

歐耀強牧師 巴黎 101 自覺篇學員

基本信念：

2012 年，我認識了葛博士，發現對她的信念有類同，便首次邀請她來巴黎舉辦情緒課程“醫治篇”。我的基本信念是耶穌拯救人是全人的，不單是靈的層面，也包括人的思想，情感和意志的層面而情緒這方面的認識往往是華人教會所忽略的，其實情緒與靈命是相關的耶穌說：“你要盡心，盡性，盡意，盡力愛主你的神。”（可 12:30）。耶穌吩咐我們要全人愛神。今年我們再度與拉法基金會聯辦“自覺篇”，讓更多人認識情緒，從個人的自覺開始。

突破和面對自己

身為牧師和弟兄的我，參加情緒課程與弟兄姐妹一起學習，若顧及面子或大眾形象，必定卻步。健康的人需要突破和面對自己。幾年前上課，只有我這位男士，其它都是姐妹，但我是蒙福的。今年邀請了另一位弟兄參加。弟兄們不再壓抑情緒，自由釋放，可以氣忿，可以流淚。正如彼得三次不認主失敗後，他就出去痛哭（路 22:62）。是的，弟兄也有情緒，需要醫治和恢復，健康的情緒表達會祝福周圍的人。

身體與情緒

這次的課程是“自覺篇”，對自己的身體意感，讓神藉著身體說話，告訴情緒的情況，明白自己深入的信息。“豈不知你們的身子就是聖靈的殿嗎？這聖靈是從神而來，住在你們裡頭的，並且你們不是自己的人（林前 6 時 19 分）。過去比較少敏感自己身體的信息，今天可以多自覺，嘗試明白神對我的說話。在小組中釋放生氣，學習作自覺，作聆聽者。當我接納自己，減低自我防衛，好像一個洋蔥一層層皮剝下，更能活出自由，活出真我。