是自力或他力(心理師)，都是有限的。每次在前三工作坊裏，能自力開啓尋索和面對生命傷痕，處理到受障情緒者屬極少數。每次我們都為第四工作坊的空凳角式扮演的果效忐忑不安，但聖靈的工作，又是如此信實地將大多剛硬的心軟化，盡訴心中鬱結。今次服侍的國際關心中國慈惠協會轄下殘障孤兒院之管理階層員工，在不能直接引入過多屬靈元素的限制下，成效依然卓越。舉辦的場地須非教會，也沒有官方非基督徒成員的監察，和八成非信徒參予者對宗教的桎梏意識，最後仍是不敵聖靈萬事互相效力之工，內部回饋反應空前熱烈，讓先前甚多內部反對存疑的聲音盡消，轉為贊同認受，並鋪設了下次七、八月間以另一酒店員工為主的培訓機會。這是我經歷中最直接有效的福音事工，透過情緒四重奏，助人突破一生重擔枷鎖，與主相遇，經歷神無條件的接納，願意將生命主權重歸於神，是何等美善的侍奉。

個人成長方面，除能經歷與神同工的欣喜外，也能領受神在自己和眾義工生命裏所作的工。透過聖靈和同行者的提點，鑑察到個人生命中的盲點、軟弱和不足，在被神磨練重塑之餘，竟仍能被神使用，足証神在無能者身上彰顯祂的大能，帶來醫治，是我們耶和華拉法的神，榮耀頌讚都歸給祂，阿們！

---澳洲布里斯本關子鴻



參加長沙之旅，本想重溫"情緒四重奏"這課程，因上次讀完整個課程之後，覺得有很多內容及技巧也未能掌握，希望在這幾天的全日課程，可以放下香港的一切，集中精神再學一點點。

怎料看到的是一班出錢，出力，出時間，不顧自己，全部都只為一個目的，就是怎樣把福音傳開去，你可以想像他們是怎樣放下手頭的工作，怎樣申請一年僅有的假期，怎樣籌夠旅費，怎樣捱早到晚，每天超過16-18小時，中午只有30分鐘吃飯，也要擠出時間多幫一個學員！

再一次，"情緒四重奏"這課程又一次給我很大的感動！

---小玲

年會花絮



問題是數學、醫學等等，我們都相信是包含在神的一般知識或一般啟示中，只要能去掉心理學知識中一些人民主義成份，或應稱為非基督教的成份，能更批判性(critical)地運用，心理學就和其他知識一樣可以被運用。---廖炳堂博士撮要

江山易改，本性難移，
三歲定八十。
是對的...其中一部分，
但現在很多研究都發現基因本身都不斷在改變。
當人祈禱，當人靜默，當人有好的關係時

，
現在已找到百多個內裡的基因，
即時地在那個半小時中有改變，
這是很神奇的事。

---陳維樑博士撮要



在心理學中，耶穌究竟在哪裡？事實上耶穌基督是整個聖經的核心，基督是我們的依，「依」的意思是基督是我們的依靠、依憑、依據的相依。也是我們審視心理學問時參照的最高準則！---霍王蓮女士撮要



各位弟兄姊妹，心靈醫治是很重要的，心靈醫治是知道我們有一個收容所，神說回來吧，耶穌基督是我們的收容所，仰望基督，仰望祂，我們與罪對抗，被罪人頂撞還沒到流血的地步，我們仰望這位為我們信心創始成終的主吧。

---羅錫為牧師撮要

一切事情出於上帝是要告訴你，沒有一件在你生命中的事情是上帝不關注的，包括小時候被母親打，被趕出家門，一個很悲哀孤單的陰影也好，主仍然要關注。這牽涉到一個所謂關係的復和，和你過去(past)的復和。
所以一切都出於神的意思是指在你一生的所有遭遇裡，上帝總會參與在其中。---歐醒華牧師撮要



慢線運作是前葉皮層和海馬體的合作，幫助控制扁桃核，明白有些事情需再去處理，這些需要害怕，那些則不再思想。心靈創傷會帶來這方面的影響。---張穎思博士撮要



敬拜義工分享

今次已是第3次在拉法基金會課程負責帶領敬拜。信主25年，在教會帶領敬拜真是十分之少，不會多過10次。最初是拉法同工的邀請我作義工工作。雖然是第一次，但是有鋼琴伴奏，是比較容易掌握詩歌的節拍。這個經驗讓我明白這是不容易的事，我因此欣賞我教會負責帶領敬拜的弟兄姊妹。第二和第三次參與拉法課程帶敬拜是帶着事奉的心態和希望我可以進一步提升帶敬拜的水準。

第二和第三次面對最大困難是再沒有琴幫助我掌握詩歌的速度。更重要的是要受YouTube播放詩歌的節拍，由其是副歌部份。感謝神讓我有參與的機會及拉發的培訓，我在第三次帶領敬拜時放膽用普通話的詩歌。最後感謝拉法基金會對我的信心和信任，容讓我有機會服侍弟兄姊妹。我可以借此機服侍神。願弟兄姊妹可以通過拉法基金的課程得到造就，心靈創傷可以被神完完全全醫治。

——頌賢

同行者分享

祈求神使用我這器皿一生來回應祂，珍惜生命來事奉神，與神一同工作的契機，服侍人榮耀祂！

——Tommy Lo

在我的信仰生活中，曾經歷幽暗低谷，感謝身邊有主內的同行者相伴。主曾對彼得說：「但我已經為你祈求，叫你不至於失了信心。你回頭以後，要堅固你的弟兄。」(路：22:32) 今日我也希望成為別人的同行者，相伴快快跑，跟隨主耶穌！

——Jennifer Au Yeung

感謝主！原來祂對我是一直不離不棄，並在各方面的經歷中讓我成長並得著祂的同在及祝福。我要盡量裝備自己，求主使用我，為祂作工！

——Reece Chan

神使用我的經歷去服侍有需要的人，在事奉過程中，逐漸校正心志和焦點，平衡生活節奏和情緒。明白到人的需要和限制，愛惜自己、關懷別人。曾在關係中失落，便要在關係中建立，知道單獨被隔離的孤單，我願意成為別人的同行者！

——Marita Yiu

Level I 學員分享

這五堂的情緒講座幫助我找出自己的原始性情緒，對我十分有幫助，也讓我了解到如何掌握自己的情緒狀況，勇敢去面對內心的問題，幫助我改善如何與丈夫和孩子相處。——曹芬

透過小組的分享，認識自己內心一直以來存在的痛楚、不安及抱怨，讓自己更認識自己內心的需要，採用正確的方法面對自己的情緒，也讓我更了解自己的家庭背景以及過往的經歷，對自己的心理情緒的影響。謝謝拉法基金創立這一系列生命重整的課程，讓更多有需要的人得到幫助和醫治。——Karen

透過參與情緒四重奏的課程，我能掌握我現在的情緒狀況，了解很多關於自己的原始性情緒及非原始性情緒。我亦知道耶穌一直都在注意我、關心我，一直都視我為祂的兒女，而我的組員成為我很多的鼓勵，我知道他們會在未來的日子仍會與我一同面對及分享，成為我的支持者。——M. W

在開始上此課程時，我正正剛轉工，當時我正因前一份工作有過很多受恐嚇及驚慌的經驗而令自己在工作上十分不理想，並令自己十分沮喪，以及令自我形象極度低落而欠缺信心！而我的工作正正是要懂得找合適的人才，當時我發現自己往往太感情用事，碰上可憐的人，便會不顧自身幫他。在上此課程，認識自己多了及自己的情緒，如何影響自己的意識行為，對自己接納多了。

——Betty

感謝神的帶領及拉法基金，讓情緒四重奏課程得舉辦！在課程中，能學習到情緒帶來的影響，並學習到不同情緒的人外在表現及當中深層的情緒，令到同理心得以增加及擴展，致使更能了解別人及自己真正的感受，抑壓的情緒得以嘗試去表現。令自己能邁向更健康、健全地去表達自己的感受。亦感謝在小組的過程中，得以肯定。——Ian

